

令和5年度阪私幼北地域「家庭教育 お母さん講座」

## テーマ「身近な地域で子ども、子育てを支援する」

社会福祉法人 大阪府中央区社会福祉協議会 地域支援担当

大橋 正希

---

### 〇はじめに

最近プライベートで身近な友人からそうでないお母さんと子育てについて話す機会があるのですがその際にこれから話す内容について紹介をするのですが皆さん口を揃えて「そんなん聞いたことない。早く知りたかった」と言われることが多いです。今回は中央区がベースの話になりますが皆さまの身近でも関係のある話となりますので今日の話を持ち帰っていただき1人でも多くの方に広めていただくと幸いです。

### 〇社協ってなあに？

社会福祉協議会（社協）は、名前だけで見ると行政なのかな？となりますが実は公務員ではなく「民間の社会福祉活動を推進することを目的とした営利を目的としない民間組織です。」社協は、それぞれの都道府県、市区町村で、地域に暮らす皆様のほか、民生委員・児童委員、社会福祉施設・社会福祉法人等の社会福祉関係者、保健・医療・教育など関係機関の参加・協力のもと、地域の人びとが住み慣れたまちで安心して生活することのできる「福祉のまちづくり」の実現をめざしたさまざまな活動をおこなっています。

組織図としては「全国社会福祉協議会」「都道府県社会福祉協議会」「市区町村社会福祉協議会」に分けられ、私は皆様がお住まいのもっとも身近な地域で活動している市区町村社会福祉協議会の立場にあたります。私が所属する大阪府中央区社会福祉協議会は、北は淀屋橋や北浜、南は南海難波駅付近までの広いエリアで高齢者や障害者の在宅生活を支援するために、ホームヘルプサービス（訪問介護）や配食サービスをはじめ、さまざまな福祉サービスをおこなっているほか、地域福祉活動・ボランティア活動の推進や、困りごとを抱える住民への相談に関する事業などをおこなっています。

その中で私は子どもの居場所活動をメインにし、後にご説明させていただきます中央区子どもの居場所連絡会の事務局をさせていただいております。エリアが広い分、同じ中央区でも地域によっては生活の仕方も変われば課題も違うので日々悩みながらも地域で活動されている住民や活動者と一緒に課題解決に向けて取り組んでおります。

## ○中央区の子どもの現状と居場所を守る活動者

皆さまは「こども食堂」という言葉は聞いたことございますか？様々な事情で子どもが1人でご飯を食べる孤食をしないために地域で開催されている食堂となります。中央区子どもの居場所連絡会はそのこども食堂をはじめ、学習支援や不登校・引きこもり支援をしている15団体が1つになった団体で中央区社協が事務局をさせていただいている団体です。

中央区は先ほどもご説明させていただいた通り、エリアが広いと北と南で課題が大きく違います。北エリアでは、オフィス街やタワーマンションなど比較的生活に余裕のある世帯が多く一見課題は見えませんが、そこが問題で掘り返してみると共働きの世帯が多く、子どもが自宅に1人である時間が多かったり、各小学校の生徒数が多い理由から、お母さん同士のつながりが希薄化しているという課題があります。南エリアでは外国籍の住民も多く、親御さんの就労状況が不安定な理由から生活に困っていたり子どもが1人である時間が増えたり、ヤングケアラー世帯など北エリアと違い課題が潜在的かつ複雑化しています。これら各課題を解決するために2ヵ月に1回子どもの居場所活動されている方々で情報交換会を行い、さらに数多い支援企業に参画していただき中央区子どもの居場所連絡会全体の定例会を実施しています。

中央区子どもの居場所連絡会の代表的な活動としては「北御堂フードパントリー×ワークパントリー」という活動を実施しています。これは2021年からコロナ禍で生活に困っている世帯に約2週間分の食糧や日用品を無料で配布するイベントとなっております。そして食糧という一時的な支援だけでなく親の就労先を支援するため中小企業家同友会などによる就労相談支援も実施しています。今年度は12月に実施し、951の方が来場されました。来年度も実施しますのでどのような活動なのか気になる方はボランティアなども受け付けています。

