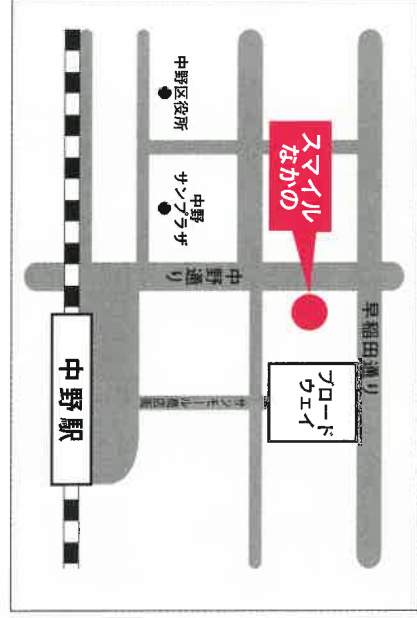


中野区の子ども食堂・学習支援活動マップ 2020年度版



小・中・高校生の皆さま
保護者さま

<http://kodomohottojimbo.com>



「こどもほっとネット in なかの」マップ
【発行】こどもほっとネット in なかの事務局
〒164-0001

中野区中野 5-68-7 スライルなかの3階
(社福) 中野区社会福祉協議会 中野ボランティアセンター
電話：5380-0254 F A X：5380-6027
E-mail：vc@nakanoshakyo.com

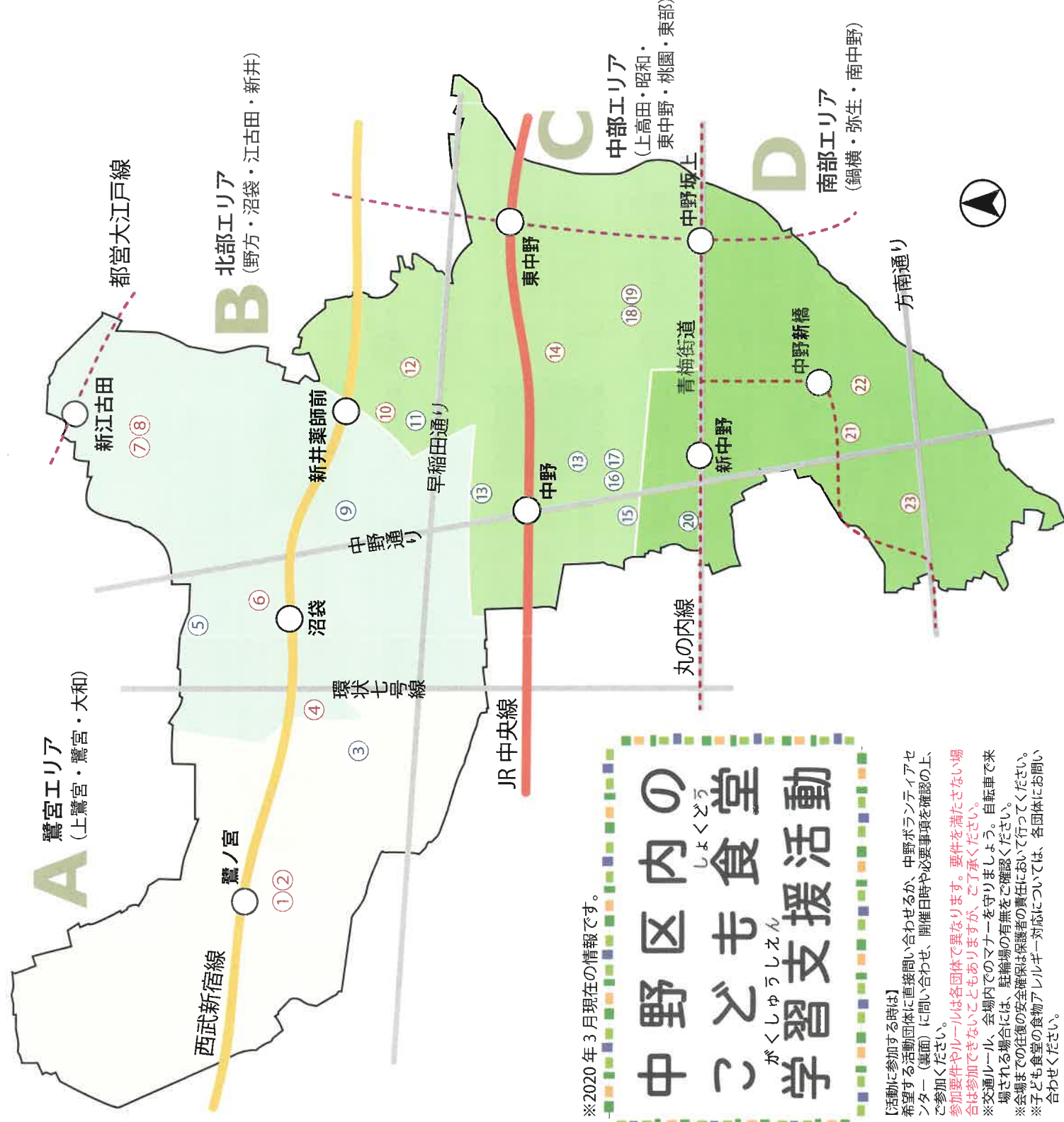
子どもたちの笑顔と夢と未来のために
つなぐ、つながる、
こどもほっとネットワーク。

