

行ってみよう！

子ども食堂

子ども食堂へのかかり方いろいろ
あなたはどれ派？

① 行ってみたい！

子ども食堂という名前ですが、子どもといっしょに大人も入れます。次ページで市内の子ども食堂を紹介しています。行ってみたい子ども食堂見つけてみましょう。



子ども食堂 REST
利用者のみなさん



桂木にある子ども食堂「みんなの食堂」。ここでは、子どもたちもご飯の準備をお手伝い。それが子どもの経験になります。準備ができたなら、みんなそろって「いただきます」。ここに来れば、みんなで作る、みんなで食べる楽しさが味わえる。それが「みんなの食堂」です。

② やってみたい！

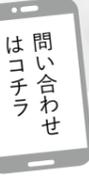


みんなの居場所 smiles
稲田奈緒美さん

市内には、子どもがひとりで行ける場所に子ども食堂がない地域もあります。新たに子ども食堂を開設してみたいとお考えの方は、市子ども家庭課にお問い合わせください。

③ 応援したい！

子ども食堂の運営は、そのほとんどがボランティアによるもの。運営に必要な資金、お米や野菜類などの食料品、調理用具などは、企業や個人からの寄付に支えられていることも多いです。「子どもの喜ぶ顔が見たい」、「地域貢献したい」、「食材が余っちゃって…」など動機はなんでもOK。子ども食堂への寄付による支援をお考えの方は、市子ども家庭課各子ども食堂にお問い合わせください。



千歳市子ども福祉部子ども家庭課
電話 24-0328



INTERVIEW

ちとせ子ども食堂スキップ代表
島津静香さん

利用者、運営者、支援者 “三方よし”のトライアングルを

私たちの活動は、多くの方に支えられています。応援団、すなわち支えてくれる方に感謝してあげたい。子ども食堂と関係性を築いていければ、いざ何かがあったときに安心できる、頼れる先にもなります。私たちが活動は、多くの方に支えられています。応援団、すなわち支えてくれる方に感謝してあげたい。子ども食堂と関係性を築いていければ、いざ何かがあったときに安心できる、頼れる先にもなります。



親子でにぎわうちとせ子ども食堂スキップ。「島津さんが作るご飯はいつもおいしい」と、子どもたちは口をそろえます。

食事を通して
地域とつながり、
子どもたちを
はぐくむ、見守る

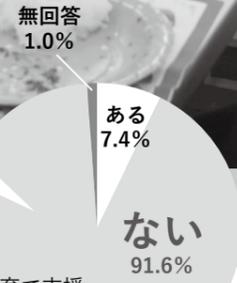
生クリームたっぷりの
ウィンナーコーヒー
作ってみました！



ケーキを
デコレーション
したよ！



子ども食堂を
利用したことが
ありますか？



千歳市子ども・子育て支援
アンケート調査 (R6.3) より



子ども食堂って、
お金がない人が
行くところでしょ？

子どもひとりでも
親子でいっしょでも

だれでも利用
できる場所です

皆さんは「子ども食堂」をご存じでしょうか。集まったみんなと一緒に食事をしたり、宿題をしたり遊んだりしながら楽しく交流できる場所。それが子ども食堂です。

だから、子ども食堂に
行ってみよう

市が実施したアンケートによると、市民の9割以上が子ども食堂を利用したことがなく、その理由の多くを「よく知らない」、「利用してよいかかわからない」が占めています。それはもしかすると「食事に困っている子が来る場所」というイメージが原因かもしれません。子ども食堂は、食事を通して地域とつながることによって子どもたちを育み、見守る場へと、その役割を変えつつあります。訪ねてみるとそこにあるのは、子ども好きな運営者が考えた、温かくて栄養満点のメニュー。楽しく食事をする家族。小さな子と一緒に遊ぶ面倒見のよい小学生と、その間にコーヒープレイクを楽しむ保護者たち。扉を開けば笑顔があふれ、明るい声がかかります。空間が広がります。あなたも子ども食堂について知り、足を運んでみませんか。

400冊もの絵本が並ぶ smiles。かつて利用者だった学生がボランティアに来て、小さなこどもに読み聞かせをすることも。



オフィスビル内の
あたたかな空間

みんなの居場所 smiles

☎ 毎月最終日曜日 11:00～15:00
 所 幸町3丁目15(エレガンスビル3階)
 ¥ 学生無料、大人 500円
 ☎ 090-9516-7581

長く通っている子の中には、テーブル拭きや掃除機がけを手伝う子もあり、集まったこどもたちが「こども会議」を開いて、来月のメニューや遊びを考えることもあるそう。自分の家のようにほっとする、隠れ家的な居心地の良さが、smilesの魅力です。



保育士資格を持つお二人。「こどもの頃に自分が満たされる経験をして、大人になったときにその経験を次の世代へとつなげていってもらえたら」と話します。

理事 根本幸枝さん
 代表理事 米澤緒子さん

寺GO飯 in 千歳



お寺に集まったみんなが感謝の「いただきます」

出会った人との「ご縁」を大事にしているという寺GO飯。食事前に、簡単なお参りをするのが特徴です。講話ののち、みんなで食事の準備をして、感謝の言葉を読んでから食べます。



