

信州こどもカフェの開催状況について(R8.3月時点情報) ※赤字:変更点

番号	地域名	所在市町村	信州こどもカフェの名称	運営団体	開催場所	連絡先		開催日時	参加費(円)		活動内容							団体ホームページ、SNS等のURL	その他	
						電話	メール		大人	子ども	学習支援	食事提供	食料配布	悩み相談	学用品リユース	多世代交流	その他			
1	佐久	小諸市	信州こども食堂INこもろ	信州こども食堂inこもろ実行委員会	小諸市相生町2-1-5 相生会館	090-7279-2945	n.tieko-1949@docomo.ne.jp	毎月第4日曜日10:00～13:00	200	0	○	○					○			
2	佐久	小諸市	まきばカフェ	まきばカフェ	小諸市古城1-4-35	090-1047-8065	neko.101.mone@gmail.com	毎月第3日曜日 14:00～16:00 (変更することもあります)	500	0		○						○		

8	佐久	佐久市	さーくちゃんち(家)で、ごはんを食べようin望月		佐久市春日2714-1 御鹿の郷地域ふれあいセンター(佐久市春日出張所)	0267-51-1520	mochiduki@sakusi-shakyo.or.jp	毎月第2日曜日もしくは第3日曜日 12:00～13:30 ※日時が変更する場合があります。	0	0		○					○	12:30からレクリエーション活動をしています。		
9	佐久	佐久市	SouZoo食堂(ソウゾー食堂)	株式会社ウェルフューチャーホールディングス ナチュラルバーデンリゾートぱんり	佐久市長土呂793-12	0267-65-8080	info-saku@welfuture.co.jp	毎月 第三日曜日 10:30～13:30	0	0		○	○	○			○		https://welfuture.co.jp/souzoolp/	
10	佐久	佐久市	絆こどもcafe 絆ママcafe	ぬくもり絆プロジェクト	佐久市内公民館(主に佐久市市民創縁センター) 佐久市猿久保165-1	080-6513-4649	info@kizuna-soreiine.com	毎月 日曜日開催 11:30～13:00	500	100	○	○	○	○			○	親子でクッキング体験ができます	https://kizuna-soreiine.com	詳しい日時は、団体ホームページ内のスケジュールもしくは公式LINEをご覧ください。
11	佐久	佐久市	ふるふいるダイニング	こどもメガホン	TELT:佐久市中込1丁目20-5 さくのす:佐久市中込1丁目18-9 中込公民館:佐久市中込1丁目17-8社会医療法人恵仁会 中込施設2F		kodomo.megahon.ai@gmail.com	毎月第3金曜日または第4金曜日	500	0		○		○			○		https://www.instagram.com/kodomo.megahon.saku/ https://kodomo-megahon.com/	
12	佐久	小海町	カフェ宙(そら)	ガイア	南佐久郡小海町千代里2376-1	090-5197-4477		月1回(日曜日)不定期 12:00～14:00	0	0	○	○	○	○	○	○				
13	佐久	小海町	そしじ	ガイア	南佐久郡小海町千代里2376-2	090-5197-4477		月1回 不定期 12:00～16:00	0	0	○	○	○	○	○	○				
14	佐久	佐久穂町	そら音	そら音	南佐久郡佐久穂町高野町607-1 南佐久郡佐久穂町大字海瀬2570(茂来館)	090-4459-1623		月1回 不定期 12:00～14:00	0	0	○	○	○	○	○	○				直接お問い合わせください
15	佐久	佐久穂町	ネストカフェ	ネストさくほ	佐久穂町海瀬107番地	080-2309-4036	sse.for.children@gmail.com	毎週水・木・金 11:30～18:00 毎月1・2回(土日)不定期	お気持ち	300	○	○	○	○	○	○				
16	佐久	佐久穂町	みんなのおうち	みんなのおうち	南佐久郡佐久穂町高野町2913-6	080-1788-5914	minna.no.ouchi.390@gmail.com	月に3～4回(水曜隔週 おやつを作る日・月1みんなでご飯を食べる日)	お気持ち	0	○	○		○			○		https://www.facebook.com/minna.no.ouchi.sakuh/	
17	佐久	軽井沢町	こどものいばしょ～あたしキッチン	フードバンク軽井沢 こどものいばしょ部会	軽井沢町長倉2353-1 軽井沢町中央公民館	090-8344-3076	komiyama@aurora.dti.ne.jp	毎月第4土曜日12:00～13:30	300	0		○	○				○	お弁当の方 大人 こども プラス100円	https://foodbank-karuizawa.org/	
18	佐久	御代田町	こども食堂みよた	NPO法人まちの縁側なから	御代田町平和台2670-67	080-6173-5421	kisugekaido@gm.tp1.jp	毎週水・金曜日 17:00～20:00	300	100	○	○	○	○	○	○				
19	佐久	御代田町	パクツと愛	パクツと愛	北佐久郡御代田町塩野1323-1 塩野世代間交流センター	0267-32-0382	koubou87@pf6.so-net.ne.jp	毎月第2土曜日15:00～19:00 学習支援 不定期	300	0	○	○	○	○			○			

20	佐久	御代田町	みよたの広場	御代田の根	御代田町馬瀬口1851	080-6949-1605	miyotanone@gmail.com	月・木・金 13:00～17:00 土・日 11:00～17:00	0	0		○					○	イベント カレーの日 第一日曜日 11:00～ 13:00 大人500円 子ども0円		最新情報はWEB・イン스타그램でご確認ください。
1	上田	上田市 (中央)	上田おけまーる ジュニアセンター	おけまる食堂実行委員会	上田市中央4-9-1 労福協ライフサポートセンター2階	090-4161-0978	okemaaru@gmail.com	毎週水曜日15:00～ 20:30	0	0	○			○	○	○	映画上映会、 遊び	https://sites.google.com/view/okemaaru-egao/		
2	上田	上田市 (諏訪形)	こども食堂ばいす ばーさ	社会福祉法人原峠保養園こども福祉応援センター	上田市諏訪形888(旧 諏訪形クリニック)	0268-71-5080	umc@po3.ueda.ne.jp kodomo.ouen-888@outlook.com	毎週金曜日16:30～ 19:00	0	0	○	○	○	○				https://www.uedamc.com/home	令和7年3月までは英師館で実施し、令和7年4月からは「ばいす・ばーさ」へ会場を変更する。温かな居場所づくりを目指して活動を継続する。	
3	上田	上田市 (東部)	おけまる食堂	おけまる食堂実行委員会	上田市常田3-15-50ローレン栄 中高生児童スペースcocoon	090-4161-0978	okemarusyokudou@gmail.com	毎週木曜日16:30～ 21:00(食事)	お手伝い又は寄付	20歳以下 無料	○	○	○	○	○	○	食育、遊び	https://twitter.com/okemarusyokudou https://m.facebook.com/okemarusyokudou/		
4	上田	上田市 (西部)	こども食堂カエル カフェ	カエルカフェ	上田市中央西2-11-40	090-4230-0375	airu.y.m.a2018@gmail.com	毎月第1・第3水曜日 15:00～19:00	お手伝い又は寄付無料 500	小中高無料		○	○		○				令和7年8月にオープン。のんびり過ごせる居場所の提供を目指す。	
5	上田	上田市 (塩尻)	hyvä magic chamber魔法の森 カフェ	魔法の森カフェ	上田市秋和1110-8	080-4089-6749	miyaokinoko33@gmail.com	毎月4～5回、毎週木曜日は学習支援・長期休み開催	500	※0～(ガチャ代100)	○	○	○	○		○	長期休み期間 イベント			
6	上田	上田市 (神科)	神っ子食堂	神っ子食堂	上田市住吉住吉551-1 神科児童センター※郵送物送り先:上田市住吉364	090-5501-1072	feb68279@gmail.com	毎月第3日曜日10:00～ 14:00	300	0		○				○	8月12月はイベント			
7	上田	上田市 (豊殿)	ふれあいサロン「hinata bocco」こども食堂	豊殿ふれあいサロン運営委員会	上田市芳田 1192-1	0268-35-0066 090-4668-3745	higasi-soumu02@ueda-n-jp.or.jp	毎月第3土曜日10:00～ 13:00	300	0		○				○	月によってイベント併用			
8	上田	上田市 (塩田)	みんなのカフェ サディーゴ	就労支援センター サディーゴ	上田市中之条309 焼き芋販売センター サディーゴ	090-2648-1380	sdgs.757254@i3.gmob.jp	毎日(随時予約受付・開催)	0	0		○		○		○		https://sdgs757254.wixsite.com/sdgs		
9	上田	上田市 (塩田)	みんなのしおだ食堂	みんなのしおだ食堂運営委員会	上田市中野20 塩田公民館	0268-38-3208	ueharatoshiko75@gmail.com	毎月第3日曜日10:00～ 14:30	300 (寄付)	0	○	○	○	○		○				
10	上田	上田市 (丸子)	こどもレストラン きらっと	社会福祉法人まるこ福祉会	上田市長瀬2885-3 まるこ福祉会ぐらんまるしえ	0268-71-6263	kirari@maruko-f.or.jp	毎月第1土曜日10:00～ 13:00(時間変更有)	中高生・大人のスタッフ無料 500	0	○	○	○	○	○	○	食育、伝統食作りと芸術鑑賞	https://www.facebook.com/kirattoueda/		
11	上田	上田市 (真田)	さなこみこども食堂	さなこみこども食堂運営委員会	上田市真田町本原1488 真田の古民家～さなこみ～	090-4368-0773	cocoa2211@me.com	月1回・祝日・長期休み 9:00～15:30	500	100	○	○	○	○	○	○		https://instagram.com/uedacafeolachi.at.sanacomi		
12	上田	上田市 (真田)	にじいろCafé	グリュックの会(かりがね福祉会つつじ)	上田市真田町長7190 (真田総合福祉センター)	0268-75-5431 (かりがね福祉会つつじ)	tsutsuji@karigane.or.jp (かりがね福祉会つつじ)	毎月第3土曜日(変更がある時あり) 食料配布10:30～12:00 会場開催10:00～13:00	(食事提供時のみ) 200	0		○	○			○	月によって配布orイベント	https://www.facebook.com/NijiIro.Cafe.Gluck/		
13	上田	上田市 (武石)	武石えんカフェ	武石えん結びの会	上田市下武石742 武石公民館	090-5785-2564	yuimaaru815@gmail.com	毎月第3土曜日11:00～ 13:30	300	0		○	○			○				
14	上田	上田市 (武石)	こども食堂 すまいるきっちゃん	こども食堂 すまいるきっちゃん	上田市下武石1834-2 手打ちらーめんかじかや	080-6930-2058	uedanoatu@ezweb.ne.jp	毎月第2土曜日・イベント時 15:00～17:00	300	0		○	○			○			令和8年1月から月1回の活動を再開予定。	

