

信州子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	信州子どもカフェの名称	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	学用品リース	多世代交流	その他			
1	佐久	小諸市	信州子ども食堂INこもろ	信州子ども食堂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		○						○	https://m.facebook.com/p/%E3%81%BE%E3%81%8D%E3%81%B0%E3%	
3	佐久	佐久市	ケケケとくらす	ケケケハウス	佐久市岩村田930-1	080-5513-0178	kekekehouse@gmail.com	毎月第2・第4木曜日 15:00~19:15	0	0	○	○			○			○	https://www.instagram.com/kekeke_tokurasu/	
4	佐久	佐久市	子どもカフェ tokotoko	子どもカフェtokotoko	佐久市猿久保847-5 The Cream Tea内	090-5754-1025		不定期 お問合せください	1セット 300円 テイクアウトのみ				○				○	遊び場としての利用可	https://www.instagram.com/childrensafe_tokotoko/p/CXYb3oZli7t/?img_index=1	
5	佐久	佐久市	佐久・岩村田「子どもの居場所 おいでなん処」	岩村田本町商店街振興組合	佐久市岩村田765	0267-78-3726 (開所時のみ対応) それ以外は0267-54-8339(寺子屋塾)	ibasho@iwamura-da.com	毎週火、水、金曜日15:00~19:00		小学生無料	○	○			○	○	○	フリースクール開設(R7.2月~)	https://saku-ibasho.jp/	
6	佐久	佐久市	さーくちゃんち(家)で、ごはんを食べようin佐久	佐久市社会福祉協議会	佐久市猿久保249-2 佐久市福祉総合センター【奇数月】	0267-67-2463	info@sakushi-shakyo.or.jp	月に1回開催 11:00~12:00	0	0		○	○							
					佐久市塩名田570 浅科保健センター	0267-58-0383	asashina@sakushi-shakyo.or.jp	奇数月最終日曜日 11:00~12:00	0	0		○	○				○			
7	佐久	佐久市	さーくちゃんち(家)で、ごはんを食べようin臼田	望月地区 協力:しらゆり会	佐久市下越16-5 佐久市総合福祉センターあいとびあ臼田内	0267-82-4332	info@sakushi-shakyo.or.jp	毎月第4土曜日 11:30~12:30	0	0		○	○		○			○	https://www.sakushi-shakyo.or.jp/	詳しい日時は、佐久市社協HPをご覧ください

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ばんり	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	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															
12	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															
13	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	
14	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															
15	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/		
16	佐久	軽井沢町	こどものいばしょ~あたくしキッチン	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													https://foodbank-karuizawa.org/	お弁当の方 大人 100円 プラス100円	
17	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@gmail.com	毎週水・金曜日 17:00~20:00	300	100															
18	佐久	御代田町	パクッと愛	パクッと愛	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															
19	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	mivotanone@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・Instagram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	おけまるの食堂実行委員会	上田市中央4-9-1 労協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													https://sites.google.com/view/okemaaru-egao/	映画上映会、遊び	
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育園 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	okemarusyokodu@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~(が)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@ued.n-n-ja.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(時間変更あり)	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://www.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	jk2@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でこ	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くと案内が届きます)	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/saturdaylunch.nagawa/

19	上田	長和町	こころも満ぶく食堂	こころも満ぶく食堂	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.i ppo@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	あんどキッチン 岡谷市山下町1-1-22 「和が家日と内」	070-6975-9531	mattarizuku@gmail.com	毎月第3水曜日	300	ワンコイン		○	○	○		○	年数回マルシェ等イベント開催	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	居場所そらまめ	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	信州子ども食堂with温泉寺	主催:信州子ども食堂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	
9	諏訪	諏訪市	みんなの居場所ゆめひろ	NPO法人 未広プロジェクト	諏訪市末広1-11	0266-55-8734	info@yumehiro.org	居場所:平日13:00~18:30 土日祝日はイベント時のみ開館 みんなで食堂(食材配布、駄菓子屋さん含む):毎月最終日曜日10:00~14:00		イベント(みんなで食堂を含む):何でもワンコイン(ゆめひろプレイパークは無料、イベントによっては親子参加の場合無料のものもあり)	○	○	○	○	○	○	高齢者支援	https://yumehiro.org/	

