

野外活動

|  |   |                       |                               |  |
|--|---|-----------------------|-------------------------------|--|
| プログラム名(コース名)   | ピザ作り  |                       |                               |  |
| 概要   | 生地作りや火起こしなどをグループで協力してオリジナルピザを作る。  |                       |                               |  |
| ねらい  | 食に関する興味・関心を持ち、自分たちの手で作り上げる喜びを味わうことができる。<br>グループで協力することで、協調性を身につけることができる。  |                       |                               |  |
| 条件   | 対象  | 全年齢                   | 人数(指導者人数)                     | ～100人程度(3人以上)<br>※ピザ枚数 30枚まで                 |
|  | 活動時間  | 120～180分<br>(食事時間を含む) | 活動時期                          | 通年   |
|  | 活動場所  | 食堂・出会いの広場             | 費用<br>※サイズ等については<br>下記〈その他〉参照 | Mサイズ2,000円<br>Lサイズ 2,600円<br>デザートドリンクセット210円 |
|  | 下見  | 不要                    | 活動名簿提出                        | 不要   |
| 持ち物・準備   | (個人) エプロン・ハンダナ(必要に応じて)、マスク、軍手(ゴム製や滑り止め付でないもの)<br>(団体) 救急バック、ふきんとぞうきん各5枚程度、紙皿(人数分)<br>(貸出) ボウル、計量カップ、ピザカッター、耐熱用手袋 ※材料は青年の家で用意            |                       |                               |  |
| 安全上の留意点<br>(具体的な対策)  | ピザカッターなどで手を切る、薪のとげが刺さるなどによるケガ(道具の取扱いに注意、軍手着用)<br>ドラム缶オープンの取扱い、アルミバットの取扱いによる火傷(耐熱用手袋着用、オープンの取扱いは指導者が実施、研修生への注意喚起)<br>煙による体調不良(風向きに気を付ける) |                       |                               |  |
| <b>活動内容(手順)</b>  |   |                       |                               |  |
| <p>事前①メニューの決定:ピザの種類(ミックス、カレー)、数量(Mサイズ、Lサイズ)、デザートドリンクセット<br/>         ≪食事注文表≫の作成、提出</p> <p>②指導者配置:所定の≪活動プログラム時の団体指導者の役割分担≫を作成、提出</p> <p>③グループ編成:2人～6人のグループ(最大20グループ/火起こしは10グループまで)</p> <p>④研修生への事前指導:「概要」「ねらい」「安全上の留意点」等を指導、服装や持ち物を確認</p>   |   |                       |                               |  |
| <p>活動前①打合せ:活動場所(食堂)で所員と担当指導者にて実施</p> <p>実施判断:気象を基に、協議の上決定(ドラム缶オープンの使用可否)</p> <p>確認事項:種類、サイズ、数量の確認、デザートドリンクセットの有無、数量の確認</p>   |   |                       |                               |  |
| <p>活動①指導:所員より</p> <p>②活動開始:生地作り、発酵の合間に火起こし(または団体主導の活動)、トッピング、焼く<br/>         ※流れについては≪★ピザ作りレシピ★≫参照</p> <p>③確認事項:人数、健康状態</p> <p>④振り返り:活動の感想を発表</p> <p>⑤片付け:備品の返却と確認、活動場所の現状復帰</p> <p>食堂内:洗いあがったボウルなどの拭き上げ、食堂内清掃(ごみはまとめて事務室へ)</p> <p>アルミバットの洗浄:使用したアルミバットを南テラス水道にて洗浄</p> <p>ドラム缶オープンの片付け:薪の片付け、出会いの広場の清掃</p> <p>⑥報告:所員へ終了、研修生の健康状態</p> |   |                       |                               |  |

<その他>

- ピザの種類：ミックス（ピザソース、玉ねぎ、ベーコン、ピーマン、コーン、チーズ）  
カレー（カレーソース、玉ねぎ、ベーコン、ピーマン、コーン、チーズ）
- サイズ（目安）：Mサイズ（約29cm/2～3人） Lサイズ（約35cm/3～4人）
- デザート・ドリンクセット（内容はおまかせ：紙パックのジュース、プリンまたはゼリー）  
※注文について：《食事注文表》にて3週間前までに注文  
※キャンセルについて：利用日4日前12：00まで対応、それ以降の変更・キャンセルは不可
- 衛生上の観点より持帰りは不可
- 取り皿は、必要に応じて団体にて持参
- ドラム缶オーブンは1台につき1回6枚焼ける。ドラム缶オーブンは全部で3台。焼き時間は気象状況などにより多少前後する

