

～野外活動～

豆腐づくり体験

福岡市海の中道青少年海の家
2024年12月1日改訂



1.活動概要

にがりの代わりに北海岸の海水を使用し、大豆から豆腐を作ります。

2.めあて

【自然に学ぶ】

○(本物に触れる)

・海水を使用した豆腐づくりを学び、手作りしたものを美味しく味わう。

【人とのつながり】

○(仲間・協力)

・係分担をし、仲間同士で助け合う態度を身につける。

3.準備

【1】準備物

海の家 : 調理道具、片付けセット、200℃温度計、ミキサー、ひしゃく、バケツ、ボウル、軽量カップ、ウェーダー、長靴、延長コード、ザル

団体 : 救急用品、マッチ(チャッカマン)、新聞紙(1班に1日分)、軍手(綿100%のもの)、帽子、水とう、タオル、レインウェア、ふきん(1班に2枚)、台拭き(1班に2枚)、食器、スプーン、大豆250g(1班6人分程度)、さらし(1班に、約60cm四方のもの1枚と約50cm四方の袋状のもの1枚)、ラップフィルム(水に浸けた大豆にかけるため)

【2】引率者の役割

○安全管理

○海水汲み

○材料・道具の管理

○片付けの指導

【3】班編成

6人程度 ※事前に、班分けと、各班ごとに係分けをしておく。

かまど係 … 海水を運ぶ。 ※海水は引率者が汲む。

薪組みをし、火の管理をする。

豆乳係 … 大豆を管理し、豆乳を作る。

道具係 … 道具を運び、管理をする。

4.実施上の留意点

○ 大豆は、必ず前日から水に浸けておき、団体に管理をする。

○ 体験することに重点を置いているため、1人分の量は試食程度。食事の代わりにはならない。

※マイクロプラスチックが含まれている可能性があるため、試食は学校・団体判断の下行う。

○ 活動時間を確保するため、昼食は持弁か弁当にすること。

※A活動(午前)に実施する場合

○ 北海岸入口は施設しているため、引率者は施設職員の許可を得て入場する。

※北海岸入場可能時間(9:00~17:00)

○ 北海岸の海は、立入及び遊泳禁止のため、引率者が責任をもって研修生の安全管理をする。

※北海岸での諸注意

① 海に入らない。

② 裸足にならない(サンダル不可)。

③ 危険な漂着物や生き物には触らない(液体の入った容器・注射針・ヒョウモンダコなど)。

④ 砂を投げたり、蹴ったりしない。

○ 海水を汲む際は、引率者がひしゃくなどを使用して行う。 ※研修生はできない

○ かまど係には、必ず軍手を着用させる。

○ 活動後に、施設の貸出物品と調理場の点検を受ける。

○ 特に夏季は、熱中症に注意する。

○ 晴天・雨天ともに薪を使用する。

※1かまどあたり1.5束程度使用。 ※薪の料金は、学校・団体負担となる。

○ 北海岸での活動終了後は、衣服や靴についた砂をよく落とし、館内に持ち込まないようにする。

5.活動のながれ

◎…引率者の動き ○…研修生の動き ▼…施設職員の動き

目安時間	活動内容	留意点
前日準備 (5分)	【豆乳係】 ◎大豆を水に浸けさせる。 ○大豆を水に浸ける。 ◎大豆の管理をする。	●入所日に豆腐づくり体験を行う場合は、必ず前日から水に浸けた大豆を持参。※最低8時間程度
全体説明 (30分)	▼活動について説明する。 ◇説明のながれ ①係とかまどの確認 ②豆腐の作り方 ③片付けの仕方と注意事項 ○話を聞く。	●事前に、班分けと、各班ごとに係分けをしておく。
移動 (20分)	【かまど係】 ◎北海岸へ引率し、海水を汲む。 ○北海岸へ行き、海水を受け取る。 【豆乳係】 ◎大豆を配付する。 ○大豆を受け取り、運ぶ。 【道具係】 ▼道具を貸し出す。 ○道具を受け取り、運ぶ。 ◎▼係ごとに、調理場まで引率する。 ○係ごとに、道具を受け取り、調理場へ移動する。	●海水は、引率者が汲む。 ●道具が揃っているか確認する。
活動 (140分)	◎▼活動のサポートと安全管理をする。 【かまど係】 ▼薪を配付し、薪組みについて説明する。 ○薪を受け取り、薪組みをする。 ○火の管理をする。 【豆乳係】 ◎▼豆腐を作るサポートをする。 ○豆乳を作る。 ○「豆腐の作り方」の通りに、豆腐を作る。 【道具係】 ○道具の準備や管理をする。 ○サポートをする。 ○◎豆腐ができあがったら試食をしてもよい。	●必ず軍手を着用させる。 ●指示があるまで、かまどには火をつけない。 ※できあがりを揃えるため、調理場ごとに火をつける。 ●作り方は別紙「豆腐の作り方」参照。 ※実施日当日、班に1枚配布する。 ●試食は、学校・団体の判断の下行う。 ●「おから」は、傷みやすいので持ち帰ることができない。
片付け (30分)	◎▼片付けをさせる。 ○役割分担し、片付けをする。	●予備点検を行っておくと点検がスムーズに進む。
点検 (20分)	▼点検を行う。 ○班で揃って点検を受ける。※必要に応じてやり直し。	●道具が揃っているか確認する。
まとめ (5分)	▼まとめを行う。 ○話を聞く。	
移動 (15分)	◎▼引率し、道具を返却させる。 ○移動し、道具を返却する。	●施設の貸出物品がある場合は、数を確認する。

- a. 対象学年 : 小学校5年生以上
 b. 定員 : 2調理場8かまど(50人程度)
 c. 関連教科 : 家庭科、理科
 d. 実施可能時期 : 通年
 e. 実施可能な天候 : 荒天時以外
 f. 所要時間 : 3時間30分程度 (説明から片付けまでを含む)
 g. 実施場所 : 活動部屋及び北海岸、野外調理場(空・風・星・島・海)

