

子ども食堂 なかよしごはん

NAKAYOSHIGOHAN

速水 あけみ

熱田区

子ども食堂 なかよしごはん

★ ホッと安心できる、日常の空間を目指して

「仕事が遅くて子どもだけの夕食になってしまう」「体調が悪くて家の事ができない」。
子ども食堂「なかよしごはん」は、仕事、家事、子育てという忙しい日々を過ごしている
お父さんお母さんの応援 と、**子供たちにとって大切な「食育」のお手伝い** をさせてい
ただきたいとの思いからスタートしました。平成28年に始めて以来、毎月3回の開催を
続け、これまで利用者の方は**5,854名**、ボランティアの方は**1,847名**と、のべ人数
は、**合計7,701名**（令和2年7月31日 現在）とたくさんの方々にご参加いただきました。
これからも、**美味しい、嬉しい、楽しい** をモットーに、子どもたちや保護者の皆さんが
ホッと安心できる日常の空間づくり を目指して頑張っていきたいと思います。



イメージキャラクター
おしるちゃん

天然だしで作ったあたたかいお汁を飲んで
もらいたい！という思いを胸に、おしるちゃ
んは煮干しを片手にみなさんを待っていま
す。お碗の中身は、お味噌汁に留まらず、
洋風だったり和風だったりします♪

★「なかよしごはん」のこだわり

① ダシは必ず、天然だし！

せっかく来てくださった方々には、なるべく本物を召し上がっていただきたいの思いから、なかよしごはんでは、天然だしを使用しています。

② 旬や季節を感じる食卓づくり！

旬の素材の美味しさや季節感、さらには、お雛様、端午の節句、七夕などの日本文化も感じてもらえるようレシピを考えています。



自宅だとバタバタしがちな夕食も、「なかよしごはん」に行くと、子供と話をしながらゆったりとした食事が出来るので、とても助かっています。また、子供も地域の人達と接する事によって、大人に対しても子供同士も交流が出来て、人との接し方やしつけなども学ぶ事が出来て感謝しています。



小1の子を持つ
お母さん

ご寄付いただいた食材の情報なども教えてくださるので、どんなお料理になるのか、楽しみにしながら通っています。レシピを教えていただいて家の定番メニューになったものもあります。



小6年生の子を持つ
お父さん

みんな優しくしてくれるし、いつも料理がおいしいです。



小4のお子さん

令和2年2月からの活動

2月 7日通常開催

2月17日通常開催

2月27日中止

2月28日名古屋市立小学校 新型コロナウイルス感染対策のための一斉臨時休校発表

3月 7日 ご寄付頂いた非常食30食を配布

3月11日 ご寄付頂いたお弁当を30食配布

3月17日～6月27日

昼食配布 子ども100円 大人300円 27回 1611食

フードパントリー 1回 24件

7月 7日から子ども食堂再開

時間を区切って、定員を45名から30名に変更

7月21日から8月11日 週3回夏休みお弁当配布 10回 506食

8月 7日中止

8月17日休み

8月27日から開催









くらしの作文 kurasaku@chunichi.co.jp 2020.6.30

四年前、近所の女性から「子ども食堂を一緒にしない」と誘われました。全国的にも広がっており、興味もあつたので加わりました。

そこのお宅には広間があり、食器も多くあつて好条件。準備の末、スタート。ジャガイモ、タマネギ三十個、肉四〇グラムなど驚くほどの量。主婦ばかりで、切り方、手順といろんな声が飛び交います。

ボランティアも私たち世代の子世代、孫世代。びっくりなのは、男子学生が米が洗え、包丁も使えるという一方、女子学生が洗い物が下手だったります。学生が授業の一環で先生とみえることも。

献立は季節や行事などに合

誘われて

大矢 美智子 (名古屋市熱田区＝主婦・74歳)

わけて工夫。大変ありがたいのは、金品の寄付が多いこと。フードバンクも利用でき、不自由なく活動できます。時には子どもたちと一緒に、助けてくださる方たちにお礼の手紙を書きます。これはすべて代表の女性が手配。私はそのお手伝いです。名称は「なかよしごはん」です。私はこの名がとても気に入っています。一度その名前を検索してみてください。今は休止中ですが、食材配りはしています。

ここに出かける時の私は、喜々としていたと夫は言います。年寄りに役割を与えること、生き生きしてやることに、自分で合点しています。

※アナウンサーの音読が東海テレビ・ホームページで聴けます。

医療取材班 ▶ iryouhan@chunichi.co.jp

中日新聞

2020 / 6 / 30

「SS式イライラしない子育て講座」

主催：子ども食堂「なかよしごはん」
(代表者：速水あけみ)



毎日の子育てで、イライラしたり困ったりしませんか？

子育ては料理と似ているところがあります。たっぷりの愛情とちょっとした「コツ」を加えると、とても美味しく変化します。

子育ても、ちょっとした「コツ」を覚えて活用していくと、子どもとのコミュニケーションが前向きに明るくなっています。

その「コツ」を一緒に勉強していきませんか？

(*)「なかよしごはん」をこれまで利用したことが無い、という方でも大歓迎です！



担当講師：速水 治 (青少年支援センター陽気会・認定講演講師)

《開催予定》

2020 年			
10月6日(火)	10:00～11:30	第1回「乳幼児期の子育てのコツ」	
10月12日(月)	10:00～11:30	第2回「子どもと上手く コミュニケーションをするコツ」	
10月23日(金)	10:00～11:30	第3回「子どもを上手く褒めるコツ①」	
11月9日(月)	10:00～11:30	第4回「イライラしない子育てのコツ」	
11月27日(金)	10:00～11:30	第5回「子どもの問題を予防するコツ」	
12月7日(月)	10:00～11:30	第6回「子どもの問題を正すコツ①」	
12月18日(金)	10:00～11:30	第7回「子どもの問題を正すコツ②」	
2021 年			
1月11日(祝)	10:00～11:30	第8回「子どもを上手く褒めるコツ②」	
1月29日(金)	10:00～11:30	第9回「総復習してみよう！」	

※1クール9回。何回目からでも始められます。
(一回につき参加費300円・定員10名)

※「都合のつく次回のみ出席」でも構いません！

※対象…0～12歳位までの子育てをされている方。

将来子育てをされる方

※「なかよしごはん」にこれまで未参加の方でも、参加歓迎です！

※新型コロナウイルス感染拡大防止の上から託児は原則ございません。

※詳細やお申し込みは、「子ども食堂 なかよしごはん」まで
お尋ね下さい。(電話052-651-0924)

※新型コロナウイルス等の感染症の拡大状況によっては順延、休止となる場合も
ございます。あらかじめご了承下さいませ。



☆この活動は
『赤い羽根共同募金 with コロナ 草の根活動応援助成』
にご支援頂いております。

「なかよしごはん」は、たすけあいの場

なかよしごはんを始めてから沢山の方々との繋がりができました。

活動に賛同してご寄付くださる方、「何か出来ることあれば」とボランティアに来てくださる方、そして「美味しい！」「ごちそうさま！」「ありがとう！」と笑顔を見せてくれる参加者の方々…。どれも私達にとって嬉しい元気の源です。

人見知りであいさつもしてくれなかった子供さんの「ごちそうさま」の声を初めて聞いたときや、「この前のメニュー、家で作ったよ」という親御さんの声を聞いた時の喜びはひとしおです。

ボランティアの私達の方こそ幸せをいただいているのだと思います。

人と人とが触れあう事からあたたかい化学反応が発生しているなど感じています。

子ども食堂「なかよしごはん」代表 速水あけみ