次は昨年からの子どもの朝食に着目し、活動を始めた取り組みがあるのでその紹介をしつつ食事をとるときに大切なことをお伝えできればと思います。



北御堂フードパントリー報告

## ○小学校から朝食を食べる習慣を！？

中央区の心斎橋にある南小学校で昨年からは月に1.2回朝食会を実施しています。全校生徒が約150人という少ない学校にはなりますがこの1/3は外国製の生徒になりますので貧困関係なく朝食を食べる習慣がそもそもないという課題があり食べずに登校する生徒が一部いることを校長先生が心配し社協へ相談して下さったところから始まりました。

現在は心斎橋にあるカフェ実身美さんが毎回子どもの栄養やアレルギー、そして各国の

宗教の食文化に極力対応できるようにメニューを組んでくださっています。先月であればビーフシチューとココア蒸しパンで、21人の生徒が参加されました。一見少ない数字ですが150人という生徒数から見て割合を出すと中々の数字に感じるの私だけでしょうか？来週の月曜日で7回目になりますが、基本的にはリピーターが多く、最近では月1回ではなく毎日の開催を希望したり近隣の学校でも開催しという声が出たりとようやく認知が広がってきた活動となります。認知が広がることにより、参加者が増え、生活が苦しく参加するのにジェラシーを感じ一歩踏み出すことができている本当に食べてほしい生徒が友人に連れられて参加するというケースにつながるのではないかと社協含めて活動者と話しております。

毎回メニューを考え調理を担っている心齋橋にあるカフェ「実身美」さんに何を意識してメニューを組んでいるのかを伺ったところ栄養ポイントとしては3点あり1点目は成長期に必要なタンパク質は必須。2点目は3大栄養素を効率よく吸収できるように、ビタミン、ミネラルをとるために野菜、果物を種類多くとることが大切。3点目は不足しがちな鉄分補給をする。具体的にはひじき、海苔などの海藻類、こんにゃく、煮干しの汁、貝類などを摂取してください。と仰ってました。

調理のポイントとしては2点あり1点目は、朝食を毎日作るのは本当に大変なので、1汁1菜でも十分です。2点目は、食材の栄養はお鍋の様な料理にすれば煮汁に溶け出すので、一鍋で完結する料理がおすすめです。お子さんが好きなカレーやシチューもたくさんの種類の食材が一気に料理できますので積極的に出してあげてください。

最後にお子さんに食べさせようとするので、まずは料理を作る自分が、美味しく食べ、そう感じる食卓を作っていくことが大事。自然のままの食品食材を美味しいと感じれる感覚作りをして、おいしさの基準を測れるようにする。添加物やジャンクフードは必要な時もあるかもしれません。必要に応じて食べ、調整することが大事です。

皆さまも自身のお子様に食事を提供する際に参考にしていただければと思うのと同時にこれから小学校に進学していくかと思いますが少し困っていらっしゃるお母さんがもし身近にいましたら大阪市内ではどの区にも子どもの居場所はあるかと思っておりますのでぜひ自身の住まいの居場所を見ていただき今後の参考にしていただければと思います。



実身美 HP



実身美オンラインショップ

## ○子育て世帯の味方！子育てサロン、子ども・子育てプラザ

各区の地域独自で子育てサロンという幼稚園に入るまでの親子を対象に子育てに役立つ情報を提供したり、参加しているお母さん同士が日頃の子育てなどについて話すことのできる場があります。地域によって内容も変わるので同じく区でもはしごしているご家族もいらっしゃると思いますのでぜひ調べていただき、下の子が生まれましたら参考にしてみてください。合わせて子ども・子育てプラザという各区社協にある施設もご紹介させていただきます。子ども・子育てプラザはこれから出産される夫婦や出産後の子育て中の世帯に向けて助産師をはじめとした専門職の方に相談できる講座や親子で楽しめるイベントなどを実施したり、地域の自主的な子育て活動への支援ということで立ち上げに関する助言や支援などもしております。区によって施設の大きさは異なりますが子育て世帯の方は知っておいて損はないと思います。

## ○さいごに

子どもが笑顔に過ごして頂くためにはまずは大人が笑顔になる必要があります。24時間休みなく子育てをされて本当に大変だと思いますので今回出てきた話をふと思い出して使えるサービスなどは遠慮なく使ってみてください。