

けたかくるりこども食堂 令和元年 営業中

みなさんのニーズに応える「けたかくるりこども食堂」を目指します。

- 実施計画
毎月第1・3金曜日 令和元年度実施予定回数 25回（下カレンダーのとおり）。※追加実施も1回あたりの参加見込数 こども25人、大人25人、ボランティア10人 計60人 参加者に制限を設けておりません。どなたでも参加いただけます。
- 参加料金 大人・200円、こども（高校生以下）・無料、障がいをお持ちの方・無料
- 実施会場 スマイルセンター浜村（鳥取市気高町北浜三丁目157番地）
- 事務局・申し込み先

「けたかくるりこども食堂」事務局（気高人権福祉センター内）
電話0857-82-3363・ファクシミリ0857-82-3364
メールアドレス jin-ketaka@city.tottori.lg.jp

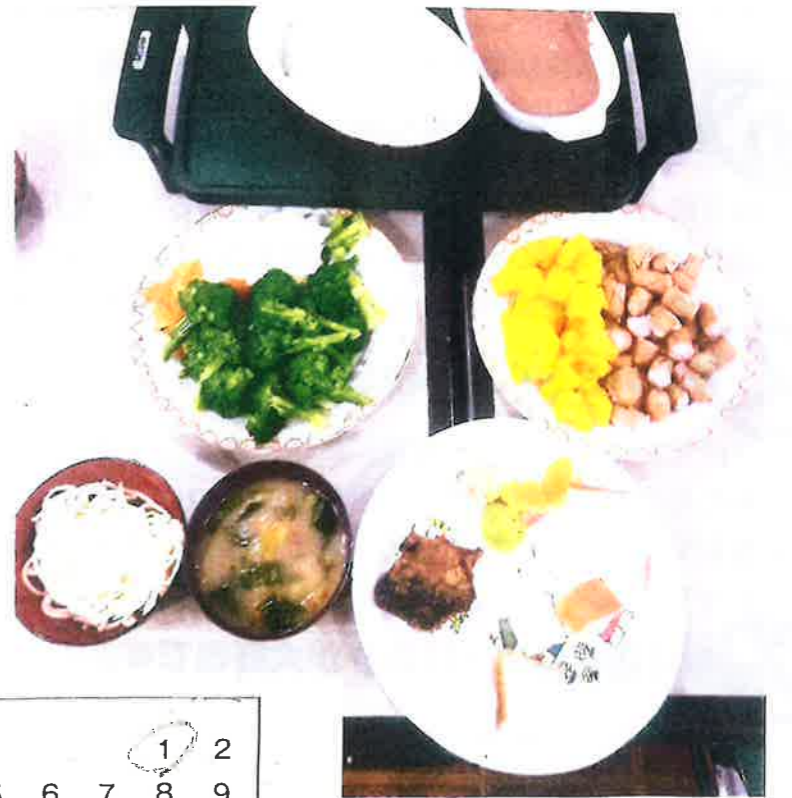
○実施目標・内容・時間
この地域で生まれた子どもたちが、自分自身のこと、自分が生まれた地域のことを大切に思い、「とっとり大好き」と胸を張って言える子どもたちを育て、子育て世帯の支援を居場所となることを目指すため、食事の提供、学習支援、相談支援、その他イベント等を行います。

- 14時00分 調理開始（調理ボランティア）
- 17時30分 開店・学習支援等（宿題等）
- 18時00分 食事（「いただきます。」）

学習支援（絵画教室等）
入浴（希望者のみ）※温泉をどうぞ。
19時30分 片づけ・閉店

特に頑張りたいこと・・・

- ・青谷町、鹿野町でのこども食堂開催へ。
- ・制服リサイクル事業の充実・販売強化。
- ・食材提供ボランティアとの交流・協働。
- ・みなさんの「わくわく」を応援する。



「ありがとうございます。」がうれしくて。
けたかくるりこども食堂
運営委員長 水津 文恵
昨年7月にスタートした「けたかくるりこども食堂」。多くのみなさんにご支援いただき、18回開設、のべ800食を提供することができました。今年度も月2回の取り組みを継続しながら、学習支援の充実など、新しいことにもチャレンジしていきたいと考えています。

