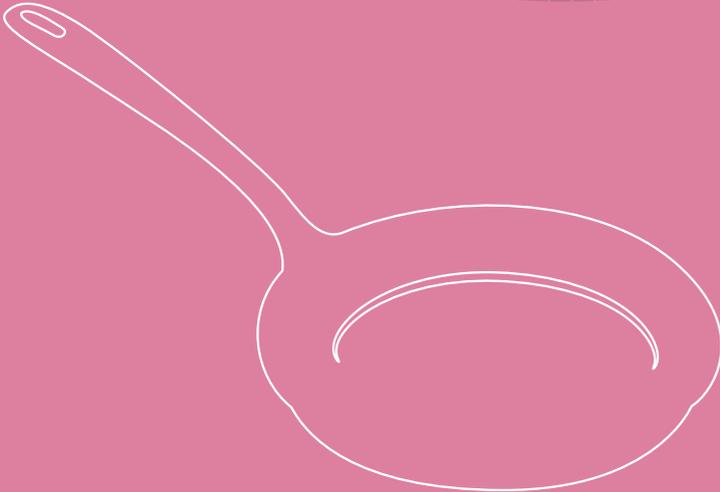


～地域みんなで子どもの未来を応援するために～

広がれ、

こども食堂の輪！

活動ガイドブック



目次  
contents

- 目次 (事例 1 ~ 11) P 02-07
- はじめに  
山崎美貴子氏 (東京ボランティア・市民活動センター所長) P 08-09
- 寄稿 なぜ今、「こども食堂」なのか  
室田信一氏 (首都大学東京准教授) P 10-13
- 事例紹介 1 ~ 11 P 14-57
- 全国ツアーの取組み P 58-61
- おわりに P 62-63

事例  
02  
P18

烏山プレーパーク  
中高生夕食会



Today's Menu

豚肉カレー  
かまど炊きごはん



事例  
01  
P14

池袋こども食堂



Today's Menu

チーズフォンデュ  
リンゴのサラダ



事例  
03  
P22

Kiitos  
(キートス)

Today's Menu

れんこんと鶏肉の煮もの  
白菜と豆腐の煮もの  
カボチャのサラダ  
お豆の煮もの  
ごはん  
わかめと野菜たくさんのお味噌汁



事例  
04  
P26

## 喜多見児童館 じどうかん食堂



### Today's Menu

ポトフ  
大根のつけもの  
菜飯



事例  
06  
P34

## 子ども村： 中高生ホット ステーション



### Today's Menu

オムライス  
サラダ  
野菜スープ



事例  
05  
P30

## こども食堂 つき



### Today's Menu

カレーライス  
豚肉と白菜のミルフィーユ  
マカロニサラダ



事例  
07  
P38

## 信州 こども食堂

### Today's Menu

からあげ  
炊き込みご飯  
フライドポテト  
ほうれん草と  
コーンのサラダ  
大根のつけもの



事例  
08  
P42

## だんだん こどもカフェ



### Today's Menu

野菜いっぱいのトマトソース  
キャベツのコールスロー  
デザート (カステラ)



事例  
10  
P50

## にしなり☆ こども食堂

### Today's Menu

チーズ付きカレー  
サラダ  
デザート  
(オレンジ、バナナ)



事例  
09  
P46

## にぎわい広場



### Today's Menu

カレーライス

事例  
11  
P54

## めさみーる+(プラス)



### Today's Menu

カレーの辛口と甘口  
デザート (オレンジ、羊羹)



## 食を通して、つながりあって、生きる喜びを

「食」は人の命を紡ぐだけでなく、生きる喜びを分かち合うことにもなる不思議な魅力があります。そして、共に食事をした人たちと、「おいしかったね」、「嬉しかったね」と言い合える関係づくりに発展する不思議な力を内包しています。

全国各地で開催され始めた「こども食堂」は地域の大人たちがすぐ近くで暮らす子どもたちの置かれている厳しい現実気づき、「私たちができることをやってみようよ」と相談し立ち上げました。その設立の動機は様々です、長らく地域で子どもの冒険遊び場活動を続けていた人が地域の子どもに声をかけられ、「僕、勉強ができなくて、高校に行けないみたい。どうしたらいいかな。」と相談されました。勉強を教えはじめたことがきっかけで、彼は温かい、手造りの食事を食べていないことに気づきました。彼の話からその少年は母親が働き続けの毎日で、夜遅く帰宅するので一人で、コンビニに母から渡された300円を持って夕食を買いに行き、毎日を過ごしていたというのです。その少年の話から、夕食をたべられない状況にある子ども達が複数いると知り、「こども食堂」を開設するに至ったという例があります。

そうした子ども達の置かれている現実気づくことができる距離にいた大人たちがそれぞれの「気づき」を仲間と分かち合い、場所を確保し、食材を確保し、知恵を持ち寄り、全国各地に「こども食堂」が立ち上がってきました。本書では、全国各地に誕生した「こども食堂」に足を運び、取材をさせていただきましたので、それらの一端をご紹介します。

これらをご覧頂くとお分りの通り、「こども食堂」は共通する特性があります。その特性の第一は「多様性」です。一つとして同じ形の「こども食堂」はありません。子どものたまり場、子どもの居場所として立ち上げたところがあります。家でも、学校でもなく、第三の場所としてなくてはならぬ温もりのある安心していられる場でのみんなで楽しくおいしい食事がいただける場です。また、冒険遊び場、児童館、学童クラブ、学習支援グループ、児童福祉施設などが設置し始めています。地域の八百屋さんが子どもの日常の悩みを聞きながら、「こどもカフェ」を発展させて野菜いっぱいの「こども食堂」がたちあがりました。高齢者を対象にして会食、配食サービスをおこなってきた食事サービス団体などが対象を拡大し、お年寄りも、子ども共に受け

入れる多世代型の地域の交流の場として展開しているところもあります。「こども食堂」の魅力はこうした多様な団体、組織がこの事業に取り組み始めたために多様な食堂が誕生したのではないかと推察しています。画一的でないところが魅力ではないかと思えます。第二の特性は、「創意性」です。もともと資金が十分に用意され、場所も確保されて事業が開始されたという恵まれた条件で設立されたところばかりではありません。生きづらさをかかえ、行き場のない厳しい状況にある子どもたちのために、なんとか始めてみようということで立ち上げた団体、施設が多いので、みんなの創意工夫により設立しています。そこにこの活動の特性があるのではないかと推察しています。第三は「地域性」です。それぞれの地域に根付いた活動であることに特徴があります。この事業は活動を始めるには「垣根が低いこと」が特徴のひとつですが、誰でも立ち上げられます。ごく少数の人々が地域のニーズに応える柔らかな身近な存在として立ち上げています。地域のいろいろな人々の参加と協力で始めることができています。地域発の居場所なのだ実感します。

地域の子どもの課題に気づき、そうしたニーズに応える市民たちの活動として「こども食堂」が始まりました。こうした活動ができれば、地域でつながりあい、お互いが顔の見える関係づくりをしながら、ネットワーク力を高め、一人では難しいが、地域の共同活動として進めていくことが求められます。そうした場が形成されれば、お互いの活動の進め方、運営の工夫、組織としてあり方など互いの活動の交流をし、子ども達にしっかりと情報が届き、安心して利用される居場所として力を発揮して頂ける仕組みづくりも検討していけたらと願っています。

さらに、言えば、直接こども食堂に関わりを持っていない行政、専門職、NPO、社会福祉協議会、民生・児童委員、地域の自治会、企業、フードバンク等にも関心を寄せて頂き、子どもが抱える課題に共にかかわりを持ち、活動に参画していくように進めていくことも提案してゆきたいです。そうしたネットワークづくりを始めている地域を広げることが本推進協議会の役割と考え、本誌を発刊させていただきました。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



## なぜ今、「こども食堂」なのか

室田 信一

この冊子を手に取り、美味しそうな食事の写真を見て、みなさんはどのようなことを感じるでしょうか。「お腹すいたな」、「どこで食べられるのかな」、「自分もその場に参加したいな」、「何か手伝えることはないかな」などいろいろな思いが湧き上がってくるかもしれません。食事には不思議な力があります。それも愛情たっぷりの食事には特別な力が宿っています。

こども食堂の取組みがなぜ全国的にこれほど広がっているのか、多くの人に関心を寄せています。2015年4月に発足したこども食堂ネットワークには現在、全国約210団体が参加していて、その数は増え続けていますが、こども食堂の取組みの裾野は広く、実際の数把握しきれないほどです。また、新たなこども食堂が次々に生まれていることも実態の把握を困難にしています。

こども食堂ネットワークのホームページではこども食堂を新たに立ち上げたい人向けに情報提供をしていますが、ネットワークが直接こども食堂の立ち上げを支援しているわけではありません。こども食堂の特徴は、ネットワークのような組織が音頭をとるのではなく、各地で「自分もやってみよう」という思いを持ったボランティアの人たちが、場所や食材を確保したり、ボランティア仲間を集めたり、子どもに声かけしたりしながら自発的にこども食堂を立ち上げてきた点にあります。

では、各地でこども食堂を立ち上げた人たちはどのような思いで立ち上げたのでしょうか。この冊子を読んでもらうことでその思いの断片が見えてくるかもしれません。代表的ないくつかの声をここで紹介したいと思います。

こども食堂が全国的に知られるきっかけを作った豊島子どもWAKUWAKUネットワークの栗林さんはこども食堂の取組みを通じて見えにくい子どもの貧困を可視化したいと考えています。貧困による生きづらさを身近な問題として多くの人を知ることで、支援の輪が広がります。その一つのきっかけがこども食堂という場になっています(P14-17)。

