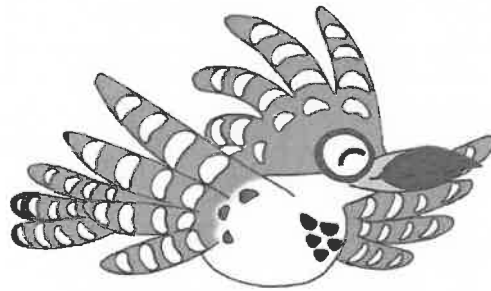


令和8年度

学校利用の手引き

(相模原市外学校、県立学校用)

資料 1	利用について	・・・p 1
資料 2	利用に係る書類等の提出について	・・・p 2
資料 3	打合せから利用までの流れ&チェックリスト	・・・p 3
資料 4	やませみ館内図	・・・p 5
資料 5	児童生徒及び引率者の宿泊室利用例（3クラスの場合）	・・・p 6
資料 6	利用に係る確認事項	・・・p 7
資料 7	提出書類記入例	・・・p 9
資料 8	やませみ体験活動一覧（令和8年度版）	・・・p 18
資料 9	体験活動持ち物一覧	・・・p 19
資料 10	食事について	・・・p 25
資料 11	アレルギー物質一覧表	・・・p 30
資料 12	給食について	・・・p 32
資料 13	やませみで行う野外炊事・BBQ	・・・p 34
資料 14	FAQ	・・・p 46



相模原市立ふるさと自然体験教室
ふじの体験の森 やませみ

TEL 042-686-6025

FAX 042-687-5050

E-mail urusato-taiken@city.sagamihara.kanagawa.jp

1 ふるさと自然体験教室（ふじの体験の森やませみ）の利用について

(1) 施設について

当施設は、陣馬山をはじめとする山々や清流などの豊かな自然に囲まれた場所にある、青少年のための宿泊体験施設です。ここでは、子どもたちの自主性や創造性をはぐくむための、様々な体験活動を行うことができます。普段は相模原市立小・中学校および義務教育学校等が宿泊体験学習の場として利用しています。空いた日程で、相模原市外の小、中学校や市内外の幼稚園、保育園、こども園、高等学校等の皆様にご利用いただけます。

(2) 利用申込について

①利用日調整

ご利用日の調整のために、ふるさと自然体験教室（ふじの体験の森やませみ）までお電話で問い合わせください。利用日確定後、利用承認申請書をご提出いただけます。

②申込受付期間

		申込み開始	申込み終了
市内	幼保こ園等	前年度11月1日から	3か月前の末日
	高等学校等	前年度11月1日から	3か月前の末日
市外	小中学校	前年度12月1日から	3か月前の末日
	幼保こ園等	前年度12月1日から	3か月前の末日
	高等学校等	前年度12月1日から	3か月前の末日

(3) 施設利用料等について

①施設使用料（事前納付）

利用形態	種類	定員	料金	
宿泊	児童生徒 宿泊室	20人	1室1泊	6,300円
	引率者 宿泊室	5人		3,200円
日帰り	宿泊室を除く施設利用 【1日】午前9時～午後5時 【半日】午前9時～午後1時、もしくは 午後1時～午後5時		1日1人	200円
			半日1人	100円

※相模原市内幼、保、こ園、高等学校等の方は施設使用料に関して50%減免となります。

②リネン代 1組（シーツ、布団カバー、枕カバー）160円

③食事代 食事は弁当・給食を注文することができます。また、調理室等で自炊することもできます。食材は**ふじのやませみ会**を通してご注文ください。詳しくはお問い合わせください。

④教材費 体験活動をする場合には一部教材費がかかります。

(4) 利用の変更について

学校の都合により利用の取消、部屋数・人数の変更等が生じた場合には、速やかに連絡をお願いします。既に納付された施設使用料の還付は以下のとおりとなります。

区分	手続き完了日	還付率	
取消	利用開始日の7日前まで	既納使用料の	100%
	利用開始日の3日前まで		50%
変更	利用開始日の7日前まで	過納額の	100%
	利用開始日の3日前まで		50%

※食事、教材（食材）の取消や数量の変更等は、**利用開始日の3日前(土日祝を除く)の正午までに**、注文表にて連絡をお願いします。これ以降、キャンセル料が発生します。

ふるさと自然体験教室(やませみ)利用に係る書類等の提出について

やませみの利用にあたっては、次のとおり書類等をご提出ください。なお、書類作成時には、資料7「提出書類記入例」(9～17ページ)をご参照ください。

1 やませみ体験学習計画書

書 類 名	様 式	提 出 期 日	提出方法
(1) 施設利用計画書 p 9	様式1	利用日の45日前まで	eメール
(2) 活動計画書① p 10	様式2	利用日の30日前まで	
(3) 活動計画書② p 11	様式3		
(4) 宿泊室員名簿 (引率者宿泊室を含む) p 12	様式4	利用日当日	事務室へ 直接提出

※上記(1)～(4)は、同一ファイルになっています。

2 食事・教材関係書類

書 類 名	様 式	提 出 期 日	提出方法
(1) 食事・リネン注文表 p 14	様式5	利用日の14日前まで	eメール
(2) 教材注文表 p 15	様式6		
(3) 野外炊事グループ編成表 (野外炊事実施校のみ) p 16	様式7		
(4) 除去食対応について p 17			

※上記(1)～(4)は、同一ファイルになっています。

3 学校利用アンケート



書 類 名	提 出 期 日	提出方法
やませみ利用アンケート	利用日から14日後まで	LoGoフォーム

4 その他

- ・やませみeメールアドレスは、「furusato-taikens@city.sagamihara.kanagawa.jp」です。
- ・年度当初に利用する学校の書類提出期日については、打合せの中で説明します。

打合せから利用までの流れ&チェックリスト

学校担当指導主事との打合せから利用後までの書類提出等の流れは、次のとおりです。ご確認ください。あわせて、チェックリストもご活用ください。

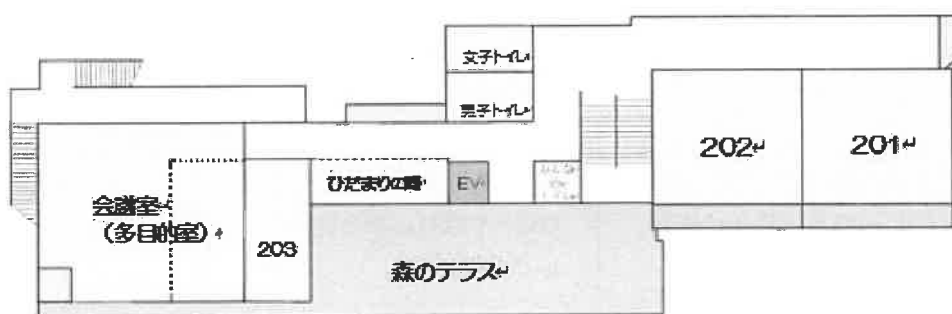
時期	内容	準備等	チェックリスト
4月～ 	○打合せ日時の決定。 ※学校への最初の連絡は 担当から連絡します。	・打合せは、やませみで 行います。	□利用日を確認しましたか？
利用 2ヵ月前 ／（ ） までに 	○遅くとも2ヶ月前には 打合せを実施。 【打合せ内容】 □児童生徒の様子 ・児童生徒数 ・学年全体の様子 ・特別支援学級児童生徒の様子 ・配慮が必要な児童生徒の 様子 (食物アレルギー、 体力面・健康面等) □やませみ利用の願い・ ねらい □活動について(↑プロ含む) □提出書類の流れ □その他 ・引率教員について ・部屋割りについて ・支払いについて	【準備する物】 □4月にやませみから送 付(もしくは打合せ時に お渡し)した資料一式 ・学校利用打合せ資料 (本冊子) ・ふるさと自然体験教 室における危機管理 対策マニュアル □左記【打合せ内容】に 係る資料。 ※食事メニューの一覧は打 合せ時にお渡しいたしま す。	【打合せ時】 □集団宿泊活動のねらいを設定でき ましたか？ □やませみで実施している活動の内 容について分かりましたか？ □食事の種類や選び方は分かりまし たか？ □提出書類の記入方法や提出方法は 分かりましたか？ □部屋割りについて分かりましたか？ □費用の支払い方法について分かり ましたか？ □野外炊事の方法や準備について分 かりましたか？(実施校のみ)
利用 45日前 ／（ ） までに	□書類の提出。 ・施設利用計画書 (様式1) ⇒やませみに送信	・児童生徒から体験活動 の希望をとる場合は、 必ず学校担当指導主事 に、活動数や活動人数 の上限等を含め実施の 可否を確認した後にし てください。	□アレルギー等で配慮が必要な児童生 徒の食事は、決まりましたか？ □(希望の)体験活動を決定し、学 校担当指導主事に連絡しましたか？ □やませみへの持ち物や安全面を、 19～24ページで確認しましたか？ 【様式1について】 □部屋割りは、特別支援学級児童生徒 の宿泊場所が分かるようになってい ますか？

やませみ館内図

3 階



2 階



1 階



児童生徒及び引率者の宿泊室利用例(3クラスの場合)

資料 5

部屋プロフィール		例						
階	宿泊室	定員	備考	例 1	例 2	例 3	例 4	例 5
1F	101号室	20名		特別支援学級 男女別 女子20名	特別支援学級1室 予備室確保 男子20名	車イス対応 男子20名	各階男女別 1組女子 20名	各階クラス別 1組男子 20名
	102号室	20名	パーテーションで2部屋可 A(10名) B(10名)	男子20名	女子20名	女子20名	2組女子 20名	1組女子 20名
	103号室	5名	車イスでの乗り入れ可	特別支援学級 男子・引率1名	特別支援学級 児童生徒	車イス児童生徒・ 引率1名	引率5名	引率5名
	いろいろの間	10名		引率5名		引率5名		
2F	201号室	20名		女子20名	男子20名	男子20名	1組男子 20名	2組男子 20名
	202号室	20名		男子20名	女子20名	女子20名	2組男子 20名	2組女子 20名
	203号室	5名		特別支援学級 女子・引率1名	引率5名	特別支援学級 児童生徒・引率1名	引率4名	特別支援学級 児童生徒・引率1名
	会議室	30名	パーテーションで2部屋可 A(11名) B(19名)	引率5名	A 予備室 B 引率5名	引率5名	B 3組男子 20名	
3F	ひだまりの間	4名	簡易量の上に布団を敷く				特別支援学級 男子・引率1名	引率3名
	301号室	20名		女子20名	男子20名	男子20名	3組女子 20名	3組男子 20名
	302号室	20名		男子20名	女子20名	女子20名		3組女子 20名

※101から302及び引率者室で児童生徒が入りきらなかった場合のみ、会議室等の使用を検討してください。

利用に係る確認事項

次の事項をよくお読みになり、ご理解とご協力をお願いいたします。また、当日引率されるすべての先生方への周知をお願いいたします。

1 施設の使用について

- (1) 施設内は土足厳禁です。必ず上履きをお持ちください。
- (2) 引率の先生方は名札の着用をお願いします。また、引率以外で来所される先生方にも名札の着用、事務室で記名をしていただくようお願いいたします。
- (3) 入所は午前9時以降をお願いします。入退所式は、「さわぞの広場」(玄関前)もしくは「野外炊事場」で行います。
- (4) 各部屋に避難経路図があります。入室時にご確認ください。一時避難場所は「さわぞの広場」です。
- (5) 防犯上の理由により、午後9時から午前6時までは、原則、施設への出入りはご遠慮ください。やむを得ず出入りされる場合は、必ず事務室の警備員にお伝えください。
- (6) 全ての宿泊室は、就寝時に必ずカーテンと窓を閉め、施錠してください。
- (7) 各部屋の清掃の都合上、退所日の午前9時または午前の活動前までに、荷物をすべて部屋から出し荷物を廊下に並べてください。以降は入室できません。
- (8) 利用時におけるスタッフの対応時間については以下のとおりです。
 - ・指導主事等… 8:00～21:00
 - ・看護師… 9:00～21:00
 - ・夜間警備員… 21:00～翌日8:00

2 生活について

やませみは、自らが生活をつくるというコンセプトのもと運営している教育施設・体験施設です。利用の際はみんなで協力して、気持ちよく生活できるよう心がけてください。

- (1) 活動時間は午後8時45分まで、それ以降は就寝準備になります。遅くても午後10時就寝です。
- (2) 入浴可能時間は、午後4時から午後9時までです。先生方は午前0時まで入ることができます。ドライヤーは、各部屋でご使用ください。事務室で14台保管しておりますので、必要な時に引率の先生方が借りに来てください。各部屋2台まで使用することができます。
- (3) リネン(敷き布団用、掛け布団用、まくら用)の配付は、1階のリネン室前にて引率の先生方が数を確認しながら行ってください。回収は最終日の朝のうちにお

