

ライオンズクラブ国際協会333-E地区
WYPT委員会セミナー

「子ども達の食料支援について」

認定NPO法人 茨城NPOセンター・コモンズ

常務理事・事務局長 大野 寛

電話：029-300-4321 eメール：info@npocommons.org



茨城NPOセンター・コモンズの事業概要

社会的な役割 (ミッション)	セーフティネットづくりに取り組む活動を支え、ネットワーク化し、または自ら取り組んで、その芽を育てること、また地域における民間非営利団体の活動基盤の充実を図ること					
対象	ひきこもりがちな市民 や生活困窮者	子ども	外国人	被災者	高齢者	障がい者
事業の柱	上記の市民を支える、地域社会の団体					
① セーフティ ネットのイン キュベーション	グッジョブセンターみ とや仕事・家計サポー トいばらきによる就労 支援、家計相談	コモンズ・グローバルセンター による多文化保育や学童保育、 学習支援、キャリア支援の実施		たすけあいセンター「JUNTOS」 による居場所づくり、移動支援		一般社団法人 グロー バルセンター・コモ ンズによる就労支援 のモデルづくり
② ネットワー ク化	地域を構成する多様な 組織の連携の機会づく り	子ども食堂 や無料塾の ネットワー ク化支援	教育機関をつな ぐ地域円卓会議 の実施	災害時の特殊ニーズに対 応するための、福祉団体 のネットワーク化	自治体やNPOな どによる生活支 援体制整備の支 援	福祉避難所づくりを 通じた障がい者支援 団体のネットワー ク化
③ 担い手の育 成	ジョブトレーナーの育 成、親の会やひきこも り支援に関わる団体の 運営支援	子ども食堂 や無料塾の 運営支援	外国人による当 事者組織の支援 など	防災訓練や常総の水害の 経験を活かしたワーク ショップの実施	NPOなどへの会計支援	
④ 活動資源の 仲介	いばらき未来基金による NPOなどへの助成と伴走支援			JUNTOS募金やホープ募 金（いばらき未来基金内 の被災者支援活動のため の基金）	遺贈寄付 の推進	いばらき未来 基金に よるNPOなどへの助 成と伴走支援

子ども食堂サポートセンターいばらきとは

2019年7月より、茨城県子ども食堂応援事業の一環として、同事業をコモンズが受託し運営。

活動内容



① 調査・発信

- ・茨城県内の子ども食堂などの実態調査
- ・子ども食堂などへのヒアリング
- ・ウェブサイトや SNS で、県内子ども食堂の情報や全国の動向調査結果などを発信



② 相談対応 ※要予約

- ・子ども食堂の設立、運営、応援方法に関する相談対応
(出張相談、オンライン相談も可)



③ スタートセミナーの開催

- ・子ども食堂などの設立を検討している方対象のセミナーを、各地域で開催
- ※ 詳細はウェブサイト参照



④ ネットワークの開催支援

- ・県内各地域での子ども食堂ネットワーク会合の開催を支援
- ・地域を超えた子ども食堂などの交流促進



⑤ 食材提供体制の構築

- ・子ども食堂などを応援したい企業や団体、生産者、市民などと子ども食堂をつなぎ、食材などの寄付、ボランティア参加促進



⑥ 政策提言

- ・子ども食堂等へのヒアリングやネットワーク会合等で出た意見を集約し、子ども食堂等が質・量ともにさらに発展するよう、県や市町村などに政策提言

子どもを取り巻く現在の社会状況(1/3)

(コロナ禍を経た)子どもの孤立化／地域の子育て力の低下

- ・ 少子高齢化で、一緒に遊ぶ子どもの数自体が減少。
- ・ 塾や習い事に通う子どもが増加し、遊び相手がいない。
- ・ 両親共働きが増加し、親子のコミュニケーションの減少。
- ・ 核家族化で、多世代交流が少なくなったり、きょうだいが減少。
- ・ 近所付き合いの希薄化。
- ・ 子ども会などが減少。
- ・ スマートフォンの普及、対面のコミュニケーションの減少。
- ・ 農業などの自然体験の機会が減少。
- ・ 発達障がいと診断される、もしくは疑われる子どもが増加。
- ・ 外国にルーツのある子どもが増加。

子どもを取り巻く現在の社会状況(2/3)

自己肯定感の減少／将来の展望が見えない／悩みを相談できない

- 様々な体験活動の減少により、達成感を味わう機会も減少。
- SNS社会で、常に周囲の「空気を読む」子どもが増加。
- ロール・モデルとなる知り合いや先輩が存在しない。

親の孤立化

- 共働きが当たり前になり、家事や子育てに時間をかけられない。
- 核家族化や、近所付き合いが希薄になったことにより、子育てで相談できる人、頼れる人が周囲にいない。
- 離婚率が増加し、ひとり親世帯が増加。
- 家庭内暴力の認知件数が増加。（コロナ禍でさらに加速）

子育て世帯の困窮化／子どもの貧困

- 非正規雇用の増加、コロナ禍で仕事がなくなるなど、労働環境が悪化した。物価高で困窮度が促進。
- 少子化により大学全入時代となった。中高卒では安定した職を得にくくなった。

子どもを取り巻く現在の社会状況(3/3)

9つのコ食

- 独りでご飯を食べる「孤食」
- 同じものばかり食べる「固食」
- 家族それぞれバラバラなものを食べる「個食」
- 子どもだけで食べる「子食」
- 必要以上に食事を制限したり、食欲がない「小食」
- 外食ばかり食べる「戸食」
- パンや麺類など、小麦粉製品ばかり食べる「粉食」
- 濃い味付けばかり食べる「濃食」
- 朝食欲がなく、食べない「虚食」

⇒ 日々の生活の
基礎である食生活
が貧困

関連統計

内 容		数 値	調査年	出 典
茨城県の年少人口（0～14歳）		292,641人	2026	茨城県
茨城県の年少人口の割合		10.7%		
茨城県の出生数		13,408人	2025	
茨城県の不登校の小中学生の数		7,935人	2024	
茨城県の不登校の小中学生の割合		小学生：2.2%、中学生：6.8%		
OECD先進諸国と比較した日本の「子どもの精神的幸福度」の総合順位		36か国中32位	2022	UNICEF
孤独感があると感じる10～14歳の子どもの割合		24.2%	2025	こども家庭庁
こどもの自殺者数		538人（過去最多）	2025	厚生労働省
こどもの貧困率	日本	11.5%（9人に1人）	2021	
	茨城	8.4%（12人に1人）	2018	
相対的貧困率	日本	15.4%（7人に1人）	2021	厚生労働省
	茨城	19.1%（5人に1人）（26位）	2018	総務省
こどもの貧困を放置することによる税収減（2013年時点で15歳だった1学年のみで見た場合）	日本	1.1兆円	2013	日本財団
	茨城	261億円		
茨城県の小学6年生のヤングケアラーの数		9.6%（10人に1人）	2022	茨城県

