

# 「コミュニティ・レストラン」

～公共する食卓の広がりとその可能性～

(特非) NPO 研修・情報センター代表理事

世古 一穂

前金沢大学大学院教授  
コミレスネットワーク全国代表



## 1. コミレスは「新しい公共」の実践の場

「コミュニティ・レストラン」(略してコミレス)は、「食」を核にしたコミュニティ支援を目的に1998年にスタートしたNPOの起業モデルである。

そのコンセプトは「おいしく食べて、楽しく働く、くつろぎの場」。

安全で安心できる食事の提供を核に、人々が集い、交流する場である。筆者が10数年前から提唱し、全国に広げてきたもので、現在150あまりになっている。

食の提供に対しては「地産地消」「旬産旬食」「エコ・クッキング」を基本としている。「食」を中心にすえてみると様々な社会の問題が見えてくる。

子どもが留守番をしていれば近所の人気が気なかけ、お年寄りが独り暮らしをしていれば何かと世話を焼く。見知らぬ土地に引っ越してきた人がいれば生活に必要な情報や安くておいしい店を教えてください。・・・かつて、どこにでも見られたこんな風景はいつしか消え去ってしまった。コミレスがめざすものはそうしたコミュニティの再生ともいえる。

また、食生活において、東洋では古来から「医食同源」(薬を飲むことも食べ物を食

べることも根源は同じこと。体が喜ぶ食事をすれば自然に体も健やかになる)「身土不二」(四里四方の地元で採れたものを食べる、それが一番体にいいこと)「地産地消」(その土地で採れたものをその土地で消費すること)といわれてきたが、今はこの「あたりまえ」のことがとても贅沢なことになってしまっている。コミレスはこの「あたりまえ」のことを地域で実践する場として構想したものだ。

## 2. コミレスは地域課題の解決の場

「安心安全な食の提供」、「地域の農業や漁業者との協働」を基本に地域の人々の多様なニーズにあわせて、「女性が地域で安心して働ける場づくり」「障害者の働く場づくり」「不登校の子どもの出口づくり」「高齢者の共食の場づくり」「循環型社会の拠点づくり」「福祉就労と社会就労の中間型のいわばNPO就労のモデルづくり」等々、多様なテーマをもって各地で多様なコミレスが広がっている。

コミレスで大切にしているもうひとつの点は「共食」の場ということだ。コミレスに来る人々はスタッフや同席した客と会話しながら、さまざまな情報を交換する。コミレスはコミュニケーション・レストランでもある。コミレスでは人のつながりは単に作る人と食べる人の関係ではなく、コミュニティをつくる対等な関係を目指している。ある日のお客さんが次の日は日替わりシェフとなって登場したり、次の日にはボランティアでフロアーで食事を運んでいるということもままあることだ。

### 3. 「コミレス」の5つの機能

「コミレス」は、「食」を核にしたコミュニティ支援を目的としたNPOの起業モデルである。

コミレスは、「障害のあるなしにかかわらず地域で生き、地域で自立して暮らすためのもう一つの『しごと』づくり」、「コミュニティ・ビジネスとしてのNPOの起業」、「福祉就労と社会就労の中間型のいわばNPO就労のモデルづくり」等をめざしてきた。

コミレスの機能を整理すると、以下の5つの機能になる。

- ① 人材養成機能
  - ② 生活支援センター機能
  - ③ 自立生活支援機能
  - ④ コミュニティセンター機能
  - ⑤ 食育・循環型まちづくり機能
- 女性の自立支援、就職弱者の新しい職場づくりから始まったコミレスは、多くの人の共感を呼び、食を核とした循環型まちづくり、実践的「食育」の場、コミュニティをエンパワーメントするNPOの具体的事業形態として、地域の農業者、安全な食料を提供する地域の民間企業、生活者、行政等の協働によるNPOの起業モデルとしての広がりを見せている。

