

# 1周年記念セミナー 講演と交流で連携

2017年1月7日 長野市ふれあい福祉センター



「信州子ども食堂」がはじまって1年になるのを記念して開いたセミナー。各地の関係者や協力者、自治体関係者、一般参加者など134人が参加し、講演やこれまでの活動報告を受け、連携を深めました。

遠方から忙しい業務の合間をやりくりして来られた方は、「来て本当に良かった。明日からもっともっといい子ども食堂を作っていこうと気力が湧きました」と話してくださいました。ご多忙の中、また遠方からご参加くださった皆さん、誠にありがとうございました。



内閣府の相川哲也参事官をはじめ、長野市の加藤市長、長野県子ども県民文化部子ども家庭課の中村課長補佐、長野市子ども未来部の上杉部長から、1周年を迎えた信州子ども食堂へ激励のお言葉をいただきました。



## 地域に居場所をつくりましょう

「広がれ！子ども食堂の輪！」代表でNPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク理事長の栗林知絵子さんに、「地域を変える、子どもが変わる、未来を変える！」をテーマにご講演いただきました。「今の子どもたちは、思いきり遊び失敗して経験する機会を奪われている。『心の宝物』を持っていない。みんなで食卓を囲むことも知らない。子どもたちの声を聞けば、次にできることが見えてくる。地域にはいろんな人がいる。その人に届く言葉で伝えることが大切。いろんな子ども食堂を尊重・応援しあい一緒に質を高め、地域に団らんの居場所をつくりましょう。」

の宝物』を持っていない。みんなで食卓を囲むことも知らない。子どもたちの声を聞けば、次にできることが見えてくる。地域にはいろんな人がいる。その人に届く言葉で伝えることが大切。いろんな子ども食堂を尊重・応援しあい一緒に質を高め、地域に団らんの居場所をつくりましょう。」

## 内閣総理大臣からメッセージ



内閣府の相川哲也参事官がお持ちくださった内閣総理大臣からのメッセージ（全文は信州子ども食堂ネットワーク便り No.13に掲載）を、子ども支援の若者を代表して西沢あずささんが朗読しました。

西沢さんは子ども好き。ボランティアとして子ども食堂と一緒に遊び、時には勉強を教えてくださいました。



## 「信州子ども食堂」に合計 4,867人が参加



2016年1月9日から12月28日までに、県内約20ヶ所（長野市、小諸市、安曇野市、松本市、塩尻市、諏訪市、飯田市、千曲市、須坂市など）で計116回開かれ、子ども2,126人、おとな・親・サポーター2,741人が参加しました。

←セミナーで配布した1周年記念誌の表紙

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ 0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# 信州子ども食堂 を支える仲間達

2017年1月7日 長野市ふれあい福祉センター



「信州子ども食堂1周年記念セミナー」に集まった各地の子ども食堂関係者や日頃からご協力をいただいている長野県・長野市・企業や団体などの皆さま方との集合写真。



写真の約60名の関係者・協力者の代表の方以外に、会場に集まった総勢約130名の方々、激励のご挨拶をいただいた長野市の加藤市長、一般参加の方、受付・会場系のスタッフなど、多くの皆さま方のご参加とご協力に厚く感謝申し上げます。

内閣総理大臣からのメッセージと激励のご挨拶を頂戴した内閣府の相川哲也参事官(左)と、「地域を変える、子どもが変わる、未来を変える!」をテーマにご講演いただいた「広がれ!子ども食堂の輪!」代表でNPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワーク理事長の栗林知絵子さん(右)



↑信州子ども食堂ネットワークの青木事務局長が報告した1年間の取組成果と「子ども食堂の作り方」などを掲載した1周年記念誌(左)と、ネットワーク便りの一部



明るく和やかに激励くださった内閣府の相川哲也参事官



↑主催者を代表してあいさつした村上晃代表



←セミナーの様子は、夕方のテレビニュースでも報道されました。

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州 ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# 松本で寄贈受付 ご協力に感謝

2017年1月23日 県松本合同庁舎



松本市で初めて取り組んだ「信州子どもの居場所づくり応援リレー」。食品や学用品、衣類など計2,285点（寄贈者数82名、重量436.5kg）もの品々を寄贈していただきました。

寄せられた品は、各地の「信州子ども食堂」で活用するほか、必要とされている方や被災地熊本の子ども支援に役立てます。



松本合同庁舎1階の玄関ホールに設けた受付の窓口



集まった学用品など2,285点「信州子ども食堂」などに届く



よく手入れされたランドセル。使わなくなった学用品も、もったいないという気持ちがあれば必要としている人へつなぐことができます。ライオンズクラブ・みらい基金の皆様をはじめ、多くの県民の方々が応援してくれるのは、ありがたい限りです。皆さんのご協力に、本当に感謝いたします。

取組を共催していただいた長野県子ども・家庭課の中村係長からメッセージを頂きました

「信州子ども食堂ネットワーク」スタッフの皆さんの手際のよい対応ぶりを見ながら、こうした取組が今後も各地に広がっていけばいいなと思いました。

子どもの困難な実態を知れば知るほど、絶対に何かをやらなければいけないという衝動が生まれるはず。その受け止め先の一つが、誰でもできるという意味で、信州子どもの居場所づくり応援リレー・フードライブの寄贈者になることだと思います。