15	上田	上田市	みんなのひろば そらっこ	みんなのひろば そらっこ	上田市上田原1133-11	090-4600-6924	uedasoracco@gmail.com	休止中(R7年秋～)	500	100	○	○		○		○			
16	上田	東御市	子どもだれでも居場所くるme(クルミー)	社会福祉法人東御市社会福祉協議会(まいさぼ東御)・社会福祉法人みまき福祉会・公益社団法人身体教育医学研究所など	東御市総合福祉センター(東御市鞍掛197)、芸術むら公園(東御市八重原1806-1)ほか	0268-62-4455	ik2@tomisyakyo.or.jp	原則、毎月第4土曜日9:30～13:00	活動及び食事の内容に応じた参加料(保険料)	※都度		○		○		○	屋外活動、ワークショップ	https://www.tomisyakyo.or.jp/	
17	上田	東御市	だれでも食堂	子育てボランティアグループとうみのだいどころ	東御市称津917-4 称津公民館	090-9978-9280	f266jyoushinin@outlook.jp	月1回平日夕方(ライン公式アカウントに友達登録していただと案内が届きます)	0	0		○	○	○	○	○	調理体験、遊び、射的		
18	上田	長和町	ながわまちこども食堂	ながわまちこども食堂	小県郡長和町古町4598-1	090-7196-8793	maruya.b.b.s@gmail.com	平日 月～金 (随時予約受付・開催) 放課後～18:00	500	0	○	○	○			○	-	https://www.instagram.com/saturday_lunch.nagawa/	
19	上田	長和町	こころも満ぱく食堂	こころも満ぱく食堂	小県郡長和町古町2803 (小県郡長和町古町コミュニティセンター)	080-8491-8685	outinomadoguti.ippo@gmail.com	毎月第2第4日曜日11:00～13:00	気持ちの金額	こども・高齢者無料	○	○	○			○			
1	諏訪	岡谷市	こども食堂えん	えん	あんとキッチン 岡谷市山下町1-1-22 「和が家日和内」	070-6975-9531	mattarizuku@gmail.com	毎月第3水曜日	300	ワンコイン		○	○	○		○	年数回マルチイベント開催	https://en22saitou.jimdosite.com/	
2	諏訪	岡谷市	ミニこどもぐらんまんま	(株)和が家	岡谷市湖畔4-1-27	0266-24-3708	andhouse2708@gmail.com	毎週水曜日15:00～17:00	300	ワンコイン	○	○				○		https://wagaya.co.jp/	
3	諏訪	岡谷市	子ども里山広場	「子ども里山広場」を開催する会	岡谷市長地梨久保2-11 常現寺沢公園	080-1266-1166	ksatoyamahiroba@gmail.com	毎月第4日曜日9:30～12:00	0	0	○			○		○	自然の中での遊び		
4	諏訪	岡谷市	こどもだるま食堂	岡谷で子ども食堂を真剣に考える会	岡谷市東銀座1-14-2	080-6938-8697	okaya.kodomo@gmail.com	毎月第3日曜日	300	ワンコイン	○	○		○		○	伝統文化体験	https://www.facebook.com/okaya.kodomo/	
5	諏訪	岡谷市	わくわくキッチン 楽人	一般社団法人 学び舎楽人	岡谷市長地小萩2-10-6	0266-78-1394	gakut3939@gmail.com	毎月第3土曜日	300	無料	○	○	○	○	○	○	生活応援物資配布、居場所	https://manabiyagakuto.studio.site/	要事前予約
6	諏訪	岡谷市	居場所そらめ	一般社団法人 共に咲く花の会	岡谷市山手町2-18-20	0266-55-4600	tomonisaku.hana@gmail.com	毎月一回 17:00～19:30	300	ワンコイン	○	○	○	○			衣類のリユース、ボードゲーム、読み聞かせ	https://tomonisakuhana.wixsite.com/home	
7	諏訪	諏訪市	信州子ども食堂inすわ「ちゃんちゃんこ」	主催:CAPSすわ 共催:NPO法人ホットライン信州	諏訪市岡村2-12-16 地藏寺	090-1739-3565		毎月第3土曜日10:30～13:30	300	0		○	○	○		○	ゲーム、折り紙、工作、読み聞かせ等	Facebook	
8	諏訪	諏訪市	信州こども食堂 with 温泉寺	主催:信州こども食堂 with 温泉寺 共催:NPO法人ホットライン信州	諏訪市湯の脇1-21-1	090-9955-6618	funkysyo@gmail.com	毎月第2日曜日	500	0		○	○			○	読み聞かせ、工作、季節イベント、ゲーム、屋台	https://www.facebook.com/p/%E4%B7%9E%E3%81%93%E3%81%A9%E3%82%82%E9%A3%9F%E5%A0%82with%E6%B8%A9%E6%B3%89%E5%AF%BA-100077070890335/?rdr	

[illegible]

22	諏訪	下諏訪町	わくわくキッチン 楽人(下諏訪)	一般社団法人 学び舎楽人	下諏訪町西鷹野町4611-40	0266-78-1394	gakut3939@gmail.com	月1回、11:30～12:00 夏休みなど長期休みは 平日開催あり	300	無料		○	○	○		○		https://manabiyagakuto.studio.site/	
23	諏訪	富士見町	カフェ&スペース ひこうせん	こどもの未来を考える 会	富士見町境7827 (信濃境駅前)	090-5496-0596	cafe.space.hikosen@gmail.com	こどもの居場所 ひこうせん 月、水 15:30～17:30 ひこうせん食堂 第2・第4水曜日 17:00～19:00	無料		○	○	○	○	○			https://hikosen.jp/	
24	諏訪	原村	ハラカツ！	ハラカツ！	原村12080番地 原村中央公民館	090-8044-4180		不定期月2回16:00～119:00	500	300		○	○				放課後の居場所、遊び場	https://sites.google.com/site/harakatsupon/home?authuser=	
25	諏訪	原村	原っ子の森冒険遊び場(あやめ園で遊ぼう)	原っ子の森冒険遊び場	原村図書館裏	090-8044-4180	purehara@gmail.com	不定期	0	0			○				親子の居場所、遊び場		
26	諏訪	原村	はらぺこさん	原村女性団体連絡協議会	パパゲーナ 原村弘沢12080	080-5144-1227	haramiya@po101.cv.ne.jp	第1・2・3金曜日17時～19時(子どもカフェ・学用品リユース・多世代交流・悩み相談) 第4土曜日9時～12時(学用品リユース・多世代交流)	200円程度の食材費(任意)	0		○	○	○	○	○	生活用品リユース及び環境負荷低減・意識啓発		
1	上伊那	伊那市	伊那カフェとつぜん子ども食堂	Caféめぐるん	伊那市山寺1515-7	080-3333-1862	one.one.doglove@gmail.com	月4回以上(不定期)	300-500円	無料	○	○		○	○		夜間預かり	kodomosho-kudo.ina	
2	上伊那	伊那市	さくら教室	伊那市ひとり親家庭福祉会	伊那公民館	0265-72-0999	inashihitorioya@gmail.com	毎週土曜日15:00～17:00(参加人数で時間の変更があります)	一世帯6,000円／年		○							https://naganohitorioya.jimdofree.com/	
3	上伊那	伊那市	菜の花食堂	伊那まちBASE	伊那市荒井3462-1	0265-78-7001	inamachibase.office@gmail.com	毎週金曜日11:30～14:00 居場所は平日(9:00～18:00)	0	500円	○	○				○		https://inamachibase.jp/	
4	上伊那	伊那市	フリーキッズ・ヴィレッジ(みんなの村プレーパーク)	NPO法人 フリーキッズ・ヴィレッジ	伊那市高遠町山室3999	0265-94-5028	office@freekids.jp	毎週水曜日 16:00～18:00	0	0		○		○		○	外遊び	https://www.freekids.jp/	
5	上伊那	伊那市	みんなのおうち	みんなのおうち	伊那市平沢8679	090-4567-8257	akicoco921981@gmail.com	毎週水曜日 15:30～19:00	0	0	○	○		○					
6	上伊那	伊那市	わいわいカフェ この指と～まれ♪in東春近	この指と～まれ♪in東春近	伊那市東春近960宅幼老所おらほ内	090-1867-4265	keiko-kemchan@gmail.com	毎月第2日曜日 11:30～12:30	300	4歳以上 高校生まで100円		○				○			
7	上伊那	駒ヶ根市	みんなの居場所・結の家	親と子学び育ちの会「まねきneko」	駒ヶ根市赤穂11434-5つどいの家		honobono.2525manekineko@gmail.com	土曜日13: 30～15:00	300	0	○		○	○	○	○	農園で野菜を作り 配布	https://neko-lab.info/	
8	上伊那	辰野町	あかりこどもカフェ	NPO法人 辰野自立生活支援の会あかり	辰野町赤羽100-2 共生館あさひヶ丘	0266-41-5256	npo-akari@ina.janis.or.jp	毎月第2・第4土曜日 10:00～12:30	300	0	○	○	○	○	○	○	遊び体験	https://www.npo-akari.com/	
9	上伊那	辰野町	子どもカフェ「カラニコエ」	子どもカフェ「カラニコエ」	辰野町伊那富2841	0266-78-8870	cp-karanchoe@sun.gmob.jp	平日毎週水曜日15:00～17:00、休日毎月1回(日程変動)12:30～16:30	300	0	○	○	○	○		○	遊び体験・各種イベント	https://twitter.com/freekaranchoe?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp	
10	上伊那	辰野町	里山スクール木の子	NPO法人木の子	辰野町横川993番地	090-2419-4180	kinokoclub.kawashima@gmail.com	毎週月水金9:30～15:00 金曜日 10:00～17:30		1000円	○	○		○		○		https://www.kinoko-kawashima.org/	

