



編集後記

- AFTER COMMENTS -



どんなに支援体制が整っていても、社会の中で必要とされていなければ、それは廃れていきます。そういう意味でも、こども食堂は今必要な場所なのでしょう。「こども食堂って何だろう？」そう思ったとき、気軽にこの白書に触れてもらえれば嬉しいです。

（池田 剛 / NPO高知市民会議）

食べることで生命につながります。食べられるという安心が生活の安心につながります。生活の安心が心の余裕を生みだしてくれます。子どもたちに食事を提供する活動は子どもたちを未来につないでくれていると実感しました。

（岡谷 英明 / 高知大学教育学部 教員）

今回の白書編集でこども食堂の社会的意義を実感し、自分でも運営することを決意しました。2024年の2月から活動を始めています。今後も全国でこども食堂の取り組みが広がっていくことを願っています。

（田畑 勇太 / NPO高知市民会議）

先進的で世話好きな高知人の「行ってみたい!」「やってみたい!」を後押しできるといいな、という思いで作りました。関わる人それぞれの夢や願いがつながる場所、それがこども食堂です。みんなで支え、広げていきたいです。

（西島 文香 / 高知大学人文社会科学部 教員）

「高知県のこども食堂について知ればよかったのではないかと感じます。高知県ボランティア・NPOセンターとしても、子どもの居場所づくり活動への後方支援を今後より一層行っていきたいと改めて思いました。

（山本 竜大 /

高知県社会福祉協議会 高知県ボランティア・NPOセンター）

白書を作成する中で様々な方の思いに触れ、とても素敵な経験ができました。この白書がこども食堂を運営されている方、始めようか迷っている方の後押しになれば幸いです。白書作成にご協力いただいた方々に感謝申し上げます。

（大野 楓華 / 高知大学人文社会科学部 3年）

実際にこども食堂を訪ね、自分の目と耳で多様さを知り学び、かけがえのない経験になりました。運営者の方々をはじめ、白書作成において関わった皆様には感謝申し上げます。

（高橋 幸希 / 高知大学人文社会科学部 3年）

この白書を手に取られて、こども食堂に行ってみようと思ったり、こども食堂に興味を持っていた人が少しでも増えると嬉しいです。

こども食堂が、どの子どもの周りにも当たり前にあって、誰でも気軽に利用できる場所になることを願っています。

（中谷 由理 /

高知県社会福祉協議会 高知県ボランティア・NPOセンター）

高知県ボランティア・NPOセンター



もし、こども食堂でボランティアをしてみたい、こども食堂を応援したいと思われたら、高知県ボランティア・NPOセンターにぜひご連絡をください。

TEL : 088-850-9100

E-mail : kodomo-kochi@pippikochi.or.jp

HP : <https://www.pippikochi.or.jp/>



認定NPO法人

NPO高知市民会議 こうち未来基金

〒780-0862

高知県高知市鷹匠町2丁目1-43 高知市たかじょう庁舎2F

TEL : 088-820-1540 E-mail : info@shiminkaigi.org

<https://shiminkaigi.org/kochi-mirai/>



認定特定非営利活動法人

NPO高知市民会議



こうち未来基金

KODOMO SHOKUDOU 高知こども食堂白書



「みんな違って、みんないい」と心から

カレー屋さんみたいにいろんなカタチがある、こども食堂



『高知こども食堂白書』の出版、おめでとうございます。

こども食堂は、2012年の誕生以来、全国の心ある人々によって開設され、運営され続けています。その数は2022年時点で7,363箇所となりました。政府も大企業も旗振りしていない一人ひとりの地域住民の手作りの取組みが、このような形で広がり続けていることに、私はいつもとても驚き、感動しています。「世の中、捨てたもんじゃない」と深く実感できる出来事です。

高知県は、その中でも特にこども食堂が普及している県として知られています。県別の人口比で見ると、2022年時点で全国2位の92箇所のこども食堂があります。これには、民間の人々の努力はもちろんのこととして、県の後押しも大きかったと感じます。高知県では、早い時期から、全国に先駆けて、こども食堂への補助金などを整備し、県内のスーパーなどの事業者とも連携したこども食堂支援を展開してこられました。こども食堂が「誰でも利用できる」ことをアピールした（福）高知県社会福祉協議会の動画なども効果があったでしょう。こうした官民挙げての取組みが、歩いていける範囲に地域の交流拠点があるという、つながりを感じられる地域づくりを着実に進めているのだと思います。

社会のインフラになりつつあるこども食堂ですが、同時に、それが民間の取組みであることは繰り返し強調される必要があると思っています。民間の取組みであるということは、学校や保育園のように規格化された画一的な行政サービスではないということです。私はむしろ、こども食堂は農家やカレー屋のようなものとしてイメージしていく必要があるだろうと思っています。農家にはニンジン農家もあればダイコン農家もありますが、どれも農家です。カレー屋には年中無休で100席あるカレー屋もあれば、週休2日で5人入ればいっぱいになってしまうカレー屋もあるでしょうが、どちらが本当のカレー屋なのか、とは誰も問いません。むしろ人は、日本風カレーを出す店もインド風カレーを出す店も、両方あったほうが楽しい、うれしいと感じます。こども食堂も、民間の取

も食堂がまったく違っていたら、「こども食堂って何なんだ」と思わずに、その多様性が豊かさだと思っていただきたい。

行政の方には、無定型で困ると思わずに、それが民間活動の醍醐味だと思っていただきたい。そしてこども食堂の方たちには、どちらのやり方が優れているかと比べずに、「みんな違って、みんないい」と心から思っていていただきたい。こども食堂はそうやって広がってきたし、これからも広がり続けていくのだと思います。2020年代のうちに、私たちの社会は、小学校数よりもこども食堂数のほうが多い社会になります。小学校は統廃合で減り続けます。それはさびしいことですが、私たちの社会には、それを補い、補うだけでなくさらに地域を盛り立てようとする多くの心ある人たちがいて、その人たちがこども食堂を増やし続けていきます。そうした地域の方たちの尽力によって、高知県は、以前よりもさらにつながりを感じられる地域になったと未来の人たちが言ってくれるような県になるでしょうし、なっていていただけるものと信じています。



