

いちほら福祉ネットの は 一 と 通 信

2019. 4. 25発行
VOL.50

発行者 中核地域生活支援センター いちほら福祉ネット(千葉県委託事業)
〒290-0074 千葉県市原市東国分寺台3-10-15
TEL 0436-23-5300 FAX 0436-23-5225
ホームページ http://park22.wakwak.com/~ichihara_f.net/
メールアドレス ichihara_f.net@bh.wakwak.com



年4回発行(4,000部)

地域で支えるみんなの居場所

～子ども食堂でつながる世代間の輪～



近年の食卓の変化

最近、『孤食』という言葉を目にすることがありませんか？農林水産省の食育に関する意識調査報告書(平成30年3月)によると、平日・休日のすべての食事で「誰かと一緒に食べる」人の割合は低下しており、「ひとりで食べる」人の割合は高くなっているというデータがでてきます(平成29年度調査と平成23年度調査のデータ比較による)。近年、核家族化や生活スタイルの多様化から家族みんなと一緒にご飯を食べる機会が減り、一人でご飯を食べる『孤食』が増えています。孤食の影響は子どもの成長にも及んでおり、規則正しい食生活が身につかない、バランスのよい食事がとれず偏食になってしまうといった声も聞かれます。孤食の影響が心配される一方で、「地域や所属コミュニティでの食事の機会があれば参加したい」と思う人の割合は47.2%と、地域コミュニティの中での食事の機会には、約半分近くの方が興味をもっています(同調査報告書より)。このような状況の中、近年、地域の人々と一緒にご飯を食べられる交流の場として、子ども食堂の取り組みが注目されてきています。



子ども食堂のはじまり

社会活動家でNPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ理事長の湯浅誠さんは、子ども食堂のはじまりを、2012年に東京都大田区にある「気まぐれ八百屋だんだん」の店主、近藤博子さんが名付けたことと紹介しています。近藤さんは「子ども食堂とは、子どもが一人でも安心して来られる無料または低額の食堂」と定義されており、子ども食堂という名前ではありませんが、子どもだけに限定された居場所ではなく、大人も子どもも関係なく、誰でもふらっと立ち寄れる開かれた居場所としてはじめられました。わいわい楽しく誰かと一緒にご飯を楽しみたいという人は、一人暮らしの高齢者や親が忙しく働いている家庭の子どもなど、世代を問わずいます。子ども食堂の活動は、数年で各地に急激な広がりをみせ、2018年には全国で2200か所以上あるといわれています。



市原市内で活動する子ども食堂

子どもが一人でも安心して立ち寄れる居場所として始まった子ども食堂ですが、参加者を子どもに限定した形で活動している所や、地域住民以外も参加対象としている所もあり、取り組み方は様々です。

そこで今回は一と通信では、市原市内でいち早く子ども食堂に取り組んでいる「トイトイ」取材し、活動の様子や、地域住民の関わりがどのように行われているのかをご紹介します。

子ども食堂「トイトイ」は、「ごはんが食べられる子どもの居場所」をテーマに、平成28年8月にオープンしました。当初は1ヶ月に1回の開催でしたが、現在は地域住民や学生ボランティアの協力を得て、1ヶ月に2回開催されています。

取材をした日は、小さい子からお年寄りまで約30名の方が参加されていました。子ども達はオモチャで遊んだり、料理を手伝ったり、友達とお喋りしたりとそれぞれ楽しく過ごしていました。中には、80代の男性からあやとりやコマを教わりながら遊んでいる子どもがいたり、親子で参加され、ほかの家族とおしゃべりしているお母さんがいたり、ボランティアの女性が折り紙を使った工作教室を企画され、子ども達に折り紙を教えている姿も見られたりと、様々な世代の方が和気あいあいと交流を楽しんでいる姿が見られました。夕食の時間になると、みんなで作ったカレーを一緒にのスペースでおしゃべりしながらおいしそうに食べていました。

今回の取材の中で、あるお母さんが、「なかなか他のお母さんたちと話せる場がない。子どもが多いので外食が難しいけれど、ここに来ると気兼ねなく過ごすことができる。家事に追われる毎日の中で、食事を準備しない時間があると、少しほっとします。」とお話しされており、子ども食堂が子どもの居場所だけでなく、地域の人たちと子どもたちが一緒に楽しめる場所、親御さんが『ほっとできる』場所など、様々な人たちの『居場所』となっていることを実感できました。

