

# V キャンプ場・野外調理について

## 1 利用方法

### (1) 施設・設備

- ①第1 キャンプ管理棟……………事務室（指導者の打ち合わせ等に利用）  
ホール（ミーティング等に利用）  
宿泊室（指導者等の宿泊用 4人×2部屋）  
食材倉庫, シャワールーム（6室）
- ②第2 キャンプ管理棟……………冷蔵庫, 寝室, 貴重品ロッカー12口, シャワー設備6カ所
- ③キャンプ場倉庫……………薪, 掃除用具等, その他物品の保管
- ④シュラフ倉庫……………シュラフ（寝袋）等
- ⑤野外調理倉庫……………バーベキューセット等
- ⑥常設テントサイト……………7サイト 14張 }（4～5人用）
- ⑦ドームテント設営サイト…8サイト 16張 }
- ⑧野外調理棟……………調理台12（1台は12人用）
- ⑨トイレ（屋外）……………2カ所
- ⑩キャンプファイアー場……………100人程度使用可能（100人以上は他に草原キャンプファイアー場あり）
- ⑪広 場……………3カ所（集会, レクリエーションなどに使用）

### (2) 貸出物品

- ①ドームテント（4～5人用）……………40張 シュラフ倉庫
- ②シュラフ……………シュラフ倉庫
- ③シュラフシート……………本館2階売店で受け取り
- ④ライスクッカー, 食器類, ナベ……………調理台下の戸棚
- ⑤飯ごう, おたま, しゃもじ, トング等の調理器具 ……調理道具保管庫
- ⑥まな板, 包丁などの調理用具……………調理道具保管庫
- ⑦バーベキューセット……………野外調理倉庫
- ⑧食器洗・手洗い洗剤等……………流し台下の戸棚
- ⑨ゴミ捨て用ポリバケツ……………第2 キャンプ管理棟



### (3) 利用者の方に用意していただく物品

- ①ふきん（食器拭き用, 台拭き用） ②食器洗いスポンジ ③キッチンペーパー ④ラップ・ホイル
  - ⑤ビニール袋 ⑥軍手 ⑦防虫剤など ⑧ランタン（懐中電灯） ⑨その他活動に必要なもの
- ※野外調理の場合①②は必須、③～⑥は必要に応じて

### (4) テントサイトでの生活

- ①テントを利用する前後に、備え付けの掃除用具で清掃をお願いします。
- ②テント内で蚊取り線香などの火気の使用はできません。



### (5) 生活時間

- ①基本的に標準生活時間はありませんので、団体で食事・活動の時間等自由に設定してください。
- ②レストランで食事をする場合、あるいは本館にて入浴する場合の時間は、本館の標準生活時間にあわせてください。
- ③野外調理を行う場合には、各団体で独自につどいを行ってください。
- ④消灯・就寝時間以降はテント内で静かに過ごし、他団体に迷惑をかけないようにしましょう。
  - 1) 入所……………15時まで
  - 2) 食材受渡し（夕食・翌日朝食）……………15時30分
  - 3) 食材受渡し（昼食）……………9時30分
  - 4) 代表者連絡会……………16時30分（夏季17時）
  - 5) 就寝……………22時30分



## (6) 清掃及び整理・整頓

### ①野外調理棟

- 1) 食器・鍋はきれいに洗って乾いたふきんで水気を十分に拭きとってください。
- 2) 飯ごうやライスクッカーの中の黒こげ・米粒・水分の残りが無いようご確認ください。
- 3) ライスクッカーは、内部を傷つけないようスポンジで洗ってください。
- 4) 各調理台・ガス台は、台ふきで拭いてください。
- 5) 流しのゴミ受けの中の残飯のかたづけをご確認ください。
- 6) 床は、ほうきで掃いてください。
- 7) ガスの元栓を確実に閉めてください。
- 8) かまど内の灰は残さずきれいに清掃してください。



※洗浄後の食器・鍋等を入れたコンテナと流し台下の調理器具は、職員による退所点検が終了するまでは調理台の上に置いたままにしておいてください。

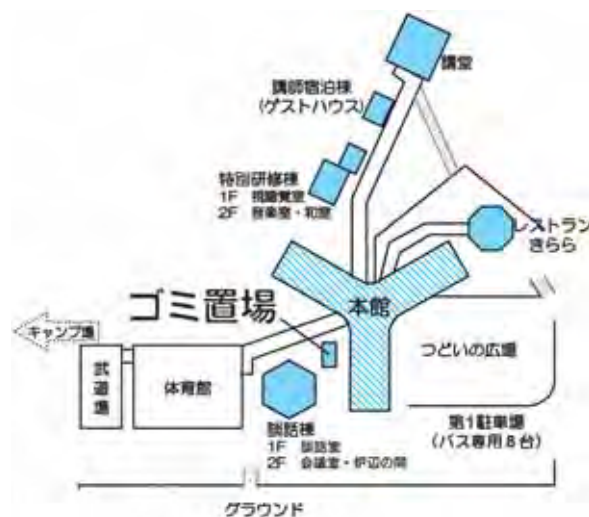
### ②テントサイト

- 1) テント内の荷物を出し、テントの中をほうきで掃いてください。
- 2) テントサイトのゴミは、拾ってください。
- 3) テントのファスナーは、すべて閉じてください。
- 4) シュラフ（寝袋）は、日光干しをしてシュラフ倉庫に返却してください。（晴天時）
- 5) シュラフシートは、専用の回収袋（1袋に約15枚）に折りたたまずに入れて、本館2階売店のシート返却コーナーに返却してください。



