6.子どもが参加しやすい子ども食堂になるには：
レクリエーションとボランティア体験を中心に

生田鈴乃

1.はじめに

近年、無料または低料金で子どもたちに食事を提供する子ども食堂が全国的に広がりを見せている。愛知県でも 2018 年 3 月時点で約 90 か所にものぼり、名古屋市内だけでも 50 ヵ所も存在している。子ども食堂の内容としては食事の提供はもちろん、居場所づくりや学習支援、食育など多様な在り方がある。

貧困家庭の子どもにご飯を提供することを目的として発足した子ども食堂であったが、「貧困家庭向け」というラベルがあるとどうしても子ども食堂に偏見を持つ人が出てきたり、本当に貧困の人は周りを気にして参加しづらくなる。そこで最近では貧困家庭や孤食の子どもを対象としているというよりは、本来の目的をあまり強調せずに子どもから高齢者まで誰でもどうぞというスタンスを取っている子ども食堂がほとんどである。ボランティアとして参加させていただいている子ども食堂にっこにこ、つなぐ子ども食堂も子どもから高齢者まで幅広い年代の人が利用している。

しかし、誰でも参加しやすい子ども食堂になればなるほど人手不足、資金不足、食材や物が不足し、続けられなくなる可能性も出てくる。こうなると大人は「仕方ない」と割り切ることができるが、そこを必要としていた子どもは自分の居場所を失うことになる。資金や人手不足などのやむおえない理由で子ども食堂をやめてしまうかもしれないが、子どもからすればそれはただの大人の都合にすぎない。大人の都合を子どもが被るのはあまりにも悲しすぎる。そして、子ども食堂への期待が高まるのもまた、子どもは参加しづらくなる要因の一つだ。大人は無意識に子どもに対して理想を押し付けてはいないだろうか。「正しいこと」を押し付けてはいないだろうか。子どもの第三の居場所づくりを目指すのであれば、子どものありのままを受け入れ、子どもが心地良いと思える居場所づくりが必要となってくる。

また、これまで参加した子ども食堂の参加人数は大人の数より子どもの数が多いところ、逆に子どもの数が大人より少ないところ、子どもと大人の数が同じくらいのところと分かれていた。やはり、子ども食堂と名前を掲げているのだから子どもにたくさん来てほしい、そう願う子ども食堂運営者は少なくないはずだ。少なからず参加する人の数は場所や規模が関係しているのだが、レクリエーションなどの開催内容を工夫すれば、興味を示して参加してくれるのではないだろうかと考える。

では、どのような場所（地区，規模，レクなど）に子どもの参加者が多いのか，どうすれば子どもがたくさん来てくれるのか、子どもが求めるものは何なのかをアンケート調査、ボランティア体験をもとに、明らかにしていく。

2. 研究方法

〇愛知県内の運営者・団体調査アンケート

①開催日時、開催頻度

②Q12　これまでの 1 回あたりの参加人数（スタッフは除く）は平均してどの程度ですか。子どもと大人に分けてお答えください。

③Q35　Q34 で「2. レクリレーション」を選んだ方に伺います。どのようなことを行っていますか。

○利用者調査大人アンケート

④問 4　子ども食堂への参加頻度についてあてはまるもの 1 つに○をつけてください。

⑤問 5　一緒に参加していらっしゃるお子様の学年・年齢について当てはまるもの 1 つに○をつけてください。

⑥問 7　子ども食堂で現在行っていることで、今後さらに充実させてほしいことについて、当てはまるものすべてに○をつけてください。

⑦問 8　参加費についてあてはまるもの 1 つに○をつけてください。

⑧問 9　開催頻度についてあてはまるもの 1 つに○をつけてください。

⑨問 12　子ども食堂に来る目的として、それぞれの項目について一番近いもの 1 つに○をつけてください。

○利用者調査子どもアンケート

⑩1. まず、あなたのことについて教えてください。

⑪2. 次に子ども食堂についての質問をします。

問 1　どのくらい子ども食堂にきていますか。あてはまるものに 1 つ○をつけてください。

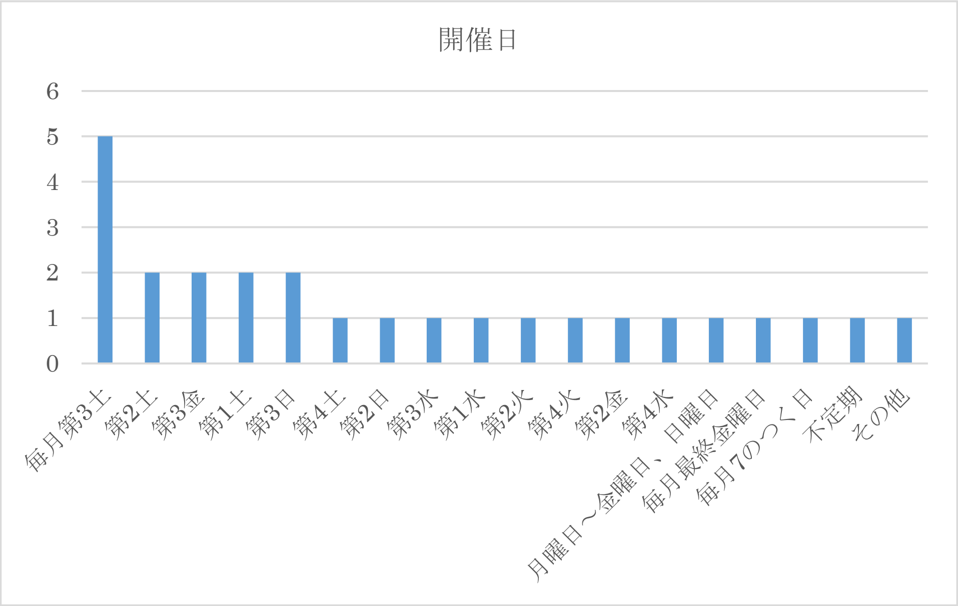
問 2　どんなきっかけで子ども食堂にきましたか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

