

2015年10月~12月 グランチャ東雲 秋の講座



- ★ 当講座は江東区に在住・在勤・在学で、**60歳以上**の方を対象としています。
- ★ 事前にお申し込みが必要です。(定員を超えるお申し込みの場合には、抽選となります)
- ★ 参加費の必要なプログラムがありますので、ご確認ください。

グランチャ東雲講座ポリシー

グランチャ東雲では、年間で4期の講座を計画しています。全ての講座は、基本的に初心者の方を対象としています。それは、講座が、おひとりおひとりに対しての新しい出会いや可能性を見出す場、生きがいづくりをお手伝いする場になることを願っているからです。

グランチャ東雲講座抽選方法について

- 多くの方にお申し込みの機会をご提供できるよう、募集期間を2週間に設定しています。
- 定員を超えた場合には、前回当選された方は抽選の対象から外させていただきます。
- 抽選は講座ごと、担当者以外の2名以上のスタッフで公正を保って行っています。結果は返信ハガキでご連絡いたします。講座のお申し込みに際しては、以上の手順・主旨をご理解下さいますようお願い申し上げます。

グランチャ東雲 秋の講座(2015年10月~)に開催される連続講座

カラオケ教室

腹式呼吸による発声練習により、歌唱力のみならず、内臓機能もアップ出来るような声の健康体操です！

- 【対象】60歳以上の初心者中心
【日程】10/2 10/16
11/6 11/20
12/4 12/18
1/8 1/15
2/5 2/19
3/4 3/18
金曜日、全12回の連続講座
【時間】13:00 ~ 15:00
【定員】40名
【場所】5階 大広間
※集合は、5階エレベーター前
【参加費】2000円(全12回分)
【持ち物】赤ペン・飲み物・スリッパ



民謡はじめてみませんか

三味線と尺八の音色に合わせて日本の伝統芸能「民謡」はじめてみませんか。

- 【対象】60歳以上の初心者中心
【日程】10/26
11/9 11/23
12/14
1/11 1/25
2/8 2/22
月曜日、全8回の連続講座
【時間】14:00 ~ 15:30
【定員】28名
【場所】4階 工作室または調理室
【参加費】1400円(全8回分)
【持ち物】筆記用具、飲み物、あめ玉録音機(あればお持ち下さい)



グランチャ東雲
〒135-0062
江東区東雲 1-9-46 TEL 03-5548-1992

● グランチャ東雲 臨時休館日【2015年9月3日(木)~6日(日)】

入館登録

-講座の申し込み方法-

グランチャ東雲に入館する場合は入館登録が必要になります。
1. 来館いただき入館登録申請紙に記入
2. グランチャカード(入館カード)作成

グランチャカード発行(当日発行)

グランチャカードは当日発行できますが、事前にご登録いただくと当日のお手続きがスムーズです。(運転免許証、保険証、住基カードなどご本人確認の出来るものをお持ちください。)

参加講座決定

裏面の講座よりお選びください。

申し込み

申し込み専用往復ハガキをグランチャ東雲3階受付にご用意しております。(52円切手をご用意ください。)

【往復ハガキ投函の場合】

申し込み期間：9/1(火)~9/15(火) 消印有効
①ご希望講座 ②グランチャカード番号 ③お名前
④年齢・講座 ⑤郵便番号・住所 ⑥電話番号
をご記入の上ご投函ください。(1講座につき1通)
⇒あて先：〒135-0062 江東区東雲 1-9-46
グランチャ東雲 講座担当係
注) 申し込み専用往復ハガキをご利用の場合には、
52円切手2枚が必要です。

☆往復ハガキはグランチャ東雲の住所を表側にして折り、ご投函ください。

【3階受付(普通ハガキ)の場合】

申し込み期間：9/1(火)~9/15(火)
①ご希望講座名 ②グランチャカード番号 ③お名前
④年齢・性別 ⑤郵便番号・住所 ⑥電話番号
をご記入した用紙を返信用ハガキに添付して
3階受付『講座申し込みハガキ入れ』にご投函ください。(1講座につき1通)
注) 申し込み専用往復ハガキをご利用の場合には、52円切手が必要です。

