

| | | | | | |
|---------|-----|-----|-----|-----|----|
| 対象学年 | | | | | |
| 幼稚園・保育園 | 小学校 | | | 中学校 | 一般 |
| 年長 | 低学年 | 中学年 | 高学年 | | |

カレーライス作り



プログラムの概要

薪に火を付けて燃え上がらせ、米を炊いたりカレーを作ったりして食べます。家庭ではコンロを使い調理をすることが多いですが、この活動では火起こしから調理が始まるので、調理をして食べるまで大変な労力を要するといったことが体験できます。この活動を通して、仲間と共にものを作り上げる協力の心や食べものを大切にする心を養ったり、調理器具の使い方を学んだりすることができます。

所要時間：3～4時間

銀河の里キゴ山

1. 活動のねらい

- ・一人ひとりが、火起こしからのカレーライスの作り方を体験することができる。
- ・安全に気をつけ、友だちと共に協力して、野外でカレーライスを作る楽しさを味わうことができる。

2. 活動場所

- ・野外炊飯場（どんぐり広場）

3. 準備するもの

（施設で用意）調理器具一式、新聞紙、着火器具、薪（有料）、カレーの材料等（有料）
（団体で用意）布巾 2 枚、軍手、うちわ

4. 活動の手順

（1）事前学習（銀河の里に来る前の学習）

- ・可能であれば学年の実態に応じて調理器具（包丁、ピーラー等）の使い方の学習。

（2）実際の活動

指導員による全体説明、指導 カレー作りの目的、安全面、食器の扱い方、米の研ぎ方・炊き方、火起こしのやり方、カレーの作り方、片付けの仕方

- ・活動の目的では、仲間と協力をして安全面に気をつけてカレー作りを行うこと、調理をする大変さを感じ、料理を食べられることへの感謝の気持ちを持つこと等を説明。

- ・安全面では、調理器具や火の扱い方等を説明。

- ・米の研ぎ方、炊き方では、水の量や火にかける場所、時間等を説明。

- ・火起こしのやり方では、最初に新聞紙に火を付けたたり、薪をテント状に置いたり、薪をくべてうちわで一生懸命扇ぐこと等を説明。

- ・カレーの作り方では、野菜の切り方や入れる順番、鍋に入れる水の量、煮る時間等を説明。

- ・片付けについては、カレーができあがってから全体に説明。

団体の方の指導 安全面の指導、作り方の指導、後片付けの確認

- ・グループごと、あるいは個別に、特に火の扱い方、包丁の扱い方等についての安全面について指導。

- ・火加減、水加減等の指導。

- ・片付けの指導。**食器は水気が全てなくなるまで拭けているか必ず確認してください。また、食器の数が最初にあった分だけあるかも確認させてください。団体の引率者がチェックし終えた後、職員が食器のチェックをします。流しに食材が落ちていないかのチェックもお願いします。**

- ・協力してグループで後片付けすることを指導。食べかすを残さないように指導。

5. 活動のまとめ

- ・全体で安全面、協力面などを振り返る。

6. 活動上の留意点

- ・火のそばで走り回ったり、騒いだりしないように注意する。
- ・火でやけどをしたり、衣服が燃えたりすることのないように気をつけさせ、火を起こしたり火の管理をしているときは必ず軍手などを付けさせる。
- ・包丁の持って行き方、片付け方、扱い方に十分に気を配る。
- ・食材は、カラスにとられないように、人いる所に置くようにする。
- ・食べかすや、ごみの清掃をする。決して野生動物のえさにならないように捨てる。