11	上伊那	辰野町	ひだまりのおうち	ひだまりのおうち	辰野町平出2166	090-5608-3742	chika1981816@yahoo.co.jp	食事提供:不定期 10:00~13:00	300	0	○	○		○			遊び体験		
12	上伊那	箕輪町	つみきのいえ	つみきのいえ	上伊那郡箕輪町中箕輪10737-4	080-6936-7929	ytytm822hp@icloud.com	月1回10:00~13:00	300	高校生以下無料	○	○				○			
13	上伊那	箕輪町	ふれあい食堂	労働者協働組合ワークスコープながの	箕輪町イオン内「みのわ〜れ」	0265-95-4465	minoware@inacatv.ne.jp	学習支援 毎週水曜日 17:45~19:00 食事提供 毎月第3日曜日 15:00~18:00	300	小学生以上300円	○	○				○		http://www.inacatv.ne.jp/minoware/index.html info@roukyo-u.nagano.jp	
14	上伊那	箕輪町	まちの駅 ふじや	木下に新しい居場所をつくろう実行委員会	箕輪町中箕輪12424-3	080-6932-0800	k.furuhata@kamiiina-ph.com	毎月第1土曜日	無料	無料	○	○	○	○	○	○	遊び体験	https://site.s.google.com/view/machinoekifui	
15	上伊那	飯島町	子ども食堂 アムール	子ども食堂 アムール	飯島町七久保770-1 七久保林業センター	080-2339-5151	u.s.k331n.87@gmail.com	月1 回	0	0		○				○		https://www.instagram.com/2021amuru/?hl=ja	
16	上伊那	南箕輪村	かま塾	かま塾	南箕輪村神子柴7288	090-2203-7930	zaruo@nifty.com	毎月2回程度不定期 土曜日9:00~12:00	0	0	○	○	○			○	遊び体験		
17	上伊那	南箕輪村	南箕輪村こども館	南箕輪村こども館	南箕輪村4817-1	0265-98-5110		平日,土曜日10:00~17:30(10月~3月16:30終了)	0	0	○			○			体験講座	https://www.vill.minamiminowa.lg.jp/	
18	上伊那	中川村	中川こども食堂 風の子	中川こども食堂 風の子	上伊那郡中川村3230-3	090-1869-3722	nakagawa.kazenoko@gamil.com	月4~5回 金曜夜と土曜昼 木曜昼	300	0	○	○	○	○		○	多様な学び、遊び、体験	https://www.instagram.com/nakagawa.kazenoko/	
19	上伊那	宮田村	井戸端食堂	井戸端会議実行委員会	上伊那郡宮田村3252-1	0265-98-7749	idobatamiyada@gmail.com	毎週 日曜日	500 300 (ハルプマーク割引)	300		○	○			○	文化芸術活動 趣味活動	https://umegasato.jimdo.free.com/	
20	上伊那	宮田村	信州こども食堂 inみやだ『sunny mood』	信州こども食堂inみやだ『sunny mood』	宮田村村民会館	090-5589-110	<dangan.doki-waku.ronpa.kisara@docomo.ne.jp	月1回開催(不定期)	大人300円	高校生以下無料		○					農業	https://www.instagram.com/chillout_sunny_moon/	
21	上伊那	宮田村	わが家のみんな食堂	有限会社 わが家	上伊那郡宮田村7504-4	0265-84-1075	info@wagaya-miyada.com	毎月第4金曜日 16:30~17:30	200	ワンコイン (おもちゃや紙でもOK)		○		○		○		http://www.wagayamiyada.com/	
1	南信州	飯田市	いいだ元気塾	いいだ元気塾 代表 久保田 秀彦	飯田市馬場町3-411 (旧飯田測候所)	090-1430-0876	Koujyo@ap.wakwak.com	毎月2~3回 (主に土曜日) 9:00~15:00		400/時	○			○					
2	南信州	飯田市	親子応援食堂 おあがりて	親子応援食堂 おあがりて 代表 池田章子	飯田市上郷飯沼3145-1 (上郷公民館)	080-1290-8967	oagarite.minamishinshu@gmail.com	月2回開催 15:00~19:00	300(高校生以上)	無料		○		○		○			
3	南信州	飯田市	感環自然村	感環自然村 代表理事 坂井公淳	飯田市伊豆木5444-1	0265-49-8132	kankankids@gmail.com	月曜日~金曜日 (未就園児の居場所) 10:00~15:00 月火水日学習支援 15:30~19:30 体験学習 月2回 (小学生~高校生)		0~ イベントにより実費	○		○	○		○	独自のイベント (月2回程度)	http://www.kankanshizenmura.com/ https://www.instagram.com/kankan_shizenmura/	
4	南信州	飯田市	さくら塾	飯田市ひとり親 家庭福祉会 会長 小池 とし子	飯田市松尾城4012-1 (松尾公民館 等)	090-1869-7761	iiida.sakurakai@gmail.com	全学年 毎月第2,4土曜日 18:00~19:30		登録料 500 年会費 500	○			○				https://www.facebook.com/iiida.sakurakai/	

