

ぼくせん

仙台市ボランティアセンター広報誌

BORASEN

vol.26

2025
Summer

特集

宮城学院女子大学 Food and Smile!の活動



食を通じて人々を笑顔にしたい

宮城学院女子大学の生活科学部食品栄養学科の学生による自主活動団体「Food and Smile!(FAS)」は、「食を通じて人々を笑顔に!」をモットーに、地域に根ざした活動を行っています。地域で防災への関心をさらに高めもらうため、「みやぎ発防災レシピカレンダー」へのレシピ提供や、NHKラジオへの定例出演、子どもから高齢者まで幅広い世代を対象とした料理教室の開催など、食を通じた地域貢献に積極的に取り組んでいます。



大学での学びを活動に活かす

Contents

特集

- 宮城学院女子大学
Food and Smile!の活動 1-3
- パートナーシップ協約締結大学全体交流会
- 企業の社会貢献 4-5
 - ・公益財団法人味の素ファンデーション
 - ・株式会社スーパーホテル
- 子どもの居場所づくり支援 6
 - ・おむくろ食堂
- ボランティアセンターからのお知らせ 7
- イベントインフォメーション 8

特 集

宮城学院女子大学
Food and Smile!の活動

地域とともに、仲間とともに 宮城学院女子大学 Food and Smile!

食と防災の大切さを 地域に広げていきたい



みんなで「はい、ポーズ!」



ラジオ番組への出演



広がる地域との交流の輪



管理栄養士を目指す学生の視点を大切に



各地で開催する料理教室



みやぎ発防災レシピカレンダー

— FASならではの柔軟な発想と行動力

宮城学院女子大学の学生自主活動団体「Food and Smile!(FAS)」は、学内外でさまざまな災害食を通じた取り組みを行っています。その中でも特に注目を集めているのが、「みやぎ発防災レシピカレンダー」へのレシピ提供です。このカレンダーは2023年版からスタートし、2025年版にはFASの学生が考案したレシピに加え、地域の団体「東六郷・東部があちゃん'ず」や、防災料理教室の参加者から寄せられたレシピも掲載されており、災害時でもおいしく、栄養バランスの取れた食事ができるように工夫された内容になっています。また、鍋を汚さずに作れるアイデアレシピや、災害時に役立つ食の備蓄品リストなど、管理栄養士を目指す学生ならではの視点が随所に盛り込まれています。

カレンダー作成のきっかけは、コロナ禍により対面の料理教室が難しくなったことでした。その状況を乗り越えるため、先輩たちが始めたのがレシピカレンダーというスタイルです。レシピ本でなくカレンダーにしたのは、

毎日目にするものだからこそ、いざというときすぐ手に取れるという想いからです。

FASでは実際の料理教室を各地で開催しています。地域で活躍する配食ボランティアの方々と災害食を作つたり、小学生向けの防災キャンプで子どもたちと一緒にドライカレー作りに挑戦したりと、地域と連携しながら幅広い世代に食と防災の大切さを伝えています。「ありがとう」と声をかけられたときや「おかげで防災意識が高まった」と言ってもらえたときは、活動のやりがいを感じるとメンバー全員が声を揃えます。

FASはNHK仙台のラジオ番組にも定例的に出演しており、スタジオで実際に調理した料理をアナウンサーに試食してもらうなど、メディアを通じての情報発信にも力を注いでいます。「災害食への関心をさらに高めていくよう、私たちの活動をもっと多くの世代に広めていきたいですね」と熱い想いを語ってくれたのは、FAS代表の志賀友紀さん(食品栄養学科4年)です。FASならではの柔軟な発想と行動力は、これからも地域に新しい風を吹き込んでいくことでしょう。

大学生の声

VOICE 01 生活科学部 食品栄養学科 4年生
遠藤 理穂さん

高校生活ではボランティア活動に参加する機会がなかったため、大学では挑戦したいと思っていました。FASに参加したのは授業で学んだ内容を活動に活かせるからです。料理教室で参加者の方々と一緒に作って食べて「おいしい」という声を直接聞けるのはとても嬉しいです。

VOICE 02 生活科学部 食品栄養学科 4年生
岸野 だりあさん

東日本大震災で災害時の食の大切さを感じたことから災害食に興味を持ちました。FASなら自分の経験を活かしてレシピ開発等ができると思いました。実際に参加して料理教室等の参加者の方々のお話を聞いたり、料理教室に向けた準備等で自分の防災に対する意識をあげることができ、勉強になっています。

