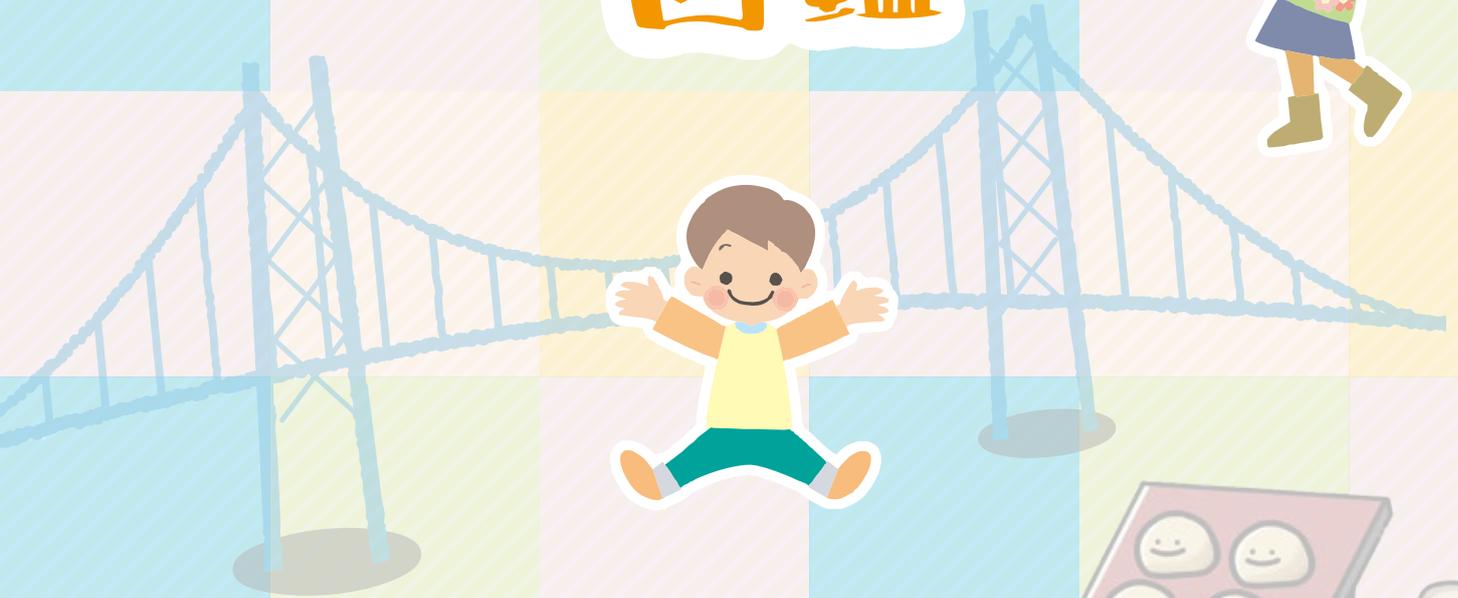


あかし  
 こども食堂  
 図鑑

しょく とう  
 ず かん





# もくじ

こども食堂のある小学校区ごとの色分け

- ……松が丘、朝霧、人丸、中崎、明石
- ……大観、王子、林、鳥羽、和坂
- ……沢池、藤江、花園、貴崎
- ……大久保、大久保南、山手、高丘東、高丘西、谷八木、江井島
- ……錦が丘、魚住、清水、錦浦、二見、二見北、二見西

明石版こども食堂について……………	2	● そら食堂……………	30
明石市におけるこども食堂開設までの経緯……………	3	● きさきっこカフェ……………	31
こども食堂に参加するには		● 松陰厚生館こどもカフェ……………	32
こども食堂でボランティアをするには？……………	4	● ねんりんこども食堂～憩いの場～大久保地区……………	33
● 松が丘こども食堂……………	5	● コージー……………	34
● あったか食堂ほっとホット……………	6	● コージーカフェ……………	35
● こいちこども食堂……………	7	● みらいえこども食堂……………	36
● アルファステイツ朝霧丘子ども食堂……………	8	● 西大窪厚生館こどもカフェ……………	37
● 人丸っ子レストランまんまる……………	9	● casaそらのみんな食堂……………	38
● 中崎あいあい子ども食堂……………	10	● あいあいてーぶる……………	39
● 明石こども食堂～おととと～……………	11	● にこにこてーぶる……………	40
● こどもふれあいキッチン……………	12	● 谷八木こども食堂てくてく……………	41
● しおさいライオンズこども食堂……………	13	● げんきっずサロンF&T……………	42
● 明石小学校区こども食堂きらり☆……………	14	● 西八木厚生館こどもカフェ……………	43
● 明石キャッスルホテル子ども食堂……………	15	● 江井島こども食堂……………	44
● 王子こどもカフェ……………	16	● こども食堂 しまっこ……………	45
● 西新町こども食堂……………	17	● レストラン つながり……………	46
● はやしこどもカフェ……………	18	● 金ヶ崎こども食堂……………	47
● 鳥羽子どもふれあいレストラン……………	19	● 清水っ子いちごプラザ……………	48
● 鳥羽厚生館こどもカフェ……………	20	● 錦ヶ浦キッチン……………	49
● 和坂かにっこ食堂……………	21	● 美里厚生館こどもカフェ(ハピ・ママ)……………	50
● こどもレストランnono……………	22	● 中尾こども食堂～バリオ～……………	51
● こどもスマイルキッチン……………	23	● 二見きっずサロン……………	52
● きょうどうレストランSONO'Sキッチン……………	24	● こども食堂 ～浜っこ～……………	53
● 弁財天厚生館こどもカフェ……………	25	● 二見北こどもカフェ……………	54
● げんきっずサロン ふじえにじっこ……………	26	● ほのぼのこどもレストラン……………	55
● わがや……………	27	● こども食堂にわか……………	56
● はなぞのサポーティングランチ……………	28	● こども食堂 nico☺……………	57
● みんな食堂……………	29		





# 明石版 こども食堂について

明石のこども食堂は、貧困対策に限らず、すべての子どもたちを対象にした居場所です。食を通して、安心して過ごせる場所。遊んだり勉強したりしながら、地域のあらゆる世代の人たちとつながっていきける場所。

また、子どもたちが感じる不安や心配を早期に把握し、必要な支援につなげていく「気づきの地域拠点」です。

## 明石版こども食堂の3つの機能

自由に遊んだり、勉強したりできる  
子どもたちの場所



遊び・学び

地域の子どもと大人が交流する場所  
(高齢者・障害者・若者など)

地域との  
交流の場



気づきの  
地域拠点

支援が必要な子どもの早期発見  
明石こどもセンターなど専門機関との連携

子どもたちが一人でも 家から歩いていけるところ **＝ 全28小学校区に設置**





# 明石市における こども食堂誕生から現在に至るまでの経緯



2016年  
(平成28年度)

11か所

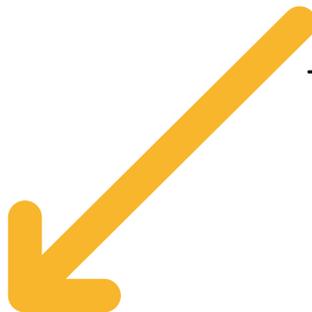
明石市で  
こども食堂モデル事業が開始  
平成28年度末には  
10小学校区11か所で実施



2018年  
(平成30年度)

38か所

5月1日に  
一般財団法人あかしこども財団設立  
全28小学校区において  
38か所で実施



2022年  
(令和4年度)

49か所

9月1日に  
公益財団法人へ移行  
全28小学校区において  
49か所で実施



2023年  
(令和5年度)

54か所

こども財団は今後も市内の  
各こども食堂の特色を大切に、  
より良いこども食堂を  
目指して応援します





## こども食堂へ参加するには？

このこども食堂図鑑や各こども食堂が発行しているチラシ、財団ホームページなどから連絡先を確認して直接こども食堂へお問い合わせください。

当財団ホームページに各こども食堂の開催状況が分かるカレンダーを掲載していますので、そちらをご参照ください。

※大人を含む誰でも参加できるところと、子どもだけを対象としているところがあります。

※こども食堂によっては保護者の送り迎えが必要な場合があります。



## こども食堂でボランティアをするには？

こども食堂ではお手伝いいただけるボランティアを募集しています。

ボランティア活動の例：①調理ボランティア ②遊びや学びのお手伝いボランティア



市内にはいろいろなこども食堂がありますので、こども食堂図鑑等でこども食堂を探してみましよう。

当財団職員が「こども食堂ってどんなところ？」や、ボランティアの参加にあたっての注意点、守っていただきたいことについて説明します。

ご希望の活動や、場所、時間をお聞きした上で、こども食堂をご紹介します。

※ご希望のこども食堂へご紹介できない場合があります。



# 松が丘子ども食堂



子どもたちに栄養バランスの整ったあたたかい食べ物を提供し、遊びを通していろいろな学年の子どもたちと仲間づくり。



写真は2019年11月時点のものです

- 主催** 松が丘子ども食堂
- 開催場所** 県営明石松が丘住宅1号棟集会所
- 住所** 松が丘1-2
- 開催日時** 第4土曜日 11:30~13:00
- 定員** 15名
- 問い合わせ先** メール/1425keito@gmail.com



