

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.3 90@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	○	○		○		○			
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@auror a.dti.ne.jp	毎月第4土曜日12:00 ~13:30	300	0		○	○				○		
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@gm .tp1.jp	毎週水・金曜日、第1土曜 日 17:00~20:00	300	100	○	○	○	○	○	○	○		
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. so-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@gm ail.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	
16	上田	上田市	上田おけまーる 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	○			○	○	○		映画上映会、遊 び	
17	上田	上田市	英師館	上田市常田3丁目2-60	0268-22-8314		毎月第4土曜日16:30 ~19:00	0	0	○	○	○	○					
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	okemarusyokudo u@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	
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		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	○	○	○	○	○	○	○	食育、伝統食作 りと芸術鑑賞	
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		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	○	○	○	○	○	○			

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		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	100	100		○	○	○			○	月によって配布orイベント
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)	0	0	○	○	○	○			○	長期休み期間イベント
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	toyosato@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
27	上田	上田市	みんなのカフェ サディーゴ	上田市上田原876-1(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		○			○		○	
28	上田	上田市	みんなのおだ食堂	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	毎月第4日曜日9:30~13:00	100(お弁当200円プラス)	100		○	○	○			○	屋外活動、ワークショップ
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		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らと案内が届きます)	0	0		○	○	○	○		○	調理体験、遊び
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		○					○	遊び場
33	諏訪	岡谷市	こどもぐらんまんま食堂	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		○	○				○	
34	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		○			○		○	自然の中での遊び
35	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		○	○		○		○	伝統文化体験
36	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		○	○	○	○	○	○	生活応援物資配布、居場所

51	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	○	○	○	○	○			
52	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		○	○	○	○	○	○		
53	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			○	○		○		○		
54	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	○	○	○	○			余暇支援	
55	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	○			○			放課後の居場所、遊び場	
56	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				○			親子の居場所、遊び場	
57	諏訪	原村	はらぺこさん	原村払沢12080	080-5144-1227	haramiya@po10.lcv.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			○	○	○	○	○	生活用品リユース及び環境負荷低減・意識啓発
58	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		○							
59	上伊那	伊那市	志和の会	伊那市美篤中県4854-1	0265-74-5158		不定期開催(月に1~2回程度)		0				○				
60	上伊那	伊那市	たんぼぼカフェ子ども食堂	伊那市美篤中県4854-1	0265-74-5158		不定期開催(月に1~2回程度)		0				○				
61	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				○		○	外遊び	
62	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	zaru.o@ybb.ne.jp	毎月第2日曜日11:30~12:30	300	4歳以上 100円				○			○	
63	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	○				○	○	○	

64	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	○	○		○	○	○	遊び体験	
65	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	○	○		○	○	○	遊び体験	
66	上伊那	辰野町	里山スクール木の 子	辰野町上島753	090-2419- 4180	kinokoclub.kawa shima@gmail.co m	毎週 金曜日 10:00~17:30		500 会員300 円		○		○		○		
67	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	○	○		○			遊び体験	
68	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	tytym822hp@icl oud.com	月1回10:00~12:00	300	~中学生無 料,高校生 100円	○	○				○		
69	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	minowa- re@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	○	○				○		
70	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@kamiin a-mcoop.com	備考欄に記載	無料	無料	○	○	○	○	○	○	○	遊び体験
71	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)	300	0	○	○	○	○	○	○	○	
72	上伊那	飯島町	ご縁食堂	上伊那郡飯島町飯島 2551	0265-86- 5511	https://iisyaky o.or.jp/sankaka tudou/goen/	年間計画による	お気持ち	お気持ち		○				○		
73	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@g mail.com	月1回	0	0		○		○		○		
74	上伊那	南箕輪村	かま塾	南箕輪村神子柴7288	090-2203- 7930	zaru@nifty.com	毎月2回程度不定期 土曜日9:00~12:00	0	0	○	○	○			○	遊び体験	
75	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	○			○			体験講座	
76	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.kazen oko@gamil.com	月1回1不定期 16:00 ~19:00	300	0		○	○	○		○	遊び体験	

