輪転機印刷用紙 _B 版 4 ツ切り（紙取りサイズ _W546×H382mm　印刷面サイズ _W530×H366mm ガイド）
8mm 余白

市民活動って ええやん新聞

第20号

みんなが主役！誰もが心豊かに暮らせるまち山口を目指して、はじめの一歩を応援する市民活動情報紙

特集

すべての大人と子どもが集える食堂

「地域食堂」「子ども食堂」という言葉、最近よく耳にするようになりましたね。各地で開設される規模や形態はさまざまだけど、そこにあるあったかいご飯とあったかい笑顔はどこも同じ。今回はええやん記者が徹底取材！お腹も心も満たされる地域・子ども食堂の世界をご案内します。

小児科医×子ども食堂

Photo/クワシー優子

ええやんピープル

誰かのために　何かのために　活動している人を紹介します

Vol.20

みんにゃ食堂主宰　金子小児科院長

金子 淳子（かねこ じゅんこ）さん

宇部市在住。島根大学医学部を卒業後、国立成育医療センター勤務を経て山口大学周産母子センターで勤務医として働く。1999年、宇部市にて金子小児科を開業。2005年、金子小児科の駐車場で小さなお祭り「キッズまつり」を始める。自然と規模は拡大し、今では宇部市新天町のアーケードで開催。食、人材、人脈といった確かなノウハウを持ち、2017年「みんにゃ食堂」をスタートさせる。

かねこキッズクラブ「みんにゃ食堂」
http://www.kaneko-kids-club.com/minnya/

日々、子どもたちの診察にあたりながら取り組む子ども食堂「みんにゃ食堂」。お寺での定期開催は賑わいを見せ、毎回300人を超える人が訪れています。まるで親戚の家を思わせるその空間は、初めて訪れた人にもどこか懐かしい。始めてわずか2年あまりとは思えない一体感でした。その秘密とそこにかける思いを今回お聞きしました。

目指すものは「食卓」

子どもにとっての食事って、ただお腹を満たすだけのものではないと私はとらえているんです。家族の絆や愛情を感じたりする、重要な生活の一部なのではないかと。「何を食べるか」より「誰とどんな雰囲気で食べるか」が大切だと思うんです。単なる「食事」ではなく「食卓」を届けたい…。私がそう思うのは、自分の育った環境が多少影響していると思うのですが。

私が子どものころ、実家は旅館を経営していました。両親は不仲で、あまりかまってもらえない幼少期でしたね。食事はいつも一人で食べていました。年末など繁忙期はあちこちに預けられていました。私はお手伝いさんになついていたんですが、そのお手伝いさんの家族が同居するようになって、大切な居場所を失いました。

自分の居場所があいまいなまま過ごした私に、医師の道を勧めたのは母なんです。医学部に受かった時は「喜んでくれるかも！」って思ったんですけど、それほどでもなかった…。拍子抜けしました。でも、くじけそうになった時、困った時、親ではない誰かが私を助けてくれました。折々に助けてくれる大人や恩師に恵まれたことに今、本当に感謝しています。くじけている子どもがいたら、助けることができる大人の一人になりたいと、そう思うんです。

小児科医による子ども食堂

小児科医による子ども食堂は珍しいとよく言われるのですが、小児科医だからこそするべきだと私は思っています。小児科医は子どもを通して社会を見て、背景を知って治療や支援に携わります。だから、医療者自身が地域の子どもに関わる関係機関を知ること、繋がりを持つことは、とても大事なのです。

私自身、食堂を通して地域と繋がることができ、多職種の方々と関わることで、医師としても個人としても視野が広がりました。みんにゃ食堂のボランティアに医学部生たちがやってくるんですけど、私は彼らに座学では学べない子どもたちの姿、そして地域の大切さを感じて欲しいと思っています。将来彼らが診察室にとどまらず、広い視野と見識を持つ医師になってくれたらと。

心の「フック」

子ども時代にさまざまな体験や大人たちに触れることで作られる、子どもたちの心のフック。そのフックが、いつか何かに、あるいは誰かにひっかかればいい。だから、みんにゃ食堂では食事だけでなく催し物も用意しています。

お正月、ひな祭り等の季節の行事や料理、ハープや琴の演奏、JALの協力による折り紙飛行機教室…。子どもたちは目をキラキラさせて参加してくれます。喜ぶ姿を見ていると嬉しくって、こちらも一生懸命考えるんですよ。スタッフもいろいろなアイデアを出してくれて。

幸せが繋がる未来へ

「自分の行動が誰かのためになっていると感じることができる」。これはすごいことだし、とても幸せなことだと思います。ですが、幸せはそれだけじゃありませんでした。子どもたちの健やかな育ちを支えて、明るい未来へと繋げたい。そう思っている私たちが、逆に子どもたちの笑顔や言葉に元気づけられて、幸せにしてもらっているのだと気がつきました。きっと、何かをする側、される側みたいな、立場による壁なんてものはないのでしょうね。「人にはそれぞれ活かし、活かされる場所がきっとある！」。これからも一人でも多くの笑顔を、幸せを繋いでいくことができる、そんな小児科医であり、私でありたいと思います。

