焼きマシュマロ

竹ひごにマシュマロを刺して、おき火で焼くだけで、おいしい焼きマシュマロができあがります。外はカリカリ、中はフワフワで、とても同じマシュマロとは思えません。野外炊事後のおき火を使ってもできます。

「スモア（ビスケットでマシュマロをはさむ）」も選べます。

対象	実施時期	定員	所要時間
３歳以上	通年	５～１２０人	１時間

利用者持ち物	プラザ貸し出し備品	食堂提供
食器・軍手（綿１００％　化繊は熱で溶けます）・洗剤・スポンジ・マッチ・新聞紙・ふきん・台ふきん・服装は長袖・長ズボンを推奨	【全体】半ドラム缶（必要に応じて）・火ばさみ・皮手袋・アルコールスプレー	竹ひご（人数分） マシュマロ（1 セット１０個）・ごみ袋、 ビスケット付き：ビスケット（1 セット 20 枚）

ねらい

・火の扱い方について学習・習得する。
・自然の中で料理して食べることの喜びを知る。

実施の流れ

打ち合わせ・説明

◆開始 15 分前に、当所職員と団体代表者の打ち合わせを行います。
（当日、お渡しする「野外炊事カード」をご記入の上、打ち合わせを行います。）
◆その後、全体への説明は当所職員が行います。

以降は、団体で進行してください。

準備

① 食材と用具を受け取り、活動場所を確認します。
② テーブルを使う場合には、台ふきんで拭きます。
③ 実施する前に手を洗います。
④

実施

① 炭もしくは薪を使い、火をおこします。
　【炭】火おこしに時間がかかるが、炎が小さいのでマシュマロが燃えにくい。
　【薪】炭より短時間で火おこしできるが、炎があがるのでマシュマロが燃えやすい。
② 竹ひごをアルコールで消毒します。
③ 竹ひごの先にマシュマロを刺します。
④ 火元に近づけすぎないようにし、竹ひごを回しながらうすく茶色に色付くくらいこんがり焼きます。
　※マシュマロを下にかたむけて持つと落ちるので注意。

⑤「スモア」の場合、焼いたマシュマロを２枚のビスケットではさんで食べます。

片付け

① 灰の掃除をします（かまどを使用した場合、かまどに水はかけないでください。ひび割れの原因になります）。
② ゴミを分別し、ゴミ置き場へ持っていきます。
③ 当所職員による点検を受けます。

※片付けを始めるタイミングで、使用した薪の数や調理器具・使用した場所の確認を職員が行いますので、キャンピングセンターまたは本館事務室へお声がけください。

※指導者で点検係を決めていただき、当初職員の点検を受ける前に、団体で必ず点検を行ってください。

まとめ

・ふりかえり

留意点

① 薪を運ぶときは軍手をはめ、とげが刺さらないように注意してください。
② 火を扱う際は必ず軍手をし、必要に応じて軍手の上から皮手袋を着用してください。また、長袖・長ズボン・帽子を着用しましょう。ただし、長袖長ズボン着用は熱中症に繋がる可能性もあります。その為、団体指導者が体験者の様子を観察して、適宜、服装を調節させ、熱中症を防ぐようにしてください。
③ 軍手は綿製の物にし、滑り止めつきの物は左右逆（滑り止めを手の甲側）にして使用してください（溶けたゴムによる火傷の防止）。
④ 炊事場周辺では絶対に走らせないようにしてください（火・刃物事故の防止）。
⑤ 使用した用具や場所はきれいに戻し、片付けをしっかりしてください。

SDGs の取組

・水は限りある資源です。大切に使いましょう。
・食品ロスを減らしましょう。食べきれる量だけよそりましょう。そして残さず食べましょう。
・下水処理に負荷をかけないために、洗剤を使い過ぎないようにしましょう。