

**調理活動
マニュアル**

水戸市少年自然の家

調理活動について

① 事前準備について

- ◇ 火、刃物、鉄板、薪等を扱う際にはけがや火傷に十分注意するよう指導をお願いします。
- ◇ 炊飯活動をスムーズに行うために、指導者の方は事前に活動の役割分担や用具置き場、テーブル、かまど、薪置き場等の確認を行っておいてください。
- ◇ 引率者の中で野外炊飯時の食材係・食器係・薪係 担当を決めてください。(以後、担当者と記します)
- ◇ 各団体が準備するもの
 - ・ **手洗い用石けん (忘れずに!!)** ・ 食器用洗剤 ・ クレンザー ・ スポンジ
 - ・ たわし ・ 金だわし ・ 軍手 (うどん作りの時は不要) ・ ゴミ袋
 - ・ ふきんやキッチンペーパー (水滴をきれいに拭いてもらうため多めに用意)

② 野外炊飯の準備

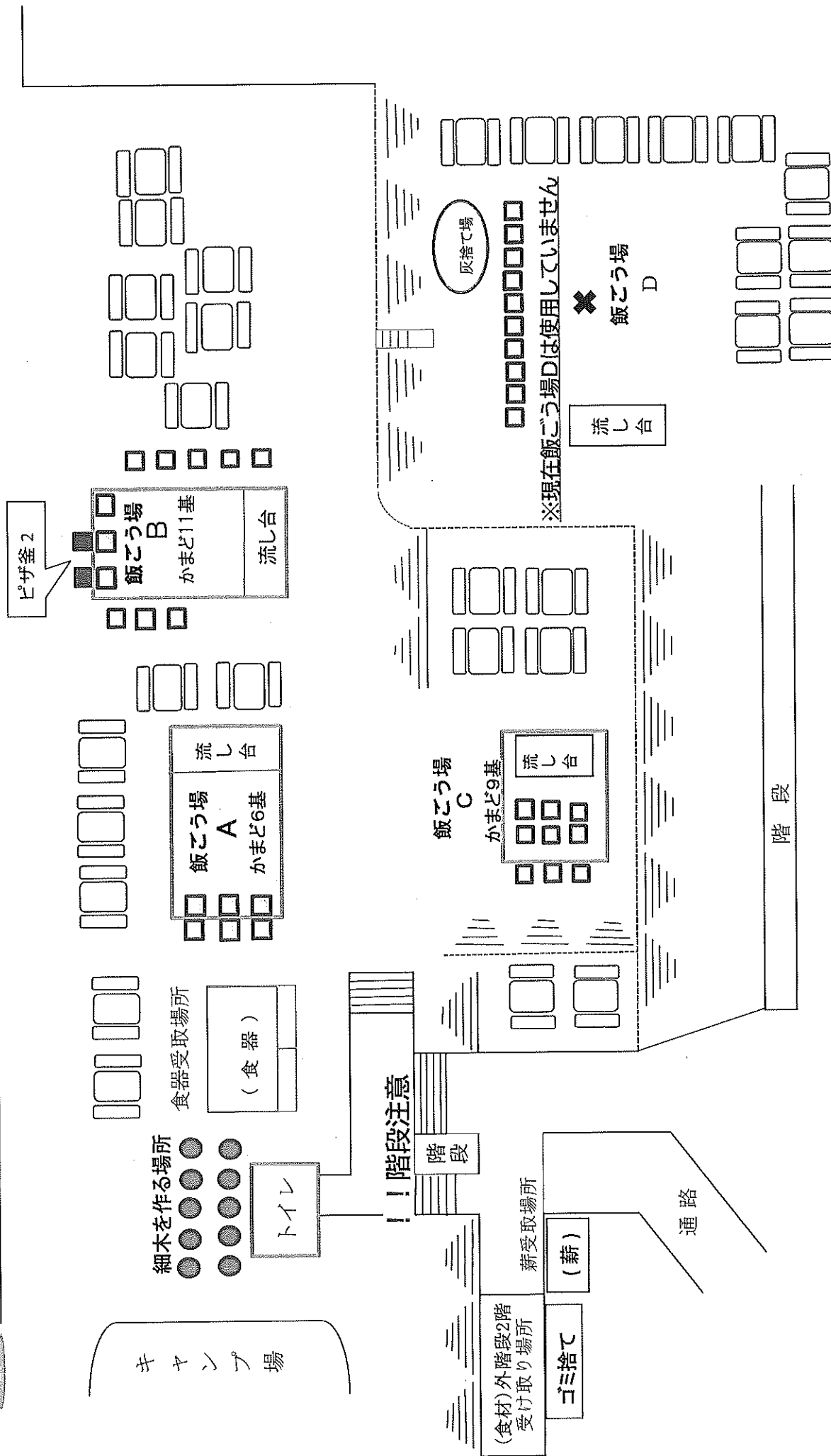
- ◇ 食材受け取り (食材係)
 - ・ 担当者が各班1～2名を引率して、食材 (食堂裏手の階段を上った所) を受け取りに行く。
- ◇ 用具の受け取り (食器係)
 - ・ 食器セットや調理メニュー (鉄板焼き・ピザ・ナン等) の用具を取りに行きます。
 - ・ 食器セットは、使う前に数の確認をしてから水でさっと洗いましょう。
- ◇ 薪を取りに行く (薪係)
 - ・ 担当者は、薪小屋前で待機し、各班の薪係に薪8本と焚き付け用の木の板1枚を配る。
 - ・ 自分たちの使うかまどのところに持って行きます。
 - ・ 焚き付け用の木の板を、なたを使って6本程度に細く切ります。(はじめから細かくなっている細木を使用することもできます。)
 - ・ 米 (飯盒) を使用するメニューでは、米を研ぎ終えた後
 - 米を使用しないメニューでは、食材を切り終えた後に火をつけます。
 - ・ 薪は有料なので、無駄に燃やさず 大切に使いましょう。

