



## 第2回学生応援フードパントリー調布 実施報告

学生応援フードパントリー調布実行委員会

### 1.はじめに

2020年10月14日(水)に第1回学生応援フードパントリー調布を実施いたしました。多くの方のご支援のもと、約80名の大学生・専門学生へ食支援を行うことができました。また、参加学生からの声を直接聞き、継続的な支援の必要性を感じました。この度、第2回を実施することができましたのでここに報告いたします。

### 2.主催

学生応援フードパントリー調布実行委員会

### 3.協力

社会福祉法人調布市社会福祉協議会 早大校友会調布稲門会  
慶應校友調布三田会、昭和女子大学黒谷研究室、調布市子ども食堂ネットワーク  
活ろうアースカフェ、電気通信大学生生活協同組合

### 4.開催日時

2021年2月6日(土) 13:00-17:00  
2月6日に受け取れない場合は2月8日(月)に対応

### 5.場所

調布市社会福祉協議会(調布市総合福祉センター2階201・202会議室)

### 6.対象条件と募集人数

次の①または②に該当する学生 先着50名  
① 調布市に所在地のある大学または専門学校の学生  
② 調布市に住んでいて、調布市以外に所在地のある大学または専門学校に通っている学生

### 7.参加者数

53名(12校)  
\*寄付を沢山いただいたため、追加募集をしました。

### 8.参加者募集および寄付の呼びかけ

調布市市報ちょうふ、調布経済新聞、調布市民放送局  
地域関連各所(地区協議会、自治会など)へ声がけ  
市民活動支援センター及びボランティアコーナーでの食品回収BOX設置  
Twitter、Facebook、インスタグラムなどのソーシャルメディア  
学生応援フードパントリー調布のTwitter、インスタグラムのアカウントを開設



## 9. 配布食品のコンセプトと1人分の配布イメージ

寄付金で購入した食品キットと寄付された食品をセットにして提供しました。食品キットは、「栄養バランス」「食べやすさ」「学生の嗜好」をコンセプトに、昭和女子大学生生活科学部黒谷研究室が監修のもと、エネルギー、栄養価バランスを計算して、3日分を配布しました。また、配布した食品を使った食べ方が書かれたパンフレットも同時に渡し、インスタグラムにも掲載しました。

こんにちは！  
昭和女子大学健康科学部黒谷研究室の  
学生応援フードパントリー配布の食料キットは簡単で  
メニューを豊富にします。参考にしてください！  
食料キットは、配布した食料キットのInstagram  
@black\_valley に掲載しています。黒谷のQRコードを  
フォローしてください！  
△食料キットの材料費は各自で準備をお願いします！

### Day 2

朝食 447kcal ・卵焼き (170kcal 4個分)  
・リンゴ ①温水に新鮮なリンゴを1つ入れてお湯を沸かす！

昼食 674kcal ・ビーフステーキ (1割片)  
・シイタケ ①シイタケは1枚を一口に切り、炒める。  
・リンゴ ②水を加えて湯を沸かす。  
→湯気が上がったら油を  
落とす。  
③一口大に切ったシイタケ、牛肉の和風煮、  
リンゴを加え、煮込む。  
→シイタケが柔らかくなったら完成！

夕食 737kcal ・ツナとわかめ和風炒め  
・カブラスoup 作り方  
①たけのこ、人参、アスパラ、ゆでたまご。  
②シイタケ、わかめ、ゆでたまご、全部入る。  
③水を加え、1.5倍量に煮込む。  
④塩、コショウを加える。  
1.5倍量に煮込むと  
中々Good! 裏面にレシピあり