理事長 湯浅 誠

認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ

はじめに

『高知こども食堂白書』の発行は、年間の子ども出生数が過去最低・全国最少の高知で、希望を灯す取り組みです。

高知には小規模でたくさんのこども食堂があります。多様な成り立ちのこども食堂がそれぞれの地域でがんばる姿は、多様性を互いに尊重しながら地域でがんばるよさこい鳴子踊りのチームを連想します。

こうち未来基金では、こども食堂の運営者とこども食堂を応援したい方を寄付でつなぐ役割を果たそうと、「こうちこども食堂応援基金」という助成プログラムを創りました。寄付先の7つの団体の方々とともに活動を広げ、合計60万円以上の寄付をいただくことができました。

支え合いの豊かな高知の土壌を耕し、ともに発展させていきましょう。

こうち未来基金 代表 川竹 大輔



目次

はじめに	4
高知県内のこども食堂を支える動き	6
データで見る「高知県内のこども食堂のいま」	8
特色あるこども食堂の紹介	11
—— 学生インタビューが取材をして、コラムにまとめました。	
● えいや家 ゆめたね	11
● おすわけ食堂まど	12
● こども食堂ゆめ	13
● 子ども食堂 虹の花	14
● こども食堂こだかさカフェ	15
● すさき市民食堂うみやまごはん	16
● フジヤマ子ども食堂	17
● フードバンク あいあい食堂	18
● ほっと笑	19
● ミームclub	20
● もとやま子ども食堂	21
● やすまるちょっこりくん	22
COLUMN 「こども食堂」×「未来」を考えてみました	23
編集後記	24

わたしたちが、こども食堂にインタビューしました！



高知大学人文社会科学部3年 大野 楓華

どの食堂さんも、それぞれの思いが沢山つまった素敵な場所だと感じました。自分が小学生の時、近くにこうした場所があれば良かったのになあと思います。あったかい輪が、さらに広がるきっかけになると嬉しいです



高知大学人文社会科学部3年 高橋 幸希

高知県に多数あるこども食堂のうち12か所を取材させていただき、活動内容や目指す姿は様々で、こども食堂の数だけ違った人の思いがあるのだと実感しました。こども食堂の形に正解はありませんが、人に対する温かく優しい気持ちが共通していることをお伝えできれば幸いです。

高知県内の こども食堂を支える取り組み

- 県内のこども食堂数（件）※登録していないこども食堂も含む
- 補助金利用箇所数（件）
- 補助総額（単位：千円）

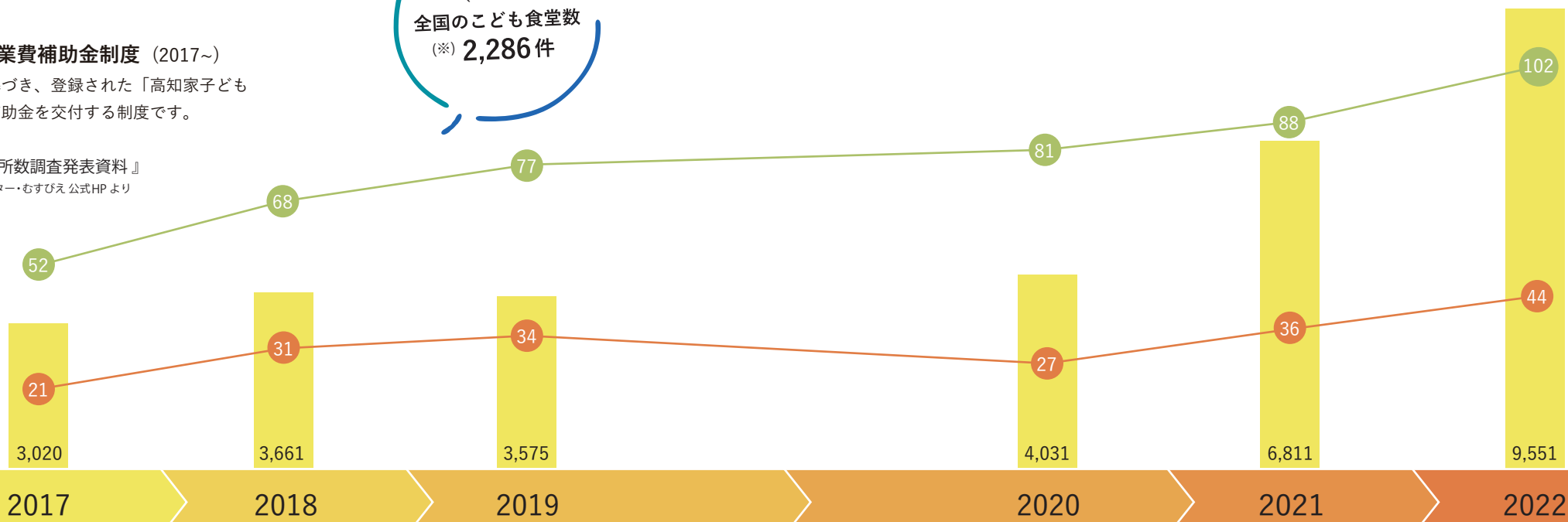
高知県子ども食堂支援事業費補助金制度（2017～）
高知家子ども食堂登録制度に基づき、登録された「高知家子ども食堂」の設置、運営に対して補助金を交付する制度です。

（※）『2018年こども食堂全国箇所数調査発表資料』
認定NPO法人 全国こども食堂支援センター・むすびえ 公式HP より

（2018）
全国のこども食堂数
（※）2,286件

補助金
について

高知県
が行っている
支援



2018～
SNSでの情報発信を
始めました！



★マークの項目は
現在も毎年継続開催
されているんだ！

- 子ども食堂開設準備・運営支援
- 食材提供の仕組みの検討・調整
- 子どもの居場所利用促進研修会（現：地域連絡会）の開催開始
- ★高知家の子どもの居場所づくりネットワーク会議の開催開始
- （福）高知県社会福祉協議会での食堂運営・立ち上げ支援開始
- 子ども食堂支援基金 創設（補助金の原資として利用）
- 子ども食堂支援事業費補助金 制度開始

