

# もったいないから ありがとうへ



特定非営利活動法人フードバンク京都  
〒615-8141  
都府京都市西京区椋原平田町14-31  
電話 080-2741-1646  
1fbkyoto@gmail.com  
<https://www.foodbankkyoto.com/>  
理事長 高島 由美



## 第8号 2022.5.

### CONTENTS

#### 「ヒーローを目指す人生観」

フードバンク京都 理事長 高島 由美

#### 「共感から協働」

スタッフ 山崎孝治

#### 「“つながり”が広がりますように」

スクールソーシャルワーカー 遠藤吾紀

#### 「食糧支援を通じた繋がり」

京都大学大学院博士課程 本間桃李

#### 「ひとり親によりそう安心感のある フードバンク京都」

京都市男女共同参画センターウイングス京都  
公益財団法人  
京都市男女共同参画推進協会 西條加奈恵

#### ■トイレ設置のお知らせ！

#### ■SOSの現場から

#### ■フードドライブぞくぞく増加中！

#### ■フードドライブ実施中

#### ■シンカブルで寄付受付中

#### ■活動実績・提供元様

#### ■畑だより

### フードバンク京都のSNS



Instagram



facebook

## ヒーローを目指す人生観

フードバンク京都 理事長 高島 由美

今や人生は100年時代といわれるほど長寿の時代です。その人生において何に価値を置くかで、どのように生きるべきか？という人生観が決まります。そして価値を認めたものを多くもてばもつほど、豊かな人生・幸福な人生ということになります。では幸福な人生とはどのようなものでしょうか？そういうと、多くの人は物やお金に満たされた人生を思い浮かべることと思います。そして気がつけば、人生の大半を物やお金を追い求めることに費やしているのではないのでしょうか。そうした物やお金に価値を認める在り方は、いつしか人よりも多くの物やお金が欲しくなるエゴを生み出します。それが増大した結果が戦争や貧困・飢餓を生む世界の実情なのではないでしょうか。

ところで私たちの心には、常にヒーローがいます。尊敬に値する素晴らしい理想の人物像、颯爽とした正義の味方、そのヒーローはどんな人生を送っているのでしょうか？犠牲を厭わず弱者に手を差し伸べ、より多くの人の幸せを願う自分を役立てる愛に満ちた人生。まさに映画や物語に登場するヒーローはそんな人生を送る人です。私たちはそう

した崇高な人生に敬意を表し最高位の価値を認めます。しかし自分とはかけ離れた人生だと決めつけて最初から目指そうとはしません。それでも心の中のヒーローは輝いています。あれ？ちょっと待ってください、よく見るとヒーローが満面の笑みで手招きしているように見えませんか？ほら、確かに「こちらにおいで！」と手招きをしています。もうこれは従うしかありませんね。心の中の理想の人物像に少しでも近づきたいと思うことで、これまでの人生観・価値観つまりモノの見方を変えていくことになります。その価値観に基づいた人生は決して楽な人生ではないでしょう。当然誰もが認める利他愛に満ちた素晴らしい人生はそう簡単には歩けません。だからこそ“真に価値”があるのだと思います。

フードバンク京都も奮闘努力の中、利他愛に満ちた日々を送っているスタッフの笑顔が輝いています。こうした仲間と共に、自分を役立てる価値ある人生を目指していけることに心より感謝しています。

## 共感から協働

スタッフ 山崎 孝治

日頃、フードバンク活動に関心をもたれている皆様、そしてフードバンク京都のスタッフの皆さん、こんにちは。監事をやっています山崎と申します。

監事とはいえ、主には月に2度の配達、EDPのメンテナンス、ボランティア保険の申請などを行っています。この原稿を書くにあたって「どうしてフードバンク活動をしているのだろう？」と改めて思い返してみました。思い浮かんだのは

### 一 物を大事にする

子供時代・祖母からは食べ物を始めとして物を大事にする姿を多く目にしてきました。今、大量消費、大量廃棄という現実を目の当たりにすると、胸が苦しくなることもしばしばです。この時、自分に何ができるかな？と自問して出てきた答がフードバンク活動への参加でした。