問 3　子ども食堂の好きなところはどこですか。

3. 子ども食堂の実態

第 1 節

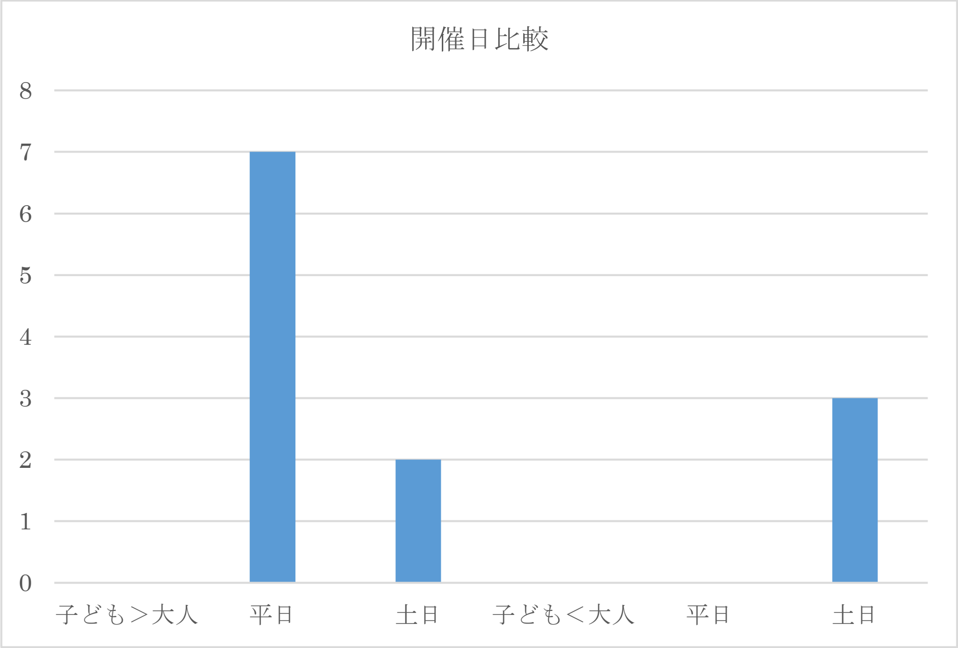
ここではアンケート調査の①～⑨の項目を使い現在ある子ども食堂の形態について明らかにしていく。

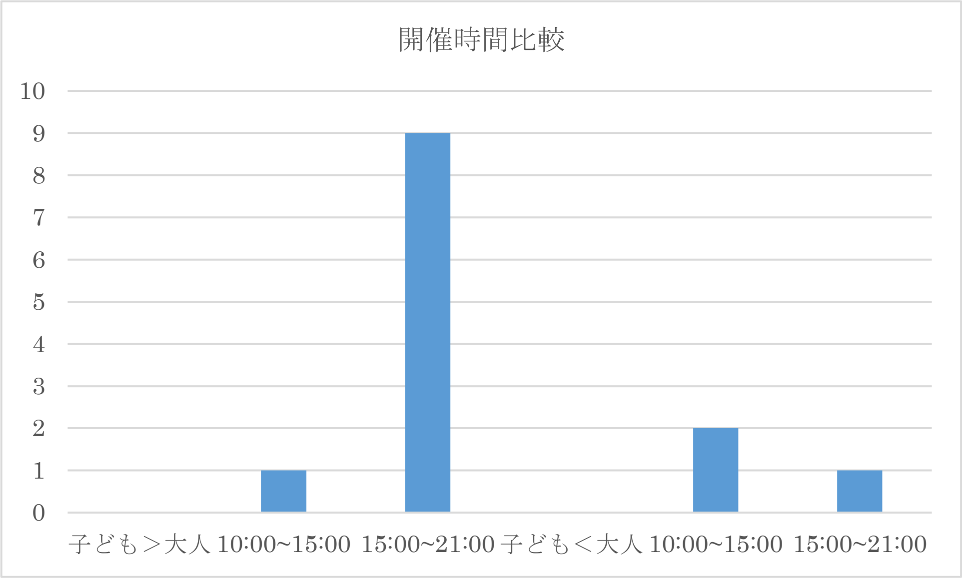


①開催日を集計した結果毎月第 3 土曜日が一番多かった。

全体的に見ても土日開催が多く、平日はまばらであった。

ほぼ毎日子ども食堂を開催しているところもあるが基本は月一回開催のところがほとんどであった。子ども食堂はボランティア活動なので運営者の方たちは仕事をしている人がほとんどだ。平日はボランティアも集まりにくいため、比較的人が集まりやすい土日開催が運営者にとっても無理なく続けやすいのではないか。



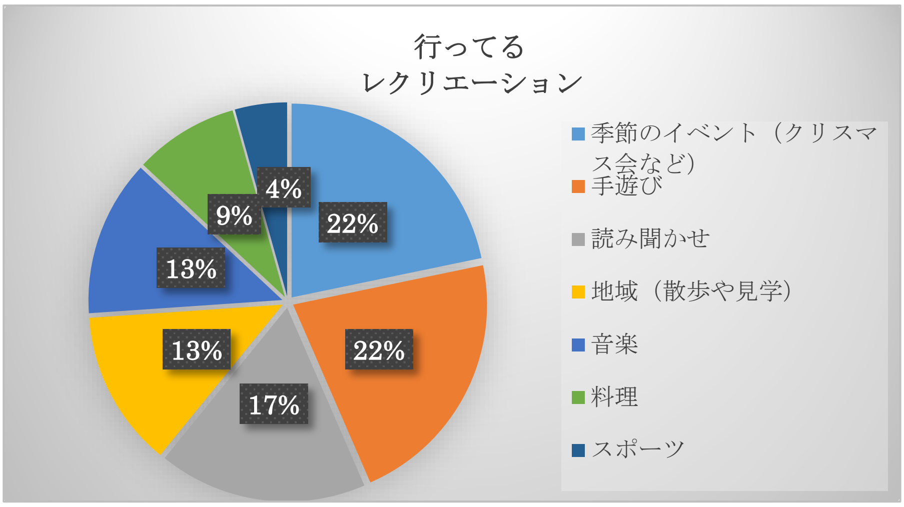


次に子ども＞大人（参加人数差 10 以上）、子ども＜大人に分けて、開催日の比較をしてみた。子ども＞大人の子ども食堂はほとんどが平日開催であるのに対し、子ども＜大人の子ども食堂は土日開催であった。そして開催時間も比較してみると子ども＞大人の子ども食堂