- ボランティア養成講座の開催

- ★子ども食堂スタッフ養成講座の開催
・20年以降は、毎年4ヶ所で継続開催

子ども食堂スタッフ養成講座



保健所の方から
食品衛生について
教えてもらうよ。
その他にも運営に
必要な様々な話を
聞くことができるよ！

新型コロナウイルス感染症 流行

- 助成金申請学習会の開催
- ★子ども食堂シンポジウムの開催開始
- 行事食経費の新設（運営経費とは別の行事食に対する食材費）
- 広報経費の新設（チラシ、ポスター等の印刷製本費、消耗品費）
- 「食品衛生責任者養成講習会受講料」を衛生管理経費の対象に追加
- 「移転に伴う改修費」を開設準備費の対象に追加
- 「食品衛生責任者養成講習会受講料」を運営経費の対象に追加
- 「移転に伴う改修費」を開設準備費の対象に追加
- 備品購入経費の新設（事業に必要な備品の購入）
- 「食品衛生責任者養成講習会受講料」を運営経費の対象に追加
- 「移転に伴う改修費」を開設準備費の対象に追加
- 感染症対策経費の新設（感染拡大防止に係る経費）
- 子育て支援及び学習支援経費の新設（講師、ボランティアへの謝金）
- 衛生管理経費の新設（イベント保険料及び腸内細菌検査料）

子ども食堂シンポジウム

参加者は、
2022年は80人、2023年は61人。
こども食堂が注目されている
ことがわかるね！



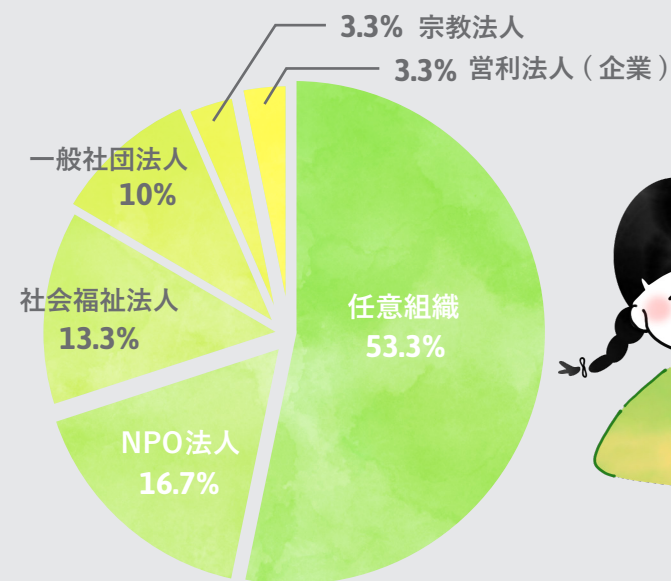
高知県内の こども食堂に聞きました！

高知県内のこども食堂を対象に「こども食堂の現状」についてのアンケートを実施しました。

高知県内すべてのこども食堂にアンケートを依頼し、30件の回答をいただきました。

Q1

どんな組織が開催しているの？（アンケート結果より）



任意組織には、個人の想いに共感する人が集まって開催している団体が含まれるよ！

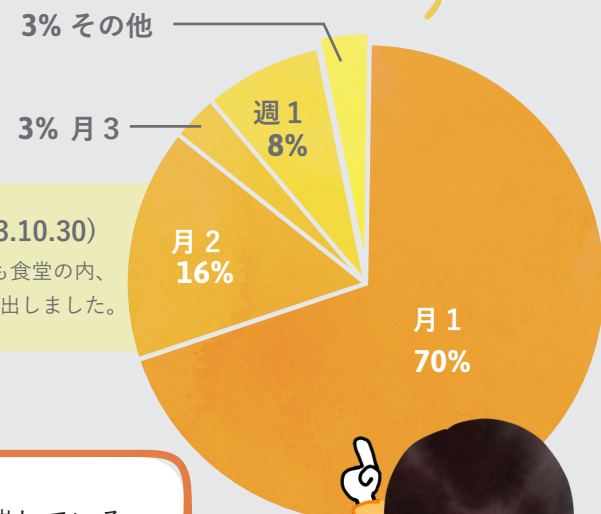


Q2

開催頻度はどのくらい？

（※高知県の登録データより）

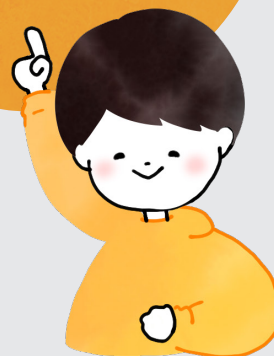
参照：高知家子ども食堂登録名簿（2023.10.30）
「高知家子ども食堂」に登録しているこども食堂の内、現在活動しているこども食堂の情報から算出しました。



月に1回開催が1番多い！

「その他」の項目には、夏休み中のみ開催しているケースや、ほぼ毎日開催しているケースなどが含まれているよ！

▶ ほぼ毎日開催 12P「おすそわけ食堂まど」



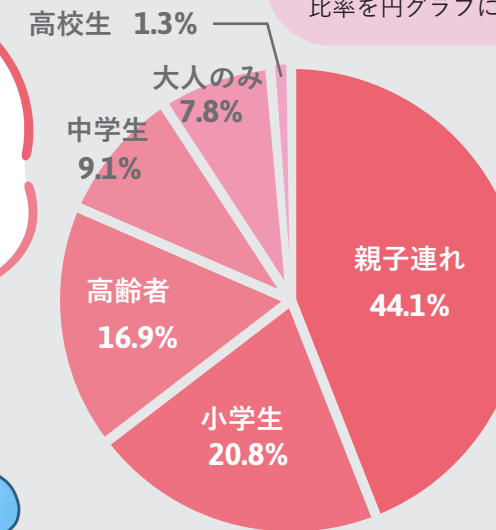
Q3

どんな参加者が多いの？

（アンケート結果より）

「小学生（子どものみ）」「中学生（子どものみ）」「高校生」「親子連れ」「大人のみ」「高齢者」の6つの項目から来場数の多い順に1位～3位の順位をつけてもらいました。その順位から、1位3点、2位2点、3位1点、未回答0点として点数を割り出し、比率を円グラフにしました。