願います。各階の階段前にある袋に入れてください。汚してしまったシートは袋に入れて別にしてください。その際は、事務室にお伝えください。

- (4) 未開栓のペットボトル、熱中症対策の塩分タブレット等を持ち込むことができます。
- (5) 給食の利用については、資料12「給食について」、野外炊事を行う場合は、資料13「やませみで行う野外炊事・やませみで行うBBQ」を確認し、児童生徒や先生方の動き、持ち物をチェックしてください。
- (6) 各活動の持ち物は、資料9「食事作り・体験活動持ち物一覧」でご確認ください。安全面の注意なども記載しています。
- (7) 生ゴミはやませみで処理します。それ以外のゴミは、持ち帰るようお願いいたします。
- (8) 利用できる備品は以下のものです。事前にお知らせいただければ準備します。

ワイヤレスマイク（2）、ピンマイク（2）
有線マイク（1）、ポータブルアンプ（1）
DVDプレイヤー（1）、CDデッキ（1）、プロジェクター（1）
スクリーン（1）、キーボード（1）
電気ポット（2）（引率者用部屋に常備されています）

3 当日連絡のお願い

○利用初日の午前8時20分までに、参加人数（欠席等の状況を含む）についての電話連絡をお願いします。

【連絡内容】

○欠席児童生徒について

「氏名」「クラス」「宿泊部屋」「野外炊事実施の場合は、野外炊事の班」「昼食に弁当を注文している場合は、弁当のメニュー」など



提出書類記入例(様式1~7)

資料7

45日前まで

やませみ体験学習計画書(様式1)

施設利用計画書

担当指導主事

〇〇指導主事

*提出日 〇年〇月〇日(45日前まで)

学校名	〇〇立〇〇学校	利用日	〇年〇月〇日(〇)~〇月〇日(〇)
-----	---------	-----	-------------------

電話番号	〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇		FAX番号	〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	
学年・学級数	5 学年	2 学級	特別支援学級 2 学級 男子 1 人 女子 2 人 合計 3 人		
児童生徒数	男子 29 人	女子 33 人	合計 62 人	利用者合計 67 人	
引率者数	男性 3 人	女性 2 人	合計 5 人	人	
引率責任者名(役職)	〇〇 〇〇 (△△)				
学年主任名	〇〇 〇〇				
担任名	1組	〇〇 〇〇	2組	〇〇 〇〇	組
	特文級	〇〇 〇〇	組		組
担任以外の引率者名	〇〇 〇〇		〇〇 〇〇		
主担当教諭名	〇〇 〇〇		食事担当教諭名	〇〇 〇〇	

1 利用宿泊室

(1)児童生徒利用宿泊室

室名	定員	引率・子ども	性別	人数	うち 支援級人数
101	20	子	女	16	2
102	20	子	女	17	
201	20	子	男	13	
202	20	子	男	15	
301	20				
302	20				
会議室	30	引・子	男	2	1

(2)102号室、会議室を2部屋に分け

ふた部屋に分ける場合

室名	定員	引率・子ども	性別	人数	うち 支援級人数
102A	10	子	女	8	
102B	10	子	女	9	

室名	定員	引率・子ども	性別	人数	うち 支援級人数
会議室A	11	引・子	男	2	1
会議室B	19				

(3)引率者及び児童生徒宿泊室

室名	定員	引率・子ども	性別	人数	うち 支援級人数
103	5	引	男	2	
203	5	引	女	2	

(4)引率者及び児童生徒宿泊室

室名	定員	引率・子ども	性別	人数	うち 支援級人数
ひだまりの間	4				
いろりの間	10				

宿泊予定人数の合計 67

2 送迎バスの配車

学校出発	8:00		やませみ出発	13:45				
バス台数	大型	台	中型	台	小型	台	合計	台

30日前まで

活動計画書①

やませみ体験学習計画書(様式2)

担当指導主事

〇〇指導主事

*提出日 〇年〇月〇日(30日前まで)

学校名	〇〇立〇〇学校	利用日	〇年〇月〇日(〇)~〇月〇日(〇)
-----	---------	-----	-------------------

1 児童生徒の実態

学区の中心に商業地があり、子どもは比較的利便性の高い環境で生活しているため、自然を身近に感じたり自然の中で活動したりする経験が少ない。そのため、自然と人との関わりが自分たちの生活を支えているということを言葉の上では知っていても、実感を伴って理解している子どもは少なく、環境を守り自然と共に生きるには、どのように行動したらよいか思いつかない子どもが多い。

2 やませみでのねらい

環境を守り、自然と共に生きるための具体的な行動ができる力を養うため、やませみでは、子どもが自然と関わり、働きかける体験を設定し、自分と自然の関係を考えるきっかけとしたい。具体的には、竹を使った物づくりから、生活と自然との関わりについて、登山を行い、間伐林を見学することによって森林と自分との関わりについて考えたりする機会としたい。

3 タイムテーブル

1日目		2日目	
時	分	時	分
7		6	00
8		30	00
9	00	30	30
9	30	00	50
10	00	00	00
11		30	30
12		35	45
12	30	00	15
12	30	30	45
13	30	00	15
14	30	30	45
16		00	15
18	00	30	45
18	30	00	15
20	00	30	45
21	00	00	15
21	30	30	45

食事・入浴可能時刻を確認し、プログラムを作成してください。

◆食事時間
朝(7:30~)
昼(11:00~)
夜(17:00~)
*給食・注文弁当等の配膳開始可能時刻です。
◆入浴時間(16:00~21:00)

【作成にあたって】次の時刻は必ず明記してください。

- *入所式、退所式の開始時刻
- *各活動の開始、終了時刻
- *集合写真撮影時刻
- *食事、入浴の開始、終了時刻
- *施設外で活動する場合の出発時刻と帰りの時刻

4 食事の確認

携帯弁当の場合は配付時刻を入力してください。

		リストから選択してください。	備考	配膳開始時刻
1日目	●昼食	持込弁当		12:30
	●夕食	野外炊事(カレー)		16:30
2日目	●朝食	給食		7:40
	●昼食	注文弁当		12:35

30日前まで

活動計画書②

担当指導主事	〇〇指導主事
--------	--------

*太枠内を入力してください。

*提出日 〇年〇月〇日 (30日前まで)

学校名	〇〇立〇〇学校	利用日	〇年〇月〇日(〇) ~ 〇月〇日(〇)
-----	---------	-----	---------------------

〇月〇日(〇)	1日目
---------	-----

「集合場所・活動場所、やませみ担当者」は、やませみで入力後、返信します。

活動①	10 : 00 ~ 12 : 15
-----	-------------------

活動時間

() は活動協力者

活動名	活動人数	学校担当者等	活動名、人数、先生の名前	雨天時の活動
竹はしづくり	31	〇〇、〇〇		変更なし
竹とんぼ	31	〇〇、〇〇		
活動合計人数	62	人		
児童生徒数	62	人		

「学校担当者等」の欄に複数の名前が入り、一行で表示しきれない場合は、適宜、行の幅を広げてください。

活動②	14 : 30 ~ 18 : 00
-----	-------------------

() は活動協力者

活動名	活動人数	学校担当者等	集合場所	活動場所	やませみ担当者	雨天時の活動
野外炊事	62	〇〇、〇〇、〇〇				変更なし
【12班編成】		〇〇、〇〇				
活動合計人数	62	人				
児童生徒数	62	人				

活動③	18 : 30 ~ 19 : 30
-----	-------------------

() は活動協力者

活動名	活動人数	学校担当者等	集合場所	活動場所	やませみ担当者	雨天時の活動
キャンプファイヤー	62	〇〇				キャンプファイヤー
活動合計人数	62	人				
児童生徒数	62	人				

雨天プログラム

活動④	: ~ :
-----	-------

() は活動協力者

活動名	活動人数	学校担当者等	集合場所	活動場所	やませみ担当者	雨天時の活動
合計人数	0	人				
児童生徒数	62	人				

当日
宿泊室員名簿

*提出日 ○年○月○日(利用日当日)

学校名	○○立○○学校	利用日	○年○月○日(○)～○月○日(○)
-----	---------	-----	-------------------

宿泊室名	○○○	号数	部屋ごとの名簿
------	-----	----	---------

NO.	氏名	NO.	氏名	NO.	氏名	NO.	氏名
1	○○ ○○	11		21		31	
2	○○ ○○	12		22		32	
3		13		23		33	
4		14		24		34	
5		15		25		35	
6		16		26		36	
7		17		27		37	
8		18		28		38	
9		19		29		39	
				30		40	

先生方用としてコピーをとっておいてください。

※引率者宿泊室を含め、部屋毎に1部作成し、利用日当日に提出してください。

緊急時の人員確認のため、正確に入力してください。

食事・教材注文表の入力について

①学校名と食事担当者名を入力してください。

【食事担当者名】	【学校名】
やませみたろう	〇〇学校
【利用日】	【学校電話番号】
1日目 4月22日	最終日 4月23日
	〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇

②アレルギーや宗教上の関係等で、除去食対応がある場合は下のボタンでお知らせください。
※除去食対応がある場合は、リンク先の記載例を参考にいただき、具体的な内容をご記載ください。

除去食対応あり

除去食対応なし

③(様式⑤)やませみ利用中の食事数量について、下のリンク先へご入力ください。
※数量に誤りがないよう、十分ご確認ください。

1日目
(様式5)

2日目
(様式5)

3日目
(様式5)

④(様式⑥)教材等を注文される場合は、下のボタンからご注文ください。
※キャンプファイヤー用薪・活動用薪(野外炊事を除く)・壁掛け時計・小枝のボールペン・食の体験活動など。

教材注文表

⑤(様式⑦)野外炊事を実施する場合は、グループ編成表の作成をお願いします。

野外炊事グループ編成表①
(様式7)

野外炊事グループ編成表②
(様式7)

⑥利用日の14日前までに、本ファイルをeメールでやませみまでご送付ください。

食事・リネン注文表

1 日目

食事・教材関係書類(様式5)

学校名	0	利用日	令和8年4月22日(水) ~ 令和8年4月23日(木)	1 日目
食事担当教諭名	0	電話番号	0	4月22日(水)

★「給食」「野外炊事」は学校で1メニューのみ選択してください。注文は引率者の分を含む学級毎の人数を入力してください。
 ★「弁当」「軽食」は個人での選択が可能です。注文は各メニューの学校内総数を入力してください。「弁当」は配達場所も入力してください。

種別	該当に ○	メニュー名	単価	学級別人数 *引率者分を含む				人数計	金額 合計	搬入	
				1組	2組	3組	4組			時間	場所
朝食											
給食		朝食A(オムレツ&スープ)	700					0	0	時 分	やませみ
		朝食B(サケ&みそしる)	700					0	0		
軽食 ※1		朝食(サンドウィッチ&コーンスープ)	460	合計				0	0	時 分	やませみ
		おにぎりセット2個(緑茶250mL紙パック)	460					0	0		
		菓子パンセット2個(緑茶250mL紙パック)	380					0	0		
		おにぎりセット2個(緑茶500mL PET)	520					0	0		
		菓子パンセット2個(緑茶500mL PET)	440					0	0		
		おにぎりセット2個(麦茶500mL PET)	520					0	0		
		菓子パンセット2個(麦茶500mL PET)	440					0	0		
		おにぎりセット2個(スポーツドリンク500mL PET)	520					0	0		
		菓子パンセット2個(スポーツドリンク500mL PET)	440					0	0		

昼食																
弁当		ハンバーグ弁当	700							時 分	やませみ					
		チキンカツ弁当	700													
		エビフライ弁当	700													
		からあげ弁当	700													
		しょうが焼き弁当	700													
		牛すき弁当	700													
		幕の内弁当	700													
軽食 ※1		おにぎりセット2個(緑茶250mL紙パック)	460					0	0	時 分	やませみ					
		菓子パンセット2個(緑茶250mL紙パック)	380					0	0							
		おにぎりセット2個(緑茶500mL PET)	520					0	0							
		菓子パンセット2個(緑茶500mL PET)	440					0	0							
		おにぎりセット2個(麦茶500mL PET)	520					0	0							
		菓子パンセット2個(麦茶500mL PET)	440					0	0							
		おにぎりセット2個(スポーツドリンク500mL PET)	520					0	0							
		菓子パンセット2個(スポーツドリンク500mL PET)	440					0	0							
		調理パンセット *11月~5月限定	660					0	0							
野外炊事 ※2,3	○	カレーセット	500							時 分	やませみ					
		豚汁セット	450	33	35			68	34000							
		バーベキューセット	1200													
		薪(1班1束)	550	6	束	6	束		束			束	12	6600		
		薪(班の数×2/3束):まき割り実施時	550											束	束	束

