

# 第54回

## 大阪学童保育研究集会

### 野外活動研修 in 蒜山



2023年6月24日(土) ~ 6月25日(日)



# < 目次 >



**野草・木の实  
桑の実・熊笹茶**

**P3**



**燻製づくり**

**P4**



**ファイヤートーチづくり**

**P5**



**キャンプファイヤー**

**P6**



**炭おこし  
野外炊飯（夕食、朝食）**

**P7**



**キャンドルランタン  
火おこし・荷物まとめ**

**P8**



**さいごに**

**P9**

# 野草・木の実・桑の実・熊笹茶

## 内容

ひるぜん自然の家のまわりに生息する野草や木の実（グイビ、桑の実、野イチゴ）などを、自然の家を管理する中村さんに教えてもらいながら、自然の魅力を知る。苦いもの、酸っぱいもの、甘いものを実際に探し食べながら経験する。また、笹の葉を煎じて飲む「笹茶」（大きな熊笹を使った熊笹茶）体験では、自然の美味しさを満喫することができる。

- ① 熊笹を摘む
- ② 熊笹を洗う
- ③ キッチンバサミなどで2～3cmの幅で切る
- ④ 鍋で煎る
- ⑤ 熊笹の色が茶色になる前に水を入れる
- ⑥ 煮立たせて火を止めて濾す
- ⑦ 香いを楽しみながら飲む



## 応用編 注意点

熊笹にあんこもちを挟むと笹の香りも楽しめる。お弁当におにぎりを作って笹で包むのもあり。笹や熊笹を切る際には軍手があると安全。

## 感想

自然の植物を知ること、食べられるもの、気を付けることを実体験として学ぶことができた。グイビの実は酸っぱいが、種の近くの甘みを感じる前に種を捨ててしまうことは愚の骨頂。なんでもじっくり経験することが学ぶためには大事だと感じた。



# 燻製づくり

## 内容

食べ物を日持ちさせる方法のひとつに燻す手法がある。日常生活の中では体験できない「燻製づくり」を野外活動として位置付ける。

燻製づくりはA段ボールを活用した香りをつける方法」とB「直火で生の食材を燻しながら調理する方法」の2つを学んだ。

### A準備物

段ボール・網(段ボールと同サイズ、もしくは少し小さめ)・スモークウッド・底網(スモークウッドが乗るサイズ)・アルミホイル・ガムテープ・カッターナイフ・そのまま食べられる食材(チーズ・ウインナー・ゆで卵・ベーコン・ハムなど)

### A作り方

- ① 段ボールに上から10cmくらいに網が入るための切り込みを入れる。
- ② 切り込みに網を入れて、食材を重ならないように並べる。
- ③ アルミホイルを敷き、底網にスモークウッドを置く。
- ④ スモークウッドは一部ではなく3面に着火。
- ⑤ 段ボールを被せ、上の部分はガムテープで塞ぐ。
- ⑥ 段ボールの上に重し(石、薪など)を置いて2時間程度放置して完成。

### B準備物

スモークセット・スモークチップ・カセットコンロ・S字フック・アルミホイル・生の食材(鮭・ししゃも・豚バラ肉・ささみ肉など)

### B作り方

- ① カセットコンロの上にステンレスの燻製キッドを乗せる。
- ② 食材の油・水分がチップにいかないようにアルミホイルで食材の油・水分が落ちるスペースをつくる。
- ③ 食材を網(キッドに備え付け)の上に重ならないように並べる。
- ④ 弱火でじっくり燻して完成(食材によって火の通り方が違うので様子を見る)。



## 応用編 注意点

生ものなどの食材の場合はBパターンでないと難しい。ベーコンやスモークサーモンなど、燻製したものを調理するなど保護者が中心となって取り組むには応用もしやすい。しかし、子ども達が燻製にする食材を考えたり、準備したりするにはAパターンの方が適している。キャンプ当日までに段ボールに班ごとに絵を描いたり装飾したり楽しみを膨らませることも応用できそう。AとB、それぞれの良さ、魅力がある。どちらにしても火を使う活動・調理する活動として衛生面や事故防止等への配慮が必要である。