←24日の朝と昼、NHKのローカルニュースで放送されました

<編集> 信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください



# 次世代へ 活動伝える

2017年1月29日 長野市

ながの環境パートナーシップ会議（事務局：長野市役所環境政策課内）が主催した「ながの環境団体大集合!!2017」で、〈信州子どもの居場所づくり応援リレー〉を行うとともに、信州子ども食堂の取り組みをアピールしました。（2017年1月29日、長野市生涯学習センターTOiGOにて）



画像を使って取り組みをアピールした「信州子ども食堂ネットワーク」の青木事務局長→



## ながの環境活動コンテストで入選

「環境活動を次世代につなぐ・伝える」をテーマに、14の企業・団体がそれぞれの活動を2分間でアピール。

審査員は16歳～22歳の若者15名。「若い人の感性で選ぶ」とされたコンテストで、《私たちもやってみよう！》を受賞しました！

## 信州子どもの居場所づくり応援リレー

信州子ども食堂ネットワークとNPOホットライン信州、きずな塾で、食材や子ども用品のご寄付を受け付けました。



<ご協力者数>

21人  
点数計312点  
重量で53キ。



温かいご協力に感謝いたします。ありがとうございました。



←審査員の質問に答え、取り組みをアピールしました



<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ 0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# キラキラ編み物 とコラボ企画

2017年2月5日 塩尻市市民交流センターえんぱーく



「信州子ども食堂 in えんぱーく」は、キラキラ光る糸を使った手編みワークショップとのコラボレーションを企画。ボランティアサークル「音色くらぶ」のみなさんが子どもたちの手をとって、昔懐かしい手仕事の編み物を教えてくれました。はじめは手を出さなかった子どもそのうち夢中に。女の子だけでなく男の子も、小さな子も大きな子も、みんなが参加して作る楽しさを味わう食堂になりました。



## 自分の指先から生まれる作品に笑顔

古いセーターをほどいてクルクルと巻く。一本の糸が毛糸玉へ戻る編み直しは、昔はどこの家でもよく見られた光景。セーターの形がなくなっていくので「もったいない」と言う子に「新しいものに生まれ変わるんだよ」と、先生が優しく教えてくれました。

子どもたちは自分の指先から生まれるキレイな作品に目を輝かせ、身に付けて、笑顔いっぱいになりました。

ライトが当たるとキラキラと光るキレイな糸は、交通安全や防犯に役立ちます。光る糸を織り込んでプレスレットや髪飾りなどを作りました。素敵な編み物教室を開いてくださった音色くらぶの下林先生・中山先生をはじめ、皆さんに感謝するばかりです。ありがとうございました。



今日のメニューは、栄養士さんと料理自慢のおじいちゃんによる焼きそば。大人も子どもも皆でひとつのテーブルを囲み、とても和やかな食事の光景になっていました。様子がお昼のNHK ニュースで放映され、それを見て午後に訪れてくださった方もいました。


## みんな笑顔の応援リレー 支援物資を提供

先日の県松本合同庁舎で行われた「信州子どもの居場所づくり応援リレー」に寄せられた学用品や衣類などの提供と、受付を行いました。人気が集まった辞書類は、すべて必要な人に出会うことができました。

子どもだけではなく、普段は居場所がないという高齢者も足を止められ、スタッフといっしょに衣類を手に「かわいい孫のサイズに合わないかな〜」、「もっとこうしてみて」、「似合うよ♪」と笑顔でやりとりを楽しんでいました。



<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# 県自治研集会で 必要性を講演

2017年2月10日 安曇野市 穂高公民館



「信州子ども食堂の必要性」をテーマに、信州子ども食堂ネットワークの青木事務局長が、「2016年度長野県職労地方自治研究集会」（長野県職員労働組合が年に一度開く集まりで組合員に限らず誰でも参加できる）で講演しました。また、集会参加者約120名が、食品や子ども用品などを持ち寄り、「信州子どもの居場所づくり応援リレー」へ200セット(2000個)以上の支援物資を寄贈して下さいました。

## 地域の居場所として

「信州子ども食堂」が必要（講演の一部）

NPO ホットライン信州が取り組む無料電話相談や同行支援などでは、働き盛りの世代の相談件数が



多く、幼少期の過ごし

方に鍵が見られました。子どもの頃から誰もが「ここに居ていいんだ」と安心でき、受け入れてもらえる居場所づくりが必要です。たとえ経済的に問題のない家庭でも、食卓をみんなで囲むことが無いような精神的な貧困も問題です。信州子ども食堂は、いま支援が必要な子ども達に「食と多世代の団らんを提供し、一息つけるような場」でありたいと願っています。地域で育った子どもたちが、次の世代へ安心の居場所を繋いでいけますように。