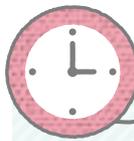
## 人気メニュー

- チキンライス
- 豚丼
- ひじきサラダ



## PRポイント

おいしいご飯と色紙で作ったおもちゃでみんなと競争するのは楽しい!  
子どもたちに食の大切さを知ってもらうため、季節の食材を使った食事を提供したり、遊びとして工作できる時間を設けたり、地域のボランティア団体を講師に招き、出前講座を開催するなど、子どもたちとスタッフとが活発に交流しながら実施しています。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング
- 9:20 テーブルの消毒・調理準備
- 11:30 受付 自己紹介
- 12:00 みんなで「いただきます」
- 12:30 遊び
- 12:30 子どもたち解散  
片付け
- 13:30 スタッフミーティング
- 14:00 スタッフ解散

## あったか食堂ほっとホット



子どもも大人も、「あったか〜い、ホッとする」そんな居場所でありたいと思っています。



**主催** 神戸医療生活協同組合明石海峡支部

**開催場所** 朝霧生協会館

**住所** 朝霧南町3-13-1

**開催日時** 第3土曜日 10:30~13:00  
(第1土曜日をすべて第3土曜日に変更)

**定員** 15名

**問い合わせ先** TEL/078-913-5033  
FAX/078-913-5033



### 人気メニュー

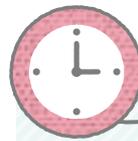
- オムライス
- ボロネーゼ
- ちらし寿し



### PRポイント

やっとな調理と、みんなで一緒に食事をする事になりました。

絵本の読み聞かせや紙芝居、工作等を通じて子どもたちと交流するとともに、食事の時間でも子どもとスタッフがごちゃまぜになって積極的にコミュニケーションを図っています。



### 当日の流れ

- 9:30 ボランティア集合 調理スタッフは手指消毒後調理  
遊びのスタッフは、2Fで準備
- 10:30 子どもたち 絵本を読んでももらったり、工作など
- 12:00 子ども・地域の高齢者、スタッフ一緒に食事
- 13:00 子どもたち帰宅 ボランティアは後片付け

# こいちこども食堂



みしゅうがくえんじ こ だいがくせい わかもの かた りよう  
 未就園児の子どもから大学生の若者までいろんな方が利用しています。  
 いっしょ たの た  
 一緒に楽しくごはんを食べませんか？



- 主催 NPO 法人 こぐまくらぶ
- 開催場所 お好み焼きこいち
- 住所 朝霧南町3-1-35-101 セラーン1階
- 開催日時 第3金曜日 16:00~18:00
- 定員 20名
- 問い合わせ先 TEL/078-917-0087  
FAX/078-917-0087  
10:00~14:00



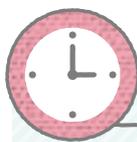
## 人気メニュー

- から揚げ
- お好み焼き
- カレー



## PRポイント

大学生のお兄さんお姉さんと遊べる。  
 お腹いっぱい食べられる。  
 「NPO 法人こぐまくらぶ」(就労継続支援 B 型)のボランティアや神戸学院大学の学生ボランティアが参加するなど、様々な世代の方々がスタッフとして関わっています。  
 また、飲食店経営を通じて培ったスキル等を活かした食事を提供したり、ぬり絵ができるなど自由に遊ぶことができるキッズスペースも設置しています。



## 当日の流れ

- 15:00 スタッフミーティング
- 15:30 部屋消毒・調理準備
- 16:00 受付  
自由遊び
- 17:00 食事
- 17:30 片付け・フリータイム
- 17:50 紙芝居・クイズ・ゲーム
- 18:00 解散
- 18:30 スタッフミーティング

# アルファステイツ朝霧丘子ども食堂



こども食堂 7 年目。今年度より、偶数月も実施。奇数月は、自分たちで調理をすることがメインです。



- 主催** 中朝シニア元気クラブ
- 開催場所** アルファステイツ朝霧丘集会室
- 住所** 中朝霧丘1-7
- 開催日時** 第4土曜日  
10:00~13:00 (奇数月)  
12:30~14:00 (偶数月)
- 定員** 16名
- 問い合わせ先** TEL/070-5268-3212 大川  
メール/Masa2917@hotmail.com



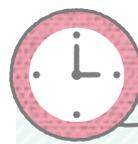
## 人気メニュー

- カツカレー
- サンドウィッチ
- お好み焼き
- おでん



## PRポイント

包丁の使い方が上手になります。お家での後片付けや買い物の手伝いもできるようになります。



## 当日の流れ 奇数月

- 9:50 受付
- 10:00 オリエンテーション 自己紹介
- 10:20 みんなで クッキング
- 11:30 みんなで いただきます  
各自で、ふりかえり
- 12:10 みんなで 後片付け
- 12:30 スタッフミーティング
- 13:00 スタッフ解散

# 人丸っ子レストラン「まんまる」



「みんなであそんで ごはんをたべよう」を <sup>あ</sup> <sup>ことば</sup> <sup>こ</sup> 合い言葉に、子どもたちといっしょに <sup>たの</sup> <sup>ば</sup> 楽しい場をつくっていきたいです。



- 主催** 人丸小学校地区社会福祉協議会
- 開催場所** 恵泉総合ケアセンター明石事業所
- 住所** 荷山町1855-11
- 開催日時** 第4土曜日 12:30~14:00
- 定員** 16名
- 問い合わせ先** 金丸  
TEL/090-5069-9442  
FAX/078-914-8550



## 人気メニュー

- 焼きそば
- カレー
- から揚げ
- クリームシチュー
- 和菓子・抹茶



## PRポイント

ボランティアのみんながやさしく、いろいろな工作ができること、たくさんの友達ができること。明石高校のボランティアさんと楽しく遊べること。



## 当日の流れ

- 10:30 スタッフミーティング、調理
- 12:00 子ども来所・受付、フリータイム
- 12:30 みんなで「いただきます」
- 13:00 いろいろな遊び
- 14:00 子どもたち解散、最終片付け、反省会
- 14:30 スタッフ解散



# 中崎あいあい子どもカフェ



しよく きほん あそ まな とお こ おとな たの ちいき なかま  
 食を基本に遊びや学びを通して子どもも大人も楽しく、地域の仲間づくりをめざ  
 しています。



- 主 催 中崎あいあい子どもカフェ
- 開催場所 大蔵会館
- 住 所 大蔵中町12-14
- 開催日時 第3土曜日 10:00~15:00
- 定 員 30名
- 問い合わせ先 石崎 TEL/080-2402-1696



## 人気メニュー

- から揚げ
- カレー
- フライドポテト
- 温野菜



## PRポイント

日本各地の郷土料理や世界の国の料理を子どもたちに少しでも知ってもらえるよう、料理に1品取り入れています。また食品ロスをなくすためにバイキングスタイルにしています。食後は大学生ボランティアが毎回工夫をこらして、遊びを考えてれています。絵本の読み聞かせも子どもたちの楽しみです。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフ9時集合
- 10:00 受付、自由時間
- 12:00 食事
- 13:00 絵本のよみきかせ、大学生による遊び
- 14:00 解散(希望者のみ)
- 15:00 解散(全員)こどもカフェ終了



# 明石こども食堂～おととと～



ち い き おと な こ ば ち い な や ち い き  
 地域の大人と子どものコミュニケーションの場をつくり、小さな悩みや地域の  
 かんきょう もくてき かつどう  
 よりよい環境づくりを目的とした活動をしています



**主 催** 明石こどもの会 おととと

**開催場所** 相生会館

**住 所** 天文町2-2-27

**開催日時** 第3日曜日 11:30~14:30

**定 員** 30名

**問い合わせ先** TEL/090-4034-8745 (福島)



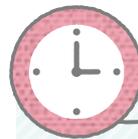
## 人気メニュー

- 手づくりピザ
- おにぎりづくり
- カレーづくり
- から揚げづくり



## PRポイント

毎月違う手づくり料理をみんなで作って、みんなで楽しく食べる。  
 いろいろな手品を見て子どももおとももチャレンジできるよ



## 当日の流れ

- 11:30 受付
- 12:00~13:00 食事
- 13:00~13:20 本のよみきかせ
- 13:20~13:50 いろいろな遊び
- 14:00~14:30 室内ゲーム大会
- 14:30 終了



# こどもふれあいキッチン

一言

こどもたちの憩いの居場所を提供していきたいとおもっています。



- 主 催** アトリエKaTa・KaTa
- 開催場所** アトリエKaTa・KaTa
- 住 所** 上の丸1-2-1  
ロイヤルヒルズ上の丸103
- 開催日時** 毎月4~5回不定期  
平日 17:00~18:30  
休日 11:30~13:00
- 定 員** 10名程度
- 問い合わせ先** TEL/090-5045-5202



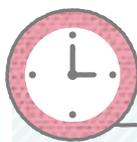
## 人気メニュー

- チヂミ
- りんごの紅茶ゼリー



## PRポイント

宿題や本読み、工作の後、薬膳の要素を取り入れた食事を食べています。食事をしながら自己紹介をし、食後には英会話やピアノ演奏をするなど、スタッフと参加者の子どもたちとの交流を大切にしています。