夕食																		
給食		豚しょうが焼き定食	800							時 分	やませみ							
		目玉焼きデミハンバーグ定食	800															
		肉じゃがと豚汁の和風定食	800															
		からあげ定食	800															
弁当		ハンバーグ弁当	700							時 分	やませみ							
		チキンカツ弁当	700															
		エビフライ弁当	700															
		からあげ弁当	700															
		しょうが焼き弁当	700															
		牛すき弁当	700															
		幕の内弁当	700															
野外炊事 ※2,3		カレーセット	500							時 分	やませみ							
		豚汁セット	450						#N/A									
		バーベキューセット	1200															
		薪(1班1束)	550									束	束	束	束	0	0	
		薪(班の数×2/3束):まき割り実施時	550													束	束	束

その他の注文品				必要数				金額 合計	搬入	
使用日時	品名	単価(税別)	1組	2組	3組	4組	計		時間	場所
	オレンジジュース(200mL)	130					0	0		
	アップルジュース(200mL)	130					0	0		
	緑茶(500mLペットボトル)	180					0	0		
	緑茶(250mL紙パック)	120					0	0		
	麦茶(500mLペットボトル)	180					0	0		
	スポーツドリンク(500mLペットボトル)	180					0	0		
	おにぎり単品(梅)	170					0	0		
	おにぎり単品(おかか)	170					0	0		
	おにぎり単品(鮭)	170					0	0		

◎ 持参弁当、持ち込みによる自炊の場合は、その食事の欄に斜線を引いてください。自炊の場合、食材の追加注文は最下段「その他の注文品」に入力してください。

※1 「軽食」については、注文変更は利用日3日前(土・日・祝日を除く)正午までです。それ以降の変更はできません。また、納品時刻は7:45以降となります。

※2 自炊で野外炊事場を使用する場合も、別紙「様式7」を提出してください。その際の薪の注文は、本書面「野外炊事」欄に入力してください。

※3 食材セットを注文する野外炊事は、班単位での活動になります。各班の人数を「様式7」にて提出してください。また、薪(1班1束)を注文してください。

リネン使用料(シーツ・布団カバー・枕カバー)	単価	組数(宿泊人数)	備考
※ 2泊の場合も一組の代金になります。	160円		組

★提出期限・・・ご利用日の14日前です。(利用日数分を一括で提出してください。)

【提出先】ふるさと自然体験教室

TEL 042(686)6025

FAX 042(687)5050

教材注文表

食事・教材関係書類(様式6)

学校名	○○学校	TEL	○○○-○○○-○○○○	担当教諭名 やませみたらう
利用日	令和8年4月22日(水) ~ 令和8年4月23日(木)			

活動名	教材・食材名	単位	単価	注文数	金額	備考	
キャンプファイヤー	ファイヤー用まき(15本)	1組	4,600			灯油(500ml)、バタ材付	
キャンドルファイヤー	ファイヤー用ろうそく(20本)	1組	270			長さ10cm ※1	
あげうどん 活動班 ()班	うどん粉(1kg)	3班分	1袋	460		1班300g使用	
	うどんつゆ(500ml)	1班分	1本	320		1班300ml使用	
	にんじん	1班分	1本	120			
	長ねぎ	1班分	1本	150			
	油あげ(2枚1組)	1班分	1組	60			
おたらし 活動班 ()班	小麦粉(1kg)	3班分	1袋	400		1班300g使用	
	重曹(60g)	6班分	1袋	100			
	サラダ油(400ml)	6班分	1本	320			
	しょうゆ(100ml)	6班分	1本	160		1班50ml使用	
	砂糖(500g)	2班分	1袋	170		1班200g使用	
タンサンまんじゅう 活動班 (4)班	小麦粉(1kg)	3班分	1袋	400	2	800 1班300g使用	
	重曹(60g)	6班分	1袋	100	1	100	
	あずき(250g)	2班分	1袋	350	1	350 ※あずきを煮る場合	
	砂糖(500g)	3班分	1袋	170	2	340 ※あずきを煮る場合	
	あん(800g)	5班分	1袋	820		※あずきを煮ない場合	
やきもち 活動班 ()班	小麦粉(1kg)	3班分	1袋	400		1班300g使用	
	重曹(60g)	6班分	1袋	100			
	みそ(375g)	6班分	1箱	350			
	砂糖(500g)	6班分	1袋	170			
	かつおぶし(12.5g)	1班分	1袋	130			
	サラダ油(400ml)	6班分	1本	320			
かしわもち 活動班 ()班	小麦粉(1kg)	3班分	1袋	400		1班300g使用	
	重曹(60g)	6班分	1袋	100			
	あずき(250g)	2班分	1袋	350		※あずきを煮る場合	
	砂糖(500g)	4班分	1袋	170		※あずきを煮る場合	
	あん(800g)	5班分	1袋	820		※あずきを煮ない場合	
その他	活動用薪 ※要相談	1束	550			自然の染め物、焼き杉 他	
	焼き杉用板	1枚	100				
	壁掛け時計セット	1式	700			※キット600円、土台板100円	
	小枝のボールペン		1本	50			黒色 ()本
							青色 ()本
						緑色 ()本	
						赤色 ()本	
合計金額					1,590		

※1 キャンプファイヤーが雨天の場合、キャンドルファイヤーに振り替えることもできます。その場合、当日にファイヤー用まきをキャンセルし、ろうそくに注文変更することができます。ろうそくは40本まで使うことができます。

☆食の活動における1班の人数は、6~7人です。

☆野外炊事場での食の活動をする場合は、1かまどにつき薪を1束注文してください。

☆上記以外の食材注文(季節限定の郷土の食 等)についてはご相談ください。

★提出期限・・・ご利用日の14日前です。

【提出先】 ふるさと自然体験教室

TEL 042(686)6025

FAX 042(687)5050

野外炊事グループ編成表(1回目)

食事・教材関係書類(様式7)

学校名		利用日	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)
担当教諭名	やませみたろう	時間	朝・昼・ 夜	朝・昼・夜	朝・昼・夜

※ 野外炊事を実施する時間を○で囲ってください。

	1 組	2 組	3 組	4 組
1 班	5 人	6 人	人	人
2 班	6 人	5 人	人	人
3 班	5 人	6 人	人	人
4 班	6 人	6 人	人	人
5 班	5 人	6 人	人	人
6 班	6 人	6 人	人	人
7 班	人	人	人	人
合 計	33 人	35 人	0 人	0 人

※ 引率者も一緒に食事をする班の人数に加えてください。

※ かまどの数は28カ所(ご飯用を含む)です。

※ 野外炊事セットを注文する場合は、**1班5～7名**編成でお願いします。

合計人数	68	人
------	-----------	---

★提出期限・・・ご利用日の**14日前**です。

【提出先】 ふるさと自然体験教室

TEL 042(686)6025

FAX 042(687)5050

除去食対応について

学校名	〇〇学校	TEL 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	担当教諭名 やませみたろう
利用日	4月22日(水) ~ 4月23日(木)		

○	除去食対応あり	□	除去食対応なし
---	---------	---	---------

		食事メニュー	対応について
1 日 目	昼食		
	夕食		
2 日 目	朝食		
	昼食	幕の内弁当	1つ卵焼き除去
	夕食		
3 日 目	朝食		
	昼食		

【記載例】

1 日 目	昼食		
	夕食	弁当	幕の内弁当1つ卵焼き除去。
2 日 目	朝食	軽食	おにぎりセット(おかか・うめ)、2人分をおかか2つ。
	昼食	野外炊事(カレー)	野外炊事(カレー)の豚肉を全員分鶏肉に変更。 カレーのルーはアレルギー対応ルーを学校から全員分持込む。

やませみ体験活動一覧(令和8年度版)

※活動時間や活動人数については、調整可能なものもあります。担当指導主事にご相談ください。



	活動名 (活動場所)		実施時期	活動人数	活動時間
1	鷹取山登山		通年	120人まで	180分
2	自然あそび	山あそび (一の尾・大日野原など)	通年	120人まで	120分
3		野あそび (大日野原・一の尾)	通年	120人まで	120分
4		川あそび (沢井川)	5~10月のみ	120人まで	120分
5	自然の染め物 (野外炊事場)		通年	80人まで	180分
6	木づかい	かへ掛け時計 (体育館・野外炊事場)	通年	40人まで	180分
7		焼き杉 (野外炊事場)	通年	120人まで	180分
8		小枝のボールペン (体育館・野外炊事場)	通年	80人まで	120分
9	竹づかい	はし (体育館・野外炊事場)	通年	120人まで	90~150分
10		竹笛 (体育館・野外炊事場)	通年	40人まで	150~180分
11		竹とんぼ (体育館・野外炊事場)	通年	120人まで	150~180分
12	竹林間伐 (日野親水護岸)		通年	60人まで	120分
13	水源探索 (栃谷・西沢林道周辺)		通年	40人まで	180分
14	郷土の食	うどんづくり (調理室・食堂)	通年	24人~60人まで	180分
15		おたらし (調理室・食堂)	通年	24人~60人まで	120分
16		タンサンまんじゅう (野外炊事場・調理室)	通年	24人~60人まで	150分
17	ニュースポーツ	キンボール (体育館)	通年	60人まで	120分
18		ドッチビー (体育館)	通年	40人まで	120分
19		インディアカ (体育館)	通年	40人まで	120分
20		モルック (さわぞの広場・体育館)	通年	60人まで	60分~120分
21	キャンプファイヤー (さわぞの広場)		通年	120人まで	60分~90分
22	キャンドルファイヤー (体育館)		通年	120人まで	60分~90分
23	陣馬山登山 (陣馬山)		通年	120人まで	330分
24	イニシアチブゲーム (さわぞの広場・体育館)		通年	120人まで	120分
25	追跡ハイク (やませみ周辺)		通年	120人まで	150~180分
26	藤野ハイク 名倉地域周辺		通年	80人まで	150~360分
27	マレットゴルフ (マレットゴルフ場)		通年	120人まで	180~360分
28	野外炊事 (野外炊事場)		通年	120人まで	210分
29	野外炊事準備の活動	まき割り (まき割場)	通年	32人まで	60分~90分
30		野菜収穫 (大日野原 畑)	通年	40人まで	60分~90分

※「活動人数」が2段になっているものは、上段が調理室、下段が野外炊事場又は食堂で行う場合です。

体験活動持ち物一覧

※やませみ麓校外に出るすべての活動において、高湿度における熊中症対策・ハチ・害虫対策クマよけ鈴の携行が必須となります。

活動名	①個人で用意するもの	②学校で用意するもの	③備考	④安全対策
鷹取山登山	<input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> リュック (肩あてのあるもの) <input type="checkbox"/> 補給食 <input type="checkbox"/> 長そで (脱ぎ着がしやすいもの) <input type="checkbox"/> 長ズボン 【天候に応じて】 <input type="checkbox"/> レインウエア	<input type="checkbox"/> 携帯電話 (通じないエリアあり) <input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 予備の水 <input type="checkbox"/> トイレレットパー (クラスで1ロール)		<input type="checkbox"/> 隊列を組み、先頭にはスタツプが、グループ間と最後尾には引率の先生方とスタツプが入ります。 <input type="checkbox"/> 熊よけ鈴をやませみから貸し出しします。 <input type="checkbox"/> 下見の必要がありますので、担当にご相談ください。 <input type="checkbox"/> 気温によって、長そでの着用に ついてご相談ください。 <input type="checkbox"/> 猛暑時は、活動を中止する場合があります。 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー
自然あそび 山あそび 野あそび			* 移動する往路では急傾斜の山道を登ります。 * 水中のコケで滑ることや、草で足を切ること、細かい砂が靴に入ること、細かい砂が靴の上から靴下をはくことを推奨していただきます。 * 川で流されるリスクのある履物は不可です。(ビーチサンダルなど)	<input type="checkbox"/> 隊列を組み、先頭にはスタツプが、グループ間と最後尾には引率の先生方とスタツプが入ります。 <input type="checkbox"/> 気温によって、長そでの着用に ついてご相談ください。 <input type="checkbox"/> 猛暑時は、活動を中止する場合があります。
自然あそび 川あそび	<input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 水にぬれても良い服装 (短パン・草対策の薄手の長そで) <input type="checkbox"/> 水着 (ぬれても良い服の下に着用) <input type="checkbox"/> ウォーターシューズまたはぬれてもよい靴	<input type="checkbox"/> 携帯電話	* 学校の引率者による下見をしてください。 <input type="checkbox"/> 川を移動する際は隊列を組み、先頭にはスタツプが、グループ間と最後尾には引率の先生方とスタツプが入ります。 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫除けスプレー	
自然の染め物	<input type="checkbox"/> 厚手のゴム手袋 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 長そで (綿素材・滑り止めのゴムがないもの) <input type="checkbox"/> 洗濯バサミ、ハンガー <input type="checkbox"/> 染める物 (木綿素材のハンカチ又はタオル、Tシャツなど) <input type="checkbox"/> 作品を入れるビニール袋 【山林で活動する場合】 <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> レインウエア (天候に応じて)	<input type="checkbox"/> クリームクレンジング (20人で1本程度) <input type="checkbox"/> 輪ゴム (1箱) <input type="checkbox"/> カリウムみょうばん (20人で100g) <input type="checkbox"/> ハサミ <input type="checkbox"/> 教本 (輪ゴム等が外れない時に使用) <input type="checkbox"/> ゴミ袋 (45L) 1回につき2枚 <input type="checkbox"/> マッチ・着火用ライター等	* 1班10人程度で編成してください。 * 薪は染めるものによって注文数が異なります。注文数については担当指導主事に確認してください。 * 染色は必ず洗濯するなどの処理をおとす必要があります。(記名は油性ペン)	<input type="checkbox"/> 火や湯の扱い方に関わる安全面について、事前指導を十分に行ってください。 <input type="checkbox"/> 野外炊事場で活動する場合は、ナイロン素材等を避けてください。 <input type="checkbox"/> 長髪の児童生徒は髪を束ねておくようにしてください。 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫除けスプレー

