

子どもの貧困と食

丸茂 彩音

- 1 はじめに
- 2 子どもの貧困の現状
- 3 食が子どもに与える影響
- 4 子ども食堂について
- 5 おわりに

1 はじめに

生活の基礎である衣・食・住という言葉がある。この3つは生活の基礎であるが故に、子どもは親によって左右されやすい。特に、生きるために必要不可欠な「食」に関しては完全に家庭内で行われており、外部が干渉しにくい部分だろう。

例えば、衣服や住居は、外部の人でも生活水準が高いのか低いのかをある程度予測することができる。その家庭の子どもの服が異様に汚れていることや、家族の人数に対して部屋が狭ければ、生活水準が低く、貧困状態にあると予測できるだろう。しかし、食事に関しては完全に家庭内で行われているため、外部からの干渉を受けにくく、食事の内容が他の家庭とどう違うのか比べにくい。そのため、親が子どもの成長に必要な栄養素などを自主的に調べない限り、その食事が子どもにとって健康的に良くないと気づくことは難しいだろう。私も家庭の事情から、1人で食事を取ることが多く、今思えば栄養に偏りがあるような食事を取っていたと感じており、今現在私と同じような思いをしている子どもたちがいると考えられる。また、食事は家庭内のことであるため、行政としても干渉が難しく、大きな問題であると感じた。

以上のことから、子どもの貧困と食に関して取り上げようとする。

2 子どもの貧困の現状

子どもの貧困の現状としては、厚生労働省 2022(令和4)年 国民生活基礎調査の概況の貧困率の状況によると、子どもの貧困率(17歳以下)は11.5%となっている。つまり8人に1人の子どもが貧困状態にあるとされている。

また、生活意識の状況の調査では、全世帯の生活意識で苦しい、又はやや苦しいと答えた世帯は51.3%である。それに比べて、児童のいる世帯で54.7%もの世帯が苦しい、又はやや苦しいと答えている。加えて、母子世帯に絞れば75.2%もの世帯が苦しい、又はやや苦しいと答えている。つまり、児童のいる世帯と母子世帯は全世帯に比べ、苦しい、又はやや苦

しいと答えた世帯を上回る結果となっている。¹

以上のことから、日本の子どもの貧困は解決の目処が立っていないことがわかる。

3 食が子どもに与える影響

まず、文部科学省の全国学力・学習状況調査によると、毎日朝食を食べる子供ほど、学力調査の平均正答率や全国体力調査の体力合計点が高い傾向にある²。このことから、貧困で家族が家にいないことによる子ども達の生活習慣の乱れが、学力にも影響を及ぼす可能性があるといえる。

次に、「こ食」という問題がある。

「こ食」とは、家庭内における食事の問題をまとめたものである。特に問題視されているのは子どもが1人で食事をする「孤食」である。孤食の問題点として、食べ物の偏りを注意する人がいないため、好き嫌いを増やしてしまう原因になり、栄養が偏りやすい。

さらに、食事の所作を注意する人がいないため、マナーを教わる機会がなくなってしまう。また、会話する相手がいないため、コミュニケーション能力が育ちにくくなる。

4 こども食堂について

こども食堂とは、子どもの食に関する貧困を解決するために活動している団体である。子どもが一人でも行ける無料または低額の食堂を提供している。こども食堂は民間発の自主的・自発的な取り組みであり、現在その数は約7,000箇所にもものぼっている。

私は、実際にこども食堂のボランティアとして参加した。その中で感じたこども食堂のメリットは以下の点が挙げられる。

まず、誰でもバランスのとれた温かいごはんを格安で食べることができる点である。

私がボランティアとして参加したこども食堂では、大人は1食300円、中学生以下はなんと無料となっていた。その日の献立は、カレーライス、切り干し大根ときゅうりのサラダ、みそ汁、ゼリーとなっており、栄養バランスのとれた食事内容だった。施設内にあるキッチンで調理しているため、できたてのご飯をすぐに提供できるようになっており、私も食欲がそそられた。