9/26(木) さぽらんて NEW OPEN！

新しくなったさぽらんてはこんなところです

山口市市民活動支援センター

さぽらんてとは

市民活動をしている団体や、これからはじめたいと思っている人たちを応援していくところです。団体運営の相談に乗ったり、情報発信のお手伝いをしたり、活動場所として会議室の提供や器材の貸し出しをしています

HPはこちら
https://www.saporant.jp

12/15(日) 10:00〜16:00　さぽらんて リニューアルイベント

集まれ！NEWさぽらんて

さぽらんてリニューアルイベントでは、どなたでも気軽にお立ち寄りいただけるよう、お腹も心も満たされて楽しめるブースをご用意しています。木のおもちゃで遊べるコーナーも♬

詳しくは特設ページをご覧ください

クイズに答えて 引っ越しそば をもらおう

以下を明記のうえ、ご応募ください。

1. お名前・ご住所・年齢・職業・電話番号
2. クイズの答え
3. ええやん新聞を手に入れた場所
4. 取り上げて欲しいテーマ、市民活動団体
5. ええやん新聞20号へのご意見、ご感想

重源そば（1kg入り）

7名様

締切 2019年 11月30日

宛先はこちら

ホームページからも応募できます。

当日消印有効。当選発表は引換券の発送をもって代えさせていただきます。賞品はさぽらんてでの引き換えとなります。

〒753-0047 山口市道場門前 2-3-6 どうもんビル 1 階
TEL 083-901-1166　FAX 083-901-1165　メール saporant@c-able.ne.jp
左の QR コード、FAX、メール、はがきにてご応募ください。

Q えがお食堂よしきでたくさんの人をスムーズに誘導しているのは？

○○グループ

市民広報記者編集後記

『ええやん新聞』では、一般公募による市民が記者となり、身近な取り組みや市民活動を紹介しています。（年2回発行）

岡部　NPOや市民活動に全く関わったことのない私が記者なんて…と思いながらスタートした市民記者。くうたら主婦の私には刺激がいっぱい。次はどんな素敵な人に会えるのかなぁ♪

吉冨　3面のフードバンクポストちゃんかわいいね。私、でもすぐ近くにポストがあると学校にポストちゃんを設置するスクールフードドライブについてももっと載せたかったな。

藤岡　令和時代の幕開けとともにさぽらんてがリニューアルし、記念すべき第20号が発行されました！今号での何よりの喜びは、えがお食堂よしきの片隅に私が載ったことかな♪

さぽらんて幸徳　このええやん新聞20号発行時には新拠点に引っ越しが完了しているはず…。新拠点の受付嬢（？）としてお待ちしていますので、是非お立ち寄りください!!

次号もお楽しみに♪

デザイン・イラスト / やまでらわかな

輪転機印刷用紙 _B 版 4 ツ切り（紙取りサイズ _W546×H382mm　印刷面サイズ _W530×H366mm ガイド）
8mm 余白
8mm 余白

こどものための ええやん しんぶん

フードバンクの謎にせまる!!

食べ切れなくて困っている食べものを、食べてくれる人たちへとつなげるフードバンクポスト。きみは見つけることができるかな？

このマークが目印！ フードバンク山口

山口市 MAP

市内全10ヵ所
（2019年9月現在）

アルク葵店にて

ポストからのお・ね・が・い

安全な食べものを安心して届けたいから、ポストに入れることのできる食べものには決まりがあるの。みんな、よろしくお願いします♪

1 未開封のもの　開けたら ×

2 賞味期限が書いてあって1ヵ月以上あるもの　Check 2010.10 CAN

3 常温保存ができるもの　生もの は ×

嬉しいのはこんな食べもの

ポストに入れた食べもののゆくえ

学校の文化祭やバザー、地域のお祭りでもフードバンクポストを設置できるよ。あなたも友達や周りの大人と一緒にやってみてね！

地域・子ども食堂など、必要としている施設や団体、家庭へ。

NPO法人フードバンク山口
代　表　今村主税さん
ＴＥＬ　090-8600-0864（今村）
ＭＡＩＬ　foodbank.ymg@gmail.com
ＵＲＬ　http://blog.canpan.info/fbyamaguchi/

潜入取材してきました！

えがお食堂よしき

「カレーは甘口と辛口がありますよ～。 おかわり自由ですよ～」と、スタッフの方の元気な声が響く吉敷地域交流センター。 この日のメニューは、カレー、サラダ、イチゴ。 子どもから高齢者まで誰でも利用できる地域食堂「えがお食堂よしき」は、 2019年2月より毎月開催され、 毎回200～300人で賑わっています。

参加者の声

初めての利用は、上の子が退院してすぐでした。入院中は家族にろくなものを食べさせられず辛かったんです。そんなときこの食堂に来させてもらい、スタッフさんの声かけで人の優しさに触れた気がしました。久しぶりに心のこもった料理を食べることができ、嬉しかったのを覚えています。