# ☆ピザ作りレシピ☆

ざいりょう ちよっけいやく  
**材料** \*Mサイズ…1枚直径約29cm \*Lサイズ…1枚直径約35cm

|               | Mサイズ  | Lサイズ  |
|---------------|-------|-------|
| きょうりきこ<br>強力粉 | 250g  | 375g  |
| ドライイースト       | 3g    | 5g    |
| しお塩           | 2.5g  | 4g    |
| さとう砂糖         | 3g    | 5g    |
| みず水(ぬるま湯)     | 150ml | 230ml |



☆ミックスピザ

☆カレーピザ

- ・トッピング(ミックス)…ピザソース、チーズ、ピーマン、玉ねぎ、ベーコン、コーン
- ・トッピング(カレー)…カレーソース、チーズ、ピーマン、玉ねぎ、ベーコン、コーン

## 作り方

1. 砂糖とドライイーストをボウルに入れて、3分の1くらいの水(ぬるま湯)で溶く。混ぜるときは手で！



2. 強力粉(全部)と塩を入れて、水(ぬるま湯)を少しずつ入れながら手で混ぜる。



(お餅のようにつるつるになるまでこねる。20分程度、頑張ってください！)

※水を入れすぎないように注意する。

4. しっかりこねたら、ボウルにラップをかぶせ、発酵させる。(約20分。生地が1.5から2倍に膨らむよ！)



※ラップに名前(目印)を書く。



※オーブンの準備ができれば希望する団体の団体火おこしをします。

5. クッキングシート敷いたトレイの上でできるだけ薄く伸ばす。



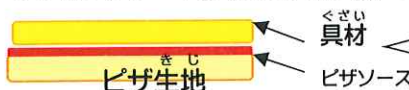
※耳たぶ程度の厚さまで均等に薄く伸ばす。

※厚みにムラがあったり、ミミを作ると焼きムラができる。

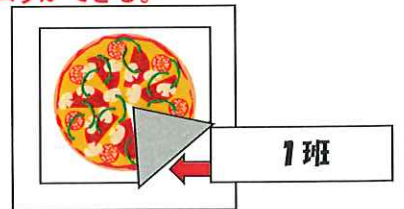
6. ピザソースをスプーンで塗り、トッピングをして仕上げのチーズをのせる。



※アルミホイルに名前を書いて、トレイとクッキングシートの間に入れる。



※具材を乗せるときは平らにする。



7. 三ヶ日青年の家特製ドラム缶オーブンに入れて焼く。(1台で6枚焼ける)

8. 出来上がり！！

おぼんに焼きあがったピザを移し替えてもらいましょう。(やけどに注意)  
 ピザカッターで切り分けましょう。(ピザカッターの刃の部分は触らない)

※オーブンは火がついた後はとても熱いので近づかない。



# ☆ピザ作りレシピ☆(指導者用)

材料 \*Mサイズ…1枚直径約29cm \*Lサイズ…1枚直径約35cm

|         | Mサイズ  | Lサイズ  |
|---------|-------|-------|
| 強力粉     | 250g  | 375g  |
| ドライイースト | 3g    | 5g    |
| 塩       | 2.5g  | 4g    |
| 砂糖      | 3g    | 5g    |
| 水(ぬるま湯) | 150ml | 230ml |



☆ミックスピザ



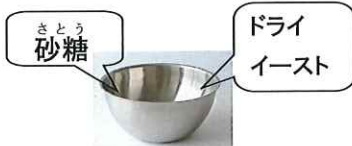
☆カレーピザ

- ・トッピングミックス…ピザソース、チーズ、ピーマン、玉ねぎ、ベーコン、コーン
- ・トッピングカレー…カレーソース、チーズ、ピーマン、玉ねぎ、ベーコン、コーン

☆食材を食堂カウンターで受け取る☆ ※水は各グループ軽量カップで量り、プラスチックボウルに入れて運ぶ。

## 作り方

1. 砂糖とドライイーストをボウルに入れて、3分の1くらいの水(ぬるま湯)で溶く。混ぜるときは手で！



### POINT

砂糖と一緒にするとイーストが発酵しやすくなる。塩はイーストの発酵を妨げるので後で入れる。ぬるま湯は40℃～42℃がイーストが発酵しやすい温度。

2. 強力粉(全部)と塩を入れて、水(ぬるま湯)を少しずつ入れながら手で混ぜる。



(お餅のようにつるつるになるまでこねる。20分程度、頑張ってください！)

