

長野県（上田地域振興局）プレスリリース 令和8年(2026年)1月23日

信州こどもカフェフェスティバル in 上田 2026 『遊ぶ』が育む子どものいのち ～地域で育つ・未来を拓く～

信州こどもカフェ推進上田地域プラットフォーム主催の「信州こどもカフェフェスティバル in 上田 2026」を開催します！

- 1 日 時 令和8年2月1日（日）10：30 から
- 2 場 所 上田市交流文化芸術センターサントミュージゼ（小ホール）
- 3 内 容 ① 10：30～15：30 遊びコーナー
② 12：00～13：00 災害時用五目御飯試食会
③ 13：00～14：30 講演会（講師：天野秀昭氏）
④ 14：30～15：15 トークセッション
- 4 参加方法 事前申し込み不要で、子ども・大人・誰でも参加できます。
参加費無料です。
- 5 その他 「アルクマ」登場予定です。



長野県 PR キャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

（主催）信州こどもカフェ推進上田地域プラットフォーム
（後援）上田市教育委員会・東御市教育委員会・長和町教育委員会・青木村教育委員会
長野県将来世代応援県民会議上田地域会議・長野県
（協賛）ろうきんこども基金・長野県社協「地域でこどもを育むプロジェクト」助成事業
山洋電気労働組合支援事業



わたしの、私たちの長野県。
150th Anniversary 1876-2026

（問合せ先）

担 当 上田地域振興局 総務管理課 鈴木、神津
（信州こどもカフェ推進上田地域プラットフォーム）

電 話 0268-25-7111（直通）
0268-23-1260（代表）内線2183

ファクシミリ 0268-25-7115

電子メール uedachi-kenmin@pref.nagano.lg.jp

信州こどもカフェフェスティバルin上田 2026

2026 年

2月1日

日曜日

『遊ぶ』が育む 子どものいのち

～地域で育つ・未来を拓く～

上田市交流文化芸術センター サントミュージゼ（小ホール）

アルクマも
くるよ！



長野県 PR キャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

小ホール
ホワイエ

10:30～15:30

遊びコーナー

- ゲームコーナー
(スイッチ・Wii・スマブラ)
- ボードゲームコーナー
- ボードゲームスペース
Blokus (ブロックス)
- お楽しみワークショップ
(長野大学コンポストチーム CAC)
- 出張図書館

ちっちゃな
プレゼント
差し上げます

12:00～13:00

災害時用

五目ご飯提供

※先着 100 名

小ホール

※12:45 開場

13:00～14:30

講演会

講師 天野秀昭氏

認定 NPO 法人プレーパークせたがや理事
一般社団法人日本プレイワーク協会評議員

1980 年羽根木プレーパーク最初の常駐プレーリーダー(ワーカー)であり日本で初めての職業プレーリーダー(ワーカー)。世田谷、駒沢、烏山各プレーパークの開設に、住民とともに当たる。大正大学特命教授(～2015) / 青少年の育成に関する懇談会(内閣府/2003) / 子どもの徳育に関する有識者会議(文部科学省/2008～09 年)等 / NPO 法人日本冒険遊び場づくり協会評議員 / 認定 NPO 法人フリースペースたまりば理事 / 著書『よみがえる輝く子どもの笑顔』すばる舎 ほか

みんなに
バルーン
プレゼント！



14:30～15:15

トークセッション

楽しく遊ぶ、地域で育つ、子どもの居場所

「遊び」を通じて子どもをはぐくむ地域づくりについて
地域の実践例も交えて楽しく意見交換しましょう！



●主催 信州こどもカフェ推進上田地域プラットフォーム ●後援 上田市教育委員会・東御市教育委員会、長和町教育委員会・青木村教育委員会・長野県将来世代応援県民会議上田地域会議・長野県

お問い合わせ

●参加は無料 ●事前のお申し込みは不要です

信州こどもカフェ推進上田地域プラットフォーム事務局

(上田地域振興局総務管理課) Tel 0268(25)7113 (担当：神津)



信州こどもカフェとは？

長野県では、学習支援、食事提供、多世代交流、悩み相談、学用品等のリユースなど複数の機能が無償または安価で提供し、月 1 回以上計画的に開催されている子どもの居場所づくりを「信州こどもカフェ」と呼び、取り組みを推進しています。“こどもカフェ”といっても、こどもだけが集まる居場所ではありません。ちいさなお子さんから、小・中・高・大学生、様々な年代の大人も気軽に寄って、ごはんを食べたり、お話したり、遊べるみんなの居場所です。身近なこどもカフェにぜひご参加ください。

上田地域の こどもカフェ

読み方：●会場 ◆開催日・費用 ■連絡先

上田市（東部）

おけまる食堂

●中高生児童スペース COCOON(常田 3-15-50 ローレン栄)◆毎週木曜日 16:30～21:00/20 歳以下:無料/大人:お手伝いか寄付(生鮮食品等でも OK です)■おけまる食堂実行委員会事務局 TEL.090-4161-0978(小林)

