

こども食堂へ行く めぐる、食堂



そこにあるのは、おいしいごはんと…？

今、伊達市内に「こども食堂」が続々と誕生しています。

『子どもしか利用できない』というのは大きな誤解！

一人暮らしの人も、子育て中の人も、みんなが気軽に利用できる場所。

「おいしい」だけじゃない、こども食堂の魅力とは？

今日のメニューはなんだろう？炊き立てご飯に温かいお味噌汁、旬の野菜たっぷりのおかずや、くだものがトレイに並ぶ。みんなの笑顔と「おいしい」の声が広がる。―皆さんはこども食堂を利用したことがありますか？

「こども食堂は子どもしか利用できない」または「経済的な事情がある子どもだけが利用できる」と誤解している人がたくさんいますが、実は誰でも気軽に利用できる場所です。

市内には現在、9カ所のこども食堂があります。それぞれ、月に1〜2回、地域の皆さんがボランティアでおいしい料理を振る舞っています。

特集では、伊達市内で一番最初に始まった「みんなの食堂『ふぁみり〜』」を中心に、市内各地の食堂の魅力と役割をお伝えします。

☎ネウボラ推進課

こども家庭相談係

☎573-5682

こども食堂
取材報告

市内で一番最初にスタート

みんなの食堂「ふぁみり〜」

第1章

食堂を始める

全国で右肩上がりに増えている「こども食堂」伊達市でも、この1年で6カ所が新たにオープンした「こども食堂」に興味を持つ人の背中を優しく押し、立ち上げに関わってきた先駆者の思いとは？



佐藤 恵子 (さとう けいこ)
2018年にこども食堂「みんなの食堂 ぶぁみり〜」を立ち上げる。伊達市社会福祉協議会での勤務経験から、福祉に造詣が深い。現在は「こども食堂アドバイザー」として、ボランティアへの講習会の講師や立ち上げを後押しする活動をしている。

「つながりの希薄さ」への懸念

「今、社会の中で足りないものは何だと思えますか？昔と比べて、地域のつながりが希薄になりましたよね。希薄な地域は災害の時に亡くなる方が多いんです。コロナでさらに人と人の間が離れてしまった気がしています。」

危機感を打ち明けてくれたのは、市内で一番最初にこども食堂を立ち上げた佐藤恵子さん。食堂を始める前は、学校帰りの子どもが水分補給に立ち寄れる休憩所を保原のまちなかに開いていました。なぜ立ち寄ってくれるのかを子

どもたちに尋ねると「テストで悪い点を取ると先生にも親にも怒られる。でもこのおばちゃんは『20点すぎいね！もう少しがんばったら30点取れるね』と言ってくれる」と言われたそうです。「家庭でも学校でもない第三の居場所。こういう場が必要なんだ」と恵子さんは思いました。

地域の居場所をつくる

元々、こども食堂に興味があった恵子さん。食堂を運営できる人を探していた市の声掛けもあり、自分がやってみようという決意。そして2018年に「みんなの食堂『ぶぁみり〜』」が誕生しました。

「大人も居場所は大切ですし、今は高齢者の孤食や栄養失調も問題です。子育て中は社会から切り離されたような孤独を感じることもあるし、子どもを見てもらってゆつくり食事ができたらうれしいです。こども食堂という名前ですが、幅広い年齢の人が集まり、地域が家族みたいに

なれたらと思って『ぶぁみり〜』と名付けました。」

一方的支援ではない価値観

恵子さんは、こども食堂アドバイザーとして、こども食堂に興味がある人たちにノウハウを伝えています。ボランティアで運営する楽しさも大変さも、包み隠さず全て話します。「ボランティアは一方的な支援ではありません。『おもしろかった』と誰かに喜んでもらえることが何よりうれしくて、生きがいになります。作る人も食べる人も、世代を超えて触れ合うことで元気になる、自分の居場所を見つめられる。みんなで作る場所にしたと思っています。」