こども食堂と関わる地域のお困りごと： 「食品ロス」

日本国内だけで、年間**461**万トンもの食品ロスが発生（令和6年度）

※ 事業系：237万t 家庭系：224万t

※ 毎日、国民1人あたりおにぎり約1～2個を捨てているのと同じ重量

※ 日本の年間の魚の消費量（令和4年度は約275万トン）の1.7倍

※ 世界の年間食料援助量（令和5年で年間約370万トン）の1.3倍

- 企業は、一生懸命研究開発してつくった食品を、コストをかけて廃棄しています。
- 「もったいない」という言葉を生み出した日本が、このままで良いのでしょうか？



子ども食堂の声

活動の種類	団体名	取り組んでいる課題
子ども食堂	ちいきの学校	物価高騰 の影響により、子育て世帯や低所得世帯、独居高齢者においても食費負担が増加し、子どもたちの 栄養バランスの偏り 、 経済的不安 や 孤立 の懸念がある。
		地域で育てられた 野菜が余剰 となるケースがあり、十分に活用されていない。
	ハレとケ	子どもは子ども、お年寄りはお年寄り、不登校のお子さんは不登校のお子さん、というように それぞれが孤立 してしまっている。
	土浦わかもののまちプロジェクト	若年人口の流出 は地方における課題である。また、（若者の）共助の精神や社会課題への意識低下も課題であると考える。
食事つきフリースクール	一般社団法人 おかえりホーム	県北地域の多くで 過疎・少子高齢化 が進む。そういった地域では、特に子ども食堂やフリースクールといった活動の実施やその 理解が遅れ 、独自の悩みを抱えた子どもとそのご家庭が孤立するケースが見られる。
		SNSやインターネットを通して世界的な情報の繋がりと広がりがみられる一方で、 地域コミュニティの自助機能が脆弱化 している。昔よりもさらにお互いに気持ちのいい人（利害関係が一致する相手）としか付き合わない世間体になってきている。
フードパントリー	社会福祉法人 那珂市社会福祉協議会	- 給食がない夏休みや冬休みは、どうしても食費の負担がかかってしまう。 - 進級進学の前においても出費が増えて、家計から食費への負担が厳しくなる。

子ども食堂とは

- ・主に市民のボランティアが主体となり、無料または低価格帯で子どもたちなどに食事を提供する、地域に密着した居場所。
- ・2012年に東京で始まり、全国に普及。
- ・1団体が複数箇所運営するケースもある。
- ・県北、鹿行、県西は少なく、地域格差が大きい。

地域	箇所数（2025年12月）	充足率（子ども食堂のある小学校区の割合）	10万人あたりの箇所数
全国	12,602（前年度比+1,735）	39.69%	11.77箇所
茨城県	262（前年度比+38）	38.91%（全国23位）	9.20箇所（全国31位）

277（2026年7月5日現在）

つくば市「みんなのためのこども食堂」



食を通じた多様な居場所や支援

名 称	内 容
子ども食堂（会食型）	子どもを中心としつつ、様々な世代が食を通じて交流する居場所 ※ 子ども食堂サポートセンターいばらきのウェブサイト参照 < www.kodomo-ibaraki.net >
子ども食堂（テイクアウト）	コロナ禍で感染リスクを減らすために生まれた子ども食堂の活動の一種。調理した食品だけではなく、農産物や支援物資も併せて配布するケースも。
フードパントリー	個人や団体から集めた食品を、市民に対して渡す活動（テイクアウト型）
フードドライブ	食品ロスとなるような食品を個人から集める活動
子ども宅食（デリバリー）	子どもがいる生活困窮世帯などに食品などを直接届ける活動
フードバンク	食品ロスとなるような食品を個人や団体から集め、食にお困りの市民などを支援する福祉機関などに届ける活動