「こども食堂」という名前だけど、大人のみや高齢者の参加者も多いんだね！



親子連れで訪れるケースが1番多いんだね！子どもだけの参加が多い食堂もあるね！

Q4

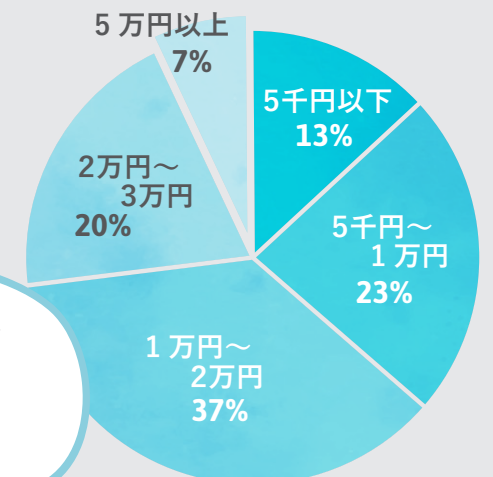
1回の開催にどのくらいのお金がかかるの？

（アンケート結果より）

1～2万円が1番多いね！

5万円以上と回答したこども食堂は、食材提供を行うこども食堂や、屋台形式での食事提供を行うこども食堂が含まれます。

- ▶ 屋台形式のこども食堂 14P「こども食堂 虹の花」
- ▶ 食材提供を行うこども食堂 15P「こども食堂こだかカフェ」



Q5

どうやって広報しているの？（アンケート結果より）

チラシやSNSで広報しているところが多いね！でも、ほとんど口コミだけで広がっている食堂もあるよ！
▶ 21P「もとやま子ども食堂」

チラシ / ポスター

facebook

instagram

25
30

11
30

5
30



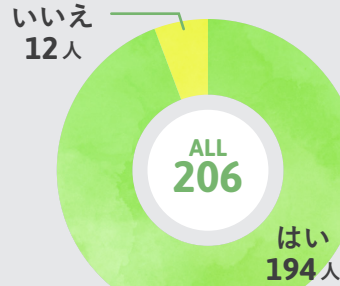
高知県の皆さんに聞きました！

対象

20代・30代・40代でお子様がいらっしゃる方にアンケートを実施しました。総回答数は206件です。男女比率は、女性68% 男性32%です。

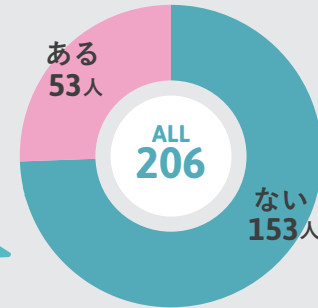
男性 32%
女性 68%

Q1 こども食堂を知っていますか？

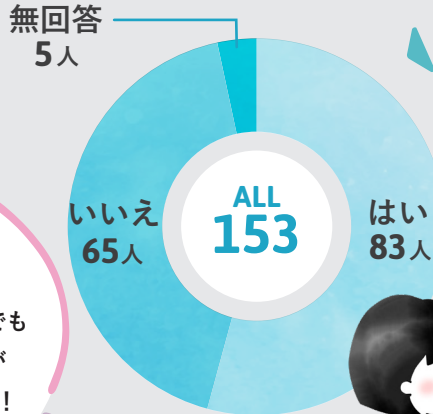


知っているけど利用した事がない人は多いんだね！

Q2 こども食堂を利用したことがありますか？



Q3 こども食堂に関わってみたいですか？



利用した事がない人でも関わってみたい人が半分以上いるんだね！

こども食堂を利用した事がない153人に聞きました。

関わってみたい人の中には、「ボランティアしたい」「参加したい」「食材提供をしたい」「寄付をしたい」という声があったよ！

▶▶▶ 関心がある人はまず、(福)高知県社会福祉協議会のSNSやHPで情報収集してみよう！詳細は裏表紙へ！

Q4 こども食堂にどんなイメージを持っていますか？

こども食堂を利用した事がある 53人に聞きました。



53人中6人(11.3%)

貧困の子どもたちが行く場所というイメージを持っている

こども食堂を利用した事がない人の方が、「こども食堂＝貧困の子どもたちが利用する場所」というイメージを持っているのかな。

53人中23人(43.4%)

安全で健康的な食事を提供する場

53人中18人(34.0%)

地域のコミュニティの中心地

こども食堂を利用した事がない 153人に聞きました。



153人中39人(25.5%)

153人中46人(30.1%)

153人中45人(29.4%)

えいや家ゆめたね

📍高知市宝永町10-21

開催 毎週火曜日 10:00~17:00

料金 子ども0円 / 大人0円(適宜寄付)

供食形式 会食形式 収容人数 約10名

+α活動内容 体験活動(子どもの夢に沿った活動)

運営主体: 特定非営利活動法人 GIFT



不登校の子どもたちの夢の種を応援

不登校の子どもたちをサポートするために設立された「えいや家ゆめたね」は、子どもたちのための昼間の居場所を提供しています。コロナ禍以前、「えいや家」というこども食堂を運営しており、活動を続けるうちに学校に行きづらい子どもたちが参加するようになってきました。しかし、この食堂が知られるようになると、最初に参加していた子どもたちの中には行きづらくなってしまった子もいました。この問題を解決するため、「えいや家ポケット」という新しい食堂を始め、さらに「えいや家ゆめたね」を設立しました。

ここでは、子どもたちがお菓子作り、ゲーム、公園巡りなど、多様な活動を通じて自分の夢を追求できる環境が提供されています。また、菓子メーカーの「浜幸」に企業訪問をしたこともあります。この活動は、学校に行けない子ども

たちにとって、自分の強みを活かし、将来の夢に向かって一歩踏み出す手助けとなっています。さらに、高齢者と一緒に行ったクリスマスの飾り作りでは、子どもたちが教える立場になることで、自己効力感を高める機会になりました。これらの経験は、子どもたちに自分自身の価値と社会への貢献を認識させるのに役立っています。