### 二 代表やスタッフの皆さんの笑顔

フードバンク京都では、ほとんどの活動が無償のボランティア活動で、その上正会員になって会費も払っています。他の人から見ると「何のために？」という疑問符がつくかもしれません。それでも、活動中のスタッフの皆さんは充実された顔をされています。特に代表は忙しい中でも笑顔を絶やさず、「組織のトップはこういう人がいいなあ。」と思わせる人柄です。わずか数名で始まった組織がこれまで大きくなった秘訣がこの辺にあるような気がします。

### 三 より良い社会のために

困窮されている人に食品を届ける、といった基本的な指針のもと、スタッフが持っている時間や資源を使って、それぞれが思い描く理想に近づいていく。こうした自発的かつ、社会的需要に応える活動ができるのがフードバンク京都と感じます。

## “つながり”が広がりますように

スクールソーシャルワーカー 遠藤 吾紀

フードバンク京都に“つながり”のあるみなさま、こんにちは。

私は、京都と滋賀の学校でスクールソーシャルワーカーとして活動しています。

スクールソーシャルワーカーは、学校で何か困ったことがあった時、また学校だけでなく家庭で何か心配なことがあった時に、保護者の方や学校の先生、関係機関の方々と一緒に、解決の糸口を見つける仕事をしています。学校に来られない、元気がない、集中できないことなどは、子どもの問題ではなく、「困っている子ども」たちからのSOSだと受けとめます。子どもを取り巻く環境に目を向け、少しでも改善がすすめば、子どもの笑顔に輝きが増すと信じています。

フードバンク京都さんの魅力は、食料品だけでなく、“心”も一緒に届けられることだと思っています。生活に追われている時は色々なつながりも途絶え、孤立しがちです。「どんなふうにコミュニケーションを取ろうかな」「おあさん、疲れてないかな」「子どもたち、元気だったなあ」と心配したり、喜んで下さったりしている“心”に、あたたかさをいつも感じています。“つながり”があれば、誰もが新たな一歩を踏み出すことができます。これからも笑顔の“つながり”が広がりますように。



# 食糧支援を通じた繋がり

京都大学大学院博士課程 本間桃里

京都大学文学部の安里研究室では、フードバンク京都さんのご支援をいただき、2020年4月から現在にかけて食糧支援をおこなってきました。安里研究室では、日本語が母語でない子どもたちへの学習支援を10年程してきたことから、日本で生活している外国ルーツの方々との繋がりがあり、コロナ禍では「生活が苦しい」「お米が買えない」という多数の相談を受けました。特に京都では、ホテルの清掃やシーツのクリーニング、飲食店など観光業に従事していた方々の多くが失業しました。パートや派遣といった非正規雇用で、ひとり親として日本と母国にいる家族を支えている方々も多くいました。また、在留資格の制限で公的な社会保障の対象にならず、既存の制度で救われない方々もいました。コロナ以前から生活基盤が弱い弱だった層がコロナ禍でさらに厳しい状況に置かれていました。

こうした方々に何かできないかと考えていたときにフードバンク京都さんが手を差し伸べてくださり、現在までで300世帯以上に食糧支援をおこなうことができました。対象者の出身国はフィリピンが最も多いですが、ベトナム、中国、イラン、アフガニスタンなど多岐にわたります。

食糧支援はコミュニケーションをとるきっかけにもなり、そこで様々な問題が明らかになりました。そのため、継続的な支援が必要な世帯は定期的に訪問しています。

たとえば、労働者としての権利（雇用保険に加入すること、休業補償や失業手当を受け取れることなど）を知らされていなかった人々も多くいました。そのときにはまずは権利を知ってもらい、必要に応じて休業補償などの申請書の作成を手伝ったり、労働基準監督署に同行したりもしました。他にも、ステイホーム中の家庭内暴力、帰国できずに不就学状態になってしまった子どもなど様々な問題が顕在化し、ときには弁護士などの専門家

