

---

家では食べない野菜や、煮物をおかわり!とてもにぎやかです



調理、食事、遊び、学び、生活習慣、つながり、そして希望あり!





学生さん、いろんな活動を  
されている地域の方々、  
企業さん、制度や情報集まっています



## 4. 成果と課題

こども食堂の運営をするなかで、参加者である子どもたちや親たち、またボランティアスタッフをはじめとする支援者にも様々な良い変化が見られ、同時に今後の課題も見えてきた。

### ① 子どもたちの変化： 食育・社会性の向上

まず、子どもたちは食育の機会を得ることができ、社会性の向上という変化も感じられる。参加者の親たちからは、「食事の好き嫌いが減ってきた」「偏食が改善されてきている」という声が寄せられている。また、会場では、スタッフや大学生ボランティアをはじめ、学校も学年も違う子どもたちや、高齢者の方々も集まることから、自然と世代間交流が生まれる。例えば、大きい子は小さい子の相手をしたり面倒をみるようになり、大人たちとも自然と一緒に遊ぶようになるなど、複数回参加した子どもたちは特に、他者との関わり方が目に見えて広がっている。さらに、食事のあとは子どもたちが自ら宿題を持ち込み、学生ボランティアと楽しみながら学習している様子も見られるようになった。

### ② 親たちへの効果： 親どうしのつながり・ 潜在ニーズの顕在化と

### 社会資源へのアクセスサポート

また一方で、このように子どもたちが充実した時間を過ごすことは、親たちにも良い効果をもたらしている。こども食堂では、親が安心して子どもと離れて話をする場が得られることで、日頃の仕事や生活で困っていること、話したいことを何でも話すことができる。参加者の親どうしがピアな関係をうまく利用し、悩みを語り共感し合ったり、問題解決に向けて情報交換をする様子が見られた。

さらに、親たちの多くは、シングルマザーに対するスティグマにより、自ら積極的に支援を求めることを躊躇しているが、こども食堂では、相談専門のスタッフやひとり親支援者養成講座を修了したボランティアが参加していることから、親たちが抱える潜在的な悩みや困難を、信頼関係を構築することにより顕在化し、必要な社会資源へのアクセスをサポートすることができる。例えば、収入が低くギリギリの生活で子どもの大学進学費用を準備するのは到底無理だとあきらめていたお母さんは、母子が受けることのできる制度の要件を伝えたところ、「子どもにあきらめなくてもいいと伝えられる！」と表情が明るくなった。インクルいわてでは、ひとり親家族が利用できる各種制度をまとめたハンドブックを作成・配布しているが、こども

食堂は、困難を抱え、制度を理解する余裕すらない親たちに、具体的な悩みを聞きながらハンドブックを活用する方法を伝える機会にもなっている。

### ③ 参加者全体に対する効果： 参加者の主体的な運営による エンパワメント

インクルこども食堂では、参加者の要望を聞きそれを次回からの運営に反映させている。例えば、子どもたちが「食べたいもの」「やってみたいもの」を伝えると、それをブログに掲載している。その結果、寄付者が本やゲームなどを送ってくださり、子どもたちに届けている。また、「バイキングをしたい！」という要望に応じて、食事メニューをバイキング形式にした開催もあった。子どもたちは、欲しいものが入手できたり、食べられた嬉しさだけでなく、「自分の声を誰かが聞いてくれている！」という社会とのつながりに対する大きな驚きや喜びを感じている様子であった。

また、参加者とともに食事の準備や調理をすることで、普段抱えている気持ちを吐き出すことができたり、認められること、理解されることで疎外感なく過ごし、参加者が本来持っている力を発揮できる場にもなっている。例えば、社会生活の中では課題を抱えており、疎外感や差別を感じている方が、実は料理

が得意で自分の調理器具を持ち込み調理を手伝ってくれるようになった。

このように、参加者が運営に対する要望を発信し、その要望を参加者とスタッフが力を合わせて実現する活動スタイルが、参加者全体のエンパワメントにつながっていることがわかった。

#### ④ ひとり親家族に対する地域の理解促進

こども食堂の運営は、食材をはじめ、ボランティアスタッフ、学生服や文房具等の学用品、運営資金の寄付など、行政・企業・市民の協力を得て実現している。こうした地域との関わりは、食堂の運営のみならず、子どもやひとり親の貧困についての正しい知識や関わりを啓発する機会にもなっている。寄付者や支援者の方々、議員団・復興庁・自治体職員の方々、研究者やマスコミの方々などがこども食堂の視察や調査に来られた際は、参加者と一緒に食事をして語り合い、こども食堂の雰囲気を感じ、参加者への理解を深めていただいている。また、2016年8月には、寄付者やボランティアスタッフの懇親会を開催し意見交換の場を設けた。こども食堂開設以来、多くの方々の協力を得て支援の輪が広がっていることから、今後も支援者を通じて子どもやひとり親の貧困に

対する地域の理解促進に努めたいと考えている。

#### ⑤ 課題

こども食堂を運営するなかで、以下のような課題が見えてきた。

第一に、スタッフ・ボランティアの労力と心のケアの問題である。現在、こども食堂はスタッフ3名とボランティアで運営しているが、労働力不足から所定の時間内での実施が難しいのが現状である。また、スタッフ・ボランティアは参加者の皆さまからの悩み相談を受ける機会が多く、限られた時間内のできる限り相談対応しているが、参加者お一人お一人にじっくり向き合う時間の不足を感じている。さらに、スタッフ・ボランティアの相談対応スキルの向上と心のケアも課題である。

第二に、開催日時と場所の設定である。例えば、2016年7月には、参加者からの要望が多かったバーベキュー大会を野外で行ったところ、会場近郊の方々や被災者支援団体の方々の参加が見られた。また、地元で開催したいという地域の団体からの要望や、日曜日であれば参加可能な方が多くおられることなどから、今後は参加を希望される方々の意見を取り入れ、開催日時や場所をフレキシブルに設定する必要性を感じている。

## 5. おわりに

こども食堂は、単に子どもに食事を提供するだけでなく、子どもが一人でも安心できる、家でも学校でもない、社会的家族機能をもった、地域のだれもが集える第三の「居場所」である。地域に子どものための活動がひとつでも増えることは、すべての人にとって生きやすい地域・未来になることである。

今後も、食を入り口とした子どもと地域の人たちの居場所を提供することで、地域社会におけるこれからの新しい“場”の創出を模索していきたいと考える。