子どもたちの笑顔と豊かな未来のために、一人でも多くの皆さまと出会いできますことを、楽しみにお待ちしております。

「こどもほっとネット in なかの」は、中野区内で子どもや親子の居場所づくりに取り組みボランティア団体・個人のネットワークです。区内の各地域で実施されている子ども食堂や学習支援スペースを、より身近な場所として区民の皆さまにご利用いただくために、参加団体の概要をマップにしました。活動に参加したい方はもちろん、ボランティアスタッフとしてお手伝いできる方、ご自身で居場所づくりを始めた方という方も、ぜひ一度、地域の活動に参加してみませんか。

子どもたちの笑顔と豊かな未来のために、一人でも多くの皆さまと出会いできますことを、楽しみにお待ちしております。

いばしよ
居場所があるって、うれしいね！
子どもが主役の居場所づくり



※2020年3月現在の情報です。

中野区内の こども食堂 学習支援活動

【活動に参加する時は】
希望する活動団体に直接問い合わせるか、中野ボランティアセンター(裏面)に問い合わせ、開催日時や必要事項を確認の上、ご参加ください。
参加条件やルールは各団体で異なります。要件を満たさない場合は参加できないこともあります。ご了承ください。
※交通ルール、会場内でのマナーを守りましょう。自車で来場される場合には、駐車場の有無をご確認ください。
※会場までの往復の安全確保は保護者の責任において行ってください。
※子ども食堂の食物アレルギー対応については、各団体にお問い合わせください。

MAP	名称
A-①	こども食堂さくら
A-②	kodamore
B-④	野方みんなの食堂
B-⑥	ぬまぶくろワイワイ食堂
B-⑦	江古田にここ食堂
B-⑧	GOHANの会
C-⑩	子ども食堂ゆい
C-⑫	上高田みんなの食堂
C-⑭	城山みんなの食堂
C-⑱	わいわいこども食堂
D-⑳	こども食堂すたのって
D-㉒	エプロン若菜
D-㉓	みんなの食堂南中野力レーの会

MAP	名称
A-③	文楽舎
B-⑤	中野 つむぎ塾/つむぎ塾α
B-⑨	ゆるナカ
C-⑪	薬師たきひ塾
C-⑬	中野 よもぎ塾
C-⑮	まちなかサロン友・ゆう・YOU
C-⑯	親子ぱとの会
C-⑰	ベストフレンズ
C-⑲	こども図書室ねこのて
D-⑳	みらい塾
	一般社団法人 CAMEL

※今年新たにオープンした団体です。くわしくは、中面をごらんください。

※マップに掲載されていない団体もあります。自宅近くの子ども食堂・無料塾を探したい方は、事務局までお問い合わせください。

ロゴデザインについて
3つの星は「子ども連」に参加する皆さん、そして「こどもほっとネット」みんなの思いが一つの輝きをつなげるように、そんな願いが込められています。
※デザイン原案：たいさ君(小学6年生：2017年当時)の作品です。

※当リーフレットの掲載情報は2020年3月現在のものです。
最新の情報はホームページでもご確認ください。



2020.04

A 鷺宮エリア

食 **子ども食堂さくら** MAP A-1

心をこめて作ったお食事でおもてなし。大人も子どもも、ほっと一息食堂。

対象：どなたでも
会場：しらさぎ桜苑 中野区白鷺 1-14-8
日時：毎月第3日曜日 12:30～14:00 (受付は12:00～)
参加費：子ども 100円、大人 300円

