

# フードバンク通信

～ もったいない から ありがとうへ ～

VOL.2

発行日 2010年5月  
発行 フードバンク2h 沖縄  
住所:那覇市上間294番地 2G-1  
連絡先 098-853-3001  
E-mail [info@2h-okinawa.org](mailto:info@2h-okinawa.org)  
<http://www.2h-okinawa.org/>



## 事務所開設！

活動を始めて2年半。これまで拠点となる場所がなくて活動にもいろいろと支障がありましたが、沖縄県労働者福祉基金協会のご配慮を賜り那覇市上間に待望の事務所を開所することができました。

食べ物を保管し管理する場所としてはもちろん、事務作業などを分担して行うことができるようになりました。いつでもメンバーが集まり話し合え、一緒に活動を行える場所ができたことで、これまでよりも更にスピーディーに幅広く活動を行うことができるようになりました。

また、那覇市地域福祉基金から助成をいただき活動に使用する車両と印刷機を購入しました。団体で使える車両があることで、車のないメンバーが運搬や配送作業に参加できたり、これまで個人車両を使用していた負担を少し軽減することができるようになりました。また、印刷機があることで印刷物のコストを下げ、よりたくさんの広報物を作り広くPRすることができます。

必要なものが一気にそろって、メンバー一同とても喜んでいま～す。

ご協力いただいた皆様、本当にどうもありがとうございました。



## フードバンク2h沖縄 主なイベント活動報告

(2010年1～4月分を掲載)

- 1月 9日 A&W 牧港店 にてフードドライブ
- 17日 食と健康まつり(読谷村文化センター)にて  
パネル展示・フードドライブ
- 24日 マリンプラザ東浜かねひでにてフードドライブ
- 29日 共同通信社取材記事が各地新聞に掲載  
題名「手編みのセーフティーネット」沖縄のフードバンク  
<掲載新聞名>  
琉球新報社/埼玉新聞/中国新聞/新潟新聞/高知新聞  
徳島新聞/下野新聞/静岡新聞/岐阜新聞/日本海新聞
- 2月 10日 沖縄税理士会協同組合からチャリティー基金寄付
- 12日 事務所開設
- 13日 A&W 牧港店 にてフードドライブ
- 18・19日 中部商業高校にてフードバンク講義の開催
- 27日 マリンプラザ東浜かねひでにてフードドライブ
- 3月 13日 A&W 牧港店 にてフードドライブ
- 20・21日 那覇物産展にてパネル展示・フードドライブ
- 27日 マリンプラザ東浜かねひでにてフードドライブ
- 4月 10日 A&W 牧港店 にてフードドライブ
- 24日 マリンプラザ東浜かねひでにてフードドライブ

## フードバンクって？

直訳すると、「食糧銀行」。何らかの理由で、まだ食べることができるにもかかわらず、捨てられてしまう食糧があります。フードバンクは、それらのまだ口にできる安全な食料を、企業や個人の方から寄付していただき、生活困窮者や施設に無償で提供する活動です。人も食べ物も救うことができる、新しい「食のリサイクル」それがフードバンクです。

## フードバンク2h 沖縄の活動目的

「もったいない食べ物」を減らし、すべての人がきちんと食事を摂ることのできる社会を目指します。

また、食料の廃棄量を少しでも減らすことにより、ゴミの減量化、限りある資源を有効に活用することを目的とします。

\* 企業や個人から  
寄付いただいた食糧  
2009年度 23t

## ボランティア募集中！

● 平日の風間に活動できる方、事務所での電話対応、事務作業、食糧の受け取り、配達が中心となります  
● 土日活動できる方、イベントでの食糧や寄付の受け取り、フードバンクの活動紹介などが中心です。



たくさん温かい心に触れ、自分の心も温かくなる活動です。  
たくさん活動できる方も、時々しかできない方も、一緒に楽しくボランティアしましょう。

## スポンサー企業紹介

～大塚製菓株式会社 熊本支店 那覇出張所

2008年8月に大塚製菓那覇出張所の副所長さんから連絡があり、ポカリスウェットやカロリーメイトなどの寄付をいただいたのが始まりです。

その後、2カ月ほどして営業担当の方からソイジョイの寄付をいただき、2カ月に1度ほどの間隔でソイジョイの寄付をいただいています。担当の方は、「まだ食べられるのに捨てるのはもったいないので、使ってもらえてこちらも嬉しいです」とおっしゃいます。商品は、小売店から賞味期限が間近で戻ってきたものですが、すぐに食べるには問題なく、とても栄養価の高い食品なので配った方々にもとても好評です。

