



夏休み中の居場所ガイド



暑い日が続く夏休み。おうち以外にも、涼しく過ごせる場所や、友だちと遊んだり勉強したりできる場所が市内にたくさんあります。ひとりでも、友だちとでも、家族とでも。気軽に利用してみてください。

①

TOKYOクールシェアスポット

図書館やコミュニティーセンターなど、誰でも行ける涼しい場所があるよ！

②

児童館

夏休みも開いているよ！いつでも来てね！

③

放課後こども教室

夏休み中は、多摩第一小、多摩第二小、東寺方小、連光寺小、貝取小、南鶴牧小で行っています。

自分の通っている小学校にあそびにきてね！

※利用には事前の登録が必要です。在校生のお子さんのみ利用できます。

④

子ども食堂など

無料でご飯が食べられる場所があるよ！

困ったときは、相談してね

多摩市立こども家庭センター「にじたま」

☎ 042-355-3777

月～土曜日 8:30～18:00

【あなたのいばしょチャット相談】

(あなたのいばしょチャット)

24時間365日、

誰でも無料・匿名で相談できるよ！

心のもやもや、悩み、ちょっとだけでも相談してみませんか。



←裏面に子ども食堂（民間団体）などのmapがあるよ

発行

多摩市子ども・若者政策課

☎ 042-338-6904

健康都市



こども居場所MAP

🍴 子ども食堂

✍️ 学習教室

🏠 交流・体験活動など

🍷 有料
※小中学生

📱 要予約・申込



詳しい内容はこちらから

※多摩ボランティアが把握している範囲で掲載しています。
※令和8年3月時点での情報。内容変更がある場合があります。

①子ども食堂 ココっと。

場所：一ノ宮1-11-26
日時：不定期15：30～17：00

②まんまるぱ〜る

場所：一ノ宮集会所(一ノ宮1-18-8)
または豊ヶ丘1-17-1または諏訪1-65-1
日時：月1回

⑨ピンクララタマ子ども誰でも食堂

場所：連光寺1-8-3
日時：毎週土曜日17：00～

⑩大谷戸プレーパークTAMA

場所：大谷戸公園キャンプ練習場
(連光寺5-17-1)
日時：毎月1回土曜日
9：00頃～15：00頃

③こどもリビング

場所：一ノ宮2-45-3
日時：要問合せ

④BORDER FREE

放課後学習教室 聖蹟桜ヶ丘教室
場所：多摩ボランティア・市民活動支援センター
(関戸4-72ヴィータ・コミュニネ7階)
日時：毎週火曜日17：00～19：00

⑤だれでも食堂福々

場所：関戸5-5-16
日時：月1回第3または第4日曜日
11：00～14：00
※その他不定期開催あり

⑪おもちゃの広場

場所：デイサービス聖ヶ丘
(聖ヶ丘2-22-3-1)
日時：毎月第2土曜日
10：00～12：00
(日程が変更になる場合あり)

⑫こども食堂ほくの家

場所：デイサービス聖ヶ丘
(聖ヶ丘2-22-3-1)
日時：毎月第2土曜日
11：30～12：30

⑥愛宕だれでも食堂

場所：のんびりカフェ風の家
(愛宕1-1-1-101,103)
日時：毎週土曜日17：00～なくなり次第終了

⑦こども食堂 えんそく

場所：大栗川・かるがも館(和田2006-4)
日時：毎月1回(不定期)

⑧わくわく子ども食堂

場所：東寺方自治会館(東寺方626-2)
日時：毎月第1・3火曜日 17：00～18：30
料金：要問合せ

⑮オリーブきっちゃん

場所：多摩ニュータウン
キリスト教会2階
(山王下1-13-13)
日時：毎月第1木曜日
17：00～19：00

⑰Laugh Kitchen

場所：落合6-1-1
多摩ニュータウン落合6丁目
ハイツ105
日時：火～土曜日11：00～16：00

⑮BORDER FREE

放課後学習教室 多摩センター教室

場所：ココリア多摩センター5階
(落合1-46-1)
日時：毎週木・土曜日
18：00～20：00

⑲こども食堂 ほっこりキッチン

場所：ぶどうの木キリスト教会八王子チャペル
(唐木田1-15-3)
日時：毎月第1土曜日 12：00～14：00
予約分+当日参加分でなくなり次第終了

⑮だれでもしよくどう

場所：子ども宿題カフェみ・な・の・は
(落合3-17-1-104)
日時：不定期

⑲子どもの居場所「るぴなす」

場所：豊ヶ丘5-6(豊ヶ丘児童館)
日時：第2・第4土曜日

⑲つむぎ・やさいの台所

場所：豊ヶ丘5-6(豊ヶ丘児童館)
日時：第1木曜日17：00～

⑲こども食堂 カラーカ

場所：カラーカカフェ内と第2会場の豊ヶ丘集会所
(豊ヶ丘4-2-5-107)
日時：毎月第3金曜日 17：00～

⑬みんなのしよくどう

場所：必死のパッチ(馬引沢2-3-23)
日時：毎月最終月曜日
17：00～19：00

⑮無料学習支援塾 start upあさひ塾

場所：リバティ内(諏訪5-6-2-101)
日時：毎週水曜日
19：00～21：00

⑰BORDER FREE

放課後学習教室 永山教室
場所：永山1-5ベルブ永山2階
多摩市しごとくらし・サポート
ステーション内会議室
日時：毎週土曜日
14：50～16：50

⑮ハーモニーカフェ

場所：諏訪4-2または諏訪5-13
日時：月1回程度(予約制)

⑮ちいさなあそび場プレーパーク

場所：永山南公園鉄塔下きりんひろば
(永山4-7)
日時：毎月1回日曜日10：00～15：00

⑲こども食堂 ぐりんぴーす

場所：貝取4-3-1-110
日時：毎月第2水曜日 16：30～18：00

⑲こども食堂 きっちゃん空

場所：貝取1-47-9
日時：毎月第4水曜日
16：00～17：30



発行：多摩市社会福祉協議会 多摩ボランティア・市民活動支援センター