次に、「こ食」問題の改善である。

¹ 厚生労働省「2022(令和4)年国民生活基礎調査の概況」

<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa22/dl/14.pdf>

(2024年1月12日閲覧)

² 国立教育政策研究所「全国学力・学習状況調査」

[〈クロス集計表\(児童質問紙-教科\)全国【表】〉](#)

(2024年1月12日閲覧)

こども食堂で主に改善できる「こ食」は4つ挙げられる。

1つ目は、「孤食」である。これは、前述の通り1人で食事をするを指す。食べ物の偏りを注意する人がいないため、好き嫌いを増やしてしまう原因になりやすい。2つ目は、「固食」である。これは、自分が好きなものや決まったものしか食べないことである。好き嫌いが直らず、栄養が偏ってしまう可能性がある。3つ目は、「子食」である。これは、食事を子どもだけですることである。好き嫌いを子どもたちで判断してしまうため、栄養が偏りやすく、食事のマナーが身につけにくくなってしまふ。4つ目は、「個食」である。家族が1人1人別々のものを食べることである。好き嫌いを増やしてしまうことや、家族とコミュニケーションが取りづらいせいで、協調性が身につけづらくなる可能性がある。

こども食堂の活動によって、「孤食」は、皆と食事をするため、好き嫌いの改善にも繋がると考えられる。「個食」は、周りの人達と交流しながら同じ食事をするため、コミュニケーション能力が養われると考えられる。「固食」は、バランスのとれた食事が提供されるため栄養が偏る心配がなく、健康に良い。「子食」は、大人達と一緒に食事をするため、食事のマナーを学ぶ機会にもなる。

こども食堂は、子ども達にとって以上の4つの「こ食」を改善する機会になると考えられる。

最後に、様々な年代の人と関わる点である。

お話しをしながら食事をする子ども達は本当に楽しそうで、家庭や学校以外の、子ども達の新しいコミュニティとしての機能も担っているように感じた。加えて、色々な人と食事をすることで楽しく食について学ぶことができる。また、こども食堂は食事をするだけでなく、子ども達と交流できる場でもある。私がボランティアとして参加した施設内には、ボランティアの方や子ども達皆で遊べる部屋があった。温かいごはんだけでなく、どんな人でも暖かく迎え入れてもらえる雰囲気があり、子ども達も伸び伸びと過ごしていた。

こども食堂の課題点としては、民間発の自主的・自発的な取組みであるため、運営を支援する公的な制度などが整備されていない点である。

そのため、主に以下3点の支援が必要であると考えられる。

まず、こども食堂を開催する場所が必要である。できるだけ安値で、子ども達が行きやすい曜日や時間帯で開催できる場所を確保しなければならない。私が参加したこども食堂では、地域の交流施設で開催されていた。開催日時も、月に1回、第3土曜日の13時から15時半までであるので子ども達が集まりやすい時間帯になるように工夫されていた。他にも、開催場所は個人の住宅や飲食店、公民館などで開催されている。開催頻度も、こども食堂の中には365日3食提供しているところもあり、そのこども食堂によって異なっている。ただ、子どもの家の場所によっては、1人で行きにくい立地で開催する可能性があるため、周辺に住んでいる子ども達しか支援できないという問題がある。

次に、運営するための人が必要である。こども食堂を管理する人、こども食堂で出す料理を調理する人などスタッフやボランティアの人の協力が必要である。

しかし、日本人はボランティア活動に消極的である。内閣府の2022年度(令和4年度)市民の社会貢献に関する実態調査報告書によると、2021年の1年間にボランティア活動を「したことがある」と回答した人は17.4%であった。参考として、2018年の1年間にボランティア活動を「したことがある」と回答した人は17.0%であった。2021年は2018年に比べてボ