はじめは、自分がしたいことをなかなか言えなかった子も、伝えられるようになるという変化も見られました。最終的な「えいや家ゆめたね」の目標は、学校に行けない子どもたちが自分の興味や能力を伸ばし、将来に向けて自信を持って前進できるようサポートすることです。

(インタビュー: 高知大学3年 高橋)



おすそわけ食堂 まど

📍 香美市香北町葦生野338

開催 月曜日以外
平日 11:00~14:00 / 土日祝 11:00~15:00 / 夜(木金土のみ) 17:30~20:00
料金 高校生以下 300円 / 大学生 500円 / 大人 650~800円
供食形式 会食形式 **収容人数** 20名
+α活動内容 イベント、工作教室
運営主体：任意組織 おすそわけ食堂 まど



おすそわけから広がる『円(まど)』

忙しい日々の中で、私自身や大学生の友人、地域の子育て世帯が食生活の問題に直面していることに気づきました。そんな時、地域の方から「おすそわけ」の手料理をいただき、身も心も満たされました。この経験から、地元の食材を活かした心温まる料理を提供する「食堂」のアイデアが生まれました。「おすそわけ食堂まど」は、地域の課題解決の場であり、人々をつなぐ「円(まど)」になることを目指しています。

食堂は月曜日以外の週5~6日開催しており、農家さんからいただく規格外の野菜を活用した日替わり定食を中心に、カレーやオムライス、デザートなどを提供しています。特に子どもたちには安価で食事を提供し、水曜日の放課後には居場所としても利用できます。また、特に約束しているわけではないけれど、朝になると元気に子どもたちが手伝いに来てくれていま

す。注文、料理運び、皿洗いや盛り付けなどを、お手伝いしてくれています。

食堂の運営に加え、近隣の農家と協力して田植えや稲刈りのイベントを行い、一部地域ではお弁当の配達サービスも行っています。私たちの活動は、地域の方々の支援により支えられており、食堂への「おすそわけ」は、遠方の方々からも寄せられています。

これからもフードロス削減、子どもたちの居場所づくり、子育て世帯への支援を目指しています。また、宅食サービスへの挑戦も考えていますが、そのためには人材確保やネットワーク構築が必要です。私たちは、利用者の方々に寄り添いながら、地域に根差した食堂を継続し、地域の方々との連携を深めていきたいと考えています。

(インタビュー：高知大学3年 大野)



こども食堂ゆめ

📍 宿毛市中央1丁目1-30

開催 毎月第3土曜日 12:00~15:00
料金 子ども 100円 / 大人 300円
供食形式 会食形式(※) **収容人数** 約10名
+α活動内容 居場所事業、学習支援、体験活動
運営主体：NPO法人ゆめ・スマイル



子どもの口コミで広がる『近所のおばちゃんたちがいる』楽しい場所

こども食堂を始めるきっかけは一人の少年との出会いでした。退職後、市内小中学校の始業時に「絵本のよみきかせ」をするボランティアグループに入会しました。ある日、S小学校のよみきかせが終わり、近くの駐車場に行く途中、一人の子どもに出会いました。一目でネグレクトだとわかり衝撃が走りました。宿毛に「こども食堂を作ろう!」と決心し、友人たちに声をかけ「こども食堂ゆめ」を2017年1月に設立しました。2020年には一緒に活動していたイベント団体「worldsmile」と一緒に「NPO法人ゆめ・スマイル」を設立しました。参加者、スタッフの皆が笑顔で明るく楽しく過ごす場所として愛され続けています。

「こども食堂ゆめ」は以前はバイキング形式の食事でしたが、現在は感染防止のため手作り

弁当を販売しており、地域の高齢者も購入しています。ハロウィンには、子どもが地域を巡りながらお菓子を貰うイベントを企画し、地域との交流も促進しています。「おかえり」「ただいま」で始まる「みんなのおうち」では放課後、学校終わりの子どもたちで賑わい、居場所としての役割を果たしております。また地域の高齢者も訪れ、交流の場として機能しています。現在、市や(福)宿毛市社会福祉協議会の関連職員や地域で活躍している事業所と連携し、ネットワークの輪が広がっています。

種をまく仕事としての「ゆめ・スマイル」の事業を今後も継続し、後継者の育成や若者の参加を促進し、さらに地域に貢献していく予定です。

(インタビュー：高知大学3年 高橋)

※以前は会食形式だったが、現在は感染防止の為お弁当に変更中



子ども食堂 虹の花

📍 土佐清水市下ノ加江2782-8

開催 毎月1回(日曜日) 11:00~14:00
料金 子ども無料の食券配布 / 大人実費分の食券購入
供食形式 屋台形式 **収容人数** 屋外開催のため特になし
+α活動内容 食材提供、居場所(公園)、イベント、要支援家庭への支援
運営主体：一般社団法人 虹の花



屋台で振る舞うお祭りのような食堂

「こども食堂はお金やごはんがない人が行く場所」というイメージを変えたいと思い始めました。食堂のある校区には子どもが4人しかおらず、地理的に不便な場所に位置しているものの、200人以上の参加者がおり、多くは近隣の市からの訪問者です。食事は屋台スタイルで、毎月約7種類のメニューを提供しており、特に地元特産の宗田節を含むブレンドソースの鉄板焼きそばが人気です。

ボランティア活動には、地元の高校生だけでなく、スタッフの家族も参加しており、地域コミュニティの絆を強化しています。私たちは市の福祉課や児童相談所と連携し、必要に応じて直接食材を提供するサポートも行っています。手作りの公園を常時開放しているほか、太鼓やダンスの披露なども行い、来場者に楽しんでもらっています。



さらに、移動式のこども食堂も計画しており、実現すれば更に多くの子どもたちにサービスを提供できるようになります。こども食堂を支援の入り口とし、第三の居場所事業もしたいと考えています。これは学校や家庭とは異なる心の居場所で、支援の入り口より奥のサポートができます。

この事業を始める場合は、無料の心理相談サービスも提供し、子どもたちの心のケアにも注力していく予定です。これらの活動を通じて、子どもたちが安心して成長できる環境を提供し続けることが私たちの目標です。この取り組みは、地域社会において非常に重要な役割を果たしており、子どもたちだけでなく、その家族や地域全体にとっても価値ある存在となっています。

