
野外炊事



令和 6 年 2 月 1 8 日 改定

国立乗鞍青少年交流の家

野外炊事

白樺林にかこまれた大自然の中、手作り料理で楽しい一時を過ごしましょう。多少できばえが悪くても、みんなで協力して作った食事には、友情という最高のスパイスが入っています。この野外炊事は、参加者全員の協力がないと完成しないところに大きな魅力があります。火起こしから野菜の下ごしらえ、さらに後かたづけなど、各自の役割をしっかりと果たすことで、仲間の親睦を深めたり、友達の良いところを発見したりすることができるすばらしいプログラムです。



1 献立（食材）について（別紙，一覧表参照）

- 食材・薪は、交流の家の食堂が取り扱います。お支払いは、交流の家食堂へお願いします。食材及び食器類の受け取りは代表者の立ち会いが必要です。
（事前に受け渡し時間確認）
- 献立は、カレーライスのみとなります。
- 食材は、班ごとにセットしてお渡します。
（野菜については代表者が班ごと切り分けてください）
- メニュー・班編成については、最低 7 日前の正午までにお知らせください。
それ以降のキャンセルや食数変更は出来ません。
- 薪は、1 班 5～6 名の調理に約 1 束必要です。

2 団体の人数による活動場所と班編成について

- 180名まで：交流の家炊飯場 5～6 人の班編成
- 180名以上：高山市営飛騨高山キャンプ場 10～12 人の班編成
（交流の家から、徒歩 30 分）

3 活動時間

野外炊事は、所員による説明：30分，調理：1.5時間，食事時間：1時間
かたづけ：2～3時間，合計約5～6時間を目安として計画をしてください。

4 炊事用具の貸し出しについて

【交流の家炊事場】

炊事用具セット数	30セット	
用具内容	鍋（大），ふた，鍋（小），ふた，ざる，ボール，おたま，しゃもじの8点セット	
かまど・蛇口数	第一炊事場	第二炊事場（仮設）
	かまど数 34 蛇口数 16	かまど数 10 蛇口数 12



炊事用具8点セット（交流の家）



蛇口数
16



第一炊事場（交流の家）



第二炊事場（交流の家）



第二炊事場のかまどでは、鍋は1つずつ置いて調理してください

【高山市営飛騨高山キャンプ場】（HP：飛騨高山キャンプ場野外炊事場参照）

炊事用具セット数	40セット	
用具内容	大鍋，小鍋2，まな板2，包丁2，おたま，フライ返し，しゃもじ 10点セット	
かまど・蛇口数	炊事棟の数 6棟	蛇口数：6ヶ所×6棟かまど数：6ヶ所×6棟
	仮設炊事棟 1棟	蛇口数：10ヶ所かまど数：10ヶ所

・高山キャンプ場では、下写真「炊事用具 10点セット」の使用料が1,250円がかかります。支払いは、高山キャンプ場の管理事務所をお願いします。



炊事用具 10点セット（飛騨高山キャンプ場）

5 始める前に（安全で衛生的な野外炊事をするためのお願い）

- ・ 始める前に、職員からのオリエンテーションを受けてください。
- ・ 必ず手を洗ってください。
- ・ 食品受け取り後は、速やかに調理するよう心がけ、キャンプ棟冷蔵庫に保管してください。長時間の放置は厳禁です。
- ・ 食品の調理には、充分加熱調理してください。（特に生鮮食料品）
- ・ 肉の処理については、直接手で触れないように注意してください。
- ・ 薪割り時の、^{なた}鉋の使用には十分注意してください。



薪割の様子



キャンプ棟冷蔵庫

6 検体食の保存について

- ・ 調理後、一口程度の食材を小量ビニール袋に入れてください。
- ・ ビニール袋には、必要事項（団体名・日付・班名）を記載してください。
- ・ 検体食用冷凍庫に保管ください。



ビニール袋は、交流の家
で準備します。



7 後かたづけ

① 炊事用具について

- すみずみまで綺麗に洗い、用具の個数を確認してください。
- 返却時には点検を受けていただきますので、必ず連絡ください。
- 鍋、ふた、ボール、ザル、おたま、しゃもじは籠へ入れてください。

② 掃除、ゴミの始末について

- ゴミは分別して、キャンプ棟横のゴミステーションへ運んでください。
(高山キャンプ場の場合は、管理事務所の指示に従ってください)

- ゴミ箱には、必ず新しいゴミ袋をセットしてください。
- トイレ、調理台、水場の掃除を忘れずをお願いします。

③ かまどの始末について

- 絶対に水をかけないでください。燃えかすや残炭は、キャンプ棟裏の灰捨て場に捨ててください。

(高山キャンプ場は、各棟に金バケツがセットされています)



灰捨て場 (交流の家)



ゴミステーション (交流の家)



炊事用具の返却は、汚れ・すすを落とし、交流の家職員のチェックを受けます。

8 時間配分について（例）

時間	内容	備考
9:30	・食材の受け取り団体の代表者の方の立ち会いのもと、食材・薪の数を確認します。	食堂職員が食材を炊飯棟まで運んできます。
10:00	・野外炊事の説明 鉋やかまどの使い方などの安全管理，食器などの後始末の方法など，全般にわたって説明があります。	交流の家の職員が説明します。
10:30	活動開始	怪我，火傷に注意
12:30	・後かたづけ 食器洗い，かまど，ゴミなどの後かたづけをお願いします。職員が点検させていただきます。	特に食器洗いについては，ていねいをお願いします。一発で合格できるよう頑張ってください。
15:30	・ふりかえり 終わりの会，反省会など，締めくくりの会を実施してください。	ふりかえりは，自主活動でお願いします。

9 留意事項

- ・ 帽子，軍手，タオルは必ずご持参ください。
- ・ うちわ，焚きつけ用新聞紙，ふきん，マッチなどを用意されると便利です。
- ・ 野外炊事は，雨天実施のプログラムです。炊事場は屋根付きですが，雨具や着替えの準備をお願いします。
- ・ 台風等荒天で中止とする場合，当日の8時40分までに判断し，食材の調理は食堂に依頼することになります。その際，1人50円×人数分の調理代金が必要となります。
- ・ 食堂が用意する食材以外の持ち込みはご遠慮ください。
- ・ 交流の家炊事場では，雨天時に学習テントを使用することができます。また，高山キャンプ場では，避難用として「もみの木ロッジ」を使うことができます。



学習テント（交流の家）80人入れます



もみの木ロッジ（高山キャンプ場）