

第13・14回 学生応援フードパントリー調布 実施報告

日 時

2025年10月25日(土)
2026年 2月11日(水・祝)

場 所

電気通信大学
アフラックホール UEC(講堂)
第1体育館ピロティ



主 催: 調布健康支援プロジェクト実行委員会
後 援: 電気通信大学
協 力: 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
語ろうアースカフェ、調布市社会福祉協議会

1. はじめに

おかげさまで第13回・第14回の開催を無事に終えることができました。物価高騰が続くなか、食費や生活費への不安を抱える学生が依然として多く、本活動の必要性をあらためて実感しております。「野菜やフルーツが値段を理由に手が出しづらかったので助かった」「就活で諸経費がかさむなか大変ありがたい」など、学生の皆様の切実な声を多数いただきました。この活動が日々の生活を下支えするとともに、学業への専念を後押しできていると感じております。こうした成果は、地域の皆様、運営を支えてくださるボランティアの方々のお力添えのおかげです。温かいご支援とご協力を今後ともよろしくお願い申し上げます。

2. 主催

調布健康支援プロジェクト実行委員会

3. 後援・協力

後援：電気通信大学

協力：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
語ろうアースカフェ、調布市社会福祉協議会

4. 開催日時

第13回：2025年10月25日(土)13:00-15:00

第14回：2026年2月11日(水・祝)13:30-15:30

5. 場所

電気通信大学 第1体育館ピロティ（第13回）

アフラックホール UEC 講堂ロビー（第14回）

6. 対象条件と募集人数

次の①または②に該当する学生 70名(第13回)、70名(第14回)

① 調布市に所在する大学または専門学校の学生

② 調布市在住で調布市以外に所在する大学または専門学校の学生

7. 参加者数

第13回 70名(4校)

第14回 70名(6校)

8. 参加者募集および寄付の呼びかけ

地域関連各所(地区協議会、自治会、教育機関など)へ声かけ
X(旧 Twitter)、Facebook、インスタグラムなどのソーシャルメディアの活用

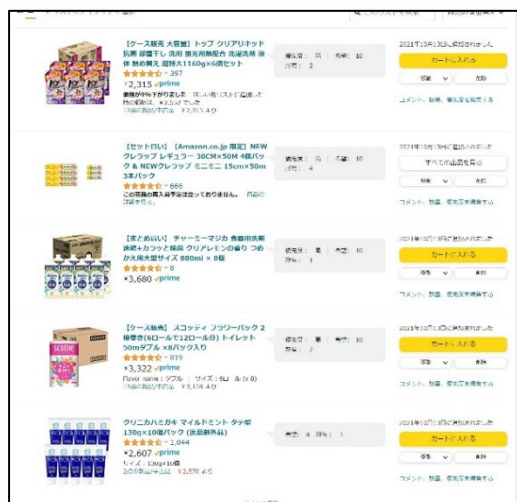
学生応援フードパントリー調布の Twitter、インスタグラムより



インスタグラム



X(旧 Twitter)



アマゾン欲しいもののリストの活用

9. 配布食品のコンセプト

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、昭和女子大学食健康科学部黒谷研究室の監修のもと、これまでの参加者からのニーズの高かった野菜や果物を中心とした食品セットを配布しました。配布した食品を使ったレシピが書かれたパンフレットや野菜の活用についてのリー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。



和風ツナのチーズトースト



材料

- ・食パン…1枚
- ・ツナ油漬缶…1缶
- ・醤油…小さじ2
- ・砂糖…小さじ2
- ・マヨネーズ…大さじ1
- ・ピザ用スライスチーズ…1枚

作り方

1. ツナ缶、砂糖、醤油、マヨネーズを混ぜる。
2. 食パンに1をのせる。
3. ピザ用スライスをのせる。アルミホイルを敷いた天板にのせてトースターで3分ほど(チーズが溶けるくらい)焼いて完成。



ポイント

- ・お好みで砂糖、マヨネーズの量を調整OK！



豆腐ハンバーグ



材料

- ・合いびき肉…100g
- ・木綿豆腐…70g
- ・たまねぎ…1/2玉
- ・塩…少々
- ・こしょう…少々
- ・サラダ油(加熱時に使用)
- ・ケチャップ

