

9	佐久	佐久穂町	そら音	南佐久郡佐久穂町高野町607-1	090-5197-4477		不定期	0	0	○	○	○	○	○	○	
10	佐久	佐久穂町	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.sakuho/
11	佐久	佐久穂町	るんるん♪	南佐久郡佐久穂町宿岩113-8(旧市川屋)	090-5197-4477		月1回(土曜日)不定期11:00~13:00	0	0	○	○	○	○	○	○	
12	佐久	軽井沢町	こどものいばしょ~あたしキッチン	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://foodbankkaruizawa.org/
13	佐久	御代田町	こども食堂みよた	御代田町平和台2670-67	080-6173-5421	kisugekaido@gmail.com	毎週水・金曜日、第1土曜日17:00~20:00	300	100	○	○	○	○	○	○	https://engawanakara.com/
14	佐久	御代田町	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.s-o-net.ne.jp	毎月第2土曜日15:00~19:00 学習支援 不定期	300	0	○	○	○	○		○	
15	佐久	御代田町	みよたの広場	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		○				○	https://hiroba.miyotano.com/
16	上田	上田市	上田おけまるジュニアセンター	上田市中央4-9-1 労福協ライフサポートセンター2階	080-4423-6607	okemaaru@gmail.com	毎週水曜日15:00~20:30	0	0	○			○	○	○	https://sites.google.com/view/okemaaru-egao/
17	上田	上田市	英師館	上田市常田3丁目2-60	0268-22-8314	umc@po3.ueda.nagano.jp	毎月第4土曜日16:30~19:00	0	0	○	○	○	○			https://www.uedamc.com/home
18	上田	上田市	おけまる食堂	上田市常田3-15-50口ーレン栄	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	○	○	○	○	○	○	https://twitter.com/okemarusyokudou https://m.facebook.com/okemarusyokudou/
19	上田	上田市	神っ子食堂	上田市住吉住吉551-1 神科児童センター	090-5501-1072	k-h1949nagano@kfd.biglobe.ne.jp	毎月第3日曜日10:00~14:00	300	0		○				○	
20	上田	上田市	こどもレストランきらっと	上市長瀬2885-3	0268-71-6263	kirari@maruko-f.or.jp	毎月第1土曜日10:00~13:00	500	0	○	○	○	○	○	○	https://www.facebook.com/kirattoueda/
21	上田	上田市	こども食堂すまいるきっちゃん	上田市下武石1834-2	080-6930-2058	uedanoatu@ezweb.ne.jp	随時金曜日・イベント時15:00~19:00				○	○			○	

22	上田	上田市	さなこみこども食堂	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	第3日曜日・祝日 他	500	100	○	○	○	○	○	○	https://instagram.com/uedacafeolachi.at_sanacom
23	上田	上田市	武石えんカフェ	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		○				○	
24	上田	上田市	にじいろCafé	上田市真田町長7190(真田総合福祉センター)	0268-75-5431	tsutsuji@karigane.or.jp	毎月第3土曜日 10:30～11:30 13:00～14:00	200	0		○	○			○	https://www.facebook.com/NijiIro.Cafe.Gluck/
25	上田	上田市	huva magic chmber魔法の森カフェ	上田市秋和1110-8	080-4089-6749	miyaokinoko33@gmail.com	不定期・週1回(夏休みは別途)	500	※0～(ガ) +代100)	○	○	○	○		○	
26	上田	上田市	ふれあいサロン「hinata bocco」こども食堂	上田市芳田 1192-1	0268-35-0066 090-4668-3745	toyosato@ued.nn-ja.or.jp	毎月第3土曜日10:00～13:00	300	0		○				○	
27	上田	上田市	みんなのカフェ サディーゴ	上田市下之郷乙344-7(販売研修センター サディーゴ内)	0268-75-7254	sdgs.757254@i3.gmob.jp	毎日(随時予約受付・開催)	0	0		○				○	https://sdgs757254.wixsite.com/sdgs
28	上田	上田市	みんなのしおだ食堂	上田市中野20	0268-38-3208	ueharatoshiko@po14.ueda.ne.jp	毎月第3日曜日10:00～14:30	300	0	○	○	○	○		○	
29	上田	上田市	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	500	100		○				○	
30	上田	東御市	くるme(クルミー)子どもだれでも居場所	東御市鞍掛197(総合福祉センター) 活動場所:芸術むら公園(夏季)	0268-75-0222	maisapo@tomisyakyo.or.jp	随時開催9:30～13:00	※都度	※都度		○	○	○		○	https://www.tomisyakyo.or.jp/
31	上田	東御市	だれでも食堂	東御市祢津917-4 祢津公民館	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		○	○	○	○	○	
32	上田	長和町	ながわまちこども食堂	小県郡長和町長久保1699 長門町民福祉センター	090-7196-8793	maruya.b.b.s@gmail.com	※随時土曜日	500	0		○	○			○	https://www.instagram.com/saturday_lunch.nagawa/
33	諏訪	岡谷市	きみちゃん	岡谷市本町1-7-4	070-6975-9531	mattarizuku@gmail.com	毎月第2日曜日	300	0		○				○	https://en22saitou.jimdosite.com/
34	諏訪	岡谷市	こどもぐらんましま食堂	岡谷市湖畔4-1-27	0266-24-3708	tanomi.y@gmail.com	毎月第3又は第4水曜日16:00～18:00	300	ワンコイン	○	○				○	https://wagaya.co.jp/
35	諏訪	岡谷市	子ども里山広場	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	○					○	