お母さんの笑顔に「ありがとうございます。」
先日、「けたかくるりこども食堂」に、コーヒーメーカー「バリスタ」を購入しました。食後のコーヒーの効果もあって、お母さん同士の会話がより弾んでいます。こどもたちだけでなく、お母さんたちの笑顔を見ていると、「こども食堂」が心地よい居場所となっていることを改めて感じます。喜んでもらっていることがとてもうれしいです。

ボランティアさんの熱意に「ありがとうございます。」
「けたかくるりこども食堂」のメニューは、食材が届いてから、ボランティア数名が話をして決めます。「新鮮な野菜をおいしくいただく」、みんなのアイデアと知恵が温かいメニューにあふれています。ずっとこの地域に受け継がれてきた「おふくろの味」を受け継いでいきたいと感じています。ボランティアさんの知恵が参加してくれている家庭の食事を変えているんじゃないかと期待しているんですよ。

令和元年度 事業計画「わくわくおふくろ」

日	月	火	水	木	金	土
5	1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12
7	13	14	15	16	17	18
8	19	20	21	22	23	24
9	25	26	27	28	29	30
10	1	2	3	4	5	6
11	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18
1	19	20	21	22	23	24
2	25	26	27	28	29	30
3	1	2	3	4	5	6
4	7	8	9	10	11	12
5	13	14	15	16	17	18
6	19	20	21	22	23	24
7	25	26	27	28	29	30
8	1	2	3	4	5	6
9	7	8	9	10	11	12
10	13	14	15	16	17	18
11	19	20	21	22	23	24
12	25	26	27	28	29	30

「ありがとうございます。」を、いっぱい言いたい。
「けたかくるりこども食堂」を始めてから、よく「ありがとうございます。」と言われます。もちろん、私ひとりではできませんでした。多くのみなさんのチカラで、がんばれている気がします。引き続きのご支援、ご協力をお願いします。

けたかくるりこども食堂 平成30年度活動報告!

9月7日のメニュー

けたか産のものたくさんあります



お血は、浜村保育園の「おふる」をいただきました。

けたかに「こども食堂」ができました。

平成30年7月に誕生した「けたかくるりこども食堂」。私たちは、気高町に住んでいる方だけではなく、鹿野町の方も、青谷町の方もみんな「くるり」と輪になって包み込む、そんな、こどもも、大人も、ほっとでき、笑顔あふれる「みんなの居場所」を築いていくことも目指しました。

そして、18回開催、のべ786食を提供できました。

たくさんの寄付・食材をいただきました。

平成30年度中に「こども食堂」や子育てを応援してくださるみなさんから、11万6千円にもおよぶ多くの寄付いただきました。また、「これ食べてごしないな。」と多くのみなさんから野菜などの食材をたくさん提供いただきました。ありがとうございました。毎週、鳥取県生活協同組合や大江の郷自然牧場などから提供された食材も「地域食堂ネットワーク」から届けていただいています。

家族のようなボランティアばかり

毎月第1・3金曜日の夕方に開設している「けたかくるりこども食堂」。その調理を担っているのは、ボランティアのみなさんです。平成30年度は、のべ151人（実15人）に活躍してもらいました。子どもたちのことが大好きな素敵な人ばかりです。そこに、高校生も加わり、家族のような雰囲気です。ご気軽にのぞいてみてください。楽しいことが待っていますよ。

苦しいときに思い出してください。

「けたかくるりこども食堂」には、多くの子どもたちの笑顔があふれています。また、その周りには素敵な大人が多くいます。子どもたちの笑顔は、心地いい居場所を見つけ、信頼できる大人に出会っているからだと思っています。お父さん、お母さんも一緒に安心して子どもたちを見つめている保護者の姿が見られます。そして、心地いい居場所で、保護者同士でさりげなく子育てなどを相談しあっている。そんな姿が多く見られています。どんなことでも、安心して相談できる環境・相談支援を目指します。