③ 後片付け

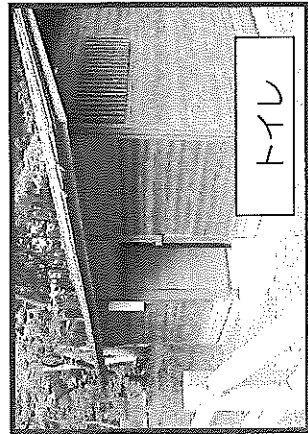
- ◇ 火気の取り扱い
 - ・ 食事の準備ができれば、燃えている薪を組み直し、食べている間に燃えきるようにする。
 - ・ 食べ終わったらかまどの灰をほうきではき、ちりとり等で灰捨て場に持って行く。
- ◇ ごみ処理
 - ・ 食材を取りに行った階段下、ごみ置き場に持っていく。
- ◇ 用具等
 - ・ 食器・用具はきれいに洗って数を確認して食器セット図を参考にコンテナに入れる。
 - ・ 最後に 食器の水滴はきちんと拭く。(水滴がカビの原因になるため)
 - ・ 責任者は、数・水滴の点検し、チェックシートを自然の家職員に提出してください。

※ 研修責任者の方は食の安全面で肉の加熱状況などの確認もお願いします。

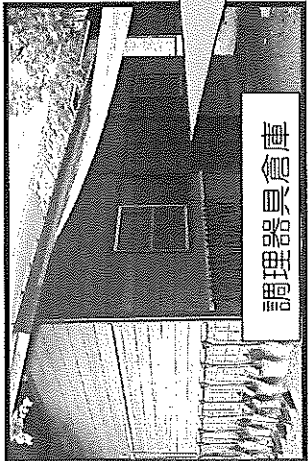
少年自然の家飯ごう場配置図



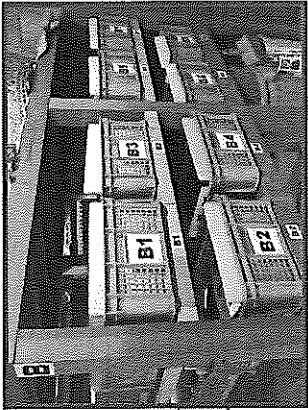
飯ごう場片付けマップ



トイレ



調理器具倉庫



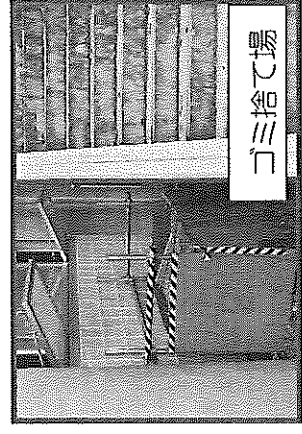
- 調理器具：各団体は、決められた食器カゴを使用する
- 清掃用具：倉庫脇に掛けてある用具を使用する
(使用後は元の場所へ戻す)
- イス：倉庫にあるイスは、雨天時に食事をとるときに使用する