### POINT

最初はまとまりにくいですが水が全体に行き渡るように、親指の付け根を使い「グッ、グッ」と力を入れてこねる。こね方が足りないと発酵しにくい。水を入れすぎないように注意する。



4. しっかりこねたら、ボウルにラップをかぶせ、温かい場所で発酵させる。(約20分。生地が1.5～2倍に膨らむよ！)



※生地を発酵している間にドラム缶オーブンの準備をします。

※ラップに名前(目印)を書く。



※オーブンの準備ができれば希望する団体は火おこし体験をします。

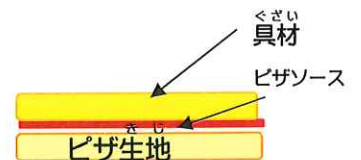


5. クッキングシートを敷いたトレイの上でできるだけ薄く伸ばす。



※耳たぶ程度の厚さまで均等に伸ばす。

※厚みにムラがあったりミミを作ると焼きムラがしやすい。



6. ピザソースをスプーンで塗り、トッピングをして仕上げのチーズをのせる。



### POINT

ソースを塗った後、少量のチーズを乗せてから、具材をトッピングすると食べる際に具材が滑り落ちにくい。具材を乗せるときも厚みをそろえる。

## 7. 特製ドラム缶オープンに入れて焼く。(目安15分～20分)

※温度や生地の厚み、トッピングのやり方、気象状況によっては焼き時間が変わることがあります。

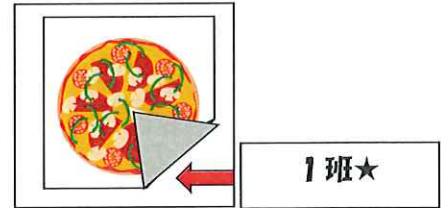
※1台で6枚焼けます。



### ドラム缶オープン等の取扱いについての注意

- ・ 風下に立たない
- ・ 火のついている薪は触らない
- ・ 必ず軍手をする
- ・ 点火後のドラム缶には触れない(耐熱手袋着用)

※アルミホイルに名前を書いて、トレイとクッキングシートの間に入れる。



## 8. 出来上がり！！

おぼんに焼きあがったピザを移し替えましょう。(火傷に注意)

ピザカッターで切り分けましょう。(ピザカッターの刃の部分は触らない)

### 片付け ※グループを3つに分け、指導者・研修生が分担して行う。

#### グループ1

- ・ ステンレスボウル・計量カップ・ピザカッターを食堂の食器返却口へ。食堂で洗浄してもらった後、ふきんで拭く。  
※水滴が残っていないか、数が揃っているかを団体指導者は確認してBOXへしまう。
- ・ 食堂の掃除:使ったテーブルを水拭きし、周辺にごみが残っていないか確認する。床の掃き掃除、床が汚れた場合は床用の雑巾でふく。  
水道の排水溝にたまったごみを取り除き、活動で出たごみをひとつにまとめる。  
※全ての片付けが終了したらごみをひとつにまとめて所員へ。
- ・ 火おこしの片付け:火おこしの道具を片付ける。もぐさなどのごみをほうきで掃く。(実施した団体)

#### グループ2

- ・ アルミバットの洗浄:食堂南テラスの水道で洗浄をする。すすなどの汚れが落ちているか、水が完全に切れているかを団体指導者は確認してBOXへしまう。  
※洗浄道具にも水滴が残っていないかを確認する。
- ・ ごみの始末:水道の排水溝にたまったごみを取り除き、活動で出たごみをひとつにまとめる。  
※全ての片付けが終了したらごみをひとつにまとめて所員へ。

#### グループ3

- ・ ドラム缶オープンの清掃 ※団体指導者は所員と一緒にドラム缶オープン片付ける。薪は極力燃やしきる。  
金バケツに灰を入れる。少量の水をかけて消火する。ドラム缶オープン周辺の清掃をする。  
※ドラム缶オープンの移動、灰の処理は所員が行う。  
※マッチ、チャッカマンを所員へ返却する。