るり色の地球・けたかが大好きです。

- 「地元で採れた野菜やお米はおいしい。」
- 「気高に後世に伝えたい食文化がある。」
- 「おふくろの味は私たちの好きな味だ。」

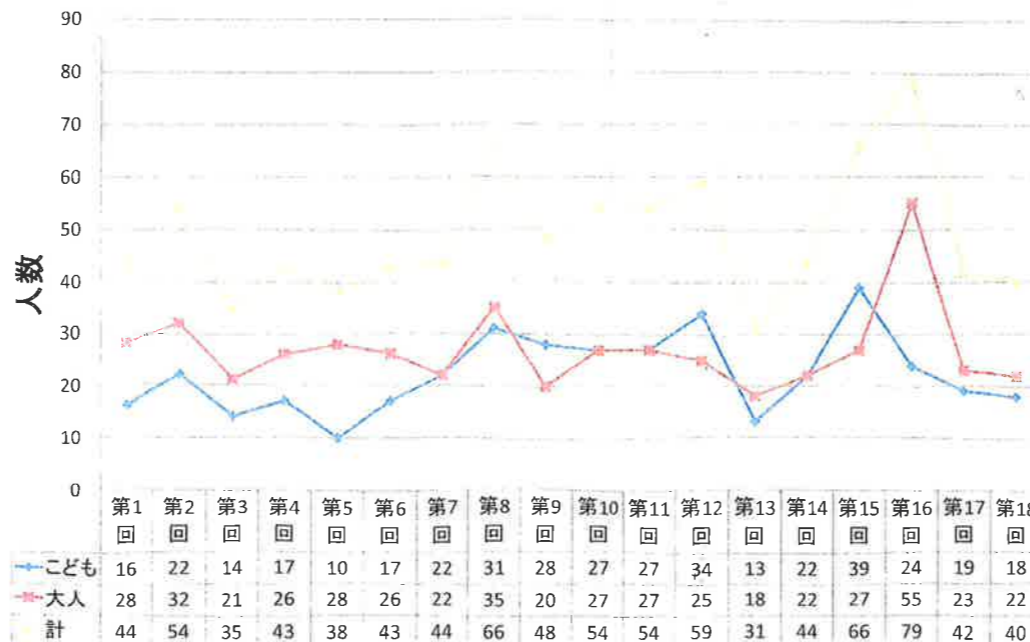
そう、気高・鹿野・青谷には魅力があふれているんです。

リサイクル活動に取り組みました。

浜村駅前「そば吉さん」と「元久野薬局さん」の間に回収箱を設置しました。3か月で3,810キロ、2万円余りの収入となりました。

また、学生服リサイクルにも取り組み、たくさんの学生服を届いていただきました。学生服の購入希望がありましたら、「けたかくるりこども食堂」事務局（気高人権福祉センター・電話82-3363）に電話で申込みください。

H30年度 こども食堂参加者数 推移



平成30年度けたかくるりこども食堂運営委員会収支決算書

〈収入の部〉

(単位：円)

区分	本年度決算額	摘要	
市補助金	425,000円	運営補助	225,000円
		立ち上げ	200,000円
自己資金	162,587円	寄付金	86,027円
		カイちゃんスタンプ	30,100円
		リサイクル事業	18,110円
		バザー売上	28,350円
その他	96,800円	大人参加費	@200×484食
計	684,387円		

〈支出の部〉

(単位：円)

区分	本年度決算額	摘要	
報償費	133,800円	講師謝金(学習支援)	40,000円
		ボランティア	93,800円
食糧費	60,640円	食材・調味料など	※1食あたり69円
需用費	151,532円	食堂用消耗品	
役員費	51,172円	広告料・郵券料 クリーニング代等	
備品購入費	205,200円	冷凍庫 食堂電球交換	
使用料及び賃借料	18,000円	会場使用料	
計	620,344円		

収入決算額

支出決算額

684,387円 - 620,344円 = 64,043円

→来年度に繰り越しします。

「けたかくるりこども食堂」についてのお問い合わせは

「けたかくるりこども食堂」事務局

(気高人権福祉センター内)

電話 0857-82-3363

ファクシミリ 0857-82-3364

メールアドレス jin-ketaka@city.tottori.lg.jp

春らんまん*みんな集まれ ほっと ☺カフェのまとめ

1. ねらい

大型連休中、どこにも行き場がなく孤立しかねない精神障がい者や家族に安価な食事を提供し、安心してほっとできる居場所を提供するとともに地域住民との交流により精神障がいに対する理解を広げ、さらに地域の活性化をめざす。