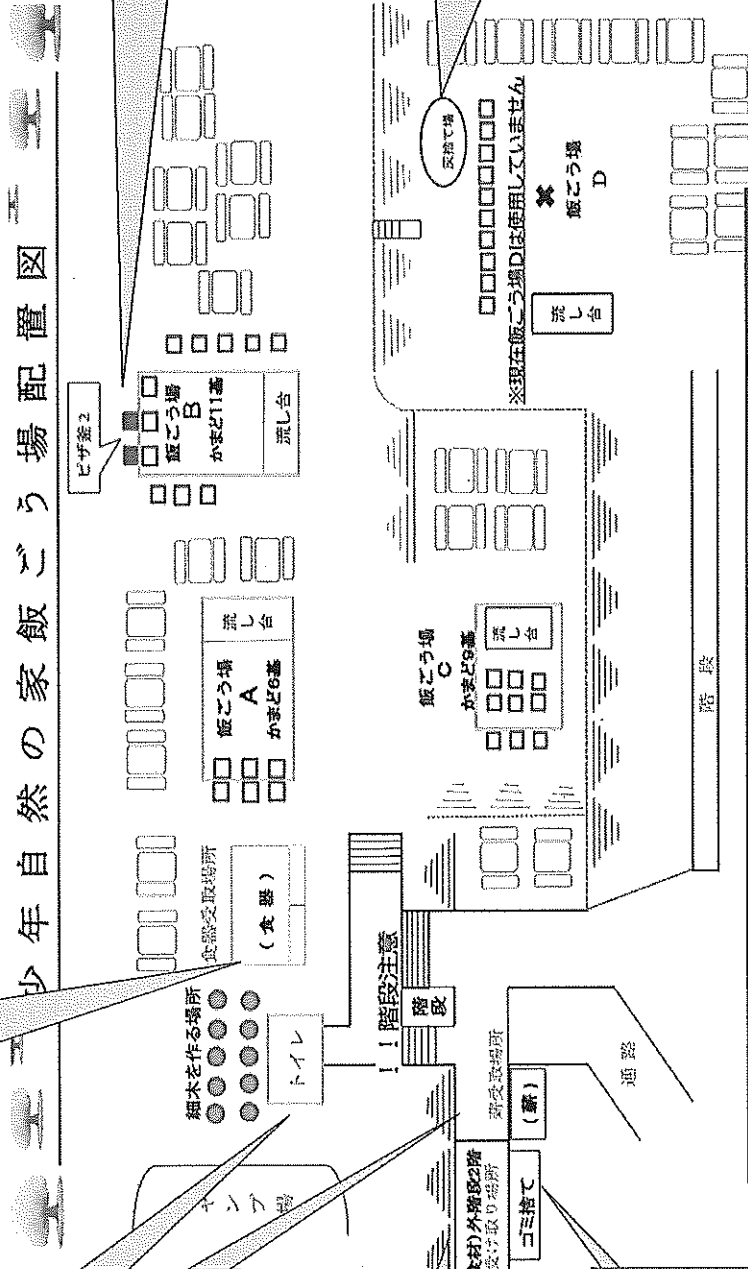
新倉庫



食材受渡し場所



ゴミ捨て場



Pizza釜



灰捨て場

- 灰は、ちりとり・ほうきを
使い灰捨て場へ。
- 燃え残った薪は、一つのか
まどにまとめておく。

- 食材カゴ・油・調味料の容器の返却 → 『食材受渡し場所へ』
- 調理で出たゴミ・飲み物の紙パック → 『ゴミ捨て場へ』

飯ごう倉庫見取図

スコップ・ほうき・ちりとり等

一輪車

調理道具

ダッチオーブン

火ハサミ

飯ごう用食器棚 A

A1	A3	A5	
A2	A4	A6	
B1	B3	B5	B7
B2	B4	B6	B8

※下段…鉄板

飯ごう用食器棚 B

出入り口



飯ごう用食器棚 C

C1	C3	C5	C7
C2	C4	C6	C8
D1	D3	D5	D7
D2	D4	D6	D8

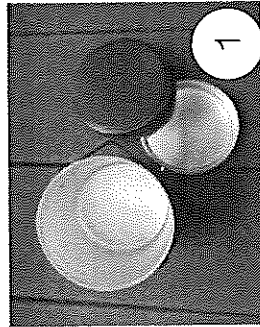
※下段…鉄板

飯ごう用食器棚 D

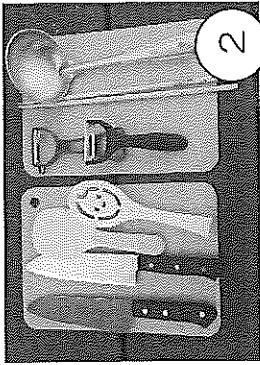
キャンプ用資材

キャンプ用資材

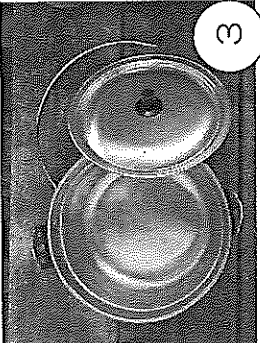
飯ごうセット



1



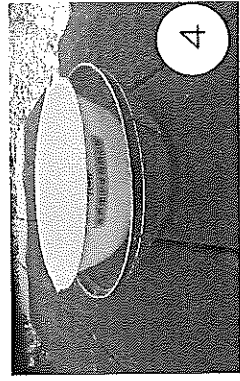
2



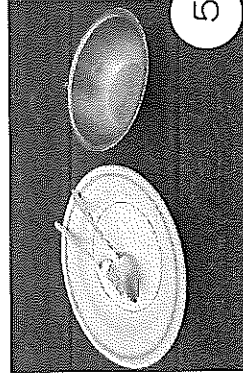
3



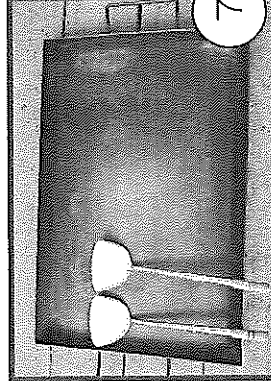
6



4



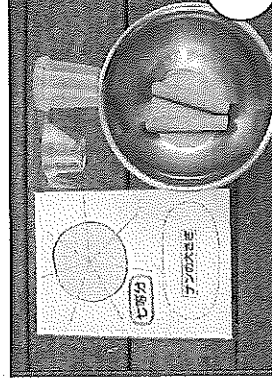
5



7



8



9

内訳

- ①飯ごう×2
- ②お玉×1, しゃもじ×2, 包丁×2
菜ばし×1, まな板×2
ピーラー×2
- ③なべ×1, ふた×1, なべつる×1
- ④ざる×1, ボール×1
- ⑤深皿×8, 皿×8, スプーン×8
フォーク×8
- ⑥食器セットの入れ方

※調理メニューによっては、さらに必要となる調理器具

※⑦ (鉄板焼きで使用)

鉄板×1, へら×2

※⑧ (ナン&カレーで使用)

鉄板×1, へら×2, ボール×1
計量カップ×1, 深底カップ×1
麵棒×2, A3シート1枚

※⑨ (ピザ作りで使用)