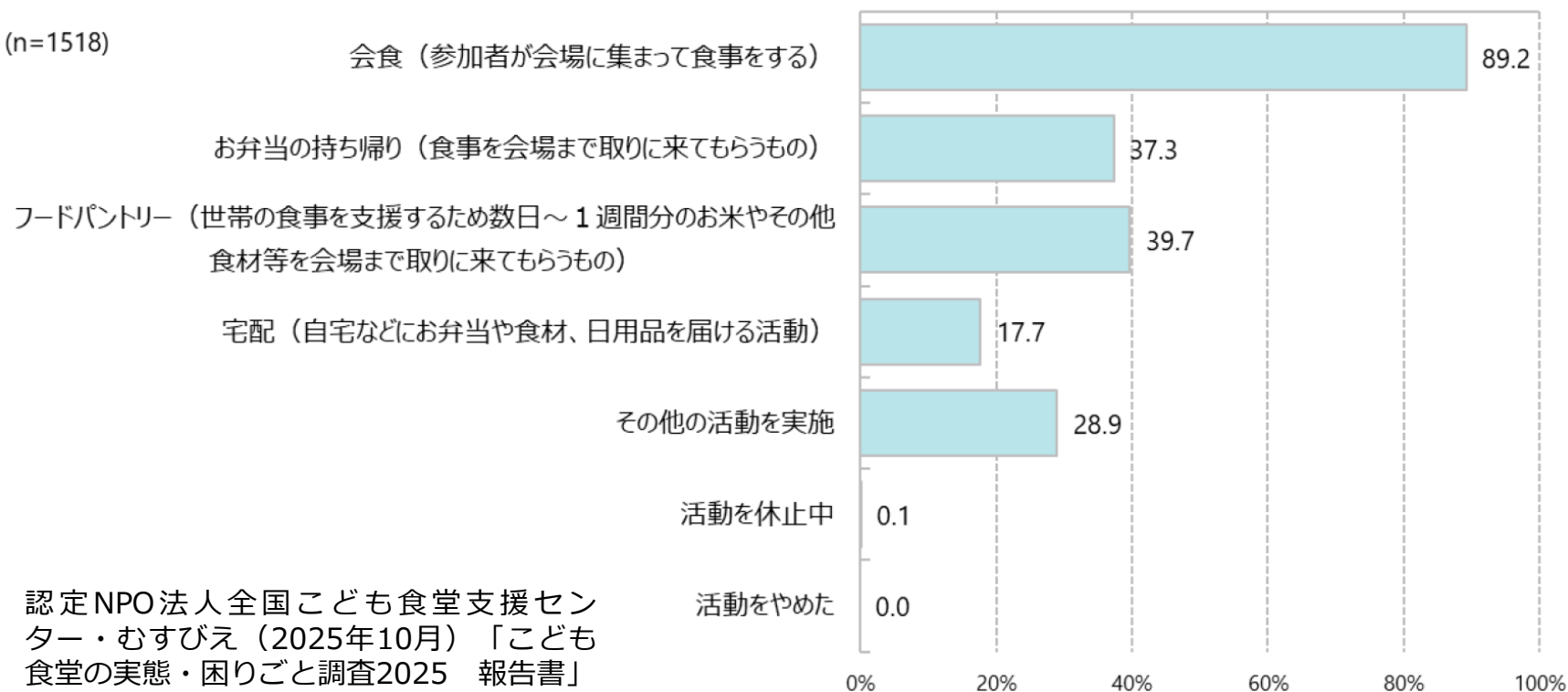
※ 1つの団体が上記の複数を組み合わせて活動することも珍しくない。

こども食堂の活動形態

Q6 こども食堂で実施している活動形態

こども食堂の現時点での活動実施状況について教えてください。（複数回答）

(n=1518)



認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（2025年10月）「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

こども食堂の目的

認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（2025年10月）「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

1. こどもの食事提供（85.4%）
2. こどもの居場所づくり（84.3%）
3. 地域づくり・まちづくり（65.6%）
4. 多世代交流（63.8%）
5. ひとり親家庭の支援（60.8%）
6. 親の子育て支援（56.7%）
7. こども食育（食の教育）（55.3%）

