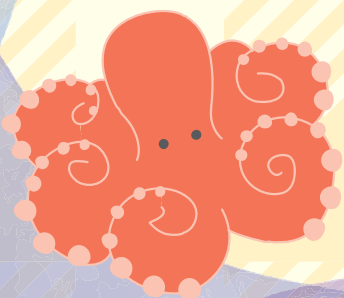
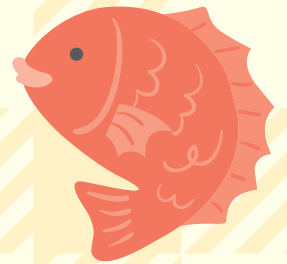


あかし
 こども食堂
 ずかん
 図鑑





子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

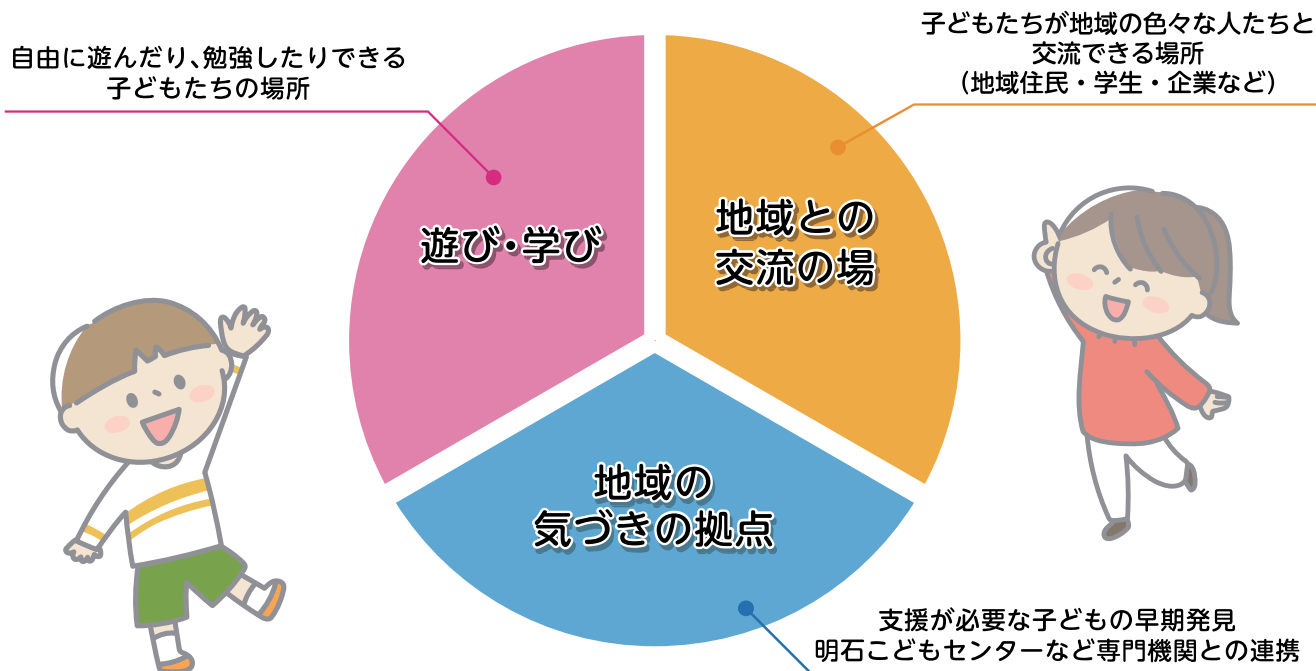
明石版子ども食堂について ……………	2	貴崎 みんな食堂 ……………	32
明石市における子ども食堂開設までの経緯 ……	3	貴崎 そら食堂 ……………	33
子ども食堂 Q&A ……………	4	貴崎 きさきっこかふえ ……………	34
松が丘 松が丘子ども食堂 ……………	5	大久保 松陰厚生館子どもカフェ ……………	35
松が丘 みなく〜るカフェ ……………	6	大久保 ねりん子ども食堂〜憩いの場〜大久保地区	36
朝霧 あったか食堂ほっとホット ……………	7	大久保南 子ども食堂コージー ……………	37
朝霧 こいち子ども食堂 ……………	8	大久保南 コージーカフェ ……………	38
人丸 アルファステイツ朝霧丘子ども食堂 ……	9	山手 みらいえ子ども食堂 ……………	39
人丸 人丸っ子レストラン「まんまる」 ……	10	山手 西大窪厚生館子どもカフェ ……………	40
中崎 中崎あいあい子どもカフェ ……………	11	山手 casa そらのみんな食堂 ……………	41
中崎 明石子ども食堂 おととつと ……………	12	高丘東 あいあいてーぶる ……………	42
明石 明石ライオンズ子ども食堂 ……………	13	高丘西 にこにこてーぶる ……………	43
明石 明石小学校区子ども食堂きらり☆ ……	14	高丘西 山手台子どもひろば ……………	44
大観 キャッスル Deli 子ども食堂 ……………	15	谷八木 谷八木子ども食堂てくてく ……………	45
大観 大観子どもカフェ ……………	16	谷八木 げんきっずサロン F&T ……………	46
王子 王子子どもカフェ ……………	17	谷八木 西八木厚生館子どもカフェ ……………	47
王子 西新町子ども食堂 ……………	18	江井島 江井島みんな食堂 ……………	48
林 はやし子どもカフェ ……………	19	江井島 子ども食堂 しまっこ ……………	49
鳥羽 鳥羽子どもふれあいレストラン ……	20	魚住 子ども食堂レストラン「つながり」 ……	50
和坂 鳥羽厚生館子どもカフェ ……………	21	魚住 金ヶ崎子ども食堂 ……………	51
和坂 和坂かっこ食堂 ……………	22	錦が丘 子ども食堂ひまわり ……………	52
和坂 和坂み〜んな食堂 ……………	23	清水 清水っ子いちごプラザ ……………	53
沢池 子どもレストラン nono ……………	24	錦浦 錦ヶ浦キッチン ……………	54
沢池 子どもスマイルキッチン ……………	25	錦浦 美里厚生館子どもカフェ「ハピ・ママ」 ……	55
沢池 きょうどうレストラン SONO'S キッチン	26	錦浦 中尾子ども食堂〜バリオ〜 ……	56
沢池 弁財天厚生館子どもカフェ ……………	27	二見 二見きっずサロン ……………	57
藤江 ふじえにじっこ ……………	28	二見北 二見北子どもカフェ ……………	58
藤江 わがや ……………	29	二見西 ほのぼの子どもレストラン ……………	59
花園 はなぞのサポーターイングランチ ……	30	二見西 子ども食堂 nico ☺ ……………	60
花園 食堂ぶれいす ……………	31		