八百屋として構えた店舗がいつのまにかみんなの集まる場所となった気まぐれ八百屋だんだんの近藤さんは、誰かのための支援ではなく、どんな人でも安心して立ち寄れる場所をつくることに取組まれてきました。結果、そこは地域の子どもたちが多様な大人たちと自然に触れ合える場所になり、子どもたちがいつでも助けを求められる場所になりました(P42-45)。

子どもたちの孤食に気づいた児童館館長の山田さんは、そうした子どもたちの現状について地域住民に相談しました。相談を受けた地域住民はすぐにこども食堂のためのキッチンチームをつくり、児童館の中でこども食堂がスタートしました。長年培ってきた地域住民との関

係性があるからこそみんなで支え合うこども食堂ができました（P26-29）。

このように比較してみると、こども食堂を立ち上げる人の思いはそれぞれですが、現代の子どもたちが置かれた厳しい現実が活動の前提にあるという共通点が見えてきます。子どもの6人に1人が貧困世帯にあたるという政府の報告はメディアでも頻繁に取り上げられています。そうした統計データに加え、こども食堂に取り組む人たちは、子どもの生きづらさを日常的に感じ取っています。それは、家庭では十分な食事をとることができないという生きづらさや、人と会話しながら温かい食事をとることがほとんどないという生きづらさ、食卓を囲む親の期待に応え続けなければいけないというプレッシャーから食事が喉を通らないというような生きづらさだったりします。

現代の子どもたちが直面している現実には単純なものではありません。個別の家庭の事情はもちろんありますが、これほど多くの子どもたちが生きづらさを抱えていることは構造的な問題でもあります。そしてその構造的な問題の根は深く、簡単に改善することはできません。なぜなら私たち自身がその構造の一部でもあるからです。

子どもたちや子育てをしている親たちが発する SOS に気づき、社会を少しでも改善していこうという思いを抱いて一歩踏み出した人たちの取り組みがこの冊子の中に詰め込まれています。この冊子で取り上

げている事例はそのほんの一部にすぎません。全国には同じ思いでこども食堂や子どもの居場所を立ち上げた人たちがたくさんいます。

2016年4月、そうした取り組みを応援することを目的に「広がり、こども食堂の輪！全国ツアー」が産声をあげました。こども食堂に取り組んでいる人はもちろん、そのこども食堂の周りで地域活動をしている民生・児童委員さんや自治会、町内会のみなさん、地域で住民の生活を支えている社会福祉法人やNPO法人、民間企業のみなさん、そしてそうした地域のつながりを後方から支えている行政機関や社会福祉協議会のみなさんが、地域の子どもたちの生活を少しでもよくしようと協力することでこの社会の構造が少しずつ変わっていくと信じています。

なぜ今、「こども食堂」なのか。子どもたちが直面している厳しい現実に対して、もうこれ以上放っておけない、そうした思いを持って一歩踏み出した人たちにとってその答えは明白かもしれません。「今じゃなかったらいつなの」。

小さめの家だからこそ、親しくなれる

## 池袋こども食堂



とっても助かっています。美味しいし、品数も多いし、野菜も種類がたくさんあって、毎回メニューが違っていろいろなものが食べられるのが嬉しいです。

何より、いろんな人と話ができるのが楽しい。いろいろな世代の人と話せます。

「中学ってどうなんだろう」と不安がありますが、中学生の話を聞くこともできるので、部活の様子などがわかり、自分の子どもについての不安がなくなります。

子どもと一緒に友だちと会っても、あまり話をすることができないけれど、ここでは話ができるので、自分にとって本当に貴重な場所になっています。ここに来ると元気になるんです。

(通ってくる小学生のお母さん)

### ☺ 住宅地にある普通の一軒家

薄暗くなってきた18時過ぎ、細い路地沿いにある一軒の家の前で、中学生くらいの女の子3人が自転車を停めたと思ったら、その中のひとりが「ここだよ」とささやく声が聞こえました。目立つ看板があ

るわけでも、にぎやかな声もれ聞こえるわけでもない普通の家。

「子どもたちが集まっているのかしら」と思いつつ訪ねると、玄関には数え切れないほどの靴が並んでいました。

### ☺ 台所と食卓の距離の近さに、良さがある

ここには、他の場所で行っている無料学習支援帰りの小中高の子どもたちが、お腹をすかせて集まってきています。

2階の和室では、ゲームやプロレスごっこに夢中になっている小学生たちも、机

に向かって辞書をひきつつ集中して勉強をしている高校生も、一緒の空間で過ごしています。

「子どもとたくさんお話できるのが嬉しい」とスタッフの人が言う通り、食卓と台所の距離が近くて、料理をつくりながら食事をしている人と話ができます。「柿の木のおばあちゃん家」と呼ばれる小さめの家が、親しくなる良さとなって活かされています。



### ☺ お腹いっぱいになって、みんなで同じものが食べられるから「鍋」や「ホットプレートでできるもの」

この日はチーズフォンデュ協会の食材・機材提供により「チーズフォンデュ」。

「お腹がいっぱいになって、みんなで同じものを食べられるといいな」と考え、「鍋」や「ホットプレートでできるもの」が定番メニューです。「家族が少なくなって、自宅にある大きなすし桶を使う機会がな

かったけれど、またここで使えるのは嬉しい」と、ちらし寿司に腕をふるうこともあるそうです。



## 貧困を可視化することで、 共感し応援する人が増えていきます

「子どもの貧困は見えにくいので、あえて可視化しました」と、池袋子ども食堂を主催するNPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク理事長の栗林知絵子さんは言います。テレビの取材に応じるのも可視化のひとつ。「ここに来ることで人とのつながりでき、ちょっと楽になったから、同じく苦しんでいる人がいるなら力になりたい」と、テレビに出て自分の体験を語ってくれた親子もいます。それを見て、共感し応援してくれる人が出てきます。



ボランティアをしてくれる人、お金や食材を寄付してくれる人、また、子どもの大学進学を資金を応援してくれる人も出てきました。応援を受けた子どもも学校を卒業し、幼稚園の先生になるまでに成長しました。

## 「困っている」「助けて」と言えない子どもと 親の声を代弁したい

栗林さんは、全国ツアー実行委員会の代表もされています。全国にまでおせっかいにいくパワーはすごいです。「子どもの貧困」は見えにくい、見た目には分からないことが多いのです。でも、話をしているとさまざまな状況が見えてきます。子ども食堂で出会うことで、地域とつながり具体的にサポートできます。話を聴くこともサポートのひとつですし、何か足りないものがあれば、地域のネットワークに呼びかけると家の中に

眠っている物が出てきます。必要に応じて弁護士やソーシャルワーカーなど専門家につないだり、行政の相談窓口に同行することも出来ます。子ども食堂で「困っている」「助けて」と言えない子どもや親の声をキャッチして代弁していくことが大事だと、栗林さんは熱く語りました。



全国ツアー  
実行委員会の  
代表もされています

NPO代表の  
栗林さん

## 池袋子ども食堂

運営主体 NPO法人 豊島子ども  
WAKUWAKUネットワーク

HP <http://toshimawakuwaku.com>



### 活動 情報

開催日時:第1・3木曜日 17:30~20:00

開催場所:柿の木のおばあちゃん家(東京都豊島区池袋)

場所の特徴:住宅地にある一軒家

参加費:子ども無料 大人300円

スタッフ:7~8人、無償ボランティア

### PR

活動PR:はじめは、NPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク主催の学習支援に来ている子どもが参加。家の大きさに限りがあるので広くPRはしていないが、通って来ている子どもたちが友だちを誘うなどの口コミで広がっている

スタッフ募集方法:口コミ、テレビや取材記事を見た人など

### 運営に ついて

運営方法:終了後、反省をしながら次回のメニューを決める  
地域ネットワーク、専門家の関わりなど:

NPO法人として「豊島区内子ども食堂ネットワーク(区と連携)」「としま子ども学習支援ネットワーク(豊島区内の無料学習支援ネットワーク、社会福祉協議会と連携)」に参加する他、地元の児童館、民生委員・児童委員、スクールソーシャルワーカー、弁護士などとのネットワークもある

資金:NPO法人会費、寄付金、食材の寄付、子どもゆめ基金助成金(独立行政法人国立青少年教育振興機構)、フードバンクの支援あり

保険など:食品衛生責任者がいる、保険に加入(食中毒などにも対応)

アレルギー対応:新しく来た子どもには、アレルギーについて聞いている

その他:地域のきめ細かいネットワークがあり、問題がおきたらなんでもみんなでき相談できる体制がある

### 団体 活動 紹介

こども食堂(池袋子ども食堂を入れて4ヶ所)、無料学習支援(3ヶ所)、池袋本町プレーパークなどの運営をしている

子どもたちが自分でつくる! 食べる!