活動名	①個人で用意するもの	②学校で用意するもの	③備考	④安全対策
木づかい かべ掛け時計	<input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 速乾性木工用ボンド <input type="checkbox"/> 新聞紙1枚 <input type="checkbox"/> 作品を入れる箱など (20cm×23cm×5cm程度)	<input type="checkbox"/> 水性マジック <input type="checkbox"/> 7.0~7.5mmのホットボンドの芯 (透明、10人で1本程度) <input type="checkbox"/> ゼリー状瞬間接着剤 (10人で1本程度) <input type="checkbox"/> 予備の新聞紙	* かべ掛け時計セット(1セット700円)を1人につき1セット注文。(様式6教材注文表)	<input type="checkbox"/> 機械や道具の安全な使い方について説明をします。 <input type="checkbox"/> ホットボンドの扱い方に関わる安全面について、事前指導を十分にしてください。 <input type="checkbox"/> 電動ドリルを使うので、長い髪は束ねておくようにしてください。
木づかい 焼き衫	<input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 長そで <input type="checkbox"/> 軍手 (綿素材・滑り止めのゴムがないもの) <input type="checkbox"/> ぞうきん1枚 <input type="checkbox"/> 使い捨てマスク <input type="checkbox"/> 新聞紙3~5枚(風開き) <input type="checkbox"/> 作品を入れるビニール袋	<input type="checkbox"/> 飾りつけをすすめる場合】 7.0~7.5mmのホットボンドの芯が5人で2本程度必要。イラスト・文字等をかく場合はボスタカカラーマーカー等。	* 焼き衫用板(1枚100円)と薪が必要。 * 1班は6人以下で編成。薪は1班で1束注文してください。(様式6教材注文表)	<input type="checkbox"/> 火の扱い方に関わる安全面について、事前指導を十分にしてください。 <input type="checkbox"/> 野外炊事場で活動するため、ナイロン素材等を選んでください。 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫除けスプレー
木づかい 小枝のボールペン	<input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> ぞうきん1枚 <input type="checkbox"/> 滑り止め付き軍手	<input type="checkbox"/> 7.0~7.5mmのホットボンドの芯 (10人で1本程度)	* ボールペンの芯(1本50円)を赤・青・緑・黒から選んで1人につき1本注文。 (様式6教材注文表)	<input type="checkbox"/> 刃物やホットボンドの扱い方に関わる安全面について、事前指導を十分にしてください。 <input type="checkbox"/> 電動ドリルを使うので、長い髪は束ねておくようにしてください。
竹づかい 竹はし	<input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 滑り止め付き軍手 <input type="checkbox"/> はしを入れる袋 【山林で活動する場合】 <input type="checkbox"/> レインウェア(天候に応じて) <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 長そで	<input type="checkbox"/> 240番紙ヤスリ (1人分10cm×10cm程度に切って持ってくる) <input type="checkbox"/> 予備のぞうきん 【削った竹はしを利用する場合】 煮沸が必要となります。誰が削ったかがわかるようにタグ等をこ用意ください。		<input type="checkbox"/> 道具の安全な使い方について説明をします。 <input type="checkbox"/> のこぎりや刃物を使う時は、長ズボンを着用させてください。 <input type="checkbox"/> ナタの使い方には特に注意してください。

活動名	①個人で用意するもの	②学校で用意するもの	③備考	④安全対策
竹づかい 竹笛	<input type="checkbox"/> 滑り止め付き軍手 <input type="checkbox"/> 油性ペン 【竹林で活動する場合】 <input type="checkbox"/> レインウェア (天候に応じて) <input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 長そで <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> ゼリー状瞬間接着剤 (10人で1本程度) <input type="checkbox"/> 7.0~7.5mmのホットボンドの芯 (透明、10人で1本程度)		○道具の安全な使い方について説明をします。 ○のこぎりや刃物を使う時は、長ズボンを着用させてください。 ○竹林に入る時は、長そで・長ズボンを着用させてください。 ○電動ドリルや電動やすりを扱うので、長い髪は束ねておくようにしてください。 ○ナタの使い方には特に注意してください。
竹づかい 竹とんぼ	<input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 長そで <input type="checkbox"/> 滑り止め付き軍手 <input type="checkbox"/> そうきん 1枚 【竹林で活動する場合】 <input type="checkbox"/> レインウェア (天候に応じて) <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> 長さ15cm、直径3mmの竹串 (1人2~3本) <input type="checkbox"/> 240番紙ヤスリ (1人分10cm×10cm程度に切って持参する) <input type="checkbox"/> 瞬間接着剤 (ジェル状、班で1本) <input type="checkbox"/> 予備のぞうきん		
竹づかい けん玉	<input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 長そで <input type="checkbox"/> 滑り止め付き軍手 <input type="checkbox"/> そうきん 1枚 【竹林で活動する場合】 <input type="checkbox"/> レインウェア (天候に応じて) <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> 長さ15cm、直径2mmの竹串または竹ひこ (1cmくらいに切っておく。人数分+α) <input type="checkbox"/> 240番紙ヤスリ (1人分10cm×10cm程度に切って持参する) <input type="checkbox"/> 予備のぞうきん		
竹づかい 水鉄砲	<input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 滑り止め付き軍手 <input type="checkbox"/> そうきん 1枚 <input type="checkbox"/> 使い古したタオル、ハンカチ 【山林で活動する場合】 <input type="checkbox"/> レインウェア (天候に応じて) <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> 240番紙ヤスリ (1人分10cm×10cm程度に切って持ってくる) <input type="checkbox"/> 予備のぞうきん <input type="checkbox"/> ハサミ (班で1つ) <input type="checkbox"/> ウレタンスポンジ <input type="checkbox"/> 結束バンド 1人1本		
竹林間伐	<input type="checkbox"/> 履きなれた滑りにくいひも靴 <input type="checkbox"/> 長そで・長ズボン <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 滑り止め付き軍手 <input type="checkbox"/> 水とう 【天候に応じて】 <input type="checkbox"/> レインウェア	<input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> ヘルメット用名前シール (子どもの名前を養生テープ等に記載したもの1人につき2枚)	* 6~7人1班で1本を切る。 (上限は6班) * 「竹づかい」の活動とつなげる ことができます。	○ヘルメットを着用します。 ○機械や道具の安全な使い方について、事前に説明します。
水源探索	<input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> 履きなれた滑りにくいひも靴 <input type="checkbox"/> リュック (肩あてのあるもの) <input type="checkbox"/> 長そで (着脱がしやすいもの) <input type="checkbox"/> 長ズボン 【天候に応じて】 <input type="checkbox"/> レインウェア	<input type="checkbox"/> 予備の水 (500mLペットボトル数本が望ましいです) <input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 携帯電話 (通じないエリアあり) <input type="checkbox"/> トイレレットペーパー (クラスに1ロール)		* 下見の必要がありませんので、担当にご相談ください。 ○隊列を組み、先頭にはスタッフの先生方とスタッフが入ります。 ○熊よけ鈴をよませみから貸し出しします。【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー

活動名	①個人で用意するもの	②学校で用意するもの	③備者	④安全対策
郷土食（通年） ・うどんづくり ・おたらし ・タマンサン まんじゅう	<input type="checkbox"/> 身じたく・給食の白衣も可 （エプロン・ハンダナ、三角巾等・マスク） <input type="checkbox"/> ふきん2枚 （食器用と台ふき用） 【野外炊事場で行う場合】 <input type="checkbox"/> 軍手（綿素材・滑り止めのゴムがないもの） <input type="checkbox"/> 農スボシ	野外炊事場 <input type="checkbox"/> 焚き付け用の新聞紙（クラスで朝刊2日分程度） <input type="checkbox"/> マッパ類 <input type="checkbox"/> 分別用ゴミ袋（45L、1回につき4枚） <input type="checkbox"/> 食器用洗剤 <input type="checkbox"/> クレンジング用ポンベ <input type="checkbox"/> 排水口ネット（直径15cm、深さ10cm以上の排水口に取付けができるもの） 調理室 <input type="checkbox"/> ゴミ袋（45L）（1回につき2枚） <input type="checkbox"/> 食器用洗剤 <input type="checkbox"/> カセットコンロ用ポンベ（カセットコンロ使用の場合） <input type="checkbox"/> 排水口ネット（直径15cm、深さ10cm以上の排水口に取付けができるもの） うどん作りを行う場合 <input type="checkbox"/> 麺500mm×幅360×厚さ0.08mm程度 <input type="checkbox"/> のビニール袋を1枚（やませみでも購入可）	＊食材、調味料については事前に注文してください。 （様式6教材注文表） ＊事前に班編成（1班6～7人）をしておいてください。 ＊野外炊事場で行う場合は、薪を1班で1束事前に注文してください。（様式6教材注文表） ＊炊事用たわしは、やませみにあります。 ＊調理室は1班6人程度、4班まで対応可能です。	④安全対策 <input type="checkbox"/> 刃物、火や湯の扱い方に関わる安全面や衛生面について、事前指導を十分に行ってください。 <input type="checkbox"/> 野外炊事場で活動する場合は、ナイロン素材等を避けてください。 <input type="checkbox"/> 事前に指先の爪を切り清潔にさせてください。
ニュースポーツ ・キンボール ・ドッチビー ・インディエイカ ・モルック	<input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 運動ができる服装 <input type="checkbox"/> 上ばき	<input type="checkbox"/> 救急セット	＊ピブス（赤20、黄・青・黄緑・オレンジ各10）はやませみにあります。 ＊ゴルフ場（やませみから徒歩60分）の予約が必要です。担当にご相談ください。 ＊やませみからスコアカラード、コースマッパ、バイナター、集計表をお渡しします。 ＊1グループ3～4人で編成をさせていただきます。	
ニュースポーツ ・マレットゴルフ	<input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 運動ができる服装 <input type="checkbox"/> 筆記用具		＊ファイヤー用の薪を教材注文表で注文してください。 ＊雨天にきやする場合は、ファイヤー用の薪の注文はキャンセルすることができず、持参しただけでも構いません。 ＊午後8時45分までに終了しなくてはなりません。	<input type="checkbox"/> 持ってくるトーチは、布が落ちないよう、しっかりと針金で固定してください。また、素材として、竹やビニールがついていないものは不可です。 <input type="checkbox"/> キャンプファイヤーを行う際は、アルミカマッパ等を使用する方が床に落ちないようにしてください。 <input type="checkbox"/> キャンプファイヤーで体育館に移動する際は、施設から体育館まで電灯がないので懐中電灯等を持ってきてください。
キャンプ ファイヤー	<input type="checkbox"/> 点火用トーチ ＊トーチの長さは100～120cm程度 <input type="checkbox"/> 竹不可 <input type="checkbox"/> マッパ類 <input type="checkbox"/> その他準備品	<input type="checkbox"/> ろうそく （10cm程度のを40本程度） <input type="checkbox"/> アルミカマッパ等 <input type="checkbox"/> マッパ類		
キャンプ ファイヤー	<input type="checkbox"/> 上ばき			