VOICE 03 生活科学部 食品栄養学科 4年生
佐藤 楓さん

東日本大震災で実際に被災した経験を活かしながら、災害食の重要性を多くの人に広めたいと思い、FASの活動に参加しました。実際に自分が考案した災害食レシピが、料理教室やラジオ出演を通して多くの人々に届き喜んでいただけることが、一番のやりがいにつながっています。

VOICE 04 生活科学部 食品栄養学科 4年生
志賀 友紀さん

大学に入り、何か新しいことに挑戦してみたいと思いました。震災の経験をもとに「災害食」を考えている先輩の姿を見て、私も挑戦してみたいと思い参加しました。「災害食」とは災害時に食べられるだけではなく、普段から作ることで防災につながるのだと学びました。地域の皆さんから、美味しい夕飯を作つてみたい!と実際に言っていただけたときは嬉しいです。

VOICE 05 生活科学部 食品栄養学科 4年生
滝澤 真子さん

日々のニュースから自然災害の多さと被害の深刻さを知り、支援や備えの重要性を実感しました。また、大学での学びを活かし、災害時にも自分できることを考え行動したいと思い参加しました。地域の方々との関わりを通じて、食が人と人をつなぎ、心を愈す力があることを実感しました。災害時の困難な状況の中でも、前向きな力となるよう、これからも食のあり方を考えていきたいです。

VOICE 06 生活科学部 食品栄養学科 4年生
吉村 祥子さん

東日本大震災のとき、避難先の体育館でおにぎりと豚汁が配されました。その瞬間、体育館は人々の笑顔に包まれました。温かい食べ物はみんなの希望でした。この経験から災害食に興味を持ち、参加しようと思いました。世代が違う人たちと交流する中で、いつもとは違う発想が思い浮かび、刺激になっていると感じています。



パートナーシップ協約締結大学 ボランティア活動の連携・協力に関する協約 「締結大学全体交流会」を開催しました。



令和7年2月19日(水)、パートナーシップ協約締結大学8大学・2短期大学が集結し、令和6年度の各大学のボランティア活動の取り組みについての発表と学生・教職員がそれぞれに情報交換を行いました。

東北福祉大学

令和6年能登半島地震 災害ボランティア活動報告

被災地での活動を通して、若い世代の人材、地域に貢献する斬新なアイディア、先端技術の必要性、そして何より助け合いの精神の大切さを実感しました。

MEMBER 櫻井 深さん

東北学院大学

東北学院大学での ボランティア活動の取り組み

総合ボランティアステーションは、学生がボランティア活動への支援としてOneDayボランティア活動、相談ブース、災害時のボランティア活動を推進しています。

MEMBER 平見 春陽さん
福士 心菜さん

仙台白百合女子大学

大学生×社会貢献 = ぞうきん!?

制作したぞうきんを学校や地域施設へ寄付する活動により、「物」の支援だけではなく、継続的な交流を重視した「関係性」の活動へと発展し、様々な支援の形があると実感しました。

MEMBER 相原 栄実さん

東北文化学園大学

東北文化学園大学令和6年度事業 地域活動・ボランティアの実施報告 ~国見地区における地域活動を中心~

地域イベントへの参加を通して、地域の魅力やつながりを肌で感じることができ、世代間交流の大切さや継続的な活動の重要性を学ぶことができました。

MEMBER 仙石 和樹さん
高橋 寿人さん

東北生活文化大学・同短期大学部

ピアっこボランタール

地域のこども食堂や児童センターでのピアヘルパー活動として、こども食堂やヤングケアラー予防対策の一環としてこどもたちが一人でできる料理教室など食育活動を行いました。

MEMBER 島津 ひらりさん
八島 由依さん

宮城学院女子大学

地域を越えた災害食の 普及の取り組み

災害時だけでなく、普段から作れる災害食、料理教室等を通じて、地域との交流の輪をさらに広げることができます。

MEMBER 赤間 遠藤
響さん 理穂さん
志賀 友紀さん

東北大

東北大SCRUMの 取り組みについて

ボランティア活動をしたい人と団体をつなげるボランティア部、地域の魅力を発信する魅力発信部、被災地での語り部等を行う震災伝承・防災部、災害支援の準備や派遣を行う災害救援部の4つの部から成り立ち、活動を行っています。