【問合せ】しらさぎ桜苑 (白岩) 電話：03-5356-5447
メール：chiikirenkei-sakuraen@m-kamisagi.jp

食 **kodomore** MAP A-2

歌や手遊びをする保育士ユニットを招いてイベントも実施しています。親同士、子同士の交流や情報交換、新たな繋がり場の場となっています。

対象：親子で (子どものみの参加は不可)
会場：しらさぎ桜苑 中野区白鷺 1-14-8
日時：毎月1回金曜日 参加費：親子で 1,000円 / 18:00～20:00 子ども 1人追加 +300円

【問合せ】kodomore (佐藤) 電話：080-4194-0032 メール：growinthedark777@yahoo.co.jp

学 **文楽舎 (ぶんがくしゃ)** MAP A-3

傷つきつらい思いをしている子どもたちの重荷を、共に担い合い助け合う「居場所」です。家庭や学習塾とはまったく異なる生活と学びの支援をしています。

対象：小学生～高校生 (要連絡)
会場：中野区若宮 2-21-5
日時：原則として平日午後
参加費：あり (金額応相談・奨学金あり)

【問合せ】文楽舎 電話：03-3223-4211 メール：makoto884@nifty.com



B 北部エリア

食 **野方みんなの食堂** MAP B-4

地域の人々のつながりの場。老若男女ウェルカム!!

対象：どなたでも
会場：野方区民活動センター (野方ウィズ) 3F 洋室 C 中野区野方 5-3-1
日時：原則、毎月第3土曜日 12:30～14:00
参加費：子ども無料、大人 300円

【問合せ】NPO法人ここからプロジェクト (伊藤) 電話：080-4928-3487 メール：proofman36@gmail.com

食 **ぬまぶくろワイワイ食堂** MAP B-6

ほっとできる地域のいい場所。皆でワイワイ楽しくご飯!

対象：どなたでも
会場：沼袋高齢者会館 (つつじ会館) 中野区沼袋 1-34-14
日時：毎月第3火曜日 18:00～20:00
参加費：未就学児 無料 / 高校生以下 100円 / 大人 300円

【問合せ】ぬまぶくろワイワイ食堂 (中村) 電話：070-5567-0204 メール：kayoco4126@yahoo.co.jp

食 **GOHAN の会** MAP B-8

月2回、孤食の子ども達に食事を提供し、居場所づくりをしています。食事がいらぬ人も、ゆっくりした時間に利用して下さい。

対象：小・中学生
会場：江古田区民活動センター 中野区江原町 2-3-15
日時：毎月第2・4火曜日 16:00～20:00 (日時は変更になる場合があります)
参加費：100円 (食事なしの場合は無料)

【問合せ】GOHAN の会 (二羽) 電話：090-4601-8375 メール：schumvitroadsoi49@gmail.com

学 **中野つむぎ塾 / つむぎ塾α** MAP B-5

【つむぎ塾】経済的な事情などで塾に通えない、中学生を対象とした個別指導型無料塾。
【つむぎ塾α】不登校や発達に課題のある中学生の塾。

対象：中学生 (つむぎ塾は、小6も可)
会場：中野友愛ホーム 中野区江古田 2-24-11
日時：土曜または日曜 18:00～21:00 月4回程度開催
参加費：【つむぎ塾】無料 (つむぎ塾α) 3,000円 / 月 (応相談)

【問合せ】NPO法人ここからプロジェクト (伊藤) 電話：080-4928-3487 メール：tumugi708@gmail.com

食 **江古田にここに食堂** MAP B-7

老若男女みんなが集まる子ども食堂です。

対象：どなたでも
会場：江古田区民活動センター2階 中野区江原町 2-3-15
日時：原則、毎月第4水曜日 18:30～20:00
参加費：未就学児 無料 / 小学生 10円 中学生～18歳 100円 / 19歳以上 300円

【問合せ】NPO法人ここからプロジェクト (伊藤) 電話：080-4928-3487 メール：syokudo4221@gmail.com

学 **ゆるナカ** ～子育て・介護・地域 etc～ MAP B-9

いろいろな人がつながる多世代交流の居場所で、スタッフが宿題など学習のお手伝いをします。

対象：どなたでも (主に幼児～中学生とその保護者)
会場：中野駅北口周辺施設 中野区新井 1-32-4 新井薬師あいロード広場など
日時：不定期開催 (月1回程度) 10:00～18:00
参加費：500円 (飲み物お菓子付き)