36	諏訪	岡谷市	こどもだるま食堂	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	○	○	○	○	○	○	○	https://www.facebook.com/okaya.kodomo/
37	諏訪	岡谷市	わくわくキッチンin楽人(岡谷)	岡谷市長地小萩2-10-6	0266-78-1394	manabiyagakuto@gmail.com	毎月第3土曜日	300	0	○	○	○	○	○	○	○	
38	諏訪	岡谷市	居場所&子ども食堂 そらまめ	岡谷市山手町2-18-20	0266-55-4600	tomonisaku.hana@gmail.com	毎月第2・4水曜日 13:00~19:00	0	0	○	○	○	○	○	○	○	https://tomonisaku.hana.wixsite.com/home
39	諏訪	諏訪市	信州子ども食堂inすわ「ちゃんちゃんこ」	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	○	○	○	○	○	○	○	
40	諏訪	諏訪市	信州子ども食堂with温泉寺	諏訪市湯の脇1-21-1	0265-70-8529	funkysyo@gmail.com	毎月第2日曜日	500	0	○	○	○	○	○	○	○	https://www.facebook.com/p/%E4%BF%A1%E5%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
41	諏訪	諏訪市	みんなの居場所ゆめひろ	諏訪市末広1-11	0266-55-8734	info@yumehiro.org	毎週水曜日17:30~19:00	300	0	○	○	○	○	○	○	○	https://yumehiro.org/
42	諏訪	諏訪市	みんなのお家すまいる	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@gmail.com	居場所:平日15:00~17:00 子ども食堂水、金	250	250	○	○	○	○	○	○	○	https://ameblo.jp/oyanokaijouhou/ https://www.facebook.com/minnna.noouchismile/
43	諏訪	茅野市	グリュック子どもカフェ	茅野市玉川8509-1 学び舎Planus	090-2259-6209	gluck.chino@gmail.com	①毎月第1土曜日 ②毎月第1木曜日	300	0	○	○	○	○	○	○	○	https://gluckchino.wixsite.com/ibasyo
44	諏訪	茅野市	こどもアトリエもも		090-2473-2703(鈴木さん) 080-6783-3529(西川さん)		①食堂:毎月1回土曜日 10:00~13:00 ②アトリエ:毎月1回 13:30~17:30	1000 非課税世帯の方等は無料	500 非課税世帯の方等は無料	○	○	○	○	○	○	○	
45	諏訪	茅野市	コミュ・きっちゃん天香	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-kvoudo.com/

46	諏訪	茅野市	どんぐりカフェ	茅野市内	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	○	○	○		○	
47	諏訪	茅野市	牧場カフェ 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.pokoapoko@gmail.com	毎月1回(第三木曜日)15:00~16:30		500		○	○	○	○	https://www.facebook.com/photo/?fbid=459115502914524&set=a.459115459581195
48	諏訪	茅野市	ほんわか食堂 季の味	茅野市塚原2-5-45 ゆいわ〜く茅野	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://peraichi.com/landing_pages/view/honwakakinomi
49	諏訪	茅野市	みんなでごはんin えがお	茅野市宮川4552-1 宮川地区コミュニティセンター	0266-72-7708		毎月第2土曜日10:30~14:00	300	0		○			○	
50	諏訪	茅野市	両久保子どもカフェ(屋根のある公園)	両久保公民館			毎週水曜日15:30~19:00 夏休み				○	○			
51	諏訪	下諏訪町	下諏訪町湖畔町 みんなの遊び場	下諏訪町湖畔町5680番地			令和5年4月から活動休止								
52	諏訪	下諏訪町	わくわくキッチン in楽人(下諏訪)	下諏訪町西鷹野町4611-40	0266-78-1394	manabiyagakuto@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	0	○	○	○	○	○	
53	諏訪	富士見町	カフェ&スペース ひこうせん	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/
54	諏訪	富士見町	みんなのi-basyo 自由空間in ODEN	富士見町内施設(ゆめひろば富士見 等)			毎月1回以上不定期				○	○		○	
55	諏訪	富士見町	ヨリバ	富士見町富士見2613-2 (居場所TOMO)	090-1541-5424	chi9gokigen@gmail.com	月3回水曜日10:00~15:00	1時間200 実費500	1時間200 実費500	○	○	○	○		https://www.facebook.com/gokigenseeds
56	諏訪	原村	ハラカツ!	原村12080番地 原村中央公民館	090-8044-4180		毎週水曜日15:30~18:00	0	0	○			○		https://sites.google.com/site/harakatsupon/home?authuser=0
57	諏訪	原村	原っ子の森冒険遊び場(あやめ園で遊ぼう)	原村図書館裏	090-8044-4180	purehara@gmail.com	不定期月1回9:00~15:00	0	0				○		https://jaip.facebook.com/haramuraplaypark
58	諏訪	原村	はらぺこさん	原村弘沢12080	080-5144-1227	haramiya@po10.lv.ne.jp	第1・2・3金曜日15時~17時(子どもカフェ・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	0		○	○	○	○	○

