

宇土市子ども食堂スタートブック

～宇土市で子ども食堂を開設してみませんか？～

子ども食堂は地域食堂・みんなの食堂です。世代を超えた方々が集まる居場所です。



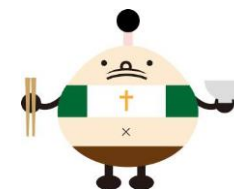
子ども食堂とは？



- 子ども食堂は、地域の大人がこどもに無料や安価で食事を提供するところです。2012年に東京都大田区の「きまぐれ八百屋だんだん」の店主が企画したのが始まりとされています。「地域食堂」「みんな食堂」という名称のところもあります。
- 子ども食堂は民間発の自主的・自発的な取り組みです。運営を支援する公的な制度などが十分に整備がされていないにもかかわらず、こども食堂の数は増加の一途をたどっており、現在その数は全国で約10,000箇所以上にのぼっています。
- 目的も、おなかをすかせた子どもへの食事提供から、孤食の解消、うまい豊かな食材による食育、地域交流の場づくりと、さまざまです。
- 「子ども食堂」は、子どもが1人でも来ることができ、「食」を通じて地域や他の方々とつながる居場所。こどもだけじゃなく、大人もこどもも誰でも来ることができる「みんな食堂」です。



子ども食堂のメリット



交流の場

- ・ こどもから高齢者までの世代を超えた交流
- ・ こども同士・保護者同士の交流
- ・ 参加者と運営者の交流

見守り・支えあい

- ・ 参加者同士の支えあいの場
- ・ 地域のこども、高齢者の見守りの場

気づきの場

- ・ 参加者の変化に気づく場
- ・ 食事や遊びを通して絆に気づく場
- ・ 見守られている安心感に気づく場



さあ！子ども食堂を始めましょう！！



ステップ1 やりたい想いをふくらませて、仲間を集めよう



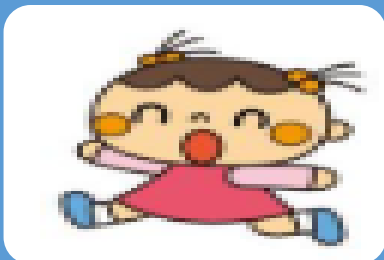
仲間を集めましょう

- ・世代を超えた方々が集まる居場所について、思いを伝え仲間を集めましょう。
- ・つながる、むすぶ



どのような居場所にするか活動内容を決めましょう

- ・食事の提供（食事を通じて他者とのかかわりを深める）
- ・多世代交流（食事の前後に交流の時間を設ける）
- ・対象者や内容を決めましょう。



実施の方向性がみえたら、相談しましょう。

- ・宇土市こども家庭センターや宇土市社会福祉協議会では、開設の準備段階から支援します。

ステップ2 運営方法について話し合しましょう



開設する場所は？

- ・公民館、空き家などみんなが集まりやすい場所を検討しましょう。
- ・調理設備が整っているか？



開催頻度は？

- ・月に何回？何曜日に開設？時間帯は？



運営費用は？ 子ども食堂を開始する前に申請をお願いします。

- ・宇土市子ども食堂運営支援補助金（宇土市こども家庭センター）
- ・宇土市地域食堂等活動助成金（宇土市社会福祉協議会）



定員は？ 予約は？

- ・会場の大きさやスタッフの人数などから定員を決めましょう。
- ・事前予約があると食材の無駄なく準備ができます。
- ・事前予約の方法も検討しましょう。



参加料は？

- ・こども、大人、中高生それぞれに検討が必要です。

ステップ3 保健所などへの相談そして視察



食堂開設の概要が決まったら、保健所に相談しましょう。

連絡先 熊本県宇城保健所

住所 宇城市松橋町久具400-1 電話番号 0964-32-1148



保険に加入しましょう

- ・安心、安全な子ども食堂の運営のために、参加者や主催者のけが、主催者が損害賠償を負った場合に備えて、保険の加入の検討をしましょう。
- ・詳しくは宇土市社旗福祉協議会（TEL0964-23-3756）までご相談ください



視察は百聞は一見に如かずです。

- ・宇土市内や県内には多くの子ども食堂があります。視察して調理の流れや交流方法など確認しましょう。



一般社団法人熊本県子ども食堂ネットワーク

- ・熊本県内の子ども食堂に支援をされています。会員制になっていますので、事前に申し込みが必要です。

連絡先 住所 熊本市東区桜木2丁目16-31 電話番号 070-1948-7003



熊本県子ども食堂等応援事業

子どもたちが安心安全に子ども食堂を利用できる環境を整備するため、子ども食堂の開設や運営に関する課題解決などのサポートをされています。

連絡先 住所 熊本市東区錦が丘34-23 TEL 096-331-6735

コーディネーター直通TEL 080-8097-9906

ステップ4 オープンにむけて



プレオープンをしましょう

- ・スタッフの動きの確認や地域の方への周知につながります。



周知は？

- ・地域の方々への周知は？
- ・開設場所に看板など目印はありますか？



緊急時の対応について確認しましょう。

- ・火災が起きた際の対応は？
- ・体調不良の方がいた場合の対応は？



オープン前にもう一度確認を！

- ・タイムスケジュールの再確認
- ・スタッフの配置確認



こどもたちの見守りをお願いします。

- ・何かあれば、こども家庭センターに御連絡ください。

こども家庭センター TEL 27-3322

保健所へ相談し衛生管理に気をつけましょう！

point 1
食品の購入



消費期限などの表示をチェック!

肉・魚はそれぞれ分けて包む
できれば保冷剤(氷)などと一緒に

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

point 2
家庭での保存



帰ったらすぐ冷蔵庫へ!

入れるのは7割程度に

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

point 3
下準備



冷凍食品の解凍は冷蔵庫で

タオルやふきんは清潔なものに交換

ゴミはこまめに捨てる

こまめに手を洗う

井戸水を使っていたら水質に注意

肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく

肉・魚は生で食べるものから離す

野菜もよく洗う

包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

point 4
調理



加熱は十分に(めやすは中心部分の温度が75℃で1分以上)

台所は清潔に

作業前に手を洗う

電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

調理を途中で止めたなら食品は冷蔵庫へ

point 5
食事



食事の前に手を洗う

盛り付けは清潔な器具、食器を使う

長時間室温に放置しない

point 6
残った食品



時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる

作業前に手を洗う

手洗い後、清潔な器具、容器で保存

温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)

早く冷えるように小分けする

食中毒予防の3原則

食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」



子ども食堂の立ち上げについては
いつでもお気軽にご連絡ください。



連絡先

宇土市役所こども家庭センター

TEL 0964-27-3322

E-mail kodomo01@city.uto.lg.jp