

特集2 インタビュー

地域に根を張り巡らし、社会に揺るがぬ「地力」を養う ～私たちがしなやかに生きる、こども食堂はハブとなる

認定NPO法人 全国こども食堂支援センター・むすびえ 理事長 三島 理恵 氏

「こども食堂¹」という名前の認知度は今や約9割²。でも、その場の主な役割を「子どもやひとり親家庭の支援」と限定的なイメージをもつ人は多い³。年々増加の一途をたどり、全国に12,000箇所以上ある、こども食堂⁴。その普及啓発とこども食堂を通じた地域づくりに向け

て、全国センターとして様々なアプローチを行うのが、「全国こども食堂支援センター・むすびえ」である。「様々な団体と接点をもつことで、こども食堂の正しい理解を広げたい」との想いを携えて、三島理事長が今回の取材に応じてくださった。

認定 NPO 法人 全国こども食堂支援センター・むすびえ

2018年設立。「こども食堂の支援を通じて、誰も取りこぼさない社会をつくる。」をビジョンに掲げ、各地でこども食堂を支える地域ネットワーク団体を後押しする中間支援を軸に、自治体との連携促進や企業・団体との協働、調査研究を推進する。こども食堂のもつ価値のひとつを「多世代が交流する地域の居場所」と位置づけ、地域コミュニティの活性化とすべての子どもが安心して成長できる地域づくりの両面から、社会インフラとしての定着を多角的に支援している。

三島 理恵 (みしま・りえ) 氏



むすびえ理事長。日本ファンドレイジング協会の創設メンバーとして、社会課題解決のプラットフォーム構築に長年携わる。むすびえ設立時に参画し、広報ファンドレイジングの数々の新規事業を立案。2025年度より現職。現場の「思い」を社会の「仕組み」へとつなげ、こども食堂が当たり前にある社会の実現に尽力する。

多層多様なアクターが、地域を育む土壌を耕す

—むすびえさんの活動概要を教えてください。

「こども食堂の支援を通じて、誰も取りこぼさない社会をつくる。」ことを目的に、以下の3つの柱で事業を行っています。1つ目は、各地域のこども食堂の支援団体である「地域ネットワーク団体」を支援する事業です。地域ネットワーク団体を支援することで、各地域でこども食堂の立ち上げや継続がしやすい地域環境を作っていくことに取り組んでいます。2つ目は、様々な企業・団体との協働事業。市民活動であるこども食堂が地域社会から信頼され、必要な資金や物資、機会を得ながら運営していけるよう、こども食堂の活動に共感いただいた企業・団体とともに様々な支援をつないでいます。3つ目が、調査研究事業です。こども食堂は市民活動ゆえに行政も実態を把握できていない現状を踏まえ、こども食堂の実情やこども食堂が生み出している価値などについて調べ、情報を公表しています。この3事業を柱として、様々なかたちでこども食堂の支援とその普及啓発や社会への問題提起を行っています。

—活動を進められる中で見受けられた、こども食堂に関する近年の傾向があれば教えてください。

むすびえの調査から、各地域のネットワーク団体が活発に活動し、こども食堂の開設や継続を促すような仕組みづくりが行われていると、結果としてこども食堂が増えていることが明らかになっています。また、自治体や社会福祉協議会などと連携し、こども食堂が継続しやすい

地域環境ができていると、こども食堂の増加率や人口あたりの充足率も高いこともわかっています。単に資金援助がされるだけではなく、行政や企業など地域の様々なステークホルダーとの連携によって、こども食堂が継続しやすい地域環境が整い、地域としても「こども食堂に関わってみよう」という機運が高まっているのが顕著に出ています。

1つ事例をお示しします。「箇所数調査(2025)」でこども食堂の増加率が前年度比81.71%と飛び抜けて高かったのが、和歌山県です⁵。2022年、岸本周平前知事が知事選に出馬する際、「小学校区に各1箇所こども食堂を作る」ということを公約に掲げられました。その後、今日に至るまで取り組みがなされた結果、和歌山県内のこども食堂の数はこの2年間で倍になりました。これだけあっという間に広がったのは、県を挙げてこども食堂の普及に取り組まれたからだと思います。注目すべきは、子どもに関する所管の課だけでなく、地域づくりを担う地域振興局とも連携して体制を構築されたという点です。地場産業の方々ともネットワークが作られることで、「こども食堂を応援していこう」という機運が地域全体で高まり、こども食堂の活動を応援する個人や法人が多く出てきました。こども食堂が広がるような地域環境が整っていったから、結果として、これだけ増加したのだと思います。