59	上伊那	伊那市	さくら教室	伊那公民館	0265-78-4111	inashihitorioya@gmail.com	毎週土曜日15:00~17:00	一世帯5000円/年	○								https://naganohitorioya.iimdfree.com/
60	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)	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	○		○					https://www.freekids.jp/
61	上伊那	伊那市	わいわいカフェこの指と~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	14歳以上 子高校生まで100円	○							○
62	上伊那	駒ヶ根市	みんなの居場所・結の家	駒ヶ根市上穂栄町23-1		honobono.2525manekineko@gmail.com	毎月第3土曜日13:30~15:00	300	0	○			○	○			https://neko-lab.info/
63	上伊那	辰野町	あかりこどもカフェ	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	○	○		○	○			https://www.npo-akari.com/
64	上伊那	辰野町	子どもカフェ「カランコエ」	辰野町伊那富2841	0266-78-8870	cp-karanchoe@sun.gmob.jp	毎月第2・第4水曜日15:00~17:00、毎月土曜日10:00~12:00	300	0	○	○	○	○				https://twitter.com/freekaranchoe?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp%5Eserp%7Ctwgr%5Eauthor
65	上伊那	辰野町	里山スクール木の子	辰野町横川993番地	090-2419-4180	kinokoclub.kawashima@gmail.com	毎週金9:30~17:30 金曜日 10:00~17:30		500~800円			○		○			https://www.kinoko-kawashima.org/
66	上伊那	辰野町	ひだまりのおうち	辰野町平出2166	090-5608-3742	chika1981816@yahoo.co.jp	毎月第2,4水曜日15:00~17:00(食事提供:不定期10:00~13:00)	300	0	○	○			○			
67	上伊那	箕輪町	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	~中学生, 高校生無料	○	○						○
68	上伊那	箕輪町	ふれあい食堂	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://www1.inacatv.ne.jp/minoware/index.html info@roukyou-nagano.jp
69	上伊那	箕輪町	まちの駅 ふじや	箕輪町中箕輪12424-3	080-6932-0800	furuhata@kamiina-mcoop.com	備考欄に記載	無料	無料	○	○	○	○	○			https://sites.google.com/view/machinoekifuiya/
70	上伊那	箕輪町	みんなの基地	箕輪町大字三日町861-289	090-7187-9964	milteeno@gmail.com	子ども食堂 月1~4回12:00~ 学習支援・第三の居場所支援 毎週月曜日13:00~(要予約)	500	0	○	○	○	○	○			https://www.facebook.com/profile.php?id=100088864794043

71	上伊那	飯島町	ご縁食堂	上伊那郡飯島町飯島2551	0265-86-5511	https://iisyakyo.or.jp/sankakatudou/goen/	年間計画による	お気持ち	お気持ち		○					○	https://iisyakyo.or.jp/sankakatudou/goen/	
72	上伊那	飯島町	子ども食堂 アムール	飯島町飯島1172-3	080-2339-5151	u.s.k331n.87@gmail.com	月1回	0	0		○		○				○	https://www.instagram.com/2021amuru/?hl=ja
73	上伊那	南箕輪村	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	○	○	○					○	
74	上伊那	南箕輪村	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	○							○	https://www.vill.minaminowa.lg.jp/
75	上伊那	中川村	中川こども食堂風の子	上伊那郡中川村3230-3	090-1869-3722	nakagawa.kazenko@gamil.com	木曜夜月1回 15~17時 土曜昼月1回 11~15時	300	0		○	○	○				○	https://www.instagram.com/nakagawa.kazenoko/
76	上伊那	宮田村	井戸端食堂	上伊那郡宮田村3252-1	0265-98-7749	idobatamiyada@gmail.com	第2・第3・第4日曜日 11:30~13:00				○	○	○				○	https://umegasato.jimdofree.com/
77	上伊那	宮田村	わが家のみんな食堂	上伊那郡宮田村7504-4	0265-96-7130	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/
78	南信州	飯田市	いいだ元気塾	飯田市馬場町3-411 旧飯田測候所	090-1430-0876	Koujyo@ap.wakwak.com	月4回 9:00~16:00		400円/時		○						○	
79	南信州	飯田市	親子応援食堂 おあがりて	飯田市上郷飯沼3145-1 上郷公民館	080-1290-8967	oagarite.minamishinshu@gmail.com	第1、第3水曜日	お気持ち制	無料		○	○	○				○	
80	南信州	飯田市	感環自然村	飯田市伊豆木5444-1	0265-49-8132	office@kankanshizenmura.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		○			○			○	http://www.kankanshizenmura.com/ https://www.instagram.com/kankanshizenmura/
81	南信州	飯田市	さくら塾	飯田市松尾4012-1 松尾公民館	090-1869-7761	iida.sakurakai@gmail.com	・全学年 毎月第2,4土曜日18:00~19:30		1000円(年間)		○						○	https://www.facebook.com/iida.sakurakai/
82	南信州	飯田市	さくら塾竜丘教室	飯田市桐林505 竜丘公民館	090-1869-7761	iida.sakurakai@gmail.com	・中3のみ 毎週日曜日 17:00~20:00 11月~翌年3月の間実施				○						○	https://www.facebook.com/iida.sakurakai/