## 当日の流れ

- 平日
  - 17:00 ボランティアによるお遊び(紙芝居など)
  - 18:00 食事をしながら近況報告、自己紹介
- 休日
  - 11:30 絵本の読み聞かせ、ゲームなど
  - 12:30 食事をしながら近況報告、自己紹介

# 明石しおさいライオンズこども食堂



すし りょうりづく ちょうせん すししよくにん つく かた おし  
 お寿司やお料理作りに挑戦しよう。寿司職人さんに作り方を教えてもらってみんなで楽しくいただきます！



**主催** 明石しおさいライオンズクラブ

**開催場所** アスパア明石8階 調理実習室

**住所** 東仲ノ町6-1

**開催日時** 第2日曜日 12:30~14:00  
 ※お楽しみ時間(自由時間)参加の方は、15:00まで

**定員** 20名

**問い合わせ先** 明石しおさいライオンズクラブ事務局  
 TEL/078-945-6371  
 FAX/078-945-6371



## 人気メニュー

- にぎり寿司
- 巻き寿司
- 茶わん蒸し



## PRポイント

すし職人の隊長は、おもしろくて手品が得意だよ。



## 当日の流れ

- 12:00 スタッフ集合  
テーブルの消毒・準備
- 12:30 受付
- 12:45 お料理開始！  
みんなで「いただきます」
- 13:30 みんなで片付け  
フリータイム・手品等
- 14:00頃 すし作り体験のみのお子どもたち解散  
お楽しみ時間
- 15:00頃 子どもたち解散後、スタッフ解散

# 明石小学校区こども食堂きらり☆

一言

みんなで食<sup>た</sup>べるとおいしいね☆ みんなで遊<sup>あそ</sup>ぶと楽<sup>たの</sup>しいね☆



**主催** 明石小学校区こども食堂運営委員会

**開催場所** 明石小学校 家庭科室・図書室

**住所** 山下町12-21

**開催日時** 第4土曜日 11:15~14:00  
(学校行事で第3土曜日開催もあり)

**定員** 20名 (小学1年生~)

**問い合わせ先** 三枝 TEL/078-911-8121  
FAX/078-911-8121



## 人気メニュー

- カツカレー
- 煮込みハンバーグ
- から揚げ
- 魚フライ
- タルタルソース



## PRポイント

“愛情たっぷり手作りごはん” みんなで食べるとおいしいね!

苦手な料理も一口チャレンジできるかも。  
季節の行事(七夕・夏休み美術館見学・芋ほり・ハロウィーン・クリスマスなど)・紙しばい・輪投げ・けん玉・ボードゲーム・おりがみなどその日の気分で楽しもう。

時には、宿題を持ってきたりしてもいいね。  
民生児童委員・ボランティアが子どもと一緒に楽しんでいます。



## 当日の流れ

- 9:00 準備開始
- 11:15 子ども受付(図書室)  
スタートは“みんなでラジオ体操”  
季節の行事・工作・自由遊びなど
- 12:20 家庭科室へ移動「いただきます」
- 13:00 「ごちそうさま」図書室へ移動  
遊びの続き
- 13:50 子どもたち後片付け・終わりの会
- 14:00 子どもたち解散、スタッフ後片付け・反省会

## 明石キャッスルホテル子ども食堂

一言

ちいさなこどもたちに「楽しみ」に思っただけの居場所づくりを目指します。



- 主催 株式会社キャッスルホテル
- 開催場所 明石キャッスルホテル内 1F レストラン
- 住所 大明石町1-8-4
- 開催日時 奇数月の第2日曜日 11:30~13:30
- 定員 20名
- 問い合わせ先 電話  
(予約受付) TEL/078-927-1737  
(当日連絡) TEL/078-913-1551



### 人気メニュー

- 肉団子の甘酢ソース
- グラタン
- 天ぷら
- エッグタルト



### PRポイント

ホテルならではの和洋中メニューを用意しています。食後には、学生ボランティアの方と一緒に遊ぶ時間をつくっています。



### 当日の流れ

- 11:00 スタッフ会場準備
- 11:15 受付
- 11:45 食事 みんなで「いただきます」
- 12:30 学生ボランティアの方と遊びタイム
- 13:30 子どもたち解散

# 王子こどもカフェ

一言

ちいさなこどもがつながる居場所としてこれからも楽しい時間にしていきます。



写真は2019年11月時点のものです

**主催** 王子小学校地区社会福祉協議会

**開催場所** 王子小コミセン

**住所** 王子1-1-1

**開催日時** 第4土曜日 14:00~15:30

**定員** 20名

**問い合わせ先** 王子まち協 TEL/078-940-6677  
王子小コミセン TEL/078-927-9622  
(受付時間 10:00~17:00)



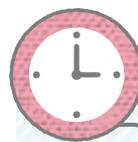
## 人気メニュー

- シュークリーム
- ぜんざい



## PRポイント

フルーツバスケットやトランプなどありふれたゲームでも喜んで取り組んでくれる子どもたちの姿を見ると嬉しく思います。県立大学看護学部の先生に絵本を読んでもらったり、市の出前講座に来てもらったりもしています。



## 当日の流れ

- 14:00 開会・挨拶
- 14:05 おりがみで名札づくり・自己紹介
- 14:15 手洗い・配膳・食事
- 15:00 ゲーム  
例) フルーツバスケット
- 15:20 アンケート
- 15:25 閉会・挨拶

# 西新町こども食堂

一言

まいかい 毎回 100 名以上の参加者で賑わう西新町駅前のこども食堂です。



**主催** 西新町こども食堂ボランティアグループ

**開催場所** 西新町駅前広場

**住所** 西新町2-18

**開催日時** 第3日曜日 12:00~14:00

**定員** 100名程度

**問い合わせ先** 西新町飲食業協同組合  
事務局 (小松)  
TEL/070-2685-9531



## 人気メニュー

- カレー
- 中華丼
- 彩りそうめん



## PRポイント

西新町駅周辺の飲食業を営む店主が毎回手作りするメニューは絶品。またスーパーボールすくいや輪投げ等楽しい遊びも盛りだくさん。



## 当日の流れ

- 前日 仕込み
- 10:00 スタッフミーティング
  - 11:00 テーブルの消毒・調理準備
  - 12:00 こども食堂開始
  - 12:30 食べ終わった子どもから遊び
  - 14:00 片付け&子どもたち解散
  - 14:30 スタッフミーティング
  - 15:00 スタッフ解散

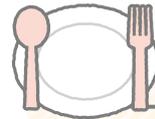
# はやしこどもカフェ



子育て真っ最中のママスタッフが中心となって、子どもたちが元気になれる食事と居場所づくりを目指しています。



- 主催** NPO 法人おーえんくらぶ
- 開催場所** 望海浜公園 林コミュニティセンター
- 住所** 望海浜公園 船上町783-76  
林コミセン 林崎1-11-2
- 開催日時** 第2日曜日 11:30~12:30
- 定員** 50名
- 問い合わせ先** メール/oenclub@gmail.com  
または、公式ラインアカウントより  
お問い合わせください。



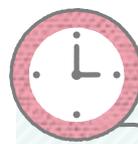
## 人気メニュー

- チキンフライ
- ラタトゥイユ



## PRポイント

学校やクラスの友達ではない友達と一緒にご飯を食べて、公園の遊具で遊んだりするのもとても楽しいです。林コミセンでの開催時は、食べた後のカードゲームやボードゲームも人気です☆  
まだ、参加された事がないお友達も、一度遊びに来てね。待ってます!



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング 調理開始
- 11:00 調理終了 運搬準備
- 11:30 受付
- 11:40 みんなで「いただきます」
- 12:20 片付け フリータイム
- 12:30 参加者 解散
- 12:40 スタッフミーティング
- 13:00 スタッフ 解散

# 鳥羽子どもふれあいレストラン



できるだけ旬の食材を使った献立を心掛けています。また、子どもたちとボランティアとの楽しい交流の場になればと思っています。



- 主催** 鳥羽まちづくり協議会
- 開催場所** コープ西明石店3F集会室
- 住所** 西明石北町1-2-1
- 開催日時** 第3金曜日 17:00~19:00
- 定員** 25名
- 問い合わせ先** 鳥羽まちづくり協議会  
子どもふれあい部会 担当 若村  
TEL/078-920-8611  
メール/waka4222@gmail.com



## 人気メニュー

- 煮込みハンバーグ
- オムライス
- から揚げ



## PRポイント

明南高校の生徒や地域のボランティアの方と一緒に遊んだり、ご飯を食べたりできて楽しい。ビンゴゲームなどができる。食事のメニューは、どれもおいしい。



## 当日の流れ

- 15:00 スタッフ集合・ミーティング
- 15:10 調理準備・開始
- 17:00 子ども集合
- 17:00 宿題・勉強等(自由時間)
- 17:30 みんなで「いただきます」
- 18:00 みんなでゲーム
- 19:00 保護者お迎え・片付け
- 19:15 スタッフ解散



# 鳥羽厚生館こどもカフェ

一言

遊ぶ・学ぶ・交流の場として子どもたちが笑顔になる活動をしています。



- 主 催** 鳥羽厚生館運営委員会
- 開催場所** 鳥羽厚生館
- 住 所** 野々上 1-11-14
- 開催日時** 第3火曜日 15:30~16:30
- 定 員** 15~25名 (開催内容により変動)
- 問い合わせ先** 鳥羽厚生館  
TEL/078-928-1130  
FAX/078-928-1130