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	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							○	
90	南信州	根羽村	ねばラボおやつ部	根羽村1945-1	080-4252-1732	kurashi@isshin.life	毎月不定期 月1~2回開催	500	0	○	○		○			10月から参加
91	南信州	下條村	まんまBaby&kids	下條村睦沢9729 中島VillageLifeClub	090-9665-8633	seikomiyajima@gmail.com	毎週火水木曜 10:00~15:00	100	0	○	○	○		○	○	
92	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)	○	○		○		○	
93	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「ソレ」	上松町小川1814	0264-52-3395	ohisama@ipone.ne.jp	・平日(月~土曜日)14:00~18:30 ・長期休暇	備考欄に記載			○	○		○		
94	木曽	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			○			○	
95	木曽	木曽町	きそっこの会	木曽町福島大手町5808-3 木曽郡民 会館	090-3440-6102	codomo.net@kt.kiso.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	○			○		○	
96	木曽	木曽町	サードプレイス・ゲストルーム ペチカンず木曽	木曽町福島5072-4	090-4007-6076	zxe01572@nifty.ne.jp	毎週木曜日18:00~21:00	0	0	○	○		○		○	
97	木曽	木曽町	信州子ども食堂 in木曽町	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			○			○	
98	木曽	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			○			○	
99	木曽	王滝村	おうたき寺子屋	王滝村2727	0264-24-0522 090-7711-3233	otaki.terakoya@gmail.com	月に10~15日 程度(不定)	0	0	○	○		○			
100	木曽	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.kiso.ne.jp	毎月1回日曜日 9:30~12:30	500	200	○	○				○	子供向ワークショップ

101	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.kiso.ne.jp	月1回程度(土曜日又は日曜日)	0	0	○						○	余暇活動支援
102	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	○	○			○		○	生活体験
103	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	○	○			○		○	生活体験
104	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@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
105	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@g.o.tvm.ne.jp	不定期 (月2回平日の夕方、土曜日の午前中)	100円~		0	○	○	○	○	○	○	体験活動
106	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	○	○		○		○	生活体験
107	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	○	○			○		○	食事を一緒に作る
108	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			○		○		○	イベント
109	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	○	○			○			食事を一緒に作る、季節に合わせたイベント
110	松本	松本市	信州子ども食堂 inことばき	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	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ
111	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	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ
112	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	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ
113	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	○	○	○	○	○	○	防災を学ぶ

114	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	○	○		○	○	料理やお菓子作りなど
115	松本	松本市	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=pag&liff.referrer=https%3A%2	原則第4月曜日 ※変更の場合あり、予約制	300	0	○	○		○	○	
116	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@roukyou.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	○	○		○	○	生活体験
117	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	nql17792@nifty.com	毎週土曜日(第5土曜日を除く) 10:00~11:30	0	0	○		○	○		
118	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	○			○	○	
119	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	○	○		○	
120	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	○	○	○	○		イベント,遊び
121	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	○	○		○	○	体験活動
122	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	○			○	○	イベント,保護者支援
123	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	○	○		○	○	生活体験

124	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	○							子ども食堂での楽しみ(エンターテイメント)提供、紙芝居と絵本の読み聞かせ	
125	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	○	○							手芸や工作、お楽しみクッキング
126	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		○	○					○	
127	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	○						○	
128	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			○					○	リユース交換、クラフトコーナー、子ども遊びコーナー、絵本などパフォーマンスコーナー
129	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	○							○	イベント,保護者支援 訪問支援
130	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	○							○	イベント,保護者支援
131	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	○							○	
132	松本	朝日村	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	○	○							
133	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@gmail.com	毎週水曜日(要問合せ) 10:00~15:00	500	500	○	○						○	