子ども食堂と地域

代表の山本さんからお話を伺う中でとても印象的だったのが、地域住民の方たちが畑で採れた野菜を子ども食堂にもってきてくれるというエピソードです。地域の人たちが「子どもたちに食べさせてほしい」といって持ってきた野菜をもとに、ボランティアの方々が、「この野菜ならこのメニューね!」と言ってその日のメニューを決めていく。その料理作りを子どもたちが手伝って、みんなで食べる。参加した子どもたちは楽しく過ごせる地域に愛着を持っていく…。そんな循環が生まれているような気がしてなりません。

山本さんは「トイトイ」のスローガンを「明るく、あきらめず、アバウトに」と言っていました。「トイトイ」食堂にたくさんの人たちが集い、毎月続いている理由が垣間見えました。

まとめ

今回の取材を通じて、子ども食堂「トイトイ」が、子どもが来てご飯を食べる場というだけでなく、地域に暮らす色々な世代の方と交流できる一つの居場所となっている様子を知ることが出来ました。また、子ども食堂は、地域住民の協力で支えられていました。このような活動が広がることで、子どもと大人、ひいては地域の結びつきが強まり、世代間交流の輪が広がっていくのではないかと感じています。たまには誰かと一緒に食事を楽しみたい、地域の人と楽しく時間を過ごしたいと考えている方は、是非一度子ども食堂に足を運んでみてはいかがでしょうか？

市原市内の子ども食堂

子ども食堂「トイトイ」

日時：第1土曜日と第3土曜日 16時～18時

場所：光の子幼稚園横 センターハウス

参加費：大人300円 子ども100円

対象：誰でも歓迎

問合せ先 辰巳ふれあいセンター

TEL：0436-75-5116

(月・水・金・土曜日10時～15時)

Mail：toitoisyokudo@yahoo.co.jp

ボランティア
募集中

地域食堂「コンパス」

日時：第3金曜日 16時～18時

場所：国分寺公民館 参加費：100円

対象：国分寺台地区の小・中学生

※参加希望の方は電話・FAX・Mailにてお申込みが必要です。

問合せ先 国分寺台地区社会福祉協議会

TEL：070-5589-0658

(月・木曜日10時～12時)

FAX：0436-22-3031

Mail：ichiharavc2@bd.wakwak.com



第30回 心のふれあいフェスティバル ～ありがとう平成！そして新しい未来へ～

こころの病を持った方が地域でいきいきと暮らすことを応援し、また多くの方にこころの病について理解していただくためのフェスティバルです。みなさん是非ご参加下さい。

【日時】2019年5月21日(火) 10:30～14:30

【場所】千葉市中央公園／千葉市文化センター

【内容】

中央公園：作品展示・青空パフォーマンス・バザー

文化センター：園芸大会・こころのよろず相談

*悪天候の場合、作品展示・バザーは文化センターに変更し、青空パフォーマンスは中止となります。

【入場料】無料 【申込】不要

【問合せ先】

NPO法人千葉県精神保健福祉協議会事務局

TEL：080-7000-2093

*天災等不測の事態により急遽中止する場合は下記ホームページにてご確認ください。

<http://chiseikyo.mdn.ne.jp>

中核地域生活支援センター大会in2019 「社会的孤立から共生へ

～犯罪・非行の向こう側に見えるもの～

現在、犯罪を行ってしまった人たちの社会の中での「居場所」がなく、再び犯罪を行ってしまう人も少なくありません。そのような人たちの背景や現状、支援のあり方について、専門家や関係機関から問題提起と実践報告を受け、今後の取組みの方向を探っていきたいと考えています。大会詳細については、決定次第当センターのホームページにてお知らせします。

【内容】

基調講演／講師：後藤弘子氏（千葉大学教授）
報告／中核センター活動白書2018
シンポジウム

【日時】2019年8月2日(金) 10:00～16:00

【場所】千葉県教育会館 大ホール

【問合せ先】いちほら福祉ネット

TEL:0436-23-5300 FAX:0436-23-5225

Mail: ichihara_f.net@bh.wakwak.com



「障害者グループホームってどんな住居なの？」①

障害者グループホームの住居には、様々なタイプがあります。今号からタイプごとに写真と共に紹介していきます。

第1回目は2階戸建て住居です。このタイプでは1軒に4～5名が住んでいます。部屋は個室に分かれており、家具や家電など自分好みの物を揃えた居室で、一人でゆ



ったりとした時間を過ごせます。

リビングでは他の入居者や世話人と一緒に食事をしたり、テレビを見て歓談したり、キッチンで調理をしたり皆で過ごす時間もあります。

家庭的な雰囲気の中で入居者同士や世話人と交流する機会を多く持てるのが、2階戸建て住居の特徴です。

(写真協力：NPO法人ポレポレグループホームいずみ)