## 人気メニュー

- 手作りパフェ
- ドーナツ



## PRポイント

異学年との交流で、今まで知らなかった人と一緒に遊んだりお菓子を食べたりして友だちがいっぱいできます。みんなでパフェづくりやおもしろい遊びをしたり勉強したりできる場所です。地域の子どものふれあいの場になっています。



## 当日の流れ

- 14:00 打合せ・準備
- 15:15 受付
- 15:30 カフェ開始  
レクリエーション、工作、勉強など
- 16:05 手洗い・配膳
- 16:10 おやつタイム
- 16:25 片付け
- 16:30 解散

# 和坂かっこ食堂

一言

ちいき こうりゅう ば ていきょう たの あそ しょくいく しぜん み  
 地域との交流の場を提供し、楽しく遊び、食育やマナーが自然と身につきます。



**主催** 和坂かっこ食堂ボランティアグループ

**開催場所** 鳥羽厚生館

**住所** 野々上1-11-14

**開催日時** 第3金曜日 16:00~18:30

**定員** 25名

**問い合わせ先** TEL/078-928-6033  
 メール/  
 wasaka-kouku@kpb.biglobe.ne.jp



## 人気メニュー

- から揚げ
- 煮込みハンバーグ
- カレーライス



## PRポイント

季節にあわせて行事を企画しています。  
 室内では、クイズ・輪投げ・ゲーム・おりがみ・お話・ぬりえ・バルーンアート等楽しむ時間を取り、また屋外ではドッジボール・サッカー・縄跳び・フラフープなど行っています。毎月の誕生会も楽しみです。  
 SDGS もスタッフが子どもたちに説明をしながら学んでいます。  
 食事の配膳や後片付けは、みんな一緒に楽しくやっています。



## 当日の流れ

- 15:00 こども食堂スタッフ全員集合 (スタッフミーティング)
- 16:00 子どもが来はじめ、順次受付、検温、消毒、ラジオ体操、宿題、遊び、SDGSの勉強会
- 17:30 誕生会
- 17:40 配膳、食事「いただきます」
- 18:20 片付け
- 18:30 保護者が迎えに来て子どもたちが帰宅
- 18:50 スタッフミーティング
- 19:30 スタッフ解散

# こどもレストラン nono

一言

子どもたち、<sup>ほごしゃ</sup>保護者の方々の<sup>かたがた</sup>SOSにも<sup>きづ</sup>気付ける場でありたいです。



**主催** 一般財団法人 こどもサポート財団

**開催場所** Mama's キッチン nono

**住所** 小久保 6-4-6 グランメゾンアニー 1階

**開催日時** 第4月曜日 17:00~18:30

**定員** 15~20人

**問い合わせ先** メール/contact@kodomo-fd.org  
一般財団法人こどもサポート財団 HP を  
ご覧ください



## 人気メニュー

- カレーライス
- ハンバーグ



## PRポイント

明るい雰囲気です。いつもご飯がとてもおいしいです。皆、仲が良く、友達にも会える“楽しい”が集まったこども食堂です!!



## 当日の流れ

- 14:15 スタッフ集合
- 14:30 テーブルの消毒・調理準備
- 16:55 受付
- 17:00 遊び(例:ジェスチャーゲーム)
- 17:15 みんなで「いただきます」
- 18:00 片付け フリータイム
- 18:30 子どもたち解散
- 19:00 終了

# こどもスマイルキッチン

一言

ちいさなこどもたちに寄り添い、いっしょに楽しい時間を過ごしたいと思います。



**主催** こどもスマイルキッチンボランティアグループ

**開催場所** 野々池コミセン 実習室

**住所** 沢野1-3-1

**開催日時** 第4土曜日  
10:00~12:00 (2ヶ月に1回)

**定員** 15名

**問い合わせ先** ショートメール/090-6967-0899  
(平日 15:00~18:00)



## 人気メニュー

- 秋刀魚の黄金焼き
- 新米の牛ごぼう混ぜご飯



## PRポイント

子どもたちに季節を感じてもらうため、旬の食材をつかい、毎回みんなで一緒にお料理をしています。予想もしないハプニングもたまに起こりますが、そこも含めてみんなで楽しい時間を過ごしています。

食事を通して、子どもの未来を応援できる居場所づくりをしています。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング
- 9:10 テーブルの消毒・調理準備
- 10:00 受付・手洗い・消毒・調理説明
- 10:15 調理実習スタート
- 11:20 みんなで「いただきます」
- 11:45 片付け フリータイム
- 12:00 子どもたち解散・スタッフ片付け
- 12:40 スタッフミーティング
- 13:00 スタッフ解散

# きょうどうレストラン SONO'S キッチン

一言 こ子どもも、おとな大人も、ここちみんなの心地よい居場所いばしょでありたいです。



- 主催 社会福祉法人 協同の苑
- 開催場所 協同の苑 藤江デイサービス
- 住所 藤江890-90
- 開催日時 第3金曜日 17:30~19:00
- 定員 10名
- 問い合わせ先 ご予約はチラシ(建物前)のQRコード  
TEL/078-925-1231  
(日曜日以外 8:30 ~ 17:30)



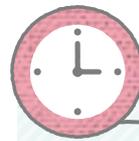
## 人気メニュー

- から揚げ弁当



## PRポイント

- ・楽しい遊びや、工作がある
- ・おいしいお弁当がもらえる
- ・お菓子をたくさんもらえる
- ・色々な人達(様々な年代)と過ごすことができる



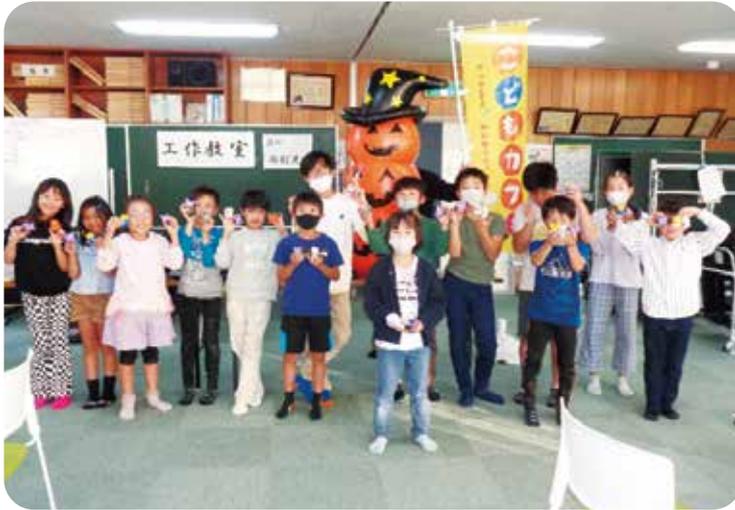
## 当日の流れ

- 17:30 受付(検温、手洗い、うがい)
- 17:40 遊び
- 18:50 片付け
- 19:00 保護者のお迎え・終了

# 弁財天厚生館こどもカフェ

一言

これからも子どもたちの居場所として、見守り、地域の交流の場としてありたい。



- 主催** 弁財天厚生館運営委員会
- 開催場所** 弁財天厚生館
- 住所** 小久保5-14-5
- 開催日時** 第4月曜日 16:00~17:00
- 定員** 20名
- 問い合わせ先** 弁財天厚生館  
TEL/078-927-6541  
FAX/078-927-6541



## 人気メニュー

- から揚げ
- ドーナツ
- ハンバーガー
- ピザ
- カルピス
- アイス



## PRポイント

- ・ 工作、ゲームが楽しい。
  - ・ 違う学年の人もいて学校と違う。
  - ・ 勉強だけでなく色んなことができる。
- みんな仲良く、楽しくなる居場所づくりを続けます。



## 当日の流れ

- 15:30 準備(設営など)・打合せ
- 15:50 受付開始
- 16:00 宿題・プリント・工作など催し
- 16:40 ジュース、モグモグタイム(時間あれば)
- 16:50 片付け・ドーナツなどを渡す
- 16:55 子どもたち解散
- 17:00 スタッフ解散



# ふじえにじっこ

一言

はじめて参加した子どもでもすぐに輪の中に入って楽しく過ごしています。



**主催** げんきっずサロンF&Tボランティア会

**開催場所** 東藤江公民館

**住所** 東藤江2-13-3

**開催日時** 第3土曜日 12:00~14:00

**定員** 12名

**問い合わせ先** 代表 岩濱  
TEL/078-923-4326



## 人気メニュー

● サンドウィッチ



## PRポイント

全員が食べ終わるまで「頭の体操（謎解き）」をして待っています。  
同じゲームをして遊びたい子どもを見つけて遊びます。  
最近、ポッチャを全員でしています。



## 当日の流れ

11:30~11:45 準備  
11:45~12:00 受付  
12:00~12:30 食事  
12:30~13:45 自由時間  
13:45~14:00 後片付け  
14:00~14:30 解散

# わがや



いっしょ べんきょう あそ しょくじ こころあたた や  
 一緒に勉強したり、遊んだり、食事したりできる心温まる「わが家」のような  
 いばしょ  
 居場所です。



- 主催** NPO 法人兵庫子ども支援団体
- 開催場所** 明石ひみつ基地～おひさま～
- 住所** 別所町8-11
- 開催日時** 第3水曜日 16:30～19:30
- 定員** 15名程度
- 問い合わせ先** 兵庫子ども支援団体  
 TEL/078-224-0092 (開催時間内)  
 TEL/050-3488-0600 (開催時間外)  
 メール/office-hcso@hpcso.com



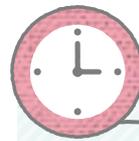
## 人気メニュー

- エビフライ
- から揚げ
- オムライス
- しゅうまい
- ハンバーグ



## PRポイント

ごはんがおいしくて、おもしろいスタッフがい  
 ます! 様々な遊びができるよ!