10	諏訪	諏訪市	みんなのお家 すまいる	一般社団法人 フォースマイル	諏訪市四賀1676-2 クレープショップサニーズ 2F	090-1865- 7933(木村) 090-9357- 5167(渡辺)	4smile2020@gm ail.com	居場所:平日10:00~ 17:00 水曜、土日祭日 定休 子ども食堂:毎週火曜日 ランチ、不定期、フードパ ントリー(公式LINEにて お知らせ)	250	250企画 によっては 無料	○	○	○	○	○	○	○	不登校支援	https://4smile20.iimdofree.com/
11	諏訪	茅野市	グリユック 子どもカフェ	NPO法人グリユック	茅野市玉川8509-1 学び舎Planus	090-2259- 6209	gluck.chino@gma il.com	①毎月第1日曜日 ②毎週金曜日	300	0	○	○	○	○	○	○	○		https://gluckchino.wixsite.com/ibasyo
12	諏訪	茅野市	こどもアトリエもも	アトリエももも	茅野市金沢神ノ原4233 荒神の古民家	090-2473- 2703(鈴木さん) 080-6783- 3529(西川さん)	ateliermomomo.g mail.com	①アート食堂:第4 (土)10:00~13:00 ②アートセラピー:第2 (月)10:00-12:00	1000 非課税世帯 の方等は半 額	500 非課税世帯 の方等は半 額	○	○	○	○	○	○	○	様々な画材が そろったアトリエ で自由創作	https://ateliermomomo.com
13	諏訪	茅野市	コミュ・きっちゃん天 香	NPO法人 信州協働会議	茅野市ちの3053	0266-55-6088	c.k.tenko@gmail. com	毎週木曜日16:30~ 19:00	500	1~500	○	○	○	○	○	○	○		https://s-kyoudo.com/
14	諏訪	茅野市	どんぶりカフェ	榎の木会	茅野市内各地区 コミュニティセンター	0266-73-7644 090-3473- 1052(平出)	yoshihiko.hiraide @nifty.ne.jp	毎月1回程度(日曜 日)10:30~14:00	300	小学生以下 無料	○	○	○	○	○	○	○		
15	諏訪	茅野市	牧場カフェ ぼこあ ぼっこ	ぼこあぼっこ	茅野市豊平字 蓼科ポニー牧場	090-3442- 0178(上村)	pony.kisd.pokoap oko@gmail.com	毎月1回(第三木曜日) 15:00~16:30		500	○	○	○	○	○	○	○	ポニーふれあ い・自由画・造 形遊び	https://www.facebook.com/photo/?fbid=459115503914534
16	諏訪	茅野市	ほんわか食堂 季の味	ほんわか食堂 「季の味」	茅野市塚原2-5-45 ゆいわ〜茅野	0266-55-6088	honwakakinomi@ gmail.com	毎月第3金曜日16:00 ~20:00	500	~中学生 100円、高 校・大学生 300円	○	○	○	○	○	○	○		https://chi.com/landing_pages/view/honwakinomi
17	諏訪	茅野市	みんなでごはんin えがお	ボランティアグループ 「えがお応援隊」	茅野市宮川4552-1 宮川地区コミュニティーセン ター	0266-72-7708		毎月第2土曜日10:30 ~14:00	300	0	○	○	○	○	○	○	○		
18	諏訪	茅野市	両久保子どもカ フェ(屋根のある 公園)	両久保子どもカフェ	両久保公民館			毎週水曜日 15:30~19:00 夏休み			○	○	○	○	○	○	○		
19	諏訪	茅野市	子ども食堂 塩むすびCafé	塩むすびCafé	茅野市中大塩8-6			週2~3回 平日13時~ 18時・土曜日開催時午 前11時~15時	500	0	○	○	○	○	○	○	○	季節ごとのイ ベント・余暇支 援	公式LINE @276utaau
20	諏訪	茅野市	子どもの居場所つ くりの会(子ども 夢広場)	子どもの居場所つくり の会(子ども夢広場)	茅野市中大塩(中大塩コ ミュニティーセンター他)	080-77481500	hiraga.ima@po3 2.lcv.ne.jp	毎月第2日曜日AM9時 ~PM1時	300	0	○	○	○	○	○	○	○		
21	諏訪	下諏訪町	下諏訪町湖畔町 みんなの遊び場	湖畔町クラブ (高齢者クラブ)	下諏訪町湖畔町5680番 地			令和5年4月から活動休 止											休止中
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@gmai l.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.hikos en@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.c om	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@po10.lcv.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	kodomoshokudo.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「カラコエ」	子どもカフェ「カラコエ」	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	tytm822hp@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.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/machinoekifuj	
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.kazeno@docomo.ne.jp	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.kaze	
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 moom』	信州こども食堂 inみやだ『sunny moom』	宮田村 宮田村 宮田村 宮田村 宮田村 宮田村	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/chilloutsunnymoon/	
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@wagayamiyada.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.minamihinshu@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/kankanshizenmura/	
4	南信州	飯田市	さくら塾	飯田市ひとり親 家庭福祉社会 会長 小池 とし子	飯田市松尾城4012-1 (松尾公民館 等)	090-1869-7761	iida.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/iida.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 飯田市 飯田市 飯田市 飯田市 飯田市	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.facebook.com/kidsrestaurant
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・ぶち	こども美術工房 はらから・ぶち 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@gmail.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.facebook.com/yumekanaeshokudo	
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.janis.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.mannakas@gmail.com	平日11:00~14:00	0	0	○	○		○			○		https://www.instagram.com/hanabusa.house.m/?igsh=MWhhZWE1ZGsybjR1Mg%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@gmail.com	月2回程度	300	0		○		○			○		https://liff.line.me/1645278921-kWRPP32g/?accountId=464vxozf	
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.biglobe.ne.jp	毎月最終水曜日 17:30~18:30	1世帯300 円			○	○			○			https://www.facebook.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@gmail.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.instagram.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.instagram.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	fujiremonpie.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	caf é.tera2025.yav@ 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	下伊那郡売木村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 他の目)	090-2938- 4471	clovernoie@gmail .com	月1~2回	実費	0		○		○					<a href="https://ameblo.jp/smilec
lover-2021">https://ame blo.jp/smilec lover-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.n e.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	信州子どもカフェ 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5 00円	学生・未就 学児は無 料	○	○	○	○			○		
4	木曽	木曽町	信州子ども食堂 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248 7-2)	0264-57- 3783(代表松原恭 子さん宅)	tm262601@yaho o.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	木祖村数原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@apor ta.co.jp	月に10~15日 程度(不 定)	0	0	○			○					