### ③ゴミの処理

- 1) ゴミバケツの中のゴミと段ボールは、職員の説明を受けて本館裏玄関横のゴミ置場に運搬してください。
- 2) 炭や灰は、水で消火後、キャンプファイア場通路横の穴に入れてください。  
**☆火が消えていることを必ず確認してください。**



## (7) 退所点検

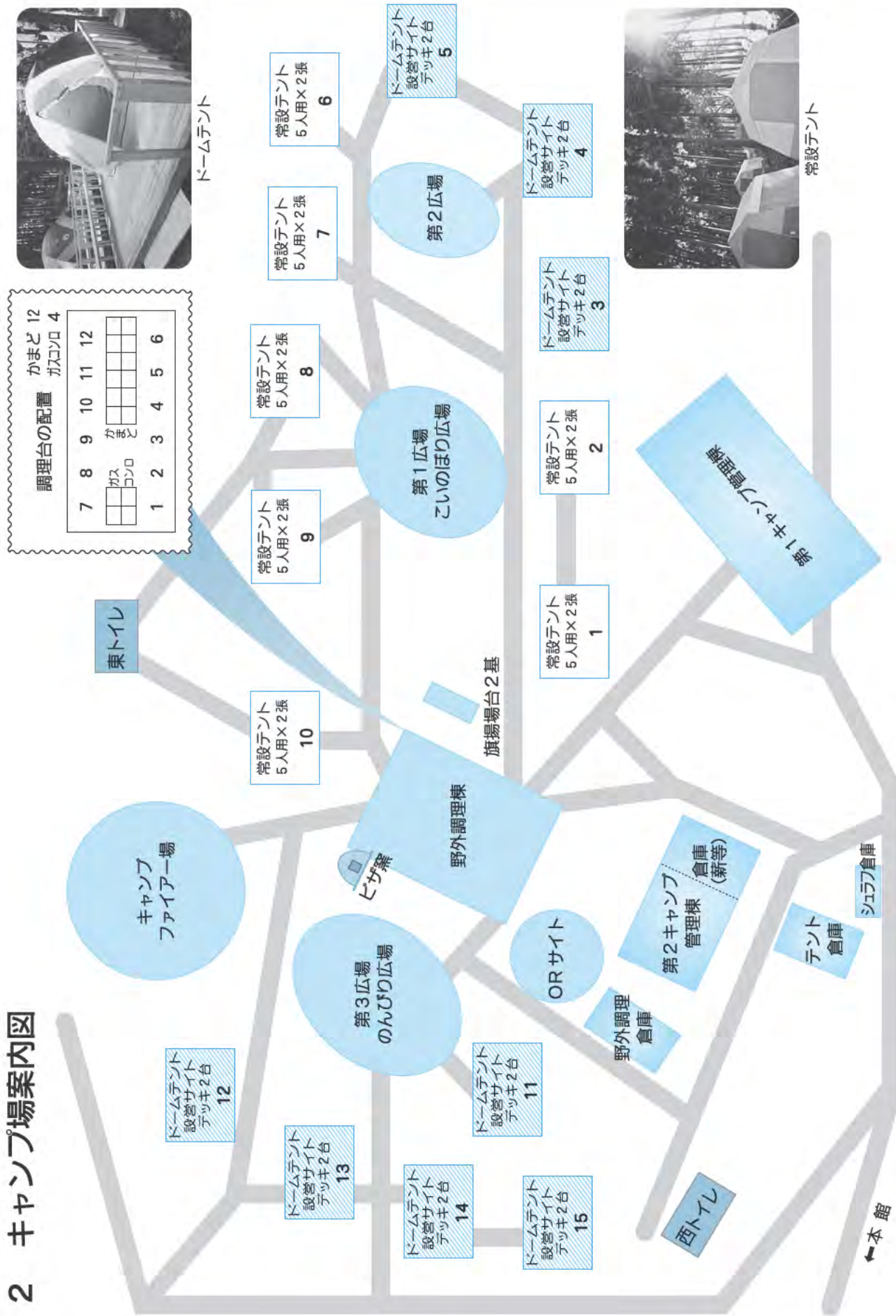
- ①団体の代表者の方はかたづけ確認後、各調理台とテントサイトに1人以上待機した状態で事務室へ連絡をして、職員と一緒に最終点検を行ってください。
- ②不備があった場合は、やり直しを行い、再度点検を受けてください。

