

キャンプ イン すぎいち 2019

すぎいち会



令和元年 8月31日(土)・9月1日(日)

杉並第一小学校 校庭&体育館

※気象警報発令時を除き、雨天決行

年 組 名前 ()

デイキャンプ

デイキャンプ持ち物

※全ての持ち物に必ず名前を。

テープを貼って、その上から書く方法があります。

※ごみは分別し、各班で分担して持ち帰っていただきます。

使い捨ての食器類の使用は控えてください。

- ① 水筒 ②お皿 ③おわん ④スプーン ⑤はし ⑥コップ
- ⑦ビニールシート(敷物) ⑧軍手 ⑨ゴミ袋(ゴミ持ち帰り用)
- ⑩ぼうし⑪雨具(レインコートがお勧め) ⑫しおり ⑬うわばき
- ⑭ハンカチ ⑮ティッシュ ⑯タオル

デイキャンプ日程

8:00 準備開始

- ・お手伝いできる保護者の方、校庭(昇り棒付近)に集合願います。
- ・かまどや花火の準備や買い出しをします。

12:30 デイキャンプ参加者受付開始

13:00 デイキャンプ開会式

- ・あいさつ、日程について、注意事項

13:30 デイプログラム【ゲーム大会】

16:30 炊き出し(班別…当日発表します)

- ・自己紹介、用具受取
- ・役割分担、火おこし、調理
- ・手が空いた人はテント張り

17:30 夜ごはん開始

- ・備品返却、ごみ持ち帰り

19:00 打ち上げ花火鑑賞

19:20 デイキャンプ閉会式

保護者の方は体育館
入口にお迎えをお願い
します。

デイキャンプ注意事項

- ・ 代理保護者を立てた児童については、必ず19時20分には体育館入口に保護者が迎えにきてください。おひきとりの際は、すぎいち会担当者にお声かけください。
- ・ 各家庭からの緊急の連絡でも、学校へは電話連絡できません。直接来校するか、すぎいち会担当者の携帯電話に連絡してください。
- ・ 当日の出入り口は、東門(プール横)のみです。正門は閉鎖します。
- ・ 炊き出しでは、夕ごはんを作ります。お昼ごはんを済ませてお越しください。
- ・ 包丁や火の取り扱いなどの安全面、および食品の取り扱いには十分な注意をしてください。(十分な加熱、清潔な取り扱い、手指の消毒など)
- ・ 各自の食器は洗わずにお持ち帰り願います。洗い場が限られております。借りている備品を洗うためにお使いください。
- ・ 調理ではなるべくゴミがでないようお願いします。ゴミは分別し各班で分担してお持ち帰り下さい。学校では処分できません。
- ・ 校内は禁煙です。ご協力をお願いします。
- ・ 校舎内はトイレを除いて入れません。
- ・ 自転車での来校はご遠慮ください。
- ・ サンダルは危険なため、靴は運動靴とします。
- ・ しおりに記載の無いことについては、ご自身の責任でお願いします。

※雨天決行です。雨天の場合は体育館で食事をします。

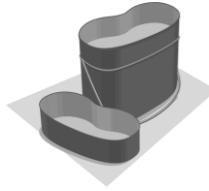
※今年も朝鮮第九初級学校の児童とアボジの会・オモニの会の父母の方々が参加されます。親交を深められるとよいです。

【すぎいち会で準備するもの】

- ・ 名札(校内にいる時は必ずつけて下さい。)
- ・ 調理道具 : まな板、包丁、ボール、飯ごう、鍋、鉄板
- ・ 調味料 : しょうゆ、サラダ油、塩、こしょう
- ・ かまどの用意
- ・ 消毒剤、消毒用ボール
- ・ 麦茶(それほど多くはありません。各自、水筒をご用意下さい。)

飯ごう 3つのポイント

- その1 吹きこぼれるまで強火で !
- その2 弱火で約20分。グツグツ言わなくなるまで !
- その3 天地逆転で15分蒸らす !



炊き出しについて

◆ クレンザーを塗りましょう ◆

- ・ 飯ごうや鍋の裏など火が当たるところに水で溶いたクレンザーを塗っておくと、鍋を洗うときについたすすが落ちやすくなります。

◆ 調理器具の洗浄と消毒 ◆

- ・ 配付された調理備品は洗ったのち、沸騰したお湯につけて消毒願います。(特に、まな板)

◆ 飯ごうでのご飯の炊き方 ◆

＜米と水を入れる＞

米を入れます。水は飯ごう内側の水位線まで入れます。下が2合、上が4合です。米と水を入れて火にかける前に、水に溶かしたクレンザーを飯ごうの回りに塗ります。

＜炊き方＞

- ①必ず内ふたは外します！まずは強火で一気に炊きます。ふたは空けません。煮たってきた水がふたを押し上げこぼれてくるまで強火です。
- ②水が吹きこぼれて来たら弱火(30%くらい)に。耳を澄ましたり、何か棒をあてたりすると、グツグツいっているのが分かります。このグツグツが無くなるまで(20分くらい)、そのままの状態を維持します。
- ③だいたい20分くらいしてグツグツいなくなったら、ここで初めてふたを空けて炊き具合を確認します。火を止めて、地面の上で飯ごうを逆さにして15分ほど蒸らせば完成です(蒸らし中の飯ごうの転倒に注意)。