これほどまでに熱心に取り組まれたのは、こども食堂が子どもたちへの支援だけではなく、地域コミュニティづくりに寄与することが確信されていたから。その上で、行政がもつ信頼性やネットワークをフル活用して、こども食堂が

普及しやすい地域環境づくりのイニシアチブを取られたからだと思います。

—地域のステークホルダーが連携することで、こども食堂を中心に地域が豊かに育まれるのですね。

こうした地域環境づくりを促していけるよう、むすびえとしてできることに取り組んでいくことが非常に重要だと捉えています。私たちが取り組むべき大切なことは、地域の様々なレイヤーにおいてこども食堂が応援されていくような地域環境を作っていくことです。私たちはそれを、「資源の地域内循環」⁶と表現しています。都道府県、市町村、小学校区、個人、それぞれのレベルにおいてできることがありますし、そのように多層で多様に関わることができるというのが、こども食堂の特徴だと思います。こども食堂の開設や運営に際しては、資金や物

資、人の不足といった具体的な困りごともあります⁷が、地域環境づくりを進めることがそうした課題の改善にもつながると考えています。とても地味ではありますが、こつこつ積み上げていきたいというのがむすびえとしての考えです。

もう1点、むすびえが全国センターだからこそ取り組みたいことは、こども食堂を定性面だけでなく定量面でも把握し、社会におけるこども食堂のもつ価値をきちんと示していくことです。こども食堂を通して、子どもの自己理解や他者信頼、地域への愛着や意識はどう変わるのか、地域はどのように影響を受けるのか、そして、多世代が集うことでどのような価値が生まれるのか。こども食堂がもつ価値を社会に示すことで、こども食堂を育む機運を高め、より多くの人たちが活動に参画できるよう後押ししたいと考えています⁸。

こども食堂を通じて、地域の多様な担い手が「フェーズフリー」を紡ぎなおす

—特集のテーマである「女性と子ども」という切り口から、こども食堂の現状や課題について教えてください。

子どもや女性が抱えている問題は、「福祉」や「家庭」ではなく「社会」の問題であり、ある意味「労働」の問題でもあると思っています。社会の中での意思決定は、本当に男性が中心です。それは地域活動においても同様です⁹。生活の場における問題や課題を踏まえ、現場の声を反映していくためには、意思決定の場に女性が入ることがとても重要です。高齢化・少子化

による人口減少が進み、自治会による自治機能も弱りつつある今、地域の担い手の多様化が地域そのものの持続に不可欠です。そうした現状において、こども食堂の活動が広がっていること、そして現在のこども食堂が、女性が中心に担う¹⁰新しい地域活動であることを踏まえると、こども食堂で女性たちが活動して下さっていること自体に大きな意義があります。こども食堂の普及は、女性たちが地域活動を担っていることの実態として見過ごしてはいけない光景だと、私自身は思っています。

一地域を取り巻く社会状況や、地域に求められる役割も大きく変わってきています。

社会構造や家族形態が大きく変化した現代社会において、夫婦子どもの一般世帯が減り、単身世帯が最も多くなっています。高齢者のみならず、若者においても、です¹¹。また、親戚づきあいも希薄になっています。その結果、子どもを含む他の世代と交わったり、地域の人と関わったりする接点をもつ機会が失われています。他方で、コロナ禍や災害などの経験から、遠くに住んでいる家族より、身近なところで顔見知りができ、生活の圏域で助け合いが生まれることの重要性に、多くの人気づき始めているのだと思います。そのような観点でも、こども食堂が地域社会に広がることで、私たちの暮らしにおける「平時の安心感」と「なにかあった時の支え合い」が地域の中に実装されていくのではないかな、とも思います¹²。

また、家族構造の変化によって、子育てや介護など、これまで家庭内で担われてきた様々な役割に限界が来ているようにも思います。外部サービスの利用は、それが容易な家庭と困難な家庭があるわけです。私たちの暮らしを守るためには、家庭の中だけでなんとかするのではなく、いろんな意味でのセーフティネットを社会で整えていく必要があります。その中には、国レベルで整備するものだけでなく、地域で自分たちが作っていくものもあると思います。住民が主体となって地域自治を担いながらどのようにセーフティネットを整えられるのかを考えることは、現在の私たちの暮らしを維持するには欠かせない点だと思います。