## 当日の流れ

- 16:00～16:30 準備
- 16:30～ 開始
- 18:00～ 食事
- ～19:30 終了
- 19:30～20:00 片付け・  
 スタッフミーティング・  
 解散

# はなぞのサポーターティングランチ



こどもたちをはじめ、<sup>たせだい</sup>多世代との交流ができる「<sup>ちいき</sup>地域の居場所」=「<sup>しょくどう</sup>こども食堂」でありたい



主 催

ボランティアはなぞの

開催場所

西明石サポーターティングファミリー

住 所

西明石南町2-16-2

開催日時

第3土曜日 (みんな食堂)  
第4土曜日  
11:30~13:00

定 員

25名

問い合わせ先

TEL/078-962-5205



## 人気メニュー

- ハンバーグ
- オムライス
- から揚げ



## PRポイント

食事が終わったあとホワイトボードに思い思いの絵を描いたり、カードで遊んだり、ボランティアのメンバーとおしゃべりしたりします。また、用意したカードに次に食べたいメニューや感想を書いて、みんなの前で発表します。ゲームや手遊びで楽しいひとときを過ごします。最後にみんなで拭き掃除をしてバイバイです。専門スタッフがいて子どもたちを手厚く見守っています。



## 当日の流れ

- 前日より準備
- 9:00 準備
- 11:30 食事・だんらんしながら、感想を書いて発表
- 12:45 全員で拭き掃除
- 13:00 挨拶、終了

# みんな食堂

一言

だれ じゆう つど たの こくりゆう たが そんなちよう あ きょうせいしゃかい め ざ  
 誰もが自由に集い、楽しく交流し、お互いを尊重し合う共生社会を目指しています



**主 催** 社会福祉法人 明石市社会福祉協議会

**開催場所** 明石市立総合福祉センター新館  
2F 交流スペース

**住 所** 貴崎1-5-46

**開催日時** 月2回 (不定期) 17:00~18:30

**定 員** 15名

**問い合わせ先** 明石市立総合福祉センター新館  
TEL/078-927-1125  
FAX/078-927-1126



## 人気メニュー

- 手作りハンバーガー
- ピザ
- グラタン
- オムライス



## PRポイント

- ・おいしいご飯が食べられるのがうれしい
- ・みんなと食事をしてクイズやゲームが楽しい
- ・いろんな人とレクリエーションするのが楽しみ



## 当日の流れ

- 17:00 2F 交流スペースに集合
- 17:10 食事
- 17:45 食後、1F多目的ホールにてレクリエーションでお楽しみ
- 18:30 解散



# そら食堂

一言 おいしいご飯を食べたら、みんなで遊ぼう！



- 主 催** 合同会社 Onestep
- 開催場所** 明石市総合福祉センター新館  
2F 交流スペース
- 住 所** 貴崎1-5-46
- 開催日時** 第2土曜日
- 定 員** 15名
- 問い合わせ先** きっちゃんそら TEL/078-940-6560



## 人気メニュー

- カレー
- コロッケ
- から揚げ  
など



## PRポイント

手作りの食事のあとは、ゲームタイム！  
福祉センターのいろんなゲーム機材（わなげ  
など）を活用し、  
ワイワイ楽しんでいます。



## 当日の流れ

- 11:00～ スタッフミーティング
- 11:30～ 受付
- 12:00～ 昼食 みんなで「いただきます」
- 12:45～ ゲーム フリータイム
- 13:30～ 片付け、子どもたち解散
- 13:40～ スタッフミーティング
- 14:00 スタッフ解散

# きさきっこかふえ



子どもをまんなかにした地域の居場所づくり  
 ~子どもも大人も多世代交流の場を目指して~



**主 催** 貴崎小学校地区民生児童委員協議会

**開催場所** 貴崎みんなのひろば よつといで

**住 所** 貴崎4-8-10

**開催日時** 第1土曜日 11:30~13:30

**定 員** 50名

**問い合わせ先** 代表 尾松  
 TEL/078-922-4671



## 人気メニュー

- ロールパンサンド
- フルーツポンチ など



## PRポイント

きさきっこかふえは、楽しいで～  
 子どももいっぱい、よつといでのおっちゃん、  
 おばちゃんもいっぱい集まって、みんなで  
 お昼を食べて、みんなで遊ぶのがいい。  
 すきやき、じゃんけんしたり、  
 工作したり、むかし遊びしたり、  
 お楽しみ会したり、なんかおもしろいで。  
 子どもも大人もみんな来てな～。  
 いっしょに食べて、いっしょに遊ぼう。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング
- 9:10 テーブルの消毒・調理準備
- 11:00 受付
- 11:30 みんなで「いただきます」
- 12:00 片付け
- 12:10 工作や遊び
- 13:30 子どもたち解散
- 13:45 スタッフミーティング
- 14:00 スタッフ解散

# 松陰厚生館こどもカフェ

一言

こうせいかん こどもたちの たのしい 居場所 になることを ねが っています。



- 主催 松陰厚生館運営委員会
- 開催場所 松陰厚生館
- 住所 大久保町松陰95-2
- 開催日時 第4火曜日 16:30~17:30
- 定員 20名
- 問い合わせ先 松陰厚生館  
TEL/078-935-3172  
FAX/078-935-3172  
平日 10:00 ~ 17:00



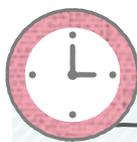
## 人気メニュー

- 駄菓子セット
- 洋菓子
- わらびもち



## PRポイント

異学年の子ども同士、助け合いながら 簡単なものづくりを楽しんでいます。その後のお菓子が最高!  
持ち帰って、弟や妹と一緒に食べるのも楽しいです。



## 当日の流れ

- 16:00 準備・打合せ
- 16:15 受付
- 16:30 かんたんものづくり  
例) ベっこうあめ、プラバン  
スライム、ラミネートしおり
- 17:05 手洗い、配膳
- 17:10 カフェタイム
- 17:25 片付け
- 17:30 解散

# ねんりんこども食堂～憩いの場～大久保地区

一言 こ子どもも大人もたのしくおとな安心してあんしん過ごすす居場所いばしょづくりをめざしています♪



**主催** ねんりんこども食堂ボランティアチーム

**開催場所** 大久保町公民館内 3階和室

**住所** 大久保町大久保町793

**開催日時** 第4木曜日 16:00~18:30

**定員** 15名 (抽選)

**問い合わせ先** 受付 平日 10:00~16:00  
TEL/078-937-0912  
FAX/078-937-0922  
メール/office2.nenrin@gmail.com  
担当 / 高尾



## 人気メニュー

- から揚げ
- ハンバーグ
- コロッケ
- チャーハン
- みそ汁



## PRポイント

何をして過ごすかは自分で決めることができるので、宿題や工作など自由に取り組んでいます。年に数回、マジックショーやダンス、食育講座などのイベントも開催☆

ごはんは、から揚げやハンバーグなどの定番メニューから暦の行事食まで、毎月様々な料理を楽しむことができます。

また、地域のボランティアさんや大学生、高校生など多世代と交流することができるのもねんりんこども食堂の魅力のひとつです♪



## 当日の流れ

- 14:30 スタッフ集合・会場準備・調理
- 16:00 子ども受け入れ
  - ・フリータイム
    - 学習
    - 遊び
    - 工作等
- 17:15 手洗い・配膳
- 17:30 みんなで「いただきます☆」
- 18:00 食事終了・片付け
- 18:30 保護者のお迎え・終了
- 18:50 スタッフ解散



# こども食堂コージー



「<sup>つく</sup>作って<sup>た</sup>食べる」<sup>こ</sup>子どもと<sup>おとな</sup>大人が<sup>きょうりょく</sup>協力しながら<sup>ちょうり</sup>調理して<sup>いっしょ</sup>一緒に<sup>た</sup>食べます。  
ワイワイガヤガヤ<sup>たの</sup>楽しい<sup>しょくどう</sup>食堂です。



主催

大久保地区社会福祉協議会

開催場所

明石市立大久保中学校 家庭科調理室

住所

大久保町大久保200

開催日時

第3土曜日又は第4土曜日

定員

20名

問い合わせ先

こども財団  
TEL/078-920-9670



## 人気メニュー

- 野菜ジュースキーマカレー
- チーズ入肉巻きおにぎり
- スタミナそうめん
- トライフル
- マシュマロビスケット



## PRポイント

異世代（未就学児から小中高大学生、20代から80代）で教え合い助け合うことが楽しい場所。

料理が好きになり、切ったり焼いたりも上手にできるようになった。苦手な野菜も食べられるようになった。



## 当日の流れ

- 8:30 食材等運び込み・調理室消毒
- 9:00 スタッフ打合せ・調理準備
- 10:00 受付
- 10:10 一日の流れ・調理説明等
- 10:30 みんなで調理
- 11:45 食事準備・「いただきます」
- 12:45 「ごちそうさまでした」・片付け
- 13:15 掃除・「さようなら」・資材撤収
- 14:30 次回打合せ等・スタッフ解散

## コージーカフェ

一言

だれもが気軽に参加できるように、イオン明石ショッピングセンターフードコートあかしの共有スペースきょうゆうを活用し、子どもたちが「ホッとするスペース」をつくっています。



- 主催 大久保地区社会福祉協議会
- 開催場所 イオン明石ショッピングセンター  
2番街フードコート内
- 住所 大久保町ゆりのき通3-3-1
- 開催日時 第3水曜日 15:00~18:00  
(開催日が祝日の場合は第4水曜日)
- 定員 30名
- 問い合わせ先 こども財団  
TEL/078-920-9670



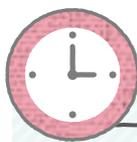
### 人気メニュー

- おやつ  
(いろいろなおやつを準備して待ってるよ!!)



