

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。 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）	～80人（3人以上）
	活動時間	120～180分 （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 ※サイズ等については 下記〈その他〉参照	Mサイズ 1,800円 Lサイズ 2,400円 デザートドリンクセット 200円
	下見	不要	活動名簿提出	不要
持ち物・準備	（個人）エプロン、マスク、三角巾（バンダナ）、軍手（ゴム製や滑り止め付でないもの） （団体）救急バック、ふきんとぞうきん各5枚程度 （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 （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） 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） 煙による体調不良（風向きに気を付ける）			
活動内容（手順）				
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 ※注文食事注文表の作成、提出 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 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） 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				
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 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） 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				
活動①指導：所員より 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 ※流れについては「作り方」参照 ③確認事項：人数、健康状態 ④振り返り：活動の感想を発表 ⑤片付け：備品の返却と確認、活動場所の現状復帰 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） 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 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 ⑥報告：所員へ終了、研修生の健康状態				

<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、コーン、ツナ、ウインナー、チーズ ※カレーソースの中にトマト・玉ねぎ）
- 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：《食事注文票》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
- 衛生上の観点よりお持ち帰りをご遠慮ください
- 取り皿は、必要に応じて団体にて持参してください
- 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4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☆

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

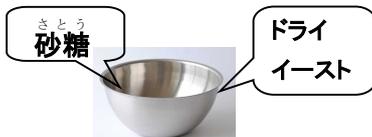


☆カレーピザ

- ・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(玉ねぎ・トマト)、チーズ、ウインナー、ツナ、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、頑張ってこねましょう！)



※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。

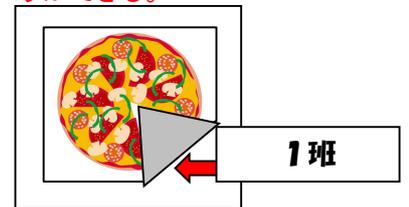
6. ピザソースをスプーンで塗り、トッピングをして仕上げのチーズをのせる。



※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. ミケ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



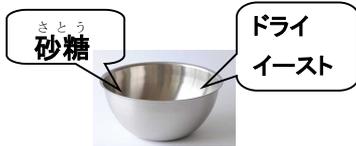
☆カレーピザ

- ・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(玉ねぎ・トマト)、チーズ、ウインナー、ツナ、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プンの準備をします。

※ラップに名前(目印)を書く。



※オープ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。

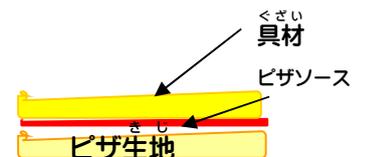


5. クッキングシートを敷いたトレイの上でできるだけ薄く伸ばす。



※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。

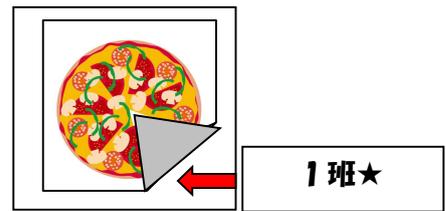
7. 特製ドラム缶オーブンに入れて焼く。(目安15分～20分)

※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。



※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。



ドラム缶オーブ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)

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。(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

- ・ドラム缶オーブンの清掃 ※団体指導者は所員と一緒にドラム缶オーブンを片付ける。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。ドラム缶オーブン周辺の清掃をする。
※ドラム缶オーブンの移動、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。