(インタビュー：高知大学3年 高橋)



子ども食堂こだかさカフェ

📍 高知市中万々2-47 地域交流センター城北

開催 毎週火曜日 15:30~18:30
料金 子ども0円 / 大人0円
供食形式 食材支援 **収容人数** -
+α活動内容 -
運営主体：任意組織 こども食堂こうち実行委員会



食材支援により見えてきた家庭の背景、見えぬ貧困への支援

元保育士が始めたこども食堂は、8年前にスタートし、現在は食材支援に特化しています。コロナ禍で食堂運営からお弁当配布へと変更し、さらに食材支援へ移行しました。この活動は、88世帯の大人117人、子ども160人に対して行われており、73世帯が子育て世帯です。食材支援は、一回限りの食事提供ではなく、家族が複数回の食事を作ることができるため、より効果的です。スクールソーシャルワーカーや社会福祉協議会からの紹介で支援先は増えており、宅急便での配送も行っています。

この取り組みを通じて、家庭の背景や心の貧困にも目を向けることができました。料理が難しい家庭や家族関係の問題を抱える家庭もありますが、前向きに支援から卒業する方の姿には大きな喜びを感じています。また、子どもたちの笑顔や家族の変化を目の当たりにすること

が、活動の大きな励みになっています。食材支援を通じて、貧困の実態や家庭の多様な問題を深く理解し、支援を必要とする人々に寄り添うことの大切さを実感しています。さらに、地域社会の支えとなる活動を継続する中で、支援が人々の生活にどのようなポジティブな影響を与えているかを実感しています。この活動を通じて、子どもたちだけでなく、家族全体の生活向上に寄与できることに大きな意義を感じ、地域コミュニティの一員としての役割を果たしています。

これからも、この支援活動を続けていくことで、より多くの家庭が困難を乗り越え、明るい未来を築いていけるよう努力していきたいと考えています。

(インタビュー：高知大学3年 高橋)



すさき市民食堂うみやまごはん

📍 須崎市南古市町6番3号（須崎公民館 交流ひろばすさき）

開催 月3回（昼1回+夜2回） 昼 11:00~14:00 / 夜 16:00~20:30

料金 子ども（18歳未満）0円 / 大人300円

供食形式 会食形式 収容人数 約60名

+α活動内容 食育、食材提供、プラスワンコーナー、イベント

運営主体：任意組織 すさき市民食堂



温かい人の輪に恵まれた地域住民の交流の場

設立にあたり、「須崎で困っている人はいない」という声もありましたが、「地域の隠れたニーズに応えられるかも」という想いで設立しました。昼間は先着50食程度を提供し、多いときは60名以上の人々が訪れます。夜の開催は、夕方一人で過ごす子どもの存在への気付きから始まり、仕事終わりに保護者と共に食事に来るひとり親家庭の方が多いです。すさき市民食堂は、小さな子どもを連れた母親や一人暮らしの高齢者、近隣市から来る一人親など、多様な人々が訪れる地域交流の場となっています。

食堂は、「市民のQOL（生活の質）の向上」を目指し、単なる食事提供を超えたサービスを提供しています。例えば、福祉的テーマを設けた「プラスワンコーナー」と称したイベントを行っています。また、毎回開催している子ども服お譲り会は大盛況で、これを目当てに来てくれる

方もおり、地域住民間の繋がりを深めています。食堂の活動は、SNSを活用したボランティア募集により支えられており、地元青果市場からの食材提供など、地域のさまざまな人々や組織からの支援を受けています。

今後の計画として、フードバンクの機能や高齢者の見守りサービスを行い、更なる社会貢献活動を目指しています。また、任意組織から法人化を進め、より持続可能な運営を目指しています。困っている人を見つけるには、知り合いの輪を広げていく必要があります。長く地域に根差すことで、助けを必要とする人に支援を届けられると考えています。これを胸に、利用者が支援者になる循環を生み出し、地域全体の連携と強化を目指しています。

（インタビュー：高知大学3年 高橋）



フジヤマ子ども食堂

📍 高知市追手筋1-2-7 スクエアワンビル1階

開催 毎月第2・4水曜日 16:00~19:00

料金 子ども（高校生まで）0円 / 大人300円

供食形式 会食形式（テイクアウト可） 収容人数 35名

+α活動内容 食材提供

運営主体：NPO法人土佐activity倶楽部



飲食店がこども食堂をすれば、地域住民と親しくなれる

コロナ禍に、地域貢献を目的としたこども食堂を開始しました。多くの飲食店が協力し、活動は順調に進行しています。このプロジェクトには、高知県出身のモデル・女優である白田久子さんも参加しており、子育て支援に注力しています。白田さんは児童養護施設を訪れ、文房具や玩具を寄贈し、こども食堂の情報発信も行っています。

こども食堂では、栄養豊富な食事を無料または低価格で提供しています。普段はお好み焼き屋を営んでいることから、食材が少ない時はお好み焼きやそば飯を提供することもあります。寄付食材で余ったものは、無料で持ち帰ることができます。この取り組みは、子どもたちへの健康的な食事の提供とともに、家庭の食事負担を軽減し、地域の絆を深めています。ライオンズクラブの協力で丸亀製麺とキッチン

カーでうどん提供を行ったイベントは、100人以上の来場者を迎え、大成功を収めました。飲食店がこども食堂を運営するメリットとしては、衛生管理が整った調理環境があります。

2023年4月には高知市中央公園で「子ども食堂フェスティバル」を開催。初回は参加者が少なかったものの、今後の拡大に期待しています。このイベントはこども食堂の普及を目指す重要な一歩です。

（インタビュー：高知大学3年 高橋）



フードバンク あいあい食堂

📍 高知市大川筋2丁目9-5

開催 毎月2回第2・4土曜日 11:30~14:30
料金 子ども0円 / 大人300円
供食形式 会食形式 **収容人数** 40名
+α活動内容 学習支援、調理体験、食材提供、催物
運営主体：一般社団法人 高知・あいあいネット



