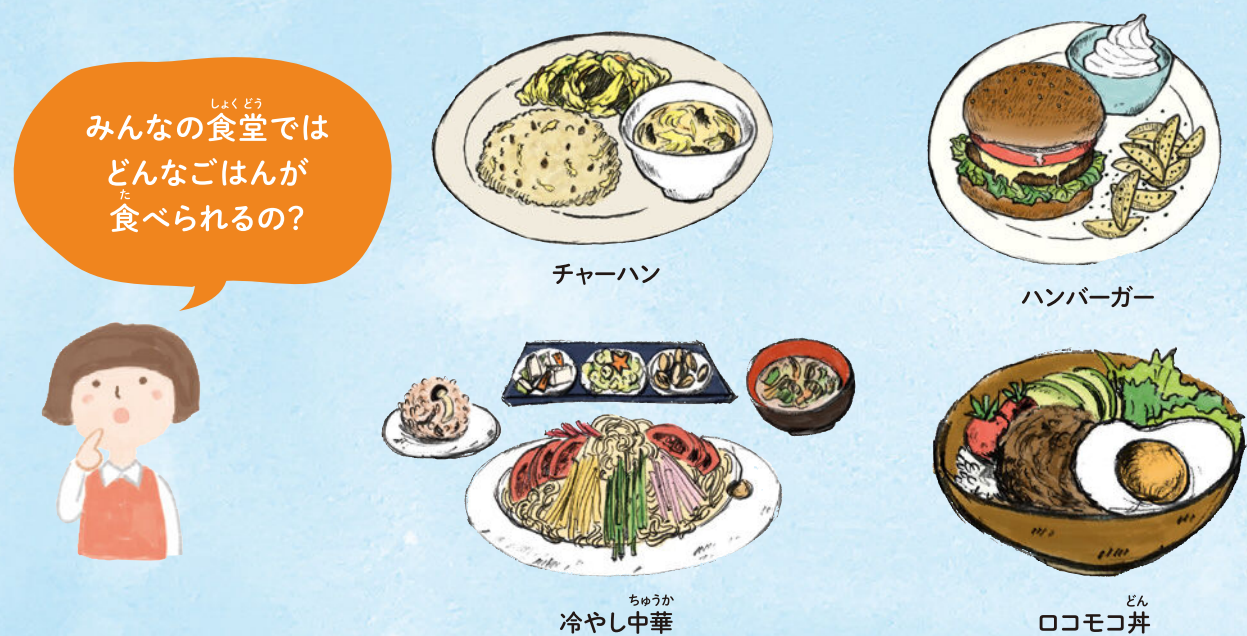


みんなの食堂に あそびに行ってみよう!

みんなの食堂(つくば市版子ども食堂)は、子どもから高齢の方まで、
だれでも行くことができるみんなの居場所です。
みんなでおしゃべりしながらごはんを食べよう!



みんなの食堂を
作りたい!

みんなの食堂運営に市の補助金をご活用ください!

つくば市では、みんなの食堂実施団体に補助金を交付しています。
◎補助金額 月1回実施 50,000円/年
月2回実施 100,000円/年
◎補助対象 食材費、消耗品費、保険料など
※詳細については、つくば市こども未来センターまでお問い合わせください

2019年6月、茨城県は
「子ども食堂サポートセンターいばらき」を開設しました。
子ども食堂の設立・運営について、気軽にご相談ください。

問 子ども食堂サポートセンターいばらき
(運営:茨城NPOセンター・コモンズ)
tel.029-303-5561



つくば市の子どものために
寄付をしたい!

誰一人、取り残さない「世界のあした」を。

つくばこどもの青い羽根基金

子どもの未来を支援するための
「つくばこどもの青い羽根基金」に、寄付のご協力をお願いいたします。
寄付金は、世代を超えた貧困の連鎖を断ち切るとともに、
全ての子どもたちが夢と希望を持って成長していけるよう
事業に活用させていただきます。

寄付の申込方法

- 1 市ホームページから(クレジットカード決済可)
- 2 申込書(市ホームページに用意)を郵送
- 3 こども未来センターで直接

つくばこどもの青い羽根

検索



みんなの食堂の
お手伝いをしたい!

