



上田地域のこどもカフェHP

信州こどもカフェ上田地域詳細情報

気軽に行ける
場所だって！



R7.8.26現在

	カフェ・食堂名	開催場所	定期開催日 開催時間	内容	参加費など	事前申し込み	問合せ	スローガン/特色
① 上田市	おけまる食堂	中高生児童スペースCOCOON 【上田市常田3-15-50 ローレン栄】	毎週木曜日 16：30～21：00	・食事/食料支援 ・相談/学習支援 ・多世代交流	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)	不要	おけまる食堂実行委員会 事務局/小林 ☎090-4161-0978	『子どもが「まんなか」』みんなの居場所！
② 上田市	上田おけまーる ジュニアセンター	労協協ライフサポートセンター 2階 【上田市中央4-9-1】	毎週水曜日 学習支援 15：00～20：30	・学習支援 ・多世代交流 ・相談/不登校支援	無料	不要	おけまる食堂実行委員会 事務局/小林 ☎090-4161-0978	
③ 上田市	こども食堂ばいすばーさ	こども食堂ばいすばーさ 【上田市諏訪形888 旧 諏訪形クリニック】	毎週金曜日 16：30～19：00	・食事/食料配布 ・学習支援 ・相談	こども・大人共に 無料	要	社会福祉法人原峠保育園 こども福祉応援センター ☎0268-71-5080	あったかい場づくり。
④ 上田市	hyv� magic chamber魔法の森カ フェ	魔法の森カフェ (上田市秋和1110-8)	毎月4～5回、毎週木曜日 は学習支援・長期休み開 催	・食事/駄菓子屋 ・学習支援 ・相談/不登校支援	こども：無料～ (ガチャ代100円) 大人500円	不要	hyva magic chamber魔 法の森カフェ 代表/宮尾 ☎080-4089-6749	ガチャで当たりがでるとコイン1枚→�100 分 2枚→�200円分 3枚→300円分の 駄菓子と交換できるよ。(ハズレ無し)
⑤ 上田市	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】	毎月第1・第3水曜日 15：00～19：00	・食事 ・多世代交流	こども：無料 (小・中・高) 大人：500円 (寄 付・お手伝い無料)		カエルカフェ/山田 ☎090-4230-0375	【R7年8月新規オープン】 スローガンはのんびり過ごせる居場所づくりを 目指しています
⑥ 上田市	神っ子食堂	神科児童センター 【上田市住吉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	不要	神っ子食堂 事務局/橋詰 ☎090-5501-1072	
⑦ 上田市	ふれあいサロン hinata bocca こども食堂	ふれあいサロン hinata boccaとよさと 【上田市芳田1192-1】	毎月第3土曜日・随時イ ベント 10：00～13：00	・食事 ・多世代交流	こども：無料 大人：300円	不要	豊殿ふれあいサロン運営委員 会 hinata boccaとよさと ☎0268-35-0066	地域とこどものふれあう場所！
⑧ 上田市	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 【上田市下之郷乙344-7】	毎日 (随時予約受付・ 開催)	・食事/食料配布 ・多世代交流 ・相談	こども・大人共に 無料	要	就労支援センターサディーゴ ☎0268-75-7254	一汁一菜で毎日開催しています！
⑨ 上田市	みんなのおだ食堂	塩田公民館 【上田市中野20】	毎月第3日曜日 10：00～14：30	・食事/食料配布 ・学習支援 ・多世代交流 ・相談	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	要	みんなのおだ食堂 運営委員会 代表/上原 ☎0268-38-3208	みんなで遊び・学び・楽しみ・食事をする
⑩ 上田市	こどもレストランきらっと	まるこ福祉会 ぐらんまるしゑ 【上田市長瀬2885-3】	毎月第1土曜日 10：00～15：00 (時間変更有)	・食事/食料配布 ・学習支援 ・多世代交流 ・相談	こども：無料 大人：500円 中・高・大学生、大人 のスタッフも無料	要	まるこ福祉会 ☎0268-71-6263	全てはみんなの幸せのために。「生涯学習 の学び舎」として幅広い人間関係の中で、 多種の活動や学習ができる。