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「地域の気づきの拠点」です。

明石版こども食堂の3つの役割



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

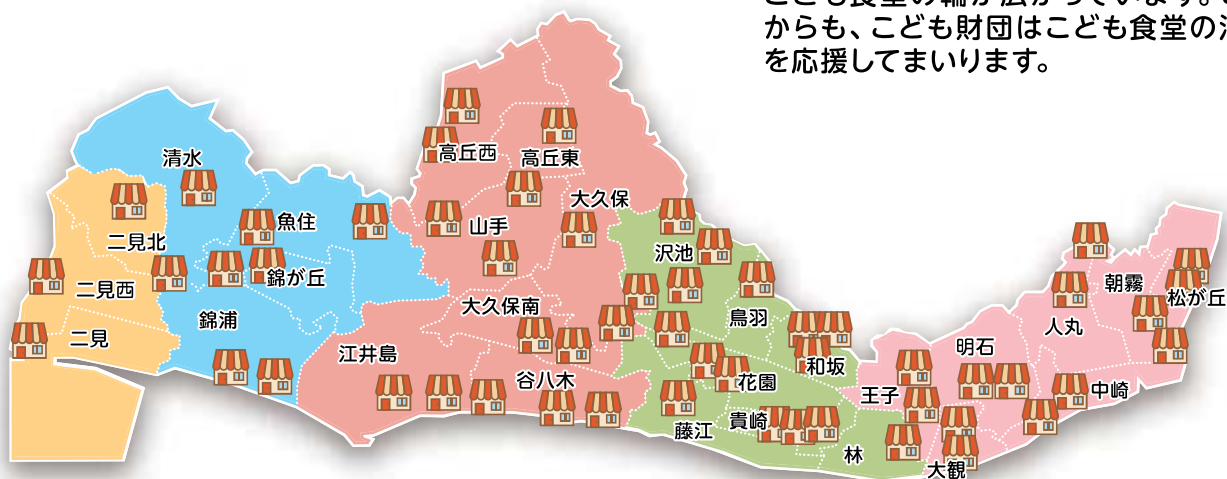
9月1日に
公益財団法人へ移行
全28小学校区において
49か所で実施



2025年
(令和7年度)

57か所

明石市が事業を開始してから、10年目を迎えました。
地域の皆様からの温かな支援によって、
こども食堂の輪が広がっています。これ
からも、こども財団はこども食堂の活動
を応援してまいります。



こども食堂 Q&A

Q1. 誰が運営していますか？

A1. 地域の住民の方々が中心となって運営しています。
(例：ボランティア団体やまちづくり協議会、民生児童委員協議会、地区社会福祉協議会など)



Q2. こども食堂はどこでやっていますか？

A2. 子ども達が安心して通える、地域に開かれた場所で開催しています。
(例：コミュニティセンター、厚生館、公民館、商業施設など)



Q3. こども食堂ではどんなことをしていますか？

A3. ご飯を食べる以外にも、各こども食堂で様々な活動をしています。
季節行事(夏祭りやクリスマス)や工作、ボードゲームをして楽しんだり、子どもたちと一緒に調理をするところもあります。



Q4. こども食堂へ参加するには？

A4. 各こども食堂の連絡先を確認し、直接お問い合わせください。
こども食堂図鑑や、こども財団のホームページから、こども食堂の情報を確認できます。

こども財団のホームページには、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。

※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。
※保護者の送り迎えが必要な場合があります。



Q5. こども食堂でボランティアをするには？

A5. こども財団へお気軽にご連絡ください。
お話を伺いして、こども食堂へのマッチングを行います。

当財団職員が、こども食堂の概要、活動の注意事項などを説明します。

ご希望の活動や、場所、時間をお聞きして、こども食堂をご紹介します。
※ご希望に沿えない場合があります。



松が丘子ども食堂

一言

こども食堂で集まった一日は、皆と一緒に遊べるように声掛けをして、皆が出来ることを一緒に楽しんでみましょう！



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1-1
開催日時	第4土曜日 11:30~13:30
定員	15名
問い合わせ先	メール/1425keito@gmail.com