作り方

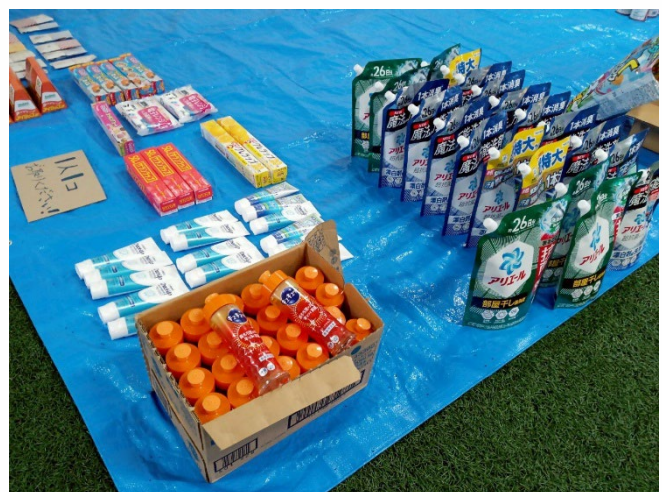
1. たまねぎはみじん切りにして耐熱容器に入れて、ラップした後600w1分レンジで加熱。
2. 豆腐はキッチンペーパーで包み耐熱容器にのせて、600w1分レンジで加熱し、冷ます。
3. ボウルに材料をすべて入れて粘りが出るまで混ぜる。4等分に分けて小判型に成型。
4. フライパンにサラダ油を入れて3を中火で焼く。焼き色がついたら裏返し、3を中火で7分ほど蒸し焼きにする。
5. 盛り付けてケチャップをかけて完成。



ポイント

- ・合いびき肉の代わりにツナ缶を使ってもgood☆
- ・ポン酢で味付けて和風にしてもOK！

10.当日の様子（第13回・第14回）

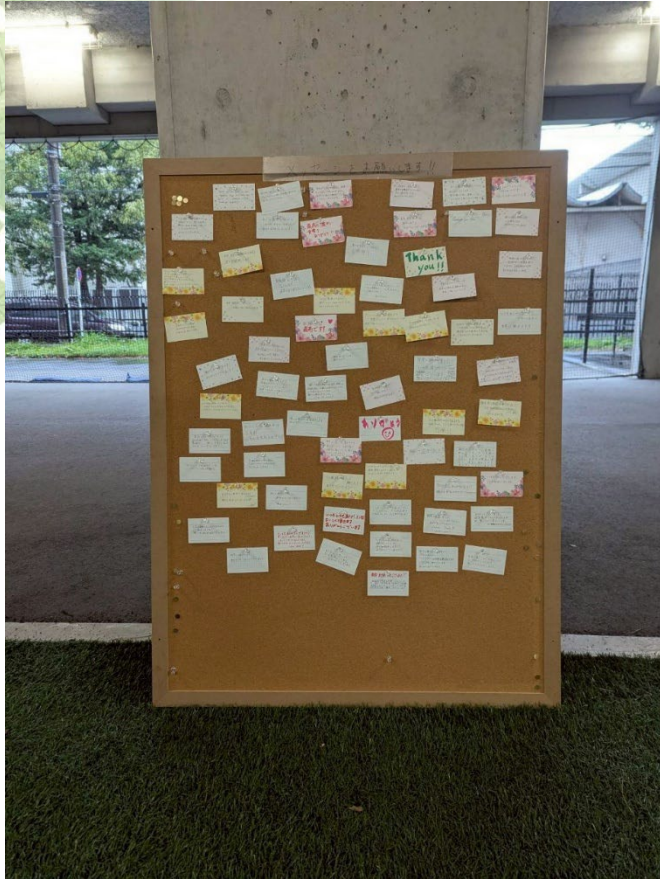






11. 参加者からのお礼の言葉

【第13回】



【第14回】



- ・いつもありがとうございます。
- ・物価高の影響で食事が安い外食などに偏りがちだったため、参加しました。
- ・ありがとうございました
- ・これまで何度もありがとうございました。
- ・いつも大変感謝しております。ありがとうございます。
日頃節約ばかりしているので色々な食材や日用品をいただけるのはありがたいです
- ・I received attention and support from others.
- ・めちゃくちゃ嬉しかったです！
- ・子供がお手伝いをしているところを見て嬉しい気持ちになった。
たくさんの食材を頂いて、とても助かっています。
- ・食材など非常に助かります。本当にありがとうございます。

- ・色々提供してくださり誠にありがとうございます。感謝の気持ちを持って生活していきたいです。
- ・一人暮らしで仕送りを貰わず生活しているのでとても助かります。いつもありがとうございます。
- ・たくさんの食材がもらえて、お話もできて楽しかったです。
- ・感謝します
- ・いつも開催してくださりありがとうございます。大変助かります
- ・一人暮らしなので助かりました。
- ・ありがとうございました。
- ・野菜やフルーツなど値段を理由に手が出しづらいので本当に助かった。
- ・ありがとうございました！
- ・とてもありがたいです！！
- ・とても楽しかったです。一人暮らしの自分にはとても助かりました。
- ・食料本当に助かっています。ありがとうございます。
- ・とてもたくさんの食品を頂きました。ありがとうございます
- ・病気でバイトなどができないため、生活苦を和らげるために参加させていただききました。
- ・毎回お世話になっています。今後ともよろしくお願いします。
- ・いつもありがとうございます。とても助かっております。
- ・しばらく食材を買わなくていいと思うと嬉しいです。最近野菜を買わなくなっていたので助かります
- ・いつもありがとうございます。助かっています！
- ・色々もらえて本当に助かります。色々レシピ実践しようと思います。
- ・とても良い会でした！
- ・今回、こんな貴重な場をご提供していただいて、本当にありがとうございました。色々な食物と日用品をいただけるのはとてもありがたいです！初めての参加なので、会場に入る前に緊張しましたが、スタッフの皆さんは結構優しく対応していただいて、なんとなく落ち着きました。ありがとうございました！
- ・たくさんの食料をいただけて生活に余裕が出るので有り難いと感じました。スタッフの方たちにも優しく話しかけていただいて和みました。たくさん用意していただいて本当にありがとうございます！
- ・たくさんの食べ物をいただけてとても幸せな気持ちになった。もっと多くの人にこの気持ちを届けたい。
- ・すごく助かってる
- ・たくさんの食材をもらうことができ助かります。