### PRポイント

- ・子どもたちの居場所の1つ
  - ・校区を問わない子どもたちの交流の場
- フードコートを利用する高校生の参画や近隣の高齢者と連携するとともに、人と人とのつながりづくりをしていきたいと考えています。



### 当日の流れ

- 14:00~ 準備、スタッフ打合せ
  - 15:00~ 受付開始、  
フリータイム(遊び・宿題他)  
おやつ
- ↓
- 18:00~ 終了、片づけ、スタッフ打合せ

# みらいえ子ども食堂



子どもたちにとって「<sup>こ</sup>2番目の我が家」のような、<sup>えがお</sup>笑顔あふれる心地よい居場所<sup>ここのち</sup>にならばいいな♪



**主催** みらいえ子ども食堂ボランティアグループ

**開催場所** コープ大久保2階

**住所** 大久保町大窪2545-8

**開催日時** 第4日曜日 10:00~11:30

**定員** 15名

**問い合わせ先** こども財団  
TEL/078-920-9670



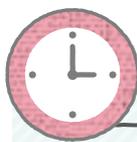
## 人気メニュー

● 鶏南蛮揚げ&ポテトチーズ弁当



## PRポイント

毎月ボランティアメンバーが楽しい遊びを考えてきてくれているので、みんなでワイワイ盛り上げています!色々な学年のかわいい子どもたちがいて、みんな優しくて仲が良いよ! お弁当もおいしいよ! ぜひ遊びに来てね~待っているよ♡



## 当日の流れ

- 10:00 スタッフミーティング・準備
- 10:20 受付
- 10:30 自己紹介・遊びや学習など
- 11:25 まとめ・来月したいことのリクエスト受付・お弁当などの配布
- 11:30 子どもたち解散
- 11:35 スタッフミーティング・片付け
- 11:50 スタッフ解散

## 西大窪厚生館こどもカフェ

一言

たの 楽しく遊び、あそ 学んで、まな 「来てよかった、また来たい」と思えるような居場所づくり  
 き おも い ば しょ  
 をしています。



- 主催** 西大窪厚生館運営委員会
- 開催場所** 西大窪厚生館
- 住所** 大久保町大窪353
- 開催日時** 月1回おもに土曜日（不定期）  
10:00~12:00
- 定員** 10~20名（開催内容により変動）
- 問い合わせ先** 西大窪厚生館  
TEL/078-936-7400  
FAX/078-936-7400



## 人気メニュー

- ビーフカレー
- クリームシチュー
- ハンバーグ
- エビピラフ
- ロコモコ丼



## PRポイント

子どもたち同士の交流を図るため、食事の前に季節にあわせたイベントを開催しています。山手小学校のご協力子どもたちや保護者に案内していただいています。



## 当日の流れ

- 9:00 準備・打合せ
- 10:00 受付
- 10:05 イベント
- 11:25 イベント終了 手洗い・配膳
- 11:30 カフェタイム
- 12:00 終了

# casa そらのみんな食堂



だれ 誰かと一緒にご飯を食べたいと思ったらそれが参加条件  
 いっしょ みんな しあわ いと つな おも さん かじょうけん  
 皆が幸せの糸で繋がれるといいな



- 主催** casa そら
- 開催場所** casa そら
- 住所** 大久保町西脇623-7
- 開催日時** 第2金曜日 15:00~20:00
- 定員** 30名
- 問い合わせ先** メール /  
 casasora2018@gmail.com  
 TEL/070-1733-8140



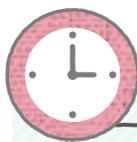
## 人気メニュー

- 大豆ミートのチンジャオロース
- 白花豆のから揚げ



## PRポイント

素材にこだわっているため料理がとてもおいしいです!また、色々な世代と交流でき、和気あいあいとした雰囲気を楽しめます。  
 casa そらは高台にあり、眺めが良く緑も多いので気持ちが良いです。



## 当日の流れ

- 15:00 スタッフ集合・参加者受け入れ  
宿題、ピアノ演奏、お絵かき、調理手伝いetc
- 18:00 『いただきます』
- 19:00 その月のお誕生日の方をみんなでお祝いしたり遊びの時間にしています。
- 19:40 みんなで片付け
- 20:00 解散

# あいあいてーぶる



ちいき こ ちうれいしゃ いっしょ たの しょくじ とお こ みまも ささ  
地域の子どもから高齢者まで一緒に楽しく食事を通して子どもたちを見守り支えていく



**主催** あいあいてーぶるグループ

**開催場所** 県営大久保第二住宅集会所

**住所** 大久保町大窪2489

**開催日時** 第3土曜日 8:00~10:00

**定員** 子ども25名、高齢者15名

**問い合わせ先** 山口  
TEL/078-935-5485  
090-9984-6913



## 人気メニュー

- ピザトースト
- ホットドッグ



## PRポイント

一日の始まりの朝ごはんをたくさんのお友達と一緒に仲良く楽しく食事する



## 当日の流れ

- 7:30 スタッフ準備
- 8:00~10:00 受付・食事
- 10:00~ 片付け、ふり返しミーティング



# にこにこてーぶる

一言

ちょうりじっしゅう とお つく た たの 調理実習を通して作ること、食べることを楽しんでほしい



**主催** にこにこてーぶるグループ

**開催場所** 高丘西小学校 家庭科室

**住所** 大久保町高丘7-23

**開催日時** 2か月に1回（不定期）

**定員** 20名

**問い合わせ先** こども財団  
高丘西小コミセン（当日連絡）



## 人気メニュー

- カレーライス
- 煮込みハンバーグ
- 牛丼



## PRポイント

地域のボランティアと学生ボランティアが活動しています。

「自分で作った料理はおいしい!」と子どもたちも喜んで参加しています。



## 当日の流れ

- 8:40 スタッフ集合 調理準備
- 9:20 スタッフ打合せ・確認
- 9:45 受付
- 10:00 あいさつ・調理手順説明
- 10:20 調理実習
- 12:00 食事
- 12:30 片付け
- 12:50 終わりの会
- 13:00 子どもたち解散  
スタッフ反省会・次回打合せ
- 14:00 解散

# 谷八木子ども食堂てくてく

一言

いっしょ あそ 一緒に遊んだり、いっしょ りょうり 一緒に料理をしよう！



- 主催** NPO法人あゆむ
- 開催場所** 谷八木小コミセン
- 住所** 大久保町谷八木878
- 開催日時** 不定期 17:00~18:45
- 定員** 20名
- 問い合わせ先** メール/  
teku\_teku\_ayumu4@yahoo.co.jp



## 人気メニュー

- かつめし
- 煮込みハンバーグ
- 天ぷら



## PRポイント

てくてくを支えてくださるボランティアは地域の方、調理師の方や児童デイの先生、大学生、中高生など様々ですが、みんな子どもたちと真剣に向き合い関わりを深めています。子どもたちは、そんな多くのボランティアに支えられて料理を手伝いたい子ども、宿題をする子ども、遊ぶ子どもそれぞれ思い思いにてくてくを楽しんでいます。もちろん毎月工夫を凝らしたご飯も楽しみにしてくれているようです。



## 当日の流れ

- 16:30 準備、調理
- 17:00 受付、調理、手伝い、遊び、宿題
- 18:45 帰宅準備、お迎え
- 20:30 片付け、解散

# げんきっずサロン F&T

一言

まいかい えいよう よ しよくじ ていきよう  
毎回、栄養バランスの良い食事を提供しています。  
ほごしゃ かた よろこ  
保護者の方にも喜ばれています。



主催 げんきっずサロンF&Tボランティア会

開催場所 カーサ汐彩

住所 藤が丘2-36-1

開催日時 第4水曜日 17:00~18:30

定員 16名

問い合わせ先 代表 岩濱  
TEL/078-923-4326



## 人気メニュー

●外国の家庭料理



## PRポイント

毎回メニューが違うので楽しみ。  
食事の前後には宿題をしたり、折り紙を教  
えてもらったり、ゲームなどで遊んでいま  
す。たくさんの人とみんなで食事をするの  
はおいしく楽しいです。



## 当日の流れ

16:30~17:00 受付  
17:00~17:30 自由時間  
17:30~18:00 食事  
18:00~18:30 自由時間  
18:30~19:00 後片付け・解散