## 多くの支援物資に感謝します



放っておけば捨てられてしまうものを、必要としている人へつなぎ、思いやりの循環型社会をめざす「信州子どもの居場所づくり応援リレー」。

集会参加者のご協力で多くの支援物資が集まりました。安曇野市穂高で毎週土曜日に関く「信州子ども食堂 in ココササ」をはじめ、長野県内各地の信州子ども食堂で活用します。

<編集> 信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ 0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧いただけます

今日の夕飯 <sup>ちょっと</sup>寄り道して  
食べて行きませんか

おいでなして  
こども食堂  
と誰でも

# みんな にぎやか

長野市上高田 宅老おいでなして



旬の食材をおいしくいただく一般家庭の夕食をイメージして、長野市上高田の「宅老おいでなして」で月に3回、夕方から開いている「こどもと誰でも食堂」。予約不要で、参加費は1人300円です。



入り口はクツでいっぱい。今日のメニューは、おはぎ（あんこ、ごま、きなこ）、豚汁、焼肉、わらび煮物、もやしキムチ、大根の牛乳漬、野沢菜漬、果物など



子どもたちが夢中になったおはぎづくり↓



## 信濃毎日新聞で紹介されました

2月6日朝刊 左上の写真が「こどもと誰でも食堂」



「様子を見たくて」と、長野市外の遠方からお越しくださる方も多く、高橋さん（写真中央）が想いと運営方法などを伝えています→

## 3月のご案内

- 7日（火曜日）
- 17日（金曜日）
- 28日（金曜日）

17時から19時頃  
の間に、お越し  
ください（20時頃  
までやってます）

お問い合わせは 090-5426-3764 高橋

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ 0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# こども支援に シニアも熱意

2017年2月15日 シニアの文化祭



長野県シニア大学松本学部の講座の一環として開かれた「シニアの文化祭～社会参加活動の実践に向けて～」で、信州子ども食堂の活動を紹介しました。(2017年2月15日、松本市の県松本合同庁舎にて)



「ぜひ活動に参加したい」「次回の子ども食堂の日程を連絡してほしい」「なにか活動で活かすことができないか」

こども支援の取組内容を詳しく質問された方、説明に熱心に耳を傾けてくださった方。特に信州ビバレッジ労組伊藤書記長は、子ども支援の取組みを詳しく質問し、何か組合活動で活かすことができないか意見交換をしました。また、シニア世代の方々の知恵と経験、そして世代を問わない多くの方々から熱意あるパワーをいただきました。

## 長野県シニア大学とは

概ね 60 歳以上の県内在住者を対象に、社会参加活動のきっかけをつかみ、卒業後、地域社会の一員としての自覚をもって地域と関わることができる人材育成を目指している。健康でいきいきと社会参加活動を実践するための足がかりとして学習や実技などの講座を開講。長野県の保健福祉事務所ごとに10の地域学部がある。事務局は公益財団法人長野県長寿社会開発センター支部。



災害時用保存食の「パンの缶詰」を試食するコーナーは、開始と同時に多くの人でにぎわいました

<編集> 信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください



# りんご飴を手に 紙芝居に夢中

2月18日 長野市ふれあい福祉センター



子ども 23 名を含め約 50 名が参加したにぎやかな信州子ども食堂。ミートソーススパゲッティにりんごあめ、紙芝居など、笑顔があふれ楽しさいっぱいでした。

りんごあめを作ってくれた翠翔会



みんなで「いただきます」



私たち『翠翔会』(すいしょうかい)です。りんごあめ、ポップコーン、わたあめ作り、無料の映画上映会、バルーンアートなど、この信州ながのを楽しくする活動をしています。

<連絡先> 谷 080-1077-6571  
suisyukai@gmail.com



↑新光電気労組様から  
カンパ金とジュースを  
頂戴しました



入り口では無料の  
子ども用品市場→  
衣類、制服やランド  
セル、本、辞書など  
が提供されました



↑食事の前は勉強道具  
などを持ち寄って学習  
時間

食事の後は紙芝居→  
りんごあめを手に聞き  
入っていました



信州子ども食堂は、  
毎月**第3土曜日** 11:00~14:00  
長野市ふれあい福祉センター(長野市役所隣)

3月18日  
4月15日  
5月20日



<編集> 信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ 0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください



# ねこと過ごす 小さな子ども食堂

2017年2月20日 松本市ねこカフェもふもふ



ねこの顔をかたどったピラフなどをいただきました。

「ねこちゃんありがとう、またくるね」

「猫と一緒に小さな子ども食堂」  
 人が多い場所が苦手な子どももが食事して過ごせる場所「小さな子ども食堂」が2017年1月21日（金）に松本市双葉の「ねこカフェもふもふ」で初めて開かれた。市内のボランティアサークル「音色くらぶ」と、県内NPO法人ホットライン信州が主催。親子4人ももふもふを保護している猫の世話をしながら、穏やかな時間を過ごした。

