

食べるものに困っていませんか？

# 東京のフードバンク・食料支援ガイド

**小金井市 福祉総合相談窓口**

## 042-386-0295

相談は無料です。食べ物だけでなく、仕事・住まい・お金も相談できます。
「食べるものがなくて困っています。相談したいのですが。」と相談してみてください。
※ 区の窓口は、平日の昼間だけのところが多いです。

↑詳しくはこちら

## 今日・明日、すぐに食べたいとき

| 曜日（毎週） | 時間 | 場所・団体 |
|---|---|---|
| 月 | 18:30 | 練馬・石神井（だれでも食堂、要申込） |
| 火 | 20:00 | 山谷（ほしのいえ） |
| 水 | 21:30 | 池袋（てのはし） |
| 木 | 12:00 | 練馬・沼袋（つくろい東京ファンド、カフェ潮の路。第5木曜を除く） |
| 木 | 14:00 | 隅田川河川敷（山友会） |
| 土 | 12:30 | 上野公園（セカンドハーベスト・ジャパン） |
| 土 | 14:00 | 新宿 都庁前（新宿ごはんプラス、もやい） |
| 平日 | 10〜16時 | 新宿区の東京事務所（ビッグイシュー日本、要電話） |

※内容は変わることがあるので、東京フードバンクガイドから検索して、各種団体HPから確認してください。

## 東京フードバンクガイド

こちらのホームページからも、お住まいとご自身の状況に合わせて
都内のフードバンクの団体を検索することができます。

https://foodbankjp.vercel.app/ 東京 フードバンク 無料 検索