83	南信州	飯田市	信州子ども食堂IN 飯田 かなえ〜る	飯田市鼎西鼎581 2階	0265-48-5231	kanaeru@roukyou- nagano.jp	毎月1回 日曜日 10:00~14:00	300~	100	○	○	○	○	○		
84	南信州	飯田市	ハッピーハウス	飯田市大瀬木570-1 伊 賀良自治振興センター	090-8722- 1920	happyhouse691@ yahoo.co.jp	毎月1回 土曜日 10:00~12:00	300	0		○	○	○	○		https://www.facebook.com/kidsrestaurant
85	南信州	飯田市	はらから・ぶち	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 13:00~17:00		500	○	○					
86	南信州	飯田市	夢かなえ食堂	飯田市鼎下山1071-7 お 食事処・夢	0265-49-8822	yume.mama2012 @gmail.com	・お料理教室毎月1回 不定期10:00~14:00	500	0		○	○			○	https://www.facebook.com/yumekanaeshokudo
87	南信州	飯田市	もぐもぐキッチン ララ・ランチ	飯田市龍江4299イ (団体所在地)	090-4180- 4299(代表) 0265-27-3020 (FAX)	abuso@mis.janis. or.jp	毎月1回日曜日 10:00~12:00	300	0	○	○	○	○			
88	南信州	松川町	こどもカフェHug	松川町上片桐2165	0265-48-0895	kodomocafehug@ gmail.com	食事提供(毎週水 曜)17:30~18:30 学習支援・イベントは随 時	200(高校 生以上)	0	○	○	○	○		○	
89	南信州	高森町	高森子どもカフェ 『おひさま』	高森町下市田1092 高森町公民館	090-4152- 9363	chihodolen.02@g mail.com	毎月1回土曜日 11:00~14:00	300円	無料		○	○	○			公式LINE @464vxozf
90	南信州	阿智村	ねやねや亭	阿智村駒場468-1 阿智村中央公民館 1階ロビー	0265-49-8401	公式line https://lin.ee/13fRwXP	・毎月最終水曜日 17:30~18:30	1世帯300 円			○	○		○		https://www.facebook.com/achisano/ https://lin.ee/13fRwXP
91	南信州	根羽村	ねばらボおやつ部	根羽村1945-1	080-4252- 1732	kurashi@isshin.lif e	毎月不定期 月1~2回開 催	500	0	○	○			○		https://www.instagram.com/nebakuriya/
92	南信州	下條村	子ども第三の「居 場所しもじょっ子 の家」	下條村睦沢8580	0260-27-1050 (教育委員会)	cosumosu@bz01. plala.or.jp	小中学校登校日 8:00~19:00			○				○		
93	南信州	下條村	まんま Baby&kids	下條村睦沢9729 中島VillageLifeClub	090-9665- 8633	seikomiyajima@g mail.com	毎週水曜:予約制 16:00~19:00 子どもカフェ毎月第3日曜日 11:30~12:30		高校生以下 無料	○	○	○		○	○	manma shimojo (インスタグラム)
94	南信州	喬木村	ばあばの台所	喬木村伊久間15496	0265-33-2396 090-9666- 4928		毎月第4土曜日10:00 ~16:00	300(高校 生以上)	0(中学生 以下)	○	○			○		○
95	木曾	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」	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		○	○			○		

96	木曾	上松町	寺子屋食堂	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		○					○	
97	木曾	木曾町	きそっこの会	木曾町福島大手町5808- 3 木曾郡民 会館	090-3440- 6102	codomo.net@kt.ki so.jp	学習支援:毎月第1,3水 曜日15:00~18:00 (市販おやつ提供)	0	0	○			○			○	
98	木曾	木曾町	サードプレイス・ ゲストルーム パチカんず木曾	木曾町福島5072-4	090-4007- 6076	zxe01572@nifty. ne.jp	毎週木曜日18:00~ 21:00	0	0	○	○			○			
99	木曾	木曾町	信州子ども食堂 in木曾町	木曾町福島5129 木曾 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		○					○	
100	木曾	木祖村	みんなのまめのわ 食堂	木祖村藪原1191-30 幸せテラスまめのわ	090-6564- 5054		月1回(第2土曜日) 11:00~13:00	200	0		○					○	
101	木曾	王滝村	おうたき寺子屋	王滝村2727	0264-24-0522 090-7711- 3233	otaki.terakoya@g mail.com	月に10~15日 程度(不 定)	0	0	○	○			○			
102	木曾	大桑村	あがらんしょ 日曜食堂	大桑村野尻1326-3	0264-55-2197	agaransyo@ju.kis o.ne.jp	毎月1回日曜日 9:30~ 12:30	500	200	○	○					○	
103	木曾	大桑村	なんでも体験わく わく隊	大桑村殿1014	0264-55-3755	sk.okuwavc@pb.ki so.ne.jp	月1回程度(土曜日又は 日曜日)	0	0	○						○	https://www.ooku wa.jp/
104	松本	松本市	えがおの会	松本市寿北7丁目13-5	0263-86- 1327 (FAX兼用)	削除	毎月1回土曜日・長期 休暇各3日間連続開催	0	0	○	○			○		○	
105	松本	松本市	おらんちdeラン チ	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	○	○			○		○	
106	松本	松本市	寿小池町会 子ども広場	松本市寿南 1-39-5(寿小池公民 館)	080-3475- 6038	kusama637@yel low.plala.or.jp	毎月1回原則最終週の 土曜日10:00~ 12:00	0	0	○	○					○	