「小さな子ども食堂」は、保健所での殺処分を受けた猫を保護・飼育し、新たな飼い主を探し出す取り組みです。2月21日の信濃毎日新聞に掲載されました

「小さな子ども食堂」は、保健所での殺処分を受けた猫を保護・飼育し、新たな飼い主を探し出す取り組みです。2月21日の信濃毎日新聞に掲載されました

人の多い場所が苦手なお子さんでも安心してゆっくり過ごせる「小さな子ども食堂」を松本市双葉の「ねこカフェもふもふ」で初めて開きました。

主催は、NPOホットライン信州とボランティアサークル「音色くらぶ」。松本市に後援いただきました。

## ねことふれあい温かく穏やかに

「ねこはびっくりするのに弱いんだよ。大きな声を出したり、追いかけてしないで優しくしてね」と教わり、小さな命のぬくもりを抱きしめた子どもたちは笑顔に。部屋をきれいにし、ブラッシングし、ご飯をあげて、ねこのお世話をしました。

ゆっくり過ごしたあとは、ねこちゃんランチで「いただきます」。

日頃、やんちゃ盛りの育児で精いっぱいのお母さんも、ねこに遊んでもらって

ほっと一息の穏やかな一日になりました。もふもふのスタッフさん、お世話になりました。



## ねこを保護・飼育し、命を守るカフェ

「ねこカフェもふもふ」は、猫の殺処分ゼロをめざして活動しています。保健所から引き取った猫たちが安心してゆったりと暮らす「命を受け入れを守る」暖かい空間のカフェで、新たな飼い主を探す取組を行っています。定休日を「小さな子ども食堂」に提供していただきました。



ねこエリアがガラスで仕切られている店内→

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ [0120-914-994](http://hotline-shinshu.jimdo.com/) 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
 ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# 子どもが夢語る 安心の居場所を

2017年2月20日 信州子どもカフェ推進フォーラム



地域の大人と子どもたちとのあたたかなつながりの中で、子どもの成長を支える「信州子どもカフェ」や「信州子ども食堂」などの子どもの居場所づくりを地域全体の参画により推進するため、「信州子どもカフェ推進フォーラム」が2月20日、長野県松本合同庁舎で開かれました。

## パネル討議で現場の思い訴え

県のモデル事業としてはじまった「信州子どもカフェ」が3月で打ち切られることを踏まえ、モデル事業に取り組んできた松本市と飯田市の担当者は、「現場と行政の思いは乖離している」と報告し、「支援団体をつなげる人材育成への支援に力を入れてほしい」と県へ要望しました。

県の事業を受けていない信州子ども食堂は、「多くのボランティアの皆さんで支えられている」、「子どもの居場所としての多様性のある、多世代の交流の場である」、「子ども食堂＝貧困対策のイメージにしないこと、誰もが関われる居場所にすべき」、「子どもたち、一人ひとり生きてきたドラマがある。その子どもの想いを聞き取り・受け止め、共有・共感する場が信州子ども食堂」と訴えました。



パネル討議には約280人が参加。NPOホットライン信州の青木正照専務理事（「信州子ども食堂ネットワーク」事務局長、壇上右）は、NPOホットライン信州が24時間365日受けた相談内容や、子どもの「助けて」の言葉を受け止める場所、親も子ども安心できる居場所として、子ども食堂の必要性などを説明しました。




**「子ども食堂」を居場所に  
コミュニケーション体験**

中部以北圏域5地区分館での「信州子ども食堂」は、3月26日（日）に開催された。当日は、子どもたちと大人たちが一緒に食事を摂り、コミュニケーション体験を行った。会場には、子どもたちと大人たちが一緒に食事を摂り、コミュニケーション体験を行った。会場には、子どもたちと大人たちが一緒に食事を摂り、コミュニケーション体験を行った。

「信州子ども食堂」は、内容も世代も様々…多様性のある、誰でも気軽に参加できる、地域のコミュニティの居場所が「子ども食堂」です。

参加者によるワークショップ（地域・活動エリアごとの分科会）で、NPOホットライン信州が進行を務めたグループでは、「居場所づくり、なぜ子ども食堂が必要なのか、課題を克服するために何をすべきか…」などを話し合いました。全体的には、「美味しく食べて、楽しさいっぱい多世代の良き交流の場になると良い。子どもたちが自分の夢を語れるような、親も子ども安心できるところが良い」とのことでした。最後に、「貧困の連鎖を断つための、子どもの居場所の役割とは」と題した講演を、NPO法人キッズドアの渡辺由美子理事長から受けました。

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください



# 感謝いっぱい ふれあい食堂

2017年2月25日 ふれあい食堂しおじり

2月25日(土)、塩尻市片丘公民館で滝沢和恵指導員による「ふれあい食堂しおじり」を開きました。会場には親子連れが次々と訪れ、中には「習い事があったのだけど、どうしても今日参加したくて」と駆けつけてくださったご家族もいて、子ども20名、大人15名の参加となり、にぎやかでした。



## おいしくできた「男の料理」

メニューは、初挑戦の「男の料理」。里芋やネギ、きのこ類がたくさん入った「山形の芋煮」と五目御飯が無事できました。料理上手のお母さん達が手助けしてくれたのと、中日本フード(株)さんからいただいた牛肉とカーブス須坂・中野店さんからの食材のおかげで、とても美味しく仕上がりました。