デイキャンプ

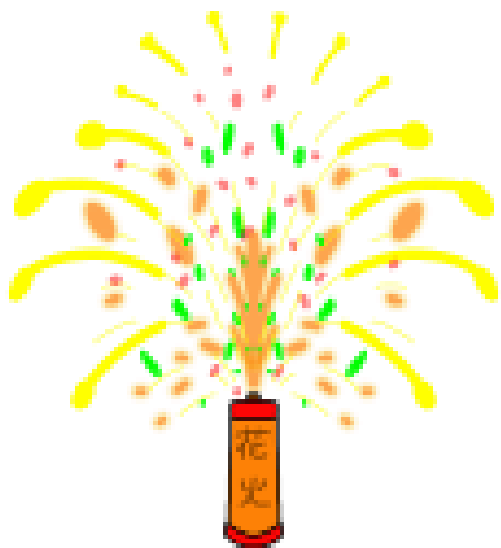
テント張り

炊き出しの間、手の空いている人たちでテントを張ります。できたテントはナイトキャンプ参加者が泊まります。

(テント張りの手順)

- ①袋の中身をあける
- ②支柱を取り出し伸ばす
- ③テント本体に支柱をとりつける
(支柱は引っ張らず、一番後ろから押し出すように取り付けます)
- ④屋根をつける
- ⑤テントの袋をテントの中に入れる

最後は打ち上げ花火をお楽しみください♪



ナイトキャンプ

ナイトキャンプ持ち物

※全ての持ち物に必ず名前を。

デイキャンプの持ち物に以下のものを追加。

- ⑰毛布(タオルケット等)や寝袋
- ⑱着替え(下着を含む) ⑲洗面道具一式(タオル・歯ブラシなど)
- ⑳保険証のコピー ㉑懐中電灯 ㉒ぞうきん
- ㉓(雨天時)大きめのタオル ㉔(必要に応じて)薬、虫よけスプレー等
- ㉕敷物(適当なものがない場合は段ボールで十分です)

お子さんと一緒に、荷造りをしてください。お子さん自身が、どこに何が入っているかや、何を持ってきているかを確認することが大切です。

ナイトキャンプ日程

19:30 銭湯へ行こう！

20:30 お楽しみイベント

21:15 就寝準備

21:30 児童就寝

保護者対象の防災ゲーム

- ・災害時に起こりうる事態を想定したカードゲーム

翌日

6:30 起床

学区内安全点検

- ・区で発行されている資料をもとに、学校から馬橋公園の間で、災害時に通行困難になる可能性がある道を歩いて確かめます。

7:30 朝食・アルファ米体験 ※ご用意します。

8:00 片付け

9:30 ナイトキャンプ閉会式

- ・閉会式後に最終的な片付けをします(1 時間程度です)。お時間のある保護者の方のご協力をお願いします。

ナイトキャンプ

※参加される保護者の方には、子どもたちの安全を守るため、夜間警備のお手伝いをお願いします。参加メンバーでローテーションします。

ナイトキャンプ注意事項

- ・ ナイトキャンプ開会式後、参加者の荷物は体育館内に置いてください。（貴重品は各自でお持ち下さい）
- ・ キャンプ期間中の出入り口は東門（プール横）のみです。正門は閉鎖します。
- ・ 夜間、外出はできません。
- ・ 20時以降校門は閉鎖します。事前に参加届けのない方は入れません。
- ・ 体調不良の場合は、すぐ近くにいる保護者に申し出てください。
- ・ DSなどの電子ゲーム機器は持ち込み禁止です。
- ・ しおりに記載の無いことについては、ご自身の責任でお願いします。

【持ってきてはいけないもの】

現金、刃物、マッチ、ライター、お菓子類、ラジオ、電子ゲーム機器

【ナイトキャンプの緊急連絡先】

各家庭からの緊急の連絡でも、学校へは電話連絡できません。直接来校するか、すぎいち会担当者の携帯電話に連絡してください。

アルファ米について

お米を炊いたり蒸して煮たりしてやわらかくした後に、特別な処理をして乾燥させたものです。熱湯や冷水をかけるとご飯の状態に戻ります。簡単にいうと小学3年の国語の教科書「ちいちゃんのかげおくり」に出てくる“ほししい”の現代版です。

アルファ米は災害時の非常食になるものです。参加者全員に用意しますので、この機会に飯ごうで炊いた白米と食べ比べてください。

メモ



キャンプに関するお問い合わせは… 主催 杉一小PTAすぎいち会

【すぎいち会会長】 5-2 高橋 一仁 090-4735-0817

【キャンプ実行委員長】 4-1 山内真一郎 070-3621-8738

【メール】 sugil_kai@gmail.com