# 烏山プレーパーク 中高生夕食会



学校ではこいつとは全然話さないけど、ここでは話すよ、な。  
「地雷踏んじやった」って学校で思うときがあるけど、ここには地雷は埋まっていない(笑)

## 世田谷の住宅地に出現する野生の夕食会

2月のある日の夜18時。

世田谷区北烏山にあるモグラ公園には赤々と焚き火が燃えています。

「イヤッホーイ、ろ・く・ど!」

スマホで現在の気温を調べた子が叫びます。

しんしんと冷え込む中、続々と10代の

子たちが集まってきます。

ふとここが東京の世田谷区の住宅地であることや、公園の一角であることを忘れそうになる空間です。ここは「烏山プレーパーク」。『自分の責任で自由に遊ぶ』ことを掲げ、世田谷区内に4ヶ所あるプレーパークのうちの1ヶ所です。

## 40年余りの歴史が育む夜の時間

プレーパークの歴史は古く、高度経済成長期にわが子の遊ぶ様子から子どもの遊び環境に疑問を抱いたひと組の夫婦が発端です。自由度の高い欧州の冒険遊び場に感銘を受け、これをいろいろな人に紹介。それをきっかけに遊び場を自分たちの手でつくろうとする住民が集まり、やがて世田谷区の委託事業として区内に4園を展開するに至った歴史の上に、このプレーパークもあります。

毎週開催するというこの夕食会は子どもたちが自主的に活動しています。時間は21時まで。きちんと決めることで、区の公園課や消防署にも届け出て許可をもらっているそうです。昼間は小さい子ども遊びまわる公園ですが、この日のこの時間だけは中学生以上という約束事がなされています。メニューも自分たちで決めて。お金は基本はワリカンで。この日はカレー。買い出しに行っている間も、ギター



を弾く子、今日あったことをずっとしゃべっている子、黙って火を見つめる子、思い思いに過ごしています。プレーワーカーの小川芽(めぐむ)さんは自身もプレーパークに通う「常連」であった時代を経て、現在プレーワーカーをしているそうです。

## 🍵 関係性の貧困、経験の貧困

「こども食堂というと、貧困ということがすぐに出てきますが、私たちプレーパークとしては関係性の貧困、経験の貧困を挙げています」といいます。多様なつながりや、多様な経験が大切。こういった夕食会は豊かな経験の可能性のあるものと位置付けています。火をおこす、その火で自分の食べるものを作る。同じ場で一緒に過ごす。全てがもっと先の未来で今日ここにきている子たちの糧になる。そんな思いがこもったカレーとかまどごはんはあたたかく、おいしいひとときでし



た。その日、中学生が「ほんと、オレ、ここで食べるものってレストランのよりおいしいと思うときがあるんだよ」と言っていたのが象徴しているようでした。

最後は鬼ごっこで洗い物係を決めることとなりました。取材に来た大人も容赦なく追いかけられ、つかまり、案の定凍てつく中、水で洗い物は大人がやるハメに。野生を呼び覚ます、歓迎の印でした。

## 鳥山プレーパーク 中高生夕食会



**運営主体** 鳥山プレーパーク  
常駐プレーワーカーと世話人

**連絡先** 03-5384-4593 鳥山プレーパーク(月・火定休)

**HP** <http://playpark.jp/karasuyama-blog>

### 活動情報

**開催日時:** 週に1回 18:00~21:00

**開催場所:** 世田谷区北鳥山8-5 北鳥山もぐら公園内

**場所の特徴:** 世田谷区の公園内

**参加費:** 食材費中学生100円、その他参加者で割り勘

**スタッフ:** プレーワーカー2人

### PR

**活動PR:** 口コミ

**地域ネットワーク、専門家の関わりなど:**

日頃からプレーワーカーが地域の要保護対策協議会などに出席。その他、ソーシャルワーカー、弁護士とも連携

### 運営について

**運営方法:** 詳細は中高生とプレーワーカーが決める。プレーワーカーと世話人が情報を共有

**資金:** 食材費は参加費でまかなう。この時間のワーカーの人件費は世話人がバザーなどで稼いだお金を残業代として充当

**アレルギー対応:** 中高生なので自己判断に任せる

### 団体活動紹介

区内4ヶ所のプレーパーク事業、プレーカー、被災地支援事業など

行き場所のない子どもたちの「とまり木」

# Kiitos (キートス)



ありがとうって言ってくれた時が  
嬉しかった、 笑って楽しかった事

おばあちゃんがいるから、  
安心するし  
ごはんが食べられる。

話し相手がいること。  
兄弟みたいな人がいること。

同じ悩みを持つ人がいて、共感しやすくて

皆と会って話せるので楽しい。  
色々勉強になる事もあるので  
ためになる。

## 青少年にとっての安息地

夏休みに親戚一同が祖父母の家に集まると、そこには数年ぶりに会う従兄弟や、初めて会う遠い親戚などがいたりします。最初はその空間に馴染めませんが、気がつくとみんな自然と溶け込んでいくことがあります。

Kiitosはそんな場所です。

自分の家ではないのに、なぜか安心して心地よく感じます。自分の家のように自由に過ごしていいよ、そんな規範が



子どもたちに安心感を与えるのだと思います。

Kiitosは「青少年の居場所」として、中学生から30歳までの子ども・若者なら誰でも利用できる施設です。多くの子ども食堂に見られるような小学生の姿はそこにはなく、基本的には12歳以上を対象にしています。

代表の白旗さんは言います。12歳くらいになると子どもたちの自我が目覚め、高校生世代になると自分を客観視できるようになります。「うちってさあ」とか「俺さあ」と言うように自分自身と向き合っ話することができるようになるそうです。そうして自分と向き合い始めている子どもたちに大人たちがしっかりと向き合う。そんな場所がKiitosです。

## 居場所が必要な子どもたちには いろいろな理由があります

Kiitosに集まる子どもたちの中には、家に帰りたくない、学校に行きたくない、もう何ヶ月も学校に行っていない、心がしんどくなっているなど、さまざまな理由で安心できる居場所がなくなっている子どもたちがいます。



## 🍽️ 食事の時間はみんなが集まる時間

食事の提供は、集まった子どもたちに簡単なお昼ご飯をつくることから始まりました。それが次第に夜ご飯もつくるようになり、今では週5日、20名くらいのボランティアが交代で役割分担してお昼と夜にご飯をつくっています。

Kiitosに来た子どもたちは、各々自由に過ごします。畳の上でゴロゴロしたり、テーブルを挟んで子ども同士または大人のスタッフとおしゃべりやゲームをしたり、一人で漫画を読んだり、パソコンをし



たり、また勉強を教わったりとさまざまですが、決まった時間になったらみんなで一緒に食卓に集まって「いただきまーす」と食事をします。

## 🍽️ 一人一人と丁寧に寄り添う

Kiitosが大切にしていること、それは子どもたち一人一人に丁寧に寄り添うことです。中には、音信不通になったり、しばらく姿を見せなくなったり、というこ

ともあります。そんな時、代表の白旗さんが電話をしたり、子どもの方から連絡が来こともあります。そうして「止まり木」には子どもたちがいつも羽を休めにやって来ます。

子どもたちの中には「止まり木」だけではなく「泊まり木」を必要としている子どももいます。代表の白旗さんはそんな子どもたちが安全に避難できるシェルターを開設したいと考えています。

代表の白旗さん



## 青少年の居場所 Kiitos (キイトス)

運営主体 ▶ NPO法人  
青少年の居場所Kiitos  
連絡先 ▶ info@kiitos.org  
HP ▶ http://kiitos.org/



### 活動情報

開催日時: 月・火・水・木・土曜日 11:00~18:00  
開催場所: 東京都調布市菊野台1-52-4 三高家ビル2-C  
場所の特徴: 民間事務所ビル  
参加費: 無料  
スタッフ: ボランティア40人(1日8人程度)、有償スタッフ6人

### PR

活動PR: パンフレット、ホームページ、口コミ、テレビ・新聞報道

### 運営について

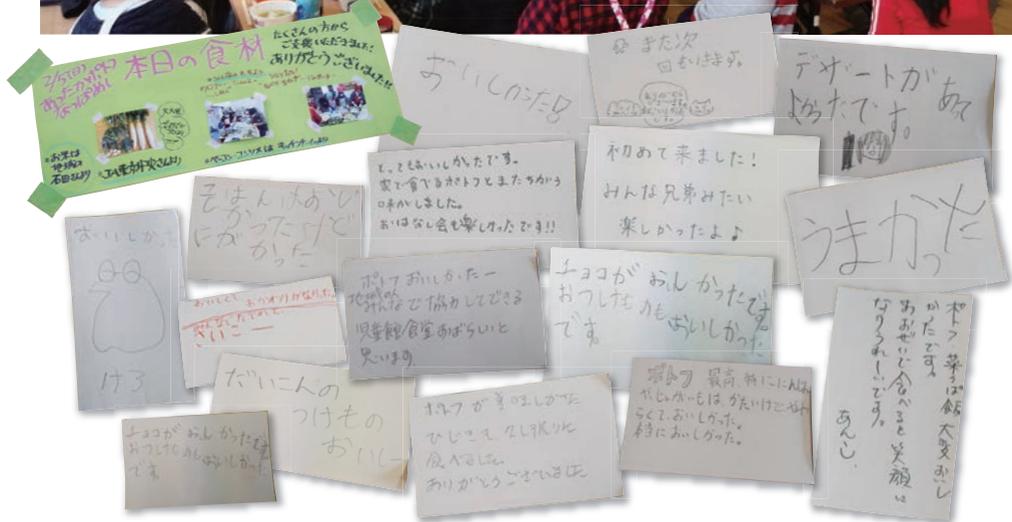
地域ネットワーク、専門家の関わりなど:  
地域の子どもの支援団体と定期的に会議を開催  
資金: 調布市子ども若者居場所事業費補助金、助成金、寄付金  
保険など: ボランティア保険

### 団体活動紹介

中学生から30歳までの子ども・若者なら誰でも利用できる無料の居場所。家のような空間で、一人でのんびり過ごしたり、悩みを相談したり、集まった仲間と一緒にゲームをしたり、勉強したり、過ごし方は自由

みんなでいただきます

# 喜多見児童館 じどうかん食堂



## 古くからの「顔の見える」つながりがつくった食堂の時間

喜多見は世田谷の中でも1番南の端に位置しています。古くから江戸に野菜を供給していた歴史のある土地で、現在でも畑が点在しています。

団地の一角にある喜多見児童館。じどうかん食堂の日にお邪魔するとまず目に飛び込んできたのが、中庭でかまどで火をおこし、そこで今日のメニュー、ポトフを煮ている光景でし