いつもお肉を提供してくださる中日本フード(株)の渡邊さんが、命の流れを話してくれました→



於保さんご夫婦による食育の紙芝居→



子ども達が身を乗り出して見入っていました。業務のお忙しいなか本当にありがとうございました。

会場では、子どもの未来応援リレーによる支援物資の提供も行い、先日より皆様からいただいた子供服、学用品、ランドセルなどに子どもたちが目を輝かせて手にしていました↓



今年度の塩尻市まちづくりチャレンジ事業の「ふれあい食堂」としては今回が最後となります。参加して下さった皆さん、美味しいお肉を毎回提供して下さった中日本フード(株)さん、会場の設営と料理の腕を振るって下さった労協ながのの皆さん、開催・周知にご協力いただいた塩尻市交流支援課、福祉課の職員の方々、本当にありがとうございました。色々な課題が見えてきた子ども食堂です。来年度も続けて開催していきたいと思っております。また3月には別企画での子ども食堂を予定しています。今後もよろしくお願いいたします。

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# カーブスから 23箱分の支援

2017年2月22日 カーブス須坂・中野



女性だけの30分健康体操教室『カーブス須坂』（須坂市塩川336-16）と『カーブス中野』（中野市西条1315）から、合計23箱分の食品類（缶詰、レトルト、乾麺（そうめん・パスタ）、お米、だしの素、コーヒー、紅茶、ケチャップ、カップメン、お菓子など）が届きました。

さっそく長野県内約20ヶ所の信州子ども食堂や支援を必要としていた家庭で利用し、たいへん喜ばれています。



並びきれないほどの食品類

届いたダンボールの送り状を並べたら、こんなに・・・たくさん→



カーブスでは、地域社会への貢献として「カーブス フードドライブ」を展開しているそうです。多くのご寄付をありがとうございました。

**カーブス**  **女性だけの30分健康体操教室 カーブス**

ご質問・お問合せはこちら  
**0120-441-029**  
(お電話受付時間：平日10時～18時)

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# グレート☆無茶 おいでなして

長野市上高田 こどもと誰でも食堂



3月7日、長野市上高田の「宅老おいでなして」で開いた「こどもと誰でも食堂」に、信州プロレスリングのグレート☆無茶さんが!!



はっ！と入口で固まる子に、後ずさりする子、泣き出す子、やたら照れる子も。。

すぐに打ち解けて、いつもよりにぎやかな食卓になりました。



マスクがりんごというグレート☆無茶さんから、みんなへ問題「りんごが赤くなると医者が青くなるのは、なぜでしょうか？」



…残念ながら正解は出ませんでした。昔のことわざを調べてね。



今日のメニューは、紫いも炊き込みごはん、肉じゃが、ふきのとう天ぷら、焼き肉（ソテー）、サラダ、漬け物がいろいろ。デザートは「自分で皮をむいて、ご自由にどうぞ」

今日の夕飯<sup>ちよと</sup>寄り道して食べて行きませんか  
おいでなして  
こども食堂  
と誰でも



## 3月のご案内

17日（金曜日）1周年記念日♡

29日（水曜日）

17時から19時頃  
の間に、お越しく  
ださい（20時頃ま  
でやってます）

お問い合わせは 090-5426-3764 高橋

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧いただけます

# 食を通じて 命の流れ伝える

中日本フード(株) 中部第二事業部 長野と松本営業部



「信州子ども食堂」にいつも新鮮な食肉を提供してくださる「中日本フード(株)」の長野営業部山本所長に大変お世話になるなか、松本営業部を訪問し、生産飼育から加工、販売までを運営管理する体制を拝聴しました。

担当者の「食を通して、子どもたちに命の流れを伝えたい」とのお言葉と笑顔がとても印象的でした。



松本事業部の金谷部長と渡辺さんに案内され、ニッポンハムグループが構築する生産飼育から、処理、加工、物流、販売までの全てを自社グループで運営管理した一環体制を確立している様子の説明を受け、新鮮な食肉がスピーディーに届けられている様子を知ることができました。



「こんな品がありますよ」と、いろいろ紹介していただきました

## おいしくいただいています

中日本フード(株)さまが提供してくださるお肉はとても有り難くスタッフ同感謝の気持ちでいっぱいです。



おいしいお肉の提供する山本所長

各地の信州子ども食堂で、おいしくいただいています。



いつもありがとうございます。

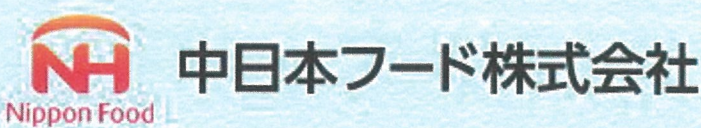


## 食で社会に貢献、食育活動にも取り組む


中日本フード株式会社は、「食を通じて人々の健康と幸せな生活に貢献したい」、「おいしさの感動と健康の喜びを人々と分かち合いたい」とし、『食』の新たな可能性を切り拓き、人々の健やかで快適な食生活を支えることで社会に貢献することを使命とされ、紙芝居による食育活動などにも取り組まれています。