と連携して問題に取り組みました。活動の中で私自身も助けられることがたくさんあります。お渡しした食材を使って出身国の料理を振舞ってくださることもあります。気にかけてくれる友達もたくさんできました。こうした繋がりは何にも代えがたいもので、そのようなきっかけをくださったフードバンク京都さんにとっても感謝しています。



# ひとり親によりそう

## 安心感のあるフードバンク京都

京都市男女共同参画センターウイングス京都

公益財団法人京都市男女共同参画推進協会 西條加奈恵

京都市男女共同参画センターウイングス京都は、男女共同参画を推進するための拠点として京都市によって開設され、今年で29年目を迎えます。当協会は、京都市からの委託を受けて、「女性の活躍推進事業」や「男性の家事育児講座」等、誰もが性別に関わらず能力を発揮できるための取り組みを実施しています。

不安を抱える女性に寄り添った相談支援事業の一環として、2022年10月〜12月にかけて、ひとり親女性のための居場所つながるスペース「リフレッシュ！コットン手芸教室」「出張manana\*cafeインナーセミナー」「困っていることは何ですか？お悩み相談会」を実施しました。その3回のイベントで、フードバンク京都さんから、保存食品・お米・お菓子の入った段ボール1箱とボランティアの方々の協力による取れたて野菜をご提供いただきました。参加者からは「食品が思っていたより多くてびっくりしました。ありがとうございます。」「物価が上がって買い物も苦勞していたので、大変助かります。」「とお礼の言葉をいただきました。ひとり親の方は、様々な状況の中で孤立しやすく、生活も不安定な方が多いので、このように支援団体が身近にあることを知って、安心感を得られたのではないかと思います。」

スタッフとしては、イベント当日の朝に無料で配達していただいたことや1人分ずつ段ボールに小分けでご提供いただいたことが大変助かりました。フードバンク京都さんの活動を他団体にお伝えしたところ、ひとり親男性のイベントでも食品提供していただけることになったようです。より多くの方の支援につながったことを喜ばしく思います。これからもフードバンク京都さんや他団体と共に、支援事業を行ってまいります。

### 赤い羽根 共同募金 トイレ設置の お知らせ

赤い羽根共同募金様から、フードバンク京都農園簡易トイレ設備に「共同募金助成金」が交付されました！

これまで近隣にお借りしていましたが、時間や曜日を気にせずトイレを使えることになりました。赤い羽根共同募金様、ありがとうございます！ぜひ皆様も、赤い羽根共同募金にご協力下さい！



## 募金をありがとう！



# SOSの現場から

戸田 恵子  
フードバンク京都スタッフ

## ●インスタント・レトルト食品・缶詰の寄付をお願いします！

いつも温かいご支援ご協力いただき、ありがとうございます。

フードドライブの認知度も上がり、資源・食料品高騰が続く中でも多くの方々に支えていただいていること、フードバンク京都ボランティアスタッフ一同大変感謝しています。

緊急支援の依頼が連日続き、しかも一日に複数件ある日も多い中で、先日なんと緊急支援の食品が底をつきかけてしまう緊急事態に陥りました。急遽、当座はしのげる様、食品を確保したのですが、在庫薄になるのは時間の問題です。

緊急支援先は調理が難しい方も多く、インスタント食品が中心になるのですが、アソートチームはそれぞれの方に合わせて、主食+寒い時期なら温かい飲み物やお菓子などプラスαして優しさが詰まったアソートに仕上げています。また、お米は主食として必須で、緊急支援・定期支援合わせて毎月約330kgのお米が必要です。

これからもフードバンク京都らしい「お腹も心も満たされるアソート」をお届けできるように、お米、レトルト食品・缶詰・インスタント食品(ラーメン・お味噌汁など)・カップ麺・お菓子などを寄付して下さる先をご存知の方がいらっしゃいましたら、ぜひお力添えいただけないでしょうか。食品の他、寄付金やフードドライブの実施も大歓迎です！寄付に繋がる情報などあればぜひお知らせ下さい。