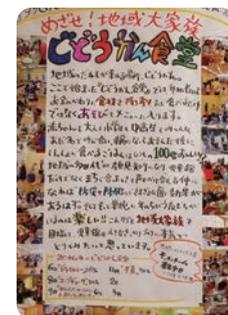


た。火の番は児童館で育った高校生。何気なく見えますが、都内の児童館としては珍しい光景になってしまいました。煙に対する近隣からの苦情、子どもの声や音がうるさいなど、ネガティブな理由で禁止事項が多くなってしまっているところが多いからです。この光景ひとつとっても近隣との安心な関係が見て取れます。中に入ると、じどうかん食堂キッチンチームである地元のお母さんたちが野菜を刻んでいます。刻みながら、おしゃべりもにぎやかで笑い声が絶えません。

## じどうかん食堂キッチンチームが始動

この食堂を始めるきっかけは、家で一人でご飯を食べている子が目につくようになったと、館長の山田勝政さんが話してくれました。冒頭ののどかな光景が示すのとは逆に、やはりこども都市部が抱える家庭の問題があるようです。親も仕事で忙しく、お金を渡されて一人で食べる、そのお金で友だちにお菓子をふるまって自分はあまり食べていない、そんな子どもがちらほらと増えて来たように感じたのがきっかけと言えます。もとより地元の大人のつながりは強い地域なので、話をすると「待ってたよ」という感じであっ

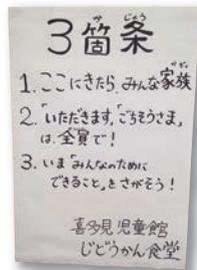
という間にキッチンチームができ上がり、2016年の6月からスタートしました。この日のメニューはポトフと菜飯。野菜はJA東京中央などからの寄付があり、後はそれぞれが持ち寄って、肉類はキッチンチームで購入して。アレルギーの対応などもあるので、前もって寄付の野菜もオーダーします。こういったことも以前からの顔の見える関係があるからこそできること。



## 🍵三箇条をみんなで読んで「いただきます!」

この日、児童館のホールの壁には

- 1.ここにきたら、みんな家族
- 2.「いただきます」「ごちそうさま」は全員で!
- 3.いま「みんなのためにできること」をさがそう!



### じどうかん食堂



と、手書きの三箇条が貼り出されています。これもキッチンチームで考えたそうです。コンセプトを大人も子どもも共有して動くことは、規則で縛るよりずっと効果があるようです。実際、気にしていないようで小さな子を他の子があやしてくれたり、いと色々な動きが出て来ていると言います。

## 🍵じどうかん食堂で出た子どもの本音をつなげる

困りごとを抱えた子どもが来館している限り話すことはまずありません。お腹に食べ物が入って、心も気持ちも温かくなって、初めて出る子どもの本音。

山田館長は、そこにSOSがあったら子ども家庭支援センターや児童相談所といった専門機関と共有し、まちぐるみで見守ることも児童館の大切な役割と言います。

早口言葉やハンカチ落とし、みんなで遊んで三箇条を言って、食

べて。来館していた中学生がとびきりの笑顔で「自分、ヒマなんすよ」と言っていたのが印象的でした。



## 喜多見児童館 じどうかん食堂

運営主体 じどうかん食堂キッチンチーム

連絡先 03-3417-9151 喜多見児童館



### 活動情報

開催日時:2ヶ月に1回程度 曜日・時間は不定期  
開催場所:喜多見児童館(世田谷区喜多見2-10-40)  
場所の特徴:世田谷区の公営児童館内  
参加費:無料 食材持ち寄り  
スタッフ:20~30人、無償ボランティア

### PR

活動PR:毎月の児童館のお知らせ、職員の口コミ  
スタッフ募集方法:町内会、自治会へチラシ配布、口コミ

### 運営について

運営主体方法:次回のメニューはじどうかん食堂が終わったらキッチンチームで考えて決める  
地域ネットワーク、専門家の関わりなど:  
児童館父母OB、町内会、自治会、民生児童委員、JA東京中央など  
資金:お肉はキッチンチーム、お米は近所の方から、野菜はJAから寄付  
保険など:世田谷区立の施設なので区の保険に入っている  
アレルギー対応:前もって次回の食堂で出る食材が書かれたチケットを配布。申込み時にも書き込んでもらい把握

### 団体活動紹介

区立の児童館が主催ではなく、地域の人々によるキッチンチームが主催というところが地元とのつながりを最大限に生かす仕組み。三箇条というコンセプトが明確なのもわかりやすい。大人の絆が強いと、ここまでできる児童館の好例  
その他:児童館主体で64年ぶりに復活した宇奈根の渡し、100円で自分で作ればラーメンが食べられる、中高生屋台おでんのイベントなど、工夫が随所に

お年寄りから小さな子どもまで、  
自然と会話が弾むにぎやかな場所

## こども食堂 つき



たのしい♡

みんなで、楽しいごはんが  
食べられます。

孤食の子に身い温まる食事  
多- 環境でね!

雰囲気楽しい

おちつく

趣味が合う人し会えたり。言合せたりできる

## ☕ さまざまな人たちが自由に話せる場所

京成線臼井駅を降りるとほどなくの場所にある「NPO法人ほっとすペース・つき」。夜になると、建物の2階部分の全面窓ガラスから外に光が漏れて、そこに人のぬくもりを感じます。

そこで開かれる「こども食堂 つき」には、さまざまな人が毎週20人程やって来ます。「親子で来られる方が多いですが、『ほっとすペース・つき』自体が高齢者支援やひきこもり支援もしているので、さまざまな方がいらっしゃいます」と、居場所担当者の吉川将司さん。

開催時間になるとお年寄りから小さな子どもまでが集まり、程よい広さのこの場所では、距離が自然と近くなり会話が弾みます。「不登校の子も場の雰囲気



つられて、初対面の人と結構しゃべっていますよ」と教えてくれました。

一人で来ているお年寄りが小さな子どもに声をかけ、横に並んで一緒にごはんを食べる姿は、ひととき本当の家族のようです。

## ☕ 地域の人たちに支えられた、にぎやかな食卓



テーブルには、町のお花屋さんから寄付されたお花が飾られ食卓が華やかになります。

メニューはカレーが多いですが、シチューやお好み焼きや親子丼も出ます。米や野菜はフードバンクや近所の農家

の方々の寄付でまかなわれ、肉は近所のスーパーと交渉して半額で購入、パン屋さんから余りものの無償提供もあります。バイキング形式の食卓は、地域に支えられながら毎週つられていきます。



## 🍵 こども食堂を地域のつながりづくりのきっかけに

子ども支援やひきこもり支援、認知行動療法などの勉強会、ケンコー麻雀、手ぶらで書道など、さまざまな活動を行っていること、2014年4月、社会福祉士・主任児童委員の田代和美さんは「NPO法人ほっとすぺーす・つき」を立ち上げました。



こうした活動に取り組む

中で、ベッドタウンであるこの地域では、一人で夕飯を食べている子どもも多いことがわかってきました。そこで一人で

食べるよりみんなで食べようと立ち上げたのが、こども食堂をつくるきっかけでした。

## 🍵 「ここに来れば話せる人がいる」と安心できる場所にしたい

ここで働く吉川さんも、長らくひきこもり生活を続けている一人でした。外に出るタイミングを探していたときに、「ほっとすぺーす・つきのスタッフをやってみない？」との田代さんからの一言で、外へ出

る決意をしました。

フリースペースは「平日の毎日開放」にこだわり、「ここに来れば話せる人がいる」をコンセプト

にしています。現在の吉川さんは、常駐で日々忙しく働いています。「ここへ来る不登校の子どもたちには、何かを問いかけるのではなく寄り添う気持ちが大切だ」と、当事者目線で接しています。

「この場所の敷居をもっと低くする工夫を考えて、一人でも多くの子どもたちが、気軽に来て食事を楽しむ雰囲気になりたいです」と、この場にまだ足を運べない支援の必要な子にも思いを馳せていました。



居場所担当の吉川さん

## こども食堂 つき

運営主体 NPO法人  
ほっとすぺーす・つき  
連絡先 Tel/Fax 043-235-8008  
HP <http://hottospace.com/>



活動情報  
開催日時: 毎週水曜日 18:30~19:30  
(常設型フリースペースは、祝祭日を除く月~金 15:00~20:00まで)  
開催場所: 千葉県佐倉市稲荷台1-17-1 2階  
場所の特徴: 住宅地にある、店舗としてつくられた民間の建物内  
参加費: 子ども100円 大人400円 子ども同伴の親300円  
スタッフ: 10人程度

PR  
活動PR: チラシの配布、市役所と連携して情報発信  
スタッフ募集方法: 子ども関連のイベントなどで呼びかける

運営について  
運営方法: 2ヶ月に1度のスタッフミーティング  
資金: 助成金、地域の人からの寄付  
保険など: ボランティア保険に加入

団体活動紹介  
平日毎日フリースペースを開放している。その中の週1回の夕方を、こども食堂として運営している

みんなで寄り添い生きていくソーシャルファミリー

## 子ども村： 中高生ホットステーション



みんなワイワイ楽しく  
おこせる。  
みんなが楽しくわらっていろいろ。  
大人の人などに分からないところなどを  
教えてくれる本が 毎週おこる。ご飯  
をいながら、とても良い場所です。  
色んな人が来て、とてもにぎやか。