食事を作る、子どもたちと遊ぶなど、
できることからのお手伝いでOKです。
中学生、高校生のボランティアも団体によって可能です。
詳しくは、直接各団体にお問い合わせください。



つくばこどもの



青い羽根基金

だれでもおいでよ みんなの食堂



つくば市こども未来センター
2024年10月 改訂

お問合せ先

つくば市こども部こども未来センター
〒305-8555 つくば市研究学園一丁目1番地1
tel 029-883-1111(代)

世界の
あしたが見えるまち。
TSUKUBA

つくば市 みんなの食堂マップ

開催日時は変更になることがあります。
詳細は、各団体にお問い合わせください。

A おおぞね 大曾根みんなの食堂

🏠 筑穂1-10-4 大穂交流センター調理室
☎ 090-5448-6178(鷹巣)
🕒 開催日: 毎月第3土曜日 12:00~14:00
💰 料金: 子ども(18歳まで)100円
大人 300円



事前予約制です。
大曾根の方のみならず、
子どもから大人まで
どなたでも来てください。
地産地消を大切にしたい
料理を作ってお待ちしています。



B ちいきこうりゅう はなばたけ 地域交流ひろば(花畑)

🏠 蓮沼220-1 フラワーチャイルド保育園
☎ 029-864-6464
🕒 開催日: 毎月第4土曜日 11:30~13:30
※変更の可能性あり(要確認)
💰 料金: 子ども(中学生まで) 100円
大人 300円

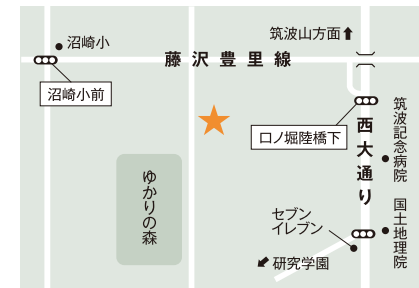


事前申込み優先!
栄養士・調理師の
手作り給食ランチ
保育士に
子育て相談できます!



C ちいきこうりゅう ぬまぎ 地域交流ひろば(沼崎)

🏠 沼崎3097-1 つくばこどもの森保育園
☎ 029-847-1155
🕒 開催日: 毎月第4土曜日 11:30~13:30
※変更の可能性あり(要確認)
💰 料金: 子ども(中学生まで) 100円
大人 300円

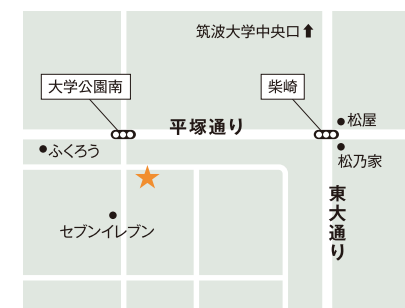


事前申込み優先!
栄養士・調理師の
手作り給食ランチ
未就学児は
子育て支援拠点で
遊ぶことができます!



D ひゃっこうてい しょうどう 百香亭みんなの食堂

🏠 天久保3-15-1 百香亭筑波大学店
☎ 029-858-4360/090-4039-7313
🕒 開催日: 毎月 第1・3土曜日 11:30~13:30
💰 料金: 無料

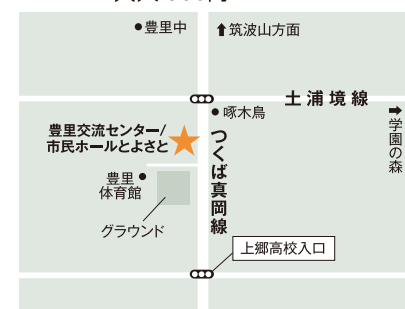


つくば市の子どもたち、
市民の方々を支援します。
子どもからお年寄りの方まで
誰でも無料で食べられます。



E ミンナのためのこども食堂

🏠 高野1197-20 豊里交流センター 調理室
☎ 090-3685-7088(つくば・あつまれちびっ子in豊里の会)
🕒 開催日: 毎月第1・3土曜日 12:00~14:00
※開催できない場合 別途土曜日(要確認)
💰 料金: 子ども(18歳まで) 100円
大人 300円



季節や地域の
伝統を意識した
手作りメニュー!



F つくばだいせい しょうどう 筑波大生による、みんなの食堂(つくしょく)

🏠 春日3-1-7 1F ダイニングバー クルーズ
☎ 029-859-0013
🕒 開催日: 毎月第2水曜日 17:00~19:00
💰 料金: 子ども(中学生まで) 無料
大人 300円



子どもも大人も大歓迎!
学生たちが
美味しいご飯を作ります。
みんなの憩いの場として、
ぜひお越しください!