### ご寄付いただきたい食品



缶詰・瓶詰・ふりかけ等



レトルト食品・インスタント食品



お米



お菓子・ジュース

## 新たにフードドライブをはじめてくださった施設をご紹介します！



### 山科KBホールさん！



子供食堂では食後にもらうお菓子は大人気で食堂に来る楽しみの一つでもあります☆子供達の笑顔に繋がるお菓子の提供に大感謝です！

京都府京都市山科区安朱南屋敷町30-7木下物産ビル1階  
営業時間10:00~23:00  
075-501-0368

### フレンドマート G宇治市役所前店さん！



立命館宇治高校の生徒さんが自主的に始められたプロジェクトをフードバンク京都が引き継ぎました。

京都府宇治市宇治下居46-1  
0774-28-6850  
営業時間9:00~21:00

### KYOTO C O P コープいわくらさん！



西村店長「組合員さんは、心待ちにしていました。毎回沢山の寄付をいただいています。」

左京区岩倉倉在地町526  
075-711-0104  
営業時間9:30~20:00



# フードドライブ実施中！

期間中は施設内に専用のボックスを設置しています。是非ご家庭にある食品をお持ちよりください♪集められた食品はフードバンク京都に寄付されます。実施する店舗及び施設は下記をご覧ください。

- グルメシティ上桂店(常設)
- グルメシティ北山店(常設)
- グルメシティ嵯峨店(常設)
- ダイエー瀬田店(常設)
- ダイエー桂南店(常設)
- イオンフードスタイル東向日店(常設)
- イオンフードスタイル山科榎辻店(常設)
- KOHYO京都店(第3月曜～日曜)
- KOHYO北大路店(第3月曜～日曜)
- KOHYO上七軒店(第3月曜～日曜)
- マックスバリュ藤森店(第3月曜～日曜)
- アル・プラザ亀岡(常設)
- フレンドマートG宇治市役所前店(常設)
- コープらくさい(第1土曜～日曜)
- コープ下鴨(第1土曜～日曜)
- コープきぬがさ(第1土曜～日曜)
- コープにしがも(第1土曜～日曜)
- コープいわくら(第1土曜～日曜)
- くわの実保育園(常設)
- ファミリーマート桂西滝川町店(常設)
- ファミリーマート向日南淀井店(常設)
- ファミリーマート長岡京野添店(常設)
- ファミリーマート今里二丁目店(常設)
- 東山社会福祉協議会(常設)
- パチンコ山科KBホール(常設)

## 対象となる食料品

未開封であること

賞味期限まで1ヶ月以上あること

常温保存が可能であること

製造者または販売者が表示されていること

成分表示またはアレルギー表示があること



※アルコール類・手作り品は上記条件に当てはまるものであっても対象外になります

## ご寄付の仕方が選べるようになりました

フードバンク京都は完全ボランティア団体です。皆さまから寄せられたご寄付が活動の資金となります。どうか皆さまのお力添えよろしくお願い致します。

### ●シンカブルのサイトからクレジットカードでご寄付

- 1) 賛助会員(毎月自動的に寄付) 一口1,000円
- 2) 一回のみのご寄付

 Syncable

<https://syncable.biz/association/fbkvoto/donate/>



シンカブルで検索も出来ます。  
シンカブルで検索→シンカブルのサイトを見つける→「団体を探す」→フードバンク京都で検索→「寄付する」を選んでください

### ●ゆうちょ銀行・金融機関からご寄付

- 1) ゆうちょ銀行 記号：14450 番号：43891781 トク(ト)フードバンクキョウト  
※ゆうちょ銀行以外の銀行から振り込まれる場合は下記口座をご指定ください。  
【店名】四四八 【店番】448 【預金種目】普通預金 【口座番号】4389178
- 2) 京都銀行 西桂支店 普通預金 番号：3711349 トク(ト)フードバンクキョウト

## 活動実績 (2022年10月～2023年3月)

(1)施設などへの定期的な支援活動	
① 母子生活支援施設	3カ所/74回 /4,432kg
② 児童養護施設・更生保護施設など	3カ所/72回 /1,367kg
③ 子ども食堂	9カ所/60回 /2,457kg
(2)支援活動団体への支援活動	
支援団体	5カ所/25回 /1,724kg