### まるで大家族のような食卓

毎週木曜日に開催される「子ども村：中高生ホットステーション」では、長いテーブルに毎回15~20人の子どもたちが座って食事をします。

男の子が多いこの場所はとてにぎやか。玄関は足の踏み場もないほどのたくさんの靴が、きれいに並べられている



のが印象的でした。

この日のメニューはオムライスとスープとサラダ。ケチャップでオムライスに顔を描いたりしています。食事にもぎやかでまるで大家族の食卓のようです。



### 知ったふりより、やってみることが大切

ここに来る子どもたちには、何らかの支援が必要な子どももいますが、何かを始めるきっかけを求めて来る子どももいます。

ある子どもが中学3年生のときに「大きくなったら海賊になる」と漠然とした夢を掲げていたところ、ここでワーキングホリデーの話聞き英語を学び始めました。やがてここに来る大人で海上自衛隊職員の人と出会い、自分は将来英語を学び海上自衛隊に入りたいと、防衛大学をめざして勉強をするきっかけをつくった子どもがいました。

「何もやらないで失敗も成功もしない、批評家にはなってはいけない」と代表の大村みさ子さんは言います。「目標に向かって取組んだ具体的な経験は、必ず次に結びつくはずです」



## 🍵 社会福祉協議会の協力で始まった子ども村

荒川区では、子どもの貧困対策に力を入れてきました。その一つとして2012年度から始まった「学びサポートあらかわ事業」では、小5から中3が無料で指導を受けられる場を提供しています。

そこでスタッフとして参加していた大村さんは「個別に支援が必要な子どもがいる。しかし、一番心配なところに手が届きづらい」と感じていました。そこで、「地域での家族、ソーシャルファミリーをつくりたい」と思ったといいます。

その思いに荒川区社会福祉協議会は共感し、「地域のために場所を提供した



い」と相談をしていた人と大村さんたちをつなぎました。

社会福祉協議会では、立ち上げ支援のほか資金面でも支え、また荒川区役所、教育委員会、中学校校長会、地元の町会、民生委員協議会などへ大村さんと一緒に、この活動への理解を得るため説明に行きました。

## 🍵 これからもずっとファミリー

2014年5月「子ども村:中高生ホットステーション」が開設した後、2015年度より区の子どもの居場所づくり事業がスタートしました。現在区内には、補助金対象の居場所が5ヶ所ある他、自主による子ども食堂が2ヶ所あります。子ども家庭支

援センター、区のひとり親家庭支援や生活保護の相談窓口、スクールソーシャルワーカーに協力をあおぎ、こうした場所と支援が必要な子どもをつないでいます。

今後は、高校卒業を迎える就労組との関わり方も課題だと言います。

「高校を卒業したらそれで終わりではないです。生きていくこと、食べていくことについて一緒に考えていきたい。この関係はずっと続いていきます。それがソーシャルファミリーです」と、大村さんの声は力強く響きました。

大村さん  
(左から2番目)と  
スタッフの  
みなさん



## 子ども村： 中高生ホットステーション



運営主体 子ども村:中高生ホットステーション

HP <http://ftimes-arakawa.tokyo/groups/hottstation/>

### 活動情報

開催日時:毎週木曜日 17:00~20:45頃

開催場所:東京都荒川区東尾久6-16-22 松石ビル3階[@スペース]

場所の特徴:住宅と商店が混在する地にある民間の建物内

参加費:子ども100円 大人300円

スタッフ:15人程度(元民生委員、元児童・青少年委員、元塾講師が中心)

### PR

活動PR:子ども家庭支援センター、区のひとり親家庭支援や生活保護の相談窓口、スクールソーシャルワーカーとの連携  
家庭訪問、学校へ行ってヒアリング

スタッフ募集方法:ホームページ、友達や地域のつながりの口コミ

### 運営について

運営方法:月一回のスタッフ会議

地域ネットワーク、専門家の関わりなど:

荒川区社会福祉協議会がさまざまな場面で支援、荒川区更生保護女性会が調理を支援

資金:区からの助成金、参加費、寄付(一口1000円)など  
米はフードバンク

「子どもの居場所づくり」事業(荒川区)

※この補助金は、運営者の意見を取り入れつつ、住民の活動を活性化できるような工夫がされている

保険など:集団給食届け出、食品衛生責任者と調理師がいる、  
行事保険、ボランティア保険に加入

### 団体活動紹介

毎週木曜日の活動のほか、地域イベントへの参加、「中学3年生の推薦入学入試のためのサポートの会」「定期テスト前の土曜日の学習会」「父母のサポートのための面談」「『子どもの居場所』についての講演会」などを実施

電話相談などの活動が培ったつながり

# 信州子ども食堂



からあげ  
4こたべ  
ました



からあげ  
4こたべ  
ました

からあげ  
4こたべ  
ました  
おいしかった  
♡

## ☺ 多世代が支える月イチのあたたかな場

「それではみなさんで、いっただっき  
まーす!」

「まだだよー、じゅんびちゅうなの」

月に一度の信州子ども食堂、今日のメ  
ニューは「みんな大好きからあげ」。待ち  
切れない様子の子が何度もいただき  
ますを言う度、同じ年頃の子たちから



ストップがかかり、子どもたちのワクワク  
するテンションが伝わってきます。

この日は、昨夜からの大雪で48名が  
参加。ここのところでは少ない方だと言  
います。大人気の  
子ども食堂で  
すが、歴史はま  
だ1年余りだそ  
うです。



## ☺ 余っているところと、足りないところの間に立って

ももとは「NPO ホットライン信州」と  
いう365日24時間無料の電話相談を  
やっていた青木正照さんや、小林三千代  
さんをはじめ女性5人の相談員が発意し

て始めた食堂です。

「ホットライン信州では、フードバンクを  
やっている関係もあって、あの食品を使  
えば子ども食堂ってできるよねと、始めま  
した。余っているところと足りないところ  
をつないで。ももとのつながりを活か  
し、食品会社や農家から余った野菜を寄  
付してもらうなど、無理なく月一回の食  
堂を運営できていると思います」と小林さ  
ん。メニューは前の月にメンバーで話し合  
い、旬の余ったお野菜で子どもたちの食  
べたいものを考えるそうです。



## 🍵 ボランティアで関わる多彩な面々



この日の会場は長野市ふれあい福祉センター。入口には学用品や子どもの服が並ぶ「子ども用品市場」。まだ使える成長して着れなくなった服やランドセルはまた別の小さな子のおご家庭に。これもまた余っているところと足りないところをつなぐさりげない仕組みです。明るく広

い座敷に入ると子どもたちが走り回っています。隣にある厨房では、ながの若者ステーションのみなさんが料理を盛りつけ、11時から学習支援をしてくれていた信州大の学生さんが料理を運び、シニアの男性がテーブルを拭いています。5歳の男の子のお母さんは「今日はこれがあるって思えたから今週はすごく気が楽でした」と話してくれました。ここに来れば大学生やいろいろな人が迎えてくれる。こども食堂の日がお母さんの日常の支えになっているようです。

## 🍵 「子どもたちの笑顔」が活動の原点、原動力

待ちかねた「いただきます!」。この日からあげ、炊き込みごはん、ギョウザ入り具沢山スープ。食べ、話し、みんな笑顔。ここが県内で一番にこども食堂を始め、新聞などマスコミにとりあげられたこともあり、またたく間に県内24ヶ所で開催、2017年2月5日現在24ヶ所累計で135回、子ども2481名、大人、サポーター3138名もの参加がありました。今後は中学生も来てほしいと小林さんたちの夢は広がります。民生委員・児童委員や教育委員会ともつながり、サポート体制も充実しています。「親も子も一緒にお腹も

心も温まって帰るひとときが見れるのは何よりうれしい」と小林さん。この言葉には、たくさんの家庭のSOSを受け取ってきた思いがにじみます。電話相談が培ったあたたかなつながりは、今後も進化を遂げそうです。



発起人のひとり  
小林さん

NPO  
事務局の  
青木さん

## 信州こども食堂

**運営主体** 特定非営利活動法人 NPOホットライン信州

**連絡先** 0263-75-8368(長野県内 ☎️ 0120-914-994)  
特定非営利活動法人 NPOホットライン信州  
信州こども食堂ネットワーク事務局  
県内24ヶ所(長野・須坂・松本・安曇野・塩尻・諏訪  
飯田・小諸・千曲市など)

**HP** <https://hotline-shinshu.jimdo.com/>

### 活動 情報

**開催日時:**月1回 第3土曜日 11:00~14:00

**開催場所:**長野市社会福祉協議会  
ふれあい福祉センター(長野県長野市)

**場所の特徴:**市の社会福祉協議会の建物内

**参加費:**子ども無料 大人100円~300円の任意カンパ

**スタッフ:**20~30人、無償ボランティア

### PR

**活動PR:**NPOとして教育委員会へ出向き、市内の小中学校へ印刷物  
配布から始まった

**スタッフ募集方法:**ホームページ、口コミ、チラシ

### 運営に ついて

**地域ネットワーク、専門家の関わりなど:**

長野県、長野市、労協ながの、民生児童委員、長野市社会福祉協議会、無料学習支援さずな塾、信州大学教育学部・工学部、清泉女学院大学、長野県福祉大学、長野大学

**資金:**お肉は中日本フード、お米はこども食堂応援リレー(フードドライブ)、などいろいろな所からの寄付がある

**保険など:**食中毒と傷害保険

**アレルギー対応:**子どもだけで来ることは少ないので親に確認する

### 団体 活動 紹介

無料の電話相談(長野県下全域での何でも相談)。相談者への面談・同行、生活必需品を含む緊急支援シェルターの提供。気軽に職業体験・就職研修ができ、地域の「居場所」の提供をしている



