

# こども食堂のつくり方講座

こども食堂ネットワーク・編

全国で活動する「こども食堂」の数は報道によると300軒を超え、いまなお増え続けています。そこで前号に続き、地域でこども食堂の活動をされている方々の連絡会「こども食堂ネットワーク」が開催する「こども食堂のつくり方講座」から、その実践編をお届けします。東京都練馬区にある「ダイコンこども食堂」はどのようにつくられたのでしょうか。



ダイコンこども食堂（練馬区）の場合  
**「地域の人たちの協力で子どもを中心に人が集まる楽しい場所ができました」**  
**只野公朋さん（ダイコンこども食堂代表）**



今年4月に川口市メディアセブンで行なわれた講座には約80名が参加。質疑応答では、こども食堂をはじめたい方から多くの質問が寄せられた。

こども食堂を始めたきっかけは、2015年5月ごろ、知人がインターネットでねりまこども食堂さんのことを紹介していたのを見たことでした。近くでこんな活動が始まったんだとすぐに連絡を取り、見学に行きました。

ねりまこども食堂さんは、真宗会館というお寺の施設でやっていました。その雰囲気がとてもよく、僕もすぐに始めたいと思いました。実は10年くら

い前にフードバンクの活動に興味を持ち、日本にも貧困問題があることを知りました。ただ、当時の僕は大人なんだから選ばなければ仕事はあるんじゃないかなと、少し思っていたんです。

でも、こども食堂を通じて「子どもの貧困問題」を知ったとき、これは間違ひなく大人の責任だと強く感じました。それまで、子どもの貧困についてまったく知らなかった自分がすごく恥ずかしくなりました。僕は本業で飲食店を経営しているので、こども食堂はすぐにできる活動だと感じてさっそく行動に移しました。

**会場費を安く抑えるのは重要な課題でした。**

ねりまこども食堂さんの雰囲気や本場に素敵だったので、僕もお寺でこども食堂を開こうと考えました。それで、いま考えるところとちよつと無謀なんですけど、「会場を貸してください」ってお寺に飛び込みで営業をしたんです（1）。

当然ですが……ほぼ門前払いでした。6カ所まわりましたが、お話を聞いてくれたのは1つだけ。でもいいこともあって、練馬に素敵なお寺がたくさんあることに気づくことができました。そうやって前向きに気持ちを切り替えて次の策を考えました。

僕は最初から「子どもは無料」で食べられるようにしたかったので、会場費をいかに安価に抑えるかは重要な課題でした。そうなる、やはり公共施設ですね。練馬区の児童館でクッキングクラブという催しをやっていたので、区役所に相談に行きました。

正直申しますと、区役所では不愉快な思いをしました。ほとんど相手にされませんでした。当時はまだ、「こども食堂」が広く知られていませんでしたから、うまく話が伝わらなかったんです。いまでは「区との相談は私が窓口になります」と言ってくださる方もいて、協力してくださる方が増えてきました。最終的に、練馬区立春日町南地区区

# ダイコンこども食堂

練馬区



【住所】東京都練馬区春日町5-20-25  
練馬区立春日町南地区区民館  
【開催】毎月第1・3月曜日  
【時間】17:30~20:00(食事は19:00から)  
【参加費】こども(高校生まで)無料、大人300円  
※初回のみウェブサイトから事前の参加申込みが必要。<http://childrens-cafeteria.tokyo/>

子どももお手伝いしながら調理し(左上)、食後には大広間でみんなでじゃんけん大会を行なう(左下)。月2回の区民館でのこども食堂のほかに、毎月第2月曜日は、練馬区内の一軒家で「別邸ダイコンこども食堂」(右)も開催している。

民館を借りることにしました(2)。利用料は、調理室が1時間100円、大広間が1時間400円です。区に団体登録をしておく、これが半額になります。具体的に言えば、こども食堂を1回開催するのにかかる会場費は900円です。

場所が決まったら、すぐに保健所に相談に行かれたほうがいいと思います。東京都の場合、「ボランティア給食」といって、NPOなどが福祉目的で食事を提供する仕組みがあります。都の福祉保健局のホームページに出ている「給

食開始届」を提出すれば、特定多数の人に対して食事を提供することができます。

その際、食品衛生責任者が1人必要になるので、もし栄養士や調理師の資格を持っている方が仲間にならない場合は、食品衛生責任者養成講習会を受講していただく必要があります。

あとはみなさんの地域に「社会福祉協議会」が必ずあります。ボランティア募集や場所探しなど、いろいろなことで力になってくれるので、相談に行ってみるといいと思います(3)。

ボランティアについては、ほとんどがホームページから申し込んでくれています。なかでも「Yahoo! ボランティア」を見たという方が多かったので、個人的にはオススメです。