詳しくはホームページをご覧くださいませ↓

<http://www.nfgroup.co.jp/middlefood/>



<編集> 信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧くださいませ

# こどものあした 地域の未来

3月11日 長野市民芸術館



企業組合労協ながの主催で「こどものあした地域の未来を考える」をテーマにパネルディスカッションが開かれました。

「信州子ども食堂ネットワーク」の青木正照事務局長は、県内に広がる“子ども食堂”の状況を報告し、ネットワークをさらに広めていくことが必要ではないかと訴えました。



立教大学コミュニティー福祉学部元教授の浅井春夫さんは、こどもの貧困が増え続けていることを

取り上げ、「行政の本気度が試されている」と訴えました。子ども食堂の名付け親で、きまぐれ八百屋だんだん主唱の近藤博子さんは、「子ども食堂ありきではなく、寄せ集まってくる地域の課題に、どうしたら良いかと考えて生まれたのが“子ども食堂”だった」と紹介。労協ながのの可知真宏さんは、「千曲市の子ども食堂の運営」を話し、行政との結びつきの中で労協ながのの仕事づくりにつながったと話しました。



## 長野県内に広がる「信州子ども食堂」

2016年1月にはじまった「信州子ども食堂」は、県内24カ所で合計6,038名の参加（3月7日現在、子ども2,635人を含む）と広がっています。

定着し100名が参加する食堂や、はじまったばかりの食堂、人の多い場所が苦手なお子さんでも安心して過ごせる「小さな子ども食堂」などさまざまあります。



パネルディスカッションで配布した資料の一部→



こどもが居て地域コミュニティーがある所は“子ども食堂”の候補地です。

現代の殺伐とした地域に、心の触れ合う居場所づくりが必要なのです。それは、子どもに限らず、高齢者、ひとり親家庭、障がい者、地域の中に暮らす様々な人々のオアシスだからです。

(参加者からの投稿より)

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください



# 地域に必要な 参加できる場所

2017年3月8日 坂城町心配ごと相談員研修会



坂城町で3月8日、「心配ごと相談員研修会」が開かれ、NPOホットライン信州専務理事・信州子ども食堂ネットワークの青木正照事務局長が、「地域における貧困の現状と課題～求められる支援について～」をテーマに講演しました。

## 相談者が抱える心の病と子ども食堂の役割

電話相談と緊急的な面談・同行支援は24時間体制。心の病に苦しむ40歳代を中心とした働き盛りからの相談が多い。幼少期の家庭環境や親子関係から心身の健やかな成長を阻まれ、虐待やいじめ等のストレスなどが尾を引いて、成人になって社会や職場にうまく適応できずに心の病に陥るといったケースが目立つ。

貧困は「見せたくない・見られたくない」認識が強く、「相談に来る」のを待つだけでなく、地域の中に交流の居場所を設けることで、自然と悩みや相談を拾い上げることが必要。

信州子ども食堂は、誰でも気軽に参加できる安心の居場所。参加者の想いを聞いて受け止め、老若男女がふれあえる。スタッフやボランティアとして誰もが関われ、



力を出せる場所。いっしょに楽しく食べることで親近感が生まれ、地域のコミュニティと助け合い、支えあいの気運ができあがっている。

参加者から「世界の子どもへの貧困問題にも支援の輪を広げてほしい」との声も上がり、関心の深さが伺えました。



坂城町では毎年、日頃から地域の方々との相談員として活動されている「心配ごと相談員」と民生児童委員を対象に研修会を開いている。

## <坂城町社会福祉協議会から>

### 支援の輪をひろげて活動を推進

坂城町社会福祉協議会では、生活資金がなく食糧の確保ができない方のために、平成28年度よりフードバンク事業をはじめました。ご協力くださる町民の皆さんが増えてきたこともあり、現在では食糧提供が柔軟にかつ迅速に実施できるようになりました。これからも広報を重ねてより一層協力者を募り、支援の輪をひろげて活動を進めて参ります。

また、平成29年度は、生活困窮や様々な福祉課題を抱える家庭の相談に応じるために総合相談の窓口強化を図ることをはじめ、誰でも気軽に立ち寄れる「コミュニティカフェ」の継続運営にも力を入れて地域福祉の推進に当たりたいと考えています。

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# 労金松本の会員 労組から寄贈品

長野県労働金庫松本支店青年委員会



長野県労働金庫松本支店青年委員会から、会員の18労働組合（右下に順不同で掲載）で集めた寄贈品500点以上をいただきました。

## 講演をきっかけに子ども支援の取組

きっかけは、2017年1月26日に労働金庫松本支店の青年委員会（松本地区労働組合の青年らの集まり）で、「子どもの貧困と子ども食堂について」講演したことでした。講演後、同委員会は子ども支援の取り組みを各職場で開始。多くの物資を集めてくださいました。

多くの寄贈品から、子どもたちの未来をより良く支えるためにと職場や地域で取り組んだ熱い想いが伝わって来ました。支援をしてくださいました皆様、ありがとうございました。