107	松本	松本市	寿台ハッピー食堂	松本市寿台6-1-15 寿台ふれあいセンター	0263-86-1069	workers-kotobukidai@go.tvm.ne.jp	不定期 (月2回平日の夕方、土曜日の午前中)	100円~	0	○	○	○	○	○	○		
108	松本	松本市	子ども食堂 はらぺこあおむし	松本市中央4-7-10	0263-34-4393	masuta@mamma.co.jp	毎月第3または第4土曜日※変更あり	カンパ300円~	0	○	○		○		○		
109	松本	松本市	こども未来デザインひろば	松本市波田4417-1 波田公民館	0263-92-6240	office@aya-kobayashi.com	月1回不定期	0	0	○	○		○		○	https://hatacode.jp/	
110	松本	松本市	こどもとおとな食堂	松本市近郊 笹賀公民館など	090-4237-2311	appletree.matsumoto@gmail.com	毎月1回(第3月曜日など)	300	ワンコイン			○		○		○	https://appletree.naganoblog.jp/
111	松本	松本市	笑和はうす	松本市新村398	0263-47-3886	syowahouse@gmail.com	毎月第2・4土曜日 9:00~12:00	0	0	○	○		○				
112	松本	松本市	信州子ども食堂 inことぶき	松本市寿北5-4-28-1	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月2回以上不定期 11:00~20:00	100~300		0	○	○	○	○	○	○	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/
113	松本	松本市	信州子ども食堂 in松本どん八	松本市深志2-3-25	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月第2木曜日 17:00~19:00	100~300		0	○	○	○	○	○	○	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/
114	松本	松本市	信州子ども食堂 inまつもと学び塾	松本市本庄1-1-4	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月第3土曜日 11:00~13:00	100~300		0	○	○	○	○	○	○	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/
115	松本	松本市	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	0120-914-994	yff52160@nifty.com	毎月第2日曜日 11:00~13:00	300		0	○	○	○	○	○	○	https://hotline-shinshu.jimdofree.com/
116	松本	松本市	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 16:00~18:00	500		0	○	○		○		○	https://www.facebook.com/shinsyu.minanoshyokudo
117	松本	松本市	多世代寄り添い子ども食堂	松本市里山辺3370-5		https://line.me/R/ti/p/@571xcafs?from=page&liff.referrer=https%3A%2F%2Fwww.pref.nagan.o.lg.jp%2F&accountId=571xcafs	原則第4月曜日 ※変更の場合あり、予約制	300		0	○	○		○		○	

118	松本	松本市	なみカフェ	松本市並柳4-5-1 集い場ふらっと	0263-75-3135	furatto@roukyo-u.gr.jp	水曜日 15:00~18:00 (不定期開催) 長期休暇時、主に土曜日 10:00~14:00	300	0	○	○	○	○		
119	松本	松本市	無料こどもじゅく	松本市中央1-18-1 松本市中央公民館(Mウイング)	090-9353-2699	nal17792@nifty.com	毎週土曜日(第5土曜日を除く) 10:00~11:30	0	0	○	○	○	○		
120	松本	松本市	無料こどもじゅく こみや	松本市島内898-88 ウッドタウン小宮公民館	090-4463-6182	abf1004@go.tv.m.ne.jp	毎月第1,3,5日曜日 10:00~12:00	0	0	○	○	○	○	https://twitter.com/kodomojukuHATA	
121	松本	松本市	無料こどもじゅく HATA	松本市波田4417-1波田公民館	090-4463-6182	abf1004@go.tv.m.ne.jp	毎月第1,3土曜日 13:30~15:30 第2,4日曜日 10:00~12:00		0	○	○	○	○	https://twitter.com/kodomojukuHATA	
122	松本	松本市	ヒッポポ食堂	松本市神林1557-1	080-1318-0903	gari19840916@icloud.com	毎月第2土曜日(予定) 10:00~13:00	300	0	○	○	○	○	https://sites.google.com/view/hippotoshokudou/%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%A0	
123	松本	松本市	ポジラボ食堂 波田	松本市波田市役所公民館2階(料理室・和室)	090-3558-6378	maru2.aki.125@gmail.com	毎週金曜日・他長期休み(祝日のぞく) 第1~3金曜日:14時30分~18時30分 第4金曜日:16時30分~19時頃	500	0	○	○	○	○	現在作成中	
124	松本	松本市	ディルセ(松本)	松本市城東1-6-19	削除	dilse@gland-riche.com	毎週水,木曜日 10:00~15:00	0	0	○	○	○	○	https://gland-riche.com/	
125	松本	松本市	子ども食堂 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	○	○	○	○	https://www.facebook.com/profile.php?id=61555440189335&locale=ja-JP https://www.instagram.com/soranotorimatsumoto/	

