

(30) 防災食プログラム

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果


◎仲間づくり・協調性 ◎自主性・創意工夫 ○阿蘇の自然に親しむ ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

② 未来を予測して計画を立てる力

過去や現在に基づき、あるべき未来像（ビジョン）を予想・予測・期待し、それを他者と共有しながら、ものごとを計画する力

2 活動の詳細（①火を使う場合 ②火を使わない場合）

概要 (セールスポイント)	防災学習の一環として、火おこし・非常食等の体験を通して、災害等の緊急時に対応できる知識・技能を養うとともに、防災意識の高揚を図る。 通常の野外調理と違い、水の使用制限、火の不使用などにより、調理・片づけ時間の短縮等の設定を行うことで、より効果的に体験学習を行うことが可能。			
諸条件	実施形態	① 指導必須（火起こしまで） ② 自主活動	提出書類	食事・教材確認表
	必要経費	①ハイゼックス袋+米1合(120円) レトルトカレー(200円) スプーン・皿セット(50円) ②アルファ米 白飯(300円) わかめ・五目飯・キンライ(各400円) ヒートレスカレー(250円)	事前の下見	不要 所要時間 別紙のとおり
			活動場所	野外調理棟・研修室(ガスの場合)
			時期	(野外調理棟使用) 5月~11月 (研修室) 通年
			対象・人数	最大144名まで
天候	全天候(研修室の場合)			
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物		団体に準備する物	
	①・② 無線・調理用具・消毒用アルコール ① 新聞紙・牛乳パック・簡易かまど ガスコンロ(カセットコンロ)・マッチ	○班ごとに ・ふきん(台拭き用約2枚、道具ふきあげ用2枚) ・スポンジ2つ ①のみ 薪1箱(要事前注文) 又は カセットガス1本(コンロ使用の場合) ○全体で 紙皿、スプーン等(人数分)事前注文可、 調理用洗剤、キッチンペーパー(売店で購入可) 《服装、携行品》 軍手・燃えにくい服装(長袖・長ズボン) 水筒・救急用品		
役割分担	青少年交流の家が行うこと		団体の引率者行うこと	
	1) 団体の引率者(担当者)へ事前説明を行う。 ※活動開始30分前までに ①安全上の注意点 ②活動終了までの流れについて 2) ②薪にて火おこしの場合、指導を行う 火が起こったところで、事務所へ戻る ④食器点検をおこなう		1) 事前説明をうける。 2) 活動を指導する(詳細は別紙) ①食材・物品の受け取り(レストランまたは売店にて) ②調理指導 ③会食 ④後片付け、食器点検 ⑤ゴミや灰の処理 ⑥野外調理棟、研修室の清掃 ⑦活動の振り返り	

3 活動のふりかえりのポイント



視点: ①「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

②「ここでの学びを、未来の災害発生時にどのように役立てることができるか。」

発問例: ①「この活動中の、グループのメンバーについて、頑張っていたこと、うれしかったこと、など自分が気づいた『〇〇さんナイス!』を伝えあいましょう。」

②「『災害に備える』ためには何が必要か、自分に何ができるか、今日の活動をとおして感じたことをグループ内で伝えあいましょう。」

4 SDGsで目指す姿

		13.3 気候変動の緩和、適応、影響軽減及び早期警戒に関する教育、啓発、人的能力及び制度機能を改善する。 自分が生活する地域起こりうる災害について予測し、家族や地域社会の一員として、自分にできることを考え行動できるようになる。
--	---	--

プログラムの流れ

《火を使う場合》 ※カセットコンロを使う場合は、すべて団体引率者での指導となります。

① 事前準備	<ol style="list-style-type: none"> 調理台、食卓の清掃を行う。 手を洗い、アルコールで消毒をする。 各班に、薪・新聞紙・鍋・マッチ・食材セット（人数分）を渡す。
② 調理・食事 90分 ※カセットコンロ利用の場合（60分）	<p>（交流の家職員の指導） 薪割り・火おこしの説明をする。</p> <p>（団体引率者の指導）</p> <ol style="list-style-type: none"> ハイゼックス炊飯の説明をする。（食材・食器・調理係） <ul style="list-style-type: none"> ハイゼックス炊飯用の袋を受け取る。（一人一枚） 米をとき、米と水を袋に入れ、袋の口を閉じる。 レトルトカレーを一人一つ受け取る。 鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したところで米の入ったハイゼックス袋を入れる。（30分程度） レトルトカレーと一緒に鍋に入れ、所定の時間温める。 ハイゼックス炊飯が終わったら、（紙）皿に移し、食べる。 ※皿に袋やラップを巻くことで、繰り返しの利用ができるとともに、洗い物を減らすことで、水の節約ができることを教える。
③ 片付け・ ④ ふりかえり 30～60分 ※年齢、人数等による	<ol style="list-style-type: none"> 食器や調理道具を洗い、しっかりと水分を拭き取らせる。 流し台の清掃、灰の処理を指示する。 （灰は、燃やしつつから一輪車に入れ、水をかけて灰捨て場へ捨てる） 拭き終わった調理器具は調理台の上に置き、引率者で点検を行った後、 交流の家職員を呼び、点検を受ける。 使った洗剤等（食器洗剤・ハンドソープ・アルコール）は元の場所へ戻す。 片付けが終わったら、活動のふりかえりを行う。



《団体内の役割分担》（事前に決めておくと、活動がスムーズに進みます。）

①まき係	まき割り、火おこし、火の番、かまどの片付け
②食材・食器・調理係	食材・食器等準備、調理、流し台・炊事場全体の清掃

※引率者もそれぞれ役割分担をしてください。

《ヒートレスの場合》 ※ すべて引率者による指導となります。

⑤ 事前準備	<ol style="list-style-type: none"> 調理台、食卓の清掃を行う。 手を洗い、アルコールで消毒をする。 各班に、食材セット（人数分）を渡す。
⑥ 調理・食事 90分	<ol style="list-style-type: none"> 調理の説明をする。（食材・食器・調理係） <ul style="list-style-type: none"> パウチを開け、水を入れ、スプーンでかき混ぜる。 所定の時間（60分～70分）待つ ※待ち時間には、講話等の別の活動が必要です。 防災講話（別途講師料金が必要）と組み合わせると学習効果が高くなります。 時間が来たら（紙）皿に移し、食べる。 ※皿に袋やラップを巻くことで、繰り返しの利用ができるとともに、洗い物を減らすことで、水の節約ができることを教える。
⑦ 片付け・ ふりかえり 30～60分	<ol style="list-style-type: none"> 食器や調理道具を洗い、しっかりと水分を拭き取らせる。使った場合。 流し台の清掃。 拭き終わった調理器具は調理台の上に置き、引率者で点検を行った後、 交流の家職員を呼び、点検を受ける。 使った洗剤等（食器洗剤・ハンドソープ・アルコール）は元の場所へ戻す。 片付けが終わったら、活動のふりかえりを行う。