個別化が進んできている現代社会において、ひと昔前にあった地域の濃密なつながりがなくなった今、身のまわりの人との関係性をもう一

度紡ぎなおそうとする現象のひとつとして起きているのが、こども食堂の普及なのではないかと思っています。そう考えないと、運営も継続も本当に大変で、困りごと絶えないボランティア活動がこれだけ広がってきていることの説明がうまくつかないんですね。しがらみのないゆるやかなつながりを持ち、困ったときには助け合える。こども食堂は、そうした社会関係を紡ぎなおす新しいコミュニティです。それは、私たちが失った人間らしい結びつきを再び取り戻そうとする、一つの切実な動きのように感じられます。

一人のつながりを結びなおす、こども食堂の活動。その意義に賛同し、個人・法人を問わず多くの方がむすびえさんを支援されています。支援者のみなさまは、どのような問題意識や関心をもって活動に目を向けておられるのでしょうか？

まずは、子どもたちの豊かな育ちを応援したいと思われる方が多く関わってくださっているように感じます。それから、こども食堂が市民活動だからこそ、一般市民として参加したいと思ってくださる方もいます。また、孤立や孤独といった社会課題や非常時にも助け合えるような地域社会づくりに、こども食堂の普及が重要だと考えて関わってくださる方もおられます。コロナ禍にはとくに多くの想いが寄せられました。2025年にはこども食堂の全国調査のためのクラウドファンディングも実施しましたが、大変多くの方にご参加いただきました¹³。

とくに個人の支援者の方とお話をさせていただくと、ご自身が幼少期や子育て期に苦労したり、だれかに支えられたりした原体験を踏まえて、こども食堂に関心をもってくださる方々が

本当に多くいらっしゃることを感じます。「恩送り」というか、「自分もしてもらったから、だれかに次のバトン渡したい」という気持ちで携わってくださる方も一定数おられます。そんな支援者の方の想いをうかがうと、悲しいことややるせないことも多い世の中で、それでもやっぱりがんばっているのが私たち人間なんだなということを、いつも力強く感じさせられます。そうした長い時を経て想いがつながっていく

様子は、こども食堂の現場でも実感します。こども食堂に来ていた子どもたちが少し大きくなると、今度はボランティアとして運営に回ったり、自ら立ち上げたりする事例が多くあります。学校で教わったことではなく、実体験を通じて得たものが耕されて、ある時自然に芽吹いて動き始めている。そんな姿を見ていると、こども食堂は長い時間軸での「人づくり」にもつながっているのだということに気づかされます。

「取り組みやすさ」を入り口に、Win-Winの関係性を深めたい

一労働組合が地域のこども食堂を支援する事例も増えています。今後、労働組合とどのような関わりが実現可能か、具体的なイメージや期待されていることはありますか？

これまでも労働組合をはじめとした労働関係団体みなさんと関わりを持たせていただいています。同じ時代を生き社会を作っていく主体として、ともに考え動いていくパートナーでありたいと思いますので、労働組合のみなさんにもこども食堂の応援にできるだけ長く様々なかたちで関わり続けていただきたいと思います。

事例としましては、三越伊勢丹グループ労働組合のみなさんがフードドライブプロジェクトに取り組み、各地域レベルで活動を広げていただいています¹⁴。大切なことは、「どのように地域環境を作っていくのか」ということです。まずは例えば、組合員の方に呼びかけて家に余っている食品などを持ち寄り、地域のこども食堂やネットワーク団体に寄付することでつながりをもっていただく。そうした接点を入りに、現場を訪ねる、ボランティアに参

加する、一緒にできることを企画するなど、関与度合いを深めていただけると良いのかなと思います。

他にも、モノ寄付は入り口として取り組みやすい活動かと思います¹⁵。例えば、自宅にあるもう読まない本を買取に出すことで、査定金額を寄付することができますので、年末の大掃除などの機会に組合員の方に呼びかけていただくといったことはどうでしょうか。そのような参加の仕方があることを知っていただくことで、関心のすそ野を広げるきっかけづくりになれば嬉しいです。

そうした取り組みをしているうちに、どんどんやってみたいことも出てくるかと思います。関わるみなさんが「次はこれをやってみよう」と思ってくださいることが、こども食堂やそこに出入りする子どもや女性を長期的に支えていく力になると思っています。

「自分たちの強みを生かして協力できることはないか」という視点も良いかなと思います。例えば、日本ハム株式会社さんは、こども食堂を訪れてハムの話をしてくださいました。そうした機会は、企業にとっても、こども食堂の子

どもたちや参加者にとっても貴重な体験になる
と思います。子どもや子育て世帯に貢献したい
と考える企業は多いと思います。単なる「支援」
に留まらず、自分たちがやりたいことを実現す
るフィールドとしてこども食堂を活用いただく
ことで、双方にとっていい関係性に発展してい
くことは、私たちにとってもすごく嬉しいこと
です。