〒900-0015 那覇市久茂地 3-15-9

アルテビルディング那覇 4F

TEL : 098-867-6198

<http://www.otsuka.co.jp/>



## 食糧配布施設紹介

～ファミリーハウス がじゅまるの家

ファミリーハウス「がじゅまるの家」は、沖縄県立南部医療センター・こども医療センターのすぐ近くにあり、離島や遠方から治療・入院する病児と家族が安心して過ごせる我が家同様の滞在施設。安価でプライバシーが守られ、安全に過ごせるようにハウススタッフやボランティアが利用者のサポートをしています。

食糧はその時々利用者のニーズに合わせて、台所に常備され、いつでも自由に使えるようになっています。一日中病院にいて、疲れて食事もなかなか作れない方も多いため、お米は炊いてフリージングしたり、特にインスタント食品や飲み物などが喜ばれています。



〒901-1105 南風原町字新川 272-16

TEL 098-888-0812

<http://www14.ocn.ne.jp/~fhgajyu/top.html/>

## スポンサー企業(敬称略・順不同)

●株式会社 なかむら食品 ●大塚製菓株式会社 ●焼き肉牛将 ●花卵ファーム ●株式会社 アドリアインターナショナル 沖縄営業所 ●キーコーヒー株式会社 ●南西食品株式会社 ●アトリエキーナ ●ベ-カリ&カフェ「ウニヤ・デ・ガト」 ●株式会社 琉珉珉 ●スージーさんのパン焼き小屋 ●繁多川食品 ●株式会社 富村商事 ●株式会社 赤マルソウ ●コープおきなわ ●株式会社 ナンポー通商 ●株式会社 ライトラスト ●はいびす洋菓子店 ●ファーマーイーストサービス株式会社 ●株式会社 ファッションキャンディー 他 全32社 (平成21年度に寄付を開始した企業 11社) ご支援ありがとうございます！

## 個人からの食糧寄付

※寄付者多数のため、件数のみ報告させていただきます

◆2008年度 のべ200名

◆2009年度 のべ 395名

まことにありがとうございます！！

## 食糧配布施設(敬称略・順不同)

●NPO 法人 プロミスキーパーズ ●NPO 法人 みのりの会 ●児童養護施設 なごみ ●児童養護施設 愛隣園 ●児童養護施設 袋中園 ●母子寡婦福祉連合会 ●児童養護施設 石嶺児童園 ●児童養護施設 島添えの丘 ●那覇市母子生活支援センター「さくら」 ●福祉作業所エンジェル ●NPO 法人 地域サポートララちゃんぶるー ●石垣市地域生活支援センター まーる ●NPO 法人 ふいーるどばわー ●ティーンチャレンジ・インターナショナルジャパン ●ファミリーハウス がじゅまるの家 ●愛の園 ●ミッドリンク地域生活支援センター ●NPO 法人 ソーバーキャンプ ●その他支援窓口(役所・社会福祉協議会・母子寡婦会等) 全41か所

2009年度の配布件数 370件 (内 支援窓口を通しての配布件数 121件)

## 募金箱設置ありがとうございます！(敬称略・順不同)

●あぐる焙煎珈琲店 ●まじゅんらんど ●そば専門「てだこ」 ●八重山そば「さくま」 ●秀のぱん工房「窯」 ●沖縄そば「ちらー小」 新都心店 ●ベ-カリ&カフェ「ウニヤ・デ・ガト」 ●回転寿司まぐる問屋やざえもんあつぷるタウン店 ●Vita Smoothies ●イタリアントマト Cafe Jr.那覇あつぷるタウン店 ●NPO 法人 沖縄ハイサイネット ●熱烈タンタン麺 一番亭浦西店 ●びっくりドンキー りうぼう天久店

2009年度 177,192 円の募金が寄せられました！

○食料の引き取り・施設等への配達のための燃料費・広報活動のためのチラシ・パンフレット代  
○イベント時の準備費用・通信費(電話・郵送費等)などに活用させていただいております

## まじゅんらんど



託児所完備で、プール、トレーニング、各種レッスンを楽しく  
沖縄県浦添市仲間1-13-1  
(浦添運動公園内)  
TEL.098-942-4132  
<http://www.majunland.com/>