上田市（中央）

こども食堂カエルカフェ

●中央 2-11-40 ◆毎月第 1・3 水曜日 15:00～19:00/こども・高校生:無料 / 大人:500 円（寄付・お手伝い無料）■TEL.090-4230-0375(山田)

上田市（中央）

上田おけまるジュニアセンター

●労福協ライフサポートセンター 2 階(中央 4-9-1)◆毎週水曜日（学習支援）15:00～20:30/無料■おけまる食堂実行委員会事務局 TEL.090-4161-0978(小林)

上田市（城下）

こども食堂 ばいす・ばーさ

●諏訪形 888◆毎週金曜日 16:30～19:00/こども・大人共に無料■社会福祉法人原峠保養園こども応援センターうえだ TEL.0268-71-5080

上田市（塩尻）

hyvä magic chamber 魔法の森カフェ

●魔法の森カフェ（秋和 1110-8）◆毎月 4～5 回・毎週木曜日は学習支援・長期休み開催/こども:無料～（ガチャ代 100 円）大人 500 円■TEL.080-4089-6749(宮尾)

上田市（豊殿）

ふれあいサロン hinata bocca こども食堂

●豊殿ふれあいサロン hinata bocca とよさと(芳田 1192-1)◆毎月第 3 土曜日・随時イベント 10:00～13:00/こども:無料/大人:300 円■豊殿ふれあいサロン運営委員会 hinata bocca とよさと TEL.0268-35-0066

上田市（塩田）

みんなのカフェサディーゴ

●販売研修センター サディーゴ(下之郷乙 344-7)◆毎日(随時予約受付・開催)/こども・大人共に無料■就労支援センターサディーゴ TEL.0268-75-7254

上田市（塩田）

みんなのしおだ食堂

●塩田公民館(中野 20)◆毎月第 3 日曜日 10:00～14:30/こども:無料/大人:300 円、スタッフ:200 円程の寄附をお願いします■みんなのしおだ食堂運営委員会 TEL.0268-38-3208(上原)

上田市（丸子）

こどもレストランきらっと

●まるこ福祉会ぐらんまるしえ(長瀬 2885-3)◆毎月第 1 土曜日 10:00～15:00(時間変更有)/こども:無料/大人:500 円/中・高・大学生、大人のスタッフも無料■まるこ福祉会 TEL.0268-71-6263

上田市（神科）

神っ子食堂

●神科児童センター(住吉 551-1)◆毎月第 3 日曜日 10:00～14:00/こども:無料/大人 300 円（※上履き持参）■神っ子食堂事務局 TEL.090-5501-1072(橋詰)

上田市（真田）

にじいろ Café

●真田総合福祉センター(真田町長 7190)◆毎月第 3 土曜日：食料配布 10:30～11:30、13:00～14:00/会場開催 10:00～13:00/こども：無料/大人 200 円（食事提供時のみ）■グリュックの会(かりがね福祉会つつじ) TEL.0268-75-5431

上田市（真田）

さなこみこども食堂

●真田の古民家さなこみ(真田町本原 1488)◆月 1 回・祝日・長期休み 9:00～15:30/こども:100 円■さなこみこども食

堂運営委員会 TEL.090-4368-0773(伊藤)

上田市（武石）

武石えんカフェ

●武石公民館(下武石 742)◆毎月第 3 土曜日 11:00～13:30/18 歳未満:無料/大人:300 円以上の寄附をお願いします■武石えん結びの会 TEL.090-5785-2564(依田)

上田市（武石）

こども食堂 すまいるきっちん

●手打ちらーめんかじかや(下武石 1834-2)◆毎月 1～2 回日曜日・随時イベントあり/こども:無料/大人:300 円■こども食堂すまいるきっちん TEL.080-6930-2058(児玉)

上田市

こどもとおとなの居間「だらっと」

●会場はお問い合わせください◆週 3～4 回・イベント時 10:00～夕・夜/こども 500 円※大人同伴の場合も 500 円のみ/上限 1500 円/月通い放題■こどもとおとなの居間だらっと運営委員会 TEL.090-1992-4905(堀内)

東御市

だれでも食堂

●祢津公民館(祢津 917-4)◆月 1 回平日夕方・休日イベント/こども・大人共に無料■とうみのだいどころ TEL.090-9978-9280(五十嵐)

東御市

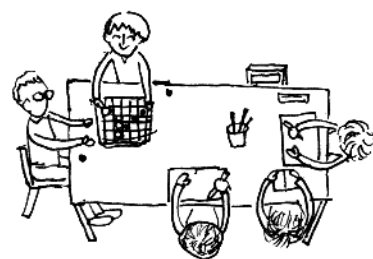
子どもだれでも居場所くる me(カミー)

●東御市内（※活動に応じて会場変更あり）◆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(保険料等)■東御市社会福祉協議会 TEL.0268-62-4455

長和町

こころも満ぶく食堂

●古町コミュニティーセンター（古町 2803）◆毎月第 2・4 日曜日 11:00～13:30/0 歳～学生・大せんぱい（ご高齢の方）：無料/大人：お気持ちの金額■TEL.080-8491-8685(代表：しょうじ)



※イラスト：しみずえいこ