## (8) 経費及び支払い

p16～18をご参照ください。

V キャンパス  
野外調理棟

## 2 キャンプ場案内図





### 3 野外調理メニュー（材料費のみ）

	No. 1 和食 400円	No. 2 洋食 400円	No. 3 携帯食 400円
朝食メニュー	ご飯 米140g 味噌汁 豆腐・わかめ・ネギ・いりこ・味噌 野菜炒め キャベツ・玉ねぎ・人参 ベーコン・ピーマン 塩・コショウ・油 味付けのり・ふりかけ 漬物・牛乳 栄養価 797kcal	食パン 2枚 ハム 2枚 卵・油 1個 ジャム・マーマレード 各1個 サラダ ツナフレーク・わかめ コーン・マヨネーズ コーンスープ 1袋 栄養価 663kcal	パン 1個 軽食サンド 1個 バナナ 1本 ペットジュース 1本 (お茶に変更可) 栄養価 717kcal
	<b>No. 4 いきなりだご 500円</b>		
昼食・夕食メニュー	いきなり団子 2個分 さつまいも 80g 薄力粉・白玉粉 50g 砂糖・塩・ようかん いも蒸しパン 2個分 さつまいも 30g ケーキ粉・牛乳 アルミカップ 2個 野菜スープ ベーコン・ウインナー・玉ねぎ キャベツ・パセリ・セロリ スープの素 栄養価 719kcal	カレーライス 米 140g 牛肉 50g ジャがいも 30g 玉ねぎ 60g 人参 20g カレールー・油・福神漬 野菜サラダ 阿蘇野菜・ドレッシング 果物・リンゴジュース 200cc デザート ★ハンバーグ追加は100円 ★果物等料金で肉量等調整可 栄養価 1025kcal	阿蘇たかなめし 米 100g たかな・胡麻・油・白だし だご汁 強力粉 40g 地鶏 30g ごぼう・人参・大根・里芋 椎茸・しょうゆ・だし 名水豆腐ステーキ・果物 木綿豆腐1/6丁・阿蘇野菜 油・ドレッシング 栄養価 820kcal
	<b>No. 5 カレーライス 500円</b>		
朝食メニュー	<b>No. 7 焼きそば 500円</b> ご飯 米 100g ふりかけ 焼きそば 中華麺 1玉 豚肉 50g キャベツ 100g 玉ねぎ 20g 人参 10g ピーマン 5g 焼きそばソース 果物・牛乳・デザート ★果物等料金で肉量等調整可 栄養価 951kcal	<b>No. 8 豚汁 500円</b> ご飯 米 100g ふりかけ 豚汁 豚肉 50g 里芋（じゃがいも） 50g ごぼう 20g 人参 20g 椎茸 20g 油揚げ 10g 大根 30g 味噌・ネギ・だし 果物・牛乳・デザート ★果物等料金で肉量等調整可 栄養価 812kcal	<b>No. 9 バーベキュー 1,000円</b> ご飯 米 100g ふりかけ 焼肉 牛カルビ 100g 豚バラ肉 100g 鶏もも肉 90g ウインナー 2本 キャベツ・玉ねぎ・ピーマン 焼肉のたれ・塩・コショウ 果物 ★肉の別途料金追加注文可能 栄養価 1212kcal
	<b>No. 6 阿蘇たかなめし・だご汁 500円</b>		
追加メニュー	<b>No. 10 ハンバーグ 100円</b> レトルトハンバーグ 75g 栄養価 144kcal	<b>No. 11 ミートボール 100円</b> レトルトミートボール 65g 栄養価 107kcal	<b>No. 12 ウインナー 100円</b> ウインナー 小4本 栄養価 121kcal
	<b>No. 13 石釜ピザ・パン 一人 500円（ピザのみ300円、パンのみ200円）</b>		
阿蘇オリジナルメニュー	☆ピザ 大プレート2枚（10人分） 強力粉 1kg ドライイースト 25g むるま湯 550cc 塩 20g オリーブオイル 20cc ピザソース 適宜 具材（ベーコン・チーズ・阿蘇の季節の野菜） 栄養価 ピザ一人分 674kcal	☆パン 直径8cm程度のチョコレートパン30個10人分 強力粉 1kg ドライイースト 35g むるま湯 550cc 塩 15g ヨーグルト 30g バター 130g 一口チョコ 30個 栄養価 パン一人分 527kcal	
	★上記は主に昼食メニューですが、夕食メニューにされる場合はオプションで ①ローストチキン（5人分 チキン1羽 1,000円 詰め物野菜付き） ②阿蘇たっぷり野菜スープ（10人 500円） を付けることもできます。 ★最小注文人数は10人単位です。 ★ピザ釜燃料費として薪・丸太代（約4,000円くらい）が必要です。		

V  
野キャン調理に場ついて



- ①食中毒防止のため、食べ物・飲み物の持込は予めご相談ください。
- ②食材受け渡し場所は、第1キャンプ管理棟又は野外調理棟で団体代表者確認のもとお渡しいたします。
- ③経費の支払いについては、本館1階事務室でご確認ください。
- ④野外調理食材依頼用紙の提出は1カ月前までです。
- ⑤人数の変更は5日前までに TEL 0967-22-1621 へお願いします。