仙台青葉学院大学・同短期大学

仙台青葉学院大学・短大の 学生ボランティア活動について

地域イベントの参加や清掃活動、フードドライブ等を行ったことで、地域や人とのつながり、支え合うことの大切さを学ぶことができました。

MEMBER 吉田 光咲葵さん
渡辺 結月さん

社会貢献

公益財団法人 味の素ファンデーション

「どんなときも♪レシピ」講習会



▲調理体験の様子



▲シニアアドバイザーの山田幹夫さん



▲講演会の様子

災害時に役立つ知識と料理を、楽しく学べる体験型の食の防災講習会。それが「どんなときも♪レシピ講習会」です。公益財団法人味の素ファンデーションでは、食の防災を広めるきっかけを作りたいという想いから、地域で食を通じた支援活動を行う団体を対象に、この講習会を実施しています。

講師を務めるのは、長年料理教室で指導してきたシニアアドバイザーの山田幹夫さんです。安全で衛生的、かつ効率的な料理教室を大切にしながら、これまで何万人の方と一緒に料理を作り、共に食事を楽しんできました。豊富な経験を生かし、ときに笑いを交えながら、実践的な防災の知識を楽しく伝えています。

講演の中で特に共感を集めているのが、「フェーズフリー」という考え方です。これは、「もしも」のために特別なものを準備するのではなく、「いつも」使っているものや習慣を工夫して、災害時にも役立てようとする新しい防災のスタイルです。普段の暮らしに少しの工夫を加えるだけで、いざというときに大きな力になります。

詳しく知りたい方は

「どんなときも♪レシピ講習会」のことをもっと詳しく知りたい方は、こちらの2次元バーコードをチェックしてください。



右の2次元バーコードより
「味の素ファンデーション」公式
ユーチューブチャンネルへ
アクセスしてください。



社会貢献

株式会社スーパーホテル

地域に根ざした社会貢献活動



▲ホテルの外観



▲ホテルの温泉



▲高齢者施設に寄贈したドライヤー

地域に根ざすホテルとして、何か貢献できないか。そんな想いから、スーパーホテル仙台駅東口天然温泉ではドライヤー(100セット)を仙台市ボランティアセンターに寄贈し、市内の高齢者施設などで使ってもらっています。ある高齢者施設では「早く乾いて気持ちがいいと利用者さんからも好評です」という声が聞かれています。

また、ふだん忙しくて一緒に時間が持てないとお悩みの母子家庭・父子家庭の方を対象に、ホテルのスペースを活用し、家族の絆を深めてもらおうという「ウェルビーアイングスティ」プロジェクトも進めています。重点を置いているのは、ファミリーで一緒に過ごせる居場所づくり。家族で心を通わせながら、かけがえのない時間を過ごしてほしいと願っています。

2024年9月にオープンしたばかりの同ホテル。「具体的にはこれからですが、地域に密着したホテル発の社会貢献をめざしてまいります。社内ではスタッフの意識が高く、特に若手社員からは地域に寄り添った斬新なアイデアがたくさん出ています」とお話をしてくれたのは、

支配人の成川純さんです。系列のスーパーホテル東京・赤羽駅南口では、長期休みに不定期で「モーニング子ども食堂」を開設し、前回は5組限定で地域の子どもたちと保護者の皆さんに朝食を提供いたしました。「大変好評をいただいているだけに、いざれは仙台駅東口のホテルでも実現させたいです」と成川さん。

スーパーホテルは、地域と共に歩むホテルとして、これからも社会への貢献を続けてまいります。

ウェルビーアイングスティ



スーパーホテル仙台駅東口天然温泉では、時間や経済的な理由などで、お子様と一緒に時間がなかなか持てない方を対象に、社会とのつながりや幸福感を感じていただく手助けができるべとプロジェクトを進めております。

