

そば打ち体験

食の楽しさを体感・協調性を育成

水回し・こね・のし・きり・ゆでなどのそばうちの基本を体験することで、仲間と一緒に食事を作る楽しさ、食べる楽しさを味わい、協調性を育てることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年		
指 導 形 態	外部研修指導員が指導	引率者数	以下のとおり
対象・人数 班編成等	①小学校5年生以上，10～40名まで（引率者は10名につき1名以上） ②子ども会等で低学年が参加の場合（引率者は5名につき1名以上） ③10班まで，各班4名程度が適当		
実 施 場 所	生活体験棟「あすなろ」（調理室と大広間）		
所 要 時 間	準備，後片付けの時間を含めて4時間程度		
経 費	活動費：1人 200円（事務室で手続き後，食堂売店もしくは振込払い） 材料費：1人 700円（片付け後，外部研修指導員に直接払い） 「そば打ち体験注文用紙」を利用の3週間前までに青少年交流の家へ郵送，FAXまたはE-mailにて提出してください。		
献 立	ざるそば（食材：そば粉・打ち粉・そばつゆ・薬味）		
当施設が貸し出すもの	麺打セット（こね鉢など），調理用ガス器具，食器		
各団体で持参するもの	ふきん，手拭きタオル，ぞうきん（各班2枚），食器洗剤，ゴミ袋，箸，三角布，エプロン		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
9:00～9:15	あすなろ集合	引率者	活動者掌握・整列，事務室へ集合の報告（電話）
9:15～10:00	全 体 指 導	指 導 者	諸注意，用具の使用法，用具の貸出
10:00～ 13:00	そ ば 打 ち	指 導 者	材料配布，用具準備，こね・延ばし調理
	食 事	引 率 者	会場準備，食事
	後 片 付 け	引 率 者	用具等の洗浄（白木の道具以外），清掃
	点 検 ・ 返 却	指 導 者	点検・確認・返却

3 実施上の留意点

- (1) 参加者にそばアレルギーの方がいないか，必ず確認してください。
- (2) 変更・キャンセルについて，利用7日前以降はできません。
- (3) 外部研修指導員の都合により，実施できない場合があります。
- (4) 手や調理器具等の洗浄を充分に行い，食中毒予防に努めてください。ただし白木の道具は水洗いせず，乾いたふきんで拭いてください。