こども食堂の『教室』として

私たちは、DV被害者の支援、シェルター活動、生活保護申請の支援、フードパントリー運営、そしてこども食堂への食材支援など、多岐にわたる活動を行ってきました。これらの活動を通じてこども食堂の「教室」として、自らもこども食堂を立ち上げるようになりました。当初は貧困家庭を対象としたクローズドな運営でしたが、地域の要望を受けてオープンな食堂へと変更しました。

食堂は毎月第2・4土曜日に開催され、バイキング形式で30~40名の参加者を迎えています。子ども連れの家族や兄弟だけで来る子どもたちも多く、プライベート空間を提供するための小部屋も用意しています。高知市の福祉職員、民生委員、高校教員、高校生など、多様なスタッフが運営に参加しています。ハロウィンやクリスマスには特別イベントを開催し、お菓子をか

けたじゃんけん大会や、お菓子の詰め放題、クリスマスソングと手話ダンスなど楽しい活動を考えています。

私たちはこども食堂の運営をサポートする「教室」としての役割も考えています。実際のこども食堂の運営の体験やボランティア活動の場の提供、また県への食堂登録や、補助金申請補助を通じてこども食堂の活動が広がっていければと思っています。

新たに食堂を始めたい人がいれば、私たちがこども食堂を運営していない日に場所を貸し出したいと思っています。こども食堂の「教室」としてこれからこども食堂を始めようとしている人の練習場所となり、その気持ちを後押しできる場所になりたいと思っています。

(インタビューア：高知大学3年 大野)



しょう ほっと笑

📍 高知市高見町348番地

開催 毎週月曜日 7:30~10:30 / 毎月1回土曜日(不定期) 10:00~13:00
料金 子ども0円 / 大人300円
供食形式 会食形式 **収容人数** 20名
+α活動内容 学習支援、読み聞かせ、子育て談話、体験活動、食育、調理体験
運営主体：一般社団法人地域学校協働・家庭教育支援・世代間交流センターもうひとつの大きな家族



『ほっと』笑顔になれる大きな家族

教員時代、多様で複雑な課題を持つ子どもや家庭に対して学校ができることの限界を感じることが多くなり、そんな子どもたちを救いたと始めたのが「ほっと笑」です。「ほっと笑」という名前は、「ほっと」できる場所をつくり、みんなの「笑」顔があふれるようにと願って名付けました。「ほっと笑」は地域の核となる世代間交流のできる居場所づくりを目指して活動しています。

こども食堂は、毎週月曜日の朝と月1回の土曜日の午前に開催しています。コロナ禍からは通所が難しくなった方の要望に応え、こども食堂とは別に個別訪問も行っています。月1回のイベントでは「大きな家族で〇〇を楽しもう」と絵画・工作・音楽演奏会などを通して、中・高・大学生や地域の方々と交流をしました。夏休みには駄菓子屋も開催し、連日楽しい声で溢れました。この駄菓子屋は子どもたちの放課後の居

場所にもなりつつあります。

ボランティアの方の中にも、食事や会話、イベントを通して「自分はこんなことが好きだったんだ」という気づきや、「自分の居場所ができた」といってくださる方もいます。元気とやる気ができたら、違うところに羽ばたいていってもいい、そんなボランティアの方にとっての「止まり木」でもあります。

今後は高校生や大学生と協働したイベントを企画・運営し、キャリア教育の一環としたり、子どもたちが放課後、自由に楽しめる環境づくりを行ったり、子育て世代が安心して子どもを預けられる「子どもの居場所づくり」を目指していきます。そして、「ほっと笑」を集う人々のやりたい・学びたいことが実現できる居場所の提供や普段からのつながりの深化を続ける場にしたいです。

(インタビューア：高知大学3年 大野)



ミーム club

📍 高知市はりまや町2-11-8

開催 毎月1回 12:00~15:00

料金 子ども0円 / 大人300円

供食形式 会食形式 収容人数 30名

+α活動内容 読み聞かせ、食材提供、工作、講話

運営主体：任意組織 ミーム club



食の大切さを食堂から

子どもの孤食を少しでも減らしたい、子どもたちに食の大切さを伝えたいという思いで「ミーム club」を始めました。また環境問題を食から考えるきっかけにもなれたらといった願いもあります。新鮮で安全な食事を子どもたちには食べてもらいたいという思いから食事に使用する食材にはこだわっています。

ミーム clubは製菓製パンの食材・器具販売店マルコの中にある料理教室の部屋をお借りして、毎月一回不定期に実施しています。18歳未満は無料、18歳以上は300円で参加できます。読み聞かせ、調理体験、お絵描き、工作、SNS講座、バンド演奏など様々な活動にも取り組んでいます。

大学生から80代まで、さまざまな世代のボランティアが参加し、特別支援学級卒業生もスタッフとして活躍しています。80代のスタッフ

の方は、自分にとってミーム clubでのお手伝いは生きがいであり、ミーム clubは自分の居場所でもあると話してくれました。

今後は、農家さんとこども食堂を繋げられるよう活動していきたいと思っています。また、子どもたちが料理に興味を持って、自分から作ろうとする姿を育みたいという想いもあります。朝ごはんをちゃんと食べている子どもが少なくなっている中、簡単な食事でも、自分で朝ごはんを作って食べられるようにしていきたいです。キッチンカーを使った移動型の食堂にも取り組んでみたいのですが、金銭的な課題があります。私たちはこれからも、食の大切さを伝える活動を続けていきたいです。

(インタビュー：高知大学3年 大野)



もとやま子ども食堂

📍 本山町本山452-7

開催 毎月1回 (不定期・土・日・祝のいずれか) 11:00~14:00

料金 子ども0円 / 大人300円

供食形式 会食形式 収容人数 30名

+α活動内容 -

運営主体：任意組織 もとやま子ども食堂



だれでも自由に集まれる場所を

私たちは、私設公民館「まちかどひろばやまぼうし」の設立をきっかけに、誰もが自由に集まれる場を提供したいという思いから“気まぐれ食堂”としてスタートしました。地域の人々の協力により、順調にスタートでき、今では「カレー屋さん!」と、子どもたちが気軽に食堂にやってきます。小学校や保育所も近く、隣に駄菓子屋さんもあることからこども食堂にはぴったりな場所だと思います。メニューは主にあかうしを使用したカレーライスで、季節によって年越しそばやもちつき、カボチャのコロッケなどにも挑戦しています。