は 15：00～21：00 の夕飯時に開催していた。子ども＜大人の子ども食堂は 10：00～15：00 であった。これは、子どもが多い子ども食堂は学校終わりの時間帯なので学校の友達と一緒に立ち寄ったり、親の帰りが遅いときにご飯を食べたりできるので必然的に子どもの数は増えるのではないかと考える。逆に土日のお昼時は子どもは遊びに出かけることが多くなり、それほど子どもの数は見込めないのではないか。

参加人数 子ども	参加人数 大人
8 人	2 人
10 人	10 人
18 人	17 人
10 人	5 人
7～8 人	0 人
27 人	18 人
30 人	5 人
40 人	30 人
10 人	30 人
40 人	30 人
25 人	15 人
20 人	20 人
25 人	10 人
5 人	2 人
92 人	26 人
35 人	5 人
20 人	20 人
28 人	22 人
9 人	20 人
8 人	12 人
70 人	10 人
50 人	50 人
50 人	25 人

②は各子ども食堂の子ども、大人の参加者の平均人数である。
一番多いところで子ども 96 人、大人 26 人であった。
一番少ないところで子ども 5 人、大人 2 人であった。
やはり人数が多いところは初回が早かったり、規模が大きいことなどが挙げられる。

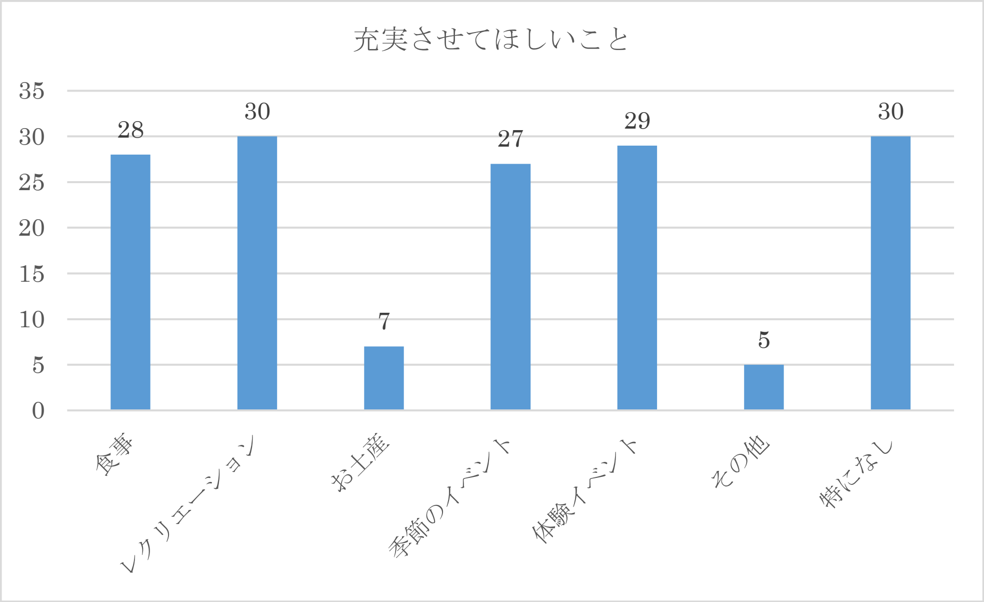


続いて③のグラフを見てみる。

手遊びや読み聞かせなどの室内で行う遊びが目立った。

また、流しそうめんやクリスマス会などの季節のイベントも多く、比較的簡単で誰でも楽しめる企画をしている団体が多いように見える。

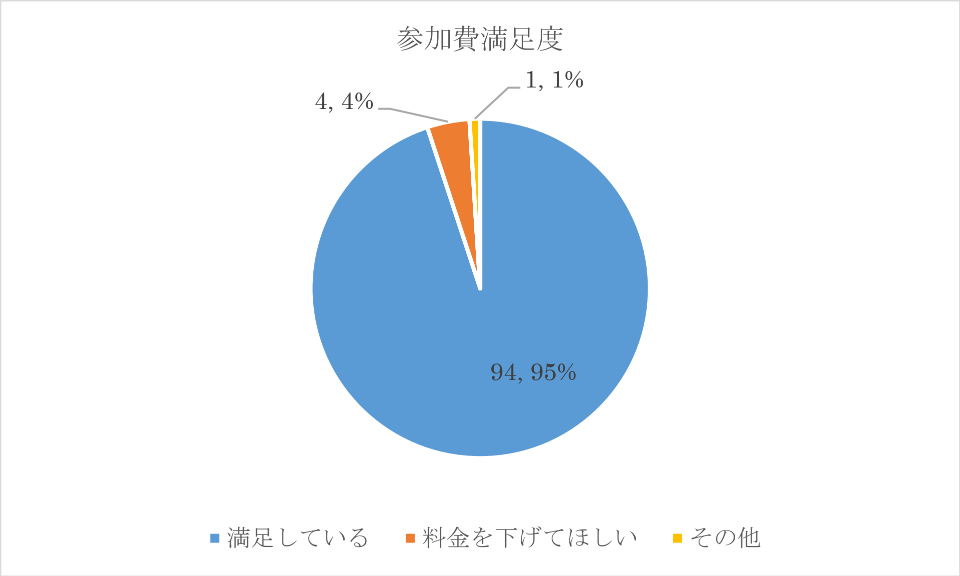
音楽（コンサートなど）や料理、スポーツは大人の目が十分に行き届いていないといけないという面もありレクリエーションとして企画している団体は少なかった。