126	松本	塩尻市	紙芝居劇団実帰舎 および 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4土曜日(松本駅前公園にて) 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) 相談会 第2,第4火曜 随時	0	0	○							https://www.facebook.com/norikazu.ieda	
127	松本	塩尻市	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)	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	○	○							削除
128	松本	塩尻市	お気楽カフェ	塩尻市大字広丘吉田(えびの子水苑)開催地 変更あり	080-1172-4616	itumohaturatu@gmail.com	原則毎月第3土曜日 ※変更あり	200	0		○	○						○
129	松本	塩尻市	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	090-9666-0801	harashinden0706@gmail.com	祝日をのぞく毎週月曜日 15:00~19:00		0	○								https://www.facebook.com/harashindenkataishi/
130	松本	安曇野市	こどもカフェむぎむぎ	安曇野市堀金鳥川 1528-1 manaya安曇野	090-1119-5105	himari0088@gmail.com	毎月1回(日曜日) 11:00~14:30	500	300		○							○
131	松本	安曇野市	ディルセ(明科)	安曇野市明科中川手 3839-2 龍門淵テラス 3F	削除	dilse@gland-riche.com	毎週火,水曜日 10:00~15:00	0	0	○								https://gland-riche.com/
132	松本	安曇野市	ディルセ(穂高)	安曇野市穂高8158-16	削除	dilse@gland-riche.com	毎週木曜日 10:00~15:00	0	0	○								https://gland-riche.com/
133	松本	安曇野市	ディルセ(三郷)	安曇野市三郷温1858-1	削除	dilse@gland-riche.com	毎週金曜日 9:00~15:00	0	0	○								https://gland-riche.com/
134	松本	安曇野市	みんなのごはん会	長野県安曇野市豊科 5942-8 新田公民館	080-7492-0817	richess088@gmail.com	月1回	500	200 (ひとり親の子、障がい児、未就学児は無料)	○	○							https://egaonohana.org/

135	松本	朝日村	あさひ学習ひろば	朝日村小野沢162	0263-99-2640	asahigakusyuhir oba@gmail.com	毎週月,木曜日 17:00~19:00	0	0	○	○							https://www.facebook.com/gakusyuhiroba/	
136	北アルプス	大町市	アルピオン こどもの家	大町市大町2063-4	080-3907-4005	gute.reise405@g mail.com	毎週水曜日(要問合せ) 10:00~15:00	500	500	○	○		○						
137	北アルプス	大町市	こどもカフェ立田屋	大町市大町2561-1	0261-22-0011	cake@cowbell.ne. jp	毎月1回(不定期) 10:00~(要問合せ)	300	0		○		○				○		
138	北アルプス	大町市	このみ子ども食堂	大町市大町南原町4014	0261-85-4468		毎月1回(不定期) 12:00~13:00		0	○	○		○				○		
139	北アルプス	大町市	さくらさくらカフェ	大町市八坂1625	080-4190-8638		毎月1回(平日) 夕方から	0	0	○	○		○				○		
140	北アルプス	大町市	ほっとスペース	大町市大町1129 大町市総合福祉センター 1F	0261-22-2391	yuko@omachi-org	第2・第4土曜日13:00 ~15:00	0	0	○	○						○		
141	北アルプス	大町市	みあさの森	大町市美麻大塩	090-4371-9571	massule- k@i.softbank.jp	月1回日曜日,不定期	500~	300	○	○		○				○	https://www.facebook.com/miasanomor/	
142	北アルプス	池田町	こどもカフェラパス	池田町会染433			毎月1回不定期(要問合せ)	300~	0	○	○		○				○		
143	北アルプス	池田町	実家の茶の間	池田町池田4371-1	080-4687-4002	tya.jikka@gmail.c om	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	○	○		○				○	https://www.facebook.com/jikkanochanoma/?locale=ja_JP	
144	北アルプス	松川村	松川こどもカフェ 『リズム♪』	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.o cn.ne.jp	毎月第1・第3土曜日 10:00~13:00	300	0	○	○	○	○	○	○	○	○		
145	北アルプス	白馬村	こどもカフェ 3	白馬村北城	090-1884-5030 080-1024-6321	chi12@titan.ocn.n e.jp	毎月第3土曜日11:30~ 14:00	200~	0		○		○				○		

146	北アルプス	小谷村	いいどこ	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/%E3%81%8A%E3%81%97%E3%82%83%E3%81%B9%E3%82%8A%E9%A3%9F%E5%A0%82-%E3%81%84%E3%81%84%E3%81%A9%E3%81%93/100080010556882/?refid=52
147	北アルプス	小谷村	おたりつぐら ことども食堂	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/index1-1.html
148	長野	長野市	SDG's 腹いっぱい学生サロン	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)		○					http://hotline-nagano.org
149	長野	長野市	アイウィル学習室	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
150	長野	長野市	あそびずくし プレーパーク	長野市若里一丁目1-377-1 若里公園	080-9570-2176	asobiya.childhood@gmail.com		第3日曜日10:00~15:00	0	0							https://x.gd/aA7bz
151	長野	長野市	あもはぐ	長野市大字安茂里1777-1 安茂里公民館	026-400-0359	amoriyamohagu@gmail.com		第2・4土曜日9:30~11:30	0	0			○				
152	長野	長野市	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		月2~3回 水曜日16時~18時 休日11時~14時	1人100~の協力金	0	○	○					http://x.gd/YoRNL
153	長野	長野市	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		○					
154	長野	長野市	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)	○	○		○			https://x.gd/KxFdl
155	長野	長野市	オレンジ子ども食堂	長野市鶴賀七瀬458 オレンジ	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	子ども・お年寄り0		○	○				https://x.gd/iNa0e
156	長野	長野市	こいっち子ども食堂	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		毎月第3土曜日11:00~13:00	200	0		○					