5	南信州	飯田市	信州こども食堂IN 飯田 かなえ〜る	ワーカーズコープ ながの 飯田事業所	飯田市鼎西鼎581 2階	0265-48-5231	kanaeru@roukyo u-nagano.jp	毎月1回 土曜日 10:00〜14:00	300〜	100	○	○	○	○		○	R6.1月から再開		
6	南信州	飯田市	ハッピーハウス	ハッピーハウス 代表 勝又 真理	飯田市大瀬木570-1 (伊賀良自治振興センター)	090-8722- 1920	happyhouse.691 @yahoo.co.jp	毎月1回 土曜日 10:00〜12:00	300	0		○	○	○		○	食料は提供の あったときに 配布する	https://www.f acebook.com/ kidsrestauran te	
7	南信州	飯田市	ハッピーハウス ひとり親食堂	〃	飯田市大瀬木599-8 大瀬木教員住宅	090-8722- 1920	happyhouse.691 @yahoo.co.jp	毎月1回 金曜日 17:30〜18:30	300	0	○	○	○				食料は提供の あったときに 配布する		
8	南信州	飯田市	はらから・ぷち	こども美術工房 はらから・ぷち 代表 神藤 絢子	飯田市馬場町3-411 (旧飯田測候所)	090-9847- 9923	hara.kara.jun@gm ail.com	毎月2回 土曜日 13:30〜15:30	実費 初回の方 500円	実費 初回の方 500円	○	○					食料は提供の あったときに 配布する		
9	南信州	飯田市	夢かなえ食堂	夢かなえ食堂 代表 北村 裕美	飯田市鼎下山1071-7 お食事処・夢	090-7272- 3196	yume.mama2012 @gmail.com	お料理教室毎月1回 不定期14:00〜16:00 毎週金曜日 15:00〜18:00	500〜 無料	500円〜 無料		○	○			○	食料は提供の あったときに 配布する	https://www.f acebook.com/ yumekanaesh okudo	
10	南信州	飯田市	もぐもぐキッチン ララ・ランチ	もぐもぐキッチン ララ・ランチ 代表 林 静子	飯田市上郷飯沼3145-1 (上郷公民館)	090-4180- 4299(代表) 0265-27-3020 (FAX)	abuso@mis.janis. or.jp	毎月1回日曜日 8:30〜14:00	300	0	○	○	○	○			食料は提供の あったときに 配布する		
11	南信州	飯田市	コミュニティーカ フェ並木テラスin 丘のりんご	ソーシャルデザインプロ ジェクト 丘のりんご	飯田市松尾町2-28 並木テラス	0265-24-7665	okanoringo@mis.j anis.or.jp	月1回 11:00〜14:00	390	高校生以下 0		○							
12	南信州	飯田市	きっずカフェ きりいし	虹の会 会長 中村 京子	飯田市鼎切石4492 (切石会館)	090-7250- 8147	kyoko00330629 @gmail.com	月1・2回	300	0		○		○		○			
13	南信州	松川町	こどもカフェHug	Hug 代表 篠田 阿依	松川町上片桐2165	0265-48-0895	kodomocafehug@ gmail.com	食事提供(毎週水 曜)16:30〜18:00 学習支援・イベントは随 時	200(大学 生以上)	0	○	○	○	○		○			
14	南信州	松川町	ハナブサハウス松 川	はなぶさ学園 副代表 下澤 綾子	下伊那郡松川町元大島 3277-27 城北教員住宅 22号	080-3493- 7190	kodomo.mannaka. as@gmail.com	平日11:00〜14:00	0	0	○	○		○		○		https://www.i nstagram.com /hanabusa.ho use.m/?igsh= MWhhZWE1Z GsybjR1Mg% 3D%3D#	
15	南信州	高森町	高森こどもカフェ おひさま	高森こどもカフェ おひさま 代表 倉澤 千穂子	高森町下市田1092 (安養寺 松源寺 下市田ふれあい会館など)	090-4152- 9363	chihodolen.02@g mail.com	月2回程度	300	0		○		○		○		https://liff.lin e.me/164527 8921- kWRPP32q/? accountId=4 64vxozf	
16	南信州	阿智村	ねやねや亭	こども応援隊 代表 林 茂伸 担当 芹沢 恵美	阿智村駒場468-1 (阿智村中央公民館 1階ロビー)	090-1868- 5973	wx68sm@bma.big lobe.ne.jp	毎月最終水曜日 17:30〜18:30	1世帯300 円			○	○		○			https://www.f acebook.com/ achisapo/ https://lin.ee/ 13fRwXP	
18	南信州	下條村	まんま Baby&kids	まんまBaby&kids 代表 宮嶋 成子	下条村睦沢8413-1(下条 村コスモホール)	090-9665- 8633	seikomiyajima@g mail.com	月1回第3金曜日夜(こ ども食堂)居場所づくり (毎週 火〜木)	一家族 500円	0		○		○		○		https://www.i nstagram.com /manma.baby. and.kids/?hl= ja	
19	南信州	喬木村	たかぎふれあい食 堂	たかぎふれあい食堂 代表 砂場 綾乃	喬木村6677(喬木村福祉 センター 喬木村役場隣)	090-6334- 1902	rythytayn@icloud .com	月1回 17:00〜20:00	300(高校 生以上)	0		○		○		○		https://www.i nstagram.com /takagi.sunao. ay/	

20	南信州	松川町	ボランティアサークル ノンタンの会	ノンタンの会 代表 田中 ふじえ	松川町元大島3720番地 松川町中央公民館えみり あ交流室	090-1865-5684	fuji.remonpie.e.1027@icloud.com	月2回 10:30～12:00	0	0	○					○			
21	南信州	下條村	子ども第三の居場所 「しもじょっ子の家」	しもじょっ子の家 下條村教育委員会	しもじょっ子の家 下條村睦沢8580	0265-27-1050	cosumosu@bz01.plala.or.jp	小中学校登校日 8:00～15:00 平日(放課後) 15:00～19:00 土曜日(第1.3.5) 8:00～18:30 (第2.4) 8:00～13:30 振替休日・長期休暇中 8:00～19:00	0～300 1日500円	0～300 1日500円	○			○					
22	南信州	高森町	なのの木カフェ	なのの木カフェ 高森町ボランティアセンター	高森町吉田481-1 地域交流センター杉の木ホール	0265-34-3001	t-center@basil.ocn.ne.jp	毎月7日 10:00～14:00	300	0	○	○					○		
23	南信州	飯田市	わんぱくだん	わんぱくだん 代表 伊藤 あすみ	飯田市松尾城4012-1 (松尾公民館 等)	090-7421-6525	happy-shio-ni.in-5374-sa.as@docomo.ne.jp	月1～2回	0～300	0			○				○		
24	南信州	飯田市	café tera(カフェ テラ)	café tera 代表 清水 由枝	飯田市千代932-5 千代公民館	080-12089-6027	café.tera2025.yay@gmail.com	月1回程度	0	0			○				○		
26	南信州	売木村	クローバーの家	すまいるクローバーの会 会長 水谷 紘子	ト伊那郡売木村45-1579 クローバーの家(4月) 下伊那郡売木村223-5 みんなの家ボレボレ(その他の日)	090-2938-4471	clovernoie@gmail.com	月1～2回	実費	0			○		○			https://ameblo.jp/smilelover-2021	
27	南信州	阿智村	ひなたばた食堂	ひなたばた食堂 管理者 熊谷 歩	下伊那郡阿智村703-1	0265-43-5711	hinatabata@a-lifesupport.co.jp	毎月第3土曜日	高校生以上 500円	中学生以下 0			○				○		
1	木曽	上松町	学童保育おひさまクラブ 地域活動支援センター「ソーレ」	NPO法人上松町こども未来会議	上松町小川1814	0264-52-3395	ohisama@ipone.ne.jp	・平日(月～土曜日)14:00～18:30 ・長期休暇	備考欄に記載		○	○		○					
2	木曽	上松町	寺子屋食堂	上松町公民館	上松町小川1706 上松町公民館	0264-52-2111		毎月1回金曜日16:30～18:30	200	100			○				○		
3	木曽	木曽町	信州こどもカフェ inベチカんず木曽	(個人)池戸通徳	木曽町福島5072-4	090-4007-6076	zxe01572@nifty.ne.jp	毎週木曜日18:00～21:00	学生以外500円	学生・未就学児は無料	○	○	○	○		○			
4	木曽	木曽町	信州こども食堂 in木曽町	労協ながの風舎	木曽町福島5129 木曽町文化交流センター	0264-24-3087	fuusya@roukyou-nagano	毎月第3土曜日11:00～14:00	200	0			○				○	フードシェア同時開催	

5	木曽	南木曽町	なかやま食堂	はなもも会	南木曽町公民館 北部集会所（南木曽町 読書2487-2）	0264-57-3783(代表松原恭子さん宅)	tm262601@yahoo.co.jp	月1回(第4土曜日) 11:00~13:30	200	0		○					○			
6	木曽	木祖村	みんなのまめのわ食堂	みんなのまめのわ食堂	木祖村荻原1191-30 幸せテラスまめのわ	0264-36-3441(木祖村社会福祉協議会)		月1回(第2土曜日) 11:00~13:00	200	0		○					○			
7	木曽	王滝村	おうたき寺子屋	おうたき寺子屋	王滝村2727	0264-24-0522 090-7711-3233	ryuta.igawa@aport.co.jp	月に10~15日 程度(不定)	0	0	○				○					
8	木曽	王滝村	ゆる活食堂	子育てサークルわわわ	王滝村公民館	090-5846-1815	yurukatu.outaki@gmail.com	月一回不定期	100	0		○					○		https://www.instagram.com/yurukatu.outaki/	
9	木曽	大桑村	あがらんしょ 日曜ひろば	特定非営利活動法人あがらんしょ	大桑村野尻1326-3	0264-55-2197	agaransyo@ju.kiso.ne.jp	毎月1回日曜日 10:00~12:30	500	200	○	○					○	子供向ワークショップ		
10	木曽	大桑村	くわのみ食堂	くわのみ食堂なかまたち	大桑村 野尻地区館 〒399-5504 長野県木曽郡大桑村大字野尻1435-7	090-9386-0223(代表 鈴木明子)	mitakeya18@gmail.com	第1土曜日 11:00~13:30	200	0		○	○				○			
1	松本	松本市	おらんちdeランチ	愛ランド島内運営委員会	松本市島内4970-1 島内公民館	090-4463-8457		毎月第2土曜日,長期休暇 ※変更あり	0	0	○	○			○		○	生活体験		
2	松本	松本市	寿小池町会 子ども広場	寿小池町会 子ども広場 運営委員会	松本市寿南 1-39-5(寿小池公民館)	080-3475-6038	kusama637@yellow.plala.or.jp	毎月1回原則最終週の土曜日10:00~12:00	0	0	○	○					○	生活体験		
3	松本	松本市	寿台ハッピー食堂	寿台町会連合会	松本市寿台6-2-10 寿台エコプラザ	削除	miraizu0503@gmail.com	月1回土曜日11:00~13:00、長期休み	300	0	○	○	○	○	○	○	○	体験活動		
4	松本	松本市	こども食堂岡田	こども食堂岡田	松本市岡田下岡田1403 番地9 長岩方	090-4152-7687 (竹内)	take r@outlook.jp	毎月1回原則日曜日 10:00~13:30	300	0	○	○	○	○				遊び、イベント		規模は小さいながらも、学習支援をスタートしました
5	松本	松本市	子ども食堂 はらべこあおむし		・菜じゃ (松本市中央4-7-10) ・松本市第三地区公民館 (松本市中央4丁目7-28)	0263-34-4393	masuta@mama.co.jp	・毎月第3または第4土曜日(菜じゃ) ・毎月第3日曜日(松本市第三地区公民館) ※変更あり	カンパ 300円~		0	○	○	○	○		○	生活体験		
6	松本	松本市	こども未来デザインひろば	(一社)波田コミュニティデザインクラブ	松本市波田4417-1 波田公民館	090-4153-4950 (ナガツカ)	hatacode@gmail.com	月1回不定期	0	0	○	○			○		○	食事を一緒に作る	https://hatacode.jp/	

