

あおぞらひろば

2026 年(令和 8 年) 10 月号



☎ 月～土曜 9:00～16:00 ※12:00～13:00 換気・消毒のため閉館

📅 日・祝・毎月最終火曜・年末年始(12/29～1/3)

☎ 0883-30-3536

利 用 対 象：阿波市在住の未就学のお子さまと保護者の方・妊娠中の方

※こども園に通われているお子さまも利用できます。

※市外にお住まいの方でも、阿波市在住の祖父母がおられる方は、利用できます。



10月 行事予定

あれだけ暑かった夏の日々がうそのように、涼しくて過ごしやすい日が増えてきましたね。気候のいいこの時期、いろんな秋を楽しみましょう♪ さあ、今月も楽しいことが盛りだくさん!!
あおぞらスタッフ一同みなさんの笑顔をお待ちしています♪

月	火	水	木	金	土
★ 予約は 9 月 18 日(金)から受付します			1 ★ ベビーマッサージ 10:30～11:30 ※ 要予約	2	3 ☆ ファミサポ登録会 10:00～15:00 ※あおぞら通常開所
★ … 要予約 ☆ … 予約不要					
5 ☆ くみちゃんの 栄養相談 10:00～12:00	6	7	8 ★ ピラティス 10:30～11:10 ※ 要予約 ▼	9 ★ トータルケア 10:00～12:00 ※ 要予約	10 ☆ 図書館まつり ※裏面参照 ファミサポ登録会 11(日)
12 スポーツの日 おやすみ	13 ★ 辻さんの足圧整体 10:00～12:00 ※ 要予約	14	15	16	17
19	20	21 ★ 肩こりケア 10:00～12:00 ※ 要予約	22	23 ★ ハロウィン パーティー🎃 絵本の読み聞かせ 10:30～11:30 ※ 要予約	24
26 ☆ 身体計測 10:00～15:00	27 おやすみ	28	29 ★ カッサでリンパ流し 10:00～12:00 ※ 要予約	30	31 ☆ ファミサポ登録会 10:00～15:00 ※あおぞら通常開所

10 月の制作は…さんまいただきます♪ ※ 10 月 1 日(木)～ 無くなり次第終了いたしますのでご了承ください

- ★ 1 日(木)《ベビーマッサージ》10:30～11:30 先着 10 組さま 参加費:300 円 ※ 要予約
● 講師にぽっかぽかの米田 奈津さんをお迎えしてみんなでふれあいマッサージを楽しみましょう♪
- ★ 8 日(木)《ピラティス》10:30～11:10 先着 6 名さま ※ 要予約
● 講師:ピラティスインストラクター 山中理沙さん ● 対象:子育て中のママ
● 持参物:タオル・水やお茶など(水分補給) ※ 動きやすい服装でお越しください
- ★ 9 日(金)《妊娠中の方・子育て家族のトータルケア》10:00～12:00 先着 4 名さま 参加費:500 円 ※ 要予約
● 身体のケアをしながら、いろいろお話しませんか? ココロとカラダのリフレッシュにどうぞ♪
※ 1 人につき約 30 分のケアで、予約時に時間を決めます ※ 動きやすい服装でお越しください
- ☆ 11 日(日)《図書館まつり》10:00～15:00 頃まで あおぞら・阿波市ファミサポも参加しますので遊びにきてね♪ ※ファミサポ登録会あり
- ★ 13 日(火)《足圧整体》New☆ 10:00～12:00 先着 4 名さま 参加費:500 円 ※ 要予約 ※1人につき約30分のケアで、予約時に時間を決めます
● 徳島県内にある女性専門メンテナンスサロン&セラピストスクール Hale*Ola 辻智子さんをお迎えして足裏の広い面を使い身体にゆっくりと圧をかけていく着衣のボディケアです
- ★ 21 日(水)《肩こりケア》10:00～12:00 参加費:1 人につき 30 分 500 円(施術は 15 分) ※予約時に時間を決めます ※ 要予約
● 「肩こりリンパ」「プチ整体」それぞれ先着 4 名さまで、予約時にどちらがいいか希望をお伝えください
- ★ 30 日(木)《ハロウィンパーティー🎃&絵本の読み聞かせ》10:45～11:45 先着 12 組さま ※ 要予約※ 詳細は、裏面をご覧ください。
● ①今年は怖～い脱出迷路があります。♪ ②フォトブースがあります📷
ぜひ みなさんも仮装をして楽しみましょう★ゆかいな仲間たちさんによる絵本の読み聞かせがあります
- ★ 29 日(木)《カッサでリンパ流し》10:00～12:00 先着 4 名さま 参加費:500 円 ※ 要予約※1人につき約30分のケアで、予約時に時間を決めます
● 吉野川市のサロン YOSAPARK Lien(ヨサパーク リアン)の伊原恵美さんをお迎えしてカッサを使いリンパ流しをしてくれます