8	木曾	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	木曾	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	木曾	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 長野県木曾郡大桑村大字野尻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			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	信州子ども食堂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.jimdo.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/shinshuminanoshyokudo
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	子ども食堂おぼっこ	子ども食堂おぼっこ	松本市庄内地区公民館	090-2463-8655	pooh1234@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	TAMARIBAMOTOJI	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	反貧困セーフティネットワーク・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	信州子ども食堂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	信州子ども食堂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	毎週欠曜日(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/miasanomor/	
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	tya.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/jikkanochanoma/?locale=ja_JP		
8	北アルプス	松川村	松川子どもカフェ『リズム♪』	ボランティアグループ 松川子どもカフェ	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回子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、子ども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)	iwillinfo@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 (使わせていただいている会場の都合で急な休みになる場合があります。Lineに入っていたら、FaceBookなどで開催のご確認をお願いします。)	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 ちゃいるどふっど	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	オレンヂこども食堂	オレンヂ	長野市鶴賀七瀬458 オレンヂ	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	こいつち子ども食堂	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@g mail.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@ou tlook.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@healt hcoop- 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	iisyuushitu.kitaho ri@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/iisyuushitu	
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@y ahoo.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.jimdoofree.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 だかし家らそ	090-7280- 0131	binimegumu@yah oo.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@ivo ry.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.oc n.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1 6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@gmai l.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 もんぜんばら座 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@g mail.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.jimdoofree.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.higashiw ada@gmail.com	毎月1回不定期、長期休 みの平日年3回ほど	300	0	○	○	○					○	http://teracafehigashiwa.a.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	matsuiise@dia.janis.or.jp	必要に応じて個別訪問 等に対応	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	oyakoiuku@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.oyakoiuku.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-naganacity.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.cloudfr ee.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	robbinsinJapan@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/90JqS	
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	信州子ども食堂in 千曲市	労働者協同組合 ワー カースコープながの	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@gma il.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	須坂子ども食堂	須坂子ども食堂実行委 員会	須坂市内の公民館	090-4460- 2919	saito.minoru@opa l.plala.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.co m	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	子ども食堂てんぐ 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 オープンシアースペース ボス内	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 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	岩船子ども食堂	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.pl ala.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@out look.jp	毎週金曜日 17:30~19:30	100 (イベント 時:300)	0	○	○								遊び		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 子ども食堂	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.bigl obe.ne.jp	毎月第2日曜日 10:00~14:00	300	0		○								遊び	https://www.instagram.com/hapikamu_kodomo/	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		開催日時間合せ先: 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.103002 28@gmail.com	毎月第4土曜日 11:00~14:00	300	0	○	○	○	○	遊び	https://www.instagram.com/genten7231/	開催日時間合せ先: 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/	開催日時間合せ先: 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	mrhiro114406iiva ma@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(山ノ内町平穂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.jimdofree.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	nakanomama122 2@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 (山ノ内町平穂4015-1)	0269-33-2810 (山ノ内町社会福祉 協議会)	tiiki@honobono- shakvo.or.jp	開催日要確認	300		○	○	○	○	遊び		
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		○	○	○	○	遊び		
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		