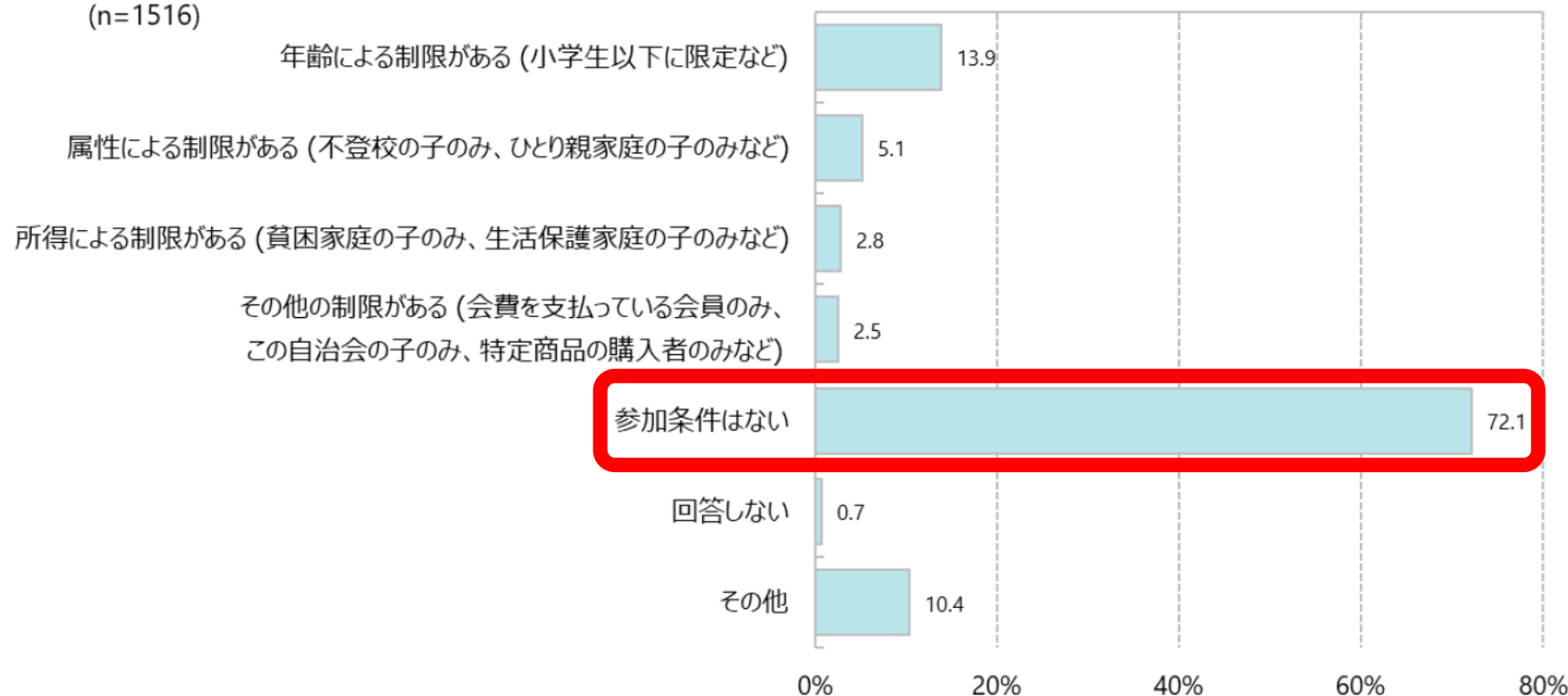
⇒ 目的は多様。食事提供だけではない。

こども食堂は「こどもだけ食堂」ではない

Q13 参加条件

参加条件について教えてください。（複数回答）

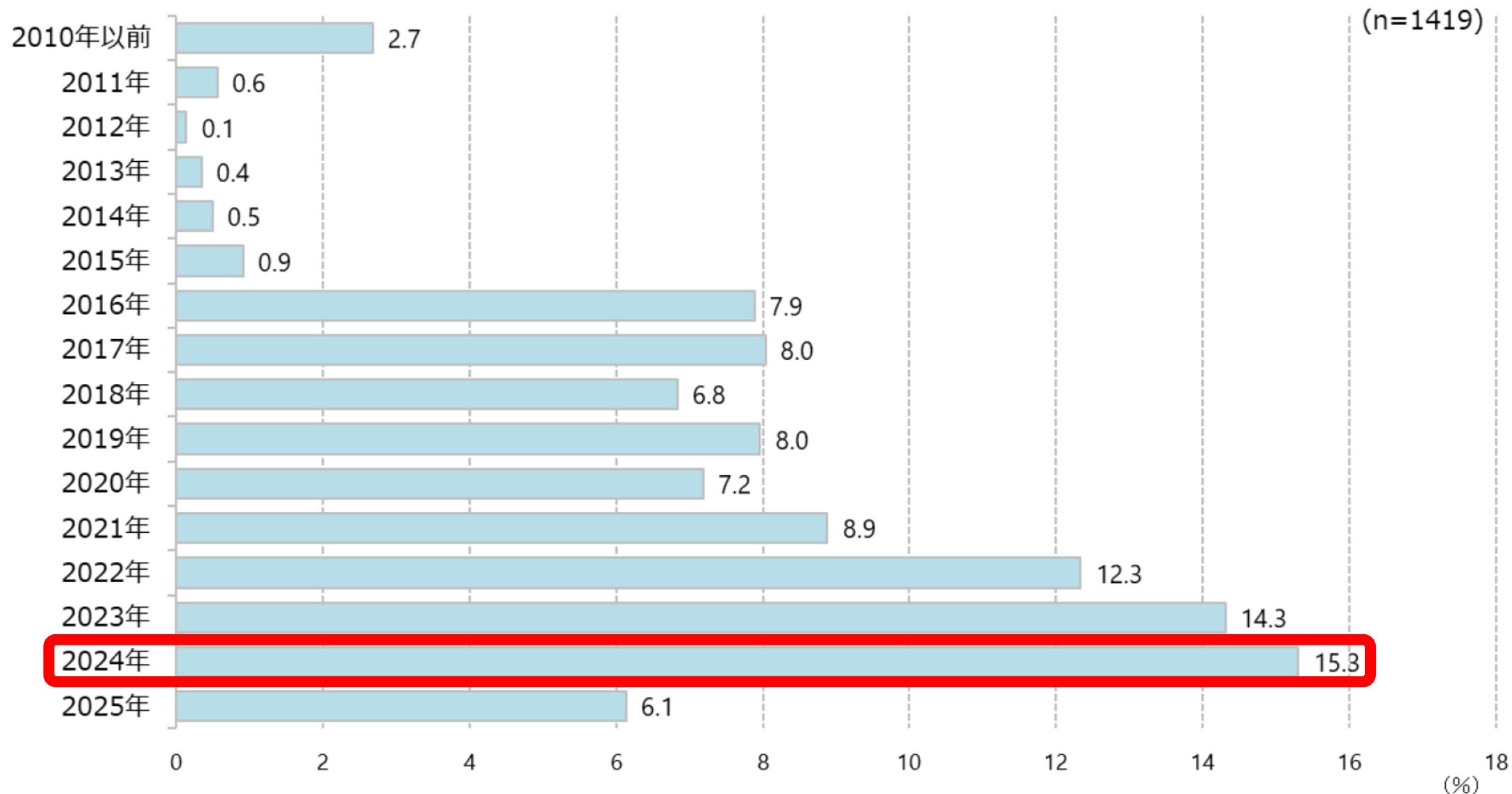
(n=1516)



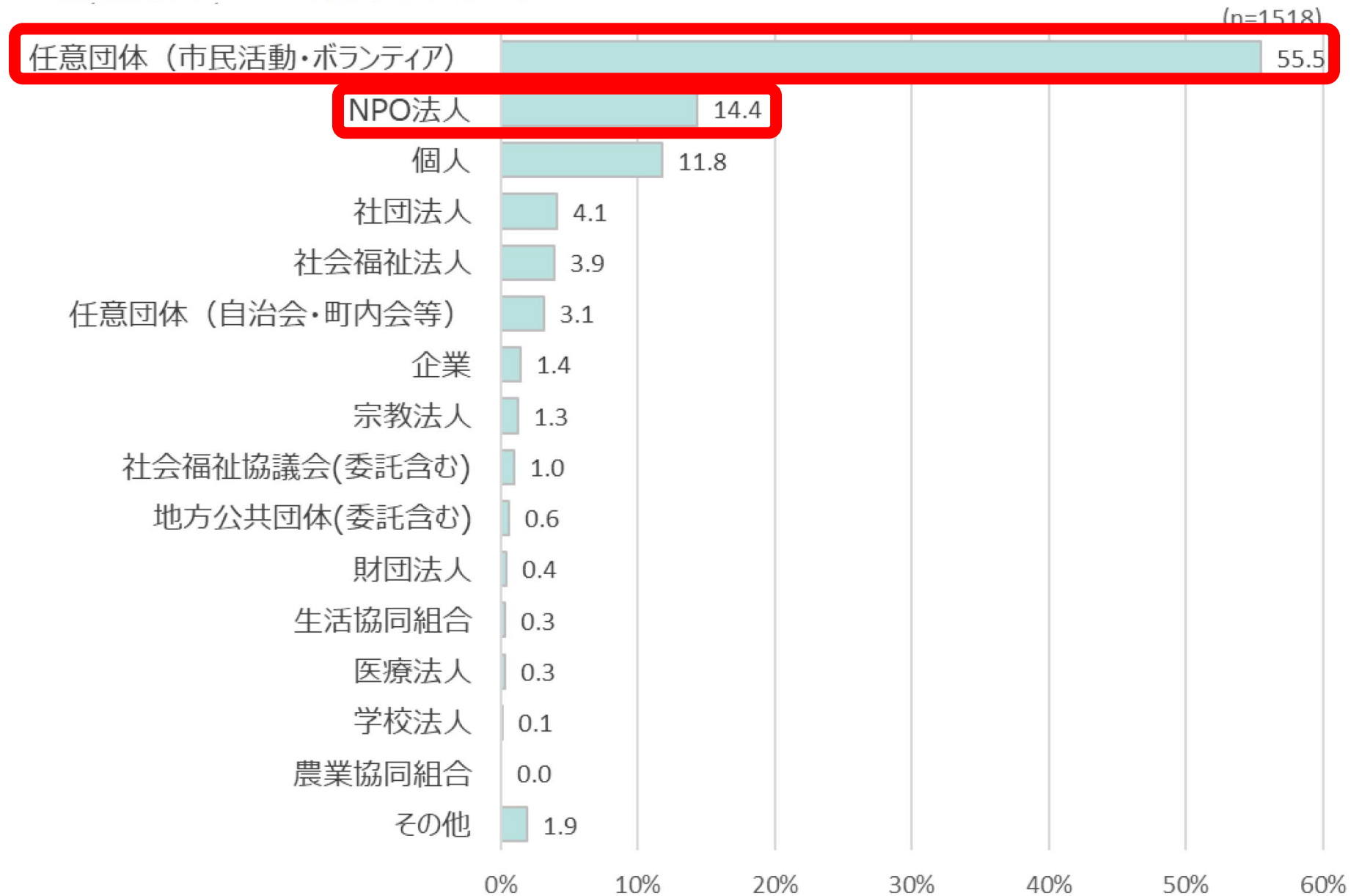
- ・高齢者の参加者数の方がこどもよりも多いこども食堂も珍しくない。（いわゆる地域食堂化）
- ・多世代交流できれば、こどもにとってもメリットあり（もちろん高齢者にとっても）