## 「楽しくない場所に人は集まらない」。

名前は、「地域名+こども食堂」とつけられているところが多いですね。しかし、練馬区には「ねりまこども食堂」さんがあります。僕は練馬の特徴を表す名前にしようと思いい、名産の練馬大根から付けました。「ダイコンこども食堂」ってなんかかわいいですよ。

次に、どういうこども食堂をつくりたいのかを考えました。僕はもともとこども食堂から子どもの貧困問題を知ったので、その解決に少しでも力になりたいと思っていました。でも、民生委員さんに相談したとき、「楽しくない場所に人は集まらないよ」と言われて、確かにそうだと感じました。

そこで解決すべき問題を、「貧困」から「孤食」に変えました。1人でご飯を食べる子どもたちと一緒に地域に居場所をつくる。一応、こども食堂ですが、高齢者の方も一緒に夕飯を食べませんかと呼びかけています。

最終的なキヤッチコピーは、「地域の子どもと共食から広がる、希望あふれる明るく楽しい居場所づくり」になりました(4)。

参加費をいくらにするのか、別に統

3

### ボランティア募集

- ✓ 社会福祉協議会に相談
- ✓ 知人に声をかける
- ✓ ホームページ

2

### 場所探し



春日町南地区区民館  
調理室 1時間 100円  
大広間 1時間 400円

1

### 場所探し





6

## 食物アレルギーについて



5

## 参加費をいくらにするか

## 参加費

子ども 無料（高校生まで） 大人 300円

子どもの参加費を無償にすることは  
ゆずれない思いでした

4

## コンセプトを決める



地域の子どもと共食から広がる

希望あふれる明るく楽しい居場所づくり

いま、ダイコン子ども食堂には毎回20人程度の方が参加してくれています。ボランティアさんは完全無償でお手伝いいただいているので人件費はかかりません。会場費は900円。お米や野菜は寄付をいただいています。足りないものは購入して1回5000円くらいです。

大人の方には、参加費300円をいただいています。それが2000円くらい。ホームページで寄付もい

**アレルギーに対応するのは本当に難しいです。**

「私は食事、いりません」と言うんです。最初は体調が悪いのかなと思っただけですが、2回目もまたお子さんだけ食べて、お母さんは「私はいいです」と部屋の端に行かれてしまいました。

よく見るとちよつと元気がなさそうだったのでお話を聞くと、いま失業して仕事を探している最中でした。両親の介護もされていて、とても困難な状態でした。子どもが無料だったから僕たちの食堂に来てくれたんですね。事情がわかったので、お母さんも無料で食べてくださいと言いうことができました。

## さらに詳しく知りたい方は…

## 『子ども食堂をつくろう！』

～人がつながる地域の居場所づくり』  
NPO法人豊島子どもWAKUWAKU  
ネットワーク編著  
本体1400円+税 明石書店

東京都豊島区で4軒の子ども食堂を運営する「豊島子どもWAKUWAKUネットワーク」さんが、子ども食堂の立ち上げ準備から運営のコツまで体験談を交えながら紹介しています。



## つくり方講座に参加したい方は…

## こども食堂ネットワーク

<http://kodoshokudou-network.com/>

「つくり方講座」は不定期(2~3ヵ月に1度)で開催しています。ご希望の方は、上記のウェブサイトからお申込みをお願いします。また、過去に行なった講座のアーカイブ映像も見られます。

## 【問合せ】

こども食堂ネットワーク事務局

電話: 03-5365-2296 (平日10時~18時)

メール: [info@kodoshokudou-network.com](mailto:info@kodoshokudou-network.com)

※メールの場合、すぐに対応できないこともあります。

ただ、ダイコン子ども食堂では、「要相談」としてあります。最初に申し込んでいただくとき、アレルギーについて教えてもらい、それをスタッフで共有するようにしています。

文部科学省のホームページに、食物アレルギーのパンフレットがあります(6)。保護者の方にどんな項目を聞いたらいいかなど、細かい対応まで書かれているので、ぜひ参考にしてください。ぜひとも思います。

すこし時間はかかりましたが、ダイコン子ども食堂は、いろんな年齢の人たちが集まる楽しい場所になっている実感があります。たまに子どもが宿題を広げていると、ボランティアの方がそつと寄り添ってくださる。あと、区民館の大広間はカラオケセットが無料で使えるので、食事が終わったあとはカラオケ大会になるのがうちの定番になっています(笑)。

もしかすると、僕自身が子ども食堂の日をいちばん待ち遠しく思っているかもしれません。この活動を始めるために、地域のいろんな人たちにお会いしてつながりも増えました。そういう意味でも、僕の人生がとても豊かになったと思います。みなさんも、ぜひそれぞれの地域で子ども食堂を立ち上げていただけたらうれしいです。