FAMILY

ボランティアも活躍中

毎回 30人前後のボランティアの皆さんがイキイキと活動されています。ここなら自分でも何かお手伝いができるかも…。そう思わせてくれる温かい雰囲気でした。

20代主婦

初めてこのボランティアに参加しました。常にスタッフの方が気を配って仕事を割り振ってくれたので疎外感が全然なく居心地良かったです。

70代女性

子育て、孫育て、親の看取りも終わり、市外からここに引っ越してきました。地域のことを全く知らなくて関心がなかったのですが、ボランティア募集チラシを見つけて、軽い気持ちで参加しました。参加してみて人との繋がりができ、楽しいので続けていきたいと思っています。

潜入した感想

「えがお食堂よしき」という名の通り、食べに来る人はもちろんボランティアスタッフも笑顔で活動をしていて、とても心地の良い居場所という印象を受けました。地域食堂を始めてわずか数カ月で地域に集う場所を定着させた吉敷。やるとなったらとことんやる！「地域の底デカラ」を見せてもらいました。吉敷のように地域食堂を一つのステップとして住民みんなが安心して暮らせる地域が、今後もっともっと広がっていきますように。また、お邪魔させてもらいます！！

これならぼくにも応援できそう！

えがお食堂よしき実行委員会
場　所　山口市吉敷佐畑1丁目4番1号
ＴＥＬ　083-922-3344
（地域づくり協議会・地区社協内）

こんな人たちが支えています

えがお食堂よしきの特徴は、自主的に実行委員会を立ち上げ、役割を分担して無理なく活動が進められていることです。「ボランティアの皆さんが楽しく関わってくださって助かります」と、えがお食堂よしき実行委員長の小田秀昭さん。「食材も人も自然に集まってくるんですよ」と、話されていたように、この日もイチゴやお米などの食材は、地元吉敷の方から提供されました。食材提供をしてくれた方の名前が大きく書かれていたり、裏で働く調理ボランティアの写真が紹介されていたりすることに「人」を大切にしている実行委員の方の思いが伝わってきました。

調理グループ

毎回おいしいメニューを考えて作っているボランティアさん。いただいた食材は無駄なく使い切ります。

資材調達グループ

調理グループからのオーダーで必要なものを集めます。力仕事を伴うので男性が活躍中！

運営グループ

当日たくさんの人をスムーズに誘導します。子どもたちへの読み聞かせやイベント企画も担当します。

食堂終了後には毎回振り返りを実施。これが盛況につながるカギ！

今話題の

地域食堂って何だろう？

地域食堂と子ども食堂では、 いろいろな人が温かい食事を囲んでいます。 地域・子ども食堂に明確な違いはなく、子どもの居場所づくりや多世代交流、 地域貢献などを目的に開設されています。 団体、企業、個人…それぞれの思いで運営される地域・子ども食堂を少し覗いてみましょう。

近くの地域食堂をCheck!

＊地域食堂はどこにあるの？
＊いつやってるの？
＊どんなボランティアがあるの？
＊地域食堂を始めるにはどうしたらいいの？

地域食堂に興味を持たれた方に素敵なお知らせです！今回特集した地域食堂は、全国的にも広がりを見せ、注目されています。ここ山口県でも現在 47 カ所の地域食堂があるそう。そんな中、2019 年 7 月に「山口県こども食堂支援センター」が設立されました。同センターのホームページには、地域食堂に関わるさまざまな情報が掲載されています。ぜひチェックしてみてくださいね。

new OPEN

山口県こども食堂支援センター
センター長　杉山美羽さん
ＴＥＬ　080-6338-1187
ＭＡＩＬ　yama.syokudou@asuhana.org
ＵＲＬ　https://www.ymgckodomosyokudou.com

人気レシピ、 教えちゃいます！

スイートポテてん

小郡みんな食堂では、「来てくれる人たちにいろいろなものを食べてもらいたい」との思いから、五目寿司や豚丼など毎回違ったメニューを考えているそう。今回は、子どもたちに好評だったお芋を使ったおやつレシピを教えてもらいました。

高知の家庭でよく作られているおやつなんだって！ほんのり甘くて美味しいよ

材料

A
- さつま芋　500g（大1本）
- 薄力粉　90g
- ベーキングパウダー　3g
- 砂糖　50g
- 塩　5g

B
- 卵　1個
- 水　70ml

揚げ油　適量

作り方

① さつま芋は皮をむき1cm幅の輪切りにし、水にさらした後しっかり水気を切る。
② ボウルにAを入れ混ぜる。
③ 別のボウルにBを入れ混ぜる。
④ ②に③を少しずつ加え混ぜ合わせ、衣を作る。
⑤ ④に①のさつま芋をくぐらせ、衣をつける。
⑥ 180℃に熱したサラダ油で裏返しながら揚げ、きつね色になればできあがり。

【レシピ提供】 小郡みんな食堂実行委員会
ＴＥＬ　070-7562-1187