(3)個人への緊急支援	
行政等を通じた個人への緊急支援	270回 /6,354kg
<b>(1)～(3)支援活動の合計</b>	<b>501回 16,334kg</b>
(4)フードドライブ	
定期:小売店(企業数6/店舗数23)と その他2、単発:19回	4,924kg
(5)農園による生産活動	
大根、人参、ブロッコリー、里芋、白菜、玉ねぎ、キャベツ、サツマイモ、ラディッシュ	

## 助成金 (2022年10月～2023年3月)

- 令和4年度「京都市フードバンク団体による食品ロス削減に資する取組支援助成金」
- 京都市生活困窮者支援団体への活動支援事業
- 京都府共同募金会
- 農林水産省「フードバンク活動強化緊急対策事業」専門家派遣
- 京都府令和4年度物価高騰対策緊急生活支援事業 支援ボックス50個
- 京都生協社会貢献活動助成金

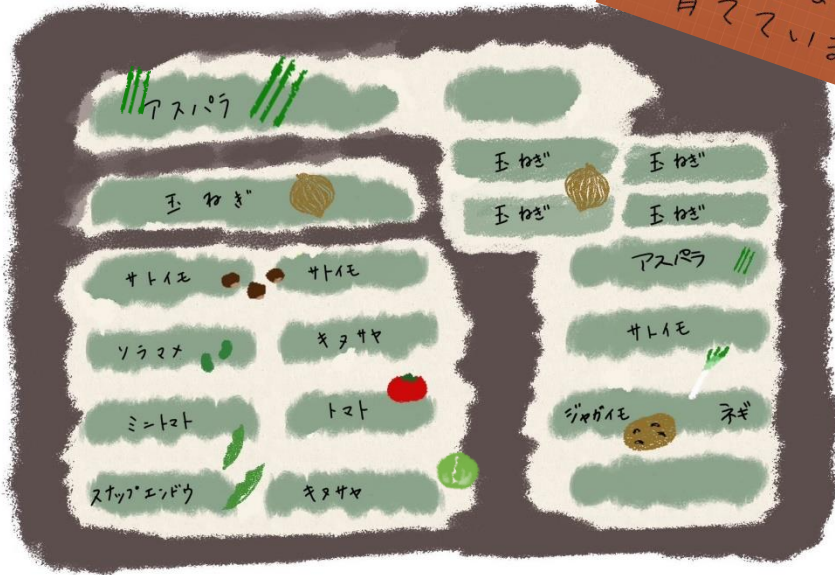
## ご提供いただいた皆さま (2022年10月～2023年3月) 順不同

- |                         |                                  |                             |
|-------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| ■ コストコホールセールジャパン株式会社    | ■ 第一学院高校                         | ■ 京都マラソン実行委員会事務局            |
| ■ 京都文化・芸術・スポーツ振興会       | ■ 株式会社オクペイント                     | ■ 株式会社たけびし                  |
| ■ 京都インターナショナルスクール(賛助会員) | ■ ローム株式会社                        | ■ 農事組合法人 田吾作                |
| ■ 国際ソロプチミスト京都           | ■ 生活協同組合コープ自然派京都                 | ■ 日本新薬株式会社                  |
| ■ くわのまつむぎ会              | ■ 京都夜回りの会                        | ■ かみひとネットワーク                |
| ■ 株式会社塚腰運送              | ■ 株式会社坂の途中                       | ■ 京都市環境政策局 循環型社会推進部 資源循環推進課 |
| ■ 京都葵ライオンズクラブ           | ■ 初音学区自主防災会                      | ■ 株式会社京都リビング新聞社             |
| ■ 京都薫風ライオンズクラブ          | ■ 明石農園                           | ■ 亀岡市社会福祉協議会                |
| ■ 京都紫明ライオンズクラブ          | ■ 嵐山子ども食堂                        | ■ ジブラルタ生命保険株式会社             |
| ■ 京都パレスライオンズクラブ         | ■ 川口酒造株式会社                       | ■ 同志社国際学院 初等部               |
| ■ 京都ロイヤルライオンズクラブ        | ■ カルゲン製薬株式会社                     | ■ 京都府医師婦人会                  |
| ■ ライオンズクラブ国際協会          | ■ 山崎農園                           | ■ 京都華頂大学                    |
| ■ 立命館宇治高校               | ■ 株式会社松尾商店                       | ■ ブランシェール京都醒ヶ井              |
| ■ フレンドマートG宇治市役所前店       | ■ 株式会社京ほっ                        | ■ 高田クリニック                   |
| ■ 中村くらしを見直す会            | ■ 日本酪農協同株式会社                     | ■ 宝酒造伏見工場内京滋フード連合           |
| ■ 株式会社小原工業              | ■ 来迎寺                            | ■ 株式会社ジャックス                 |
| ■ 矢野食品株式会社              | ■ ディオニー株式会社                      | ■ 芦田農園                      |
| ■ 金光教八木教会               | ■ 株式会社エフ・ジェイホテルズ ホテルフォルツァ京都四条河原町 | ■ 有限会社谷口鉄工                  |
| ■ 京都三菱自動車販売株式会社         | ■ 晴鳴楼                            | ■ 株式会社ハミングバード               |
| ■ 吉川病院                  | ■ 株式会社 美濃与                       | ■ いなかぶらり 藤澤重徳               |
|                         | ■ 宮川町芸妓組合                        |                             |