7	松本	松本市	笑和はうす	笑和はうす	新村公民館	0263-47-3886	syowahouse@gmail.com	毎月第2土曜日第4日曜日 9:30～12:00	0	0	○	○	○	○			季節に合わせた調理活動や制作活動、イベント	https://instagram.com/syowahouse	
8	松本	松本市	信州こども食堂inことぶき	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	松本市寿北5-4-28-1	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月1回以上不定期 11:30～20:30	カンパ300	0	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/	
9	松本	松本市	信州こども食堂in松本どん八	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	松本市深志2-3-25	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月第2土曜日 11:30～13:30	カンパ300	0	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/	
10	松本	松本市	信州こども食堂inまつもと学び塾	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	松本市本庄1-1-4	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月第3土曜日 11:30～13:30	カンパ300	0	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/	
11	松本	松本市	信州こども食堂inパロー南松本店	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	松本市村井町北2-14-57	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月第2日曜日 11:30～13:30	カンパ300	0	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/	
12	松本	松本市	信州こども食堂inパローあそびは	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	松本市村井町北2-14-57	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月第4日曜日 11:30～13:30	カンパ300	0	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/	
13	松本	松本市	信州みんなの食堂	信州みんなの食堂	松本市新村2218	090-7943-4452	yusoa175@gmail.com	毎週水曜日 15:00～19:00	500	0	○	○	○	○	○	○	料理やお菓子作りなど	https://www.facebook.com/shinsyuminanoshyoku	
14	松本	松本市	多世代寄り添いこども食堂	多世代寄り添いこども食堂	松本市里山辺3370-5		https://line.me/R/ti/p/@571xcafs?from=page&liff.referrer=https%3A%2F%2Fwww.pref.nagano.lg.jp%2F&accountId=571xcafs	原則第4月曜日 ※変更の場合あり、予約制	カンパ300	0	○	○		○		○			
15	松本	松本市	なみカフェ	集い場 ふらっと	松本市並柳4-5-1 集い場ふらっと	0263-75-3135	furatto@roukyou.gr.jp	水曜日 15:00～18:00 (不定期開催)	300	0	○	○		○		○			
16	松本	松本市	無料こどもじゅく松本	無料こどもじゅく松本	松本市中央1-18-1 松本市中央公民館(Mウイング)	090-7652-4441	toshi0808sasa@gmail.com	・毎週土曜日 13:30～15:00 ・第1,3,5水曜日, 第2,4木曜日 18:00～19:30	0	0	○		○	○					
17	松本	松本市	無料こどもじゅくこみや	反貧困セーフティーネット・アルプス	松本市島内898-88 ウッドタウン小宮公民館	090-4463-6182	1ne5rori0320@gmail.com	毎月第1,3,5日曜日 10:00～12:00	0	0	○		○	○		○			
18	松本	松本市	無料こどもじゅくHATA	反貧困セーフティーネット・アルプス	松本市波田4417-1波田公民館	090-4463-6182	1ne5rori0320@gmail.com	毎月第1,3土曜日 13:30～15:30 第2,4日曜日 10:00～12:00	0	0	○		○	○					

19	松本	松本市	ヒッポポ食堂神林	ヒッポポ食堂	松本市神林1557-1	080-1318-0903	gari19840916@icloud.com	毎月第3土曜日 10:00～13:00	300	0	○	○	○	○		○	イベント,遊び	https://sites.google.com/view/hippoposhokudou/%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%A0	
20	松本	松本市	ヒッポポ食堂in笹賀	ヒッポポ食堂	松本市笹賀3971-3 コミュニティカフェヒッポポ	080-1318-0903	gari19840916@icloud.com	毎月第2・第4金曜日 15:30～17:30	300	0	○	○		○		○	遊び	https://sites.google.com/view/hippoposhokudou/%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%A0	
21	松本	松本市	出居番丸西	出居番丸西	松本市城東1-6-19	090-7812-2159	deiban.marunishi@gmail.com	毎週水,木曜日 10:00～15:00	300	300	○			○		○	イベント,保護者支援	https://deiban-marunishi.com/	
22	松本	松本市	子ども食堂 そらのとり	そらのとり	松本市開智2-3-45	080-3678-7303	sophia935@yahoo.ne.jp	毎月第4金曜日 16:00～19:00	300	0	○	○	○	○		○	生活体験	https://www.facebook.com/profile.php?id=61555440189335&locale=ja_JP	
23	松本	松本市	こども食堂おぼっこ	こども食堂おぼっこ	松本市庄内地区公民館	090-2463-8655	pooh.1234@icloud.com	不定期開催 (月1回、週末か祝日に開催)	300 (カンパとして)	0	○	○	○	○	○		工作、体験、調理実習	https://www.obokko.kodomo もしくは公式LINE(QRコード)	
24	松本	松本市	TAMARIBA MOTOJI	元町児童館	松本市元町2-6-5	0263-34-1753	workers-motomachi@go.tv.m.ne.jp	毎月第2、第4水曜日 18:30～20:30	0	0	○	○		○					
25	松本	塩尻市	紙芝居劇団実帰舎 および本の森フリースクール	学習支援センター 実帰舎	松本駅前公園および松本市本庄1丁目915峯村ビル2階 塩尻市市民交流センター(通称:塩尻えんぱーく)2階実帰舎オフィス	塩尻市大門1-12-2 塩尻市市民交流センター(えんぱーく)協働オフィス0263-57-6203	iedanorikazu@gmail.com	子ども食堂紙芝居上演 第2、第4土曜日(松本駅前公園にて)勉強会 フリースクール毎週月曜日と金曜日10:20～16:20	0	0	○			○	○		子ども食堂でのお楽しみ(エンターテインメント)提供、紙芝居と絵本の読み聞かせ 電子辞書による漢字と英語の勉強	https://www.facebook.com/norikazu.ieda	
26	松本	塩尻市	塩尻学びサポート	反貧困セーフティーネット・アルプス	塩尻市大門1-12-2 塩尻市市民交流センター(えんぱーく)	090-9667-1641	agatanmiura3@yahoo.co.jp	毎週火曜日 17:00～19:00 (お茶タイム 18:00～18:15)	0	0	○	○		○			手芸や工作、お楽しみクッキング		
27	松本	塩尻市	お気楽カフェ	お気楽カフェ	吉田公民館(吉田地区センター)、吉田西防災センター	080-1172-4616	itumohaturatu@gmail.com	原則毎月第3土曜日 ※変更あり	200	0		○	○			○			