【 10月のうた 】 おばけなんてないさ



作詞：横 みのり
作曲：峯 陽

オバケなんてないさ オバケなんてウソさ
ねぼけたひとが みまちがえたのさ
だけどちょっと だけどちょっと ボクだってこわいな
オバケなんてないさ オバケなんてウソさ

ホントにオバケが できたらどうしよう？
れいぞうこにいれて カチカチにしちゃおう
だけどちょっと だけどちょっと ボクだってこわいな
オバケなんてないさ オバケなんてウソさ



【 10月の絵本 】 かしこいねこと100にんのおうさま



作・絵：ヒロミツ
出版社：文芸社

「みんな同じが一番」と思っていた王様の前に現れた、かしこいねこ。ねこの知恵によって王様は大切なことに気づいていきます。個性や違いを認め合うことの大切さを、子どもにもわかりやすく伝えてくれる心温まる絵本です。読み終えた後には、「違いってなんだろう？」と親子で会話が広がる一冊です。
みんな違ってみんないいニャ〜🐾

年に一度の『としょかんまつり』に...
あおぞら・阿波市ファミサポも参加します♪

10月11日(日)

としょかんまつり

あおぞらは...

- ・たこやきビンゴ
- ・バック制作

時間：10:00 - 14:00 頃まで
会場：阿波農村環境改善センター内
ファミサポ登録会も開催します

ゆかいな仲間たち
with
阿波子育て支援センターあおぞら

**ハロウィン
パーティー**

※ 要予約

開催のお知らせ

2026年10月23日(金)
10:30 ~ 11:30

先着12組さま

ゆかいな仲間たちさんによる絵本の読み聞かせや
楽しいブースを用意しています。
フォトブースもありますので、ぜひ仮装してお越し
ください♪

10:30 ~ 受付開始
ハロウィンについてのお話し
絵本の読み聞かせ
ゆかいな仲間たちさんコラボ
11:00 ~ ブースめぐり
(フォトブース・ハロウィン迷路)
11:30 ~ 終わりの会・集合写真
終了

Trick or Treat



【 阿波子育て支援センターあおぞら 】

〒771-1703
阿波市阿波町東原173番地 1
阿波市阿波地域交流センター 1F
Tel & Fax 0883-30-3536

- ★ お子さまといっしょに、パパやママ・おじいちゃんやおばあちゃん・妊娠中の方、みんなが安心してホッとできる場所そして、いろんな出会いや学びを通して、キラッとできる場所
阿波子育て支援センターあおぞらは、お子さまと保護者が一緒に遊べるふれあいスペースです♪

- ★ Instagramストーリーで、随時最新情報を発信しています

ぜひ、あおぞら【aozora3036】をフォローしてね



【 阿波市ファミリー・サポート・センター 】

〒771-1703
阿波市阿波町東原173番地1
阿波子育て支援センターあおぞら内
Tel & Fax 0883-30-3526

- ★ お子さまの預かりや保育施設の送迎、育児のサポートが必要なパパやママのお手伝いをします
阿波子育て支援センターあおぞら内において活動中ですのでお気軽に声をかけてください
- ★ 在宅育児応援クーポン・阿波っ子応援券も使えますのでご利用ください

- ★ 令和8年度も引き続きファミサポ会員さまを募集しております。色々イベントを予定しているのでお楽しみに♪