人気メニュー

- 白身魚の竜田揚げ
- みそ汁
- かぼちゃの煮物



PR ポイント

みんなで、協力して仲よく遊ぶ。
子ども達が中心となって、遊びのリーダーになって本読みや、手作りゲームを進めていく。



当日の流れ

- 9:00 スタッフミーティング
- 9:10 掃除、テーブルの消毒・調理準備
- 11:30 受付
- 11:40 読み聞かせ、遊び
- 12:30 みんなで「いただきます」
- 13:10 片付け フリータイム
- 13:30 子どもたち解散
スタッフ食事、片付け、ミーティング
- 14:30 スタッフ解散

みなく～るカフェ

一言

居場所 + 学習 + 軽食のこども食堂を明舞センターでしています。
18歳以下 & ボランティアは無料です。



主催	みなく～るカフェボランティアチーム
開催場所	みなく～る明舞・明舞まちづくり交流拠点 (明舞センター)
住所	松が丘2-2-6 麒麟堂2階 カルチャーセンター奥
開催日時	月2回 木曜日17:30～19:30
定員	20名
問い合わせ先	メール/minakuuru@gmail.com インスタグラム「みなく～るカフェ(明石市・朝霧・明舞)」



人気メニュー

- カレー
- シチュー



PR ポイント

いろいろな年齢のいろいろな人がいて交流できます。(小学生、中学生、高校生から元学校の先生や保育士、臨床心理士等、料理上手なおばさん達 & 近くの神戸学院大学、明石高校、兵庫県立大の学生ボランティアなど) 近くの公園に遊びに行けたり、部屋の中で折り紙したり、レゴ、トランプ、UNOなどで遊べます。
美味しい料理を食べられます。みんなで一緒に作る日もあります。



当日の流れ

- 15:00 ボランティア一部集合
- 15:30 調理開始
- 17:30 子ども達集合 各々勉強や好きな遊び方をして過ごす
フリータイム
- 18:00 随時食事を始める
- 18:30 食べ終えた人から片付け
- 19:00 室内遊び等
- 19:30 片付け終了

あったか食堂ほっとホット

一言

子どもも大人も、「あったか〜い、ホットとする」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
定員	15名
問い合わせ先	TEL/078-913-5033 FAX/078-913-5033



人気メニュー

- ちらし寿し
- 鰯のチーズパン粉焼き
- 小松菜と挽き肉のそばろ煮



PR ポイント

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

一言

『あったかいご飯できてるよ〜♪』 誰でも来てね!!



恒例の紙芝居



夏祭り



クリスマス会・手品

主催	NPO法人 こぐまくらぶ
開催場所	お好み焼きてっぱんダイニング こいち
住所	朝霧南町3丁目1-35 セラーン朝霧101
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



人気メニュー

- からあげ
- お好み焼き
- カレーライス



PR ポイント

違う学校の子どもたち・高校生・大学生のボランティア・地域の方々・色々な年代の人たちが参加してくださり、普段の生活では出会わない人たちと交流しながら楽しく食事が出来る場所。
毎回楽しい紙芝居や夏祭り・ハロウィン・クリスマス等イベントでは、ゲーム、手品ショー、プレゼントなど楽しみが盛りだくさんです。



毎月いただく
サンテさんのパン



当日の流れ

- 16:00 順次受付・自由時間
- 16:00 スタッフ食事準備・消毒
- 16:45 手洗い
- 17:00 季節のお話
みんなで「いただきます」
(誕生月の子にお願い)
- 17:30 紙芝居タイム
- 17:45 おみやげお渡し
- 18:00 子どもたち 解散
- 18:00 スタッフミーティング・解散

アルファステイツ朝霧丘子ども食堂

一言

こども食堂 10 年目。毎月実施しています。
子ども達が調理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
定員	16名
問い合わせ先	大川 TEL/070-5268-3212 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

- 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」

一言

「みんなであそんで ごはんをたべよう」を 合い言葉に、子どもたちといっしょに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
- 唐揚げ
- ハンバーグ
- 抹茶 & 和菓子



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
 仕事ができること、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

一言

中崎あいあいは学校でもなく、家でもない場所を目指しています。子ども達の居場所であり、学年を超えた繋がりを大切にして欲しいと願っております。



主 催	中崎あいあい
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 (会館の都合で変更する場合もあり)
定 員	30名
問い合わせ先	代表 石崎 TEL/080-2402-1696



人気メニュー

- 唐揚げ
- ハンバーグ
- カレー
- パスタ料理



PR ポイント

中崎あいあいは地域外の子も達や一人暮らしの高齢者も参加をしており年齢性別を問わず、すぐに打ち解けて楽しい時間を共有できる所です。食事もすべて手作りにこだわり、季節にあった食事を提供しています。子ども達の自主性に任せていますので、元気一杯に遊ぶ子ども達の笑顔が輝いています。



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
- 12:00 みんなで「いただきます」
- 13:00 本の読み聞かせ
- 13:15 遊びの時間
- 14:00 子ども達 1回目の解散
- 14:00 フリータイム

明石こども食堂 おととと

一言

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	福島 TEL/090-4034-8745



人気メニュー

- 大人も子どもも全員で作る料理
- ピザ ● おにぎり
- カレー ● から揚げ
- パンケーキ
- サンドイッチ
- たこ焼き



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なもチャレンジできるよ。



当日の流れ

- 11:30 受付
- 12:00 食事
- 13:00 本のよみきかせ
- 13:20 いろいろなものづくり
- 14:00 室内ゲーム大会
- 14:30 終了