⑪ 上田市	さなこみこども食堂	真田の古民家～さなこみ～ 【上田市真田町本原1488】	月1回・祝日・長期休み 9：00～15：30	・食事/食料配布 ・多世代交流 ・学習支援	こども：100円	要	さなこみこども食堂 運営委員会 運営/伊藤 ☎090-4368-0773	多世代でつながろう！
⑫ 上田市	にじいろCaf�	上田市真田総合福祉センター 【上田市真田町長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	・食事/食料配布 ・多世代交流	こども：無料 大人：200円 (食事提供時のみ)	不要	グリュックの会 (かりがね福祉会つつじ) ☎0268-75-5431	社)かりがね福祉会、社)恵仁福祉協会、 上田市社協真田地区センターの3者が ボランティアの協力を得て運営しています。
⑬ 上田市	武石えんカフェ	武石公民館 【上田市下武石742】	毎月第3土曜日 11：00～13：30	・食事/食料配布 ・多世代交流 ・学習支援	18歳未満：無料 大人：300円以上 の寄附をお願いします	要	武石えん結びの会 代表/依田 ☎090-5785-2564	縁を結んで、みんなで縁食。 月一回だけ近所のおばちゃんが、栄養満 点の温かいご飯を作ってます。 来てくれたね。顔見れたね。ありがとう。
⑭ 上田市	こども食堂 すまいるきっちゃん(休止)	手打ちらーめんかじかや 【上田市下武石1834-2】	休止中	・食事 ・学習支援 ・多世代交流	こども：無料 大人：300円	要	こども食堂すまいるきっちゃん 運営/児玉 ☎080-6930-2058	しばらの間開催休止いたします。
⑮ 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】	月1回 10：00～15：00	・食事 ・多世代交流 ・学習支援/相談	こども：100円 大人：500円	要	みんなのひろばそらっこ 岩岡☎ uedasoracco@gmail.co m	地域の交流の場として、大きな家族のよう なコミュニティを目指しています。
⑯ 東御市	子どもだれでも居場所 くるme(カミ-)	東御市総合福祉センター 【東御市鞍掛197番地】	毎月第4日曜日 9：30～13：00	・食事/食料配布 ・多世代交流 ・相談	活動及び食事の内容 に応じた参加料 (保険料等)	要	東御市社会福祉協議会 (まいさぼ東御) ☎0268-75-0222	ここに集う皆が居場所の構成員です。専門職、大学 生、一般市民が「気軽に集える居場所みんなが笑 顔になれる居場所」を作り上げてます。支援が必要 な人へは構成員がそっと手を差し伸べ優しい場所を 目指します。
⑰ 東御市	だれでも食堂	祢津公民館 【東御市祢津917-4】	月1回平日夕方 (ライン公式アカウントに友 達登録して頂くと案内が届 きます) 休日イベント	・食料配布/相談 ・多世代交流 ・農業体験/調理実習	こども・大人共に 無料	要	とうみのだいどころ 代表/五十嵐 ☎090-9978-9280	人との出会いを大切に。 何でも相談できる人にならましよう。
⑱ 上田市	こどもとおとなの居間「だ らっと」	こどもとおとなの居間 【上田市】	週3～4回・イベント時 10：00～夕・夜	・調理スペース ・多世代交流	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	不要	こどもとおとなの居間だらっと 運営委員会/堀内 ☎090-1992-4905	こどもたちの居場所として、家族の相談など も受け入れています。

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は無償または
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。

上田地域のこどもカフェ

「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。
未就学児、小・中・高校生、大学生、様々な年代の大人も気軽に
寄ってごはんを食べ、話し、遊べるみんなの居場所です。ごはん自慢の
ところ、遊びメニューがたくさんのところ、面白いことを知っている人がたくさ
んいるところなど、いろいろな個性を持ったこどもカフェがあります。また、
地域の高校生・大学生がボランティアや運営を担ってくれているところが
多いのも上田地域のこどもカフェの特徴です。興味をお持ちの方はぜひ
お気軽にご参加ください！