2017年3月15日、労働金庫松本支店で、同店の柳沢証青年委員会委員長（右奥）から寄贈品の目録をいただく信州子ども食堂ネットワークの青木事務局長



寄贈いただいたたくさんの品々



## 長野県労働金庫松本支店青年委員会の18労働組合（敬称略）

IHIシバウラ労働組合、JP労働組合中信支部、NTT労働組合北関東信越総支部松本分会、アップルランド労働組合、アルピコ労働組合松本電気鉄道支部、泉精器労働組合、王子マテリア労働組合松本支部、国労中南信支部、信州名鉄運輸労働組合、全日通労働組合長野県支部松本分会、東京電力労働組合長野地区本部、鍋林労働組合、パナソニックオートモーティブシステムズ労働組合中部・西日本支部、富士電機労働組合松本支部、松筑建設労働組合、松本建設労働組合、松本市職員労働組合、松本市水道労働組合

<編集> 信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# フリマ出店料を 子ども食堂へ寄付

信濃毎日新聞・朝日新聞・日本経済新聞諏訪地区販売店会



岡谷市で「ふれあい市場」を開いた事務局の信濃毎日新聞・朝日新聞・日本経済新聞諏訪地区販売店会から、信州子ども食堂へ寄付金をいただきました。

## フリマの出店料を寄付

ご寄付いただいたのは、「地域密着、ふれあい」をテーマに2017年2月19日（日）、ララ岡谷で開いた「第3回ふれあい市場 チャリティー大フリーマーケット」の出店料。

マーケットは出店料500円で、主催者が指定するブース（3m×2m）のスペースで雑貨や衣類、玩具、手作り品などを出品することができます。（電化製品や食品は不可）

2016年10月29日に開いた「第2回ふれあい市場」の出店料は、諏訪市の地蔵寺で開いている「信州子ども食堂 in すわ ちゃんちゃんこ」へ寄付いただきました。（↓2016年11月20日の信濃毎日新聞より）



2017年3月16日、松本市のNPOホットライン信州本部に、渡邊新聞店（下諏訪町）の渡邊代表取締役と株式会社浜新聞店（諏訪市）の古田店長がお越しくださいました。

お二人から「信州子ども食堂の活動全般に広く役立ててもらいたい」、「今後も力になれることがあれば協力を」とのお言葉をいただきました。温かいお志に心より御礼申し上げます。

地域の皆様のご理解とご協力、輪のひろがり・つながりが信州子ども食堂ネットワークにとって力強い支えとなります。子どもたちのため有効に使わせていただきます。



地蔵寺で開いた「子ども食堂」を訪ね、宮原さん（左）に寄付する渡邊さん

出店料など5万円  
子ども食堂に寄付  
信毎諏訪地区販売店会  
信濃毎日新聞諏訪地区販売店会は19日、10月に開いた「チャリティー大フリーマーケット」の出店料など計5万円を、諏訪市岡谷の地蔵寺で子ども食堂を開いている団体「C.A.P.S.すわ」に寄付した。

同寺での子ども食堂は5月に始まり、諏訪地方の幼児から小学生の15、20人が月1回、一緒に遊び、昼食や夕食を楽しんでいる。寄付金を手渡した渡邊新聞店（下諏訪町）社長の渡邊章さん（49）は「子どもたちのための素晴らしい活動を頑張ってもらいたい」と激励した。受け取った同団体の代表の宮原規夫さん（65）は「岡谷市には「皆さんに支えられて運営しており、心強い」と感謝していた。

フリーマーケットは読者や住民同士の交流を深めようと企画し、岡谷市で10月29日に2回目を開いた。諏訪地方の読者が計70ブースを出店し、子ども服や玩具、手作りの小物などが並んだ。出店せずに同販売店に陶器品などを預け、売上金を寄付した読者もいた。

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ 0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください



# 50食分を用意 信州子ども食堂

2017年3月18日 長野市 信州子ども食堂

毎月第3土曜日の11:00~14:00に、長野市のふれあい福祉センターで開く「信州子ども食堂」。

50食分を用意するスタッフとボランティアのみなさん、いつもありがとうございます。

## 寄せられた善意に気持ちを込めて

材料には、「信州子ども食堂応援リレー（フードライブ）」などで寄贈いただいた食材や調味料を使います。「寄せられた善意に気持ちを込めて調理し、お出しする」のがスタッフの役目。調理は「日頃の勤」が頼りだそうです。



