

# シニア&子ども食堂「遊」

室伏由希 横田尚子 小泉奈緒



# 1日の流れ

10月19日

➤ 10 : 00 開店

➤ 11 : 30

食事提供

➤ 13 : 30

➤ 15 : 00 閉店





# 当日のメニュー



お米、かき、じゃがいも、ワカメは貰い物。

- からあげ
- きのこ ごはん
- 味噌汁
- ポテトサラダ
- かき

## 来客数

大人 46人  
子ども 16人  
計 62人



# スタッフ参加のきっかけ



セカンドライフというものがあり、（定年後第二の人生どうしようかな？）と考えていた時にセカンドライフ紹介のポスターを見た。「講座に参加したりボランティアができる」と知り、その中から子ども食堂をやってみようと思った。



設立時から参加。当初、どういう感じでできていくのかワクワクしていた。当初は来場者が少なく食事が余ってしまう…だから今ここまで来れたのが誇りであり、嬉しいです。



子どもが好きで、子ども対象ならやってみたいと参加。和気あいあいとやっています！



退職後、今まで子どもが育った地域でお世話になった分を返せるようにボランティアを始めた。70歳から調理師学校に入学し、調理師資格を取得、食品衛生責任者として厨房を担当している。



9年前シニアの学園祭「大人まつり」(旧常葉大学が会場)そこでスタッフ募集！を見て応募。



介護士の仕事をしています。大人まつりで、応募。今は、たくさんの方がきてくださっていて、顔馴染みの方が多い。

# スタッフ参加のきっかけ



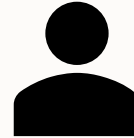
定年で東京から地元へ。  
東京でも児童館など子どもに関わっていました。  
ネットで遊を見つけた最初はお客として途中からスタッフとして参加。4、5年が経った。  
毎月のチラシ作成、ブログ広報を担当している。



ここがみんなの居場所になっている。  
仕事以外の人間関係を作る時に、こういう場所があるといいと考えている。  
生活が苦しい人も交流の場が欲しい人も、色々な人が来ている。可能性が広がる場所。  
親戚のお家のような感覚。  
皆さんの居場所を作りたいと思っている ✨  
他には「人形劇」のグループに参加して施設訪問をしている。



誘われて参加。  
子ども食堂の楽しい雰囲気が良かった。



お蕎麦が好きで、最初はお客さんとして来た。  
厨房が忙しそうで手伝っているうちにスタッフになった。絵が好きでウインドウの絵を描く担当をしている。



(元)数学の教師。65歳まで働いていたが、大人まつりで友人に誘われて、参加。今は生活の一部になっています。パズルの作成と駄菓子を担当。代表をしています。



定年退職後、遊の「蕎麦打ち教室」に入って蕎麦打ちが好きになり蕎麦の日の蕎麦打ち・茹で係を担当しています。また、元職場（ホームセンター）で「年越しそば打ち」の店頭デモンストレーションを毎年末しています。



## スーパーシニア ✨

栄養士、管理栄養士、調理師、看護師、システムエンジニア、教師、介護士、ケアマネジャーなど…多彩なシニアスタッフがいいます。

## 7年経って ///

最初の頃は食事が余ることが多く、スタッフが買って帰ることもありました。  
今は大勢来て下さる様になって、「予約なし、数制限なし、断らない」を合言葉に平均50～60人。人気メニューの時は80人も来てくれます。スタッフの分も足りなくて冷凍品を食べる時もあります。でも、これが一番嬉しいです。

ボランティアはイヤイヤきたら終わり。  
今日は楽しかったからまた行こうと思える事でボランティアを続けていける。  
スタッフの皆さんはセカンドライフをここで充実させている人が多い。  
参加は強制、義務ではないのでプライベートを最優先します。  
利害関係がないので部活動のように楽しい。

# スペース活用について

- ・ 会場が空いている日は会場を貸出し、その利用料が運営費の赤字補填に活用。
- ・ サークル教室・ミーティング・会議・忘年会・誕生会などに使える。

→音楽の練習に来てくださっている人たちが、お礼に生演奏して下さいます。

ほぼ毎回食事をしながら生演奏を聴くことができる子ども食堂は全国でここだけ！！

※ピアノ・キーボード・アンプ・ミキサーなどの音響施設も整っている。

- ・ 年に1～2回 ピアノコンサート・落語寄席も開催しています。
- ・ ご近所の老人クラブの方たちのおしゃべりの場所





# 設立のきっかけと願い

- 子どもの孤食問題が取り沙汰されく子ども食堂＞が全国的に出来始めた事を知る。
- 一人暮らしで家に引きこもっているシニアが来る場所を作りたい。
- 皆さんに楽しく美味しい食事を食べてほしい、みんなの【居場所】になっていけたら嬉しい。
- “生活が苦しい人”だけに呼びかけても中々来てくれないのでチラシ等でく誰でも気軽に来てください＞と呼びかけると少しづつ色々な人が来てくれるようになった。
- 来てくれる人達の中にそういう人が1人でも2人でも来てくれたらそれでいい。

# 資金、運営について

- こども食堂はどこも赤字です...子どもは無料または低料金のため
  - <遊>はどうやって経営しているか....
    - ① 主宰者の自宅を使用しているため、家賃が無い
    - ② 食材の半分が頂き物（農家から不揃い野菜、古米、魚屋さんからお魚等）
    - ③ お寺で奉仕作業をしてお供物（お米、食品、ジュース）を頂く
    - ④ 四使用していない日には空きスペースを低料金で貸して利用料収入がある→それで光熱費等の固定費が賄えてる
    - ⑤ 他にも色々な方からご厚意ご好意
- ⇒だからなんとかやって行けてます

# メニューについて

- 美味しいものを食べてほしい!!