活動名	①個人で用意するもの	②学校で用意するもの	③備考	④安全対策
陣馬山登山	<input type="checkbox"/> 長そで <input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> リュック (肩あてのあるもの) <input type="checkbox"/> 水筒及び予備の水 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 帽子 (なれた滑りにくいひも靴 <input type="checkbox"/> 脱ぎ着しやすい上着 <input type="checkbox"/> 補給食 【天候に応じて】 <input type="checkbox"/> レインウェア 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 昼食	<input type="checkbox"/> 携帯電話 (通じないエリアあり) <input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 予備の水 (500mLペットボトル 教本が望ましいです。) <input type="checkbox"/> トイレットペーパー (クラスで1ロール)	* 昼食は携帯用弁当を注文すること ができます。 (様式5食事・リネン注文表)	<input type="checkbox"/> 学校の引率者による下見が必要 です。でご相談ください。 <input type="checkbox"/> 隊列を組み、先頭にはスタツプ が、グループ間と最後尾には引 率の先生方とスタツプが入りま す。 <input type="checkbox"/> 無線・携帯電話で非常時に対応 します。 <input type="checkbox"/> 気温によって、長そでの着用に ついてご相談ください。 <input type="checkbox"/> 熊よけ鈴をよませみから貸し出 します。 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー
イニシアチブ ゲーム	<input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 運動ができる服装 <input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> 上ばき			
追跡ハイク	<input type="checkbox"/> リュック <input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> レインウェア <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 履きなれた滑りにくい靴 <input type="checkbox"/> 長そで (脱ぎ着ができるもの) <input type="checkbox"/> 長ズボン	<input type="checkbox"/> 携帯電話	* 活動中は、児童生徒には時計を 着用させないでください。	<input type="checkbox"/> 学校の引率者による下見が必要 です。でご相談ください。 <input type="checkbox"/> 先生方に、いくつかのポイント に立って安全指導にご協力いた だきます。 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー
藤野ハイク	<input type="checkbox"/> リュック <input type="checkbox"/> 水とう <input type="checkbox"/> レインウェア <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 履きなれた滑りにくい靴 <input type="checkbox"/> 長そで (脱ぎ着ができるもの) <input type="checkbox"/> 長ズボン ※必要に応じて熊よけ鈴	<input type="checkbox"/> 携帯電話 (通じないエリアあり) <input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 予備の水 <input type="checkbox"/> トイレットペーパー		<input type="checkbox"/> 学校の引率者による下見が必要 です。でご相談ください。 <input type="checkbox"/> 隊列を組み、先頭にはスタツプ が、グループ間と最後尾には引 率の先生方とスタツプが入りま す。 【必要に応じて】 <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー

活動名 野外炊事 * 詳細は、資料12『やませみで行う野外炊事』をご覧ください。	①個人で用意するもの □身じたく (エプロン・バンダナ、三角巾等・マスク) □長ズボン □ふきん2枚 (食器用と台ふき用) □軍手 (綿素材・滑り止めのゴムがないもの) □食器ふき取り用の紙 (ティッシュ、捨ててもいい布等) □レジャーシート ※必要に応じて食器洗い用ゴム手袋があると思えます。	②学校で用意するもの 野外炊事場 □焚き付け用の新聞紙 (クラスで朝刊2日分程度) □清火用ライター等 □分別用ゴミ袋 (45L) (1回につき4枚) □食器洗い用スポンジ (各班1～2つ) □食器用洗剤(クラスに2本程度) □クラス用クレンザー (クラスに3本ずつ) □排水口ネット10枚程度 (直径15cm、深さ10cm以上の排水口に取り付けができるもの) □予備用ふきん、台ふきん、軍手	③備考 □食材セットの注文 (カレー・BBQ・豚汁) □新の注文 (各班1束) * 「まき割り」実施校は、班数×2/3の薪を注文してください。 * 1班5人から7人までで編成してください。 * 薪の持ち込みが可能です。(ただし、薪は新建材や釘の打ってあるものは不可) * 炊事用たわしは、やませみにあります。	④安全対策 ○刃物、火や湯の扱い方に関わる安全面や衛生面について、事前指導を十分に行ってください。 ○野外炊事場で活動する場合は、ナイロン素材等の服を避けてください。 ○長髪の児童生徒は髪を束ねておくようにしてください。 ○つめを切り、指先を清潔にしておいてください。
まき割り	□長ズボン □長そで □タオル □水とう		* 1班8人までで編成してください。 * 4班まで対応できます。	○まき割りは、ヘルメット、滑り止め付き軍手を着用します。(ヘルメット、滑り止め付き軍手はやませみにあります) ○1班に指導者が1人つき指導にあたります。 【必要に応じて】 □虫よけスプレー
杉っ葉拾い	□長ズボン □長そで □タオル □水とう □軍手 □帽子 □履きなれた運動靴 【天候に応じて】 □レインウェア	□救急セット	* 杉っ葉はかごに入れて、やませみまで運びます。(かごはやませみにあります)	○無線・携帯電話で非常時に対応します。 【必要に応じて】 □虫よけスプレー
野菜の収穫	□軍手 □タオル □水とう □帽子 【天候・気候に応じて】 □長ズボン □レインウェア □替えの靴 (長ぐつ)・靴下	□救急セット □収穫物用45Lの袋5枚程度	* 天候や畑の状況により、作業時に汚れることがあります。	

食事について

やませみでは「自分たちのやませみをつくる」をコンセプトに、子どもたちが自ら生活をつくっていきます。「食事」はその大切な場面の一つです。生活づくりをねらいの柱とする場合は、食事の準備や片づけ、館内の清掃等を仲間と分担して行うことができます。

1 食事方法

ねらいに応じて、様々なパターンから食事の方法を選ぶことができます。

<p>食事を つくる 場合</p> <p>自分たちで食事をつくるができます！ 郷土食の活動で食事をつくることもできます！</p> <p>食材を「業者に注文する」ことができます。</p> <p>○野外炊事を行う場合（昼食・夕食）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野外炊事用セットメニューを注文する （様式5にて注文） <p>○自炊を行う場合（朝食・昼食・夕食）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・必ず担当指導主事に相談してください 	<p>食事を つくらない 場合</p> <p>弁当を持ってくる（1日目昼食）</p> <p>※1 弁当箱について</p> <p>食事を「業者に注文する」ことができます。</p> <p>○朝食</p> <ul style="list-style-type: none"> ア 給食を注文する イ 軽食を注文する <p>○昼食</p> <ul style="list-style-type: none"> ア 弁当を注文する イ 軽食を注文する <p>○夕食</p> <ul style="list-style-type: none"> ア 給食を注文する イ 弁当を注文する
--	---

※1 持ってきた弁当箱について・・・時間を設定し野外炊事場、調理室で洗うことができます。

2 「食事をつくる場合」について

食事をつくる場合、自分たちで自由にメニューを考えることができます（要相談）。

- ・食器および調理に必要な道具は、ある程度そろっています。やませみにない調理器具等は、自分たちで持ち込むこともできます（要相談）。
- ・調理室（調理台は4台）、野外炊事場（かまどはご飯用を含めて28カ所）を選べます。
- ・当番制、全員で食事づくりなど、ねらいや生活の流れにそって方法を選択できます。
- ・検食として、鍋毎に少量ずつサンプルをとらせていただきます。
- ・自炊の場合は、「調理器具等貸し出しリスト」を1週間前までにご提出ください。
- ・配膳は、引率者も含めエプロン等の身支度を必ずしてから行ってください。

● 要確認 調理等についての留意点

食中毒等の事故防止のため、次の各点を守ってください。

- (1) 食材は冷蔵庫または冷凍庫（調理室に設置）で保管してください。
- (2) 調味料で、残ったものは持ち帰ってください。
- (3) 収穫した野菜等は、24時間以内に使用してください。
- (4) 生食は避け、十分に加熱調理（85度以上で90秒以上、食材の中心までよく熱を通す）を行ってください。
- (5) 持ち込んだ調理器具（鍋等）は、十分に煮沸してから使用してください。

3 「業者に注文する」メニューについて

注文する場合、各食事で注文できるのは以下の種類になります。

	朝食	昼食	夕食	時間の目安
給食	○		○	準備から下膳まで 1時間20分
弁当		○	○	30~60分
軽食	○	○		30分
野外炊事用セット		○	○	3~4時間

※紙パックのジュース（130円）（オレンジ・アップル）、ペットボトルの緑茶（180円）、紙パックのお茶（120円）を注文することもできます。ペットボトルについては、麦茶、またはスポーツドリンク（180円）に変更することもできます。

(1) 給食

メニューは「朝食用」と「夕食用」に分けられます。学校全体で同一のメニューの選択となります。

イメージ

《 朝食用 》



朝食A(オムレツ&スープ)



朝食B(サケ&みそしる)

《 夕食用 》



豚しょうが焼き定食



肉じゃがと豚汁の和風定食



からあげ定食



目玉焼きデミハンバーグ定食

メニュー

《 朝食用定食 》

	朝食 A(オムレツ&スープ)	700円
内容	ご飯、オムレツ、ウインナー、ほうれん草のバターソテー、ポテトサラダ、コンソメスープ	
	朝食 B(サケ&みそしる)	700円
内容	ご飯(味付けのり・納豆付)、焼魚(サケ)、ほうれん草のおひたし、味噌汁、	

※朝食用軽食の納品は7：30以降となります。

《 夕食用定食 》

	豚しょうが焼き定食	800円
内容	ご飯、豚ロース肉のしょうが焼き、コールスローサラダ、ポテトサラダ、ほうれん草のおひたし、みそ汁	
	目玉焼きデミハンバーグ定食	
内容	ご飯、ハンバーグ、目玉焼き、フライドポテト、ほうれん草のバターソテー、ナポリタン、コーンポタージュ	
	肉じゃがと豚汁の和風定食	
内容	ご飯、肉じゃが、ほうれん草のおひたし、きんぴらレンコン、豚汁	
	からあげ定食	
内容	ご飯、鶏のからあげ、コールスローサラダ、ポテトサラダ、ナポリタン、中華たまごスープ	

(2) 弁当

- ・昼食と夕食時に注文できます。個人での選択が可能です。
- ・野外の活動場所（車で搬入できる場所）への搬入もできます（要相談）。
- ・お茶（紙パック 250mL）、緑茶・麦茶・スポーツドリンク（ペットボトル 500mL）をつけることもできます。

イメージ

※写真は全てではありません



幕の内弁当



エビフライ弁当



牛すき弁当

メニュー

	ハンバーグ弁当	700円
内容	ハンバーグ、スパゲティナポリタン、ポテトサラダ、ポテトフライ等	
	チキンカツ弁当	
内容	チキンカツ、ポテトサラダ、ポテトフライ等	
	エビフライ弁当	
内容	エビフライ、コロッケ、ウインナー、ポテトサラダ、ポテトフライ等	
	からあげ弁当	
内容	鶏のからあげ、ポテトサラダ、ポテトフライ等	
	しょうが焼き弁当	
内容	しょうが焼き、ポテトフライ、きんぴら等	
	牛すき弁当	
内容	牛すき、春巻き、ポテトフライ、きんぴら等	
	幕の内弁当	
内容	サケの塩焼、春巻き、ハムフライ、ちくわ磯辺揚、きんぴら等	

(3) 軽食

●おにぎり、パンセット（朝食・昼食）

飲み物が緑茶、麦茶、ペットボトルのセットも注文できます。

		250mL 紙パックセット	500mL PET セット
1	おにぎりセット2個	460円	520円
内容	おにぎり(おかか、サケ)、お茶		
2	おにぎりセット3個	630円	690円
内容	おにぎり(おかか、サケ、梅)、お茶		
3	調理パンセット * 携行する場合、11月～5月限定	600円	660円
内容	サンドウィッチ、焼きそばパン、お茶		
4	菓子パンセット2個	380円	440円
内容	菓子パン2個(チョコレート、ジャム)、お茶		
5	菓子パンセット3個	510円	570円
内容	菓子パン3個(チョコレート、ジャム、クリーム)、お茶		

※様式5の食事注文表には記載されていませんが、おにぎりセット、菓子パンセットともに3個での注文も可能です。

※朝、搬入されますので活動場所に児童生徒が携行することができます。

※朝食として注文する場合、納品は7：45以降となります。

※キャンセル等を含む数量変更受付の期限は3日前の正午までとなります。

●飲み物がコーンスープのセット（朝食のみ）

6	サンドウィッチ&コーンスープ	660円
内容	サンドウィッチ、コーンスープ	

※納品は7：30以降となります。

※キャンセル等を含む数量変更受付の期限は3日前の正午までとなります。

(4) 野外炊事用セット

昼食と夕食時に注文できます。学校全体で同一のメニューの選択となります。

1	カレーセット	500円
内容	米、豚こま肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、カレールー	
2	豚汁セット	450円
内容	米、豚こま肉、大根、にんじん、じゃがいも、ごぼう、こんにゃく、みそ	
3	バーベキューセット	1200円
内容	牛肉、ウインナー、にんじん、キャベツ、たまねぎ、焼き肉のタレ、焼きそば、豚肉、ソース、サラダ油	