認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（2025年10月）「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

活動開始年 ※数字でお答えください

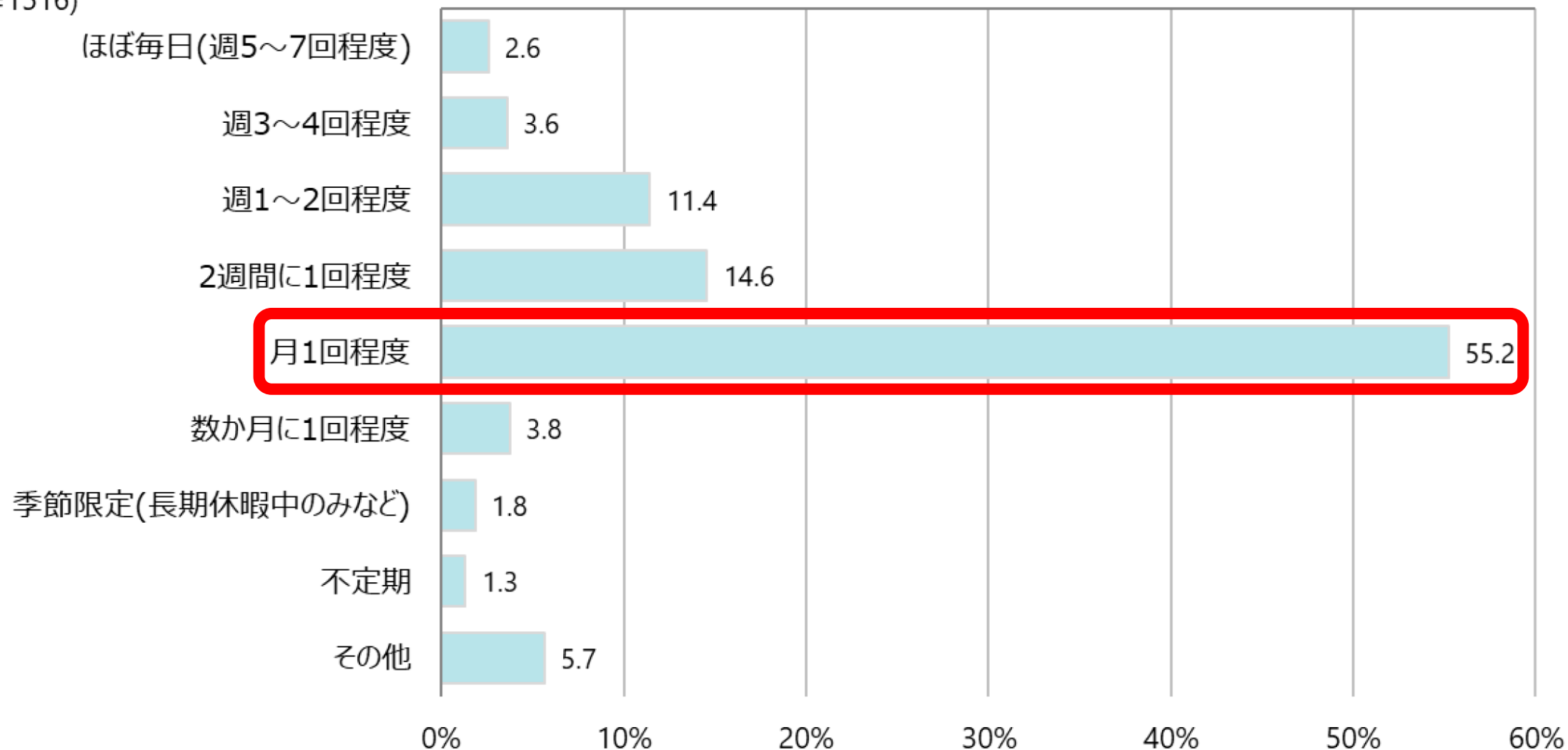


運営主体について教えてください。



こども食堂の開催頻度を教えてください。

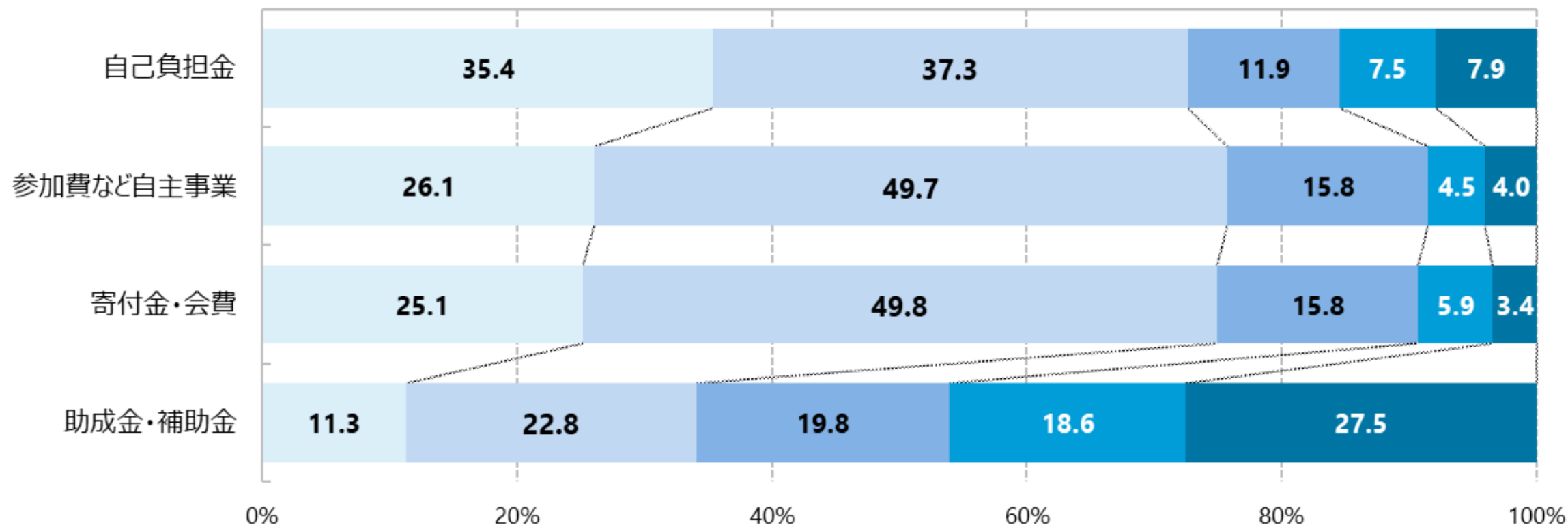
(n=1516)