ボール×1, 麵棒×2
計量カップ×1, 深底カップ×1

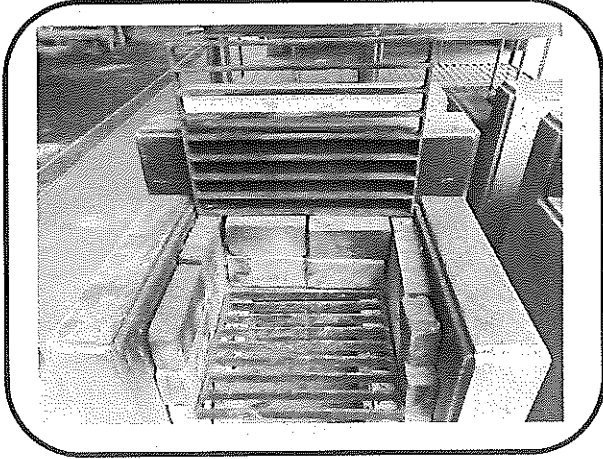
- ・ 食器は、使う前にさっと水で洗いましょう。

- ・ 使用後はきれいに洗いましょう。

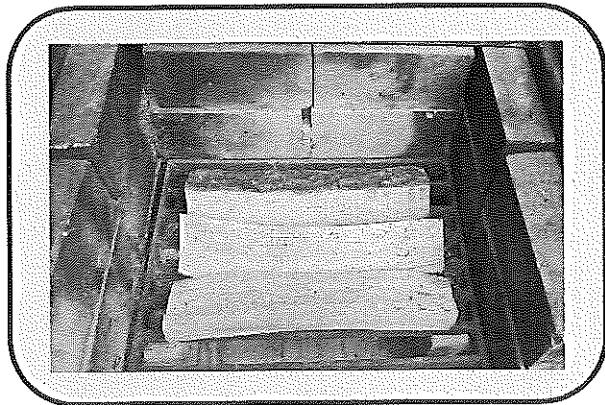
- ・ 団体の責任者は使用後に食器類の数を必ずチェックしてください。

まき薪への火のつけ方

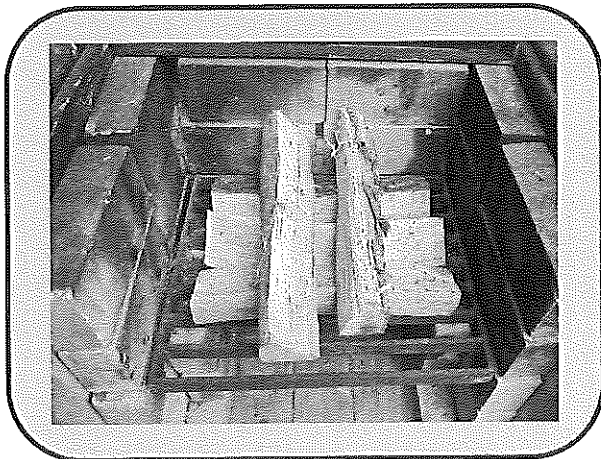
①かまどの上段の鉄格子を開ける。
※重いので十分に気を付けよう！



②下段の鉄格子に薪を横に3本すき間なくならべる。



③次に縦に2本、薪の間を少しあけて置く。



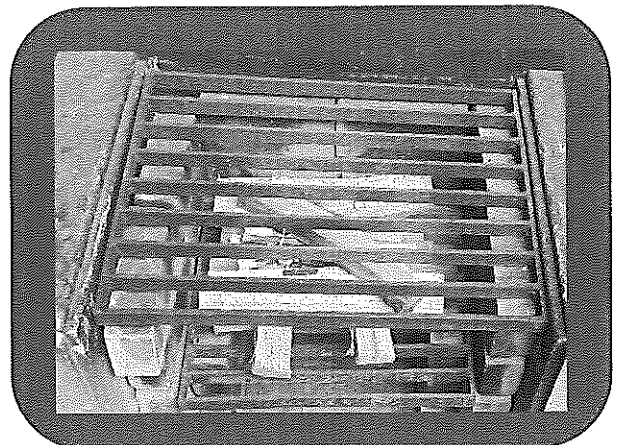
④薪の間に丸めた新聞紙を置く。その上に細い薪（細木）を6本、奥に太い薪1本横に置いて、新聞紙に火をつける。



⑤細木に火がついたら、太い薪を手前に置く。



⑥火が大きくなってきたら、太い薪を1本乗せて、上段の鉄格子をおろす。



★飯ごうの使い方★

※イラストはふつうの飯ごうですが、実際に使うのは丸型飯ごうです。

① 米のはかりかた・とぎかた

- 1合でだいたい1人分です。1つの飯ごうで4合(約4人分)まで炊けます。
- 人数分の米をはかったら、米をとぎましょう。
- 飯ごうの中に水を入れ力を入れずにかき回します。
- 白くにごったら水をすてます。これを2~3回繰り返します。

図 1

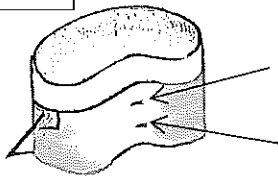


中ふた
(約2合)



外ふた
(約3合)

図 2



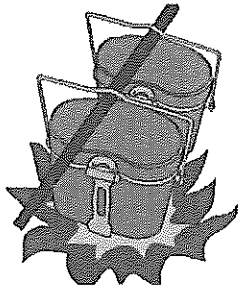
② 水のはかりかた

- B
- 2合のとき → Aの線まで
 - 4合のとき → Bの線まで
- A
- 3合のとき → AとBの線の真ん中まで

【注意】中ふたは飯ごうを炊くときには使いません。

② 炊きかた

1. 米をといでいる最中に、かまどに火をつけます。
2. ほのおが飯ごうをつつみこむ大きさに燃え上がってきたら、飯ごうのをせます。



3. 飯ごうの中が沸騰して、ふたからふきこぼれるお湯がおさまって白く固まったら火からはずします。

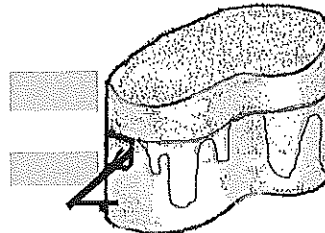


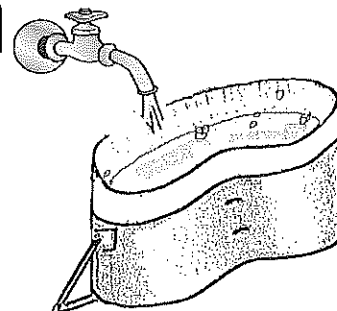
図 3

4. ふたを開けてみてご飯に穴がポツポツあいて水がなくなっていたら、かまどからおろす。
5. **ふたをずらして**10分ほど蒸らしておく。
6. この間に飯ごうの側面のすすを新聞紙で落とす。

※ やけどをしないよう軍手を使うこと！！
 ※ 飯ごうを押したりたたいたりしないこと！

7. できあがり
8. 炊き上がったご飯を皿などに空けたあと、こびりつかないうちに飯ごうの中に水を入れておく。

図 4



(案)
カレーライス 作り 役割分担

() 組 () 班

まき・かまど 係		食器・飯ごう 係		食材・カレー 係	
担 当		担 当		担 当	
<ol style="list-style-type: none"> 1 まき小屋に行き、まき8本・ 焚き付け用まき6本を取りに行く 2 まきを組んでおく 3 米の準備が終わる少し前に火をつける 4 火が消えないようによく見ている 5 米が炊けたら、カレー班に鍋を火にか ける準備をするよう 声をかける 6 カレーをつくる間 火が消えないように 見ている (火が消えそうでも新聞紙は入れない→燃え カスが舞ってカレーなどに入ってしまうため) 7 完成して食べる前に、燃えている まきを火ばさみで組み直したりして 食べている間にまきを全部燃え切る ようにする <p style="text-align: center;">※ まきは有料なので、無駄に 燃やさず大切に使う</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 食器・用具を運ぶ。 ・食器セットの道具類の数の確認 ・必要な食器や用具を洗う 2 2個の飯ごうに米を計り入れる (図 1) 3 米をとぎ、水を入れる (図 2) 4 火がついたら飯ごうを火にかける 5 沸騰してくる 6 お湯がふきこぼれてくる。ふきこぼれがおさま って白く固まったら火からはずす (図 3) 7 中を確認して、ご飯に穴がポツポツあいて 水がなくなっていたら、かまどからおろす 8 火からおろしたらふたをずらして蒸らしておく ※ この間に飯ごう側面のすずを新聞紙で落とす (洗い、片付けがスムーズにできます) ※ やけどをしないよう軍手を使うこと！ ※ 飯ごうを押ししたり たたいたりしない 9 炊き上がったご飯を皿などに盛った後 こびりつかないうちに 飯ごうの中に 水を入れておく (図4) <p style="text-align: center;">(洗い、片付けがスムーズにできます)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 食材を運ぶ 2 野菜を洗う 3 野菜を切る ・肉 ・玉ねぎ ・にんじん・じゃがいも 4 鍋を火にかけ、水気をとばす 5 油を入れる 6 炒める ・豚こま肉・たまねぎ ・にんじん・じゃがいも 7 水を入れふたをして煮込む ※ 水は野菜がぎりぎり浸る程度 8 煮立ったらアクを取りさらに煮る ※ じゃがいもが柔らかくなるまで 煮込む 9 カレーフレークを溶かし入れ、 全体に混ぜたら完成！ 			
食 事 準 備					
食 事					
片 付 け					
かまど		食器・調理台		なべ・流し	
<ul style="list-style-type: none"> ・かまどの灰をほうきではく ・ちりとりで取り、灰捨て場に 持って行く ・かまどの周囲に灰やまきが落ちて いないか確認する 		<ul style="list-style-type: none"> ・洗剤で食器を洗う (飯ごうの中は特にていねいに洗う→カビの原因) ・ふきんで水気を完全に拭き取る ・調理セットの数を数えて、自然の家職員から 指示された場所に食器カゴを置く ・調理台の上下にゴミが落ちていないか確認する 		<ul style="list-style-type: none"> ・クレンザーとたわし・スポンジで 用具をていねいに洗う ・用具の水気を完全に拭き取る ・調理セットに戻す ・流し台の排水溝の中のゴミを取る 	