10時に集合して、昼12時に間に合うよう準備をはじめました。この日は、子ども14名と親・スタッフとボランティア28名のあわせて42名が分担して調理しました。

調理のお手伝い（親子でも子どもだけでの参加も可）も随時受け付けています。エプロンと三角巾などをお持ちください。



メニューは、マーボー豆腐ライスに汁物、そらまめのおひたし、うずら卵のフライなど。

ごはんは、7合ずつ3回炊飯。とうふは10丁を使用しました。

同時開催の無料子ども用品市場は、台車に山積みで3~4往復の運搬が大変。衣料と学用品などに分け並べて準備しました。



## <予告>5月20日は「箱膳」で一汁三菜

日本人が大切にしてきた和食に込めた「食べごとの心」や作法を教えてくださいながら、箱膳でいただきます。（写真はイメージです）



箱膳の数には限りがありますので、箱膳使用は小学生以上で事前にお申し込みいただいた方を優先します。

同じ料理を、いつものテーブルでいただくことができますので、誰でも気軽にご参加ください。

次回は4月15日（土）おこわ・すまし汁  
5月20日（土）箱膳で一汁三菜



<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

# 楽しく協力 卒業・進級祝い

塩尻学びサポート&信州子ども食堂



いっしょにつくろう！みんなでたべよ

お楽しみサンドイッチ

塩尻学びサポート&信州子ども食堂

一年間がんばったみんな、信州子ども食堂で楽しい夕ご飯を食べよう！



3月21日、塩尻市の市民交流センター（えんぱーく）で、塩尻学びサポート（無料子ども塾えんぱーく分室）の子どもたちとその家族、先生たちが集まって、卒業と進級を祝う子ども食堂を開きました。



子ども9人に大人が8人。みんなで協力して楽しく食事の準備ができました。

## 子どもたちが大活躍のサンドイッチづくり

メニューは、お好みサンドイッチ。レタス、ハム、チーズ、卵など好きな具をパンにのせたり、はさんだりして



食べました。野菜を洗ったり、刻んだり、盛り付けたりと子どもたちが大活躍。特に中学生のお姉さんたちが上手に面倒を見てくれてあっという間にできあがりしました。どの子も手が空くと「つぎ何やればいい？」と積極的に声をかけ、協力して楽しくできました。



準備ができた後は、一年間がんばったみんなで、ジュースで乾杯し、卒業と進級を祝いました。

## 塩尻学びサポート

（無料子ども塾）

小学生高学年・中学生・高校生を対象に、元教員や塾講師などが個別学習をサポートしています。

■日時 毎週火曜日、午後 5:30 から 7:30（出入り自由）

■場所 市民交流センター2階 フリーコミュニティ

■参加費 無料

■持ち物 各自の問題集、宿題など

■お問い合わせ・お申し込みは、電話 090-9667-1641（三浦）

## JA 中野市から「えのき」と「ぶなしめじ」をいただきました

作ったきのこ汁がとても美味しく、子どもたちに大好評。普段きのこ嫌いで食べられなかった子が「美味しかった♡」と初めて食べることができて、おかわりもしました。



日本トップクラスのきのこの産地

「多くの子どもたちにきのこの愛好者になって欲しい」と施設を案内してくれた JA 中野市営農部の佐々木部長。今後も定期的にきのこを寄贈していただけることになりました。ありがとうございます。



<編集> 信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ  0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください

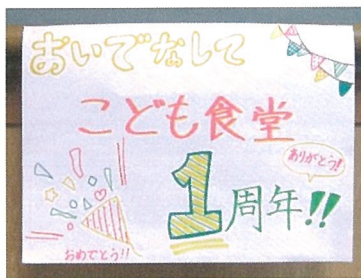


一周年♡

# ありがとう♡ おいでなして

長野市上高田 こどもと誰でも食堂

長野市上高田の「宅老所おいでなして」で開く「こどもと誰でも食堂」が、3月17日に1周年を迎えました。



月に3回。入れ替わりで、多い日は30名以上が訪れるにぎやかな食卓。旬の食材を昔ながらの素朴な家庭料理でいただきます。新聞やテレビなどで取り上げられ、見学者も多く訪れています。



運営スタッフのみなさん、いつもありがとうございます



いつもお世話になっている上高田保育園の藤原園長（右）から一周年祝いの花が高橋さんへ贈られました



今日の夕飯<sup>ちよと</sup>寄り道して  
食べて行きませんか  
おいでなして  
こども食堂  
と誰でも

1周年記念ではないけれど  
高橋さんの作り置きレシピ

## 生大根の簡単漬け

- 材料 大根2本  
にんじん適量  
こんぶ適量  
醤油 1/4 カップ  
酢 1/4 カップ  
日本酒 1/4 カップ  
砂糖 1/4 カップ



1. 大根は半月切り、厚さは好みで数ミリ
2. にんじんとこんぶは千切りにして、大根といっしょにボールへ入れる
3. 醤油・酢・日本酒・砂糖を鍋に入れ、煮立ったらボールへドバーっとかけ、重しをしてひと晩おけばできがり（→汁をしぼって、もう一度煮立ててかければ、さらに日持ちが良くなる）

今日のメニューは、親子丼、里芋とひき肉のあんかけ、ごぼうとにんじんなどの煮物、漬け物がいろいろ。おいしくいただきました。



## 4月のご案内

10日（月曜日）

19日（水曜日）

28日（金曜日）

17時から19時頃  
の間に、お越しください（20時頃までやっています）

お問い合わせは 090-5426-3764 高橋

<編集>信州子ども食堂ネットワーク事務局

無料相談・問い合わせ 0120-914-994 特定非営利活動法人NPOホットライン信州  
ホームページ <http://hotline-shinshu.jimdo.com/> 各地での開催報告や開催日程などをご覧ください