※アレルギー等で全ての材料を確認したい場合は、学校担当指導主事にご相談ください。

(5) 注文した品物の受け取り、片付け

受け取り
業者搬入

*受け渡し場所＝正面入口(ロビー)

係の先生1名の立ち会い

*納品されたメニュー内容、数量を確認してから受け取ってください。

やませみスタッフも1名立ち会います。

活動等の都合で先生の立ち会いができない場合は、やませみスタッフが対応いたします。

事前にご相談ください。

片付け

使用後の食缶・弁当ケース・残飯・食器等の片付けは調理室等管理員(やませみスタッフ)が行います。学級毎に食器の下膳、食卓の台ふき、ピッチャー等の片付けをお願いします。

また、生活づくりを利用のねらいの柱とする場合、食後の食器洗いや食缶等の片付けを行っていただくこともできます。ご相談ください。

(配膳～下膳・片付けまでの時間の目安＝1時間半程度)

(6) 食事等の数量変更期限について

① 数量変更受付期限(※注文弁当給食、野外炊事の場合)

朝食	昼食	夕食	野外炊事(昼)	野外炊事(夜)
前日 18:00	当日 8:20	当日 12:00	前日 18:00	当日 8:20

※軽食、携帯用弁当(朝食用・昼食用)は納品日3日前正午です。これ以降の変更はできません。

・台風、積雪等の荒天及びインフルエンザ等の集団感染で、利用の延期や中止を検討せざるを得ない場合については、早めに学校担当指導主事にご連絡ください。

※原則、全員分の食事キャンセル期限は3日前(土日祝を除く)の正午です。

② 変更の方法

・食事数の変更がある場合は、上記時間までにやませみ事務室へお知らせください。

・1日目の昼食の変更については、当日朝の出欠確認後、8:20まで(できるだけ早く)に電話でやませみへご連絡ください。

4 食物アレルギーへの対応

・やませみを通じて注文される食事メニューについては、資料11「アレルギー物質一覧表」(30～31ページ)をご覧ください。その他、ご相談がございましたら、学校担当指導主事までお問い合わせください。

5 その他

・調理や配膳を担当する人(児童生徒、引率者)は、必ずエプロン、マスク、ハンダナ・三角巾等の着用をお願いします。(学校給食で使用している白衣でも構いません)

・調理や配膳の際は、せっけんで手をよく洗ってください。

必要ならば、学校からビニール手袋等を持ってきてください。

・調理室、食堂、野外炊事場等の使い方については、やませみスタッフがご説明します。実際の調理や配膳、片付け及び使用箇所の清掃は学校が行ってください。

注文弁当・給食アレルギー物質一覧表

アレルギー メニュー	卵	乳	落花生	小麦	そば	エビ	カニ	あわび	いか	いくら	オレシシ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつだけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ	アーモンド
	ハンバーグ弁当	○	○		○	○	○						○			○		○	○	○		○				○	○	
チキンカツ弁当	○	○		○											○		○	○	○						○	○		
エビフライ弁当	○	○		○		○									○		○	○	○						○	○		
からあげ弁当	○	○		○											○		○	○	○						○	○		
しょうが焼き弁当				○													○	○	○						○	○		
牛すき弁当				○		○							○				○	○	○						○	○		
鶏の内弁当	○			○		○									○		○	○	○						○	○		
朝食A (オムレツ&スープ)	○	○		○									○				○	○	○									
朝食B (サケ&みそしる)		○		○											○		○	○	○									
軽食 (サンドウィッチ&コーンスープ)	○	○		○													○	○	○									
夕食 豚しょうが焼き定食	○	○		○													○	○	○									
夕食 目玉焼きデミハンバーグ定食	○	○		○									○				○	○	○									
夕食 肉じゃがと豚汁の和風定食		○		○													○	○	○							○	○	
夕食 からあげ定食	○	○		○													○	○	○							○	○	

※アレルギー表示については原材料となります。

令和8年4月1日 現在

軽食 アレルギー物質一覧表

アレルギー	卵	乳	落花生	小麦	そば	エヒ	カニ	あわび	いか	いくら	オレシシ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつだけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	こま	カシコーナッツ	アーモンド		
アレルギー メニュー	おにぎりセット 2個(おかか・サケ)	おかか			○											○														
		さけ			○											○														
		うめ																												
アレルギー メニュー	おにぎりセット 3個(おかか・サケ・梅)	調理パンセット (サンドウィッチ・焼きそばパン)	○	○	○												○		○											
		菓子パンセット 2個(チョコレート・ジャム)	○	○	○	○												○												
		菓子パンセット 3個(チョコレート・ジャム・クリーム)	○	○	○	○												○												

野外炊事 アレルギー物質一覧表

アレルギー	卵	乳	落花生	小麦	そば	エヒ	カニ	あわび	いか	いくら	オレシシ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつだけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	こま	カシコーナッツ	アーモンド	
アレルギー メニュー	野外炊事 カレーセット			○													○	○	○						○				
		野外炊事 バーベキューセット	(○)	(○)										○				○	(○)	○					(○)		○		
		野外炊事 豚汁セット																○	○	○									

※ (○) は「ウイナナー」の原材料が輸品業者によって異なるため、アレルギー対応が必要な場合は早めに担当指導員までご相談ください。

給食について

◇学校の準備物は以下のとおりです。

- ・台ふきん : 2枚/クラス
- ・ごみ袋 (2枚重ね) : 1セット/クラス
- ・皿ふきティッシュ : 1箱/クラス

※児童生徒が各自ポケットティッシュを持ってきてよい。

◇配膳は、**クラス毎に調理室**で行います。

◇配膳する当番の児童生徒は、**各クラス4～6名**が適当です。

◇当日、**調理室のやませみスタッフ (1～2名)**が、お手伝いいたします。

◇**準備・片付け**は、先生方主導で進めてください。

◇ 準備 ◇

(1) 当番の児童生徒は、**身支度 (エフロン、マスク、バンダナ・三角巾等の着用)**をする。

(2) クラス毎に当番の児童生徒が**配膳のための確認・準備**をする。

※配膳は、各クラス調理台を2台使用します。

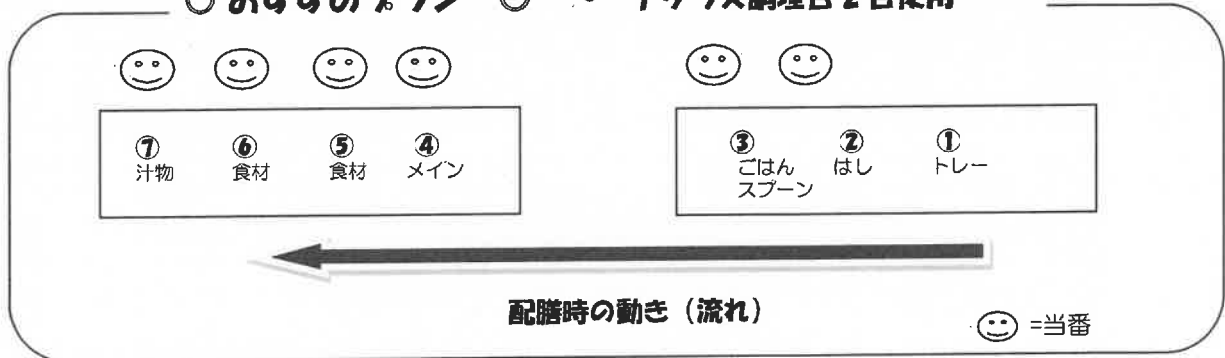
※3クラスの学校は、3クラス目の配膳を食堂の配膳台で行います。(配膳台を設置したらストッパーをとめてください)

※配る食器やごはん等の量を確認します。

(3) クラス毎に**配膳**する。



○ おすすめプラン ○ ～ 1クラス調理台2台使用 ～



◇ 片付け ◇

(1) **残飯**をボウルの中に入れる。

※配膳されていないものは、そのまま残します。

(2) 各自で**お皿をふく**。※油汚れをふき取ってください。

※各自持ってきたポケットティッシュでふき取るのがおすすめです。

(3) かごに**食器をもどす**。

(4) 配膳台・使用した机を、学校から持ってきた台ふきんで**ふく**。



給食の流れの例（時系列）

時間	活動	詳細	備考
10分 ～20分前	◇ 準備 ◇	32ページ 準備（1）～（2） 参照	当番（各クラス4～8名程度） の児童生徒と担当の先生が、食 堂に集合する。
0:00 ～0:05 ↓	全体説明	◇食事担当の先生の話 ・配膳方法 ・食事の仕方 ・片付け方法	最初の利用の際には、担当の先 生から説明が必要。
0:05 ～0:20 ↓	配膳	32ページ 準備（3）参照 クラスごとに流れ作業	全員集合して、配膳スタート。 ・トレイ（食器の置き方）のサ ンプルを一つ作ると、配膳が スムーズです。 ・スペースが狭いので上履きを 並べて脱ぐと安全です。 ・座る位置を決めておくとスム ーズです。
0:20 ～0:45 ↓	食事	「いただきます！」	・おかわりがある場合は、その 方法を先生方で検討し、児童 生徒に指示してください。
0:45 ～1:00	◇ 片付け ◇	32ページ 片付け（1）～（4） 参照	・ごみ袋の準備（45L） （各クラス1セット/2枚重ね）

※準備・片付けを含めると1時間程度必要です。

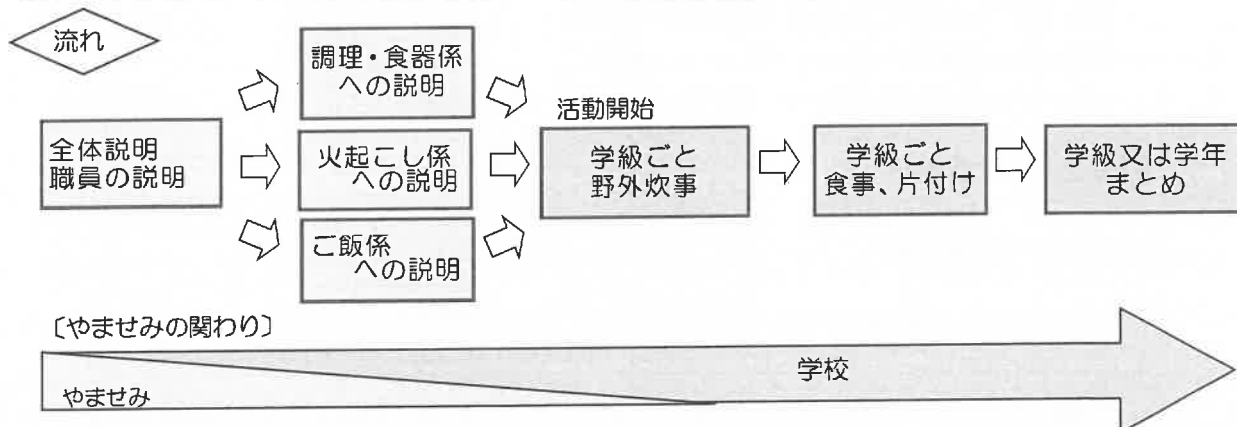
※時間は**先生方主導**で行ってください。

※食堂の**最終チェック**（机ふき、ごみのまとめ、食器の回収など）は先生方をお願いします。

やませみで行う野外炊事

1 野外炊事を行うにあたって

やませみでは、野外炊事を学級づくりの一環として考えていますので、**担任の先生が中心**となって進めてください。この活動に対する先生の思いをできるだけ話してあげてください。



◇やませみスタッフは、野外炊事場の使い方と係ごとの仕事内容を説明します。その後は、先生方で野外炊事を進行してください。

◇準備や調理を子どもたちの手でじっくり行わせるには、小学校は3時間30分、中学校は3時間必要です。余裕をもった計画を立ててください。

◇食材と薪の注文は、「食事・リネン注文表」(様式5)で行ってください。薪は1班1束必要です。
(「薪割り」の活動を行った学校は、薪の注文数が班の数の2/3です。)

2 野外炊事のねらいの設定について

やませみで行う野外炊事のねらいは、カレー(豚汁)を作る活動を通して、みんなで作る喜び、みんなで食べる楽しさを実感し、協力することの大切さ、すばらしさに気付かせることです。子どもたちと一緒に「野外炊事のねらい」に基づいて、めあてを設定してください。その際に、子どもたち自身が「何のために野外炊事を行うのか」という視点で話し合うことが大切です。

活動を終えた時には、片付けも含めて、最後までやりきったという達成感をもたせたいものです。

◇めあての例

- ・みんなで力を合わせて、最高に美味しいカレー(豚汁)を作ろう。
- ・カレー(豚汁)づくりの活動を通して、友だちの良さを見つけよう。
- ・自分の役割に責任をもって、最後まで取り組もう。 など