# 西八木厚生館こどもカフェ



おやつかいの会（地域ボランティア）の方による手づくりおやつちいきを食べながら、交流かたを深めてます。た こうりゅう



- 主催** 西八木厚生館運営委員会
- 開催場所** 西八木厚生館
- 住所** 大久保町八木599-3
- 開催日時** 第3水曜日 15:00~16:30
- 定員** 20名程度
- 問い合わせ先** 西八木厚生館  
TEL/078-935-1872  
FAX/078-935-1872  
月~金 9:00~17:00  
土 9:00~12:00



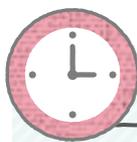
## 人気メニュー

- カップケーキ
- いももち
- スイートポテト



## PRポイント

- ・一人でも参加しやすいこども食堂です。
- ・一緒に遊んだり食べたりすることで、友だち関係を深めることができます。
- ・家では味わうことのできないおいしさがあります。



## 当日の流れ

- 13:30 スタッフミーティング・調理準備
- 14:30 盛り付け、テーブルの準備
- 15:00 受付、来館した子どもから学習・工作
- 15:30 室内遊び(大縄・風船バレー等)
- 16:00 みんなで配膳、「いただきます」
- 16:20 片付け
- 16:30 解散

# 江井島みんな食堂



へいせい ねん  
平成28年からやっています。

みんな大きくなってきたので、こども食堂から、みんな食堂へ



主催 合同会社 E-Company

開催場所 わらい屋

住所 大久保町江井島1028-1

開催日時 第2月曜日 (変更もあり)  
18:00~20:00

定員 20名

問い合わせ先 事前予約不要  
TEL/078-946-1115



## 人気メニュー

- カレー
- シチュー
- 夏の BBQ



## PRポイント

予約しなくても、気軽に食べれる。おいしい。友達が、できる。仲良くなれる。優しくなれる。楽しい。

にぎやか、みんな笑顔!(^^)!



## 当日の流れ

- 18:00 受付  
最近の話など
- 18:30 来る時間が、バラバラなので各自準備して「いただきます」  
片付け  
フリータイム  
(宿題、トランプ、折り紙、お絵描き等)
- 20:00 子どもたち解散

# こども食堂 しまっこ

一言

みんな一緒に遊ぼう・ごはんを食べよう!場所は、小学校コミセン。食事の前にみんなで遊ぶ!輪投げ、水遊び、ボードゲームや風船、お絵かき、時には紙芝居など。室内は、こども夢文庫の絵本にも囲まれて賑やか😊



**主催** 江井島地区社会福祉協議会

**開催場所** 江井島小学校コミセン又は  
小学校家庭科室

**住所** 大久保町西島252

**開催日時** 第3土曜日 11:00~13:00

**定員** 30~35名

**問い合わせ先** 江井島小学校コミセン  
TEL/078-946-0149  
メール/eigashimacc@yahoo.co.jp



## 人気メニュー

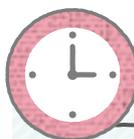
- 鶏肉のから揚げ
- 手巻き寿司
- こどもクッキング
- お好み焼き
- 焼きそば

とれとれ江井島の海苔  
「おいしい!」



## PRポイント

自分で作る、マイクッキングは大好評!お好み焼き、手巻き寿司、おにぎり、餃子などなど。スタッフの合言葉は「手も口も出さない、子どもに任そう。」子どもたちが主体となった居場所づくりを展開しています。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフ集合・ミーティング
- 10:30 調理準備・開始
- 11:00 子ども集合・遊びタイム
- 12:00 みんなで「いただきます」
- 13:00 自由時間
- 14:00 保護者お迎え・片付け
- 15:00 スタッフ解散

# こども食堂 レストラン「つながり」

一言

民生児童委員の地域活動の一つとしてこども食堂を運営しています



- 主催** 魚住東地区民生児童委員協議会
- 開催場所** 魚住市民センター2階 (第1・2会議場)
- 住所** 魚住町西岡500-1
- 開催日時** 錦が丘 第4火曜日 16:30~19:00  
魚住 第4金曜日 16:30~19:00
- 定員** 20名 (別に保護者10名参加可能)
- 問い合わせ先** TEL・ショートメール/  
090-3966-0827  
藤本



## 人気メニュー

- ハンバーグ
- オムライス
- お好み焼き
- ちらし寿司
- しょうが焼き
- チンジャオロース
- から揚げ
- おでん



## PRポイント

家庭の夕食としてなじみのある物を提供しています。  
なるべく地元の野菜、お肉、魚など上質の食品を使って調理をしています。  
季節の行事、七夕、夏祭り、クリスマス、6年生お別れ会などを通して親子、友人との交流を深めています。  
近くの看護学生がボランティアとして子どもたちと遊んでくれています。  
私たちは地域の民生児童委員として明石版こども食堂を通して常に気づきの地域拠点でありたいと考え活動しています。



## 当日の流れ

- 午前中 食材購入
- 14:00 調理開始
- 16:00 会場準備
- 16:30 受付 おりがみ お絵かき 学習
- 17:30 みんなで「いただきます」
- 18:00 片付け、フリータイム
- 19:00 終了



# 金ヶ崎こども食堂



いっぱい<sup>た</sup>食べて!! いっぱい<sup>まな</sup>学んで!! いっぱい<sup>たの</sup>楽しい!!  
そんなこども食堂<sup>しょくどう</sup>です。



- 主催 金ヶ崎ボランティアグループ
- 開催場所 金ヶ崎文化センター
- 住所 魚住町金ヶ崎1368
- 開催日時 第4土曜日 11:00~13:30
- 定員 20名
- 問い合わせ先 メール/nh194902@yahoo.co.jp



## 人気メニュー

- たこめし ● いなり寿司 ● 巻きずし
- きなこパン ● チキンカツ
- ハマチフライ ● お好み焼き
- 煮込みハンバーグ ● チキンチーズ焼き
- あん巻き



## PRポイント

子どもたちと一緒に近くの協力農家さんの畑に行き収穫体験と野菜についてのお話を聞きます。

6月はトウモロコシ、7月は30種類のミニトマト、11月ブロッコリーです。

収穫してきた野菜を使った食事を提供。調理実習もしています。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング
- 9:10 テーブルの消毒・調理準備
- 10:40 受付
- 11:00 学び
- 12:00 みんなで「いただきます」
- 12:40 片付け フリータイム
- 13:00 リクレーション・アンケート記入
- 13:30 子どもたち解散
- 13:50 スタッフミーティング
- 14:30 スタッフ解散

# 清水っ子いちごプラザ

一言

子どもたちが楽しみに集まってくれる場所を作っていきたいと思っています



- 主催** 清水まちづくり協議会
- 開催場所** 清水小コミセン
- 住所** 魚住町清水1764-3
- 開催日時** 月1回おもに土曜日（不定期）  
10：00～12：00
- 定員** 20名
- 問い合わせ先** 清水まちづくり協議会  
(火・水・金・土 10時～15時)  
TEL/078-945-5513  
FAX/078-945-5513  
メール/shimizu-machi@kf6.so-net.ne.jp



## 人気メニュー

- いろいろな種類のパン
- ジュース



## PRポイント

学校の宿題など、みんなで勉強したり、季節ごとの工作や遊びがあって毎回とっても楽しみにしています!



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング
- 9:15 会場準備
- 9:40 受付
- 10:00 みんなでお勉強
- 11:00 工作・遊びなど
- 12:00 子どもたち解散
- 12:10 片付け・スタッフミーティング  
スタッフ解散

# 錦ヶ浦キッチン

一言

たの 楽しく遊び、学ぶ居場所づくりとみんなであそ ばしょ 楽しく食事ができる、こども食堂にしたい。



主 催

錦浦校区まちづくり協議会

開催場所

錦浦小学校家庭科室・会議室

住 所

魚住町西岡1349

開催日時

第2、第4土曜日  
15:00~18:40

定 員

50名

問い合わせ先

錦浦校区まちづくり協議会事務局又は  
こども食堂代表  
・まちづくり協議会事務局  
TEL/078-947-3244  
・こども食堂代表(吉久)  
TEL/090-6969-9296



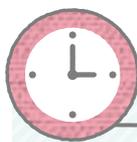
## 人気メニュー

- カツカレー
- ハンバーグ
- から揚げ



## PRポイント

錦浦小学校の家庭科室、会議室で開催しています。  
友達と一緒に食事までの時間を楽しく過して、食事時間になれば友達と一緒に食事ができます。  
また、お母さんと一緒に料理を作って楽しく食事をするができます。



## 当日の流れ

- 15:00 スタッフミーティング
- 15:10 器材準備、テーブルの消毒
- 15:20 調理開始
- 16:30 子どもたちの遊び、学び
- 17:00 受付
- 17:10 お友達と一緒に食事
- 18:10 後片付け、清掃
- 18:30 子どもたち解散
- 18:30 終了後のミーティング
- 18:40 スタッフ解散

# 美里厚生館こどもかふえ「ハピ・ママ」

一言 えがおで、たのしくあそんだりおいしくたべたりして、あんしんできるところです。



- 主催** 美里厚生館運営委員会
- 開催場所** 美里厚生館 教養室
- 住所** 魚住町西岡996-1
- 開催日時** 不定期(おもに土曜日) 10:00~12:00
- 定員** 20名程度
- 問い合わせ先** 美里厚生館  
TEL/078-942-3305