こども食堂の運営費について、それぞれの調達方法の割合について教えてください。

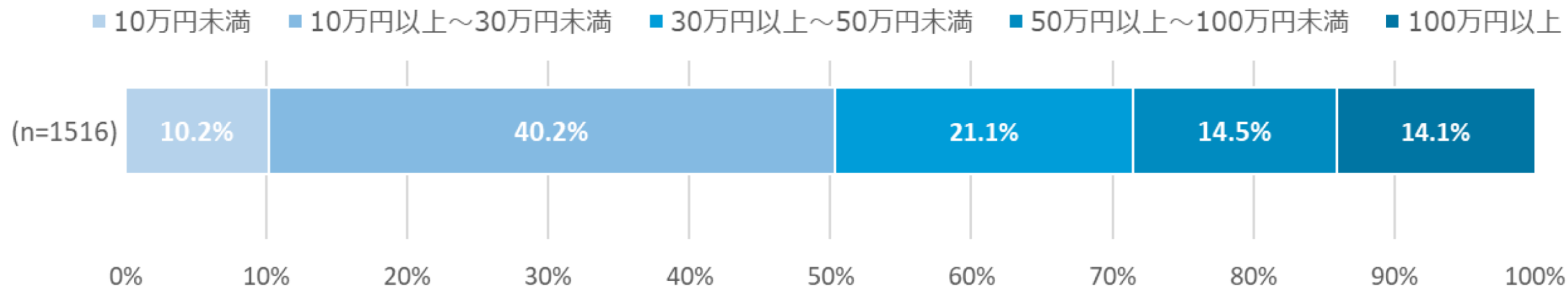
(n=1516)

0% 25%未満 25%以上-50%未満 50%以上-75%未満 75%以上

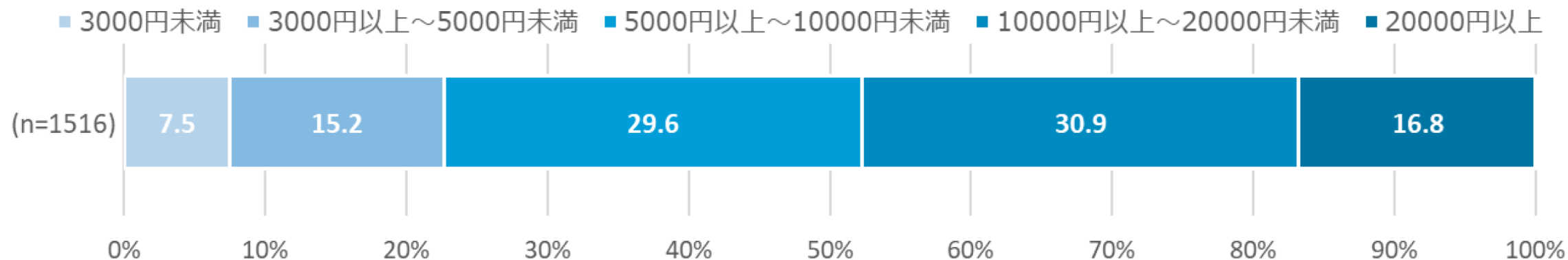


認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（2025年10月）「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

年間の運営費について、おおよその金額を教えてください。



こども食堂の開催にかかる1回あたりの食品購入費用を教えてください。

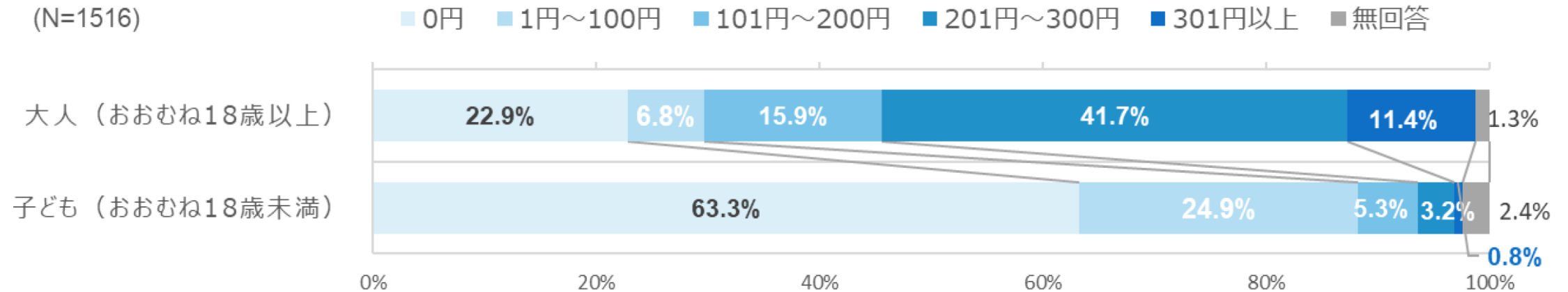


いずれも、認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（2025年10月）「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

