



パルコプエリアにある「子ども食堂」を訪問し、活動の様子や運営されている方の思いなどを紹介します。
今回は、交野市にある「根っこわーくす」さんです。

はしめ 大島 一さん



生協から届けた「大豆で作ったパラパラミンチ」を具材に

の無い展開にも大人のスタッフが楽しんで対応していく。

『何かおもしろかったなあ』
という過程を大事に



代表の大島さんにお話を伺いました。「いどこ食堂は、『一般社団法人根っこわーくす』が行う子どもの居場所事業のひとつで、食を通してお互いを受け止め合い共に過ごす居場所として取り組んでいます。うまくいかなくても失敗することもあります。一人ひとりの違いや失敗を受け止め合い、出来栄の良さより『何かおもしろかったなあ』という過程を大事にしてほしいという思いですね。他に、週末の野外活動や、放課後の

居場所づくり、不登校の子どもたちの居場所づくりがあります。

僕がスタッフたちに大事にしようと言っている『大人の心得』は①子どもの関心に関心をもつ②していることをおもしろがる③なりゆきに寄り添う④頼まれた時だけ手伝う。ついつい手を出しちゃう時もあります。が、こういう大人がたくさん増えて、子どもにやさしい街をつくっていく。たらいなと思います。地元の人みんなで育てていこや！誰ひとり取り残さへんで！そういう考えが広がってほしいですね。」

オムライスに乗せる薄焼き卵を焼くのも言われるのではなく自主的に。大人は見守りに徹する



デザートフルーツ缶に、何を追加するか相談中

根っこわーくす
「いどこ食堂」

場 所：交野市私市

開催日：毎週水曜日
15:00-18:00

参加費：参加意思の表明としてワンコイン（1円でも5円でも10円でも500円でも、おもちゃのコインでもOK）

ホームページ：
<https://neccoworks.com/>

ホームページでは、紙面で載せきれない詳しいお話を掲載しています→



Pa・ぱっとクッキング 192

冷凍イカで
下ごしらえラクチン！



6月3回企画回おすすめ「九州産するめいかつぼ抜き」を使って

イカの炊き込みご飯

<1人当たり 372kcal>

材料・4人分

米…………… 2 合
水…………… 白米を炊く分量
里芋…………… 80g
冷凍イカ…………… 100g
しょうゆ・みりん・料理酒…………… 各大1
しょうがみじん切り…………… 小1
三つ葉…………… 1/2束
バター…………… 適宜

作り方

- ①冷凍イカは解凍し、背骨を取って輪切り、里芋は皮を剥き食べやすい大きさに切る。
- ②炊飯器に米、水、①、④を入れて普通炊きで炊く。
- ③三つ葉は葉と軸をわけて軸は5mmに切る。
- ④炊きあがったら炊飯器の中で③の軸を混ぜてお茶碗に盛り、バターと三つ葉の葉を乗せる。

④

③

②

①

⑤

⑥

⑦

⑧

⑨

⑩

⑪

⑫

⑬

⑭

⑮

⑯

⑰

⑱

⑲

⑳

㉑

㉒

㉓

㉔

㉕

㉖

㉗

㉘

㉙

㉚

㉛

㉜

㉝

㉞

㉟

㊱

㊲

㊳

㊴

㊵

㊶

㊷

㊸

㊹

㊺

㊻

㊼

㊽

㊾

㊿

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

101

102

103

104

105

106

107

108

109

110

111

112

113

114

115

116

117

118

119

120

121

122

123

124

125

126

127

128

129

130

131

132

133

134

135

136

137

138

139

140

141

142

143

144

145

146

147

148

149

150

151

152

153

154

155

156

157

158

159

160

161

162

163

164

165

166

167

168

169

170

171

172

173

174

175

176

177

178

179

180

181

182

183

184

185

186

187

188

189

190

191

192

193

194

195