## 人気メニュー

- コロケバーガーとドリンク
- カレーライス
- お好み焼き



## PRポイント

にゅうがくおめでとうの会、たなばた、クリスマス、ミュージカルかんしょうなど楽しい行事がたくさんあります。おいしい食事、おかしや飲み物をみんなでいただきいつも楽しみにしてさんかしています。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング
- 9:15 テーブルの消毒・調理準備
- 9:30 受付
- 10:00 遊びやイベント
- 11:30 みんなで「いただきます」
- 12:00 片付け フリータイム 子どもたち解散
- 12:30 スタッフミーティング
- 13:00 スタッフ解散

# 中尾子ども食堂～バリオ～

一言

どなたでもお気軽にお越しいただき、皆さんとなかよくできる場所です。



- 主催 株式会社アバンサール
- 開催場所 雅の里リハビリテーションセンター
- 住所 魚住町中尾145
- 開催日時 第2・4木曜日 16:00～19:00
- 定員 20名
- 問い合わせ先 TEL/070-5261-2898  
担当：門條（もんじょう）



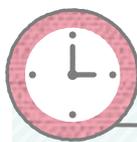
## 人気メニュー

- ハンバーグ
- ころねさんのお野菜を使ったサラダ



## PRポイント

学年が違う友達、中高生のお姉ちゃん・お兄ちゃん、近所の方たちとなかよくなれます。



## 当日の流れ

- |             |            |    |
|-------------|------------|----|
| 16:00       | 調理開始       | 会場 |
| 16:00～17:30 | 自由         |    |
| 17:30       | 食事開始       |    |
| 18:00～19:00 | 自由         |    |
| 19:00～19:15 | スタッフミーティング |    |

# 二見きっずサロン



まいかいたの  
毎回楽しみにしている子どもたちのために地域の方たちとふれあう憩いの場所を  
ていきょう  
提供しています。



- 主催** 西二見ゆうゆうクラブ
- 開催場所** 西二見公民館
- 住所** 二見町西二見1191-4
- 開催日時** 第3土曜日 12:00~14:00
- 定員** 25名
- 問い合わせ先** こども財団  
TEL/078-920-9670



## 人気メニュー

- かつめし
- から揚げ
- そばめし
- ちらし寿司



## PRポイント

子どもたちからのメッセージ  
きっずサロンは最高のみんなの居場所・雰囲気があってあたたかい・おいしいご飯が食べられて嬉しい、食後の遊びも楽しいからとてもオススメ・星の数で表すと★★★★★の満点・大学生の人と遊ぶのが楽しい・毎回ご飯がおいしい、おかわりもできて満足・きっずサロンなくなって欲しくありません。



## 当日の流れ

- 9:00 スタッフ集合 準備 調理
- 11:30 受付
- 12:00 食事
- 12:50 片付け
- 13:00 学年ボランティアと季節に応じたあそび
- 13:50 終わりの会
- 14:00 解散 スタッフ反省会

# こども食堂 浜っこ

一言

ちいき かた つな 地域の方と繋がりながら、しょくいく まな たの 食育も学べる楽しい居場所を目指しています。



**主催** こども食堂 浜っこボランティアチーム

**開催場所** 浜小町

**住所** 二見町東二見1330-2

**開催日時** 第2土曜日 11:30~15:00

**定員** 30名

**問い合わせ先** TEL/079-454-2282



## 人気メニュー

- たこカレー
- タラのから揚げ



## PRポイント

- 地元で獲れた食材を使った料理がおいしい!
- 小学校にも近く、アットホームな雰囲気です。居心地の良い居場所!

調理のお手伝いや遊びを通して、地域と子どもたちの交流を図っています。皆で楽しい時間を過ごしましょう!



## 当日の流れ

- 11:30 子どもと一緒に調理
- 12:00 食事
- 13:00 遊び
- 14:30 片付け



# 二見北こどもカフェ



子どもたちで、おやつを配り、みんなで宿題をし、楽しく遊んでつながりができる場所にしたいです。



- 主催** 二見北こどもカフェ
- 開催場所** 二見北小コミセン
- 住所** 二見町福里274
- 開催日時** 第3火曜日 15:20~17:00
- 定員** 40名
- 問い合わせ先** 竹田 TEL/080-3812-0384



## 人気メニュー

- ラムネ菓子
- おかき
- ビスケット
- ドーナツ
- じゃがいもが材料の菓子
- ミニゼリー



## PRポイント

こどもカフェに来る子どもたちは、笑顔であいさつができる子どもが多いです。おやつを配るのは子どもたちで行い、おやつ後はみんなの希望で宿題を行います。紙芝居やおりがみ工作を行い、認知症の勉強や警察による交通安全指導も年間行事として定例化しています。



## 当日の流れ

- 14:30 会場セッティング、打合せ
- 15:20 受付(手洗い)
- 15:20 } オープニング、おやつを配るお手伝い、宿題
- 16:00 } 自由プリント
- 16:00 イベント(おりがみ・工作など)
- 16:35 読み聞かせ、紙芝居、
- 16:55 終わりの会、解散
- 17:00 } 反省会
- 18:00 } 次回への打合せ等

# ほのぼのこどもレストラン

一言

みんな あそ あと いっしょ てづく べんとう た  
皆で遊んだ後、一緒に手作りお弁当を食べています。



**主催** 神戸医療生活協同組合 明石ブロック

**開催場所** デイサービスほのぼのの郷

**住所** 二見町東二見183-1

**開催日時** 第3日曜日 10:00~12:30

**定員** 20名程度

**問い合わせ先** デイサービスほのぼのの郷  
TEL/078-949-2345  
FAX/078-949-2828  
メール/honobono@kobe-iseikyo.or.jp



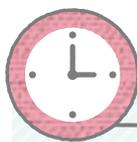
## 人気メニュー

● から揚げ弁当



## PRポイント

- ① いろんな学校や学年の子どもたちと遊べる。
- ② 季節のものをつくったり遊んだりする。
- ③ おいしいご飯が食べられる。



## 当日の流れ

- 9:00 調理ボランティア調理開始
- 9:30 遊びボランティア準備開始
- 10:00 受付及び子どもたちと当日予定の遊びを開始
- 11:30 遊びをいったん終了し、食事のテーブルセット  
テーブルを消毒(アルコールで拭く)  
子どもたちは手を洗いお茶やお箸の準備を  
ボランティアと一緒にする。  
お弁当も配り、参加者みんなで食事をとる。
- 12:30 ほぼ全員が食べ終わり、順次自宅に帰る。
- 13:00 調理、遊びそれぞれのボランティアでミーティング
- 13:30 ボランティア解散

# こども食堂にわか・しゅくだいカフェ

一言

ほうかご すこ じかん ですが、こどもたちの居場所となれるよう活動しています。



**主催** SOU Planning (ソウ・プランニング)

**開催場所** 二見西小学校コミセン会議室

**住所** 二見町383-34

**開催日時** 第2金曜日・第3水曜日  
15:30~17:30

**定員** 20名

**問い合わせ先** TEL/090-3610-1219  
公式 LINE ID/@140picow



## 人気メニュー

- ホットドック
- おにぎり弁当



## PRポイント

家で一人でするよりも楽しみが待っているの  
で宿題がはかどります。  
わからないところは店長と副店長がヒントを  
くれます。  
賑やかだけど落ち着く場所です。



## 当日の流れ

- 14:00 スタッフミーティング
- 14:30 テーブルの消毒・調理準備
- 15:00 受付
- 15:30 しゅくだい・自学  
    } フリータイム
- 17:00 子どもたち解散  
    スタッフミーティング
- 17:30 スタッフ解散



# こども食堂 nico ☺

一言

たさい ぎょうじ とも おこな 多彩な行事と共に行い、みんなが仲良くなり、安心して過ごせる場になっています。



- 主催** 上西厚生館運営委員会
- 開催場所** 上西厚生館
- 住所** 二見町西二見515
- 開催日時** 月1回 不定期
- 定員** 30~50名 (開催内容により変動)
- 問い合わせ先** 上西厚生館  
TEL/078-942-2015



## 人気メニュー

- から揚げ弁当
- かつめし
- クリームシチュー
- たこめし



## PRポイント

マジックショー、子どもミュージカル、パン作り、クリスマスフレーム作りなど、楽しい行事がいっぱい。  
小学生ボッチャ大会は景品をかけてもり上がりました。



## 当日の流れ

《通常時》

- 9:00 準備・打合せ
- 10:00 出席確認・行事
- 12:00 食事
- 13:00 片付け
- 13:30 解散

《夕方開催》

- 16:00~17:00 宿題・遊び
- 17:00 スタッフミーティング・解散



公益財団法人

こども財団

CHILD FOUNDATION

公益財団法人こども財団

〒674-0068 明石市大久保町ゆりのき通 1-4-7

電話：078-920-9670

F A X：078-920-9671

M a i l：info@akashi-kodomo-zaidan.jp

H P：https://akashi-kodomo-zaidan.jp/

この冊子はプライバシー保護に配慮して作成しております。  
本紙掲載記事・写真等の無断転載を禁じます。

2024年3月