(案)

ナンとカレー作り

役割分担

()組 ()班

まき・かまど 係		食器・ナン生地 係		食材・カレー 係	
担当		担当		担当	
1	まき小屋に行き、まき8本・ 焚き付け用まき6本を取りに行く	1	食器・用具を運ぶ。 ・食器セットの道具類の数の確認 ・必要な食器や用具を洗う	1	食材を運ぶ
2	まきを組んでおく	2	材料を混ぜる ① ボウルに粉を入れる ※ 打粉は後で使うので入れないでね	2	野菜を洗う
3	カレー食材が切り終えたころ、 火をつける ※ まきは有料なので、無駄に 燃やさず大切に使う	② ①に油、水(ぬるま湯)を入れ はしてかき混ぜる ※ 水(ぬるま湯)は、3回に分けて 入れよう	3	野菜を切る ・玉ねぎ(みじん切り) ・にんじん・じゃがいも (細かいさいの目切り)	
4	火がついたらカレー係に声をかける	3	粉がまとまってきたら、手でこねる	4	鍋を火にかけ、水気をとばす
5	火が消えないようによく見ている	4	生地を丸くまとめ、ボウルに粉が 入っていた袋をかぶせ寝かせる (時間は、カレーのルーを入れるまで)	5	油を入れる
6	カレーが完成したら、ナン係に生地 を焼く準備をするように声をかける	5	寝かせた生地をもう一度こね、丸めて 人数分に切り分ける	6	炒める ・ひき肉・たまねぎ ・にんじん・じゃがいも
7	ナン用の鉄板を準備する	6	打粉をひき、めん棒でしずく型に のばす(2mm程度の厚さ)	7	水を入れふたをして煮込む ※ 水は野菜がぎりぎり浸る程度
8	完成して食べる前に、燃えている まきを組み直す ※ 食べている間に全部燃え切る ようにする	7	温めた鉄板に油をひき、ナンを焼く	8	煮立ったらアクを取りさらに煮る ※ じゃがいもが柔らかくなるまで 煮込む
				9	カレーフレークを溶かし入れ 全体に混ぜたら完成!
食 事 準 備					
食 事					
片 付 け					
かまど		食器・調理台		なべ・鉄板・流し	
<ul style="list-style-type: none"> ・かまどの灰をほうきではく ・ちりとりで取り、灰捨て場に 持って行く ・かまどの周囲に灰やまきが落ちて いないか確認する 		<ul style="list-style-type: none"> ・洗剤で食器を洗う ・ふきんで水気を完全に拭き取る ・調理セットの数を数えて、自然の家職員から 指示された場所に食器カゴを置く ・調理台の上下にゴミが落ちていないか 確認する 		<ul style="list-style-type: none"> ・クレンザーとたわし・スポンジで 用具をていねいに洗う ・用具の水気を完全に拭き取る ・調理セットに戻す ・流し台の排水溝の中のゴミを取る 	

(案)

ピザ・コンソメスープ作り

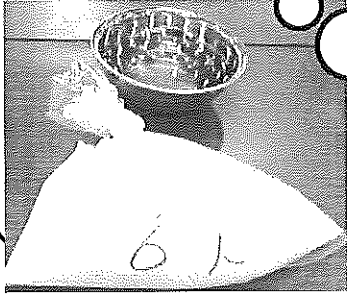
役割分担 () 組 () 班

まき・かまど 係		食器・スープ 係		食材・ピザ 係	
担 当		担 当		担 当	
1 まき小屋に行き、まき8本・ 焚き付け用まき6本を取りに行く 2 ピザ用まきをピザ釜の所へ持って行く ※ スープ用のまき2~3本もピザ釜へ 3 薪を組んでおく		1 食器・用具を運ぶ。 ・食器セットの道具類の数の確認 ・必要な食器や用具を洗う 2 野菜を洗う 3 野菜を1cm角に切る 4 野菜と水を鍋に入れて煮込む やわらかくなるまで煮る 5 すべての具材がやわらかくなったら 塩・コショウで味を整えて出来上がり		1 食材を運ぶ 2 班の人数分のぬるま湯・ドライ イースト 砂糖をカップに入れて、よくかき混ぜる 3 ボールに強力粉・塩を入れかき混ぜる ※ 打粉は後に使うので入れない 4 3に2を入れて混ぜ合わせよくこねる 5 4を丸めてボールにいれ、ぬれたクッキ ングペーパーをかけ20分~30分醗酵 させる 6 醗酵させている間に、具材(ベーコン トマト・ピーマン・玉ねぎ)を切る 7 醗酵した生地を切り分けまるめる 8 ボールに戻し、5と同じようにして今度は 5~10分 醗酵させる 9 打粉をひき、めん棒を使い丸く伸ばす (厚さ5mm程度) 10 ピザソースをぬり、具材のをせチーズを 振りかける 11 ピザ釜にいれて焼き上げる	
ピザ釜(※大人が望ましい)	スープ釜				
4 ピザ生地がこね終わる 頃に かまどに火をつける	4 スープの材料が 切り終わる頃に かまど に火をつける				
5 ピザのトッピング終了 するころまでに釜の温度を 600℃位にしておく	5 スープを火にかけ たら火を消さないよう にする				
6 釜にピザを入れて焼く	6 スープが完成した ら、冷めないように 弱火にかけておく				
7 釜の中の温度を一定に しておく(ピザを焼くうち に温度が下がるため)	7 完成して食べる前 に燃えている薪を組み 直す				
※ まきは有料なので、無駄に 燃やさず大切に使う					
食 事 準 備					
食 事					
片 付 け					
かまど		食器・調理台		なべ・鉄板・流し	
・かまどの灰をほうきではく ・ちりとりで取り、灰捨て場に 持って行く ・かまどの周囲に灰やまきが落ちて いないか確認する		・洗剤で食器を洗う ・ふきんで水気を完全に拭き取る ・調理セットの数を数えて、自然の家職員 から指示された場所に食器カゴを置く ・調理台の上下にゴミが落ちていないか 確認する		・クレンザーとたわし・スポンジで 用具をていねいに洗う ・用具の水気を完全に拭き取る ・調理セットに戻す ・流し台の排水溝の中のゴミを取る	