ランティア活動経験は増加しているものの、その差はたったの0.4%である。

ボランティア活動の参加の妨げとなる要因として、最も割合が多いのは、「参加する時間がない」であり、45.3%となっている。

次いで、「ボランティア活動に関する十分な情報がない」が40.8%、「参加する際の経費（交通費等）の負担」が23.1%、「参加するための 休暇が取りにくい」が22.1%、「参加するための手続きがわかりにくい」が21.2%となっている³。

さらに、運営するための資金が必要不可欠である。

例えば、こども食堂を開催するための場所代やお肉、野菜、果物、米などの食材費から食器類などの備品、ラップやキッチンペーパー、布巾など料理で使う消耗品を用意しなければならない。

だが、ボランティア活動と同様に日本人は寄付も消極的である。

内閣府の2022年度(令和4年度)市民の社会貢献に関する実態調査報告書によると、2021年の1年間における寄附経験の有無についてみると、「寄附をしたことがある」と回答した人は35.3%となっている。参考として、2018年の1年間における寄附経験の有無についてみると、「寄附をしたことがある」と回答した人は41.3%となっている。2021年は2018年に比べて、寄附経験は6%減少している。

寄附の妨げとなる要因として、「経済的余裕がないこと」が圧倒的に多く、50.3%となっている。続いて、「寄附先の団体・NPO 法人等に対する 不信感があり、信頼度に欠けること」が23.5%、「寄附をしても、実際に役に立っていると思えないこと」が22.9%、「寄附を行いたい、十分な情報がないこと」が18.2%、「寄附の手続きがわかりにくいこと」が12.9%となっている³。

5 おわりに

本レポートでは、子どもの食に関する問題について検討した。

その中で、私は子どもの食を改善するために食育が重要であると考え、食に関する知識がない状態で子どもが食事を1人で取るうちに、それが普通であると固定観念が生まれてしまうだろう。その考え方を持ったまま、大人になり、親になってしまえば、次世代にも固定観念が受け継がれてしまう可能性がある。

改善するためには、食育を進めることで自分が「こ食」状態に陥っていることやバランスの悪い食事を取っていることを自分で理解する必要があると考える。食に関しての知識を正しく学ぶことで、安全に食事をするための食べ物の取捨選択ができるようになることや、肥満などの生活習慣病の予防、過度なダイエットの予防などに繋がる。今現在の子どもに対して健康的な成長を促進し、次世代にも伝えていくことが重要であると考え。

³ 内閣府「2022年度(令和4年度)市民の社会貢献に関する実態調査報告書」

[〈https://www.npo-homepage.go.jp/uploads/R4_shimin_report.pdf〉](https://www.npo-homepage.go.jp/uploads/R4_shimin_report.pdf)

(2024年1月12日閲覧)

また、食育を進める団体への寄付やボランティア活動の促進も重要である。

私は、ボランティア活動や寄付を妨げる要因として、情報を知らないことが妨げる要因だと考えている人に注目した。

これらの人は、「ボランティア活動に関する十分な情報がない」ことや「参加するための手続きがわかりにくい」ためボランティアに参加していないことがわかる。言い換えれば、情報があればボランティアに参加しようとする意思があると考えられる。

また、寄付金控除制度というものがある。これは、納税者が国や地方公共団体、特定公益増進法人などに対し、「特定寄附金」を支出した場合には、所得控除を受けることが可能になる制度である。

しかし、この制度は知名度が低い。

内閣府の2022年度(令和4年度)市民の社会貢献に関する実態調査報告書によると、2021年の1年間に「寄附をしたことがある」と回答した人で、寄附金控除制度を「利用した」と回答した人は23.9%となった。加えて、2021年の1年間に寄附金控除制度を「利用しなかった」と回答した人で、寄附金控除制度を利用しなかった理由としては、「寄附金控除制度について知らなかったから」の35.9%が最も多い³。

このような、情報を知らないことで寄付やボランティア活動に参加しない人々をどのように取り込むかが今後の課題になるだろう。