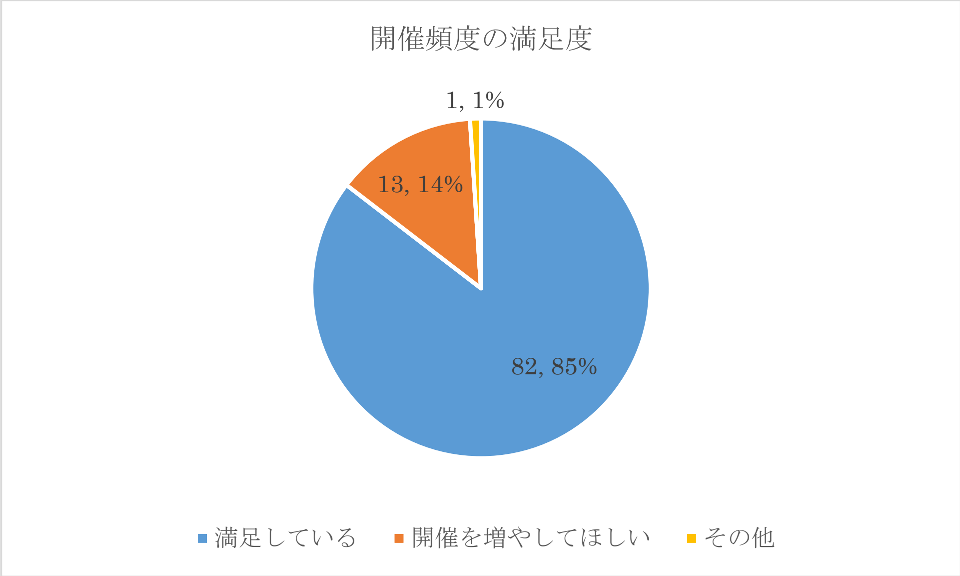


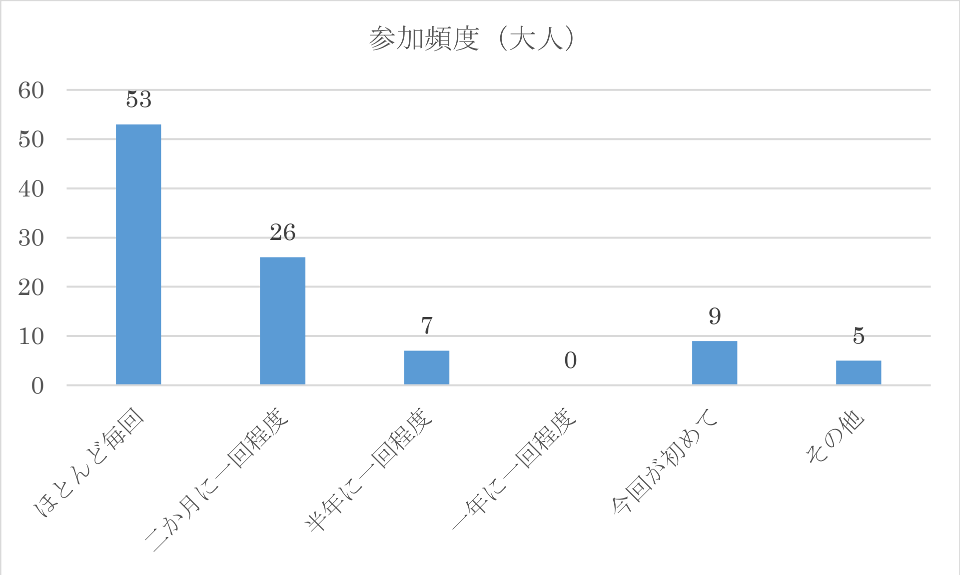
⑤のさらに充実させてほしいことについてみてみるとレクリエーション、体験イベント、季節のイベントの順に多く、レクと同等に特になしという回答も目立った。子ども食堂側はあまり体験イベントを行っていないのに対し、参加者は体験イベントを増やしてほしいという回答が多数であった。体験イベントを増やすことについては子どもがけがをする可能性が高まるため、ボランティアなど見守る人を増やすなど注意が必要になってくる。

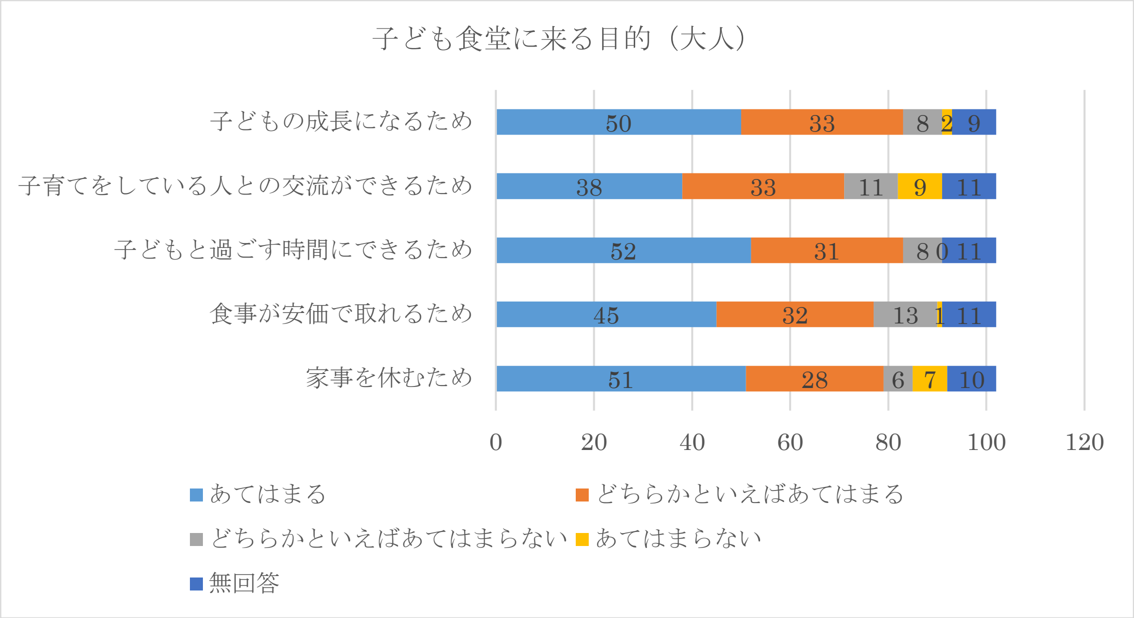
近年、子どもが安心して遊び、学べる場所が減っている。だからこそ、たくさんの大人に囲まれて、たくさんの友達と一緒にスポーツであったり芋ほりなどの普段できないことを