157	長野	長野市	子ども、大人食堂 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		○	○				○				
158	長野	長野市	こども宅配えんま る便	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			○						https://enmaru.net/		
159	長野	長野市	こどもと誰でも食 堂	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		○							○		
160	長野	長野市	こども大人食堂 HEARTY DECO	長野市西三才8-20	070-2792- 6072	heartydeco.info@ gmail.com	火・水・金・土・日曜日10 時00分~17時00分	300	0	○	○	○	○					○	https://x.gd/bVleq	
161	長野	長野市	自習室きたほり	長野市大字北堀638-5 北堀公民館	090-6649- 5773	jisyuushitu.kitaho ri@gmail.com	毎月第3日曜日14:00 ~18:00		0	○								○	https://x.gd/wIZPi	
162	長野	長野市	信州こども食堂	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@ya hoo.co.jp	毎月第3土曜日11:00~ 14:00	協力金	0		○							○	https://hotline-shinshu.iimdofree.com/	
163	長野	長野市	だがし家らそ	長野市松代町松代590 だがし家らそ	090-7280- 0131	binimegumu@yah oo.co.jp	毎週木・金・土 11:00~ 18:00 第1第3日曜日 11:00 ~15:00	0(今後協 力金をいた だく予定)	0		○							○	https://x.gd/7AG3N	
164	長野	長野市	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@ivor y.plala.or.jp	月曜日~金曜日(祭日除 く) 15時~18時	100	100	○	○								○	
165	長野	長野市	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	第1~4土曜日10時~ 13時	保護者 200	0	○	○	○	○						○	https://x.gd/Mn4LP
166	長野	長野市	ちよこども食堂	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~土曜日(日曜祝 日以外) 9時半から16時		0		○								○	https://x.gd/PXKjZ
167	長野	長野市	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		○								○	https://blog.canpan.info/imoi/
168	長野	長野市	ながのこどもわく わくカフェ	長野市大字南長野新田町 1485-1 もんぜんぱら座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
169	長野	長野市	西の門こども レストラン	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	○										https://x.gd/eG8zE

170	長野	長野市	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	毎週水曜日10:00~12:00/15:00~17:00、木曜日15:00~17:00、金曜日15:00~19:30、第3土曜日10:00~13:00	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	○	○	○	○	○	https://nikkorihiroba.jimdofree.com
171	長野	長野市	東和田寺子屋カフェ	長野市東和田525-1 長野市東和田公会堂	080-1208-8564	kayo3@kqh.biglobe.ne.jp	不定期 会場の空き具合 10:00~13:30	300	0	○	○			○	
172	長野	長野市	ふうえば	長野市新田町1485-1 もんぜんぱら座 長野市南千歳1-8-13 (株)銀河ホールディングス	026-262-1696 (平日昼間のみ)	szhi11964@docomo.ne.jp	本年度定期開催の予定なし	正会員(年会費1,000円)	0	○					https://szhijack.jimdofree.com/
173	長野	長野市	古里こどもカフェ	長野市上駒沢361-1 上駒沢集会所、アグリながめま第2駐車場、他	090-6473-9455	asuma_nanase@n.a.commufa.jp	毎月第2日曜日 11:00~13:00	300	0	○	○	○	○		https://x.gd/UEDBJ
174	長野	長野市	松代児童相談センター「ふらっと」	必要に応じて個別訪問等 対応	026-214-5955	matsujise@dia.janis.or.jp	必要に応じて個別訪問等 対応	0	0		○	○			準備中
175	長野	長野市	学び舎めがき	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		○		○		https://x.gd/ra5S5
176	長野	長野市	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		最終土曜日15:00~20:00	100	100 未就学児無料	○	○	○			○
177	長野	長野市	みちくさ	長野市南堀346 長命寺	026-243-3024		毎月第3土曜日10時~15時	0	0		○				○
178	長野	長野市	みつ・かふえ	長野市東和田714-8光ビル2F 信州親子塾	026-405-2095	oyakojuku@dream.jp	月曜日~金曜日 11:00~15:00 第1土曜日 13:00~16:00	平日150、(土)付き添い500	平日100、(土)無料	○	○	○	○		https://www.oyakojuku.net
179	長野	長野市	無料学習支援きずな塾	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	○					
180	長野	長野市	もんも食堂	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		○				https://x.gd/hGdtZ
181	長野	長野市	ヤギキッズカフェ @オトナリ高原	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		○				http://iizuna.org/

182	長野	長野市	柳町カフェ	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		○	○				○		
183	長野	長野市	リサイクル交流広 場「回る回るハウ ス」	長野市西後町625-6 ヤマニビル2階	090-3806- 9332	keikoba1@beige.o cn.ne.jp	毎週日曜日(年末年始1 日だけ休業) 10:00~13:00	0	0	○		○	○	○				
184	長野	須坂市	須坂子ども食堂	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 ○		○	○			○			
185	長野	須坂市	須坂みんなの食堂	須坂市常盤町812-2 旧上高井郡役所		minnanoshokudo. suzaka@gmail.co m	毎月第4金曜日 17時~20時	協力金 300	0	○	○		○				https://x.gd/wyb97	
186	長野	須坂市	プラザ食堂	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		○							
187	長野	千曲市	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. l.com	毎週土曜日13:30~ 17:30	0	0								https://x.gd/kQV31	
188	長野	千曲市	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		○						○	
189	長野	千曲市	かみとくま食堂	千曲市上徳間1854	090-4756- 4274	t.sezai1224@gma il.com	毎月第2,4水曜日 15:00~17:00	0	0	○	○		○				https://x.gd/90JaS	
190	長野	千曲市	こどもと誰でもゆ いっこ食堂	千曲市戸倉2060-1戸倉 デイサービスゆいっこ	026-261-5226	yuikko@healthco op-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		○	○					○	
191	長野	千曲市	信州子ども食堂in 千曲市	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	○	○						○	現在メンテナンス中
192	長野	千曲市	ちくま未来教室	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	○							https://www.i-kasasagi.com/	
193	長野	千曲市	ふれあいあんずっ 子食堂	千曲市大字屋代2184-3 屋代公民館	026-272-1292	yukiko02xx@gmai l.com	5月~翌年3月の毎月第 3土曜日	200	0	○	○	○					○	
194	長野	千曲市	まちのがっこう	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	○	○						http://machi-no-gakkou.com/	