- ・持病であまりアルバイトできないので、食品や生活用品を提供してくださるのはとても助かります。ありがとうございます 🍱
- ・いつもありがとうございます
- ・物価が上がっているので、とても助かりました。ありがとうございます。
- ・何度か参加させていただいております。修士になってから親の支援がないので、とても助かっています。ありがとうございます。
- ・お金に困っていた。思っていた以上にたくさんの食料、嬉しい。
- ・いつもお世話になっております。すごく助かりました。
- ・いつもありがとうございます！とても助かっています
- ・食材を多く貰えて嬉しかった。
- ・食材だけではなくそれを活用した料理などを知ることができた。運営の方々がとても優しくて暖かかった
- ・今回もたくさんの食材をありがとうございました！毎度人との繋がりを感じられるこのイベントが楽しみにしています。
- ・ありがとうございました。とても助かります。
- ・就活で諸経費がかさむ中、こういった支援があることはとてもありがたいと思う。
- ・金銭的に懸念事項が多いのですが、フードパントリーに助けて頂いています。いつもありがとうございます。
- ・いつも食料品をいただき本当に助かっております
- ・会場に入った時暖かく迎え入れてくださってとても嬉しかったです。
- ・フルーツがありがたかったです
- ・I am so happy and lucky when I receive the support from everyone

12. 調査報告:食料不安の解消とつながりの重要性

炊き出しが変える「フードパントリー」： 大学生の食料不安へのアプローチ

大学生の44%が
「丸一日食べない」経験



経済的困窮により食料を十分に確保できない学生が日本国内に多く存在しています。

「社会的飢餓」と配布活動の限界



単に食品を渡すだけの「事務的な配布」では、学生の孤立や孤独には対処できません。

「食の利用（Utilization）」の重要性



単に食べ物があるだけでなく、適切に調理され、尊厳を持って摂取される状態を目指します。

「炊き出し」と
安心できるスペースの提供



豚汁などの温かい食事の提供とおかわり、くつろげる空間（BGM等）を用意しています。

満足度100%と
「居場所」への変容



温かい食事は、配布場所を「大切にされている」と感じられる心理的な安心空間へ変えます。

心理的充足と
尊厳のサポート



炊き出しは、栄養供給に加え、孤独な環境にある学生の尊厳を高める可能性があります。

参加者にご協力いただいたアンケート調査の結果から、温かい食事が食料安全保障における「利用」の質を高め、学生の尊厳を支える重要な要素であることが示唆されました。食事の提供に加え、運営者や参加者同士の社会的な交流を促進する具体的な仕組みを組み合わせることが、より包括的な支援に繋がると考えられます。

Kurotani et al., Dietetics, 2026

13. 寄付者一覧および助成金

東京慈恵会医科大学 JANP センター
木村屋總本店
フードバンク調布
肉のタナベ
早大校友会調布稲門会有志
語ろうアースカフェ
個人の皆様 など
(敬称略)

調布市生活困窮者自立支援団体活動補助金

ご支援いただきありがとうございました！



14. おわりに

学生応援フードパントリー調布は、今回の第13回・第14回をもって着実に歩みを重ねてまいりました。物価高騰が長期化するなか、食費や生活費に不安を抱える学生の声は依然として多く、私たちも真摯に受け止めながら活動を続けております。今回も食料品・日用品の支援物資の提供にとどまらず、参加学生同士や地域の方々と言葉を交わせる交流の場を設けました。「スタッフの皆さんが優しく迎えてくれて緊張がほぐれた」「毎回、人とのつながりを感じられるこのイベントが楽しみ」というお声をいただき、食の支援が孤立感の緩和や精神的なゆとりにもつながっているのではないかと感じております。次回以降も、参加者の皆様の声やニーズに耳を傾けながら、物資と心のぬくもりを届ける活動を丁寧に行ってまいります。学生の皆様が安心して学業に取り組める環境づくりのため、皆様からの変わらぬご支援を心よりお願い申し上げます。