手打ちうどんづくり

材料

うどん用粉 100g, 水 50cc
食塩 5g, 打ち粉



※ 各材料の分量は1人分です。
作る時は班の人数分の量になります。

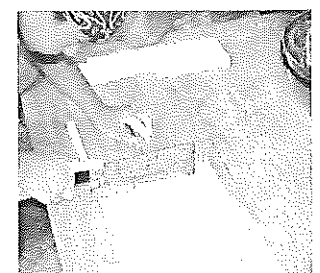
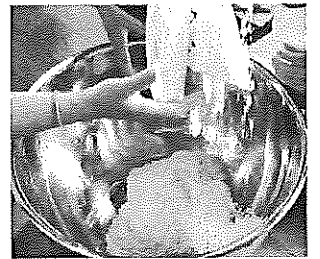
打ち粉は、
めんを伸ばす
時に使います。
最初からボール
に入れない
でね。

団体が準備するもの

- 手洗い用石けん (忘れずに!!)
- 食器用洗剤
- スポンジ
- たわし
- 金たわし
- 布巾
(水滴をきれいに拭くために多めに準備してください。)

【うどんの打ち方】

- ① 計量カップで水を計る。(50cc×班人数分)
- ② うどん用粉をボールに入れ、食塩を加えてよく混ぜ合わせる。
- ③ ②に水を(3回に分ける)入れてよく混ぜ合わせる。
- ④ こねて生地をまとめて、ポリ袋に入れ少しねかせる。
- ⑤ 時間になったら、ポリ袋から生地を出して本こねをする(10分位こねる)
- ⑥ こねあげたら、また袋に入れてねかせる。(最低15分)
- ⑦ ねかせている間に、使用後の道具を片付ける。のし板・麺棒の準備もする。
- ⑧ 時間になったら、ポリ袋の上から足で丁寧に踏む。
- ⑨ のし台に打粉を振り、生地をのし台に取り出す。
- ⑩ 麺棒で生地を縦・横に押しまわして円形に伸ばす。
- ⑪ 麺棒に生地を巻き付け3mmくらいの厚さまでのばす。
- ⑫ 伸ばした生地にたっぷり打粉をし、びょうぶたたみに折る。
- ⑬ こま板を使いながら麺切包丁で、3mm位の太さに切る。
- ⑭ 鍋にお湯を沸かし切った麺をほぐしながら入れ軽く混ぜる。
- ⑮ ふきこぼれない程度に火を弱め、15分位ゆでる。
※ 麺の硬さをみながら時間調整をする
- ⑯ 麺が茹で上がったら、水でよく洗いぬめりを取る。
- ⑰ ぬめりが取れたらざるにあげ、水をよく切る。
- ⑱ 器に盛り付け、汁をかけて完成。



カレーレシピ

【材料 1人分】

○玉ねぎ40g	○豚肉40g	○にんじん40g
○じゃがいも50g	○油 適量	○水 適量
○カレーフレーク30g		

【作り方】

- ① 野菜は、大きく切ると火のとおりに時間がかかるので、小さく切る。

豚肉はすでに細かくなっているので切る必要はない。
- ② 鍋に油をひき、温まってきたら玉ねぎを炒める。
- ③ 玉ねぎに火が通ったら、ひき肉、にんじん、じゃがいもを入れ炒める。
- ④ ③に火が通ったら、具材がかぶるくらいの量の水を加える。
- ⑤ 煮立ったらアクを取り、さらに煮る。(10~15分)

水の量が足りないときはここで調整する。
- ⑥ カレーフレークを溶かし入れ、全体に混ぜたら完成！

資料提供「日本ビルシステム」

ナンレシビ

【ナン生地の材料④ 材料 1 人分】

○強力粉50g ○薄力粉25g ○砂糖2.5g
○塩1.2g ○ベーキングパウダー3g

【ナン生地の材料⑤ 材料 1 人分】

○油（生地用）11g ○ぬるま湯20cc

【その他】

○打ち粉 ○油（焼く時用）

【作り方】

- ① 材料④をボウルに入れる。
- ② 油、ぬるま湯を①のボウルに入れ、箸などでかき混ぜる。（ぬるま湯は3回くらいに分けて入れる。）
- ③ まとまってきたら、手でこねる。（目安は15分）
- ④ 生地を丸くまとめ、ボウルにラップをかけて40分ほど寝かせる。
- ⑤ 寝かせたら、生地をもう一度こね、人数分に分ける。
- ⑥ めん棒を使い、楕円形に伸ばす。（2mm程度の厚さ）
*打粉をひき、生地にまぶすとくっつきにくくなる。
- ⑦温めた鉄板に油（適量）をひき、焼き目がつくまで両面焼く。

資料提供「日本ビルシステム」

ピザレシビ

【ピザ生地材料 1人分】

- | | | |
|---|------------|--------|
| ④ | ○強力粉100g | ○塩1.6g |
| ⑤ | ○ドライイースト2g | ○砂糖2g |
| | ○ぬるま湯50cc | |