こども食堂の参加費

一人当たりの費用を教えてください。

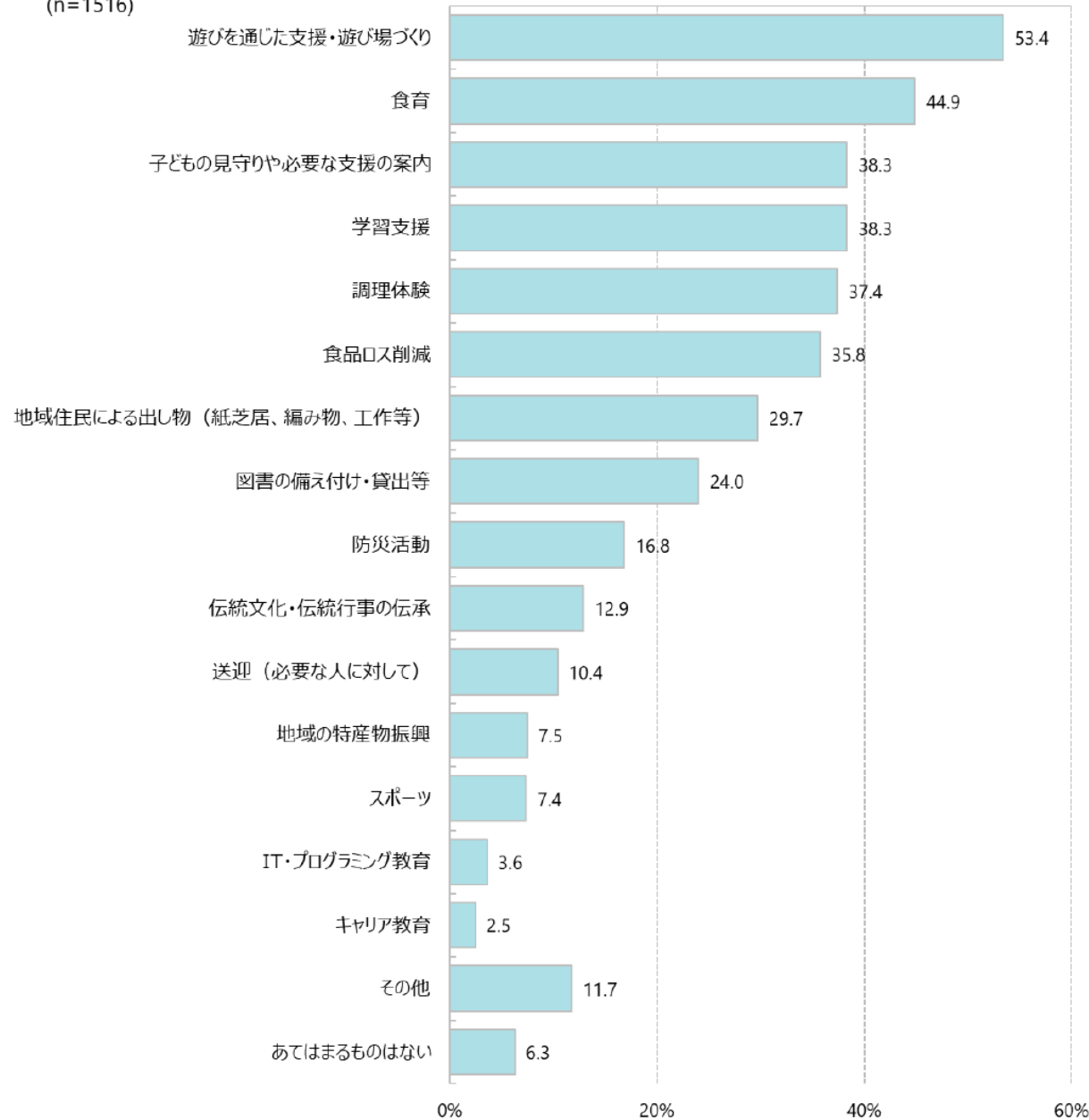
(N=1516)



認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（2025年10月）「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

食事提供以外に実施している取り組みがある場合、当てはまるものを全て選んでください。（複数回答）

(n=1516)



多い順	取り組み	%
1	遊びを通じた支援・遊び場づくり	53.4
2	食育	44.9
3	子どもの見守りや必要な支援の案内	38.3
3	学習支援	38.3
5	調理体験	37.4

食べるだけ、ではない。

認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（2025年10月）「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

子ども食堂のメリット

子ども にとって	・ 一人でも安心して過ごせる ・ 交流や活動を通じて、様々な経験、学びを得られる。 ・ 9つの「コ食」の防止や食育につながる。 ・ 正しい生活習慣が身につく。 ・ 学習支援が受けられることもある。 ・ 時には高校生、大学生など、様々な大人とふれあい、将来への展望が開ける。 ・ 学校や家庭の悩み、不安を相談できる。（他の専門機関の支援につながることも）
子育て世帯 にとって	・ 子育てに悩み、疲れた時の休息の場となる。 ・ 食事を得られる。 ・ 地域の様々な人との交流ができる。 ・ 家庭や子育てなどの悩み、不安を親同士でも相談できる。 ・ おさがりとなる衣類を交換できることもある。
地 域 にとって	・ 地域の絆（コミュニティ）が生まれる。子どもを中心とした 地域づくりにつながる。 ・ 地域の見守り、支え合いにつながる。 ・ 地域での活躍の出番、社会参加の機会、役割が得られる。 ・ 子どもや子育て世帯が抱える困難に気づくことができる。

子ども食堂の活動成果の一例(1/2)

団体名	活動名	成果
NPO法人 ちいきの 学校	ありが とごは ん	- 旬の食材を使った家庭料理を提供することで、「おいしかった」、「家ではなかなか食べられない」という声が多く聞かれた。 - 調理や受付を通じて、初参加者でも自然に役割を担えた。 - 子ども同士、また子どもと大人の間に顔見知りの関係が生まれ、再開を喜ぶ場面も見られました。 - 高齢者が継続的に参加することで、社会参加や生きがいづくりの場としても機能しました。 - 生活状況や仕事に関する相談が寄せられるようになり、「ちょっと話せる場所」としての役割が生まれました。 - 規格外野菜や家庭菜園の余剰野菜など、廃棄されがちな食材を有効活用することができました。

子ども食堂の活動成果の一例(2/2)

団体名	活動名	成果
土浦わかものまちプロジェクト	高校生による子ども食堂運営事業	- 子ども食堂にやって来た子どもたちや保護者同士でのつながりが生まれ、コミュニティ創出の場となった。 - 安価な食事を提供することで、子育て世帯や貧困世帯を支援することができた。 - 高校生による食事や学習支援、遊び場の提供により、子どもの貧困解決だけではなく、子どもたちがお絵描きやおしゃべりなどを通して笑顔になれる、安心できる居場所となった。 - 高校生が子どもや様々な大人と関わる機会を提供したことで、高校生のコミュニケーション能力や社会課題への意識の向上、奉仕の精神や自己肯定感の向上、地域への興味関心や愛着を持つことなど、様々な面での成長を促すことができた。 - 高校生が運営する子ども食堂を土浦日大高校も自校で行うようになり、子ども食堂の広がりに寄与した。
社会福祉法人那珂市社会福祉協議会	那珂市フードパントリー支援事業	- 母子父子世帯、準要保護世帯を対象にのべ61世帯208名に食品配布を実施することができた。 - アンケートでは、8割以上のかたが、「非常に満足」または「満足」を選択した。「お米をたくさんいただけてよかった」「物価高で、麺類や調味料をもらえてありがたい」との声が多くあった。