2. 開催日時

平成31年4月28日(日) 午前11時～午後2時

3. 場所

喫茶ミラクル

4. 内容

(1) 啓発

- ・ 気高・鹿野・青谷全域全戸配布
- ・ 関係機関への情報提供
- ・ 日本海新聞掲載
- ・ 会員や当事者ボランティアによる声掛け、会員の SNS による情報提供

① 食事の提供

- ・ カレーライス (100円)
地元のじゃがいも (子ども食堂提供) ゆで卵 (子ども食堂提供) 米 (ほとカフェ会員提供)
- ・ プチデザート (パウンドケーキ、パンケーキ、ムース、フルーツゼリー、芋かりんなどすべて会員による手作り)
- ・ ほっとコーヒー

② 心うきうき 音楽イベント

- 南米音楽 (ケーナ、チャランゴなどの楽器演奏)
- 「コンドルは飛んでいく」
- 「キラリ☆えがおの会の歌」(来場者全員による合唱)
- 「世界にひとつだけの花」(会員による手話)

③ さくら工房物品販売 (クッキー、マフィン型など)

④ 健康相談、情報コーナー設置

5. 結果

① 来場者数

110人 (うち当事者22人)

② ほっとカフェの会12人、ピアサポーター1人、当事者ボランティア1人、保健師3人 子ども食堂ボランティア2人

6. 評価と課題

(1) 評価

- ・ 全戸配布や新聞掲載、会員の声掛けや SNS による情報提供などにより気高町だけでなく青谷、鹿野からの若年層、親子連れや近隣の地域住民及び当事者やその家族などの来場により県外からの移住者によるリノベーションした喫茶店の啓発にも効果があり、今後の地域の活性化につながるものと思われる。
- ・ 当事者22人の参加があった。その中にはサービスに繋がっていない者や独居の者などがあり、連休中だけでなく日頃行き場のない者の居場所となったり、今後のほっとカフェへの参加のきっかけになったものと思われる。また、普段ほっとカフェに来場している当事者の家族の同伴もあり、家庭では見せない当事者の姿を家族が見ることができ、当事者に対するその家族の理解を深めることができた。

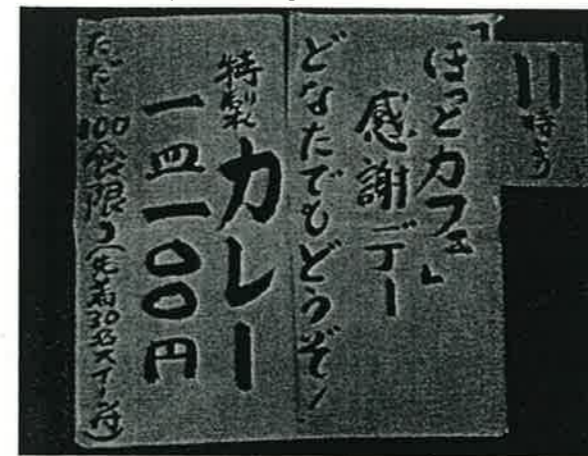
- ・ 今回のイベントは、「ほっとカフェの会」の会員からの提案で、大型連休にどこにも出かけることのできない孤立している当事者のために食事を提供し、居場所を確保したいとの思いを結集し、実現することができその効果について共有できた。

また、その結果から来年度も同様のイベント開催について計画立案した。

- ・ ほっとカフェの会員による計画と実践、その効果により、会員のモチベーションの向上につながり今後のほっとカフェの活動の推進に資することができた。
- ・ 子ども食堂からの食材提供と協力、支援があり、コラボレーションすることにより、今後は地域の貧困や孤立、障害などの理解の醸成につなげていく必要性について思いの共有ができた。
- ・ 精神科医植田医師 (鳥取県立精神保健福祉センター) の来場もあり、西地域精神障がいに関する取り組みについて理解を得ることができた。

(2) 課題

- ・ 気高町だけでなく鹿野町、青谷町においても居場所づくりやイベント開催の重要性について意見があった。
- ・ 気高町はもとより、鹿野町、青谷町在住の「ほっとカフェの会」の会員の新規加入者を増やすことの課題がある。



お茶を飲みながら お話し ゆったりほっこり しませんか?

ほっと ☺ カフェ

西地域(気高・鹿野・青谷)にお住まいの障がいをお持ちの方、ご家族の方や引きこもりの方、そして地域住民の皆さん、町外の方、どなたでもどうぞ、お待ちしております!

