



上伊那地域 信州子どもカフェ

発行●上伊那地域振興局総務管理課
2023年1月末日現在

信州子どもカフェとは？

無料または低額で食事提供や学習支援などの取組を月1回以上提供している子どもの居場所のこと。一般的には「子ども食堂」と呼ばれるもので、長野県では「信州子どもカフェ」という愛称で呼び、その設置を推進しています。

- 食 食事提供
- 交 多世代交流
- 学 学習支援
- リ 学用品等リユース
- 相 悩み相談
- 他 その他

1 若宮きずな塾

■伊那市上牧7380-335 若宮第2公民館
■不定期開催
☎0265-79-8702 ☎chisato@kamiina-mcoop.com
【参加費】無料
【対象者】若宮地域の少中学生

食学相リ他

2 さくら教室

■伊那公民館又は いなっせ ☎inashihitorioya@gmail.com
■毎週土曜日15:00～17:00
☎0265-78-4111
【参加費】1家庭につき月500円
【対象者】1人親家庭小3～中3

学相

3 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
■毎月第2日曜日 11:30～12:30
■TEL 090-1867-4265 ☎zaru_o@ybb.ne.jp
【参加費】こども(4歳～高校生):100円 おとな:300円
【対象者】どなたでも

食他

4 フリーキッズ・ヴィレッジ (みんなの村子どもカフェ)

■伊那市高遠町山室3335-1 ☎office@freekids.jp
■毎週水曜日 16:00～18:00
■TEL 0265-94-5028
【参加費】: 無料
【対象者】三義地区どなたでも

食交相他

5 親と子学び育ちの会「まねきneko」

■駒ヶ根市総合文化センター
■毎月第3土曜日 13:30～15:00
■☎honobono.2525manekineko@gmail.com
【参加費】フードパントリー: 無料、お弁当配布:
大学生まで無料 一般～300円(協力金) 食学交相リ
【対象者】駒ヶ根伊南地区 幼児～大学生子育て世代

6 あかり子どもカフェ

■辰野町赤羽100-2共生館あさひヶ丘
■毎月第2・4土曜日10:00～12:30(都合により変更あり)
■TEL 0266-41-5256 ☎npo-akari@ina.janis.or.jp
【参加費】こども: 無料 おとな: 300円
【対象者】辰野町内小中学生

食学交相リ他

7 ひだまりのおうち

■辰野町平出 2166 ☎chika1981816@yahoo.co.jp
■学習支援、悩み相談...毎月第2、4水曜日 15:00～17:00
食事提供、その他...不定期 10:00～13:00
■TEL 090-5608-3742 【参加費】学習支援、悩み相談...無料
食事提供...こども: 無料 / おとな: 300円 食学相他
【対象者】辰野町内小中学生 ※送迎応相談

8 子育て広場/フリースクール

■辰野町横川 ☎kinokoclub.kawashima@gmail.com
川上生活改善センター 瑞光寺 ※随時変更になります
■毎週金曜日10:00～17:30
■TEL 090-2419-4180
【参加費】: 500円(会員300円)
【対象者】どなたでも

食交相他

9 ふれあい食堂

■箕輪町イオン内「みのわーれ」
■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
■TEL 0265-95-4465 ☎minowa-re@inacatv.ne.jp
【参加費】小学生以上1人300円 食学
【対象者】学習支援: 町内小中学生、食事: どなたでも 交

10 まちの駅ふじや

■箕輪町中箕輪12424-3 ☎furuhashi@kamiina-mcoop.com
■放課後子ども食堂 毎月第2・4金曜日16:30～18:30
■朝子ども食堂 毎月第2・4水曜日7:45～8:15(木下駅前)
■TEL 080-6932-0800【参加費】放課後子ども食堂: 高校生:
100円/中学生以下: 無料/おとな: 300円 食学交他
朝子ども食堂: 無料 【対象者】箕輪町全域

11 子ども食堂アムール

■成人大学センター・林業センター
■毎月1回土曜日
■TEL 080-2339-5151 ☎u.s.k331n.87@gmail.com
【参加費】無料
【対象者】どなたでも

食交相

12 かま塾

■南箕輪村神子柴7288神子柴公民館 ☎zaruo@nifty.com
■毎月2回程度不定期の土曜日9:00～12:00
■TEL 090-2203-7930
【参加費】無料(スキー教室等: 実費徴収)
【対象者】南箕輪村内小学生

学交他

13 南箕輪村こども館

■南箕輪村4817-1
■平日・土曜日 10:00～17:30(10月～3月16:30終了)
■TEL 0265-98-5110
【参加費】無料
【対象者】南箕輪村、伊那市、箕輪町

学相他

14 わが家のみんな食堂

■宅幼老所わが家(宮田村7504-4)または
宅幼老所あずま家河原町(宮田村3378-1)
■毎月第4金曜日 17:00～18:30
■TEL 0265-96-7130 ☎info@wagaya-miyada.com
【参加費】こども: ワンコイン(おもちゃや紙のお金でもOK!)
おとな: 200円 【対象者】どなたでも 食交相

15 井戸端食堂

■食堂開催場所: 村人TERRACE(住所 宮田村3247番地)
事務局宮田村3252-1(梅が里ギャラリー手づくり屋)
■毎月第2・4日曜日 11:30～13:00
■TEL 0265-98-7749 ☎idobatamiyada@gmail.com
【参加費】500円 こども・ヘルプマーク・食品提供者: 300円 食交他
【対象者】どなたでも

16 中川子ども食堂 風の子

■食堂開催場所: 古民家カフェと宿 大きな玄関
中川村片桐3230-3
■毎月1回(不定期開催) 16:00～19:00
■TEL 090-1869-3722 ☎nakagawa.kazenoko@gmail.com
【参加費】こども: 無料/おとな: 300円 食交
【対象者】どなたでも

17 子どもカフェ「カランコエ」

■辰野町伊那富2841 ☎cp-karanchoe@sun.gmob.jp
■毎月第2・4水曜日 15:00～17:00
■毎月第4土曜日 10:00～12:30
■TEL 0266-78-8870
【参加費】小中学生無料 食学交相リ
【対象者】辰野町内小中学生