JA女性部主催のボランティア養成講座で、ボランティアにはさまざまな形があることを伝える恵子さん



休憩時間、年齢の話題で大笑いするメンバー。仲間との談笑も楽しみの一つ。

6月3日(土)9時、保原ふれあいセンターにボランティアの仲間が集まっておりました。「今日もよろしくお願ひします。」と恵子さん(前出)。続いて、立ち上げから献立作成と衛生管理をしてきた栄養士の川本輝子さんが、献立の要点を伝えます。

開店の準備が進む中、「なぜボランティアを続けているのか」を尋ねてみました。本名文子さんと森川ヒロ子さんは「ただ家にいるより誰かの役に立ちたかった」と語ります。「みんなとおしゃべりできるのが楽しい」と酒井志津子さん。菅野祥子さんは「庭の花を飾ったら好評でや

められなくなった」と笑います。「たくさん声をかけてもらい、娘にとってもいい居場所」と鈴木千夏さん。引つ込み思案だった娘の野菜ちゃん、食堂が開かれる日を楽しみに待つようになりました。

11時半の開店からひっきりなしにお客さんが訪れます。常連の高齢者やスポ少帰りの親子など、あらゆる年代の人たちが同じ場所で温かいご飯を食べます。子どもたちがはしゃぐ姿に周りが笑顔になったり、初対面の人も自然と会話が生まれたり。昔は当たり前だった「近所の交流」のような温かい空気が、そこには存在しました。



1.「友達とご飯を食べる楽しみな日」と話してくれた/2.今回の献立は「ツナごはん、なめこの味噌汁、ベーコンチーズ春巻、きゅうりの塩こぼれ和え」/3.「チケットどうぞ」小さな助け人、新菜ちゃんががんばる/4.食べ終えて元気いっぱい！子どもたちの声も食堂の活気の一つ

「ふぁみり〜」の常連
三浦 英正さん

妻が亡くなってから、パックのご飯をチンして即席お味噌汁を食べる毎日です。ここでの食事はなんだか、家庭の味がするんです。一瞬、豊の上で、ちゃぶ台で食べるような雰囲気があった、毎回楽しみにしています。

「ふぁみり〜」初利用
小手森 志保さん
心美ちゃん(1) 柊太くん(2)

手の込んだ料理を良心的な値段でおなかいっぱい食べられるのはうれしいです。子連れの食事は気をつかいますが、温かな目で見守ってもらえて、安心して食事をとることができました。こども食堂の存在は大きいです。

興味ある人必見！
市の支援も充実
「こども食堂」
を始めよう！

支援① 食堂を開く準備
「子どもの居場所づくりスタートアップ事業補助金」が利用できます。
▶上限50万円(10分の8補助)
▶対象経費…賃料、修繕、備品購入、広報にかかる費用など
▶月1回以上開催、1年以上継続が条件

支援② 利用促進
「子どもの居場所づくり利用促進事業」が利用できます。
▶対象…すでに子どもの居場所を実施し、市内に事業所および活動場所を有する団体
▶1回5万円(年2回まで)
▶対象経費…外部講師謝礼、印刷費、広報費など



第2章 食堂へ行こう!

個性豊かな市内9カ所の子ども食堂。
共通するのは、食堂の温かさとボランティアの皆さんのごんばり。
愛情たっぷりのおいしいご飯を食べに行ってみよう!

今後の日程は
市ホームページの
「子ども食堂MAP」
で確認できます▶



子ども食堂 「おいしい食堂」

フードバンクの食材を有効活用。ボリューム満点で元気が出るランチを召し上がれ!

◆ 直近の営業日 ◆
8/12(土)、9/9(土)

- ☑ 第2土曜日
11時30分～13時30分
- 📍 伊達中央交流館
(北後22-1)
- 💰 大人300円、中学生100円
小学生以下無料



子ども食堂 「おいでよ!」

お弁当形式なのでお持ち帰りOK。彩り鮮やかで食欲をそそるランチをお楽しみに!