と き 毎週水曜日 (5月1日はお休みです)
午後1時半～4時半

と ころ 気高町浜村「喫茶 ミラクル」
*お車でお越しの方は、ゆゆう堂様へお預けください。
気高町コミュニティセンターの駐車場をご利用ください

「ほっと ☺ カフェの会」
気高町、鹿野町、青谷町の3町にまたがる地域福祉の拠点です。ほっとカフェではお茶の提供だけでなく、ピアサポーターや当事者ボランティアによる相談や支援を行います。ほっとカフェの活動は、地域福祉の向上に貢献しています。

春らんまん*みんな集まれ ほっと ☺ カフェ

と き 4月28日(日) 午前11時～午後2時 健康相談コーナーあり!

と ころ 気高町浜村「喫茶 ミラクル」

内 容 心うきうき 音楽イベント(生ハム)
カレーライス(100円) 7千デザート コーヒー

お問い合わせ 西地域各総合支所 保健師
気高町 ☎ 82-3157 鹿野町 ☎ 84-2014 青谷町 ☎ 85-0012

「ほっとカフェ」のまとめ



1. 「ほっとカフェ」のねらい、目的

[ねらい]

精神障がい者当事者や精神障がい者家族会、精神障がい者や家族が安心して暮らせるための連絡会や民生児童委員、ベストフレンド会員、その他地域の有志などのボランティア組織で設立した「ほっとカフェの会」が居場所を運営し、精神障がい者をはじめとした障がい者や家族及び引きこもりや閉じこもりの者の傾聴を行うことにより、これらの者の不安感や負担感の軽減を図るとともに社会参加のきっかけづくりとなり、地域住民とともに安心して暮らせる共生社会のまちづくりをめざす。

[目的]

- ① 「ほっとカフェの会」が障がい者とその家族や引きこもり、閉じこもりの人などの傾聴をし、不安感や負担感の軽減を図るだけでなく自信や意欲をもち、さらに社会参加のきっかけをつくる。
- ② 開かれたスペースとして地域社会との交流の場ともなり、地域の理解を広げるための一助にする。
- ③ *ピアサポーターによる傾聴の取り組みにより、ピアサポーター自身の役立ち感や自己肯定感につなげる。
- ④ 県外からの移住者によるリノベーションした喫茶店とコラボレーションすることにより、地域の交流と活性化に資する。

*ピアサポーター: 「ほっとカフェ」のピアサポーターは、研修を受講し基礎知識を習得し、報酬により活動しているものではなく、インフォーマルな側面で同じ悩みを持つ当事者が、対等な関係性のなかで相手の話を傾聴する人のことを指しています。

2. 現在までの状況

(1) 経過

- ・ H29年度より汐さいの会、つながる会のなかで「居場所づくり」の重要性についての意見浮上
- ・ H30.5.9 喫茶ミラクル山際代表に打診。快諾される。
- ・ H30.11.11 社会福祉法人鳥取県社会福祉協議会「平成30年度精神障がい者等によるピアサポート・研修会等開催支援事業」補助金申請 H30.11.29 交付決定

(2) 会議

回	日時	場所	協議内容など
1	第1回 ほっとカフェの会 8月3日(金) 13:00~14:00	喫茶ミラクル	・地域の現状と課題 ・居場所の目的・具体的な運営
2	第2回 ほっとカフェの会 10月9日(火)	気高地区 保健センター	・ボランティアについて
3	第3回 ほっとカフェの会 10月30日(火) 13:30~15:30	気高地区 保健センター	・経過報告 ・会の目的運営など ・会則、周知方法など
4	第4回 ほっとカフェの会 11月29日(木) 13:30~10:30	気高地区 保健センター	・経過報告 ・会員研修 あいサポート運動DVD 傾聴について(ベストフレンド朝倉さん)
5	第5回 ほっとカフェの会 1月29日(火) 11:00~12:30	気高地区 保健センター	・会員研修 精神障害の理解 ~傾聴を中心とした関わり方~ 講師 植田 俊幸医師 ・講師を困んで 振り返りと今後の課題
6	ほっとカフェの会 役員会 2月25日(月)	気高地区 保健センター	・ピアサポーター ・利用者の対応 ・会の運営 ・第6回の協議について
7	第6回 ほっとカフェの会 2月26日(火)	気高地区 保健センター	・活動報告 ・会計報告 ・今年度の振り返り・来年度の方向性 ・ほっとカフェの開設
8	第7回 ほっとカフェの会 3月8日(金)	気高地区 保健センター	・出前ホットカフェの具体案 ・連休中のイベント(4/29)の具体案 ・ほっとカフェの啓発