チラシやSNSなどの広報は、訪れる方が増えすぎると対応が出来なくなってしまうので行っていない。子どもたちの口コミと入り口に掲示しているお知らせが広報の代わりとなっている

てくれて、誰もが自由に集まれる居場所として手ごたえを感じています。

将来的には、開催回数を増やし、朝ごはんや夕ごはんの提供、料理教室の開催や高齢者向けの食堂の開催など様々なことにチャレンジして、より気軽に集まれるような場所を目指していきたいです。そして、私たちが決めて始めるのではなく、利用者の方々に一緒に作ってもらえるような、そんな「もとやま子ども食堂」になりたいです。いつか子どもが「開けてよ!」と食堂の開催日時を決めるようになるかもしれません。利用者の方だけでなく、スタッフで集まる方も含め地域の暮らしや福祉の問題などを語りあえる場にもなればいいなと思っています。

(インタビュー：高知大学3年 大野)



やすまるちょっこりくん

📍 香南市夜須町坪井16-1

開催 毎月第1日曜日 11:30~13:00 / 毎月第4土曜日 11:00~14:00

料金 子ども0円 / 大人200円

供食形式 会食形式 収容人数 30名

+α活動内容 読み聞かせ、食材提供

運営主体：社会福祉法人 香南市社会福祉協議会



ちょっこりとみんなが集まり、休まる場所に

「やすまるちょっこりくん」は(福)香南市社会福祉協議会が運営するこども食堂で、子どもたちに交流の場を提供する目的で始めました。この名前には、みんなが気軽に顔を見せに来てくれる場所で、笑顔の輪がもっと広がるようにといった願いがこもっています。地域の協力により運営され、始めから多くの人々が集まる場所となりました。

香南市内の子どもとその保護者を対象に毎月第1日曜日に「やすまるちょっこりくん」を、毎月第4土曜日には子ども達が地域のために運営する「ちいきこども食堂なかよし」を開催しています。高校生以下は無料、保護者は200円で利用可能です。大人だけの利用は「やすまるちょっこりくん」ではお断りしており、「ちいきこども食堂なかよし」では大人は100円で利用できます。食材は地域の農家や商店、企業から

の寄付が主で、地域の人々がスタッフとして食堂運営を支えています。食堂終了後には、次のメニューを考えるミーティングも行っています。地域の商店やスーパーを利用し地域に還元できるように運営していくのが私たちのこだわりです。

最近は利用者数の減少や不安定さに悩んでいます。これからはコロナ禍の影響とも戦いながら、「やすまるちょっこりくん」がもっと賑わうよう活動していくのが今の目標です。また、SNSなどを利用したリアルタイムでの情報発信なども行っていきたいと考えています。子どもたちがちょっこり来てくれて、みんなが休まる場所になるように、笑顔が増える場になれるようにこれからも食堂の運営を頑張っていきたいと思っています。

(インタビュー：高知大学3年 大野)



こども食堂 × 未来 で考えてみました!

こども食堂に興味のある若者に「こども食堂」×「未来」について考えてもらいました。

考えてくれた人：高知大学3年 大野さん・高橋さん 高知商業高校3年 佐竹さん・岡村さん



こども食堂を知ってもらうためには人の繋がりが重要だと思います。SNSに接することが少ない高齢の方にも繋がりがあってほしい。

人との
つながり

解決
より
促進を

こども食堂は孤食問題だったり解決できることがあると思うのですが、そもそも知らなかったら解決することもできないのでこども食堂があるってことを促進していかないといけないかなって思いました。

子どもだけではなく、誰にでも来れる場所

「離乳食を出している食堂がなかなかないので、出してほしいんです」という声を聞きました。今の食堂の形に加えて、もっと色んな人が来られるようになっていったら良いと思います。

卒業後、高校教員目指している身なので学校現場でも広げていきたい。ゆくゆくは自分でも子どもの第三の居場所を作りたいという想いもあります。

広げる

ごはん食べたら嬉しくなるし、良い時間の過ごし方だと思うので、こども食堂がごはんを提供することによって、みんなを笑顔にする場所であってほしい。

笑顔に
なる
場所

ボランティア
として

繋がりができたので、ボランティアとして参加することが自分にはできるかな。

居場所

色んな人の家でもなく職場でもなく学校でもない、また別の居場所としてこども食堂が確立していったらいいな。

発信するのは誰でもできるしやればみんなの役にも立てるので発信していこうかなと思っています。

発信
力

大学でこども食堂がどういう制度を使えて、どういう形で活動資金を得ているのかを勉強している。その知見を活かしてこども食堂と一緒に運営してみたい。

共に運営

「みんな」が
知ってる

どんな立場でも、どんなコミュニティに属している人でも、みんながこども食堂の存在を知って、「自分も行っていいんだ」ということが伝わってほしい!

地域同士の
密着感

「(あなたの)お母さん今仕事しゅうき一緒に食べよ」と子どもに話しかけている方を見て、違う家族の中でも声掛けとかがあるので、密着感あるなと感じました。

学校から帰っても家で一人ぼっちの子が、ごはんを食べないとしても寄れるような場所があったらいいな。

気軽な
寄り

高知商業高校社会マネジメント科地域実践コース

2023年12月18日に高知商業高校社会マネジメント科としてこども食堂を開催しました。同年の4月から学校のすぐ近くにある「子ども食堂とりごえ」さんでお手伝いをさせていただきながら準備を進め、企画、広報、調理、イベント運営まで全て自分たちで行いました。当日は大人が47人、子どもが79人、合わせて126人の方にお越しいただき、食事スペースの定員が50人程なので満杯になりました。予定時間を大幅に延長してしまったことなど、反省点はありますが子どもの笑顔を見ることができたり、保護者の方からも「美味しいね」と言ってもらえたので、やって良かったと思います。