◆ 直近の営業日 ◆
7/29(土)、8/26(土)、9/30(土)

- ☑ 毎月最終土曜日
11時30分～
- 📍 霊山中央交流館
(霊山町掛田字西裏17)
- 💰 大人300円、子ども100円
(※高校生まで、未就学児無料)
- ☎ 090-2880-7416 (渡邊)



よりそい食堂 やながわ

広い会場でゆったり食事。子どもの遊び場もあり、家族連れものんびり過ごせる!

◆ 直近の営業日 ◆
8/19(土)、9/16(土)

- ☑ 第3土曜日 11時30分～
100食なくなり次第終了
- 📍 みらいホールやながわ
(梁川町字町裏29-3)
- 💰 大人300円
中学生以下無料



みんなの食堂 「ふぁみり〜」

料理する人の顔が見えるアットホームな食堂。栄養士考案の献立は栄養バランスも◎!

◆ 直近の営業日 ◆
7/29(土)、8/5(土)、8/19(土)
9/2(土)、9/16(土)、9/30(土)

- ☑ 第1・3・5土曜日
11時30分～
- 📍 保原ふれあいセンター
(保原町西町113)
- 💰 大人300円、障がい者200円、子ども100円



みんなの つきだて食堂

テイクアウトOK! 地元農家さん提供の新鮮野菜たっぷりのメニューがおいしい。

◆ 直近の営業日 ◆
8/20(日)、9/10(日)

- ☑ 第2日曜日
11時30分～13時
- 📍 8/20(日)は月館中央交流館
(月館町月館字ウルシ坊19-1)
9月以降の場所は未定
- 💰 大人300円、子ども100円
(※高校生まで)



よりそい食堂 りょうぜん

持ち帰り専門。開店30分前から行列ができる人気ぶり!

◆ 直近の営業日 ◆
8/9(水)、9/13(水)

- ☑ 第2水曜日 16時～
50食なくなり次第終了
- 📍 工房まごころ
(霊山町掛田字下川原41)
- 💰 大人300円
中学生以下無料
- ☎ JA 霊山掛田総合支店
586-2111



子ども食堂 「おばちゃんち」

食文化の体験ができる貴重な食堂。郷土料理や季節の料理と一緒に作ろう!

◆ 直近の営業日 ◆
9/23(土) ※8月はお休み

- ☑ 第4土曜日
11時～13時頃
- 📍 梁川小学校西側
鈴木総合設備
(梁川町北本町30-2)
- 💰 無料
- ☎ 577-4226 (鈴木)



てらこや しょくどう

お寺で和やかにランチタイムはいかが。屋外で季節を感じながらの食事が気持ちいい!

◆ 直近の営業日 ◆
8/6(日)、9/10(日)

- ☑ 第2日曜日
① 12時～ ② 13時～
各回20食限定
- 📍 仙林寺 坐忘庵
(保原町東台後50)
- 💰 大人300円、
中学生以下無料



★ 口コミ掲示板 ★ 利用者に関する 「子ども食堂」の ここがいい!

新鮮な野菜がたっぷり使われている

スポ少帰り。家に帰って
昼ご飯作る気力がない
から助かる!

安くて助かる!

工夫を凝らしたメニューで
料理の勉強になる

栄養バランスも
満点!

おいしかった!

初物が出て旬を感じた
(※6月のさくらんぼを食べて)

子どもが騒いだのに喜ばれた!

おばちゃんが
話しかけてくれる

一人分作るのが難しい煮物
やカレーが食べられる

スタッフの方が子どもを
見てくれた

いろんな世代の人が
いて活気があった

一人暮らしで簡単に済ませがち。
しっかり栄養が取れるのが
ありがたい。

中学生が手伝って
いて感心した!

子どもの顔が
久しぶりに見られて
うれしかった

子どもも喜んで!
もっと早くに知りたかった

作らないで食べられる。
楽できてうれしい!