3. 「ほっとカフェの会」会員

ボランティア12名

ピアサポーター1、家族会4、つながる会3(含民生児童委員2)、民生児童委員1
精神障がい者を支援する会ベストフレンド2、看護師1

4. 啓発等について

- ① 開催の啓発: 11月末気高町・鹿野町全戸配布 青谷町回覧
- ② メディア: オープン翌日日本海新聞掲載、1月4日産経新聞取材、1月23日読売新聞取材
- ③ その他: 県議会より質問あり、鳥取県障がい福祉課より聴取(12月20日)
岩美町議員視察(1月9日)
2月5日鳥取市精神保健福祉交流会にて報告(ボランティア朝倉さん)
2月16日鳥取県福祉研究学会第12回研究発表会
つながる会会長 山田 節子さん、汐さいの会副会長松本 絹子さん発表
(会の紹介のなかで、ほっとカフェの活動紹介)

5. 「ほっとカフェ」の参加状況 毎週水曜日 午後1時~4時

回数 12/5~ 3/27	利用者						ボランティア				総数		
	当事者			一般			ピア	気高	町外	小計	気高	町外	総数
気高	町外	小計	気高	町外	小計								
16回	96	20	116	79	30	109	15	58	11	84	248	61	309

- ・ 市内当事者夫妻、就労、対人関係の悩みの相談あり、ボランティアより相談支援機関紹介
- ・ 退院移行支援の当事者、兄弟、渡辺病院PSW参加 ・7年間引きこもりの当事者保健師同行により参加。
- ・ 近隣のB型就労支援事業所の当事者が就労後に参加し事業所以外でお互いゆっくりと話す場となっている。
- ・ ピアサポーターと当事者が開店までの準備や片付けなどを手伝い、ほっとカフェでの役割を担っている。
- ・ 複数回の大学生の参加あり、今後の若年層への精神障害理解の働きかけのきっかけが期待できる。

6. 評価と課題

(1) 評価

- ・ 居場所のニーズが高く、また新聞掲載の効果によるものか多くの参加があった。
- ・ 市内の当事者に対する相談対応や情報提供ができた。
- ・ 精神科医療機関の退院移行支援や7年間引きこもりの人、作業所通所者などの居場所になり、さらにそれらの者がお互い交流するなど当事者どおしの交流の場となった。
- ・ 当事者どおしのふれあいの場、仲間として話ができたり、困り感が話せる場となり、さらに障がいを自他共に受け止めてもらえる場、多様性を受け止めてもらえる場になっている。そのなかでも、当事者どおしでグループホームの重要性や対応について話し合う場がみられた。
- ・ ピアサポーターとして、当事者の話を傾聴し、共感し、当事者が安心して話ができる場を提供した。また、活動をとおし、ピアサポーター自身の役立ち感や自己肯定感につながったと思われる。
- ・ ボランティアがその能力と意欲を持ち、楽しんで役割を果たしており、これらの活動が地域の人材活用や活性化に繋がっていく。
- ・ 会員以外の民生委員や地域のボランティア精神障害の理解に関心のある鳥大生などの参加もあり、今後の地域での精神障害に対する理解の輪が広がる可能性ができたように思う。
- ・ 地域住民の参加もあり、当事者と地の交流の場やひいては地域の理解を広げる一助になる。

(2) 今後に向けて

- ・ 気高町の参加は多かったが鹿野町や青谷町からの参加が少なく、今後「出前ほっとカフェ」を開設する。
- ・ 「ほっとカフェ」開設日の拡大(単身世帯の障がい者は連休や祝日は行き場がなく、余計寂しい思いをしているのを危惧した会員の発案により4月28日イベント実施予定。今後も祝日開設の検討を行う。
- ・ 現在は喫茶ミラクルの閉店日に開所しているが、閉店日にシェアしていき地域住民との交流の機会の拡大を検討する。