※写真はイメージです。

子どもの居場所づくり

～ここに来れば、ここだけのお友達に会える～

おむころ食堂（仙台市内）



ー 手作りの良さを大切にしたみんなの居場所

子どもが自由にのびのびと過ごせる場所がほしい、子育て中の母さんたちのそんな想いから令和5年6月に活動を始めた「おむころ食堂」は、福沢（青葉区）、南光台、桂（ともに泉区）の各市民センター及び泉社会福祉センターを巡回して、月に一度開いている移動式の子ども食堂です。主催しているのは、自然の中での子育てを大切にする「野外自主保育サークルおむすびごりん」です。

「おむころ食堂は学校や地域とは別な居場所。ここに来れば、ここだけのお友達に会えるという喜びがあります。大人がみんなでお子さんたちを見守ることができるのも安心感につながっています」とスタッフの方がお話ししてくれた通り、ほっと安らぐ空間がそこにはあります。

おむころ食堂が大切にしているのは手作りの良さ。愛情たっぷりのメニューはもちろん、年に一度の「子ども縁日」では、子どもたち自身が店長になって、ゲームコーナーなどのお手製のブースを担当することもあるそうです。

「これからも変わらずに、無理せず、長く続けて、みんなの居場所でありたいですね」と笑顔を見せるスタッフの皆さん。ここおむころ食堂を拠点に、地域に根ざした温かなつながりの輪が広がっています。



INFORMATION

詳しくは
「野外自主保育サークル
おむすびごりん」
のホームページをご覧ください。



仙台市ボランティアセンターからのお知らせ

＼仙台市災害ボランティアセンター／

運営サポーター養成講座



参加者
募集中



“いざ”に備えて一緒に学びませんか？

災害ボランティアや、災害ボランティアセンターの運営について一緒に学びませんか？
いざという時、あなたの力が被災した方々の支えになります！

開催日

令和7年8月28日(木)
13:30~15:00

場所

EARTH BLUE仙台勾当台8階会議室1
(仙台市青葉区上杉1-6-10)

対象

仙台市内在住もしくは
通勤・通学をしている18歳以上の方

スマートフォンから
簡単に申込み
できます!!



お申込は
こちらから

右記の2次元バーコードから
Googleフォームにてお申込みください。



イベントインフォメーション

障害理解センター 養成研修市民向け講座

障害のある方を講師に、障害や必要な配慮とは何かを学べる講座です。ぜひご参加ください!

参加者
募集中



開催日 令和7年7月28日(月)
14:00~15:30

場所 EARTH BLUE仙台勾当台8階会議室1(仙台市青葉区上杉1-6-10)

内容 【講義】障害について知ろう!
【座談会】当事者講師に聞いてみよう!

対象 仙台市内在住の方もしくは仙台市内に通勤・通学している方

参加申込

障害理解センター養成講座
お申込みはこちらから▶



| ボラカフェ

仙台市ボランティア連絡協議会の皆さんと一緒にハンドメイド作品をつくりませんか?
作り方を覚えてお友達に教えてあげてもよし!
おうちで楽しんでもよし!
年齢性別問わずどなたでも大歓迎です。
ぜひご参加ください。

日時 7月10日(木)
10:00~15:00
(お昼休み12:00~13:00)

場所 EARTH BLUE仙台勾当台8階会議室3

必要物 材料費100円



青葉区ボランティアセンター

仙台市青葉区二日町4-3 仙台市役所二日町分庁舎1階 TEL022-265-5260

青葉区宮城支部事務所

仙台市青葉区下愛子字観音堂27-1(仙台市宮城社会福祉センター内) TEL022-392-7868

宮城野区ボランティアセンター

仙台市宮城野区原町3-5-20 メゾン坂下1階 TEL 022-256-3650

若林区ボランティアセンター

仙台市若林区保春院前丁3-1 若林区中央市民センター別棟1階 TEL 022-282-7971

太白区ボランティアセンター

仙台市太白区長町南3-1-30南部アーチル1階 TEL 022-248-8188

泉区ボランティアセンター

仙台市泉区七北田字道48-12(泉社会福祉センター内) TEL 022-372-2603

▼掲載記事に関するお問い合わせは仙台市ボランティアセンターまで▼



社会福祉法人

仙台市社会福祉協議会

仙台市ボランティアセンター

〒980-0011

仙台市青葉区上杉1丁目6-10 EARTH BLUE 仙台勾当台6階
TEL 022-262-7294 FAX 022-216-0140

▼ホームページはこちら
<https://www.shakyo-sendai.or.jp/>

仙台市ボランティアセンター

検索