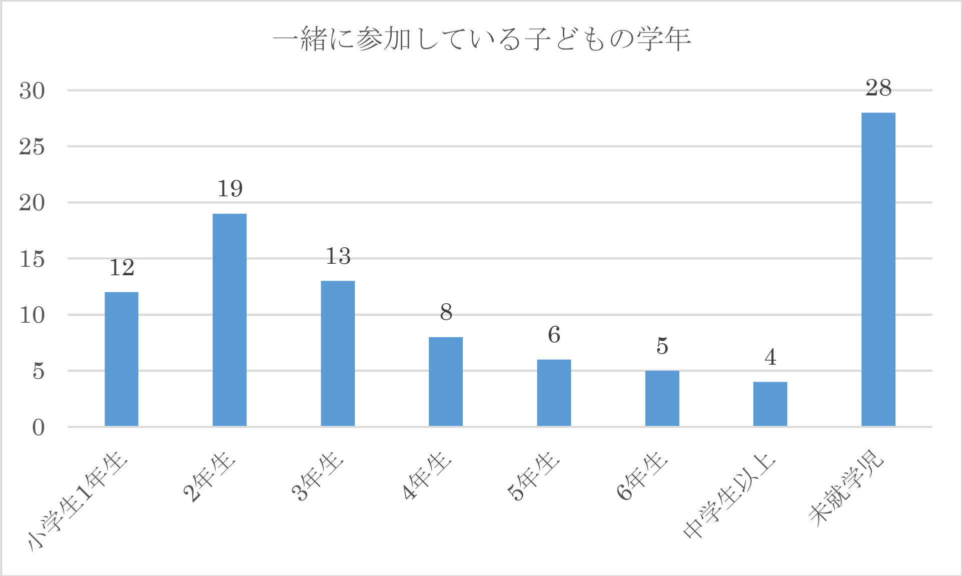
子ども食堂でできるようになると、街の人たちは子ども食堂の必要性に気づき需要が高まっていくのではないかと考える。





