



今回は、パルコープと提携して
いるシングルマザーシェアハウスの
「Ideau（イデアウ）」さんを
訪問し、活動の様子や運営されて
いる方の思いなどをうかがいまし
た。

＊ ＊ ＊

10月の土曜日、パルコープの子
ども食堂フードバンクの車が到着
すると、安田さんが自宅から現れ
て食品を受け取る。この周辺の一
角は、長屋をリノベーションした
住宅と、シェアキッチンを備えた
交流スペースもある「ぐるぐるそ
だつなぐや」と呼ばれている。昨
年7月に完成し、住居部分の一部
にシングルマザー向けのシェアハ
ウスとして「Ideau」ができた。

ひとつの家庭内だけで子育て
するのではなくみんなで子育て
のひとつとして、ひとり親家庭の
方へ食材をお渡しする取り組みを

わがまちの ＊ 子ども食堂 訪問記

＜番外編＞



シングルマザー
シェアハウス
ideau（イデアウ）

●場 所：大阪市平野区喜連
◆HP：
<http://peacefesta.com/ideau/>
スマホならこちらから→



越野さん、安田さん

Ideauを運営しておられる
越野健さん、安田委久美さん
にお話をうかがいました。
「越野さん」僕自身は関東出
身で、池袋や大阪で若者向け
のシェアハウスを運営してき
ました。シェアハウスだった
らシングルマザーの悩み事を
共有し、助け合うこともでき
るんじゃないかと。長屋の前
で子どもたちが遊んでいる姿
や地域みんなで子どもを見守

今年6月からスタート。SNSな
どで呼びかけ取りに来てもらう。
仕分け作業はいつも気にかけてく
れる友人やシェアハウスの住人の
子どももお手伝い。この日は10世
帯分の食品を紙袋に詰めた。

お昼前から夕方にかけて交流ス
ペース2階を開放し、取りに訪れ
た方とおしゃべりしながら手渡
し。冷凍食品はあえて仕分けず保
冷箱から選んでもらう。ゆるーく
ほっこりした時間に癒されるよう
な場所だった。

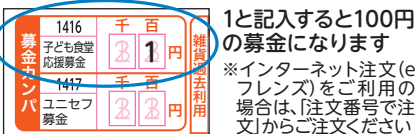
血のつながりを越えた場を
つくりたい

子ども食堂 応援募金

にご協力をお願いいたします

パルコープでは、エリア内の子ども
食堂を応援する活動を進めていきます。
集まった募金は、子ども食堂の援助
費用（配達ガソリン代・高速代など）
に活用いたします。

＜募金方法＞ 注文書の6ケタ注文欄1416へ



募金の状況(2020年10月20日現在)
13,727,413円

たちにとってもそうであればと思
います。実は同じエリア内にまた
新たなシェアハウスができるん
ですよ。」（安田さん）私も離婚を
経験し、娘を一人で育てながら仕
事をする中で、「子育てはひとり
でしなければいけない」という概
念を壊し、血のつながりを越えた
場をつくりたいという思いがあり
ました。ここは、ただ生活のため
に住む場ではなく、入居者どうし
が互いに高めあいがら前を向い
てステップアップしていく場
です。母親らしさとは何か？とい
うのはこれからも自分自身に問
いかけ続けていきつつ、ママさん
たちへのサポートも続けていき
たいと思っています。」



る様子はどこ
か昔懐かしい
：。子どもた
ちにとつて1
人じゃないと
思えることが
大事で、ママ

※子ども食堂に関する情報はホームページでも見る您可以通过。 https://www.palcoop.or.jp/au_ji/kodomoshokudou/

Pa・ぱっとクッキング 174

<https://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/>

12月2回企画回おすすめ♪「真たら切身(骨取り)」を使って 真たらのチーズ揚げポテタルソース



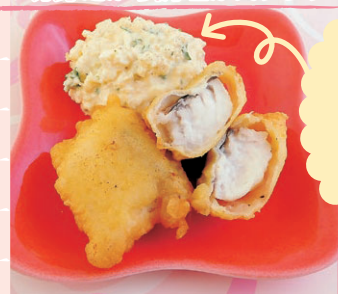
材料・2人分

真たら切身……4切れ
(衣)
卵白………1個分
てんぷら粉……30g
水………50cc
粉チーズ………大1

(ポテタルソース)
ゆで卵………1個
マヨネーズ…大3
ジャガイモ…30g
玉ねぎ……40g
パセリ………一房
レモン汁……小1

作り方

- ①衣の材料をボウルに入れさ
っくり混ぜる。真たら切身
は大きいものは半分に切
り、塩コショウしておく。
- ②フライパンに真たらの厚み
の半分くらいの油を入れ、
衣をつけ火が通るまでじっ
くり揚げる。



＊骨取りずみの切身だから調理がカンタン

ポテタルソースは、小さく
切ったジャガイモを電子
レンジで柔らかくし、ゆで
卵とボウルに入れフォーク
でつぶす。みじん切りに
した玉ねぎ、パセリと残り
の材料をまぜる。

1人当り 121kcal
+ポテタルソース 195kcal