



松本地域「信州子どもカフェ」実施状況一覧

(令和8年4月1日現在)

	信州子どもカフェの名称	信州子どもカフェの所在地	開催日時	学習支援	食事支援	食料配布	悩み相談	リユース	多世代交流	その他	参加費	運営団体	連絡先	アドレス
1	おらんちdeランチ	松本市島内4970-1 島内公民館	毎月第2土曜日,長期休暇 ※変更あり	○	○		○		○	生活体験	無料	愛ランド島内運営委員会	090-4463-8457	
2	寿小池町会子ども広場	松本市寿南1-39-5 (寿小池公民館)	毎月1回原則最終週の土曜日 10:00~12:00	○	○				○	生活体験	無料	寿小池町会子ども広場運営委員会	080-3475-6038	kusama637@yellow.plala.or.jp
3	寿台ハッピー食堂	松本市寿台6-2-10 寿台エコプラザ	月1回土曜日11:00~13:00, 長期休み	○	○	○	○	○	○	体験活動	子ども:無料 大人:300円	寿台町会連合会		miraizu0503@gmail.com
4	子ども食堂岡田	長野県松本市岡田下岡田 1403-9	毎月1回原則日曜日 10:00~13:30	○	○	○	○			遊び、イベント	子ども:無料 大人:300円	子ども食堂岡田	090-4152-7687	take_r@outlook.jp
5	子ども食堂 はらぺこあおむし	・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4-7-28)	・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	○	○	○	○		○	生活体験	大人:300円~カンパ	子ども食堂 はらぺこあおむし	0263-34-4393	masuta@mamma.co.jp
6	子ども未来デザインひろば	松本市波田4417-1 波田 公民館	月1回不定期	○	○		○		○	食事を 一緒に作る	無料	(一社)波田コミュニ ティデザインクラブ	090-4153-4950 (ナガツカ)	hatacode@gmail.com
7	笑和はうす	新村公民館	毎月第2土曜日・第4日曜日 9:30~12:00	○	○	○	○			食事を一緒に 作る。季節に合 わせたイベント	子ども:無料 大人:無料	笑和はうす	0263-47-3886	syowahouse@gmail.com
8	信州子ども食堂inことぶき	松本市寿北5-4-28-1	毎月1回以上不定期 11:30~20:30	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	子ども:無料 大人:カンパ300円	特定非営利活動法人 NPOホットライン信州	0120-914-994	yff52160@nifty.com
9	信州子ども食堂in松本どん八	松本市深志2-3-25	毎月第2土曜日 11:30~13:30	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	子ども:無料 大人:カンパ300円	特定非営利活動法人 NPOホットライン信州	0120-914-994	yff52160@nifty.com
10	信州子ども食堂inまつもと学び塾	松本市本庄1-1-4	毎月第3土曜日 11:30~13:30	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ	子ども:無料 大人:カンパ300円	特定非営利活動法人 NPOホットライン信州	0120-914-994	yff52160@nifty.com
11	信州子ども食堂inバロー南松本店	松本市村井町北2-14- 57	毎月第2日曜日 11:30~13:30	○	○	○	○	○	○	宅配、防災を学 ぶ	子ども:無料 大人:カンパ300円	特定非営利活動法人 NPOホットライン信州	0120-914-994	yff52160@nifty.com
12	信州子ども食堂inバローあそびば	松本市村井町北2-14- 57	毎月第4日曜日 11:30~13:30	○	○	○	○	○	○	宅配、防災を学 ぶ	子ども:無料 大人:カンパ300円	特定非営利活動法人 NPOホットライン信州	0120-914-994	yff52160@nifty.com
13	信州みんなの食堂	松本市新村2218	毎週水曜日 15:00~19:00	○	○	○	○	○	○	料理やお菓子 作りなど	子ども:0円 大人:500円 (カンパとして)	信州みんなの食堂	090-7943-4452	yusoa175@gmail.com
14	多世代寄り添い子ども食堂	松本市里山辺3370-5	原則第4月曜日 ※変更の場合あり、予約制	○	○		○		○		子ども:無料 大人:300円 (カンパとして)	多世代寄り添い子ども 食堂		
15	無料子どもじゅく 松本	松本市中央1-18-1 松本 市中央公民館(Mウイング)	・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	○		○	○				無料	無料子どもじゅく松本	090-7652-4441	toshi0808sasa@gmail.com