旬の食材を使ったヘルシーメニュー

疲れやすいこれからの時期に アスパラで疲労回復

アスパラと春大根の和風サラダ

(1人分：133Kcal)

材料(4人分)

グリーンアスパラガス 60g、大根 40g、赤たまねぎ 20g、赤・黄パプリカ 48g、水菜 20g、貝割れ大根 8g、ツナ(油漬け) 1缶、刻みのり 2g 【ドレッシング(すりごま(白) 5g、オリーブオイル 20ml、ワインビネガー 10ml、濃口醤油 30ml、砂糖 小さじ2、すりおろしわさび(チューブ) 適量)】

- 作り方…① アスパラはななめにスライスして茹でる。茹で上がった後、冷水で冷まして水気を切っておく。
 ② 大根は千切り、赤たまねぎとパプリカは薄くスライス、水菜と貝割れは2cmに切る。
 ③ ツナ缶は油を切り、野菜と混ぜ合わせる。
 ④ ドレッシングの調味料を合わせる。
 ⑤ 彩り良く盛り付けた野菜にドレッシングをかけ、最後に刻みのりをのせる。

栄養士さんからのおすすめの一言・・・

「アスパラガスに多く含まれるアミノ酸には疲労回復効果があります。そして大根は市原の特産品の姉崎だいこんの春大根を使用しました。ツナはじゃこに変えてもカルシウムが摂れるので良いですよ。」

今回のレシピは、社会福祉法人昭和村 特別養護老人ホーム市原園 栄養士 小沢萌様に提供していただきました。

いちほら福祉ネット活動報告

【会議等出席・開催状況 H31/1/1～3/31】

- 1/10・3/14 「アルコール依存関連問題相談事業」における専門相談及び勉強会
- 1/10・3/7 市原市地域福祉関係者合同研修会
- 1/15・2/12・3/12 市原市要保護児童対策地域協議会 実務者会議
- 1/15・2/12・3/12 加茂地区民生委員児童委員協議会
- 1/17 市原市認知症対策連絡協議会 例会
- 1/17・1/31・2/28 地域ケア会議(五井地区、南総・加茂地区)
- 1/21・2/25・3/20 司法と福祉の勉強会
- 1/21 ちば南東部地域若者自立支援ネットワーク協議会
- 1/22・2/26・3/26 千葉県中核地域生活支援センター連絡協議会例会
- 1/25・2/20・3/28 市原地域リハビリテーション広域支援センター ちいき会
- 1/30 「地域生活支援拠点等の整備」に関する講演会
- 1/30 千葉県手をつなぐ育成会各地区会員研修会
- 2/ 1 成年後見利用促進意見交換会
- 2/ 5 市原市障がい者支援協議会 運営会議
- 2/15 就労促進ミニフォーラム
- 2/18 管内児童虐待対応地域リーダー養成研修
- 2/18 精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築会議代表者会議
- 2/22 市原市相談支援事業所連絡会「銀杏の杜」勉強会
- 2/25 「障害のある人もない人も共に暮らしやすい千葉県づくり条例」に係る市原圏域地域相談員等研修会
- 3/ 4 千葉県市原地域リハビリテーション広域支援センター連絡協議会
- 3/ 5 市原市障がい者支援協議会 権利擁護部会
- 3/ 9 「強度行動障害のある方の支援者に対する研修」実践報告会
- 3/12 市原健康福祉センター圏域中核地域生活支援センター連絡調整会議
- 3/18 精神障害にも対応した地域包括ケアシステム構築推進事業実務者会議

3月12日、市原健康福祉センターとの共催で、市原健康福祉センター圏域中核地域生活支援センター連絡調整会議を開催いたしました。

今回は、千葉保護観察所次長吉原様から『保護観察所の活動と福祉分野との連携について』ご講義いただき、参加者との意見交換を行いました。

司法分野と福祉分野の連携が進んでいる中で、関係者の皆様とのネットワークを大切にしながら支援を行っていく必要があると改めて感じた会議となりました。

いちほら福祉ネットへの相談件数

(速報値)

平成31年1月～平成31年3月

延相談件数 1,882件(新規67件)

相談件数		対象者	
電話	1,426件	高齢者	218人
訪問	353件	障害者	801人
来所	70件	児童	134人
個別支援会議	33件	その他	729人

平成30年度(4月～3月)

延相談件数 7,800件

編集後記

新元号が発表され「令和」となりました。平成最後に発行する「は一と通信」はおかげさまで50号を迎えました。これからも皆様のお手にとってもらえるような紙面作りに努めていきたいと思っておりますので、ご意見ご感想等ありましたら遠慮なくお寄せ下さい。今後ともよろしくお願いたします。