## 感想

火の加減や着火面積、食材の種類など失敗することも含めた経験ができた。Aパターンのスルメ、ゆで卵、チーズ。Bパターンのエビ、豚バラ肉の美味しさを子ども達と感動できるのではと胸が膨らんだ。Bパターンのうすら卵が、あんなに輝くなんて、そして食べた時の予想を越えた経験は本当に感動した。



# ファイヤー Torchづくり

## 内容

キャンプファイヤーを行う際に、火の点火に使うトーチを作成した。もち手となる棒の部分は、竹を使用し、竹は1メートル程、幅5センチ程にのこぎりとなたとトンカチを使い複数本用意する。なた使用時は縦に竹を置くより、写真のように段差を利用し竹は寝かす方が良い。火を受ける空き缶はスチールの方がよく、大きさはコーヒー缶からミカン缶まで程度物が良い。竹の節をうまく使い、空き缶が引っかかるように竹で挟み込み、竹を針金で縛っていく。空き缶を使うことにより火や灯油が手元に落ちてくる危険性が無くなる。トーチづくり作業では、たくさんの工具を使用する。子どもたちと作業する場面では十分に工具の使い方や作業時には軍手を使用することが必要。トーチ使用の際は空き缶にぼろ布を入れ、灯油やホワイトガソリンを布しみこませる。火の神様などの衣装に火が映らないように注意が必要。

## 準備物

空き缶(コーヒー缶・ミカン缶)・竹(1m程・幅5cm程を複数)・針金・布・灯油・のこぎり・なた・トンカチ



## 感想

竹の節をうまく使い缶を設置することや、竹でなたを割く時の工夫など知ることが出来た。



# キャンプファイヤー

## 内容

今回はどこにでも販売している薪を使用しました。組み方は初めのうちは六角形に組んでいき、その後一度薪で平らな部分を作り四角形に移行する。四角形の中には着火しやすいように細い枝や薪を縦に差し込み、ファイヤートーチ点火部分には新聞紙や着火剤など使用し点火しやすいように工夫しておく。また、追加の薪を利用しサークルを作り安全範囲を決めていく。バケツに水を入れて置き、ファイヤー時の火加減の調整に利用する。

★司会→(大人 指導員 こども)

★点火方法→火の神様(大人 こども)、マジック着火、ファイヤートーチ、

★プログラム構成→司会と序盤の盛り上げ、中盤(歌・スタンプ・ゲーム)、終盤(気持ちを落ち着かしていく内容へ)。

★大人の役割→薪組む・ファイヤーキーパー・盛り上げ役・後片付け

## 準備物

薪、新聞紙、火ばさみ、水バケツ、耐熱グローブ、ファイヤートーチ、スタンプ備品



## 感想

それぞれのキャンプファイヤーの作り方、進め方が交流で話すことが出来た。目的である「集団における仲間意識を高める」をどういった形で実現していくかは、それぞれの方法でよい。また、キャンプ場の制限や参加者の人数を確認し、プログラムや内容を検討していく。



# 炭おこし・野外炊飯(夕食、昼食)

## 内容

炭を使った火おこしは、炭を組むときに空気がしっかりと通るように組み、根気よく、タイミングよく空気を送る事が大切である。着火剤、ガスバーナーを使うのもよいが、火種(火起こし参照)を作ってキャンプ場にある小さな木や燃えやすい枝などを、子ども・保護者と一緒に拾ってきて使うのもキャンプの醍醐味といえる。空気を送る道具としては、うちわや火吹き棒、枯れ葉掃除のブロワーなども便利である。

## 準備物 感想

今回の研修では、半分に切ったドラム缶に、炭を乗せるための網 1 枚と、ダッチオーブンを乗せるための網 2 枚を使用した。炭は 10 キロ程(人数・規模による)。着火用にガスバーナーを使ったが、使用済みの割り箸、新聞紙(使いすぎ注意)なども使える。活動内容にあわせたもので良い。