28	松本	塩尻市	はらしんでん月よう学習室	原新田公民館	塩尻市広丘原新田242-1 原新田公民館内	090-9666-0801	harashinden0706@gmail.com	祝日をのぞく毎週月曜日15:00～19:00		0	○	○	○	○		○	お泊まり学習	https://www.facebook.com/harashindenkataishi/		
29	松本	塩尻市	信州こども食堂inしおじり	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	塩尻市片丘7900	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月1回以上不定期11:00～20:00	カンパ300	0	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/		
30	松本	安曇野市	ディルセ(明科)	特定非営利活動法人GlandRiche	安曇野市明科中川手3839-2 龍門淵テラス3F	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com	毎週金曜日10:00～16:00	0	0	○			○		○	イベント,保護者支援 訪問支援	https://gland-riche.com/	(安曇野市外の方は300円)	
31	松本	安曇野市	ディルセ(穂高)	特定非営利活動法人GlandRiche	安曇野市穂高8158-16	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com	毎週水曜日10:00～16:00	0	0	○			○		○	イベント,保護者支援	https://gland-riche.com/	(安曇野市外の方は300円)	
32	松本	安曇野市	ディルセ(三郷)	特定非営利活動法人GlandRiche	安曇野市三郷明盛2198-1 安曇野市社会福祉協議会三郷支所	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com	毎週木曜日10:00～16:00	0	0	○			○		○	イベント,保護者支援	https://gland-riche.com/	(安曇野市外の方は300円)	
33	松本	松本市	ディルセ(松本)	特定非営利活動法人GlandRiche	松本市中央1-18-1 松本市中央公民館(Mウイング)	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com	毎週火曜日10:00～16:00	0	0	○						イベント,保護者支援	https://gland-riche.com/	(安曇野市外の方は300円)	
34	松本	安曇野市	みんなのごはん会	一般社団法人笑顔の花	長野県安曇野市豊科5942-8 新田公民館	080-7492-0817	richess088@gmail.com	月1～2回	500	・小学生以上300円 ・園児100円 ・ひとり親の子 障が	○	○	○	○		○	あそび場 絵本・紙芝居 子ども生花	https://egao-nohana.org/		
35	松本	安曇野市	信州こども食堂in安曇野	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	安曇野市三郷公民館・ほりでーゆ四季の郷・堀金公民館	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月1回以上不定期11:30～13:30	カンパ300	0	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/		
36	松本	朝日村	あさひ学習ひろば	あさひ学習ひろば	朝日村小野沢162	0263-99-2640	asahigakusyuhiroba@gmail.com	毎週月,木曜日17:00～19:00	0	0	○	○						https://www.facebook.com/gakusyuhiroba/		
1	北アルプス	大町市	アルピオン こどもの家	アルピオン こどもの家	大町市大町2063-4 (保育室マリア内)	080-3907-4005	gute.reise405@gmail.com	毎週火曜日(要問合せ)9:00～15:00 不定期イベント10:00～14:00	—	1,000	○	○		○			イベント	https://www.instagram.com/alp.yon/profilecard/?igsh=bzBk	参加費は教材費込み イベント時は無料	
2	北アルプス	大町市	このみ子ども食堂	このみ	大町市大町南原町4014	0261-85-4468		毎月1回(不定期)12:00～13:00	備考欄に記載	0	○	○		○		○				小学生以下・高齢者は無料 おとな200円(カレーライスの場合) 屋外のため冬期は休止となった
3	北アルプス	大町市	さくらさくらカフェ	きりんの会	大町市八坂1625	080-4190-8638		毎月1回(平日)夕方から	0	0	○	○		○		○				
4	北アルプス	大町市	ほっとスペース	つくしの会	大町市大町1129 大町市総合福祉センター1F	090-4154-2443	yuko.omachikomachi@gmail.com	第2土曜日13:00～15:00 第4土曜日12:00～15:00	第4土曜日ランチ300円	0	○	○		○	○	○				
5	北アルプス	大町市	みあさの森	みあさの森	大町市美麻大塩	090-4371-9571	massule-k@i.softbank.jp	月2回程度の不定期	500～	300	○	○		○		○	イベント	https://www.facebook.com/miasanomori/		
6	北アルプス	池田町	こどもカフェラパス	REFUGIO LAPAZ (レフヒオ・ラパス)	池田町会染433			毎月1回不定期(要問合せ)	300～	0	○	○		○		○	農業体験 登山など			

7	北アル プス	池田町	実家の茶の間	実家の茶の間	池田町池田4371-1	080-4687-4002	tva.jikka@gmail.com	毎週土曜日食事提供 11:00～13:30(長期 休み対応) 学習支援9:30～ 16:00 遊びなどは自由に利用 可	350	200	○	○	○	○		○	幼児一時預かり 季節ごとのイ ベント	https://www.facebook.com/iikkanochanoma/?locale=ja-JP	
8	北アル プス	松川村	松川こどもカフェ 『リズム♪』	ボランティアグループ 松川こどもカフェ	松川村84-1 多目的交流センター「すず の音ホール」	0261-62-9000 (松川村社会福祉協 議会)	mshakyo@coral.ocn.ne.jp	毎月第1・第3土曜日 10:00～13:00 年4回こどもカフェ朝 ごはんを食育の日に実施	・500 ・事前申込 は450円	0	○	○	○	○	○	○		https://www.instagram.com/matsukawa.kodomo.cafe/	
9	北アル プス	白馬村	こどもカフェ 3	こどもカフェ 3	白馬村北城1271	090-1884-5030 080-1024-6321	chi12@titan.ocn.ne.jp	毎月第3土曜日11:30 ～14:00	200～	0		○		○		○			
10	北アル プス	白馬村	多世代交流拠点 MAHANA	一般社団法人 HOLUHOLU	白馬村神城飯田22941-6	0261-85-0391	holuholu0804pono@gmail.com	月1回不定期	200	0		○	○	○		○		https://www.holuholu.net/	・R8年度～大人200円、こ ども100円に料金変更
11	北アル プス	小谷村	いいどこ	わくわくおたり	小谷村(要問合せ)	0261-82-2430		月1回水曜日9:00～ 15:00	—	500～	○	○		○				https://www.facebook.com/people/おしゃべり食堂-いいどこ/100080010556882/?refid=52	
12	北アル プス	小谷村	おたりつぐら 誰 でも食堂	小谷村複合拠点施設お たりつぐら	小谷村小谷丙2958 小 谷村複合拠点施設おたり つぐら	0261-82-3071		月1回日曜日(要問合せ)	100	0	⊖	○	○			○		http://www.otari-kyoten.jp	
1	長野	長野市	SDG's 腹いっぱい 学生サロン	NPO法人ホットライン ながの	長野市西三才2184-1 JR三才駅前会館	026-251-3111	hot- ide@wine.plala.or.jp	毎週水曜日 16:30～18:00		0(寄付 100～ 200円)		○					健康づくり 元気づくり	http://hotline-nagano.org	
2	長野	長野市	アイウィル学習室	特定非営利活動法人 プロ家庭教師のネット ワーク I WILL	長野市鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉セン ター	026-264-2070 (留守電)	iwill.info@yahoo.co.jp	毎月第2,4土曜日 13:00～18:00		500	○			○	○			https://iwill.naganoblog.jp	
3	長野	長野市	あさかわ子ども食 堂	あさかわ子ども食堂実 行委員会	長野福音教会	070-5630-1027	mituokoko@yahoo.co.jp	毎月第三週土曜日 11: 30～14:00 (使わせていただいで いる会場の都合で急な休 みになる場合があります。 Lineに入っていた だくか、FaceBookな どで開催のご確認をお 願います。)	300	0	○	○					遊び支援	https://www.facebook.com/profile.php?id=61561794969871&mibextid=LQQJ4d	
4	長野	長野市	あそびずくし プレーパーク	特定非営利活動法人 ちやいるどふっと	長野市若里一丁目1-37 7-1 若里公園	080-9570-2176	asobiya.childhood@gmail.com	第3日曜日 10:00～15:00	0	0						○	あそび場づく り	https://x.gd/qA7bz	
5	長野	長野市	駅前カフェ和(な ごみ)	駅前カフェ和(なごみ)	駅前カフェ和(なごみ)	090-7902-9541	cafe.nagomi.0416@gmail.com	毎週木曜日15時～18 時 第2土曜日11時30分～ 15時	300円	100円 (店内のチ ケット併用 で)		○					居場所づくり	https://nagomi.kawaeki.com	
6	長野	長野市	お日さま	お日さま	長野市新諏訪1-25-43 救護施設 旭寮	080-4678-4551	ohisama.kodomocafe@gmail.com		1人100～ の協力金	0	○	○				○	洋服リユース	http://x.gd/YoRNL	

7	長野	長野市	おむすびCAFE	おむすびCAFE	長野市松代町松代153-14	026-400-8374		月に1回程度 17時～19時	700円	幼児以下300円 学生500円		○				○	居場所づくり			
8	長野	長野市	親子で息抜きイタリアン	親子で息抜きイタリアン	長野市大字南長野南石堂町1259-2 コーポ石堂1F uanchiecheer店舗など	026-262-1762	marumatu1031@yahoo.co.jp	不定期開催	0(場合により実費程度負担)	0(場合により実費程度負担)	○	○		○			託児	https://x.gd/KxFdl		
9	長野	長野市	オレンぢこども食堂	オレンぢ	長野市鶴賀七瀬458 オレンぢ	026-219-3353	orange.mitsui@gmail.com	毎月第1・3土曜日 11:30～13:30 ※ 長期休業中は開催日を増やす	300	こども・お年寄り0		○	○				居場所づくり	https://x.gd/iNa0e		
10	長野	長野市	こいっち子ども食堂	ひなたぼっこグループ	長野市安茂里小市3丁目17-20 安茂里小市公民館	090-5537-3827	shouichioota7@gmail.com	第4週土曜日 8月～3月まで	100(高校生以上)	0		○				○	居場所づくり			
11	長野	長野市	子ども、大人食堂 みんなみ	みんなみ	長野市南堀273 まちの縁側金丸邸 または長野市南堀138-1 ホクト(株)調理室	090-7185-1639	yukiyukie1014@gmail.jp	毎月第1金曜日(不定期) 10:00から14:00	500	中学生以上500、小学4年生以上300		○	○			○	子育て支援			
12	長野	長野市	こども宅配えんまる便	特定非営利活動法人えんまる	各支援者自宅にお届け (梱包は長野県立大学構内)	070-4353-8848	npo@enmaru.jp	毎月第3水曜日 13:00～梱包(16:00～支援者宅へお届け)	0	0			○	○			相談対応	https://enmaru.net/		
13	長野	長野市	こどもと誰でも食堂	宅老所おいでなして	長野市高田1428-3 宅老所おいでなして	090-5426-3764	hello.yoshida@outlook.jp	毎月3回程度不定期 16:00～19:00	300	300		○				○	遊び支援			
14	長野	長野市	こどもとみんなのつるが食堂	長野医療生活協同組合 介護ウエーブ推進委員会	長野市東鶴賀町1906-47 長野中央介護センターつるが1F陽だまり	026-217-8228	m.rengeso@healthcoop-nagano.or.jp	毎月第三金曜 17:00～18:30	300	0	○	○	○				居場所づくり			
15	長野	長野市	こども大人食堂 HEARTY DECO	HEARTY DECO	長野中央介護センターつるが	070-2792-6072	heartydeco.info@gmail.com	火・水・金・土・日曜日10時00分～17時00分	300	0	○	○	○	○		○	居場所づくり、 物資の支援、 女性相談、ひとり親家庭の支援、災害支援	https://x.gd/bVleo		
16	長野	長野市	自習室きたほり	自習室きたほり	長野市大字北堀638-5 北堀公民館	090-6649-5773	iisyyuushitu.kitahori@gmail.com	毎月第3日曜日14:00～18:00		0	○			○		○	居場所づくり 遊び支援	https://x.gd/wIZPi https://www.instagram.com/iisvyuushi		
17	長野	長野市	信州こども食堂	特定非営利活動法人 NPOホットライン信州	長野市鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター	090-4460-3428	takekiku0526@yahoo.co.jp	毎月第3土曜日11:00～14:00	協力金	0		○	○	○	○		支援物資の提供	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/		
18	長野	長野市	らそごはん	らその会	長野市松代町松代590 だがし家らそ	090-7280-0131	binimegumu@yahoo.co.jp	木・金・土…11時～18時 (10月～3月は17時閉店)	15歳以上300円	100	○	○		○		○	居場所づくり	https://x.gd/7AG3N		
19	長野	長野市	だれでもカフェ やまや	だれでもカフェ やまや	長野市安茂里小市3丁目49-51	026-228-7994	tukada.reiko@ivory.plala.or.jp	水…13時～18時(10月～	100	100	○	○		○		○	居場所づくり			
20	長野	長野市	中高生・若者ほっとキッチン・無料学習塾	中高生・若者ほっとキッチン・無料学習塾	長野市南長野北石堂町1180 中部公民館第5地区分館	090-8024-6954	michan@rondo.ocn.ne.jp	毎月第1・3土曜日10時～12時、第2・4土曜日 10時～14時	保護者200	0	○	○	○	○			居場所づくり	https://x.gd/Mn4LP		
21	長野	長野市	ちよこども食堂	おやきや千代子	長野市三輪1丁目25-11 おやきや千代子三輪店	050-8885-4095		月曜日から土曜日まで(日曜祝日以外)9時半から16時		0		○	○			○		なし		
22	長野	長野市	天空の里いもい農場	非営利ボランティア団体「天空の里 いもい農場」	長野市大字広瀬2261 芋井社会会館	090-9358-3286	imoi.hirose@gmail.com	月1回程度土曜日9:00～14:30	年会費3,000	年会費2,000		○				○	食農体験	https://blog.canpan.info/imoi/		

