

野外炊飯に一工夫！！

国立磐梯青少年交流の家

野外炊飯をプログラムに組むと、班の中でのコミュニケーションをとることができ、また一つの目標に向かい共同作業をすることによる連帯感を感じることができます。そして普段、当たり前に行っていることに対する感謝の気持ちをもつ「きっかけ」になります。

ただ、せっかくの野外炊飯の機会なので、もう一工夫して、より教育的な効果があるものにしてあげてはいかがでしょうか？やり方によっては、子どもたちの持っている能力をもう少し引き伸ばすことができ、自主的に考え、行動できるようになるかもしれません。また、地球環境や社会に対して考えるきっかけになるのではないかと思います。

みなさんの実施する野外炊飯に一工夫してみませんか？

ゴミZERO炊飯

ねらい

普段食事を作るとき、どれだけゴミを出しているのかを意識させる。また、自分たちの少しの努力と工夫でそのゴミを減らすことができるということを実感させる

方法

野外炊飯のやり方を一通り説明後、班に1枚、ビニール袋を渡し、ゴミを全部一つの袋にまとめ、最後にゴミの重さを計測し、出てきたゴミの量の少なさを競う。ただし、燃やすのは原則。また、料理が残った場合（残飯）はそれも計測する。鍋・鉄板・羽釜にこびりついたものに関しては、最後に流しの受け皿のものをビニール袋に入れる。

分別がある場合、その数だけビニール袋を準備する

一番少なかったところはあとで表彰。

食べきれないと思う食材は、相談して調理前に返品可能。その場合はゴミに含めない

省エネ炊飯

ねらい

普段食事を作るとき、自分たちの少しの努力と工夫で燃料（マキ）を減らすことができるということを実感させる。そして、エネルギー資源について考える機会を与える。

方法

事前に薪の重さを計量し、野外炊飯終了後に残った薪の重さを量る。使用した薪の量の少なさを競う。

地球に優しい野外炊飯

ねらい

班で力をあわせ、地球環境のことを考えて野外炊飯を実施することにより、主体的に環境にやさしい生活を送る姿勢を身につけさせる。

方法

野外炊飯前に、各班独自で「地球に優しい野外炊飯」について考え、班で考えた内容を実行させる。野外炊飯終了後、自分たちの班がどのような取り組みをしたのか発表する。

ミステリークッキング

ねらい

与えられた食材を自分たちで考えてメニューを決めることにより、班で相談しながら考え工夫する機会を与える。また、お互いに意見を出しながら料理を作り上げることを通して、他者と関わる能力を育成させる

方法

野外炊飯のやり方を一通り説明後、下記のA・B・C・Dの4つのグループから食材をクジで引く。

- A. 肉類・・・牛肉・豚肉・鶏肉 etc.
- B. 野菜類・・・いくつかの野菜の組を作る
- C. 主食・・・お米・パスタ・うどん etc.
- D. 調味料・・・何種類かの調味料から必要なものを選ぶ

Dの調味料はA・B・Cを引いた後、クジではなく、班で相談して決める

その後、班で話し合い、メニューを決め、野外炊飯を行う。

当施設で実施する場合、事前に食堂業者の方と話し合い、食材等を選び準備することとなります

カレー以外をつくれ！！

ねらい

与えられた食材を自分たちで考えてメニューを決めることにより、班で相談しながら考え工夫する機会を与える。また、お互いに意見を出しながら料理を作り上げることを通して、他者と関わる能力を育成させる

方法

最初にカレーの材料を配布し、野外炊飯の説明をし、最後に、カレーは作ってはいけない旨指示する。調味料は事前に複数準備し、自由に使えるようにする。

チェンジザパートクッキング

ねらい

一般的に野外炊飯は、男子がかまど、女子が調理という役割になる場合が多いが、男女の役割を交換して野外炊飯することにより、お互いの仕事の大変さに気づき、よりよいパートナーシップを形成できるようにする。

方法

女子がかまど、火の番、まきの管理をし、男子は調理をするように、役割分担を決め野外炊飯をさせる

マッチ3本の野外炊飯

ねらい

「火がつかないかもしれない」というプレッシャーの中でかまどを使うことにより、火の大切さを実感させ、火について考えさせる

方法

マッチ箱とマッチ3本だけを渡し、マキに火をつけさせる。着火に使う新聞紙は渡しても、渡さなくてもどちらでもいいが、渡さない場合はより難しくなる。自然の中にある燃えやすいものを使ってもらう。万が一、火がつかなかった場合には、マッチ棒をもう1本渡しチャレンジさせる。

指示書を使った野外炊飯

ねらい

自分のやるべき役割を、責任を持ってやり通すという姿勢を身につけさせる。また、集団の中でそれぞれが役割を果たし、集団で1つの目的に向かうという経験をさせることにより、互いに協力することの大切さを気づかせ、役割をやり遂げたという達成感を感じさせる

方法

班の人数に応じた「野外炊飯指令書」を準備し、各班の中でランダム（くじ引きのように）に役割を決める。それぞれ指令書を読み、仕事を把握する。その後、班の中で役割を交換できる時間を作る。ただし、必ず「両者が納得」した場合のみ変更可能とする。役割確定後、質問時間をとる。その際「質問できるのは今の時間だけだよ」と声掛けする。その後、指令書に従い、野外炊飯をする。指導者は基本的にはアドバイスや質問に対する回答はせず（安全面に関しては充分配慮し声掛けする）、指令書を見ながら班で話し合っ作ってもらう。