【問合せ】ゆるなかプロジェクト事務局 電話：03-3319-5360 メール：support@camel123.jp

学 **CAMEL (キャメル)** MAP Bエリア

経済的な理由・不登校で塾に通えない中学生のため、全国の無料塾や子ども食堂へ映像授業を無料配信しています。中野区新井では直接学習指導をします。

対象：中学生
会場：新井地区 (お問い合わせいただいた方へ直接お伝えします)
日時：毎日好きな時間に (進路指導・悩み相談は随時)
参加費：無料

【問合せ】CAMEL (大塚) 電話：03-3319-5360 メール：support@camel123.jp

C 中部エリア

食 **子ども食堂ゆい** MAP C-10

月2回、夕食を提供しています。第2水は保護者もOK。第4水は子どもだけの利用です。

対象：高校生までの子どもとその保護者
会場：女性のスペース 結 中野区上高田 2丁目
日時：毎月第2・4水曜日 18:00～20:00
参加費：子ども無料 / 大人 300円

【問合せ】中野ボランティアセンター 電話：03-5380-0254 メール：vc@nakanoshakyo.com

学 **中野よもぎ塾** MAP C-13

経済的な理由で有料の塾、家庭教師などで指導を受けていない中学生に無料で学習支援を行います。

対象：中学生 参加費：無料
会場：●スマイルなかの 中野区中野 5-68-7 ●中野区産業振興センター 中野区中野 2-13-14 ほか JR 中野駅周辺の施設
日時：毎週日曜日 18:00～21:00

【問合せ】中野よもぎ塾 (大西) 電話：050-3563-2114 メール：nakanoyomogi@gmail.com

学 **親子ばとの会** MAP C-16

小学生の学習支援と読み聞かせ。保護者の教育相談にも応じます。

対象：小学生とその保護者
会場：桃園区民活動センター 中野区中央 4-57-1
日時：土曜日 10:00～11:30 (第2土: 13:30～ / 第5土: 休)
参加費：200円 / 月 ※会費・新聞代 900円 / 月

【問合せ】親子ばとの会 (平野) 電話：03-3363-4927

食 **わいわい子ども食堂** MAP C-18

地域の人々の交流の場として、手作りのものを提供しています。

対象：どなたでも
会場：わかば荘 中野区中央 2-57-6
日時：月2回、木曜日 17:00～20:00
参加費：18歳未満 無料 / 18歳以上 300円

【問合せ】一般社団法人ねこのて (戸田) 電話：03-6279-2320 メール：nekonote@water.ocn.ne.jp

学 **薬師たきび塾** MAP C-11

中学生対象の学習塾です。子どももおとなも集い、一緒に成長できる場所に!

対象：中学生 (小学生、高校生も可)
会場：上高田区民活動センター 中野区上高田 2-11-1
日時：毎週土曜日 18:00～20:30 (毎月最終土曜日、GW等の休み期間は休塾)
参加費：無料

【問合せ】薬師たきび塾 (三浦) 電話：050-3716-8941 メール：sanpunan@gmail.com

食 **城山みんなの食堂** MAP C-14

子どもから高齢者まで、食事を通してさまざまな世代の方が交流できる場を提供します。

対象：どなたでも
会場：さくら館 (城山ふれあいの家) 中野区中野 1-20-4
日時：不定期開催 17:00～19:00
参加費：中学生まで 100円 / 高校生以上 300円

【問合せ】城山みんなの食堂 (赤澤) 電話：090-2935-4263 メール：makiakw0@gmail.com

学 **ベストフレンズ** MAP C-17

夏休み、冬休みの宿題を手伝います!