八百屋に寄る気軽さで人が集まってくる

# だんだん こどもカフェ



いつもおいしいものをたたくれて、  
おかわりもできるの、すごく良いです。

## 八百屋から始まった地域コミュニティの場

「もう奥歯が生えてきた？ よく噛むことを教えてね。親がモグモグよく噛んでいる姿を見せるだけで子どもはマネするわよ」と子育て中のお母さんと話しているのは、気まぐれ八百屋だんだんを主催する近藤博子さん。

近藤さんは、歯科衛生士として長年働いた後、体や健康に関わる活動を始め、その中の一つとして野菜の配達をしていました。土付き野菜の仕分けをするのに、ちょうど空き店舗だった元居酒屋の土間を借りて作業をしていたところ、近所の人に「私にも野菜を分けて欲しい」と言われ、それならいっそみんなに買ってもらおうと「気まぐれ八百屋」を始

めました。

八百屋をしながらのおしゃべりは、日常の悩みをちょっと話す地域の相談の場になりました。そこから「やって欲しい」と言われたり「やってみたい」という人が現れたりして、学習支援、講座開催、食事提供と活動が広がり、ほぼ毎日何かが行なわれている今の「だんだん」になりました。



## 八百屋ならではの新鮮野菜たっぷりメニュー

「だんだん」は、駅前的大通りにある商店街から細い道に入ったところにあり、



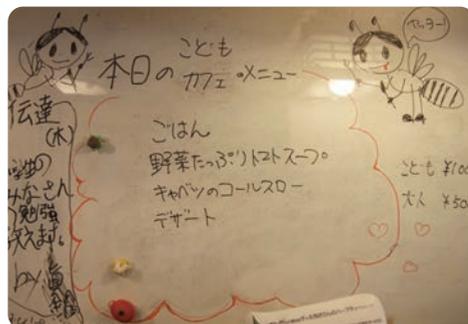
大きな垂れ幕と野菜が置かれた縁台が目印です。格子戸をあけると、店内は居酒屋のままの内装で座敷とテーブルとカウンターに席があり、商品の食材やイベントのチラシも置かれています。

「だんだん」の活動はさまざまありますが、今日は、喫茶店を経営する仲間がシェフとして腕をふるう「こどもカフェ」。「新鮮な野菜をたくさん食べてもらいたい」との思いでメニューを考えているそうです。

## ☺ 赤ちゃんでも大人でも、障害があろうがなかろうか ☺ 社会にいる人はみんなここにいる

11時にカフェがオープンすると、小さい子どもとお母さん、家族連れ、子どもがひとり、大人がひとりと増えていき、あっという間に満席になりました。聞こえない人との手話でのおしゃべりも始まりました。

「社会にはさまざまな人がいるでしょ。社会にいる人は、ここにもいるのが当たり前」と近藤さん。「子どもに『この人は障害があってね』なんて説明しなくても、一



緒にいればわかることです。ここでさまざまな人と関わることで、社会を学んでいけると思っています」

## ☺ 安心して来ることができ、ほっと一息過ごせるように

母子家庭の子どもが親と喧嘩をしたとき、「家出してここに来る」と言ったことがありました。「へえ、ここをそういう場所として思っているんだ」とちょっとびっくりし

ましたが、その子どもにとってはホッとできる場所として役立つのかもしれないと思いました。

また、小学生の頃から通ってきている、今は高校生になった子どもたちから「近藤さんがやれなくなったら、オレたちがやるからさ」と冗談っぽくですが、言われたことがあったのも嬉しいことです。

「これからどうしたいとか、あまりないんです」と近藤さん。しかし、みんなにとって大事な場所になっているのは確かです。



主催の  
近藤さん



## だんだん こどもカフェ

運営主体 気まぐれ八百屋だんだん

住所 東京都大田区東矢口1-17-9

HP <http://ameblo.jp/kimagureyaoyadandan/>



活動情報 開催日時:毎月1回土曜日 11:00~14:00  
(「だんだん こども食堂」は毎週木曜日 17:30~20:00)

開催場所:気まぐれ八百屋だんだん

場所の特徴:元酒屋だった店舗

参加費:子ども100円 大人500円

スタッフ:7~8人(1回4人程度)、無償ボランティア

PR 活動PR:口コミ、チラシを店前に掲示、インターネット(ブログ)

スタッフ募集方法:インターネット(ブログ)で募集、口コミ、取材記事を見た人など

運営について 運営方法:特になし

地域ネットワーク、専門家の関わりなど:

子どものことを地域全体で支えるためのネットワークづくりとして、「こども笑顔ミーティング」主催

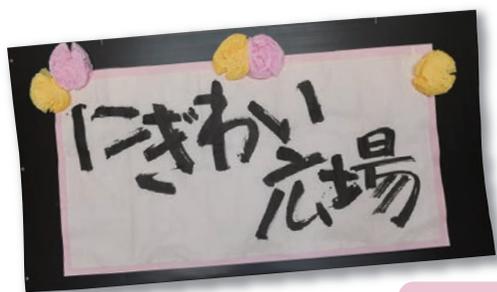
資金:寄付金、食材の寄付、場所をシェアする会場費など

団体活動紹介 こどもカフェの他、こども食堂、寺子屋(学習支援)、絵本の読み聞かせ、手話教室、英会話や文章教室などの、大人も参加できる講座やイベントをほぼ毎日開催

その他、野菜や健康食品の販売あり

おいしいカレーと催しもので、  
誰もが笑顔であふれる場所

## にぎわい広場



辛なくて赤いやつが、いるかいないかを聞いて  
くれておいしい  
子どもは、ただで食べられていい  
おいしくて、ちょっと辛くて、とてもおいしいです

## ☺ 共生の場づくりの歴史

「この子らを世の光に」の思想と実践をつくった糸賀一雄さんの流れを引きつぐ、「滋賀の縁(えにし)創造実践センター」。生きづらさを抱える人びとの問題を解決しようと、民間の福祉関係者が分野を超えてよりよい、制度の枠にとらわれずに支援を届ける取組みをしています。

その活動の一つに、「遊べる 学べる 淡海(おうみ)子ども食堂」があります。子どもと大人が出会い、お腹いっぱいご飯を食べて、勉強をして、安心して過ごせる地域の居場所です。小学校区に一つをめざしていて、2017年3月現在、県内に62ヶ所開設されています。

「にぎわい広場」は、2016年1月、石部南学区まちづくり協議会を中心に、地元の民生委員児童委員協議会や社会福祉協議会、地域のボランティアの協力のも



とに始まりました。協議会会長の大島正秀さんは「食事を出すなら女性の方がいないとできない」と思い、副会長の山元照代さんに声をかけ、たくさんの女性スタッフに集まってもらいました。

地域住民同士のつながりを大切にしようとして、子ども限定ではなく地域の人なら誰でも参加できるように声をかけています。

## ☺ 明るい食堂でおいしいカレー

この日は13人のボランティアさんたちが、日当たりのよい明るい大きなキッチンで揃いのエプロンを着ててきぱきと働いています。朝から仕込みを始めて11時まで約100人分のカレーをつくりまわします。食事の時間の頃には、会場に美味しそうなカレーの香りが広がります。

毎月1回開催の「にぎわい広場」で提供されるメニューはカレーのみ。理由は、子どもからお年寄りまでみんなが好きなのももちろんのこと、煮込むことによって衛生的にも安心で、何より参加しているボランティアの方たちの負担を軽減し長く続けていけるように考えたからです。

## 🍵 毎回変わる楽しい催しもの

「にぎわい広場」では、こども食堂の開催に合わせてさまざまな催しものを実施しています。山元さんは、趣味で続けている絵手紙づくりを開催しました。

「子どもたちは、大人と違って上手く描こうと思わずのびのび描くので、個性的



で絵心があるなと感心しました」

絵手紙づくり以外にもドッジボールや手品などさまざまなお楽しみがあるので、こども食堂の開催時間前から子どもたちは会場前の広場で遊びながら待っていることもあるそうです。



## 🍵 楽しく過ごすための大切なミーティング



運営に関することは、スタッフミーティングで決めます。カレーの辛さやお肉の大きさ、衛生面など、さまざまなことを話します。このミーティングで一番大切にしていることは、常に笑顔でいるために何でも話すことです。

「来てくれる人たちは私たちの鏡。こちらにわだかまりがあると、せっかく楽しみに来てくれているのに、『何かあったのだろうか』と見抜かれますからね」と山元さん。

『「あんたたちの笑顔が見られるのを楽しみにしてるんや」と、ここへ来たお年寄りに言ってもらえたこともあり、ミーティングをやった甲斐があったと思いました』と教えてくれました。

大島さん  
(左から2番目の男性)と  
山元さん(前列の座ってる  
左から3番目の女性)と  
スタッフの  
みなさん



## にぎわい広場

運営主体 石部南学区まちづくり協議会

連絡先 0748-77-2535  
石部南学区まちづくり協議会

HP <http://ishibe-minami2.net/>



活動  
情報

開催日時: 毎月1回(原則として月末の土曜日) 11:30~12:30

開催場所: 湖南市の公共施設内、調理研修室

場所の特徴: 湖南市の公共施設内

参加費: 中学生以下無料 大人200円

スタッフ: 20人

PR

活動PR: 小学校へは、学校を通じて全児童に呼びかけ  
スポーツ少年団への声かけ

スタッフ募集方法: 主に口コミ

運営に  
ついて

運営方法: 石部南学区まちづくり協議会を事務局として、学区民生委員児童委員協議会、湖南市社会福祉協議会、地域のボランティアの協力を得て運営している

資金: 助成金、フードバンク、地域の人から米や野菜、現金の寄付

保険など: 参加者の加入はしていない  
スタッフはボランティア保険に加入

アレルギー対応: アレルギー対策はしていない  
(但し、受付時にアレルギーの有無を確認している)

団体  
活動  
紹介

こども食堂開催時には、食前または食後に絵手紙やドッジボールなどの催しを開催。住民なら誰でも参加できる

子どもの居場所がなかったから、  
たくさんの子どもが集まる場所に

## にしなり☆こども食堂



子どものことを考えてくれる  
気がする、うん、そう思う。

(中1女子)

いっしょうけんめいつくって  
くれる。食事、おいしいよ。

(小6女子)

イ  
ゴ

みんなが食べたのと同じごはんをたべる。

食べ物がしんせんでおいそです。

ただなのがうれしい!