G じゅっしょく しょうどう 十食のみんな食堂

🏠 天久保1-6-15 細田ビルD101
☎ 029-811-6589
🕒 開催日: 毎月第3水曜日 17:00~19:00
💰 料金: 子ども(中学生まで) 無料
大人 300円



みなさまが喜ぶ料理を
用意しております!
ぜひご利用ください。



H しょうどう レインボーファーム食堂

🏠 吉瀬1381-1 夢一夜
☎ 029-869-4321
📧 rainbowfarm0707@gmail.com(レインボーファームサークル)
🕒 開催日: 毎月1回 12:00~14:00 ※開催予定日はお問い合わせください。
💰 料金: 子ども(18歳まで) 学生(年齢は問わない) 無料
上記以外 100円

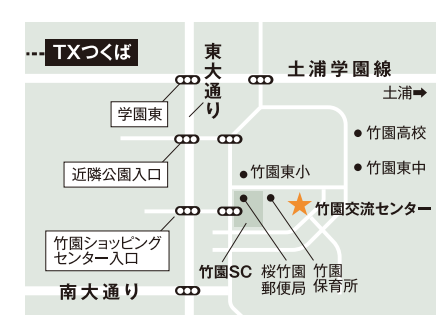


レインボーファームの畑で
収穫した野菜を使った食事を
20食程度ご用意します!!
なくなり次第終了です。
各自食器等の後片付けのご協力を
よろしくお願いいたします!



I たけぞのどう 竹園土曜ひろば

🏠 竹園3-19-2 竹園交流センター
☎ 090-3047-1265(毛利)
🕒 開催日: 毎月1回土曜日 11:30~15:00
💰 料金: 子ども(18歳まで) 無料
大人 300円



事前申込み優先!
小学生以上なら
子どもだけの参加OK
多世代・多国籍交流
ボランティア大歓迎!



J あづま 吾妻みんなのひろば

🏠 吾妻1-10-1 コリドイオ 調理・実習室
☎ 090-4268-5152(一般社団法人あふる 代表 竹之内)
🕒 開催日: 毎月第3日曜日 11:00~15:00(食事提供は13:00まで)
17:30~19:30
💰 料金: 幼児 無料
子ども(小学生から18歳まで) 100円
大人 300円

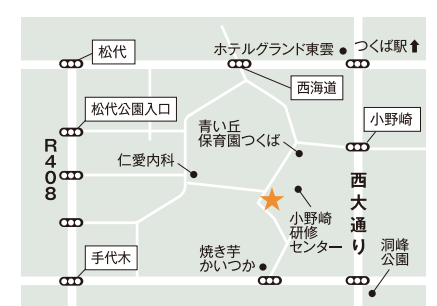


現任教員、筑波大生が
メインスタッフの食堂です!
キッズスペースあり、English OK
子どもから大人まで楽しめる
レクリエーションも実施します!



K こどもしょうどう バオバブの子供食堂

🏠 小野崎858-1
📧 amemura45@gmail.com
🕒 開催日: 毎月1回金曜日 18:00~20:15
💰 料金: 幼児(小学生未満) 無料
子ども・大人 300円



要メール予約!
工場の畑や田んぼでとれた
野菜やお米で料理、
釜でごはんを炊いたりします!



L しょうどう みんなの食堂やたべ

🏠 谷田部4711 市民ホールやたべ
☎ 090-8599-8734(区長会谷田部支部)
🕒 開催日: 毎月第2・4土曜日 11:30~13:30
※変更の可能性あり(要確認)
💰 料金: 子ども(中学生まで) 100円
大人 300円



◎要予約
予約は、開催前日 および
当日の9:00~11:00までに
お願いします。
Everybody's Dining Room
Anyone can come!
All are welcome!



M いえ しょうどう つくば「こどもの家」食堂

🏠 北中妻399-2
☎ 029-838-5366(NPO法人マナーズ)
🕒 開催日: 毎月第1・3水曜日
17:30~19:30
💰 料金: 幼児(小学生未満) 無料
子ども(18歳まで) 100円
大人 300円



2016年にオープンした、
つくば市の子ども食堂第1号。
沢山のサポーターに支えられ、
いつも笑顔が一杯の
楽しい食堂です。
予約の方優先です。
ぜひご利用ください。