明石ライオンズこども食堂

一言

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	明石ライオンズクラブ
開催場所	ウイズあかし 調理実習室
住 所	東仲ノ町6-1 アスパア明石北館8階
開催日時	第2日曜日 12:30~13:30 ※お楽しみ時間(自由時間)参加の方は14:30まで
定 員	約20名
問い合わせ先	明石ライオンズクラブ事務局 TEL・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
- 12:35 お料理開始!
みんなで「いただきます」
- 13:15 みんなでお片付け
フリータイム・手品等
- 13:30 頃 すし作り体験のみの子どもたち
解散、お楽しみ時間
- 14:30 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

みんなで食べるとおいしいね☆ みんなで遊ぶと楽しいね☆



主 催	錦城地区民生児童委員協議会
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	24名
問い合わせ先	三枝 TEL・FAX/078-911-8121 携帯/090-2102-0364



人気メニュー

- 煮込みハンバーグ
- 魚フライ
- 三色どんぶり
- から揚げ



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・地域芋ほり体験・ハローウィン・クリスマスなど)・紙しばい・卓球バレー・けん玉・ボードゲーム・折り紙など、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・学生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



キャッスルDeliこども食堂

一言

みんなそれぞれに「楽しみ」を見つけてもらえる場所を目指しています。



主催	株式会社キャッスルホテル
開催場所	大観小コミュニティ・センター
住所	大明石町2丁目8-30
開催日時	隔月ごと第3日曜日 11:30~13:30
定員	20名
問い合わせ先	TEL/078-927-1737 (予約受付)



人気メニュー

- チーズバーガー
- 天ぷら
- ツナマヨ炒飯
- だし巻き卵



PR ポイント

キャッスルホテル直営レストランで作った和洋中のお弁当を運んでいます。学生ボランティアと一緒に食事と遊びの時間を楽しんでもらえます。



当日の流れ

- 11:00 スタッフ会場準備
- 11:30 受付
- 12:00 食事 みんなで「いただきます」
- 12:45 遊びとおやつの時間
- 13:30 子どもたち解散



大観こどもカフェ

一言

子どもが主役!! ボランティアと一緒に楽しく遊んでみんな仲良くなりましょう。



主催	大観こどもカフェボランティアチーム
開催場所	東戎町町内会館2階
住所	港町10
開催日時	第3土曜日 11:30~13:30
定員	20名
問い合わせ先	代表 清水 メール/taikan.kodomocafe@gmail.com TEL/090-3358-5755



人気メニュー

- ハンバーガー



PR ポイント

メニューは子どもたちからのリクエストで決まります。からあげ、チャーシュー入りチャーハン、パンケーキといろいろ。毎回かんたんゲームやお正月しめ縄づくり体験など、みんな仲良く交流。ボランティアと子どもたちが楽しく安全に一緒に遊べる場です。



当日の流れ

- 9:50 ボランティアスタッフ集合
- 10:00 調理(1階)、清掃・設営(2階)
- 11:00 受付
- 11:20 配膳
- 11:30 みんなで「いただきます」
- 12:00 フリータイム
- 12:30 かんたんゲーム
(福笑い、絵しりとり)
- 13:30 みんなで片付け
- 14:00 ボランティアスタッフ解散

王子こどもカフェ

一言

地域と子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。



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



写真は2019年11月時点のものです



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

毎回たくさん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



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

一言

「みんなで作る・みんなで食べる」はやしこどもカフェ!おいしいご飯をみんなで食べましょう♪子どもたちのお手伝いも大歓迎!



主催	NPO法人おーえんくらぶ
開催場所	林コミュニティ・センター
住所	林崎町1丁目11-2
開催日時	第4木曜日 17:00~19:00
定員	30名
問い合わせ先	メール/oenclub@gmail.com https://lin.ee/tSFPmTO



人気メニュー

- お味噌汁
- 出し巻き卵
- ナムル
- 鯖の干物



PR ポイント

はやしこどもカフェは、地域のお母さんたちが運営し、子どもたちもスタッフとして調理に関わる「みんなで作る・みんなで食べる」居場所です。食事は、化学調味料をできるだけ使わず、天然だしや手作り味噌、お水や食材を大切に選んだ“いつものおうちごはん”。お母さんには夕飯づくりを休める一日を、子どもたちにはみんなで食べる楽しい夕食の時間を届けています。



当日の流れ

- 15:30 スタッフミーティング・消毒・調理準備
- 15:40 調理スタート
- 17:00 調理希望の子ども集合・調理
- 17:40 その他参加者集合・みんなで食事準備
- 18:00 いただきます
- 18:45 ごちそうさま・片付け・お楽しみタイム
- 19:00 参加者解散・スタッフ片付け
- 19:30 スタッフミーティング
- 19:40 スタッフ解散

鳥羽子どもふれあいレストラン

一言

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・異学年との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
- お菓子セット
- からあげくん



PR ポイント

学年のちがう友達と一緒にゲームや料理、工作などをしながら、交流できるところです。みんなでパフェ作りをしたり、工作して遊んだりして盛り上がります。みんなで楽しくおやつを食べています。



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

地域の子どもたちの交流の場として一緒に遊び・学び楽しい時間を過ごしたいと思います。



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丁目11-14
開催日時	①第3金曜日 16:00~18:30 ②奇数月 第2日曜日 11:00~13:00
定員	①25名 ②100名まで
問い合わせ先	TEL/078-928-6033



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

季節に合わせて行事を企画しています。特にクリスマス会は大人気です。室内では、輪投げ・ゲーム・お話、また室外ではドッジボール・縄跳び・フラフープなど行っています。毎月のお誕生会も楽しみです。SDGs もスタッフと一緒に学びます。食後の片付けはみんなで一緒にやっています。