195	長野	坂城町	こどものひろまin 夢の湯	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	○	○							https://ssakaki.com	
196	長野	小布施町	おぶせっこ食堂	小布施町小布施1004 オープンシェアスペース ポス内	090-7213- 8006	gon00639@gmail.com	毎月第4水曜日15:00 ~18:00	200	200	○	○	○							
197	長野	飯綱町	こども食堂てんぐ カフェ	飯綱町普光寺920 多世代交流施設(メーラプ ラザ)	026-253-1001	tiiki@ii- shakyo.or.jp	毎月第2,4土曜日 11:00~13:00	300	0		○	○					○	https://www.ii-shakyo.or.jp/	
198	北信	中野市	岩船こども食堂	中野市岩船438-13 デイ サービス暖暖	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		○	○	○				○		
199	北信	中野市	キラキラカフェ高 丘	中野市安源寺666-1 中野市西部公民館	0269-26-5583	090-6536-3155 (ショートメール)	毎月第2土曜日10:00 ~14:00	300	0	○	○		○				○		
200	北信	中野市	なかの子ども食堂	中野市吉田1258 中野市 東吉田区民会館	090-7244- 5209	kimidorisonoopy@ gmail.com	毎月第4土曜日10:00 ~14:00	300	0	○	○	○	○				○		
201	北信	中野市	にじいろ子どもカ フェ	中野市岩船19-17 まるご とケアの家やわらぎ	0269-23-3081		開催日要確認	100	0	○	○		○				○		
202	北信	中野市	ハッピーカムカム こども食堂	中野市西条1045 西条研修センター	090-1869- 5439	8n7r5b@bma.bigl obe.ne.jp	毎月第2日曜日10:00 ~14:00	300	0		○		○				○	https://www.instagram.com/hapikamu_kodomo/	
203	北信	中野市	ビストロ東山	中野市東山区東山集会所 (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		○		○				○		
204	北信	中野市	ララカフェ豊田	中野市豊津2555-1 中野 市豊田人権センター	0269-38-2209		毎月第3土曜日10:00 ~14:00	300	0	○	○		○				○		
205	北信	中野市	お宮カフェ	中野市中央1-3-19 武水 穂神社(西町神社)	090-7705- 4677	misa.takano0502 @icloud.com	毎月第4金曜日13:30 ~16:30	300	0	○	○		○				○	https://www.instagram.com/genten7231/	
206	北信	中野市	ながおかカフェ	長嶺温泉(中野市大字田麦 338)	050-5235- 3443	nagaokanoyome@ gmail.com	毎月第3日曜日 11:00~13:00	300	0		○						○	https://www.instagram.com/nagaoka_wife/	
207	北信	飯山市	いいやまこども食 堂	飯山市寺町公園ふれあい 館(飯山市大字飯山 2941-1)	090-1730- 7954	mrhiro114406iiya ma@softbank.ne.jp	毎月第2,4日曜日 10:00~14:00	300	0		○	○	○				○		

208	北信	山ノ内町	北信みんなのプレーパークあそびば	北信濃の森文化公園(中野市) みろく森公園(山ノ内町) ケヤキの森公園(木島平村)他	090-5581-0420	asobiba.hokushin.playpark@gmail.com	毎月第1土曜日(中野市) 毎月第3土曜日(山ノ内町) 毎月第4土曜日(木島平村)	0	0		○		○		○	https://asobiba-hokushin-playpark.jimdofree.com/
209	北信	野沢温泉村	なかよし食堂	野沢温泉村豊郷9167 野沢温泉村公民館	090-5790-4202	kimiko.hsd-0429@docomo.ne.jp	毎月第4日曜日11:00~14:00 (冬季12~3月はお休み)	300	0		○		○		○	
210	北信	中野市	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)				○		○		○	
211	北信	山ノ内町	山ノ内みんなの食堂	山ノ内町文化センター(平 穩4,015-1)	0269-33-2810	tiiki@honobono-shakyo.or.jp	開催日要確認	300			○	○			○	
212	北信	木島平村	木島平村 こどもカフェ	木島平村農村交流館(上木 島1762)	090-4364-4141	marumika@yahoo.co.jp	開催日要確認				○				○	
213	北信	中野市	長嶺こどもと大人の食堂	中野市長嶺区長嶺ニュータ ウン集会所(中野市七瀬 1608-7)	0269-23-5183	take-203@circus.ocn.ne.jp	開催日要確認	300			○	○			○	