### Day 3

朝食 542kcal  
・食パン  
・バナナ  
・バナナとヨーグルトと蜂蜜

昼食 594kcal  
・焼きそば (400kcal 400g)  
・シイタケ  
・カブラスoup

夕食 585kcal  
・ビーフステーキ (Day2 昼食と同じ)  
・食パン

パン食にどうせ！  
無印食品 1. 食パン 457kcal  
2. フォトのバナナ 404kcal

お祝いには...  
無印食品 1. 食パン 457kcal 2. 食パン 457kcal 3. 食パン 457kcal  
4. 食パン 457kcal 5. 食パン 457kcal 6. 食パン 457kcal

食料キットの配布イメージ

Instagram Followはこちら:  
黒谷研究室と学生応援フードパントリーのアカウント

BLACK VALLEY GAKUSEOUENCHOFU

今日、黒谷研究室から食料キットの配布が、今後の  
フードパントリーの活動を掲載します！  
配布した食料キットの、料理の写真をストーリーに  
載せてください！ 毎日お祝いメッセージです！

最後は、黒谷研究室、お祝いメッセージです。  
昭和女子大学 生活科学部 健康科学部  
黒谷研究室

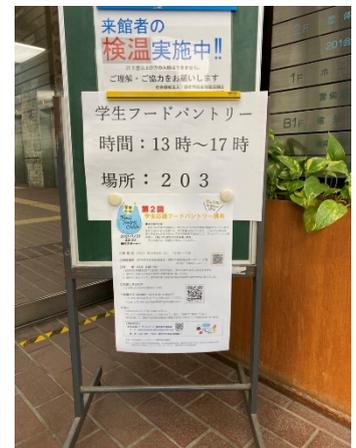
## 食べ方が書かれたパンフレット



### 1人分の配布イメージ

#### 10.当日の様子

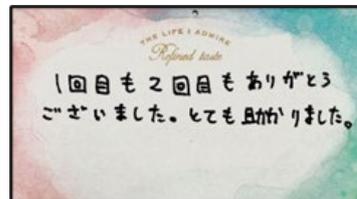
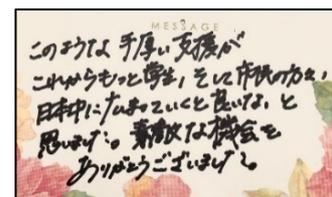
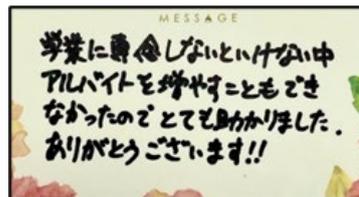
お渡しした食品などは前日に仕分け作業を行い、袋詰めをした状態で当日を迎えました。参加者の皆様には検温など感染対策にご協力いただき、できるだけ短時間の滞在になるよう努めました。一人分の配布内容は写真のとおりですが、大きな袋で2袋分の量となり、渡された皆さんはあまりの多さに驚かれていました。なお、電気通信大学石垣陽先生から室内の換気状態をモニタリングするセンサーと可視化用のタブレットをご提供いただき、環境管理に利用しました。





## 11. 参加者からの御礼の言葉

参加された学生さんより、こころ温かいお礼のコメントをたくさん頂きました。その一部をご紹介します。



- たくさんの支援ありがとうございました。このもらったものへの恩返しができるように勉強をたくさん頑張ります！
- 1人暮らしで家族にも会えず過ごしている中で、人の温かさを感じることができて嬉しかった。
- アルバイトが全くできず、困っていたためとても助かりました。

## **12. 寄付者一覧**

早大校友会調布稲門会（有志）、語ろうアースカフェ講座参加者、調布粕江桜友会  
東京慈恵会医科大学 JANP センター、木村屋總本店、マガジンハウス社  
松葉茶屋、フードバンク調布、農家の方、個人の方 など（敬称略）

## **13. 今後の展開**

本支援を継続していくために、任意団体「調布健康支援プロジェクト実行委員会」を立ち上げました。現在、2021年6月頃に第3回が実施できるよう準備を進めています。今後ともご支援の程、宜しく願いいたします。

2021年4月20日