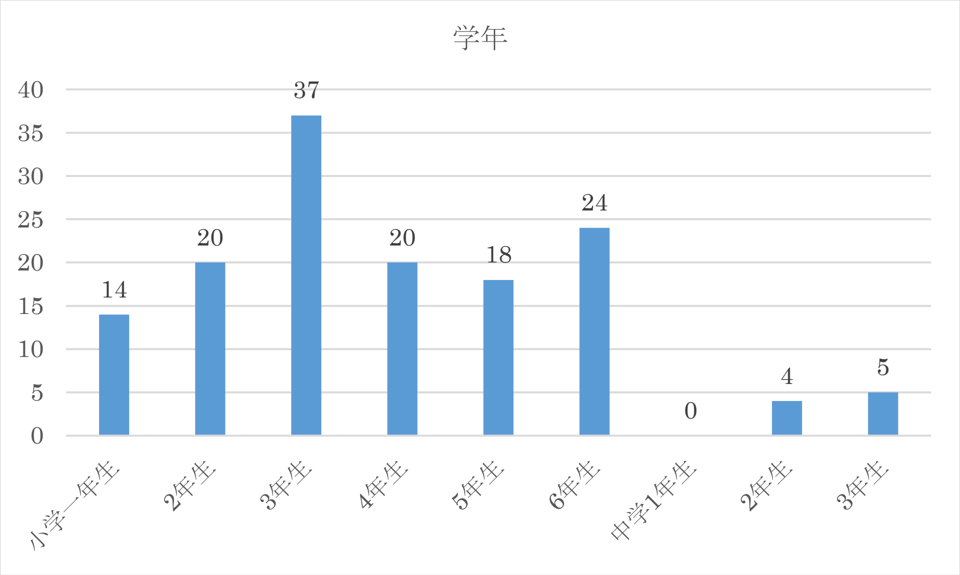




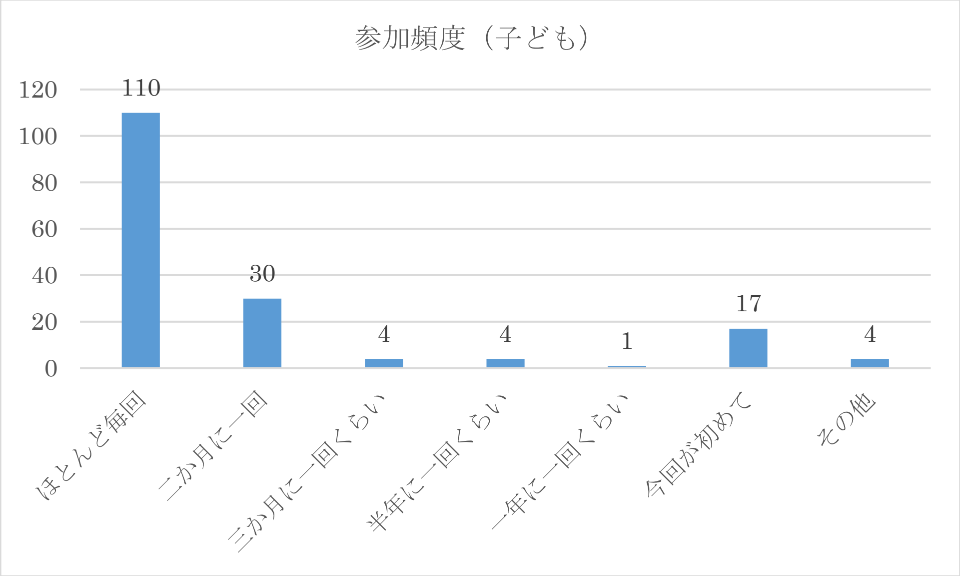


④、⑤、⑦、⑧、⑨のグラフをまとめてみてみる。

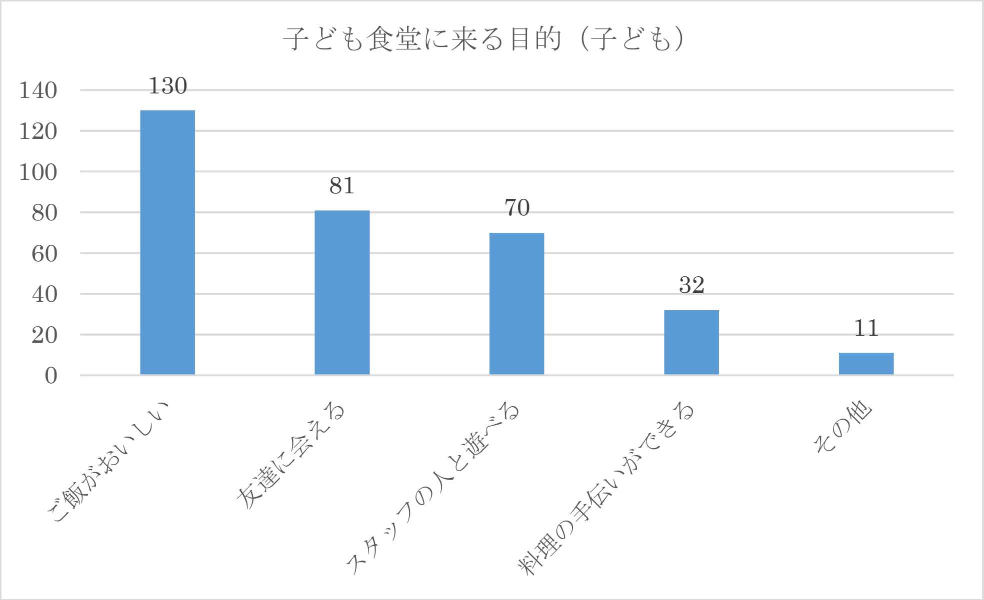
参加頻度はほとんど毎回参加している方が多く、どの子ども食堂も常連がほとんどであった。また、一緒に参加している子どもの学年は未就学児から小学校低学年がほとんどで、おもに子どもと過ごす時間にできる、家事を休める、子どもの成長のためであると回答している。ママ友同士の交流や相談会など保護者にも参加する価値がある子ども食堂にすることで、子どもも自然と増えていくのではないだろうか。参加費、開催頻度共に満足度が高く、月一回開催でも問題はないようだ。



子どもの学年で一番多かったのが小学校 3 年生、次いで 6 年生であった。
中学生になると部活や勉強に忙しくなってなかなか参加できなくなるのではないだろうか。



大人同様、子どももほとんど毎回来ており、常連がほとんどであった。



子ども食堂に来るほとんどの子どもがご飯を楽しみにやってきている。

メインはご飯を食べることなので、彩や子どもが好きな食べ物などを意識して作ってみるのもいいかもしれない。

第 2 節

ここでは自らのボランティア体験をもとに考察していく。

概要	子ども食堂にっこにこ 場所：黒田さん宅（名古屋市天白区元八事 5－43） 対象：子ども～高齢の方 参加費：子ども（無料）、大人（300 円） 代表：黒田昭子さん 初回：2016 年 4 月 4 日（土） 毎月第 3 土曜日	つなぐ子ども食堂（つなぐ子ども未来） 場所:名古屋市昭和区小桜町 2－4　教西寺（現在は地域巡回） 対象：乳幼児～高齢の方 参加費：子ども（200 円）、大人（300 円） 代表：安藤綾子さん 初回：2015 年 8 月 25 日（金）毎月 1 回土曜日
参加日時	2017 年 5 月 20 日（土）9：30～13：30 6 月 17 日（土）9：30～13：30 7 月 15 日（土）9：30～13：30 10 月 21 日（土）9：30～13：30 12 月 16 日（土）9：30～13：30 2018 年 5 月 19 日（土）9：30～13：30 7 月 21 日（土）9：30～13：30 10 月 20 日（土）9：30～13：30	2017 年 12 月 9 日（金）9：45～14：00 2018 年 11 月 17 日（土）9：30～15：00

メニュー	【三食丼、オニオンリング、ゴボウのから揚げ、吸い物、春雨、オクラ、わらび餅】 【ハヤシライス、スパゲッティサラダ、フレンチトースト】 【一口カツ、粉ふきいも、味噌汁、那須の塩揉み、チョコバナナ】 【かぼちゃコロッケ、ソーセージ炒め、サラダ、味噌汁、クッキー】 【ホワイトシチュー、照り焼きチキン、サラダ、ごはん、リンゴ、キウイ、スイートポテト】 【麻婆豆腐、ちぎりキャベツ、中華スープ、ホットケーキ、レンコンひじきの煮物、切り干し大根ピリ辛和え、菜の花ベーコンのスパゲッティ】 【そうめん、いなりずし、さんまのパン粉焼き、野菜サラダ、フライドポテト、ソーセージ炒め、十六ささげとマグロ味付け缶の煮つけ、スイカ、お菓子の詰め合わせ】 【きのこシチュー、春巻き、たこ焼き、グリーンサラダ、スイートポテト、みかん】	【ケチャップライス、サンドイッチ、肉巻き、ハッシュドポテト、ポタージュ、柿と大根のサラダ、柿のバター炒め、バナナ、マンゴーゼリー、パンの耳あげ】 【花びら餃子、じゃがいも団子汁、季節野菜の和え物、果物デザートなど（限定 50 食）】
レク	あやとり 絵本の読み聞かせ 手品 手作りクッキーを作ろう クリスマスケーキをデコろう ホットケーキを焼く スイカ割り たこ焼きづくり	紙芝居、地域のお姉さんたちと遊ぶ 興正寺巡り
参加人数	大人 21 人、子ども 11 人 大人 25 人、子ども 15 人 大人 20 人、子ども 8 人 大人 23 人、子ども 21 人 大人 16 人、子ども 8 人 大人 22 人、子ども 10 人 大人 8 人、子ども 9 人	大人 16 人、子ども 27 人 大人 39 人、子ども 20 人