- 子どもからのリクエストを取り入れながら、シニアの好きな物も入れ、皆が食べられるメニューにしている。
- 例えば、ポテトサラダ→子どもは玉ねぎ少なく 煮物→子どもはサラダ調理途中まで同じで最後の過程で工夫して分ける。
- 熱い物は熱く冷たい物は冷たく→出来る限り 注文を受けてから調理する。
- 無料だから、大人300円だからこんなメニューでも仕方ないではなく、無料なのに、300円でこんなにすごい！と言われたたい

## アレルギー対応

基本は対応していないが、簡単なアレルギー（乳製品と卵）程度は対応している。



# こだわり

- 揚げ物は熱々で出す！
- お蕎麦の日は、天ぷらが5つ100円で作く、揚げたてで出す！
- 熱いものは熱く、冷たいものは冷たく出すことがこだわり。
- お家で食べるようなご飯🍚セッティング。
- なるべく食器を使って、ワンプレートで終わりにしない。

（テーブルも椅子も食器も食器棚も貰い物）

色んな方のご好意で成り立っている！

# 願い

- ・ 一人暮らしで家に引きこもってしまうお爺ちゃんたちに、来る場所を作りたいと思ったのがきっかけ。

(世の中の困っている人を助けたいなど、高い理想は考えていない。)

- ・ 社会人の学食のような場所。みんなの居場所になっていたらうれしい。
- ・ みんなが楽しく美味しい物を食べられたらいいな ✨ という願い。
- ・ 最初は、生活の苦しい人に来てくださいとお願いしていたが、それだとなかなか来てくれなかった。
- ・ チラシで、誰でも気軽に来てくださいと宣伝し始めると、少しずつ色々な人が来てくれるようになった。
- ・ たくさんの人が来てくれて、その中にそういう (生活の苦しい) 人が1人でも2人でもいてくれたら、それでいい。

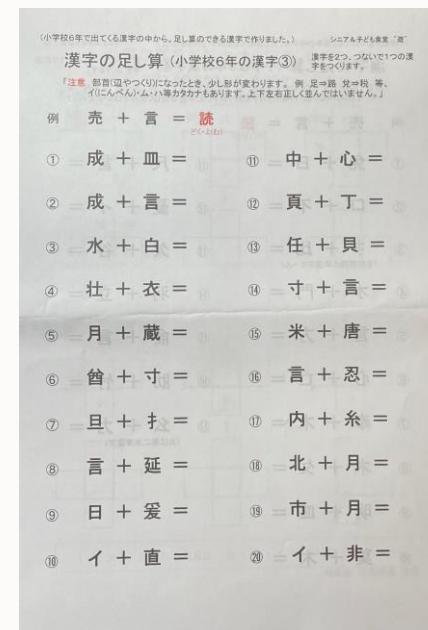
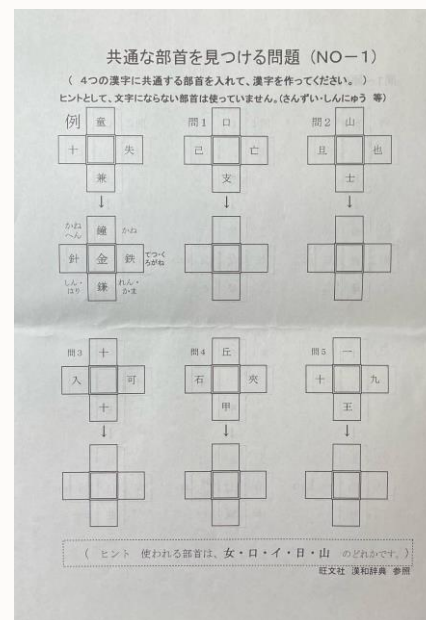
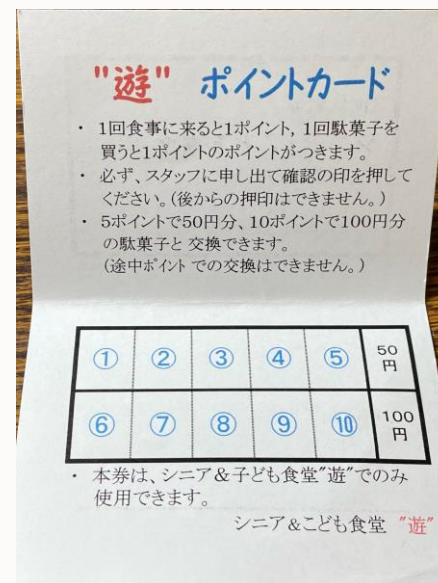
# スタンプカード

- 食事、駄菓子で来場するとスタンプ1つ（10円分）貯まると駄菓子と交換

- 子どもの来場数増になっている

# プリントパズル

元教師が作ったパズル、漢字パズル、数字パズルに大人も子どもも取り組む姿が見られた。





# 課題

- 子どもがあまり来ない

➡小学校でプリントを配布したいが、全員に配ると赤字になる。  
だからといって、生活の苦しい家庭のみに配布するのは、差別になってしまうため、できない。