子ども食堂でのエピソードの一例

団体名	活動名	エピソード
ハレとケ	ハレとケひろば	・ お年寄りが子どもたちの相手をしてくれたり、子育て中のママにアドバイスをしてくれたり話を聞いてくれる。
NPO 法人 あっとホーム たかまつ	子ども食堂『あいなカフェ（Reプラス神栖）』	・ 育児相談を通じて、不安の軽減や子育てへの前向きな気持ちが育まれた。
一般社団法人 おかえりホーム	とんぼ塾 フリースクール	・ 小学生の男の子たちが本気で遊ぶ。 ・ 食事の時には兄弟でもないのにお互いに安心して猫のように体を寄せ合う。 ・ 高校生たちが先生を囲んで楽しそうに、そして時に真剣に話をする。 ・ 医学部を受験をする講師が活動を離れる際、小学生の子どもたちみんなが涙していた。
社会福祉法人 那珂市社会福祉協議会	那珂市フードパントリー支援事業	・ 寄付を受け取った方からは、「皆様からのお気遣いを感じて明日からまた頑張ろうと思える」という声や、「皆様の優しさをかみしめてこれから先、いつか他の方へ、何かしら寄付していきたい」という声が挙げられた。 ・ 新たに（食材）寄付や配布に協力いただける方が増えた。

こども食堂を支えたい人のさらなる増加

- ・ コロナ禍を受けて、こども食堂への寄付が増加。コモンズが運営する「いばらき子ども食堂応援募金」には6年度でのべ299件、累計16,270,887円集まる。（その他JAバンク茨城から毎年200万円）
- ・ 毎週のように食品寄贈の仲介が。
- ・ こども食堂ほど共感しやすく、応援が集まる活動は他にない。

令和7年度寄贈団体のべ数	27
令和7年度受贈団体のべ数	431
これまで寄贈仲介した食品、物品の例	精米、大根、ネギ、ニンジン、白菜、サニーレタス、さつまいも、生姜、なす、パプリカ、メロン、リンゴ、生そば、佃煮、煮豆、竜田揚げ用冷凍イカ、冷凍魚フライ、冷凍焼売、クリスマス・ケーキ、お子様弁当、アレルギー対応食材、防災備蓄用レトルト食品、クラッカー、缶入りパン、バームクーヘン、粉ミルク、水、袋麺、カフェオレバター、マスク、マスクケース、冷蔵庫、クリアファイル、アントラーズやバスケット観戦チケット、サーカスのチケット、いちごの収穫体験、カプセルトイ など

こども食堂での困りごと(複数回答)

順位	困りごと	割合
1	運営資金の不足	47.2%
1	必要な人(貧困家庭など)に支援を届けるための周知・広報	47.2%
3	運営スタッフ・ボランティアの不足	42.2%
4	後継者の不足	32.3%
5	食材・物品の不足	32.0%
6	必要な人(貧困家庭など)に支援を届けるための行政等との連携	30.6%

認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ(2025年10月)「こども食堂の実態・困りごと調査2025 報告書」

こども食堂を支えるためにできること

資源区分	できること
人	① ボランティアとして活動に参加（おすすめのこども食堂を紹介可能） ② プロボノ（職域ボランティア）として専門性を活かして活動参加 ③ （元）職場の仲間などで一緒にこども食堂の運営の手伝い
モノ	④ 食品や農作物、米、賞味期限が近づいた防災備蓄品などを寄付 ⑤ 食材を社内や会合で集め、まとめて寄付。（フードドライブ協力） ⑥ 食材や米などの保管スペースを無償または低価格でこども食堂に貸与
金	⑦ こども食堂に寄付、または賛助会員として会費で応援 ⑧ いばらき子ども食堂応援募金に寄付
情報	⑨ 社内や知り合いに近隣のこども食堂の情報や、求めている支援情報を共有

料理するだけではない、こども食堂のボランティア

- こどもなどとの話し相手
- こどもなどとの遊び相手
- 調理
- 配膳
- 食材や調理器具などを運ぶ力仕事
- 受付
- 食品の箱詰めや手渡し
- 宿題のサポート
- 送迎のサポート
- 後片付け
- パンフレットやチラシなど、広報物の作成
- ウェブサイトやブログ、SNSでの発信
- 公民館や図書館、学校などへのチラシなどの配布
- 会計や事務処理の手伝い
- 農家や企業などへの食材、寄付などの支援依頼のサポート など

こども食堂の探し方

「茨城 こども食堂」で検索

<https://www.kodomo-ibaraki.net/>



いばらき子ども食堂応援募金

目 的	茨城県内の子ども食堂や学習支援など、子どもの居場所を資金的にサポートすることで、地域で子どもを支え、見守る仕組みの創設、継続を図ります。
仕組み	コモンズ内に基金を設置し、一定額が溜まれば公募、審査により、寄附金を原資に助成。
ご寄付の 使途	茨城県内の子ども食堂などの活動を広く支えるため、消耗品費、旅費交通費、印刷製本費など、その活動の設立、継続に必要な経費を、あまり使途を限定せずに充当します。
助成実績	のべ34団体、合計7,461,800円
寄付団体 (順 不 同)	高速（株）、サントリービバレッジソリューション（株）、ダイードリンコ（株）、（株）アールイーライフ、（株）五光、（株）柴建築設計事務所、（株）常陽銀行、シンコーフーズ（株）、第一観光開発（株）、（株）筑波銀行、ネットヨタ茨城（株）、（株）プリマベール、水戸エナジー（株）、（株）諸川農園、（有）やまの湯、水戸21の会、茨城県教職員組合、大成女子高等学校地域デザインフィールド3年、行方市二十歳のつどい実行委員会、水戸市新市民会館等施設建築物新築工事リーダー会、元茨城県知事竹内藤男顕彰会、公益社団法人茨城県看護協会、NPO法人洋服ポストネットワーク協議会

詳細はこちらの特設サイトをご確認ください。
あなたのご支援が必要です。ご寄付のご検討、ありがとうございます。
< <https://www.ibaraki-kodomoshokudo.com/> >