【具材 1人分】

- | | | |
|----------|-----------|----------|
| ○打ち粉12g | ○ピザソース40g | ○チーズ60g |
| ○ベーコン20g | ○トマト70g | ○ピーマン30g |
| ○玉ねぎ30g | | |

【作り方 1人分】

- ① ぬるま湯50ccにドライイースト2gと砂糖を溶かし、カップに⑤の材料を入れてよくかき混ぜる。
- ② ボウルに④と⑤を入れ、混ぜ合わせてよくこねる。
- ③ ②にぬれたクッキングペーパーをかけて20~30分醗酵させる。
- ④ 醗酵させている間に、具材の準備をする。(ベーコン、トマト、ピーマン、玉ねぎをスライスする。)
- ⑤ 醗酵した生地を人数分に切り分けてまるめる。(最大で2人分)
- ⑥ ボウルに戻し、③と同じにして、今度は5~10分醗酵させる。
- ⑦ 打粉をひき、めん棒を使い丸くのばす。(厚さ5mm程度)
- ⑧ ピザソースをぬり、具材をのせ、チーズを振りかける。
- ⑨ ピザ釜にいれて焼き上げる。

資料提供「日本ビルシステム」

コンソメスープレシピ

【コンソメスープの材料 1人分】

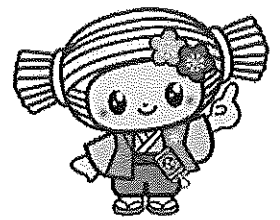
○玉ねぎ15g	○かぼちゃ15g
○トマト15g	○水200ml

【作り方 1人分】

- ① 野菜を1cm角に切る。
- ② 野菜と水を鍋に入れ煮る。
- ③ 沸騰したらコンソメを入れ、弱火～中火でやわらかくなるまで煮る。
- ④ すべての具材がやわらかくなったら、塩とコショウで味をととのえてでき上がり！

資料提供「日本ビルシステム」

調理活動片付けチェックカード(飯ごう場用)



みんなで協力して楽しく飯ごう炊^{すい}さんはできましたか？

次に使う人が気持ちよく使えるように、片付けもしっかり行いましょう。

■ 食器カゴの中の数を確認しましたか。

飯ごう2		お玉1		しゃもじ2	
包丁2		さいばし1		まな板2	
なべ1		ふた1		なべつる1	
ざる1		深皿8		皿8	
スプーン8		フォーク8		ピーラー2	
ボール1					

■ お皿など使用したものをきれいに洗いましたか。

洗い残しはありませんか。(特になべの底の黒いすす)

■ 飯ごうの中にご飯つぶやおこげが付いていませんか。

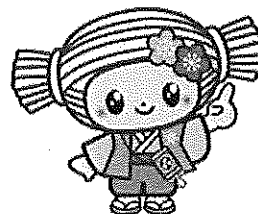
飯ごうのまわりや底に黒いすすが残っていませんか。

■ 乾^{かわ}いたふきんで丁^{てい}寧^{ねい}に拭きましたか。

お皿やなべなどに水^{すい}滴^{てき}は残っていませんか。

団体名		班名	
使用日		使用カゴ	

調理活動片付けチェックカード



(指導者用・飯ごう場用・カレー用)

- 使用したすべてのカゴの中の数を確認しましたか。

飯ごう2、お玉1、しゃもじ2、包丁2、さいばし1、

まな板2、ピーラー2、なべ1、ふた1、なべつる1、ざる1、

ボール1、深皿8、皿8、スプーン8、フォーク8

- お皿などの洗い残しはありませんか。

(特になべの底の黒いすす)

- 飯ごうにご飯つぶやおこげは残っていませんか。

飯ごうのまわりや底に黒いすすが残っていませんか。

- お皿やなべなどに水滴は残っていませんか。

- 水道排水溝の生ごみは処理されていますか。

- トイレを含め飯ごう場はきれいに清掃されてありますか。

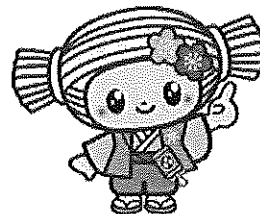
かまどの灰は灰捨て場に捨ててありますか。

- 飯ごう場やトイレの消灯はされましたか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--

調理活動片付けチェックカード

(指導者用・飯ごう場用・鉄板焼き用)



- 使用したすべてのカゴの中の数を確認しましたか。

飯ごう2、お玉1、しゃもじ2、包丁2、さいばし1、

まな板2、ピーラー2、なべ1、ふた1、なべつる1、ざる1、

ボール1、深皿8、皿8、スプーン8、フォーク8

- カゴ以外に貸し出した用具の数は確認されましたか。

鉄板 (グループ数)、へら (グループ数×2)

- 鉄板やお皿などの洗い残しはありませんか。

- 鉄板やお皿などに水滴は残っていませんか。

(特に鉄板の底の黒いすず)

- 水道排水溝の生ごみは処理されていますか。

- トイレを含め飯ごう場はきれいに清掃されていますか。

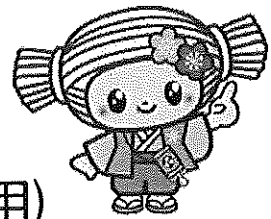
かまどの灰は灰捨て場に捨ててありますか。

- 飯ごう場やトイレの消灯はされましたか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--

調理活動片付けチェックカード

(指導者用・飯ごう場用・ナン&カレー用)



- 使用したすべてのカゴの中の数を確認しましたか。

飯ごう2、お玉1、しゃもじ2、包丁2、さいばし1、

まな板2、ピーラー2、なべ1、ふた1、なべつる1、ざる1、

ボール1、深皿8、皿8、スプーン8、フォーク8

- カゴ以外に貸し出した用具の数は確認されましたか。

【グループ数分】

鉄板、ボウル、計量カップ、深底カップ、A3シート

【グループ数×2】

へら、のし棒

- 鉄板やお皿などの洗い残しはありませんか。

(特に飯ごうのまわりや底、なべの底の黒いすす)

