

令和元年10月29日(火)実施

中央小学校 「土鍋を使った炊き出し訓練」

進行表

- 支援者集合時間： 13:00 会場：家庭科教室
- 実施学年・構成： 年生 21名 (6班)
- 体験総時間： 5～6時限目(13:45～15:35) 110分間、休憩なし  
\* 学年担任 森本 先生

① 開催あいさつと注意事項 先生・C 13:45～13:50 (5分)

② 班別作業(炊き出し下準備) 13:50～14:05 (15分)

各班防災C担当

- ・土鍋・ガスコンロ・ガスボンベ・米・水・計量カップを準備
- ・土鍋に米・水を適量入れる — 水加減(4:5)を体験する
- ・炊き出し説明 — 災害時、電気・水道・ガスが一切使えない状況をイメージする  
防災倉庫にあるものを活用して、自分たちでご飯を炊く訓練  
水が使えないため、米は研がずに使う。

③ 中央集合・地震学習(浸し時間) 14:05～14:30 (25分)

- ・地震・津波と緊急地震速報について映像で学ぶ

④ 班別作業(炊き出し) 14:30～14:50 (20分)

各班防災C担当

ガスコンロに点火して炊き方を説明

- ・初めチョコチョコ中パッパ(中火→強火→止→蒸らし) — 火加減を体験する  
(初めは中火→湯気が出初めたら強火→湯気が弱まり焦げる匂いがししたら止める)
- ・しゃもじ・軍手・紙小皿・ラップを準備するが、汚れていたらどうするか工夫する
- ・箸もフォークも無かったらどうするか工夫する

⑤ クイズ実施(中央集合・蒸らし時間) 14:50～15:05 (15分)

⑥ 試食と後片づけ(土鍋洗浄返還含む) 15:05～15:30 (25分)

⑦ 終わりのあいさつ(森本 先生) 15:35～15:40 (5分)

※ 学校側で準備するもの — 机 +2・スクリーン・マイク2本・電気延長コード

※ 駐車は、体育館横を利用。

※ 参加者：皆川 豊田 永井 加藤

※ 実施経費負担額 @400×6班=¥2,400円。

※ 土鍋洗浄場所：家庭科教室、