当日の流れ

- 15:00 スタッフミーティング
- 16:00 子どもが集まりはじめ、順次受付、ラジオ体操や宿題、遊び、お話会、SDGs 等
- 17:30 お誕生会
- 17:40 みんなでお食事「いただきます!!」
- 18:20 片付け(子どもと一緒に)
- 18:30 子どもたち解散(親御さん等のお迎えで)
- 19:00 スタッフミーティング
- 19:15 スタッフ解散

和坂み～んな食堂

一言

みんなで楽しく食事ができます。世代を越えた交流もできます。ぜひ、美味しいカレーを食べに来てください。



主催	和坂み～んな食堂ボランティアチーム
開催場所	和坂小学校 家庭科室 コミセン活動室
住所	和坂2丁目12-1
開催日時	第3土曜日
定員	60名
問い合わせ先	メール/ wasakaminnyokudou@gmail.com



人気メニュー

●カツカレー



PR ポイント

いろいろな楽しいゲームで遊ぶことができるよ！
食事はとても美味しいよ。おかわりもOKだよ！
いろいろな友だちと遊んで、新しい友だちができるよ！



当日の流れ

- 15:00 スタッフミーティング
- 15:45 テーブルの消毒・調理準備
- 16:30 受付
- 16:30 ゲーム・遊び他
- 17:30 みんなで「いただきます」
- 18:45 片付け フリータイム
- 19:00 子どもたち解散
- 19:30 スタッフミーティング
- 20:00 スタッフ解散

こどもレストラン nono

一言

「もう一つの家」のような地域の居場所づくりを目指して取り組んでいます。



主 催	一般財団法人HugLab(ハグラボ)
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1F
開催日時	第4月曜日 17:00~18:30
定 員	15名
問い合わせ先	TEL/078-945-5280 メール/contact@kodomo-fd.org



人気メニュー

- 3色丼
- 手作りコロッケ
- ビビンバ丼



PR ポイント

地域のボランティアや学生のボランティアと楽しく過ごせるだけでなく、農家さんから届いた季節の野菜についてのお話や季節のイベントクイズなど楽しく“学べる場”も取り入れています。



当日の流れ

- 16:45 スタッフミーティング
- 16:50 テーブルの消毒・調理準備
- 17:00 受付
- 17:30 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
- 18:40 スタッフミーティング
- 18:45 スタッフ解散

こどもスマイルキッチン

一言

地域の子どもたちに寄り添い、一緒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

子どもも、大人も、楽しく みんなが笑顔でいられる心地よい居場所を目指しています。



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	TEL/078-925-1231



人気メニュー

- 「ビーフシチュー」
- 「海と畑 風サラダ」



PR ポイント

お菓子がいっぱいもらえる。
おいしい料理が食べられる。
いっぱいおもちゃがある。



当日の流れ

- 16:30 テーブルの消毒
- 16:40 調理準備
- 17:30 受付（検温、手洗い、うがい）
- 17:40 遊び
- 18:10 片付け
- 18:20 みんなで「いただきます」
- 18:50 食器の片付け
- 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3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

初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。
最近では、ポッチャを全員でしています。



当日の流れ

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

わがや

一言

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」のような場所です。



主催	認定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番11号
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	TEL・FAX/078-224-0092 メール/office-hcso@hpcso.com



人気メニュー

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



PR ポイント

ごはんが美味しくて、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 準備
- 16:30 開始
- 18:00 食事
- 19:30 終了・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

一言

子どもたちをはじめ、多世代との交流ができる
「地域の居場所」 = 「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日曜日(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・090-3059-5745



人気メニュー

- ハンバーグ
- オムレツ
- から揚げ
- カレーライス



PR ポイント

食事が終わったあとは、ホワイトボードに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をしたりして過ごします。専門職のスタッフが常にそばにいて、子どもたちを手厚く見守っています。また、放課後デイサービスの先生が出題する今どきのクイズで、テーブルごとに対抗し、景品をゲットするなど、楽しいひとときを過ごしています。子育ての悩みについて相談する場にもなっています。



当日の流れ

前日より準備
9:00 準備
11:30 食事・だんらん
12:00 お楽しみ会
13:00 挨拶、終了

食堂ぱれいす

一言

多世代の地域の交流の場所と食育の場所を目指してます。



主 催	Place(プレイス)こども食堂チーム
開催場所	西明石南町公民館
住 所	西明石南町21-9
開催日時	第3水曜日 16:00~18:30
定 員	40名
問い合わせ先	トロワ TEL/078-945-6671



人気メニュー

- バターチキンの自家製麴カレー
- 手作りお野菜のデリ(惣菜)
- 白玉だんご



PR ポイント

自分で盛り付け、お片付け! 調理のお手伝いも!
みんなで楽しく、自活力アップ♪ 保護者の方も
レシピ覚えてかえってくださいな♪



当日の流れ

- 15:30 スタッフミーティング
調理準備
- 16:00 受付
自由時間
- 17:30 みんなで「いただきます」
- 18:10 片付け 自由時間
- 18:30 参加者解散
- 18:50 スタッフミーティング
- 19:00 スタッフ解散

みんな食堂

一言

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	20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	20名
問い合わせ先	きっちんそら 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

一言

子どもをまんや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 よっといで
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、よっ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

厚生館での時間は限られていますが、子どもたちの思い出に残ることを願っています。



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・FAX/078-935-3172 (月曜~金曜 10:00~17:00、土曜 10:00~12:00)