## 道草 (シリーズ1.)

沖縄には、たくさんの薬草(食べられる野草)があります。日頃、見過ごしてしまう野草たちを紹介していきますので、食卓に上らせて話題にしてみたいはいかがでしょうか。

『アワユキセンダングサ(サシグサ)』

キク科の白い花をつけ沖縄の道端にはどこにでもあるポピュラーな野草です。種が服に刺さりやすく、子供たちの間では「ひつつきムシ」などと呼ばれています。



調理法: 葉のやわらかい芽の部分摘んで、コショウ入りの薄い衣をつけててんぷらや、茹でて、からし醤油和えや、わさび醤油和えも美味しいです。(池田)

## ◆うそ? ホント? 雑学の扉

「皮を食べよー!」～皮には薬効が多い



トマト・・・皮の赤い色素に含まれるリコピン。  
→ガンや動脈硬化などの予防効果が高い。



ナス・・・紫紺色の皮に含まれる、ポリフェノールの一種のナスニン。  
→血中コレステロール値を下げ動脈硬化を防ぐ作用がある。



ニンジン・・・表皮の下に多く含まれるカロテン。  
→免疫力を高めて、皮フや粘液を強くする効果あり。



ゴボウ・・・下ごしらえで、皮をむいたり、酢水につけてアク抜きをしたいすると、風味や豊かな栄養成分を捨てることに。  
→皮はタワシでゴシゴシ洗う程度で。  
→水にさらしてでるアクはポリフェノール。

(金城)

【参考「もっとからだにいい野菜の便利帳」高橋書店】



## セカンドハーベストジャパン活動体験記

メンバー 仲村 一真

二月十九日・二十日の二日間、縁あってセカンドハーベストジャパン以下、2hじと呼ぶ日の常業務に参加する機会を得ました。2hじは、日本で最初にフードバンク活動を始めた東京浅草にある団体です。

1日目は余剰食糧の受取、及びその食糧の配達に参加しました。まず、午前中配達スタッフの大竹さん 現事務局長が運転する冷蔵

庫付きの軽トラックに乗り込み、東京郊外の外資系スーパーに。そこで余剰食糧その日はパ

ンがほとんどでした。を、大きいカート外資系のスーパーなので、日本で使用されているカートより約3倍大きい。3台

分ほど受け取りました。その後、横浜市内に向かい、午後は同市内の路上生活者支援団体 身体障害者支援団体 精神障害者授産団体を巡り、午前中に受け取った食糧を大竹さんと一緒に届けました。各団体で大変感謝され、最初に

同った路上生活支援団体では、昼食まで(馳走になりました)。

どの団体も経済的に余裕がない中、2hじから受け取る食糧の存在は大きな支えになっていることがよくわかりました。

この日は一度にももう余剰食糧が予想以上に多かつたことに驚きました。また、配達に同行して初めて首都高に乗ったことがとても印象に残りました。

次回に続く...



## フードバンクメンバー紹介

A&Wのフリマに参加していた会場で、奥平さんと偶然の再会。彼女は一人でピラ配りをしていました。私は「身近にあることで、私にも何かできることはないかな～」と思っていた頃だったので、ピラの内容に凄く感銘を受け、フードバンク沖縄に賛同しました。

彼女の影響で、買い物時には見切り品に目がいくようになり、「身近でできることは？」とも、繋がりました。

今の世の中食品や物が溢れすぎているのに3食きちんと食べられない人も残念でなりません。それから製造者・販売店舗の一角で“捨てたらもったいないコーナー”が独自で増えてくれるといいなと思います。

子育てをする大人達が“もったいない”を伝達していきたいですね。お手伝い程度の参加になり申し訳ありませんが、微力ながら一人でも多くの人に伝えていきたいです。

島袋



「チョコボラ(ちょこっとボランティア)の楽しみ」やっぱり、なにか社会に役に立ちたい。

でも、ボランティアなんてなんだかおこがましいし、気恥ずかしい。それに自分にできるのだろうか?などと漠然と考えて、ボランティア活動に二の足を踏んでいた私でした。

でもフードバンクの「食料を救え」という理念は、ず～っと私の心に染み込み、気負わずに参加出来ました。

これからもチョコボラを楽しみながら、永く頑張っていきます。あなたもチョコボラに参加しませんか? 新垣



# 気軽にできるボランティア♪ どこでも、誰でもフードドライブ!

- ★フードドライブって何?… 何らかの理由で、食べられるのに廃棄されそうな食糧の寄付を募る活動。
- ★どんな物を?… 期限が一カ月程度残っていて、常温保存が可能で未開封の食糧。  
(期限の短いものは、ご相談ください)  
ex. 乾物・缶詰・飲料・インスタント食品・レトルト・乾麺・菓子・その他・お米1合というのも人気です(。)
- ★こんなところで… 学校、職場、サークル、模合い、ご近所、お茶飲み会・

集まったら、フードバンクに連絡!