	大人 15 人、子ども 18 人	
感想	【場所が住宅街なので、近所の人たちばかりだった。子どもは中学生が多く、学校の友達と一緒に来ていた。高齢の方もいて、家で一人だったから来たと言っていた。知り合いが多いということですごくアットホームな場所だと感じた。】 【中学生の女の子 3 人と、小学生の男の子が率先して料理を自分でよそったり、ずっと皿洗いをしていた。好きだからやっているといっていたが、家ではほとんど手伝わないそう。しかし、こうした子どもたちが進んでお手伝いできる環境があるおかげで、子どもたちの自主性が身についていくのではないかと感じた。】 【ほとんどが 3、4 歳くらいの子でいろんなものに興味を示していた。食後は手品ということですごく喜んでいて楽しそうだった。手品をしてくれた方は子どもを引き付けることが上手く、子どもが自然と寄っていてすごいと思った。手品はどの年代でも楽しめて皆がよく笑っていたと感じた。】 【今日はいつも来てくれる子達、塾の先生と生徒がたくさんみえた。 子ども食堂に来てくださっている親さんたちが宣伝してくれて、塾の昼休みを使って昼ご飯を食べに来たそう。子どもたちは、学校の給食のように同じご飯を囲み、お喋りをしながら食べていてとても楽しそうだった。 食後には小さい子がクッキーを作っていた。それぞれが生地を混ぜてこねてみたり、いろんな形を作ってみたり、思い思いのクッキーを作れて嬉しそうだった。】 【いつも来てくれている子どもや親子のほかに公園で遊んでいた子 4 人も声をかけたらご飯を食べに来てくれた。	【ここに来る子達は割としっかりしている子が多い。 「ありがとうございます。」「これはどうやってやったらいいですか。」などときちんと敬語が使えていた。また「何か手伝うことはありますか？」と聞きに来てくれて、進んでお手伝いをしてくれた。子ども食堂を通じて子どもは成長しているんだなと感じた。】 【毎月違う場所で子ども食堂を開催しているため、常連の人は少なかったように感じたが、今回の開催場所がカフェということもあり、近所の人が多く来てくれた。 子どもたちは料理をしている中で、自分なりにどうやったらきれいな形になるかなどを模索しながら作っているので、自然と考える力や発想力が養われているなと感じた。 ご飯を食べた後は近くの興正寺に行き鐘を鳴らしたり、お寺の中を散歩しながら説明を聞いたりした。このような場を設けることで普段自分だけではしないことができるのでとてもいいと思った。】

	今日は人数は少なかったが、男の子が多かったので、よくお代わりをしてくれた。子どもは無料なので、子ども食堂が近くにあることを知れたら、 公園で遊んでいてお腹がすいたなと思ったらすぐ行けるので子どもは来やすいと思った。】 【食べるだけよりお手伝いがしたいということでピアノ教室の生徒がボランティアとして来てくれた。食材を洗ったり、皮をむいたり、簡単な作業ではあるが、自分から進んで手伝っていたので、子ども食堂は子どもの成長にも繋がる場所だなと思った。 また、チラシや告知のおかげか、障害者福祉施設の団体の方も来てくれるようになった。こうやって様々な理由で様々な人が子ども食堂を利用していて、子ども食堂の多様性や可能性を感じた。】 【この日は近くで盆踊りがあったり暑さのせいもあり、参加人数がいつもより少なかった。食後のメニューでスイカ割りがあり、子どもはもちろん大人も一緒に盛り上がった。 しかし、子どもの力ではスイカを割ることができなかったので、後に話に上がったが、スイカにあらかじめ切れ目を入れておいて割れやすくするなどの工夫があれば子どもはもっと喜んだのではないかと思った。 また、子どもが遊んでいる間お母さん同士で子育てについて相談しあったりしていて、そこでママ友などの繋がりができるのでいいなと思った。】 【今日は近くの学校の小学生が 8 人くらい来てくれた。 初めての場所で緊張しているという子もいたが、みんなが学校の友達ということもあり、給食の時間のように終始楽し	

	そうに食べていた。 最近では様々な人が参加してくださるようになって、活気づいてきたなと感じた。また、食後には大人も手伝いながら、子どもたちが主となってたこ焼きを楽しそうに焼いていた。このようにたこ焼きを作ったり子どもたちも積極的に参加できるようなお楽しみがあればもっと子どもも増えるのではないのかと感じた。】	

私が参加させていただいている子ども食堂はおもに上記の 2 ヵ所である。

子ども食堂にっこにこは、2016 年 4 月 4 日（土）から毎月第 3 土曜日に黒田さん宅で開催されており、子どもから大人まで幅広い年代の方の居場所をメインに活動している。また、料金は子ども無料、大人 300 円となっている。参加者は常連が多く、近所の人が良く来てくれている。子どもの年齢層は未就学児から小学生がほとんどで、学校の友達と一緒に来てくれる子、近くの公園で子ども食堂のチラシをもらって参加してくれる子などさまざまであった。親子で参加している方は子どもと一緒にご飯を食べるだけでなく、母親同士でも会話を楽しんでおり、参加者同士の交流の場になっている。また、参加者の方が子ども食堂を宣伝してくださったことをきっかけに塾のお昼休みを使って参加してくれることもあった。

最近では障害者福祉施設の方たちが団体で利用してくださっている。

ごはんのメニューはカレーやシチュー、コロッケやとんかつといった子どもたちが好きそうなものばかりである。セルフでご飯をよそうのだが、美味しいのでついついお代わりをしてしまう。レクリエーションはおもに室内でできる手遊びや本の読み聞かせ。マジックができる方が来て手品を見せてくれることもある。季節のイベントとしてお花見やスイカ割りなども行っている。特に子どもたちが喜ぶレクリエーションは料理で、たこ焼きづくりをしたときは子どもたちが帰る時間になるまでたこ焼き器を囲んで楽しそうだった。

開催場所が家ということもあり、大人の目が届きやすく小さい子どもを持つ親も安心して参加できる。高齢の方も月一回ではあるが近くで子どもの笑顔が見られるのは楽しみの一つになるのではないだろうか。アットホームで温かく、くつろげる空間がひろがっており、まさに参加者にとっての居場所になっているといえる。

つなぐ子ども食堂は 2015 年 8 月 25 日（金）に教西寺で始まり、現在は毎月第 3 土曜日に地域巡回をし色々な場所で開催している。0 歳から高齢者まで様々な年代の方が参加しており特に親子の参加が目立っている。参加費は子どもも料理をするため、保険料を含め子ども 200 円、大人 300 円となっている。レクリエーションは地域の人の話を聞いたり散歩したりと街を知る機会を設けている。また、子どもの参加者が多いので食後は外で鬼ごっこで走り回ったりしている。子どもから積極的に遊びに誘ってくれるのでとてもやりがいを感じられる場所だ。

この食堂は食育をメインにしており、子どもが中心となり一から料理をしている。食育と

は、食を通して人間として生きる力を育むこと。誰かのために食事を作り、ともに味わうという日々の繰り返しの中で、心の絆が生まれ、子どもの心を安定させ、成長させていく。また、人としてのマナーや文化を身につけ、考える力を育むことである。