※その他、多くの個人さまからもご提供いただいておりますが、個人情報保護のため伏せさせていただきます。  
 <前号の補足情報>9/16～26岡崎公園餃子大作戦にて、京都文化・芸術・スポーツ振興会様のご厚意によりフードドライブを開催。メンバー延べ15人がテントに立ち、総重量130kgのご寄付をいただきました。

# 5月 フードバンク京都農園の様子

今はこんなお野菜を  
育てています！



フードバンク京都にはボランティアスタッフが無農薬でお野菜を育てている農園があります。このコーナーでは、今育てているお野菜やスタッフをご紹介します。

## 「私の未来と心を変えたフードバンク京都」

### 畑メンバーをご紹介します



園師 弘久

私がフードバンク京都の畑作業をやるきっかけは、ここで指導されている野木先生の紹介でした。宇治にある農業学校 (SFC) で農業を教えている先生です。そこで学んでいた私に「興味があったら行ってみませんか」と誘われ、心が動きました。もちろん農業を学んでいたのでボランティアしながら復習も兼ねて実践できることに魅力を感じたのも事実です。でも一番は、理事長の由美さんに興味が湧いたからです。運送の仕事しながら困窮者の方々の為に畑を借りて、野菜を作って、無償で提供している行為に驚きました。

あれからもう3年近くになります。最初に来たころは夏だったので、ナスの手入れや草刈りを主にやっていたと思います。ここでは多くのことを学びました。一緒に働いているボランティアスタッフも魅力的な方々ばかりで、愛情込めて作業をされています。畑作業をやるうちにフードバンク京都全体作業にも興味が湧いて、収穫した野菜を洗って拭いて袋詰めしたり、それを段ボールに入れて支援先に持って行ってもらう配送スタッフに渡したり、緊急支援用の野菜を収穫して事務所に持って行き、他の食品と合わせて詰め合わせたりと、多くの事に関わらせてもらいました。

そして畑作業・フードバンク全体作業を通じて思い感じたことは、「知る」ということがいかに大事かということです。種は正直です。トマトの種を蒔いてレタスができることはありません。蒔かれた原因(種)は大自然の摂理に正直にしたがって、それ相当の結果(みのり)をもたらします。自然界について言えることはそのまま人間界にも当てはまります。そのことを、この仕事を通じて考え、思うようになりました。人は一人では生きられません。野菜もそうです。自然界すべてが共存共栄で成り立っています。日本はお互い様精神の国です。日本を含め世界中が利他的な気持ちで日々生きてくれることを願っています。私も、一人でも多くの方に笑顔で生きていけるよう畑作業を通じて頑張り、今まで経験し学んだことを伝えていかなければと思っています。