	信州子どもカフェの名称	信州子どもカフェの所在地	開催日時	学習支援	食事支援	食料配布	悩み相談	リユース	多世代交流	その他	参加費	運営団体	連絡先	アドレス
16	無料子どもじゅく こみや	松本市島内898-88	毎月第1,3,5日曜日 10:00~12:00	○		○	○		○		無料	反貧困セーフティネット・アルプス	090-4463-6182	line5rori0320@gmail.com
17	無料子どもじゅくHATA	松本市波田4417-1松本市波田公民館	毎月第1,3土曜日 13:30~15:30 第2,4日曜日 10:00~12:00	○		○	○				無料	反貧困セーフティネット・アルプス	090-4463-6182	line5rori0320@gmail.com
18	ヒッポポ食堂 神林	松本市神林1557-1 神林公民館	毎月第3土曜日 10:00~13:00	○	○	○	○		○	イベント 遊び	子ども:無料 大人:300円	ヒッポポ食堂	080-1318-0903	gari19840916@icloud.com
19	ヒッポポ食堂in笹賀	松本市笹賀3971-3 コミュニティカフェヒッポポ	毎月第2・第4金曜日 15:30~17:30	○	○		○		○	遊び	子ども:無料 大人:300円	ヒッポポ食堂	080-1318-0903	gari19840916@icloud.com
20	出居番丸西	松本市城東1-6-19 出居番丸西	毎週水,木曜日 10:00~15:00	○			○		○	イベント、 保護者支援	子ども・大人:300円	出居番丸西	090-7812-2159	deiban.marunishi@gmail.com
21	子ども食堂そらのとり	松本市開智2-3-45	毎月第4金曜日 16:00~19:00	○	○	○	○		○	生活体験	子ども:高校生以下無料 大人:300円以上のカンパ	そらのとり	080-3678-7303	sophia935@yahoo.ne.jp
22	なみカフェ	松本市並柳4-5-1 集い場ふらっと	水曜日 15:00~18:00 (不定期開催)	○	○		○		○		子ども:無料 大人:300円	集い場 ふらっと	0263-75-3135	furatto@roukyou.gr.jp
23	子ども食堂おぼっこ	松本市庄内地区 公民館	不定期開催(月1回、週末か祝日に開催)	○	○	○	○	○		工作、体験、 調理実習	子ども:無料 大人:300円(カンパとして)	子ども食堂おぼっこ	090-2463-8655	pooh_1234@icloud.com 
24	TAMARIBA MOTOJI	松本市元町2-6-5	毎月第2,第4水曜日 18:30~20:30	○	○		○			○	無料	元町児童館	0263-34-1753	workers-motomachi@go.tvm.ne.jp
25	紙芝居劇団実帰舎および本の森フリースクール	・松本駅前公園および松本市本庄1丁目915峯村ビル2階 ・塩尻市大門1番町12-2 塩尻市市民交流センター(えんぱーく)2階実帰舎オフィス	①子ども食堂紙芝居上演 第2・4土曜日(松本駅前公園にて) ②無料の英検と漢検勉強会 第2木曜日17:00~19:00(松本市本庄1丁目915峯村ビル2階) ③不登校生徒他の親御さんへの相談会 第2,第4火曜随時9:00~17:00 ④フリースクール毎週月曜日と金曜日10:20~16:20	○			○	○		子ども食堂でのお楽しみ(エンターテイメント)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 他	無料	学習支援センター実帰舎	0263-57-6203	iedanorikazu@gmail.com
26	塩尻学びサポート	塩尻市大門1-12-2 塩尻市市民交流センター(えんぱーく)	毎週火曜日 17:00~19:00 (お茶タイム 18:00~18:15)	○	○		○			手芸や工作・お楽しみクッキング	無料	反貧困セーフティネット・アルプス	090-9667-1641	agatanmiura3@yahoo.co.jp
27	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	原則毎月第3土曜日 ※変更あり		○	○			○		子ども:無料 大人:200円	お気楽カフェ	080-1172-4616	itumohaturatu@gmail.com
28	はらしんでん月よう学習室	塩尻市広丘原新田242-1 原新田公民館内	祝日をのぞく毎週月曜日 15:00~19:00	○	○	○	○		○	お泊り学習	無料 (習い事は有料)	はらしんでん月よう学習室(原新田公民館)	090-9666-0801	harashinden0706@gmail.com
29	信州子ども食堂inしおじり	塩尻市片丘7900	毎月1回以上不定期 11:00~20:00	○	○	○	○	○	○	宅配、防災を学ぶ	子ども:無料 大人:カンパ300円	特定非営利活動法人NPOホットライン信州	0120-914-994	yff52160@nifty.com

	信州子ども カフェの名称	信州子どもカフェの 所在地	開催日時	学習支援	食事支援	食料配布	悩み相談	リユース	多世代 交流	その他	参加費	運営団体	連絡先	アドレス
30	ディルセ(明科)	安曇野市明科中川手 3839-2 龍門淵テラス3F	毎週金曜日 10:00~16:00	○			○		○	イベント 保護者支援 訪問支援	無料 (安曇野市外の方は300 円)	特定非営利活動法人 Gland・Riche	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com
31	ディルセ(穂高)	安曇野市穂高8158-16	毎週水曜日 10:00~16:00	○			○		○	イベント 保護者支援	無料 (安曇野市外の方は300 円)	特定非営利活動法人 Gland・Riche	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com
32	ディルセ(三郷)	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	毎週木曜日 10:00~16:00	○			○		○	イベント 保護者支援	無料 (安曇野市外の方は300 円)	特定非営利活動法人 Gland・Riche	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com
33	ディルセ(松本)	松本市中央1-18-1 松本市中央公民館(Mウイ ング)	毎週火曜日 10:00~16:00	○						イベント 保護者支援	無料 (安曇野市外の方は300 円)	特定非営利活動法人 Gland・Riche	070-1211-9093	dilse@gland-riche.com
34	みんなのごはん会	安曇野市豊科5942-8 新 田公民館	月1~2回	○	○	○	○		○	あそび場 絵本・紙芝居 子ども生花	こども: 園児100円、小学 生以上300円、ひとり親の 子・障がい児・未就園児は 無料 大人: 500円	一般社団法人 笑顔の花	080-7492-0817	richess088@gmail.com
35	信州子ども食堂in安曇野	安曇野市三郷公民館・ほり でーゆ四季の郷・堀金公民 館	毎月1回以上不定期 11:30~13:30	○	○	○	○	○	○	宅配、防災を学 ぶ	こども:無料 大人:カンパ300円	特定非営利活動法人 NPOホットライン信州	0120-914-994	yff52160@nifty.com
36	あさひ学習ひろば	朝日村小野沢162	毎週月,木曜日 17:00~19:00	○	○						無料	あさひ学習ひろば	0263-99-2640	asahigakusyuhiroba@gmail.com