好きな食べ物がでるからうれしい!

カレー、たまご料理

好きな食べ物リンゴ!

### 🍵60人が「いただきます」

17時をまわると、明るくて広々した会場に子どもたちが集まってきて、ゲームで遊んだりおしゃべりしたりとにぎやかになってきます。平均60人、多いときには90人を超えますが、そのうち9割以上が子どもです。

「準備できました」の声がかかると、子どもたちが一列になって自分の食事を運びます。「これ食べへん」「大盛りにしと



こか」と会話も楽しそう。みんなが席についた頃「いただきます」のかけ声をかけるのは、にしなり☆こども食堂を主催する川辺康子さん。

### 🍵イライラするのは、お腹が空いてるからやろか

7年前、川辺さんはひとりで子どもの居場所を始めました。小学校で読み聞かせをしたり、学校と連携して問題がある家庭の相談にのる中で、子どもの居場所が必要だと感じていたからです。

「どんなことをして遊ぼうか」と楽しみにしていましたが、集まってきた子どもたちはイライラしてすぐ喧嘩になる状態で

した。「イライラするのは、お腹が空いてるからやろか」と思い、試しにみんなで料理をつくって食べる料理教室をしたところ、お腹いっぱいになった子どもたちはすぐに落ち着いたと感じたそうです。

「きっと、食事が足りない子がいるに違いない」と、現在の活動を始めました。

### 🍵好きな食べ物は、いちご、りんご!

川辺さんは、自宅の食事にはできるだけデザートをつけています。デザートがあることで食事をする楽しさがふくらむと思うからです。そこで、こども食堂でも同じようにデザートとして果物を出しています。

お皿の中の果物はひときわ目を引き、



「新鮮」「豪華」の感想や、好きな食べ物は「いちご」「りんご」と答える子どもが多いのもうなずけます。

## 🍵ごはん食べたらあかんかったら、おかずだけ食べていき

活動を続けていると、さまざまな人に出会います。

ある小学生は遊びに来てても自分は食事をせず、「おまえら貧乏人や」と食事をする子をいじめていました。理由を聞くと、「ここでご飯を食べたら貧乏人と思われるからあかん」と親から言われているのです。それなら来なければいいのに、やっぱり来たいんだろうと思って「ご飯がダメなら、おかずだけ食べていき」と言ったら毎回来るようになりました。

子どもと一緒に親も来ます。「仕事がな

くなり何日も食事をしていない」と一人で来た男性もいます。

食事代は子どもも大人も無料。「大人は依存したり、そんな状態になったのは自己責任だから有料に」との意見もありますが、大人にも大変なときがあります。気軽に来られて、お互いに悩みを話す場になればとの考えからです。



## 🍵「オレなんか生きててもしょうがない」と言わなくなった



「他の人とのつながりができると、人は驚くほど変わっていく」と川辺さん。

子育てが大変だったお母さんが年下のお母さんを助けたり、ぐずっている小さい子をなだめる子がいたり。「人に何かするときって、自分のことがちょっと好きになっていると思うんです」



主催の川辺さん

ある小学生に「もう遅いから、はよ帰りや」と言ったら、「夜中にひとりぼっちで寝てるオレの気持ちなんかわかるか!」と当たってきた子の口癖は「ムリ、却下、諦めろ」「オレなんか生きててもしょうがない」でした。しかし、その子も今、その台詞を言わなくなりました。

「シェアハウスをつくって、家出する子や親と住めない子が安心していられる場所をつくりたい」と、活動の輪はますます広がっていきそうです。

## にしなり☆子ども食堂



運営主体 にしなり☆子ども食堂

住所 大阪市西成区出城2-5-9 パークコート1F  
にしなり隣保館スマイルゆ〜とあい内

HP <http://kodomo-silyokudou.jp>

活動情報

開催日時:週2回、火・土曜日(臨時休業あり) 17:30~18:30  
その他、状況に応じて開催

開催場所:にしなり隣保館スマイルゆ〜とあい内

場所の特徴:民設民営の貸しスペース

参加費:子どもも大人も無料

スタッフ:50人程いるうち、通常5人程度が参加、無償ボランティア

PR

活動PR:はじめは、小学校へ読み聞かせに行き、そのときにPRをしていた。現在は会場の予定表にお知らせを掲示

スタッフ募集方法:ホームページで募集、口コミなど

運営について

運営方法:活動後に30分程度意見交換会を開催

地域ネットワーク、専門家の関わりなど:

近隣の小学校と情報交換などの連携をしている

資金:食材(米など)、備品(洗剤、ラップなど)の寄付、寄付金、助成金など

保険など:オリエンテーション保険に加入(食中毒に対応)

団体活動紹介

子ども食堂を中心に、個別に学習支援や相談などを行っている

大きなテーブルを囲んで食べることで、  
生まれるつながり

## めさみーる+ (プラス)



最初、友だちに誘われてきたときは、みんなが静かに食事をしている感じがしてちょっと緊張したけれど、2回目からはこの落ち着いた雰囲気が好きになりました。  
(友だちと来ていた小6男子)

友だちに教えてもらってから、時々来っています。仕事帰りに子どもと一緒に食べられるので、とても助かっています。  
(小学生や幼稚園に通う3人の子どものお母さん)

こんなに人が来ているなら、継続して応援していかないとね。  
(寄付している団体の人)



## ☕おしゃれなカフェが地域コミュニティの場

駅前大通りから一本細い道に入ったところにあるマンションの1階。ライトに照らされた「Mesa Grande」の大きな文字やガラス窓から見える明るい店内に、パーティでも開かれているのかとわくわくしてしまいます。

お店の名前は「メサ・グランデ」。いつもはコミュニティカフェや地元野菜の販売、また「地域活動支援センター」として障害がある人が安心して過ごせる居場所にもなっています。

ここで月1回、「誰でも気軽に一緒にごはん♪」をコンセプトにした食事会「めさみーる+」が開かれています。17時半にオープンすると、保育園帰りの親子、小

学生が友だち同士で、塾に行く前の中高生、お一人の方など、さまざまな人が集まり、思い思いの場所に座って食事とります。

18時も過ぎると、30程ある席は満席になり、入口の前で鬼ごっこをしながら待つ子どもたちもいました。



## ☕大きなテーブルで生まれるつながり

店名「メサ・グランデ」は、スペイン語で「大きなテーブル」という意味です。その名のとおりに、店内には大きなテーブルが並んでいます。

このお店を運営している「NPO法人ぐらす・かわさき」の理事・事務局長の田代美香さんは、「来た人同士の会話や交流が生まれるように、あえて大きなテーブルにしました」と言います。オープンキッチンとフロアの間にも、ステンレス製の大きな特注カウンターテーブルがあり、つくる人と食べる人が交わるしかけがつけられています。



## 🍲カレーは、つくる人にも負担が少ない

通常のランチは、地元野菜がたっぷり入っているとはいえ900円します。「もっと気楽に食べられたら、たくさんの人が来られるのでは」と考え、子どものお小遣い程度で食べられる食事会「めさみーる+」を始めました。

調理スタッフは無償のボランティア。つくる人にもあまり負担がかからないよう、メニューは毎回カレーと決めました。具は季節ごとに変わるので、カレーといっても

変化に富んでいます。家で眠っている食材はないかと呼びかけ、お米やカレールウ、ジュースやお菓子を寄付してもらっています。



## 🍵サービスをする人とされる人の垣根が低くなることで、できるつながり

家族でカフェに来てくれた男子高校生が、「めさみーる+」に友だち数人を連れて来たことがありました。ママ友同士がSNSでPRしてくれて、新たなボランティアさんも来てくれました。

「めさみーる+」のときは、お客さんが差し入れの食べ物をお皿に盛ったり、ボランティアスタッフがお客さんと同じテーブルで食事をしたりなど、お客さんと担い手の垣根が低くなります。いつも地域活動支援センターの居場所として通ってきている障害がある人もボランティアとして活動し、その後みんなと大きなテーブルに座って食事をしながらおしゃべりをします。

「食を通じて、良い意味での“ゆるさ”をつくることができ、立場の違う人同士の出会いやつながりがふくらんでいると思います」。最近「めさみーる+」を訪れた人がこの活動に感化され、子どもに勉強を教え食事を出す活動「てらこみーる」を始めることになりました。「野菜販売だけだったら、このような活動が始まることはなかったです」と田代さん。新たな動きはこれからも生まれていきそうです。



理事・事務局長の田代さん

## めさみーる+



運営主体 NPO法人 ぐらす・かわさき

住所 神奈川県川崎市中原区新城5-2-13  
プリマSK武蔵新城1階

連絡先 044-872-9795 メサ・グランデ

HP <http://mesa-grande.blogspot.jp/search?q=めさみーる>

### 活動情報

開催日時:月1回第3木曜日 17:30~19:30

開催場所:コミュニティカフェ メサ・グランデ

場所の特徴:商店と住宅が混在する地にあるマンションの1階

参加費:こども100円 大人300円 シニア(65歳以上)100円

スタッフ:10人程度、無償ボランティア

### PR

活動PR:主に口コミ(お客さん同士、スタッフ同士)