3 野外炊事の準備物

◇**個人で用意するもの** *先生も同様の身じたくをしてください。

- ・身じたく（エフロン、バンダナ・三角巾等、マスク）
 - ・長スポン
 - ・ふきん2枚（食器用・台ふき用）
 - ・軍手（すべり止めのゴムのない綿のものがよい）
 - ・食器ふき取り用の紙（ポケットティッシュなど）
- *必要に応じて食器洗い用ゴム手袋があるとよい。

◇**学校で用意するもの**

焚き付け用の新聞紙	1クラスで朝刊2日分程度
ライター・マッチ等	ライターなら、各クラス1本以上 マッチなら、各班1箱（つけ方については事前にご指導ください）
ゴミ袋（45L）	1回につき4枚 *プラゴミ用・紙ごみ用・生ごみ用（二重）
食器洗い用スポンジ	班に1～2つつ ・調理器具や食器等の洗浄に使います。ネット付きのものなど、洗うものに傷のつかないものをご準備ください。
食器用洗剤	各クラス2本程度 ・調理器具や食器などの洗浄に使用します。
クリームクレンザー	各クラス3本ずつ ・加熱前に鍋や釜の外側に塗っておくと、洗う時にすす汚れが落としやすくなります。
排水口ネット	1回の野外炊事につき10枚程度 （直径15cm、深さ10cm以上の排水口に取り付けできるもの）
予備用ふきん・台ふきん	子どもたちの予備用として準備をお願いします。
予備用軍手	

*野外炊事場には、鍋や羽釜を洗うたわしが準備してあります。



4 事前指導

①野外炊事の**めあて**を決める。

②野外炊事の**班**を決める。

*学年で合計 24 班まで作ることができます。

*1 班の人数は、5～7 人にしてください。

③学級や班で**係**を決める。

*調理・食器係……班で2～3人

*火起こし係……班で2～3人

*ご飯係……**学級で2～3人**（釜は、各クラス1つずつ使用します）

※先生方の係は、【調理・食器係】【火起こし係】【ご飯係】の3つに分担しておいてください。

④調理する**場所**を確認する。

*野外炊事場での各班の配置については、担当指導主事から提示をいたします。

*野菜を切る場所は野外炊事場もしくは館内3階食堂です。

5 野外炊事の流れ

◇集合時刻前に荷物を置いて準備する。

*さわその広場にグループごとにレジャーシートを敷き、荷物を置きます。

①はじめの会 (10分)

*司会進行は学校（子どもたちや先生方）でお願いします。

例

1) はじめのあいさつ（司会）

2) めあての確認など（学校）

3) やませみスタッフからの話

①全体の注意点

②係ごとの仕事内容の説明

はじめの会で、やませみスタッフが、野外炊事場の使い方を説明します。その後、①調理・食器係②火起こし係③ご飯係に分かれて簡単な説明を行います。（実際に野外炊事を進行していくのは学校の先生方です。）

②作る (80～90分)

調理・食器係 班で2～3人

(1) やませみスタッフからの説明

調理器具の使い方、食材の取り扱い、調理方法、片付け方の説明を聞く。

(2) 食材&調理器具の受け取り（野外炊事場で行う場合）

土間に①食材②調理器具を取りに行く。

①食材（カレーの場合）

・じゃがいも ・にんじん ・タマネギ ・肉 ・カレールー

②調理器具

・かごの中身【ピーラー（2）・さいばし（1）・おたま（1）・スクレイパー（1）】

・なべ&ふた・まな板（2） ・ざる（野外炊事場で行う場合）

・包丁（2）

*包丁は、【調理・食器係】の先生が、各班に置かれたまな板の上に配付してください。使用後は洗わずに、まな板の上に置いてある包丁・ピーラーを【調理・食器係】の先生が回収してください。

(3) 調理開始

- ①野菜（じゃがいも）を洗う→にんじん・タマネギ・じゃがいもの皮をむく→小さく切る
 - ・じゃがいもの芽は、しっかりと取る。
 - ・むいた野菜の皮等は、ゴミ箱に捨てる。
 - ・にんじんは、火が通りにくいので薄く切る。
- ②肉を入れる。
 - ・肉は一番最後に手でほぐして入れる。
 - ・野菜と肉すべてを鍋に入れた後、水を入れる。（水は具がつかる程度）
 - *包丁は洗わずに、そのまま調理台の上に置かせ、【調理・食器係】の先生が回収してください。
- ③まな板（2枚）は洗ってからふきんで拭いて、調理スタッフへ渡す。（外で行う場合はやませみスタッフへ渡す）
- ④火にかける前に、鍋のまわりにクリームクレンザーを塗る。
 - *これにより、黒くついたすすが落としやすくなります。ふたには塗りません。
- ⑤カレールーを入れる。（沸騰して10分後野菜が煮えていることを確認してから）
 - *にんじんとじゃがいもが柔らかくなっていることを確認してからカレーのルーを入れる。
 - カレールーがこげないようによく混ぜる。
- ⑥出来上がる頃、皿、スプーン、コップの準備をする。

※まな板と包丁：本来ならば衛生上、野菜用と肉用に分けますが、全ての食材をすぐに煮込むことと、返却後の滅菌処置が調理室にて十分に行われているので、子どもの作業効率を良くするために分けておりません。野菜と肉を区別する意識付けは大切なので、「野菜→肉」の順に切るように指導してください。

火起こし係 班で2～3人

(1) やませみスタッフからの説明

火起こしの仕方、片付け方の説明を聞く。

(2) 準備 → 火起こし

- ①調理台（長机）を土間から運んで、台ふき用ふきんでふく。
- ②火つきの良さそうな薄い薪や細い薪を束の中から選んで準備する。
 - *薪を束ねてある針金は所定の場所へ置く。
- ③新聞紙（2枚）を軽く丸めてかまどに置く。その上に細い薪を置く。
 - *薪を交差するように置くと良い。
- ④鍋が用意できたら（野菜が切り終わるころ）新聞紙に火をつける。
 - *鍋の準備前に火をつけると薪の無駄になる。
- ⑤薪が燃えだしたら細い薪を火の上に追加し、徐々に太い薪を入れる。
 - *追加した薪に火がついてばちばち音がするまで見守る。
 - *薪を足で蹴って折らない。
 - *灰や火の粉が舞い上がるため、うちわであおがない。
 - *太い薪が燃えると火力がアップする。
- ⑥火のついた薪は、最後まで燃やし尽くす。
 - *火のついた薪は他のかまどへ移動させない。
 - *食事前には片付けない。
 - *火のついた薪はやませみスタッフで処理します。



ご飯係 学級で2~3人

(1) やませみスタッフからの説明

ご飯のたき方、火起こしの仕方、片付け方の説明を聞く。

(2) 準備 → ごはん炊き

①羽がまに米を入れ、水を注ぎお米をとぐ。(3回程度)

*米をこぼさないように「とぎ汁」を流す。

②水を入れる。

*手のひらを米の上につけ、手のくるぶしまでつかれる程度。

*小学生は、大人の手を借りるとよい。(米の厚さの1.7~1.8倍の深さに水を入れる)

③すすを落としやすくするために、羽がまのまわりにクリームクレンザーを塗る。

④へっついの上に羽がまを乗せ、十分にぬらした蓋をして、火をつける。

*火のつけ方は、火起こし係を参照。

*薪はクラスの各班から必要な分をもらう。

⑤羽がまの水が沸騰すると蓋の間から湯気が出て、さらに白い水や泡が蓋の隙間から吹きこぼれる。吹きこぼれたら1分間程度強火を保つ。その後弱火にして、10分~13分待つ。

*弱火にするには、太い薪を抜く。炭になっているものを残す。

*炊くお米の量が少ないと、吹きこぼれないこともあるので注意する。

⑥10分経ったら蓋を少し開けてのぞいてみる。

*水分が残っていたら、もう少し加熱する。水分がなくなっていたら、しゃもじでかき混ぜて10分蒸らす。

専用の袋をお渡ししますので、各班のカレーと各クラスのご飯の検食にご協力ください。

③配膳して食べる (40~50分)

- ・グループごとに敷いたレジャーシートで食べる。もしくは、やませみのブルーシートを敷いて、クラスごとに食べることが可能(鍋は班ごと)
- ・カレー鍋は、必ず鍋敷きの上に置く。
- ・クラスまたは学年ごとに「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする。
- ・「ごちそうさま」の挨拶をする前に、片付けの手順について確認する。



④片付ける (40~50分)

調理・食器係

食器・調理器具洗い&ふき 1~2名

- *紙でふき取った全員分の食器と調理器具を食器用洗剤で洗う。

鍋洗い 1名

- *鍋の中身をふき取り（カレーはスクレイパーを使用）、すす落とし場ですすを落とす。
- *仕上げ洗いは、流し台で食器用洗剤やクリームクレンザーを使って行う。先生とやませみスタッフの確認後、返却する。



食器【皿、スプーン、コップ】(人数分)
さいばし(1) ピーラー(2) おたま(1)
スクレイパー(1) 水のピッチャー(1)
<しゃもじ(クラス2)>

火起こし係

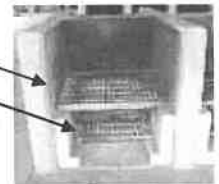
①かまどの掃除

薪は燃やしきり、燃えかすを倉庫横のパン箱に入れる。（*水はかけないでください）

- *ロースター（かまどの上にある鉄枠）とグレーチング（かまどの下にある鉄枠）は、先生が動かしてください。その際、野外炊事場トイレ横の棚上にある革の手袋をお使いください。

上：ロースター

下：グレーチング



<事故に注意>

- ・ロースターやグレーチングを持ち上げる際のやけど
- ・立てかけてあったロースターやグレーチングに足があたってのやけど
- ・ロースターやグレーチングが足の上に倒れてのけが

②余った薪は、トイレ側の倉庫の前に運ぶ。

- *学校でまとめて持ち帰る。もしくは、やませみに置いていく。

③調理台（長机）の片付け&野外炊事場の掃除

- ・使った調理台や、使った場所の水拭きや片付けをする。
- ・水をまかず、ほうきでいねいにはく。

ご飯係

①羽がま洗い 1～2名

*まずは残ったご飯を処理する。すす落とし場ですすを落とす。

*仕上げ洗いは、流し台でスチールたわしやナイロンたわしを使って行う。先生とやませみスタッフの確認後、返却する。

②（ご飯用の）かまどの掃除 1名

片付け終了近くになりましたら、やませみスタッフにお知らせください。片付けの最終確認をさせていただきます。

【チェックポイント】

○かまどやその周辺の確認

○羽がまやカレー鍋の確認

- ・こげは残っていないか。
- ・クレンザーはついていないか。
- ・ごはん粒やカレー汚れは残っていないか。

○流し場の確認

- ・野菜のくずや米粒は残っていないか。
- ・排水口にごみがたまっていないか。
- ・たわし等はきちんと置かれているか。



⑤まどめの会 (10分) *司会進行は学校(子どもたちや先生方)でお願いします。

例

1) はじめのあいさつ(司会)

2) 活動の振り返り(学校)

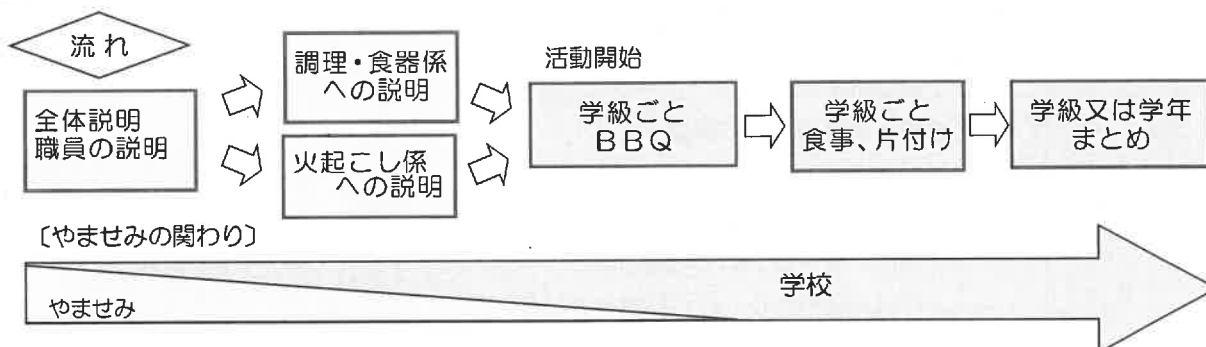
- ・野外炊事を通しての感想を発表する。
- ・活動の中で見つけた友だちの良さについて発表する。
- ・野外炊事を通して、協力することの意味を考える。
- ・活動の中から、これからの生活に生かせることを考える。 等

