

※レトルト炊飯は1班4名を基本として班編成してください。

## レトルトメニュー(携帯ガス・たく上ガス炊飯)

自然の家で準備するもの

- ・たく上ガス or 携帯ガス2、コッヘル2、おたま1、どんぶり・はし(人数分)

団地で準備するもの(屋外で携帯ガスを使用する場合のみ)

- ・水を入れるペットボトル、火をつける道具(チャッカマン等)

・レトルトごはん	1個
・レトルトビーフカレー	1個
・インスタントわかめスープ	1個

・レトルトごはん	1個
・レトルト中華丼	1個
・インスタントみそ汁	1個

・レトルトかわりごはん	1個
・カップラーメン(小)	1個
・ <small>きよにく</small> 魚肉ソーセージ	1本



・ハンバーガー用パン	1個
・レトルトチキンハンバーグ	1個
・コンスープ	1個

携帯ガスを使うと、場所を問わず炊飯が可能です。たく上ガスを使っただけの炊飯も可能です。朝、昼、夜のいつでも簡単に炊飯することができます。



たく上ガスコンロ



携帯ガスコンロ

### ●携帯ガス炊飯について●

- ◇活用シーン
- ①金峯山や鎧ヶ峰、母狩登山と合わせて、金峯山頂で炊飯活動をする場合。
  - ②ビバーク(野宿)体験の活動と合わせて、現地で炊飯活動をする場合。

- ◇利用人数の制限
- 1班に携帯ガス2つを1セットとし、10セットまで  
(1班の人数を6人と見て、60人程度利用可能です。)

- ◇1日1団体まで
- 用具の数の関係上、1日1団体の利用が限度となります。また活動の内容によっては用具が返却されるまで時間がかかる場合がありますので、同日程の団体との調整が必要になります。