これまでに、フードドライブを開催した団体(敬称略、順不同)

- NPO 法人沖縄ハイサイネット ●沖縄教育出版 ●那覇日経ビジネス工学院 ●ゆたか保育園 ●めだか保育園
  - うるま市社会福祉協議会 ●座安小学校 ●琉球新報社 ●球陽高校 ●コープおきなわ ●聖母保育園
  - バーガー&カフェ「ウニャ・デ・ガト」 ●北海道旭川商業高校 ●某結婚式披露宴 ●那覇中央教会
  - 沖縄市役所 ●沖縄市社会福祉協議会
- 詳しい方法は、お気軽にお問い合わせください!



お知らせ! フードドライブ開催中!  
 ★毎月第2土曜9~12時(6月以降は要確認)  
 フリーマーケット・コマリントンタウン東浜かねひで  
 ★毎月第4土曜9~12時  
 フリーマーケット・A&W 牧港店  
 その他、いろいろなイベントで開催中! ブログやモ、お電話などでもチェック!  
 気軽にこのご活用ください!

## フードドライブ開催団体をご紹介します!

### ~NPO 法人沖縄ハイサイネット~

NPO 法人沖縄ハイサイネットはシニア向けの「生活に役立つパソコン教室」を開講しています。うるま市のじんぶん館と沖縄市コリンザ三階と那覇市のとんぶす館で初級、中級、上級のクラスごとに、インターネットやデジカメのフォトショップのコースを開催。会員の方々は講習を受け資格を取って、シニアアドバイザーとして講師やアドバイザーとして活躍。その会員は百名を超え、たくさんのシニアの方々が「常に楽しく」をモットーに会員の交流会も頻繁に行い、受講生と共に楽しくパソコンを学んでいます。ハイサイネットでは、コリンザの事務所に「フードドライブ用の箱」と「ビニールの1斤袋」を常に設置。お米一合運動を会員と受講生の皆さんに呼びかけ、各家庭からお米一合をそのビニール袋に入れて持ってきてもらっています。その横に募金箱も設置。また、着なくなった服も寄付していただき、フリーマーケットで販売し、募金と合わせてフードバンクの運営費として活用させていただいています。3ヶ月単位で受講生が入れ替わるので、多くの人達にフードバンクを知っていただき、フードドライブに参加いただくことができます。(具志堅)

## 『お待ちしてま~す!』

### 募金箱設置を!

フードバンクの活動は、無償ボランティアによって支えられています。広報費・運送費などのために、「募金箱を置いてもいいよ!」という店舗や施設の方、是非ご連絡ください。

### 食糧寄付を!

- ★家庭などで食べきれず、廃棄されそうな食糧の寄付を募ります。
- ★期限が一カ月程度残っていて、常温保存が可能で未開封の食糧。  
ex. お米・乾物・缶詰  
飲料・インスタント食品  
レトルト・乾麺・菓子  
その他・



### 活動資金造成のための 物品募集!

フリーマーケットにて物品を販売し、活動資金を捻出しています。不要な衣類、雑貨などありましたらご寄付ください!



### 寄付にご協力を!

- ★銀行名:琉球銀行  
支店名:西崎支店  
口座種類:普通  
口座番号:437587  
口座名義:フードバンクオキナワ

- ★銀行名:沖縄海邦銀行  
支店名:西崎支店  
口座種類:普通  
口座番号:0210034  
口座名義:フードバンクオキナワ

- ★銀行名:コザ信用金庫  
支店名:小禄支店  
口座種類:普通  
口座番号:0102468  
口座名義:フードバンクオキナワ

### 編集後記

私事ですが、5月末に第3子を出産予定の中、メンバーの協力のもと、予定通り2号を発行することができ、嬉しく思います。また先日、NHKの子供番組を見ていたら、東京のフードバンクがリサイクル活動のひとつとして登場していて、びっくりしました。さて、そんなふうに全国的にフードバンク活動への関心が高まる中、フードバンク沖縄2hjでは、各地イベントへのブース参加依頼が激増しています。ただ残念ながら、人手不足で依頼の多くにお応えできない状況です。2010年度はメンバー募集、イベント開催のお知らせなど広報活動が課題のひとつです。そのためにも、今年度もフードバンク通信をよろしくお願い致します。 入江