- お皿やなべなどに水滴は残っていませんか。

- トイレを含め飯ごう場はきれいに清掃されてありますか。

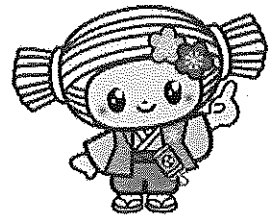
かまどの灰は灰捨て場に捨ててありますか。

水道排水溝の生ごみは処理されていますか。

- 飯ごう場やトイレの消灯はされましたか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--

調理活動片付けチェックカード



(指導者用・飯ごう場用・ピザ用)

- 使用したすべてのカゴの中の数を確認しましたか。

飯ごう2、お玉1、しゃもじ2、包丁2、さいばし1、

まな板2、ピーラー2、なべ1、ふた1、なべつる1、ざる1、

ボール1、深皿8、皿8、スプーン8、フォーク8

- カゴ以外に貸し出した用具の数は確認されましたか。

【グループ数分】ボウル、計量カップ、深底カップ、A3シート

【グループ数×2】のし棒、アルミ製ピザ板

- お皿やボウルなどの洗い残しはありませんか。

お皿やボウルなどに水滴は残っていませんか。

- トイレを含め飯ごう場はきれいに清掃されてありますか。

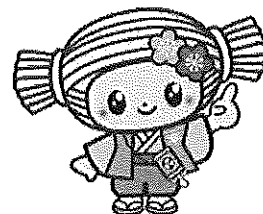
かまどの灰は灰捨て場に捨ててありますか。

水道排水溝の生ごみは処理されていますか。

- 飯ごう場やトイレの消灯はされましたか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--

調理活動片付けチェックカード(創作の館用)



みんなで協力して楽しく調理活動はできましたか？

次に使う人が気持ちよく使えるように、片付けもしっかり行いましょう。

■ 食器カゴの中の数を確認しましたか。

バット1		計量カップ1		お玉1	
フライ返し2		なべ1		ふた1	
ボール1		なべつる1		木べら1	
さいばし1		包丁2		ピーラー2	
まな板2		おはし16		スプーン8	

■ お皿など使用したものをきれいに洗いましたか。

洗い残しはありませんか。

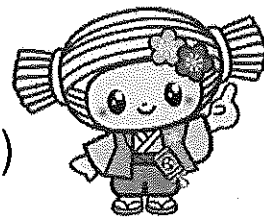
■ 乾いた^{かわ}ふきんで丁寧^{ていねい}に拭きましたか。

お皿やなべなどに水^{すいてき}滴は残っていませんか。

団体名		班名	
使用日		使用カゴ	

調理活動片付けチェックカード

(指導者用・創作の館用・カレー用)



- 使用した数を確認しましたか。

【カゴの中】

バット1、計量カップ1、お玉1、フライがえし2、なべ1、
ふた1、ボール1、なべつる1、木べら1、さいばし1、包丁2、
ピーラー2、まな板2、おはし16（8人分）、スプーン8、

- お皿やボウルなどの洗い残しはありませんか。

お皿やボウルなどに水滴は残っていませんか。

- 生ごみは生ごみ置き場に持っていきましたか。

- モップ掛けなど創作の館はきれいに清掃されてありますか。

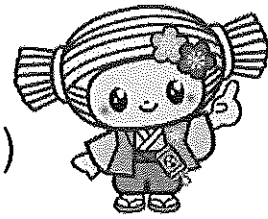
排水溝の処理を含め水道まわりは清掃されてありますか。

トイレは清掃されてありますか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--

調理活動片付けチェックカード

(指導者用・創作の館用・うどん用)



- 使用した数を確認しましたか。

【カゴの中】

バット1、計量カップ1、お玉1、フライがえし2、なべ1、
ふた1、ボール1、なべつる1、木べら1、さいばし1、包丁2、
ピーラー2、まな板2、おはし16（8人分）、スプーン8、

【ボウルの中】

ボウル（大）1、ざる1、こま板1、湯切り1、おわん8、
深底のお椀1、計量カップ1

【その他】

めん切り包丁、めん台、めん棒（各グループ数分）

- お皿やボウルなどの洗い残しはありませんか。

お皿やボウルなどに水滴は残っていませんか。

- 生ごみは生ごみ置き場に持っていきましたか。

- モップ掛けなど創作の館はきれいに清掃されてありますか。

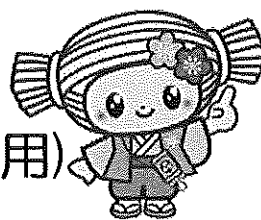
排水溝の処理を含め水道まわりは清掃されてありますか。

トイレは清掃されてありますか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--

調理活動片付けチェックカード

(指導者用・創作の館用・鉄板焼き用)



- 使用した数を確認しましたか。

【カゴの中】

バット1、計量カップ1、お玉1、フライがえし2、なべ1、
ふた1、ボール1、なべつる1、木べら1、さいばし1、包丁2、
ピーラー2、まな板2、おはし16（8人分）、スプーン8、

【その他】

鉄板（グループ数分）

- お皿やボウルなどの洗い残しはありませんか。

お皿やボウルなどに水滴は残っていませんか。

- 生ごみは生ごみ置き場に持っていきましたか。

- モップ掛けなど創作の館はきれいに清掃されてありますか。

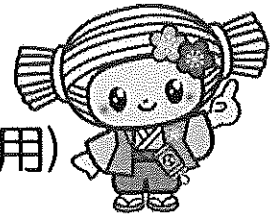
排水溝の処理を含め水道まわりは清掃されてありますか。

トイレは清掃されてありますか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--

調理活動片付けチェックカード

(指導者用・創作の館用・ナン&カレー用)



- 使用した数を確認しましたか。

【カゴの中】

バット1、計量カップ1、お玉1、フライがえし2、なべ1、
ふた1、ボール1、なべつる1、木べら1、さいばし1、包丁2、
ピーラー2、まな板2、おはし16(8人分)、スプーン8、

【その他】

○グループ数分→鉄板、ボウル(大)、計量カップ、深底のおわん、

○グループ数分×2→麺棒

○人数×2→お皿

- お皿やボウルなどの洗い残しはありませんか。

お皿やボウルなどに水滴は残っていませんか。

- 生ごみは生ごみ置き場に持っていききましたか。

- モップ掛けなど創作の館はきれいに清掃されてありますか。

排水溝の処理を含め水道まわりは清掃されてありますか。

トイレは清掃されてありますか。

団体名		担当者	
-----	--	-----	--