「段々おいしくなってきた」と本間さんが胸を張る、自慢のカレーライス。食後にこどもはゲームなどで遊び、その間に保護者はコーヒープレイク。

☎ 月1回開催(予約制)
 所 北斗2丁目14-20(妙蓮寺)
 ¥ 高校生以下無料、大人 300円
 ☎ 24-6738



代表 本間文裕さん

一人より二人、二人より三人、大勢で食べるとおいしいこと、こどもたちに伝えたいです



こどもたちもお手伝い。今日のサラダに乗せるニンジン成型抜き。



代表 須藤あゆみさん

「息抜きしたい」とか、「今日の日曜日どうしよう?」とか、そんな理由でもOKです。遊びに行く感覚で、気軽に来てくださいな

この日はクリスマスパーティー。こどもが自分でデコレーションし、オリジナルのクリスマスケーキを作ります。



以前の仕事で全国各地に行くことが多かった須藤さん。知らない土地で受け入れてもらえる場所があるのがうれしかったと話します。転勤族が、地域に入っていけるきっかけを。こどもやお年寄りにも居場所を。「みんなの食堂」というネーミングには、そんな願いが込められています。

みんなの食堂



みんなで作る、みんなで食べる
楽しさいっぱい!

☎ 毎月第3土曜日 11:00～17:00
 所 桂木4丁目6-2(桂木町内会館)
 ¥ 高校生以下無料、大人 300円～
 ☎ 080-9616-7975

こども食堂ちっち



「できた」の体験がこどもを明るくする

雑貨屋も経営する森下さん。売り上げをこども食堂の運営資金に充てており、購入者の名前を葉っぱに書いてツリーを制作中。活動の輪が広がり、やがて大樹になります。

☎ 毎週水曜日 17:00～19:00(中学生以上)
 毎週土曜日 11:00～14:00
 所 住吉2丁目7-6
 ¥ 高校生以下無料、保護者 300円
 ☎ 090-1640-3091



嫌いなものを無理に食べさせようとせず「苦手なものは苦手」と割り切るのがちっちのスタイル。美唄から取り寄せた玄米を使う、冷凍食品は使わないなど、こだわりが随所に。

森下さんが「成功体験が自信となり、次の『できる』につながる」とねらいを語る、食事の前の勉強タイム。市外からボランティアの先生が学習指導に駆けつけます。



代表 森下りえさん



さまざまな世代が集う
アットホームなこども食堂

こども食堂 REST

代表 伏木千幸さん



「ひと口食べてみて」っていうのを最後まで食べなかつた子から「おいしかったよ」と反応が返ってくることもありますが、そんなときが一番うれしいです。作りがいがあります



こどもが何の味かを考える力を身につけられるよう、RESTのメニューはできる限り多くの食材を使い、食材本来の味がわかるような調理をしています。中には隠し味を当てる子も。



日の出小5年 細川 菜椰さん

先生たちが明るく、ごはんが毎回違っていても全部おいしいです。お絵かきしたり、先生とお話してできる時間が大好き!

☎ 毎週金曜日 16:00～18:30
 所 住吉4丁目3-11(ペットサロンワンニャン2階)
 ¥ 中学生以下無料、保護者 300円
 ☎ 22-0257



末広小6年 舘山 雷さん

以前食べた大根と牛肉のスープがおいすぎて、何回もおかわりしました。今日のご飯も楽しみ!



たくさんの人を引き付ける
“ちょっと遠い親戚”感



代表 島津静香さん

利用者と困ったときになんでも言える関係を築いている代表の島津さん。いわく、「おせっかいおばさんではなく、ちょっと遠い親戚くらいの距離感がちょうどよい」とのこと。その周りには多くの利用者、そして支援者が集まります。



北陽小5年 内久保慶さん

「スキップ」では、いつもおいしい料理を作ってくれます。今日のメニューは牛すじ煮込み。早く食べたいです。



☎ 随時(登録制、新規登録休止中)
 所 新富2丁目1-4
 ¥ 無料(大人は保護者のみ)
 ☎ 090-5208-2686



年中 外川 夏夢さん

初めてこども食堂に来ました。みんなで食べるとおいしいよ!

さまざまな世代のこどもが来るREST。小学生が小さな子のご飯をよそうなど、こども同士で助け合う場面が多く見られます。食べ終わったからお絵かきやゲーム、宿題など、思い思いのひとときを過ごします。



レッツゴー! こども食堂めぐり

市内にある7か所のこども食堂を紹介します。お気に入りの居場所が見つかるかも?

おとほも どうぞ

こども食堂の運営者は、こども好きな人たちです。あなたも好きなお飯が食べたい、息抜きしたい、悩みを聞いてもらいたい。こども食堂は、そんなあなたを歓迎してくれます。

- 初めて利用する方は、利用方法などを確認してください。
- 予約が必要な場合があります。
- 日程などが変更となることがあります。市HPのこども食堂のページを参照するか、各食堂に確認してください。

子供食堂 十彩



“より良い環境作り”がコンセプト
忙しい日々の息抜きに

ボリュームのあるお弁当に加え、「もっと食べたい」がおまけになった「1パック+」。お徳感があり、「また買いに来たい」と思わせるお弁当です。

スタッフ 尾崎智恵子さん

手から手にお弁当を渡すことのできる皆さんとのつながりを大切にしています



「お弁当を受け取ったときの、こどもの笑顔が励み」と話す尾崎さん。こどもが喜ぶメニューはもちろん、どうしたら野菜を食べてくれるかを考えているといい、ピーマンを小さく切って入れたり、卵焼きをキッシュにするなど工夫を凝らしています。

☎ 第1・第3土曜日(弁当配布、予約制)
 所 大和1丁目7-5
 ¥ 高校生以下 100円、保護者 200円
 ☎ 25-9170