人気メニュー

- 駄菓子セット
- 洋菓子



PR ポイント

小学校3年生から6年生の子どもたちとゲームや工作を楽しんでいます。
みんなでワイワイ・ガヤガヤと過ごした後は、お待ちかねのお持ち帰りするお菓子をみんなに配ります。
子どもたちの笑顔がとても輝いています。



当日の流れ

- 16:00 こどもカフェ準備
- 16:20 受付
- 16:30 ゲーム
例) ビアポン・モルック・ビンゴ・工作
例) 日時計・Xmas オーナメント
- 17:15 片付け
飲み物、お菓子配付
- 17:30 解散



ねんりんこども食堂～憩いの場～大久保地区

一言

子どもも大人もたのしく安心して過ごせる居場所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	担当/高尾 受付/平日 10:00~16:00 TEL/078-937-0912 FAX/078-937-0922 メール/office2.nenrin@gmail.com



人気メニュー

- から揚げ
- コロッケ
- みそ汁
- ハンバーグ
- チャーハン



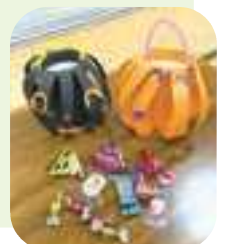
PR ポイント

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
- 18:50 スタッフ解散



こども食堂 コージー

一言

「作って食べる」子どもと大人が協力しながら調理して一緒に食べます。ワイワイガヤガヤ楽しい食堂です。



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
- ツナとマヨのおにぎらず
- 春巻きの皮のシュガーロール
- トライフル



PR ポイント

異世代がともに協力して教え合い助け合いながら味噌作りをはじめ年間を通して様々なメニューに挑戦して出来ることを増やして、楽しく美味しく過ごす場所です。



当日の流れ

- 8:30 スタッフ集合
- 9:00 テーブルの消毒・調理準備
- 10:00 受付
調理
- 12:00 みんなで「いただきます」
- 13:00 片付け
子どもたち解散
スタッフミーティング
- 15:00 スタッフ解散

コージーカフェ

一言

誰もが気軽に参加できて、子ども達が「ホッとするスペース」をつくっています。何して遊ぶ？今日のおやつは何か？



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	40名
問い合わせ先	こども財団 TEL/078-920-9670



人気メニュー

- お楽しみおやつ & ジュース



PR ポイント

レゴブロック、折り紙、ぬり絵、ボードゲーム他、おしゃべり、自由に好きなことをして過ごす場所です。

手芸部も始めました。



当日の流れ

- 12:00 スタッフミーティング
- 14:00 テーブルの消毒・調理準備
- 15:00 受付
遊び & おやつ
フリータイム
- 18:00 片付け清掃
- 19:00 スタッフ解散

みらいえ子ども食堂

一言

子どもたちにとって「2番目の我が家」のような、笑顔あふれる心地よい居場所になればいいな♪



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 10:30~11:30
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がっています！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

子どもたちが一緒に遊んだり食事をする事で、お互いを大切に
する気持ちを育てます。



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 10:00~12:00
定 員	10名~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

- 三色丼 ● かつめし
- パンバイキング



PR ポイント

いろいろな学年の子どもたちが仲良くなれる
楽しい居場所です。毎月、レクリエーション・
工作や料理教室、ボッチャなどのスポーツ、季
節の行事など、いろんなイベント体験と、その
ときどきの手作りの食事を楽しめます。



当日の流れ

- 9:00 会場準備・調理
- 9:55 受付
- 10:00 イベント開始
- 11:15 イベント終了 手洗い・配膳
- 11:30 ランチタイム
- 12:00 終了

Casa そらのみんな食堂

一言

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。
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

- 魚の竜田揚げ
- 車麩のフライ
- 橋本さんの卵焼き



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、ボードゲーム、ダーツなど。
- 18:30 『いただきます』
- 19:30 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きます。
- 20:00 解散

あいあいてーぶる

一言

テーブルを囲み「和気あいあい」の食堂をとの願いを込めてのネーミングです。子どもと高齢者一緒のみんな食堂です。



主催	あいあいてーぶるグループ
開催場所	大久保第2県住集会所
住所	大久保町大窪2489
開催日時	第3土曜日 8:00~9:30
定員	25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
- 焼きそばパン
- ホットドッグ
- フルーツサンド



PR ポイント

土曜日朝のモーニングです。父親、母親、両親、祖母とそれぞれの家族連れの参加者もあります。子どもも高齢者も、にぎやかで楽しい時間を過ごし、誰もが笑顔で1日を始められる居場所となっています。



当日の流れ

- 7:30 スタッフ集合
準備（前日に下準備）
- 8:00 受付 随時会食
- 9:15 子ども解散 高齢者受付
- 10:30 高齢者解散
- 10:30 後片付け
振り返りミーティング
- 11:30 スタッフ解散

にこにこてーぶる

一言

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 高丘西小コミセン (078-934-4060)



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

しっかり手洗い、包丁や火の扱いに注意して、安全確保を最優先にしています。

最近では地域のボランティアに加え、子ども達のお父さん、お母さんにも協力いただき、活動しています。

「自分で作った料理は美味しい！」子ども達の反応も上々です。



当日の流れ

- 9:00 スタッフ集合、調理準備
- 9:20 スタッフ打合せ・確認
- 10:00 受付
- 10:10 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 スタッフ解散