対象：小～高校生
会場：桃園区民活動センター 中野区中央 4-57-1
日時：夏・冬休み期間 週1、2日 時間不定期
参加費：無料

【問合せ】ベストフレンズ (青木) 電話：090-7427-7394

学 **子ども図書室ねこのて** MAP C-19

小さな子ども図書室で、基礎学力の習得をサポートします。

対象：子ども
会場：わかば荘 中野区中央 2-57-6
日時：月～金曜日 14:00～18:00
参加費：無料

【問合せ】一般社団法人ねこのて (戸田) 電話：03-6279-2320 メール：nekonote@water.ocn.ne.jp

食 **上高田みんなの食堂** MAP C-12

人がつながる地域のほっとステーション。

対象：どなたでも
会場：上高田東高齢者会館 中野区上高田 4-17-3
日時：毎月第4木曜日 18:00～20:00
参加費：子ども無料 / 大人 300円

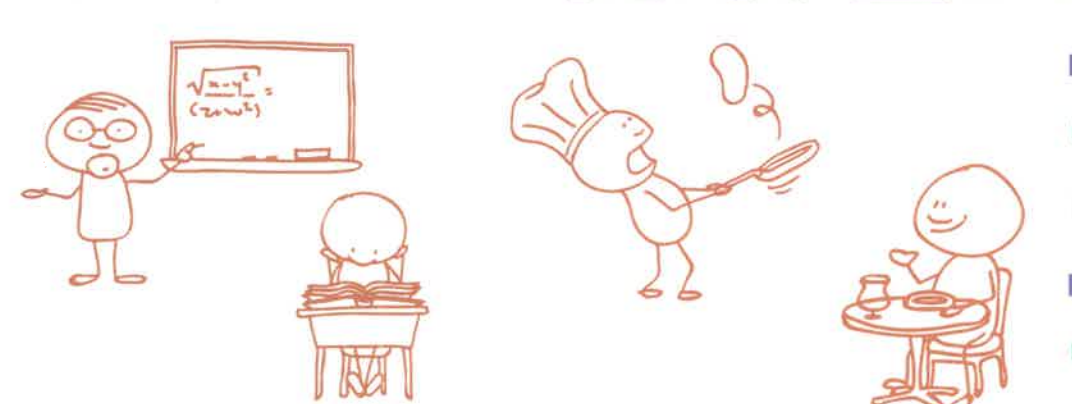
【問合せ】上高田みんなの食堂実行委員会 (大橋) 電話：080-5026-1419 メール：ohamiki216@gmail.com

学 **まちなかサロン友・ゆう・YOU** MAP C-15

中学2・3年生対象の少人数の学習サロン。おしゃべりだけでもOKです。

対象：中学2・3年生
会場：生協連会館4階えんがわ 中野区中央 5-41-18
日時：毎週水曜日 18:00～20:00
参加費：100円 (軽食代)

【問合せ】中野ボランティアセンター 電話：03-5380-0254 メール：vc@nakanoshakyo.com



D 南部エリア

学 **みらい塾** MAP D-20

経済的な事情やひとり親などの事情で塾に通えず、学力の不安を抱える小中学生を対象に、無料の学習サポートを行う。

対象：小学4年生～中学3年生
会場：コープみらいプラザ新中野4階 中野区中央 5-6-2
日時：原則第2・4土曜日 14:00～16:00
参加費：無料

【問合せ】NPO法人キッズドア みらい塾担当 (東) 電話：03-5244-9993 メール：mirai@kidsdoor.net

食 **子ども食堂すたのって** MAP D-21

できたてのお料理! アットホームな雰囲気でおしゃべり時間過ごせます。

対象：子どもとその保護者
会場：stanotte 中野区弥生町 2-52-5-123
日時：毎月第3木曜日 17:00～20:00
参加費：子ども 無料、付き添いの大人 300円+お持ち

【問合せ】stanotte (栗野) 電話：03-3380-0452 メール：stanotte2015@gmail.com

食 **エプロン若菜** MAP D-22

オーガニック食材のご飯を、みんなでワイワイ食べましょう!

対象：子どもとその保護者
会場：川島商店街コスモ会館 中野区弥生町 3-14-6
日時：毎月第1・第3水曜日 17:00～19:00
参加費：子ども無料 / 大人 300円

【問合せ】エプロン若菜 (増淵) 電話：080-3704-6667 メール：okei3384@yahoo.co.jp お問合せ不要。直接会場へお越しください。

食 **みんなの食堂南中野カレーの会** MAP D-23

おいしい手作りカレーをみんなで一緒に食べるとおいしいですよ! だれでも大歓迎!

対象：どなたでも
会場：南中野区民活動センター 2階洋室1・2号 中野区弥生町 5-5-2
日時：毎月第2・4火曜日 18:00～19:00
参加費：中学生以下 無料、高校生以上 300円

【問合せ】みんなの食堂南中野カレーの会 (田中) 電話：090-8497-4447