23	長野	長野市	ながのこどもわくわくカフェ	特定非営利活動法人 ながのこどもの城いきいきプロジェクト	長野市大字南長野新田町1485-1 もんぜんぶら座1階 子ども第三の居場所ながのこどもわくわくカフェ	026-225-9354	na-kodomo@na-kodomo.com	平日15:00～20:00 (第1・3水曜日除く) 第1・3日曜日10:00～15:00	0	0	○	○		○				https://www.na-kodomo.com/wakuwaku	
24	長野	長野市	西の門こどもレストラン	西之門青年部	長野市西之門町930-1 ナノグラフィカ	026-232-1532		第4日曜日 10:00～14:00	300(協力金)	0	○						お弁当販売 遊び場づくり こども店長の 駄菓子屋	https://x.gd/eG8zE	
25	長野	長野市	にっこりひろば	特定非営利活動法人にっこりひろば	長野市三本柳西2-74 にっこりひろば	080-3418-0088	sanbonproject@gmail.com	毎週水 10:00/15:00～17:00 毎週木 15:00～17:00 毎週金 15:00～	金曜日17時以降 小学生以上300	金曜日17時以降 小学生以上300	○	○		○	○	○	子育て支援	https://nikkorihiroba.jimdofree.com	
26	長野	長野市	東和田寺子屋カフェ	東和田寺子屋カフェ推進委員会	長野市東和田525-1 長野市東和田公会堂	0080-1208-8564 / 080-6936-5258	teracafe.higashiwada@gmail.com	毎月1回不定期、長期休みの平日年3回ほど	300	0	○	○	○			○		http://teracafehigashiwada.webnode.jp/	
27	長野	長野市	古里こどもカフェ	信州こども食堂 古里こどもカフェ	長野市上駒沢361-1 上駒沢集会所、アグリながぬま第2駐車場、他	090-6473-9455	furucafemama@in	毎週土 14:00～16:00 (月1回10:00～12:30)	300	0	○	○	○	○				https://x.gd/UEDBJ	
28	長野	長野市	松代児童相談センター「ふらっと」	社会福祉法人 湖会	必要に応じて個別訪問等 で対応	026-214-5955	matsujise@diagnosis.or.jp	必要に応じて個別訪問 等で対応	0	0		○	○	○			ショートステイあり	準備中	
29	長野	長野市	学び舎めぶき	一般社団法人 世界マザーサロン	長野市川中島町原1300-1 長野市篠ノ井ニツ柳2036-10	080-6553-0318	info@wm-salon.com	月～金曜日9:00～17:00	0	0		○		○			若者の居場所 兼就労支援の場、自立支援 (技術習得)	https://x.gd/rq5S5	
30	長野	長野市	まんぷく食堂	まんぷく食堂	長野市北長池350 朝陽団地C棟集会所	080-4057-5589		不定期土曜日15:00～20:00	100	100 未就学児無料	○	○	○		○	○			
31	長野	長野市	みちくさ	長命寺居場所づくりプロジェクト その他有志	長野市南堀346 長命寺	026-243-3024		毎月第3土曜日10時～14時(5月～2月)	0	0		○				○			
32	長野	長野市	みつ・かふえ	一般社団法人信州親子塾	長野市東和田714-8光ビル2F 信州親子塾	026-405-2095	oyakojuku@dream.jp	月～金曜:12:00～14:00 第1土曜日:13:00～16:00	平日150、 (土)1家庭500	0	○	○	○	○		○	平日:昼食・おやつ の提供 (土):おやつ作りと食品配布 を中心とした 遊びの企画	https://www.oyakojuku.net	
33	長野	長野市	無料学習支援きずな塾	反貧困ネット長野	長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター	070-6988-2771	hanhinkon@healthcoop-nagano.or.jp	第2・3・4月曜日 17:00～18:30	0	0	○								
34	長野	長野市	もんも食堂	炊き出し救援チーム Hundred Hands	長野市穂保679-3 炭火焼肉ジンギスカンもんも	026-217-5176 (炭火焼肉ジンギスカンもんも 内)	hundredhands100@gmail.com	毎月第2日曜日 15:00～17:00	300	100		○				○	災害支援	https://x.gd/hGdtZ	
35	長野	長野市	ヤギキッズカフェ @オトナリ高原	特定非営利活動法人 飯綱高原よっころしよ	長野市上ヶ屋2471-241 よっころしよヤギ農場	090-1469-0292	info@iizuna.org	毎週土・水 10:00～15:00(他、開催希望曜日があれば要相談)	500	500		○					ヤギのお世話、ピザ作り、農作業など	http://iizuna.org/	開催日の3日前に電話、メールで事前にお申し込みください。また開催希望曜日がございましたら、早めにご連絡をお願い致します。
36	長野	長野市	柳町カフェ	長野市社会福祉協議会 柳町介護サービスセンター通所介護事業所	長野市三輪5-3-10 柳町介護サービスセンター通所介護事業所	026-235-4001	yanagi-dayservice@csw-naganocity.or.jp	第3日 10:00～13:00	200	0		○	○			○			
37	長野	長野市	リサイクル交流広場「回る回るハウス」	回る回るハウス実行委員会	長野市西後町625-6 ヤマニビル2階	090-3806-9332	keikoba1@beige.ocn.ne.jp	毎週日曜日(年末年始1日だけ休業) 10:00～13:00	0	0	○		○	○	○				