山手台こどもひろば

一言

2025年新規開設！山手台にこども食堂がやってきたよ！



主催 山手台こどもひろばボランティアグループ

開催場所 山手台会館 高齢者憩いの家

住所 大久保町山手台1丁目56

開催日時 主に第4土曜日 8:30～10:00

定員 15名

問い合わせ先 やまてだいこどもひろば
メール/yamatedai.kodomohiroba@gmail.com



人気メニュー

- みんなで作るホットサンド
- クレープづくり体験
- カレー



PRポイント

地域の方から頂いた野菜やくだものを使ったメニューを考えています。食後は、クイズやミニゲーム・工作をして楽しめます。スタッフは山手台の地域住民を中心に色々な世代で子どもたちと一緒に遊びます。夏祭りやクリスマス会など季節のイベントもありますよ♪



当日の流れ

- 7:00 調理スタッフ集合・調理準備
- 7:30 スタッフミーティング
- 8:30 受付
- 8:40 みんなで「いただきます」
- 9:30 あそびタイム
- 10:20 片付け
- 10:30 子どもたち解散・片付け
- 10:40 スタッフミーティング
- 11:30 スタッフ解散

谷八木子ども食堂てくてく

一言

ボランティアスタッフも増えてワイワイ楽しく活動しています。興味のある方はお気軽にどうぞ。



主催	NPO法人あゆむ
開催場所	谷八木コミセン
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

- ビーフシチュー
- 煮込みハンバーグ
- かつめし
- てんぷら



PR ポイント

子ども達は多くのボランティアに支えられ、料理の手伝いしたり、宿題したり、遊んだりと思いいい楽しくてくたくたを楽しんでいます。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
- 17:40 食事
- 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

毎回、栄養バランスの良い食事を提供しています。
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
はおいしくて楽しいです。



当日の流れ

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

西八木厚生館こどもカフェ

一言

地域ボランティア「かんたん!おやつの会」による手作りおやつを食べながら、異年齢交流、居場所づくりを図っています。



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 15:00~16:45
定員	25~35名程度
問い合わせ先	西八木厚生館 TEL/078-935-1872 FAX/078-935-1872



人気メニュー

- 豚まん
- チョコケーキ
- たこ焼き



PR ポイント

- ・ひとりでも参加しやすい「こどもカフェ」で、事前の申し込み不要で参加が可能です。
- ・異年齢の子どもたちが一緒に遊び、食することで地域の異なる友だち関係、交流が生まれます。
- ・昨今、家庭ではなかなか味わうことのできない手作りおやつを味わい、食の大切さを体感します。



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、子どもの宿題、学習・工作づくり
室内遊び、自由時間
- 16:00 みんなで配膳「いただきます」
- 16:45 片付け、子どもたち解散
- 17:00 スタッフ解散

江井島みんな食堂

一言

2016年から、こども食堂やってます。
この10年で多くの子ども達が来てくれて、やってきて良かったです。



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 18:00~20:00
定員	20名
問い合わせ先	TEL/078-946-1115



人気メニュー

- カレーライス
- クリームシチュー



PR ポイント

予約不要で、気軽に子ども一人でも参加できます。
いつまでも、ずっと来られる第二の家族みたいな感じです。
幅広い年齢層での食事で、楽しいです。



当日の流れ

- 18:00 受付
- 18:30 みんなで「いただきます」
- 19:10 片付け フリータイム
- 20:00 子どもたち解散
- 21:30 片付けて、スタッフ解散

こども食堂 しまっこ

一言

毎回たくさんの申込があり、いつも満席になります。小学校コミセンは子ども達の居場所となっており、いつも宿題やボードゲーム等で皆わいわいガヤガヤと遊んでいます。



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・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	30~40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

- 鶏のから揚げ
- カレーライス
- 棒パン
- 手巻き寿司
- こどもクッキング
(焼きそば・お好み焼き等)



PR ポイント

いつも遊んでいる子どもたちの大切な居場所。配食など高学年のボランティアスタッフも頑張っている。今後は子どもが企画、運営を担い、お誕生会やクリスマス会、ひな祭り等を実施する。



当日の流れ

- 9:30 スタッフ集合・ミーティング
会場設置・調理準備
- 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 片付け・自由時間
- 14:00 スタッフミーティング



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会議室)
住 所	魚住町西岡500-1
開催日時	第4金曜日 16:30~18:30
定 員	20名
問い合わせ先	藤本 TEL・ショートメール/090-3966-0827



人気メニュー

- ハンバーグ
- から揚げ
- おでん
- お好み焼き
- しょうが焼き



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。季節の行事、七夕、夏まつり、クリスマス、6年生お別れの会などを通して交流を深めています。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地域の気づきの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
- 15:00 調理開始
- 16:00 会場準備
- 16:30 受付 おりがみ・お絵かき
- 17:30 みんなで「いただきます」
- 18:00 片付け、フリータイム
- 18:30 終了



金ヶ崎こども食堂

一言

いっぱい食べて!! いっぱい学んで!! いっぱい楽しむ!!
そんなこども食堂です。



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	こども食堂/第4土曜日 11:00~13:00 未就学児こども食堂/第1金曜日 11:00~13:00
定員	こども食堂/20名 未就学児こども食堂/親子15組
問い合わせ先	西海 メール/nh194902@yahoo.co.jp



人気メニュー

- 鯉のぼりライス
- クリスマスバイキング
- いなり寿司
- まき寿司
- きなこパン
- 魚のフライ
- お好み焼き
- ホットケーキ
- 煮込みハンバーグ
- あん巻き



