



大切な現場の声を
集録！

子ども食堂メソッド



すべての子どもをまんぷくにするために...

作成

山梨県立甲府第一高等学校
探究科 子ども班

目次

| | |
|----------------------------|------|
| 前書き | 2 |
| Q1 運営にあたり大切にしていることは？ | 3-4 |
| Q2 運営にあたり最初に困ったことは？ | 5-6 |
| Q3 新しく子ども食堂を始める方が大切にすることは？ | 7-8 |
| Q4 運営を長く続けるためのコツは？ | 9-10 |
| Q5 子ども食堂向けの助成金はある？ | 11 |
| 子ども食堂に関する諸情報 | 12 |
| 私たちが思い描く子ども食堂の姿 | 13 |

子どもへの周知は必要？
資金面のサポートは県や国からある？
子どもにとってどんな場所であるべき？



子どもを守るための活動にご協力いただき
ありがとうございます。

子ども食堂運営者の方のお手伝いができないかと考
え、運営を長く続けるためのコツや、先輩方がどのよ
うに困難を切り抜けたのかなどを紹介します。
私たちが運営者の方々にインタビューを行い、その
回答をQ&A方式でありのまま掲載しました。

このガイドブックは、既存のガイドブックに
あまり描かれていない現場の声を共有する
ことに焦点を当てて作成しました。

作成にご協力いただいた方々
県内の子ども食堂の方々
やまなし地域こども食堂グループにじいろのわ様

Q1：運営にあたり

大切にしていることは？

A, 行政とのつながり

蕪崎市と私たちの子ども食堂で協力できる関係を築いたことで、子どもに関する情報や物資を共有できるようになりました。行政に子ども中心の政策を意識してもらえれば、資金面などでもサポートを受けやすくなると思います。
(運営者Aさん)

A, 1番は楽しんでもらうこと

参加してくれる大人の方には、食事を提供してもらうことに後ろめたさのようなものを感じてしまう方もいらっしゃいます。子どもはもちろん、そのような大人の方にもそういった気持ちは感じずに楽しんでもらえるような空間を作りたいと考えています！
(運営者Bさん)

A, 利用者が安心感を持てる開催

初めのうちは大規模なイベント（流しそうめん、焼き芋など）を開催した方が子どもたちに喜んでもらえると思っていました。ですが、イベントとなると運営の負担も大きくなり、開催頻度が少なくなってしまうんです。それよりも定期的に安心感のある開催を行っていく方が運営側も続けやすくなるし、子どもたちの助けにもなれると気がつきました。
(運営者Cさん)

A, 無理をしないこと

子ども食堂の運営は、持続的にやっていくことが何よりも大切です。運営する中で、楽しんでもらいたいという気持ちが先行して大規模な企画ばかり計画していたこともありましたが、大規模な企画ばかりでは運営する側も疲れてしまいます。それで運営を続けられなくなってしまうのが1番の問題です。持続的な運営のために無理をせず「できることをできる人たちがやる」ことを心掛けています。
(運営者Dさん)

A, コミュニティの場としての在り方

初回の利用は不安に感じる方も多いです。子どもへの接し方にも気を配ったりして、足を運んでくれる子どもやその親御さんに安心して来てもらえるコミュニティを作ることが心掛けています。持続的に人が来てくれる環境を作ることが、持続的な運営につながると思います。
(運営者Bさん)



子ども食堂には貧困家庭の方を対象としたクローズ型と、地域交流にも重点を置いたオープン型があり、それぞれに役割や良さがあります！

Q2：運営にあたり最初に 困ったことは？

A, ボランティアの人員不足

1人で運営するのは難しいため、ボランティアを探すことも大切です。大学生と共同で運営したり、善意で参加して下さるボランティアの方も、募集すると集まってくれます。
(運営者Cさん)

A, 資金不足

設備の管理や食材の用意は簡単ではありません。運営側が見通しを持たないと持続は難しいでしょう。地域にこども園などの施設があるなら、そこと協力するのもいいかもしれません。必ずしも大規模な企画を開催しなくても良いのです。子ども食堂本来の目的は、栄養のあるご飯をおなか一杯に食べてもらうことです。豪華な食材や、行事に合わせた献立も大切ですが、それで赤字になってしまえば本末転倒です。行政からスムーズに補助金をもらえない可能性もあります。
(運営者Eさん)

A, 人手・仲間を集めること

最初は、なかなか協力してくれる人が集まらないことが多かったですが、回数を重ねていくごとに増えていきました。人を集めるうえで、インスタグラムやネットを使って発信を行っています。他にも大学のボランティアサークルに声をかけています。(運営者Dさん)

A, 経営の持続が難しい

近年は物価の高騰により、資金計画書と大幅にずれ、赤字が発生しています。予測できない将来に備えて、協力し合える関係を他の施設と築くことも大切なのかもしれませんね。
(運営者Fさん)

例えば、蕪崎市と協力体制を築いていざという時に資金の援助をしてもらえるようにした食堂や、地元の企業や農家さんから、食材を提供してもらっている食堂がある!