炭は中々火がつきにくかったが、実際火がついた時にはその苦労もあって一層嬉しかった。

## 内容

起こした炭の上で網を敷き、ダッチオーブンを乗せ、オリーブオイルをひいたら具材を順番に炒めていく。ある程度火が通ったら水を入れ沸騰させ蓋を閉めて直接炭の中に入れる。10分~20分したら火から取り出し出来具合を確認(火が通ってなければ戻す)して、かき混ぜて再び蓋をして5分ほど蒸らしたら出来上がり。炒める・かき混ぜるのは火の上で行うので、軍手をつけるなどして火傷に注意。

## 準備物 感想

油、調味料(塩・胡椒・コンソメ・香草類等)、食材、ダッチオーブン、木べら

具材を炒める過程でいい匂いがしてウキウキしました。簡単なので、活動に取り入れやすそう。

## 内容

野外の調理では、普段と同じように調理できないことが多いため、できるだけ包丁やまな板を使わずに調理する方法もある。今回研修で行った牛乳パックを使った焼きそば作りもその一つである。ボール(ビニール袋)に焼きそばの食材と調味料、ソース(いろんな種類を用意して食べ比べもあり)を入れて、かき混ぜる。まんべんなく混ぜたら、アルミホイルで焼きそばを隙間がないように包み、牛乳パックに入れる。そのまま火の中に入れて、牛乳パックが全て焼け落ちたら完成。

## 準備物 感想

牛乳パック、アルミホイル、ビニール袋、油、調味料、ソース、食材

簡単。ホットドックではないパターンで色んな味を試せるのは良いと思った。





# キャンドルランタン・火おこし・荷物まとめ

## 火おこし

### 舞切り式火おこし器



※これら以外にも多くの種類があります。

その他 (メタルマッチ・ソーラー)

弓切式や、紐引き式などもありますが、しんどいです。舞切式がおすすめです。  
通販や、ホームセンター、中には100均にも火おこしグッズがあります。

## キャンドルランタン



フルーツ缶で作成。準備物は、缶切り・釘・金づち・軍手・ペンチ・針金・キリアルミ缶でもできますが、変形しやすいです。五枚目の写真は応用です。フルーツ缶はおやつの際に捨てないで置いておく。缶切りで開けたフチは金づちや、ペンチで均しておく。

## 1泊目、2泊目などに小分けする

## 荷物まとめ



100円均一などで、ジプロック・収納袋・メッシュ袋など購入する。火おこし・キャンドルランタンは、保護者に教えて、親子で楽しんでもらおう。荷物まとめは、こどもだけの参加でも着替えチェックがやりやすいです。



# さいごに

参考文献や YouTube 動画など、知識として学べるものはたくさんあります。しかし、失敗と成功の両面を実際に体験し学ぶことは、保育計画を立てる上でとても大切だと考えます。

今回、子ども達に感じて欲しい、経験して欲しいと思う野外活動を学ぶために、経験ある指導員が紹介し合う形で、実技を通し学び合う研修となりました。

子どもたちと一緒に取り組むためには、どのような導入や働きかけ、準備が必要なのか。多様な視点から注意しなければならないこと、応用できること。施設の規模、これまでの活動内容に合わせた取り組み方。日帰り（デイキャンプ）や施設内での活動の取り入れ方など、研修を通してあらためて疑問に思えたことや感じたこと、気づいたことを共有しながら学びました。

また、保育運動センターが所有する研修施設である「ひるぜん自然の家」を利用できました。自然豊かで学びやすく居心地良く、都会から離れた自然の中で大阪研究集会の全大会も学ぶことができました。

自然の中で人と人が繋がること。その感動を共有することを、今の子ども達にどうやって伝えるのか。今回の「大阪研オプション企画野外活動研修」を通して学び合える機会となりました。

**野外活動研修で学んだキャンプの魅力を  
子どもたちに伝えていくでえー！  
最高のキャンプを一緒につくるぞー！！**