貧困の子どもは経験が乏しく、食材があってもどう調理するのかを知らない子がほとんどである。親は生活費を稼ぐために夜遅くまで働いていて子どもの前であまり料理をしている姿を見せることができないかもしれない。そこで、子ども食堂で食材に触り、地域の人たちと調理をして料理の楽しさを知ったり、工夫することを覚えたりと今後生活するうえで必要となってくることを体験できるのは子どもたちにとって有意義なものになる。さらに、一から自分で作るということは、愛着や達成感が生まれ、より子どもたちが成長できているのではないか。参加して一緒に調理をした際、頻繁に「料理って楽しいね」「面白い」という言葉を言っていた。また、子どもが上手にできたり進んでお手伝いをしたら、大人が「すごいね」「ありがとう助かる」とたくさん褒めており、とても嬉しそうでさらにやる気になっていた。そして、作る過程の中でどうやって切ればいいかなど考えたりやり方を大人に聞いたりしてコミュニケーションも図れる。よって子つなぐ子ども食堂は子どもを成長させる場所であると私は考える。

子ども食堂で子どもたちと接していく中でより楽しそうにしていたことはやはり、料理や工作など何かを作ることであった。これは二つの子ども食堂に共通している。

この子ども食堂に来る年代の子どもたちは好奇心旺盛でいろんなものに興味を示す子がほとんどである。例えば大人が料理をしていれば「何してるの？」「私もやりたい」と意欲的である。このような子が多いのも食育のおかげかもしれない。

以前、子ども食堂勉強会に参加したときに聞いた話では、ある子ども食堂はほとんどの子どもが貧困層だそうだ。ここも食育をしていて子どもも一緒に料理をしている。一人の男の子は料理が得意で周りからはよく褒められたそう。周りが褒めてくれることで自己肯定感が育まれてしっかりと自立した子に育ち、今ではボランティアとして子ども食堂に参加しているというのだ。

私は食育と居場所づくりは別物であると考えていたが、そうではないことに気が付いた。結局食育や学習支援は最終的に居場所につながる、言わば過程のようなものであると私は考える。どちらも自己肯定感を育んだりコミュニケーションを図るのには最適な方法で、なおかつ成長につながる。

「私はこれでいいんだ」「私はできる子だ」という風に承認欲求を満たすことができればそこがその子にとっての居場所になるのだ。そして大人になるうえで自立することは必要不可欠なので、貧困など関係なく子ども一人一人の自立を手助けすることが重要である。

4. 結論

分析の結果、子どもが多い子ども食堂は平日の夕方、学校終わりの時間帯に開催されていた。学校終わりに友達を誘って一緒に参加できるので平日は多くなる傾向にある。一方子どもが少ない子ども食堂は土日の昼間開催であった。開催時間に関しては、運営者側が平日は働いているなどの理由で仕方のない部分があるので、無理なく子ども食堂を続けていける日時を設けることが一番だ。そしてまずは親、子どもにチラシを配り、友達を誘ってもらって、どんどん繋がりを作っていく必要がある。

レクリエーションにおいては体験イベントを増やしていくことで子どもの参加につながるかもしれない。最近では子どもが思いきり遊べる環境が減ってきている。親も共働きが増え、一緒に遊ぶ機会もなかなか取れないのではないだろうか。そこで子ども食堂がスポーツや料理など子どもも大人も一緒になって楽しめる企画を用意すれば、子ども食堂は楽しいところなんだということが認識され、自然と子どもの参加者も増えていくのではないかと考える。また、これによりコミュニケーションが図れたり、自己肯定感も育まれるので子どもの成長につながるのではないだろうか。子どものためにと思ってやるのではなく、お互いのためと思ってやれば子どもにも押し付け感がなく、大人も子どももより自然体でいられる。子どもは自分が認められたと感じれば、そこは居心地の良い場所になり結果的に居場所となる。また、子どもが子ども食堂に来る目的として一番多いのはご飯が美味しいからであった。ボランティアをしていて、「おいしい」という声やたくさんおかわりする子をよく見かける。このように気持ちよくご飯を食べられるというのは、居心地の良さにもつながる。皆で一斉に食べる、残さず食べなさいというよりはある程度自由に食事をさせることが大事だと考える。

そして、大人も子どももほぼ毎月参加の常連が多いという結果が出た。

子どもたちは毎月ごはんや友達に会えることを楽しみに子ども食堂に参加している。

何度も述べているが、運営者側が無理することなく継続して続けることが子ども食堂をするうえで一番大切なことである。

もっと子どもにも参加してもらうには、子どもは何に喜び何を楽しそうにしていたかというのを毎月の子ども食堂で観察し、自分たちができることは何なのか、子どもが必要としていることは何なのかを一緒に考え、話し合う必要がある。

この調査で子ども食堂の内容などの内側的な部分から子どもが増えるためにはどうしたらいいかというものは見えたが、母数が少なかったため学区、地域での比較など外側から見るには至らなかった。だが、比較的簡単に現状を変えられるのは開催内容なので、今一度レクリエーションなどで、参加者が求めるものと自分たちができることを照らし合わせ、考えることが必要なのではないだろうか。

さらに調査を進めていくうえでよく述べていた「大人の都合」「大人の理想」いわゆる「大人食堂」になっているのではないだろうかと疑問に感じた。

開催頻度や日時は悪く言えば大人の都合、簡単に子ども食堂を始められる、気軽にボランティアに参加できるなどやっている大人は充実感を得られる。これは果たして本当に子どものためになっているのか。子ども食堂の根源ともいえる貧困対策になり得るのだろうか。子どもが本当に求めるもの、したいことに目を向けられているのか。こうした少し踏み込んだことを研究していく必要があると考える。

参考文献

子ども食堂子どもの居場所づくりさっぽろガイドブック
（http://www.city.sapporo.jp/kodomo/torikumi/ibasho/documents/a4_guide_2.pdf#search=%27%E5%AD%90%E3%81%A9%E3%82%82%E9%A3%9F%E5%A0%82+%E3%82%A4%E3%83%99%E3%83%B3%E3%83%88%E4%BC%81%E7%94%BB%27）

「子ども食堂」は、「おとな食堂」になっていないか？－大人の理想と都合で開店して閉店！子どもの声なき声に耳を傾けて！
（https://children.publishers.fm/article/12350/）