Q3：新しく子ども食堂を始める 方が大切にすべきことは？

A, とりあえず動いてみることに！

形から入ることが大切な時もありますが、まずは動いてみることに大切だと思います。そうすることで、自分たちも食堂に必要なことや課題も見えてくるようになります。まずは、子どもと向き合っていきましょう！
(運営者Aさん)

A, ネットワークを構築すること

子ども食堂を通してつながった協力者の輪は、食支援だけにはとどまりません。運営者が困りごとのある家庭をスクールワーカーや弁護士へ繋げることもあります。地域のつながりが生まれにくい時代、SNSを交換することによって、迅速な対応ができます。電話番号は個人情報の一部なので交換することに抵抗がある方もいます。LINE等のSNSなら個人情報を公開せずとも誰かとつながることができます。
運営者と家庭の絆を深めるためには対面の回数を重ね、信頼を築くことが大切です。そのためにも、持続可能な運営は必要なのです。
(運営者Gさん)

A, 子どもの自由を大切にすること

子どもと関わる中で食事のマナーなどが気になってしまうこともあるかもしれませんが、それを注意するのはあくまで親御さんの役割だと思います。私たちは、子どもに何か押し付けるのではなく自由にさせてあげることが大切だと考えています。子ども同士のトラブルなどは正しく解決し、居場所づくりを妨げない範囲で、子どもたちが楽しく過ごせる空間を作りたいです。
(運営者Dさん)

A, 仲間さがし

何事も1人では始められません。まずは一緒に活動してくれる仲間を探ることが大切だと思います！
(運営者Hさん)

仲間を探すうえで、手始めに自分が住んでいる地域にある子ども食堂を尋ねてみるのもいいかもしれません。
山梨県の子ども食堂一覧表はP12から！



Q4：運営を長く続けるための コツは？

A, 周知を徹底させること

子ども食堂の開催を周知させることが大変でした。せっかく料理を作ったのに、人が来なくて廃棄してしまったりは食品ロスに繋がってしまいます。「どのような子に」「どのような場所で」周知すればいいのか。ターゲットを絞ることが重要です。(運営者Cさん)

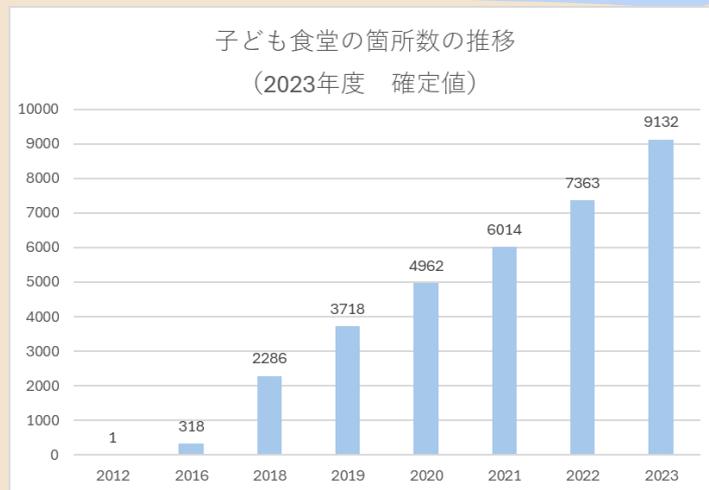
A, 運営スタイルを状況に応じて 変える

何かしらのトラブルなどで食堂のスタッフだけで運営するのが難しい状況に陥ってしまうこともあるかもしれません。そんなときに困ってしまわないように、私たちの食堂では地域の方と協力できる関係性を築いています。地域の方にメニュー考案や買い出しをお願いすることもあります。いざという時に備えて臨機応変に運営できる状態を目指していきたいです。(運営者Iさん)

A, 子ども食堂をやる必要性や目的 を自分の中に落とし込んでいるか

コロナ禍を経て、子ども食堂の重要性がメディアでも取り上げられるようになりました。ここで大切なのは、「目的意識」です。なのでトレンドや流行だからという勢いで子ども食堂を始めることは避けてほしいです。なぜ助けたいのか・どのような社会になってほしいのか...その手段として子ども食堂を選んでくれたのなら、嬉しいですね。常に「何に困っているのか?」という意識を持ってほしいなと思います。(運営者Gさん)

コロナ禍の影響によって、社会的に困難を抱えていた人がより顕著に表れ、それに気づいた人たちが子ども食堂を始めたというケースもあります。



Q5：子ども食堂向けの助成金 などはある？

A, 山梨県ボランティア・NPO
センターのホームページから
情報を得ることができます

「やまなしNPO情報ネット」のページから
上部の「助成金情報」をクリック！
ページの案内はP12から！



子ども食堂に関する情報は こちらから

山梨NPO情報ネット



URL: <https://www.yamanashi-nponet.jp/search/detail.php?m=101>

山梨県内の子ども食堂一覧表



URL: <https://www.pref.yamanashi.jp/documents/95919/kodomosyokudou20240702.pdf>

私たちが思い描く 子ども食堂の姿

「おいしいね」と共有する相手がいること・料理が温かいこと・どうやって作るのだろうと興味を持てること...数多くある子どもの社会問題の中で、食格差を是正しようと考えた理由はここにあります。私たちは生きていくために、食べることは欠かせません。また、そこから生まれる人との関わりも同じくらい大切です。実際にたくさんの子ども食堂さんを訪れることで強く感じてきました。私たちは、子ども食堂がより持続可能的に運営されることに加え、子どもも大人もお互いに助け合えるような、繋がりや輪を構築できる場になることを願っています。

子ども食堂を始めたいと思っている方の中には、先のビジョンが見えなかったり経験がないことへの不安が大きかったりと、なかなか踏み出せない人もいます。ガイドブックに掲載させていただいたベテランの運営者の方々の声が、一歩踏み出すための一助となれば幸いです。

作成

山梨県立甲府第一高等学校
探究科 子ども班