PR ポイント

近くの協力農家さんの畑へ行き収穫体験と野菜についての話を聞きました。とうもろこし、サツマイモの収穫、バケツで稲づくりです。そして収穫してきた野菜を使い地産地消を念頭に置き食育に取り組んでいます。

ツバメの巣の観察、盲導犬の役割についても勉強しました。

子ども落語家による落語会・マジックショーも毎年開催しています。令和7年から未就学児のこども食堂も開催しております。

親子で参加する事でお母さん同士の交流もでき大変喜んで頂いています。



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・調理開始
- 10:40 受付開始
- 11:00 遊びの時間 紙工作・食育体験・収穫体験・外部の方による各種勉強会等
- 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 子どもたち解散
スタッフは後片付け・ミーティング
- 14:30 スタッフ解散

こども食堂ひまわり

一言

美味しい!楽しい!やさしさつながる
ひまわりのような笑顔いっぱい♪



主催	ボランティアひまわり
開催場所	魚住市民センター2階(1・2会議室)
住所	魚住町西岡500-1
開催日時	毎月第4土曜日 11:00~13:00
定員	20名
問い合わせ先	梅田 TEL・ショートメール/090-3615-5884



人気メニュー

- サーモンフライ
- ハンバーグ
- クリームシチュー
- カツ飯
- カレー
- ビビンバ丼
- ハヤシライス



PR ポイント

「ひまわり」は、おいしくて楽しい、こども食堂です。
ごはんの後はお喋りしたり、ゲームしたり、みんなでワイワイ。まるで「家族みたい」な時間が流れます。
おなかも心もほっこり満たされる。そんな場所がーこども食堂ひまわりです。
ひとりでも、お友達とでも、ぜひぜひ遊びに来てね♪



当日の流れ

- 9:00 スタッフ集合
- 9:00 調理スタート
- 11:00 受付 & 遊び
- 11:30 食事スタート
- 12:00 遊び(プラ板キーホルダー・工作・ビンゴなど)
- 13:00 終了



清水っ子いちごプラザ

一言

子どもたちが「行きたい」「居たい」と思えるような場所になることを願っています。



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回程度 (主に土曜日) 10:00~12:00
定 員	20名
問い合わせ先	清水まちづくり協議会 TEL・FAX/078-945-5513 メール/shimizu-machi@kf6.so-net.ne.jp



人気メニュー

- パン・ジュース
- お菓子など



PR ポイント

学年が違ってみんな仲良しです！
季節ごとの工作が好きで、それぞれ個性あふれる作品ができあがります。大学生ボランティアも活躍してくれています。



当日の流れ

- 9:00 会場準備・スタッフミーティング
- 9:45 受付
- 10:00 みんなでお勉強
- 10:45 工作・遊びなど
- 12:00 子どもたち解散
- 12:10 スタッフミーティング・片付け
- 12:30 スタッフ解散



錦ヶ浦キッチン

一言

楽しく遊び、学ぶ居場所づくりとみんなで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	40名
問い合わせ先	錦浦校区まちづくり協議会事務局 (錦浦小コミセン) TEL/078-947-3244



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ごして、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んしんしてあそんだり、おいしくたべたりできるところです。



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/942-3305



人気メニュー

- カレーライス
- そばめし



PR ポイント

1年生にゆうがくおめでとうの会、なつまつり、こうさくきょうしつ、ミュージカルかんしょう会など楽しい行事がたくさんあります。



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4木曜日 16:00~19:00
定員	20名
問い合わせ先	担当:門條 (もんじょう) TEL/070-5261-2898



人気メニュー

- ハンバーグ
- こ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 自由
- 17:30 食事開始
- 18:00 自由
- 19:00 スタッフミーティング

二見きっずサロン

一言

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	20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
 て欲しくないです。



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

二見北こどもカフェ

一言

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
- 16:00 } 宿題、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

違う学校や保育園のお友達と、季節ごとの工作や運動、料理もして一緒に食事をしよう。



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	15名程度
問い合わせ先	メール/honobono@kobe-iseikyo.or.jp



人気メニュー

- 餃子パーティ (みんなで作る餃子)
- ハンバーグ
- 鶏の照り焼き



PR ポイント

ほかの学校のお友達や違う学年のお友達と一緒に遊べる。手作りのお弁当がおいしい。工作で作った作品は今も家においているよ。2年前に作ったクリスマスツリーランタンは今もあかりが灯るよ。地域みんなで開催した餅つき大会は大盛況でした！



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
- 9:50 参加者が到着ごとに受付け
- 10:00 当日の遊び開始
- 11:50 みんなで「いただきます」
- 13:00 保護者のお迎えで「さようなら」
- 13:00 ボランティアミーティング
- 13:30 厨房片付け終了 フロア片付け終了
- 13:30 ボランティア解散

こども食堂 nico ☺

一言

多彩な行事とともに行い、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	20~50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

- からあげ弁当
- かつめし
- クリームシチュー
- やきにく弁当



PR ポイント

小学生ボッチャ大会、ハイパーヨーヨー教室、七夕工作、クリスマスコンサート、巻きずし作り、デコパージュ教室など、楽しい行事がいっぱい。



当日の流れ

≪昼開催例≫

- 9:00 準備・打合せ
- 10:00 出席確認・行事
- 12:00 食事
- 13:00 かたづけ
- 13:30 解散

≪夕方開催例≫

- 16:00 勉強・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

FAX：078-920-9671

MAIL：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。
本誌掲載記事・写真等の無断転載を禁じます。

2026年3月