子ども食堂 一口メモ 徹底した 衛生管理

安心して食べてもらうため

食堂を運営している皆さんは、衛生管理に細心の注意を払っています。

食品の温度管理や調理前の念入りな手洗いはもちろん、ボランティア本人と家族の健康状態を毎回チェック。さらに年に数回、衛生講習を受けるなど、食中毒を出さないために徹底しています。

手首もしっかり
洗うよ～



みんなの 「まちなか食堂」

ボランティアの連携光る! 食後に「昔話」などのイベントも。

◆ 直近の営業日 ◆
8/26(土)、9/23(土)

- ☑ 第4土曜日
11時30分～13時
- 📍 保原中央交流館
(保原町宮下111-4)
- 💰 大人300円、子ども100円
(高校生まで、未就学児無料)
- ☎ 保原中央自治振興会
563-1131





自分の存在が誰かの元気になる
感謝の気持ちやご縁がめぐる
地域みんなの居場所
子ども食堂に、行こう

「よく来たね」「外は暑かったでしょ」「おかわりどう？」と声がかかれ、「うちそうさま」「ありがとう」と声が返す。何気ないやりとりでホッと心が温まる。子ども食堂はみんなの居場所です。いろいろな人がいるからこそ豊かな交流が生まれます。あなたもその一員に加わってみませんか。

第3章 食堂に加わる

「子ども食堂」に関わる人の数も増えてきた授業の一環で「子ども食堂」に挑戦する動きも出てきた子ども食堂を応援する・参加するさまざまな方法とは？

市内の各子ども食堂には調理や配膳を手伝う子どもたちもいます。大人たちに声をかけられ、地域の人と触れ合う貴重な機会となっています。**教科書で学べない地域の実情**
聖光学院高等学校普通科福祉コースでは、今年初めて子ども食堂に挑戦することになりました。授業を担当する石田安広教諭は「地域の課題は教科書からは学べません。子ども食堂への挑戦で地域の実情を知り、成長しても地元で活動できる大人になってほしいと考えています」と理由を話します。

7月中旬、佐藤恵子さんと伊達市社会福祉協議会の鈴木千夏さんが講師となり授業をしました。「子ども食堂でできるボランティアは何か」を考えるワークで、「話し相手になることもボランティアの一つ」という意見が生徒から挙がりました。恵子さんは、子ども食堂に一人で来た男性に声をかけたら「声をかけてもらえてうれしい」と喜ばれたエピソードを紹介。「誰とも話さないで一日を終える人もいます。話し相手になることもとても大切ですね」と伝え、子ども食堂に取り組み生徒たちの背中を押ししました。



8/1(火) 11時30分～
聖光学院普通科福祉コース
「しんしん食堂」
- 地域ふれあい食堂 -
場所 伊達ふれあいセンター
(伊達市立図書館の建物)
料金 大人100円/子ども無料
献立 カレーライス、牛乳かん

調理だけじゃない ボランティアの形 「子ども食堂」を 応援しよう!

応援① 食材を提供する

缶詰や乾麺など、食べきれない食品はありませんか。「フードバンク」に無償で提供いただいた食品の一部を子ども食堂で有効に活用しています。

★フードバンクとは

企業や団体、市民の皆さまから寄付された食料などを、困っている人に無償で提供する取り組みです。
【受け付けている食品】 缶詰、アルファ米、パックご飯、インスタント食品、レトルト食品、菓子 など
【お受けできない食品】 生鮮食品、賞味期限が1カ月未満のもの、開封したもの



フードバンク連絡先 (食材を提供したい・提供してほしい)
伊達市社会福祉協議会 福祉課 ☎ 024-576-4050

コラム 子ども食堂はフードロス減らすことにも貢献

社協の「フードバンク」のほか、JA ぶくしま未来伊達地区本部でも同様の「フードドライブ」や、直売所で売れ残った農産物を生産者に提供してもらい、子ども食堂に届ける取り組みをしています。



応援② 募金に協力する

フードバンクなどでは生鮮食品を扱えません。肉などの購入や運営費など、さまざまな費用がかかります。募金などの協力もボランティアになります。



応援③ 自分もまざる

子ども食堂の一員になって調理や配膳などを手伝ってみたい! という人は、手伝いたい食堂の人に、直接相談してみてください。



応援④ まずは食べる!

まずは食べに行ってみることも応援の形。まずはご飯を食べたり、おしゃべりをしたりして楽しみましょう。