ママ友がSNSなどを使ってPR

スタッフ募集方法:主に口コミ

### 運営について

運営方法:ボランティア登録者間のライン上で連絡

地域ネットワーク、専門家の関わりなど:

地域活動支援センターとして、地域福祉と連携

コミュニティカフェは、地域の子ども支援団体と協働して設立

資金:地元商店街やライオンズクラブからの寄付金

めさみーる+では、食材(米、カレールウ、ジュース、お菓子など)の寄付を呼びかけている

保険など:飲食店営業許可による営業

### 団体活動紹介

コミュニティビジネスや市民活動の相談および支援、交流の場づくりなどに取組んでいる

広がれ、  
こども食堂  
の輪！

## どうして「全国ツアー」が 必要なの？

こども食堂はいま、全国に広がっています。

報道によれば、今年（2016）年5月の時点で全国に300カ所以上あり、その後も各地で増え続けています。

一方で、現在こども食堂に取り組んでいるのは、地域活動やボランティア活動、子どもをめぐる問題に強い関心のある方々にとどまっているのも事実です。

地域活動に長く関わってきた自治会や婦人会の方々、社会福祉協議会や民生委員、行政関係のみなさんにもこども食堂の活動を理解していただくことで、「一部の人たちの取り組み」から「地域住民の誰もが理解し関わっていただける取り組み」へと広げていきたいと思っています。

国や地方自治体、企業、そして一般の方々も、子どもの6人に1人が貧困状態にあるといわれる現状を「なんとかしなければ」と思い、解決へ向けて動き始めています。

この機運を逃すことなく、さらにこども食堂の活動のすそ野を広げるため、「全国ツアー」を行ないたいのです（っています）。

広がれ、  
こども食堂  
の輪！

## 「全国ツアー」で何をするの？

「こども食堂がその地域でどんな役割の場所になっていけたらいいのか」

「地域の人たちがこども食堂にどんなふうに関わっていただけるんだろう」

こうしたこども食堂の理念やあり方について、講演会やシンポジウムなどを通して考えていきたいと思えます。

たとえば高齢者給食が進んでいる地域であれば、「高齢者給食とこども食堂との連携方法」といった、地域の実情に根差した「こども食堂のあり方」についても、多様な立場の方々をお招きしながら話し合っていきます。

また、これからこども食堂をはじめたいという方々へむけて、先に活動を始めた「先輩こども食堂」のみなさんから、ノウハウの共有や先進事例の紹介もさせていただきます。

広がれ、  
こども食堂  
の輪！

## 「全国ツアー」の、その後…

その場で出会った人たちがつながり、子どもたちのための活動がひとつでも増えていくことを願っています。

もちろん、あたらしいこども食堂がたくさん生まれたら最高にうれしいですし、学習支援や地域の活動との連携が深まっていくのもいいですね。

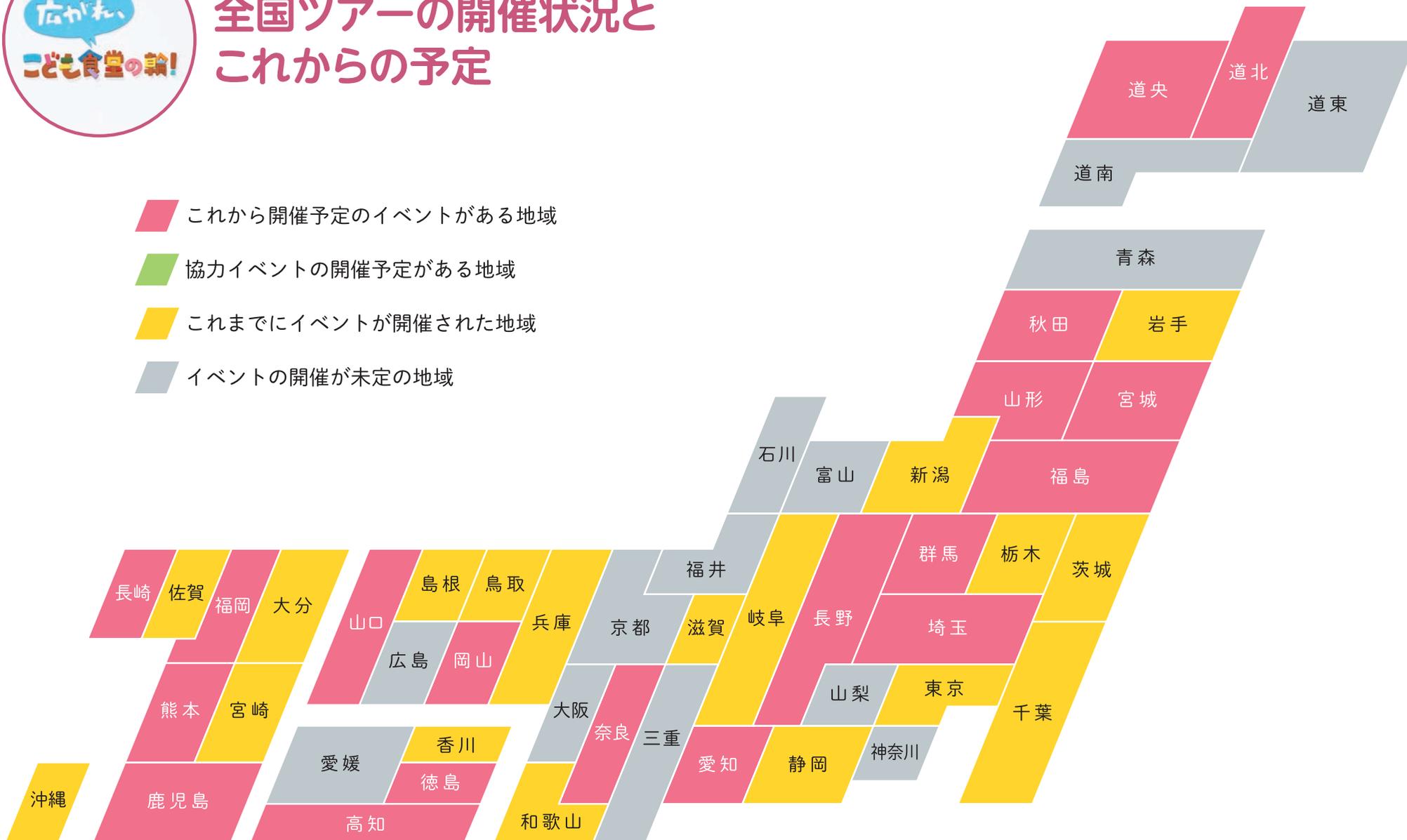
こども食堂が、子どもだけでなく、その地域のすべての人たちにとって欠かせない空間になり、子どもが抱える問題を発見し、そこに集まった人たちで解決の方法を考え、次の支援へとつなげる場所になっていく。

最終的には、地域から困っている子どもたちが一人でも減ることが私たちの願いです。



# 全国ツアーの開催状況と これからの予定

- これから開催予定のイベントがある地域
- 協力イベントの開催予定がある地域
- これまでにイベントが開催された地域
- イベントの開催が未定の地域



詳細は、<http://kodomoshokudo-tour.jp>

## おわりに

現在、「広がれ、こども食堂の輪！」全国ツアー実行委員会では、全国ツアーを展開しています。

全国ツアーでは、「こども食堂がその地域でどんな役割の場所になればいい

のか」「地域の人たちがこども食堂にどう関わっていただけるだろう」こうしたこども食堂の理念やあり方について、講演会やシンポジウムなどを通して考えています。ガイドブックで紹介したこども食堂にそれぞれに特徴があるように、地域の実情に根差した「こども食堂のあり方」を考えていくことが大切です。こども食堂がこの先、地域のすべての人たちにとって欠かせない空間になり、子どもが抱える問題を発見し、解決の方法を考え、次の支援へとつなげる場所になること、全国ツアーで出会った人たちがつながり、子どもたちのための活動がひとつでも増えることを願っています。また、地域にこども食堂の取組みが定着し、活性化することを目的に「広がれ、こども食堂の輪！」推進委員会を設置しました。推進委員は、実行委員会のメンバーに加えて、こども食堂関係者、児童館、プレーパーク、民生委員・児童委員、社会福祉協議会、スクールソーシャルワーカー、福祉施設など多様な関係者・関係機関が、こども食堂を広げるうえでの様々な取組みや課題を出し合い、支援についての方針検討を行っています。

本ガイドブックが、こども食堂をはじめ子どもの居場所づくりに取り組んでいる方の身近な情報ツールになることはもちろん、こども食堂を初めて知る方や、取組みを応援したいと思う幅広い関係機関の皆様がこども食堂への理解を深めるきっかけになれば幸いです。

最後になりましたが、本ガイドブックは中央共同募金会「赤い羽根福祉基金」より助成をいただき作成・発行することができました。あわせて「広がれ、こども食堂の輪！」全国ツアーの開催にご支援下さいました関係者の皆様に心より謝辞を申し上げます。

「広がれ、こども食堂の輪！」  
全国ツアー実行委員会副代表  
平野 覚治



発行 「広がれ、こども食堂の輪！」  
全国ツアー実行委員会  
テキストプロジェクト

一般社団法人 全国老人給食協力会内  
〒158-0098 東京都世田谷区上用賀 6-19-21

平成 29 年 3 月

社会を良くするたしかな一歩



赤い羽根  
福祉基金

本冊子は、赤い羽根福祉基金の助成により実施しています。