### 4. コミレスの運営方針

新しいまちづくり、地域づくり、自律した地域経済活動の新たなムーブメントとして、コミュニティ・ビジネスが注目を集めている。コミュニティ・ビジネスは地域・

まちづくりに大きな役割を果たすものである。コミュニティ・ビジネスを旧来の経済活動の延長の考え

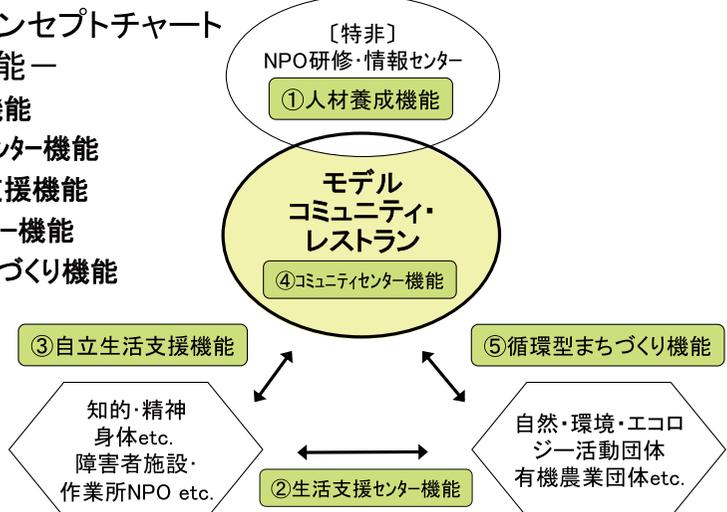
方、隙間ビジネス的な発想の延長でとらえている向きも多いが、ビジネスに力点をおいて解釈するのではなく、コミュニティに力点をおいて考えていくことが大切だ。コミュニティ・ビジネスは、この閉塞した社会を打ち破り、地域・再生するものであるという考え方を基本にする必要がある。

そこに「食」を核にした新しい取り組み、公共する「食卓」としてのコミレスの意味がある。しかし、コミレスの運営も「コミレスで食べていく」のか、「ボランティアベースでやる」のか、では運営方針が大きく異なる。「コミレスで食べていく」とすれば家賃も人件費も必要となる。1食900円から1,000円として、たとえば厨房一人とフロアー一人で20席で8割が

## コミュニティ・レストラン ■5つの機能■

### プロジェクトコンセプトチャート —5つの機能—

- ①人材養成機能
- ②生活支援センター機能
- ③自立生活支援機能
- ④コミュニティセンター機能
- ⑤循環型まちづくり機能



埋まったとして1日に昼2回転、夜2回転する必要がある。

ボランティアベースでやるならば、地域の人材で料理に得意な人は厨房で料理を、

## コミュニティ・レストラン ■5つの実践■

1. 地産地消を進めます  
生産者の顔が見える食材の活用／地域食文化の再発見と継承／旬の食材を優先に使用
2. 健康づくりを応援します  
食育の場／安心安全な食事の提供
3. 地域の食卓・地域の居間をめざします  
共食の場／地域課題への取り組みの場（食を通じた子育て支援、高齢者・障害者の自立支援など）
4. 誰でも安心して利用できます  
バリアフリー、ユニバーサルデザインを基本／一人でも気軽に利用
5. 循環型社会づくりに取り組みます  
エコクッキングの実践／食材を丸ごと使用／地域資源の活用