38	長野	千曲市	遊び場わかば	遊び場わかば	千曲市屋代2091 日本キリスト合同教会 屋代教会	026-272-0620	takayouji@hotmail.com	毎週土曜日13:30～17:30	0	0							遊び場づくり 居場所づくり	http://cf892798.cloudfree.jp/	
39	長野	千曲市	オリーブ居場所カフェ	オリーブ居場所カフェ	千曲市戸倉2305-1 戸倉創造館	090-6489-0793	robbinsin japan@mac.com	第2、第4水15:30～18:00	0	0		○				○	居場所づくり		
40	長野	千曲市	かみとくま食堂	かみとくま食堂	千曲市上徳間1854	090-4756-4274	t.sezai1224@gmail.com	毎月第2,4水曜日 15:00～17:00	0	0	○	○		○		○	調理、生活支援	https://x.gd/9OJqS	
41	長野	千曲市	こどもと誰でもゆいっこ食堂	こどもと誰でもゆいっこ食堂プロジェクト	千曲市戸倉2060-1戸倉 デイサービスゆいっこ	026-261-5226	yuikko@healthcoop-nagano.or.jp	毎月第2土曜日 9時～12時頃※イベントなどに合わせて希望の有る場合臨時開催	0	0		○	○			○	居場所づくり		テイクアウトのお弁当は300円
42	長野	千曲市	信州こども食堂in千曲市	労働者協同組合 ワーカーズコープながの	千曲市大字倉科1412 倉科公民館	026-219-1190		毎月第2土曜日(月1回)予定 10:00～13:00	0	0	○	○				○		https://roukyou-nagano.org	
43	長野	千曲市	ちくま未来教室	特定非営利活動法人ITサポート銀のかささぎ	長野県千曲市桜堂521ちくま未来ステーション	090-3558-6053	info@i-kasasagi.org	第3土10:00～12:00	0	500	○						プログラミング学習・居場所づくり	https://www.i-kasasagi.com/	準備がありますので、必ず事前にご連絡ください。
44	長野	千曲市	ふれあいあんずっ子食堂	バーチャランチの会	千曲市大字屋代2184-3 屋代公民館	026-272-1292	yukiko02xx@gmail.com	5月～翌年3月の毎月第3土曜日	200	0	○	○	○			○			5/18・6/15・7/20・8/17・9/21・10/19・11/16・12/21・R71/18・2/15・3/15 午前10時から13時
45	長野	千曲市	まちのがっこう	まちの学校	千曲市稲荷山2131-2稲荷山公民館	080-1310-4396	info@machi-no-gakkou.com	毎月第1,3土曜日 10:00～14:00	0	0	○	○					レクリエーション	http://machi-no-gakkou.com/	
46	長野	須坂市	須坂こども食堂	須坂こども食堂実行委員会	須坂市内の公民館	090-4460-2919	saito.minoru@opaplala.or.jp	こどもの長期休暇(春・夏・冬)に開催、毎月開催を検討中	200	高校生以下0		○	○		○				
47	長野	須坂市	須坂みんなの食堂	須坂みんなの食堂／一般社団法人ドリームサポート	須坂市日滝899-3 あつぱさいくる蔵部		minnanoshokudo.suzaka@gmail.com	毎月第4金曜日(1月と2月は第3金曜日) 17時～20時	協力金300	0	○	○	○	○		○		https://x.gd/wyb97	
48	長野	須坂市	プラザ食堂	旭ヶ丘地域づくり推進プロジェクト	須坂市旭ヶ丘7-55 旭ヶ丘ふれあいプラザ	026-246-3783	t.kuri1415@zpost.plala.or.jp	毎週水18時30分～19時30分 毎月第1土11時15分～12時	0	0	○	○	○				子育て支援・居場所づくり		
49	長野	飯綱町	こども食堂てんぐカフェ	てんぐカフェ	飯綱町普光寺920 多世代交流施設 メーラプラザ内	026-253-1001	tiiki@ii-shakyo.or.jp	メーラプラザ 基本毎月第2土曜日 11:00～13:00ごろ ※その他町内3カ所にて「歩いて行こうてんぐカフェ」不定期開催	300	0		○	○			○	食事づくり体験 食育	https://www.ii-shakyo.or.jp/	
50	長野	小布施町	おぶせっこ食堂	おぶせっこ応援隊	小布施町小布施1004 オープンシェアスペーストポス内	090-7213-8006	gon00639@gmail.com	毎月第4水曜日15:00～18:00	200	200	○	○	○						登録児童のみ参加可能(保険登録の関係)
51	長野	坂城町	こどものひろまin夢の湯	社会福祉法人 坂城町社会福祉協議会	埴科郡坂城町大字中之条2225番地 坂城町老人福祉センター夢の湯	0268-82-2551	ssakaki@janis.or.jp	奇数月第3金17:00～19:00	300	100	○	○					遊び支援	https://ssakaki.com	
1	北信	中野市	岩船こども食堂	NPO法人ライジングネット舎	ディサービス暖暖(中野市岩船438-13)	0269-38-0725	dandan@xpost.plala.or.jp	毎月第4金曜日 17:00～20:00 祭日等により第3金曜日の場合あり	300	0		○	○	○		○	遊び		開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
2	北信	中野市	キラキラカフェ高丘	キラキラカフェ高丘	中野市西部公民館(中野市安源寺666-1)	0269-26-5583	なし(郵送orTEL)	毎月第2土曜日 10:00～14:00	300	0	○	○		○		○	遊び		開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会

3	北信	中野市	なかの子ども食堂	なかの子ども食堂実行委員会	中野市東吉田区民会館 (中野市吉田1258)	090-7244-5209	kimidorisonoopy@gmail.com	毎月第4土曜日 10:00～14:00	300	0	○	○	○	○		○	遊び		開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
4	北信	中野市	にじいろ子どもカフェ	まるごとケアの家やわらぎ	まるごとケアの家やわらぎ (中野市岩船19-17)	0269-23-3081	npokoujukai@outlook.jp	毎週金曜日 17:30～19:30	100 (イベント時:300)	0	○	○		○		○			開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
5	北信	中野市	ハッピーカムカムこども食堂	ハッピーカムカムこども食堂	中央公民館 (中野市三好町1丁目4-27)	090-1869-5439	8n7r5b@bma.biglobe.ne.jp	毎月第2日曜日 10:00～14:00	300	0		○		○		○	遊び	https://www.instagram.com/hapikamukodomo/	開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
6	北信	中野市	ビストロ東山	「ビストロ東山」運営委員会	東山区東山集会所 (中野市大字小田中1014-1)	090-5409-8089	shimoda.masato@cocoa.plala.or.jp	毎月第2土曜日 11:00～14:00	300	0		○		○		○	遊び		開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
7	北信	中野市	ララカフェ豊田	ララカフェ豊田	中野市豊田人権センター (中野市豊津2555-1)	0269-38-2209	なし(郵送orTEL)	毎月第3土曜日 10:00～14:00	300	0	○	○		○		○	遊び		開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
8	北信	中野市	おかってカフェ	～おせっかいや～genteN	北部公民館 (中野市赤岩1447)	090-7705-4677	sorasuzu.10300228@gmail.com	毎月第4土曜日 11:00～14:00	300	0	○	○		○		○	遊び	https://www.instagram.com/genten7231/	開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
9	北信	中野市	ながおかカフェ	ながおかカフェ	ながおか整骨院(中野市壁田868-1)	050-5235-3443	nagaokanoyome@gmail.com	毎月第4木曜日 16:30～19:00	300	0		○				○	遊び	https://www.instagram.com/nagaokawife/	開催日時問合せ先: 中野市社会福祉協議会
10	北信	飯山市	いいやまこども食堂	いいやまこども食堂実行委員会	飯山市公民館 (飯山市飯山1436-1)	090-1730-7954	mrhiro114406iiyama@softbank.ne.jp	食糧支援 毎週土曜日16:00～ 食事提供 毎月第2・4土曜日 16:00～	300	0		○	○	○		○	遊び		
11	北信	山ノ内町	北信みんなのプレーパークあそびば	あそびば運営事務局	北信濃の森ふるさと文化公園(中野市片塩1221) ケヤキの森公園(木島平村往郷3630-10) みろく公園(山ノ内町平穏2763)	090-5581-0420	asobiba.hokushin.playpark@gmail.com	第1土曜日(中野市) 第2土曜日(木島平村) 第3土曜日(山ノ内町) いずれも9:00～15:00	0	0		○		○		○	遊び	https://asobiba-hokushin-playpark.jimdefree.com/	
12	北信	野沢温泉村	なかよし食堂	なかよし食堂野沢温泉実行委員会	野沢温泉村公民館 (野沢温泉村豊郷9167)	090-5790-4202	なし(郵送orTEL)	毎月第4日曜日11:00～14:00(冬季12～3月はお休み)	500	0		○		○		○	遊び		
13	北信	中野市	信州こどもの居場所	信州なかのママ	ふりースクールぼれぼれ(中野市小田中)、 北信BASE (中野市大字中野1643-2)	070-8946-3434	nakanomama1222@gmail.com	開催日要確認			○	○		○		○	遊び	https://www.instagram.com/polepole_nakano/	
14	北信	中野市	だがしやG	信州Gプロジェクト	だがしやG (中野市西条1089)	080-3541-7377	gagner.81@yahoo.co.jp	13:00～17:30(平日/ 水曜定休) 11:00～17:30(休日)				○		○		○	遊び		
15	北信	山ノ内町	山ノ内みんなの食堂	やまのうちみんなの食堂	山ノ内町文化センター (山ノ内町平穏4015-1)	0269-33-2810 (山ノ内町社会福祉協議会)	tiiki@honobono-shakyo.or.jp	開催日要確認	300			○	○			○			
16	北信	木島平村	木島平村 こどもカフェ	こどもカフェ ギフト	木島平村農村交流館 (木島平村上木島1762)	090-4364-4141	marumika@yahoo.co.jp	開催日要確認	300			○				○			
17	北信	中野市	長嶺こどもと大人の食堂	長嶺こどもと大人の食堂	中野市長嶺区長嶺ニュータウン集会 (中野市七瀬1608-7)	0269-23-5183	take-203@circus.ocn.ne.jp	開催日要確認	300		○	○				○	遊び		
18	北信	中野市	吉田こどもふれあい食堂	吉田区民生児童委員	吉田研修センター (中野市吉田1034-19)	0269-26-3111 (中野市社会福祉協議会)	中野市社会福祉協議会	開催日要確認	0			○				○	遊び		
19	北信	山ノ内町	ごじよば	ごじよば	ほなみふれあいセンター等	0269-33-2810 (山ノ内町社会福祉協議会)	山ノ内町社会福祉協議会	開催日要確認	0			○				○	遊び		