一取り組みそうなことを入り口に、労働組合にと
ってもこども食堂の方々にとってもプラスに
なるような関わりを深めていけると、とても理
想的ですね。

こども食堂を取り巻く大きな課題の一つとし
ては、「認知調査（2025）」の結果に表れている
ように、「こども食堂の正しい理解がなかなか
広がっていない」ということです。多くの人は、
こども食堂の存在目的が、子どもや貧困世帯、
ひとり親家庭の支援であると認識しています。

そうした機能もちろんありますが、そのよう
な役割に留まらないということは、本日お話し
してきた通りです。社会における認知や認識を変
えていくことはとても難しいですが、「こども
食堂を正しく知ってもらおう」ということは、と
ても重要なことだと考えています。私たちだけ
ではなく、労働組合のみなさんがもつ全国規模
のネットワークを通じて、こども食堂の正しい
理解者を増やしていくことにも、ぜひ一緒に取
り組んでいただきたいと思います。

現代の私たちの暮らしは、職場と地域、ある
いは生活がどうしても分断されがちです。一朝
一夕に解決できることではありませんが、地道
な活動と多様な協働を積み重ねることで、その
壁も少しずつほぐれていくはずです。そんな変
化を、みなさまと一緒に、一歩ずつ進めていけ
たらと思っています。

（インタビュー：2026年1月22日）



- ¹ 「こども食堂」「子ども食堂」「子供食堂」の表記について厳密な決まりはないが、本稿の表記はむすびえの表記に準ずる。同団体の「こども食堂」の定義や日本における実態を踏まえると、ひらがな表記には、「幼い子どもや日本語を母語としない人も来られるように」「子どもだけでなく地域の多様な人々が集える場であることを示す」という意味が込められていることがうかがえる。なお、Google 検索（完全一致）では、本表記のヒット件数が最も多い（2026.1.23 時点）。
- ² むすびえ「こども食堂の認知調査 2025」（以下、「認知調査（2025）」）
- ³ 同上
- ⁴ むすびえ「2025 年度こども食堂全国箇所数調査」（以下、「箇所数調査（2025）」）より。2023 年から毎年 1,700 カ所以上増えている。同調査は、むすびえの前身団体である「こども食堂安心・安全向上委員会」が 2018 年に全国規模の調査を初めて実施して以来、毎年行われている。
- ⁵ 分析は、「『2025 年度こども食堂全国箇所数調査』（速報値）結果のポイント」に詳しい。（https://musubie.org/wp/wp-content/uploads/2025/12/Shiryuu_1_.pdf）
- ⁶ 2023 年に策定された第二次中期計画（2023-2025 年度）では、「第 2 の柱〈地域でまわるように伴走する〉資源の地域内循環を促進するエコシステムの構築を目的としたすべてのステークホルダーに対する伴走支援力の向上」が掲げられている。（<https://musubie.org/news/other/8095>）
- ⁷ 「こども食堂の実態・困りごと調査 2025」（以下、「実態調査（2025）」）
- ⁸ 同団体では「こども食堂の参加者・非参加者調査」（2024 年）や「こども食堂への参加者の変化を捉える定量調査」（2023 年）などを通して、こども食堂が参加者や社会に与える影響や価値を定量的に把握する試みを行っている。
- ⁹ 内閣府「男女共同参画白書 令和 4 年版」第 3 分野 地域における男女共同参画の推進からは、未だ自治会長の 9 割以上が男性であることが読み取れる。
- ¹⁰ 「実態調査（2025）」より。こども食堂の運営スタッフは女性が男性のほぼ倍を占める。
- ¹¹ 総務省統計局「国政調査」（2020 年）、「男女共同参画白書 令和 4 年版」特集 第 22 図 単独世帯数（年齢階級別）」
- ¹² 本セクションの見出しの「フェーズフリー」にあるように、防災の領域では日常（平常時）と非常時（災害時）の境界・垣根をなくしていこうとする考え方が広まってきている。
- ¹³ 2 か月間で、総勢 301 名から目標額の 300 万円を上回る寄付が集まった。
- ¹⁴ 三越伊勢丹グループ労働組合「【社会貢献】こども食堂支援『フードドライブプロジェクト』を実施しました」（2023.1.9）（<https://www.imgu.or.jp/articles/1196>）
- ¹⁵ 本・DVD・ゲームのほか、はがきや切手、貴金属や骨董品など、幅広いモノで寄付ができる。（<https://musubie.org/monokifu>）