## コミュニティ・レストラン ■食と調理の考え方■

- ・地産地消（身土不二）
- ・旬産旬食
- ・一物全体

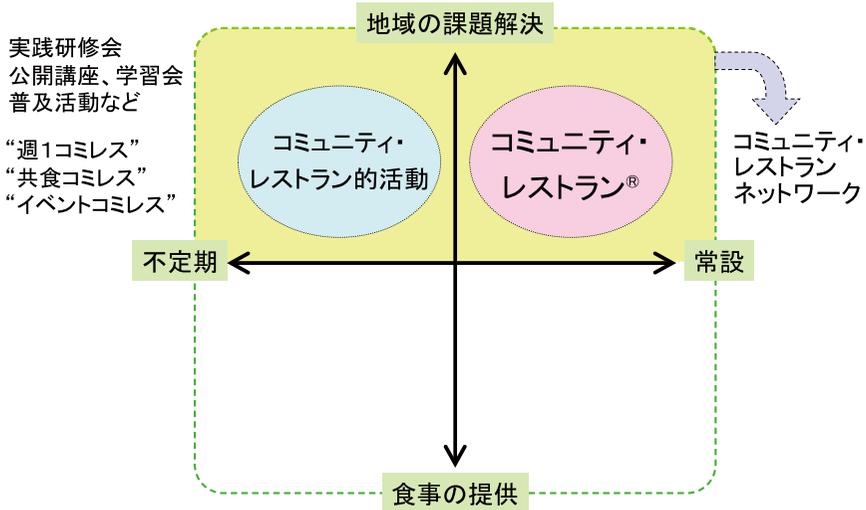
⇕  
エコクッキング  
スローフード

お金の勘定の得意な人はレンジを、人あたりのいい人はフロアーをとくというようにそれぞれ得意な分野をうまく活用して運営すればいい。材料費と場所代が出ればいいなら

昼間だけで、1食300円から500円でも運営はできる。ちなみに一般の飲食店の原価率は25%以下といわれるが、コミレスは材料も地産地

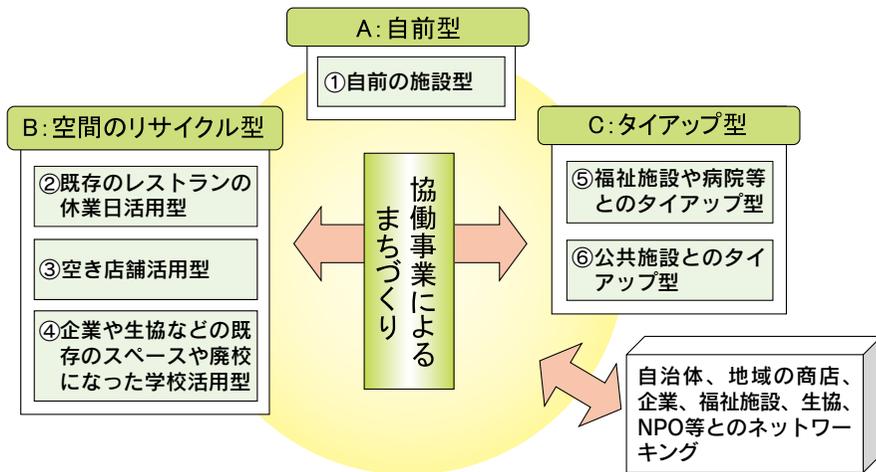
消で調味料も吟味した安心安全な本物を使うので、原価率は35%を超えるが、安心安全で美味しいものを提供していくにはここは譲れない一線だ。

# コミュニティ・レストラン® 形態



# コミュニティ・レストラン 施設タイプ別展開イメージ

—地域に根ざした多様な展開をめざして—



## 5. コミレスに必要な人材

筆者が代表理事を務める(特非)NPO研修・情報センターは、地域自立のNPO起業モデルとしてコミュニティ・レストランを立ち上げ運営していきける「協働コーディネート」の養成を行ってきた。

コミレスは「食」をキーワードに集う人々の貴重な「居場所」である。「人と人が支え合い、役に立ち合う『新しい公共』」を先取りしたものと見える。

コミレスに必要な人材は調理をする人、シェフは勿論だが、要となるのは地域の農水関連の生産者や行政や福祉関連の施設や、町内会、自治会やマスメディアとの協働も進められる「協働コーディネート」である。

当センターで、これまで12年間にわたって進めてきた「協働コーディネート」の養成講座を受けた人(約3,000人)の中からコミレスを実践する人々が増えてきた。

「コミレス」プロジェクトは種まきの時期を終え、成長、成熟の時期に入る。今後は、各地でコミュニティ・レストランを立ち上げた人々、NPOが支え合い、協働するためのネットワークづくりが不可欠となる。

## 6. 中間支援組織の必要性と今後の課題と挑戦

コミレスは、特に北海道で激増している。それはコミレスづくりを支える中間支援組織、コミレスネットワーク北海道(代表 伊藤規久子さん)の力が大きい。

私が代表を務める「コミレスネットワーク

ク全国」では、各地のコミレスの自立を前提としたゆるやかで有機的なネットワークをつくり、それを全国各ブロックごとの中間支援組織づくりにつなげていきたいと思う。すでに九州、関東をはじめ、四国でも中間支援のネットワークができてつつある。

現在、貧富の差は発展途上国だけでなく日本などの先進国の問題ともなっている。いっそう富裕になるエリート層の一方で、失業、ホームレス、貧困などの増大、総じて社会的不平等が拡大している。また女性・人種差別により低賃金・不安定労働が固定化され、それが社会全体に波及し、それは命のもとである「食」の崩壊につながっている。

わが国ではいわゆる「小泉構造改革」によって市場原理・競争原理導入の徹底が図られ、この結果、産業は空洞化して、失業者が空前の規模で増大している。また、公共サービスの民営化、公的社会的支出の削減は社会保障を低下させ、地域や農業が切り捨てられようとしていることと連動している。

これまで新自由主義的グローバリゼーションに対し、市民はこの流れはやむをえないものとして受け入れさせられてきた。しかし、今や目に見えてその矛盾が露呈している。

コミレスは市民からのオルタナティブ(もう一つの)の提案と実践の場でもある。

私は米国型の「自由」主義競争社会や北歐型の社会平等主義をめざすのではなく、東アジア、いや日本にかつてあった「結」や「もやい」といった共同型社会を市民の力でとりもどし、「幸福共創社会」づくりを「コミレス」を核にめざしていきたいと思う。ま

た、コミレスは、歩いて行ける範囲に必要だ。小学校区に1つくらいはコミレスを実現したい。コミレスを各地に創設できる人材、「協働コーディネート」の養成にますます力をいれていきたい!

## おわりに・・・

11月6日土曜日13時半から17時半の予定で「コミレス全国フォーラムin松山」を愛媛県女性総合センターで開催します。

右記コミレス全国フォーラム関連のお問い合わせは  
えひめグローバルネットワーク  
E-mail wakuwaku@egn.or.jp まで

コミレスとその事例についての詳細は  
(特非)NPO研修・情報センター  
E-mail ticn@mui.biglobe.ne.jp Fax 042-208-3320  
までお問い合わせください。

世古一穂編著『コミュニティ・レストラン』日本評論社 2007年  
も是非ご覧ください。