3) やませみスタッフからの話

やませみで行うBBQ

1 BBQを行うにあたって

やませみでは、BBQを学級づくりの一環として考えていますので、**担任の先生が中心**となって進めてください。この活動に対する先生の思いをできるだけ話してあげてください。



◇やませみスタッフは、野外炊事場の使い方と係ごとの仕事内容を説明します。その後は、先生方でBBQを進行してください。

◇準備や調理を子どもたちの手でじっくり行わせるには、目安として3時間は必要です。余裕をもった計画を立ててください。

◇食材と薪の注文は、「食事・リネン注文表」(様式5)で行ってください。薪は1班1束必要です。(「まき割り」の活動を行った学校は、薪の注文数が班の数の2/3です。)

2 BBQのねらいの設定について

やませみで行うBBQのねらいは、活動を通してみんなで作る喜び、みんなで食べる楽しさを実感し、協力することの大切さ、すばらしさに気づかせることです。子どもたちと一緒に「BBQのねらい」に基づいて、めあてを設定してください。その際に、子どもたち自身が「何のためにBBQを行うのか」という視点で話し合うことが大切です。活動を終えた時には、片付けも含めて、最後までやりきったという達成感をもたせたいものです。

◇めあての例

- ・みんなで力を合わせて、BBQをしよう。
- ・BBQの活動を通して、友だちの良さを見つけよう。
- ・自分の役割に責任をもって、最後まで取り組もう。 など

3 BBQの準備物

◇**個人で用意するもの** *先生も同様の身じたくをしてください。

- ・身じたく（エフロン、バンダナ・三角巾等、マスク）
 - ・長スポン
 - ・ふきん2枚（食器用・台ふき用）
 - ・軍手（すべり止めのない綿のものがよい）
 - ・食器ふき取り用の紙（ポケットティッシュなど）
- *必要に応じて食器洗い用ゴム手袋があるとよい。

◇**学校で用意するもの**

焚き付け用の新聞紙	1クラスで朝刊2日分程度
ライター・マッチ類	ライターなら、各クラス1本以上 マッチなら、各班1箱（つけ方については事前にご指導ください）
ゴミ袋（45L）	1回につき4枚 *プラゴミ用・紙ごみ用・生ごみ用（二重）
食器洗い用スポンジ	班に1～2つつ ・調理器具や食器等の洗浄に使います。ネット付きのものなど、洗うものに傷のつかないものをご準備ください。
食器用洗剤	クラスに2本程度 ・調理器具や食器等の洗浄に使用します。
排水口ネット	1回の野外炊事につき10枚程度 （直径15cm、深さ10cm以上の排水口に取り付けできるもの）
予備用ふきん・台ふきん	子どもたちの予備用として準備をお願いします。
予備用軍手	

*野外炊事場には、鉄板を洗うたわしが準備してあります。



大グループでのBBQ（1班10名程度）

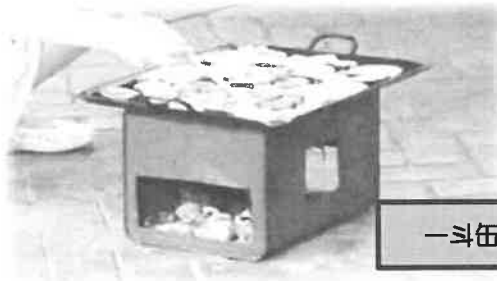
4 事前指導

①BBQの**めあて**を決める。

②BBQの**班**を決める。

1) 小グループの場合 4～5名/グループ (最大16グループ)

*調理・食器係 (3名)・火起こし係 (1～2名)



—斗缶グリル

2) 大グループの場合 10名程度/グループ (最大4グループ)

*調理・食器係 (8名)・火起こし係 (2名)



ドラム缶グリル

③**係**を決める。

【調理・食器係】と【火起こし係】に分かれる。

*先生方は、【調理・食器係】【火起こし係】に分担しておいてください。

④BBQの**場所**を決める。

いろいろな配置の方法があります。さわその広場でも野外炊事場(屋根つき)の中でも可能です。学校担当指導主事と相談してください。

⑤安全に行うための**約束**を知る。

・食中毒防止・・・肉の生焼け注意。トングは、肉を焼く時に使用し、焼けた肉を盛り付ける時は、菜ばしを使用する。

・やけど防止・・・「ふざけない・走らない」。鉄板を動かす時は革手袋を使用する。

5 BBQの流れ

◇集合時刻前に荷物を置いて準備する。

※荷物は、いろいろの間もしくはやませみのブルーシートをさわその広場に広げて置くことができます。

①はじめの会 (10分)

※司会進行は学校(子どもたちや先生方)でお願いします。

例

- 1) はじめのあいさつ(司会)
- 2) めあての確認など(学校)
- 3) やませみスタッフからの話
 - ①全体の注意点
 - ②係ごとの仕事内容の説明

はじめの会で、やませみスタッフが野外炊事場の使い方を説明します。その後、調理係と火起こし係に分かれて、簡単な説明を行います。(実際にBBQを進行していくのは学校の先生方です。)

②作る→食べる→片付ける (160分)

調理・食器係

- ①やませみスタッフから説明を聞く。
- ②調理台(長机)を土間から運んで、台ふき用ふきんでふく。
- ③野菜を切って、2つ(鉄板焼き用&焼きそば用)に分ける。
 - *黄色いザルを2つずつ使用
- ④鉄板の準備ができたなら焼く。
 - *トングは生肉用・菜ばしはその他用
- ⑤焼く係と片付け係に分かれて活動する。
 - ・焼く係：とにかく全員分を焼く。
 - ・片付け係：使い終わったものを洗う。
- ⑥食後に片付けを行う。
 - ・食器類等を洗う。
 - ・机をきれいに拭いて片付ける。
 - ・水道場の排水口を掃除する。
 - ・野外炊事場のはき掃除をする。

トング(肉を焼く用)

トングは生肉用です。食中毒を防止するため、生肉を焼くためだけに使用してください。
焼けた肉は、菜ばしで盛り付けてください。

専用の袋をお渡ししますので、各班の検食にご協力ください。

火起こし係

- ①やませみスタッフから説明を聞く。
- ②火を起こす。
- ③おき火(炭火)になったら、鉄板を乗せる。
 - *鉄板を乗せるとすぐ熱くなるので、調理係と要確認。
- ④火の調整をする。
- ⑤食後に片付けを行う。
 - ・鉄板：たわしで洗う。
 - ・ドラム(一斗)缶：炭と灰をきれいに掃除する。

【鉄板の片付けのワンポイントアドバイス!】

残り火があるうちにパリパリのこげにすると、こげが落としやすくなります。

片付け終了近くになりましたら、やませみスタッフにお知らせください。片付けの最終確認をさせていただきます。

【チェックポイント！】

○野外炊事場の中の確認

○鉄板の確認

- ・油は残っていないか。
- ・こげは残っていないか。
- ・洗剤やクレンザーは残っていないか。

○流し場の確認

- ・野菜のくずは残っていないか。
- ・排水口にゴミがたまっていないか。
- ・たわし等はきちんと置かれているか。



③まとめの会 (10分) ※司会進行は学校（子どもたちや先生方）でお願いします。

例

1) はじめのあいさつ（司会）

2) 活動の振り返り（学校）

- ・BBQを通しての感想を発表する。
- ・活動の中で見つけた友だちの良さについて発表する。
- ・BBQを通して、協力することの意味を考える。
- ・活動の中から、これからの生活に生かせることを考える。 等

3) やませみスタッフからの話



1 入所、退所について

入所は、何時からできますか？

午前9時から入所できます。

退所は、何時までですか？

退所は、原則午後3時までをお願いします。また、館内清掃のため、午前9時を目処に部屋から荷物を移動していただきます。

入退所式で行う内容は？

それぞれの学校でプログラムを作ってください。入所式ではやませみ職員と担当指導主事が話をする場面、退所式では担当指導主事が話をする場面を組み込んでください。

雨天時の入退所式は、どこで行いますか？

野外炊事場で行います。屋根がありますので、雨天でも可能です。横雨が激しい時等は、一旦荷物を部屋に置いた後、会議室もしくは食堂で行います。

2 キャンプファイヤーの薪とキャンドルファイヤーのキャンドルについて

雨天でキャンプファイヤーが中止になった場合、薪をキャンドルに替えることはできますか？

当日の天候によりキャンプファイヤー用の薪をキャンセルし、キャンドルファイヤー用のキャンドルを購入することに変更できます。キャンセルは薪に灯油をかける前まで可能です。

3 食事、食材について

食事の時間は？

学校のプログラムに合わせて設定することができますが、朝食は午前7時30分以降、夕食は午後5時以降から配膳を開始するようにしてください。また、終了時刻については片付けも含め、朝食は午前9時まで、夕食は午後8時までに終わるようにしてください。

配膳時に気をつけることは？

調理中も同様ですが、身じたく（エプロン、バンダナなど髪をおおう物、マスク）の徹底をお願いします。また、せっけんで手をよく洗ってください。なお、手で盛りつける場合は、ビニール手袋を着用してください。

「やませみ」に申し込んだジュースの紙パック等のゴミの処理方法は？

業者に引き取ってもらうことができます。ビニール袋に入れ、野外炊事場裏のごみ置き場内右側の棚に置いてください。

調理室荷物用エレベーターを引率者が操作することは可能ですか？

はい。ただし1階の扉が施錠されている場合がありますので、その際はやませみ職員にお知らせください。くれぐれも子どもたちには操作させないようにしてください。

ごみの処理方法は？

注文弁当の残飯等は、業者に引き取ってもらいます。ビニール袋に集めて野外炊事場裏のごみ置き場内右側の棚に置いてください。また、白炊等で出た生ごみ等は、野外炊事場裏のごみ置き場内左側のやませみ用ダストボックスに入れてください。持込弁当の際に出た生ごみはやませみで処分できますが、容器などは持ち帰りとなります。

4 お風呂について

入浴できる時間は？

午後4時以降をお願いします。雨天・寒冷時の活動で体が冷えた時などの場合は、担当指導主事にご相談ください。

引率教員は、何時まで入浴できますか？

午前0時まで入浴が可能です。

ドライヤーはありますか？

事務室で14台保管しておりますので、貸出、返却のどちらも引率の先生が事務室までお越しください。1部屋につき2台まで使用することができます。

バリアフリーのお風呂はありますか？

103、203号室のシャワー室に、手すりといすが設置されています。専用の浴槽はありません。なお、103、203号室にはシャンプー、ボディソープ1セットずつ備え付けてあります。

5 部屋、活動場所について

小さな部屋は、3つしかないのですか？

103号室、203号室、ひだまりの間以外に小部屋が必要な場合には、102号室の部屋をパーティションで分割し、10名ずつの部屋にすることができます。ただし、洗面所とシャワーは設置されていませんのでご了承ください。

何時まで活動できますか？

活動は、午後8時45分までです。係会議等もこの時刻までに終了できるよう計画してください。それ以降は各部屋で過ごすようにしてください。

部屋で食事をすることができますか？

基本的には食堂、さわその広場、野外炊事場でお願いします。人数、プログラム、天候等の状況で無理な場合は、やませみ職員にご相談ください。

6 リネンについて

リネンは、何時から配ることができますか？

活動の流れに合わせて設定していただいてもよいのですが、午後の活動後がよいかと思います。1階リネン室前に準備しておきますので、先生方で配ってください。1部屋分3～4人で運ぶことができます。

使用済みのシーツ等の返却はどうすればよいですか？

宿泊最終日の朝に、各階の階段前または1階リネン室前にある袋にまとめて入れてください。

汚してしまったリネンは、交換できますか？

交換可能です。ただし、追加の料金が発生します。

部屋の布団をぬらしてしまった場合は交換できますか？

予備の布団をご利用ください。その際はやませみ職員にお知らせください。

リネン料金の支払い方法は？

後日、郵便振込にてお願いします。その際の振込手数料は業者が負担します。また、食事関係の料金とは別振込となりますのでご注意ください。

※振込手数料は業者が負担いたしますが、硬貨取扱手数料等についてはご負担願います。

7 炊事関係について

野外炊事場のかまどは、いくつ使えますか？

28カ所あり、24班まで対応可能です。

薪はどれくらい必要ですか？

1つのかまどにつき、薪が1束必要です。

8 食事費用、薪代、リネン代等の支払いについて

食事費用等の支払いは、どうすればよいですか？

食事、教材（かべ掛け時計、小枝のボールペン以外）、薪の費用は、お近くの金融機関からお振込みください。このときの振込手数料は1回のみ、ふじのやませみ会で負担します。また、

リネン代は郵便局（ゆうちょ銀行）ATM振込で振り込んでいただけます。その際、振込手数料は業者が負担します。硬貨取扱手数料等についてはご負担願います。