134	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		○		○		○		
135	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		備考欄に記載	0	○	○		○		○	
136	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	○	○		○		○		
137	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	○	○				○		
138	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	○	○		○		○	イベント	
139	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	○	○		○		○	農業体験 登山など	
140	北アルプス	池田町	実家の茶の間	池田町池田4371-1	080-4687-4002	tva.iikka@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	
141	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.ocn.ne.jp	毎月第1・第3土曜日 10:00~13:00	300	0	○	○	○	○	○	○		
142	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.ne.jp	毎月第3土曜日11:30 ~14:00	200~	0		○		○		○		
143	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~	○	○		○				
144	北アルプス	小谷村	おたりつぐら こ 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	○	○	○			○		
145	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)		○					健康づくり 元気づくり	

146	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	○				○	○			
147	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						○	あそび場づくり	
148	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	amori.amohagu@gmail.com	第2・4土曜日9:30~ 11:30		0	0			○			○	おさがり品の提供	
149	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.kodomo.cafe@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	○	○				○	洋服リユース	
150	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					○			○	居場所づくり	
151	長野	長野市	親子で息抜きイ 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	
152	長野	長野市	オレンジこども食 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					○	○			居場所づくり	
153	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				○		○	居場所づくり	
154	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@gmail.jp	毎月第1金曜日(不定期) 10:00から14:00	500						○	○		○	子育て支援
155	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				○				
156	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@outlook.jp	毎月3回程度不定期 16:00~19:00	300		300				○			○	遊び支援
157	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	hearttydeco.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	
158	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.kitahori@gmail.com	毎月第3日曜日14:00 ~18:00			0	○				○		居場所づくり 遊び支援	
159	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@yahoo.co.jp	毎月第3土曜日11:00 ~14:00	協力金		0				○		○	支援物資の提供	

174	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	oyakoiuku@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	○	○	○	○	○	平日：昼食・おやつ提供 (土):おやつ作りと食品配布を中心とした遊びの企画
175	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	○					
176	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		○				災害支援
177	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 よっこらしょヤギ農場	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
178	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-naganacity.or.jp	第3日 10:00～13:00	200	0		○	○			
179	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.ocn.ne.jp	毎週日曜日(年末年始1日だけ休業) 10:00～13:00	0	0	○		○	○	○	
180	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@opal.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		○	○		○	
181	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.com	毎月第4金曜日 17時～20時	協力金 300	0	○	○		○		
182	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		○				子育て支援・居場所づくり
183	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.com	毎週土曜日13:30～17:30	0	0						遊び場づくり
184	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		○				居場所づくり
185	長野	千曲市	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
186	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@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

187	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	○	○					○		
188	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	○								プログラミング 学習・居場所づ くり
189	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@gm ail.com	5月~翌年3月の毎月第 3土曜日	200	0	○	○	○					○	
190	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	○	○							レクリエーショ ン
191	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	○	○							遊び支援
192	長野	小布施町	おぶせっこ食堂	小布施町小布施1004 オープンシアースペースト ポス内	090-7213- 8006	gon00639@gmai l.com	毎月第4水曜日15:00 ~18:00	200	200	○	○	○						
193	長野	飯綱町	子ども食堂てんぐ 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		○	○					○	
194	北信	中野市	岩船子ども食堂	中野市岩船438-13 ディ サービス暖暖	0269-38-0725	dandan@xpost.p lala.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
195	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	○	○			○			○	遊び
196	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	○	○	○	○				○	遊び
197	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	○	○			○			○	
198	北信	中野市	ハッピーカムカム 子ども食堂	中野市西条1045 西条研修センター	090-1869- 5439	8n7r5b@bma.big lobe.ne.jp	毎月第2日曜日10:00 ~14:00	300	0		○			○			○	遊び
199	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.j p	毎月第2土曜日11:00 ~14:00	300	0		○			○			○	遊び
200	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	○	○			○			○	遊び

201	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	○	○		○		○		遊び	
202	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		○					○		
203	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	mrhiro114406iiyama@softbank.ne.jp	毎月第2,4日曜日10:00~14:00	300	0		○	○	○			○		遊び
204	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		○		○			○		遊び
205	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		○		○			○		遊び
206	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)				○		○			○		遊び
207	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			○	○				○		
208	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				○					○		
209	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			○	○				○		遊び