返信	① ご希望講座名 (1講座) ② グランチャカード番号 ③ 受講者名・ふりがな ④ 年齢・性別 ⑤ 郵便番号・住所 ⑥ 電話番号
往信	この面には何も記入しないでください。

〒135-0062 江東区東雲1-9-46
グランチャ東雲 講座担当係

抽選

厳正なる抽選を行い、返信ハガキで結果をご連絡いたします。(9/28迄)
万が一返信ハガキが届かない場合はお手数ですが、グランチャ東雲までお問い合わせください。

*定員に達していない場合は追加募集を行います。

当選

落選

参加費なし

参加費あり

参加費がある場合は講座開始前までに3階受付で全額をお支払いください。

※ キャンセルされた場合、返金致しかねますので予めご了承ください。

当日プログラム参加

講座初日は、あらかじめ参加費を3階窓口にてお支払いいただいた上で開始時間 10分前より教室にお入りいただけます。

● グランチャ東雲休館日【2015年9月20日(日)】第3日曜日

グランチャ東雲 秋の講座(2015年10月~12月に開催される連続講座)

楽しく朗読

朗読を楽しみながら学び、子どもたちの前で絵本の読み聞かせをする時間があります。

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/13 10/20 10/27
11/10 11/17 11/24
12/1 12/8
- 火曜日、全8回の連続講座
- 【時間】10:00 ~ 11:30
- 【定員】10名
- 【場所】4階 会議室
- 【参加費】800円(全8回分)
- 【持ち物】筆記用具



楽しく書道

書道の経験がある方もない方も、一緒に楽しく学びましょう!

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/14 10/21 10/28
11/4 11/11 11/18
11/25 12/2
- 水曜日、全8回の連続講座
- 【時間】10:00 ~ 11:30
- 【定員】20名
- 【場所】4階 工作室
- 【参加費】800円(全8回分)
- 【持ち物】習字セット(レンタルもあります)

はじめてのフラ

フラのゆったりとしたリズムに合わせて、南国気分を味わいましょう!!

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/6 10/20 10/27 11/10
11/17 11/24 12/1 12/8
- 火曜日、全8回の連続講座
- 【時間】12:15 ~ 13:15
- 【定員】25名
- 【場所】4階 レクリエーションルーム
- 【参加費】無料
- 【持ち物】運動出来る服装、タオル、飲み物
- ※更衣室はございません。予め、ご了承下さい



はじめてのウクレレ

ウクレレを初めて触るという方も、ご安心下さい。素敵なおハーモニーを奏でましょう♪

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/15 10/22 10/29 11/5
11/12 11/19 11/26 12/3
- 木曜日、全8回の連続講座
- 【時間】13:30 ~ 15:00
- 【定員】15名
- 【場所】4階 調理室
- 【参加費】800円(全8回分)
- 【持ち物】特にございません。



絵手紙から始める水彩画

絵手紙を通して水彩画の基礎を学びます。素敵な絵手紙を楽しく、作りましょう。

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/14 10/21 10/28
11/4 11/11 11/18
11/25 12/2
- 水曜日、全8回の連続講座
- 【時間】13:30 ~ 15:00
- 【定員】25名
- 【場所】4階 工作室
- 【参加費】800円(全8回分)
- 【持ち物】筆・鉛筆・消しゴム(ゴム印を作ります) スケッチブック(あればお持ち下さい)

英会話にチャレンジ

英会話は初めてという方向けの講座です。挨拶など基礎的な会話から楽しみましょう。

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/15 10/22 10/29
11/5 11/12 11/19
11/26 12/3
- 木曜日、全8回の連続講座
- 【時間】10:00 ~ 11:30
- 【定員】12名
- 【場所】4階 会議室
- 【参加費】800円(全8回分)
- 【持ち物】筆記用具、ノート



編み物に挑戦

カギ編みで座布団を作ります! 初心者の方も挑戦してみてください!!

- ※見本は3F受付にございます。
- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/16 10/23 10/30 11/6
11/13 11/20 11/27 12/4
- 金曜日、全8回の連続講座
- 【時間】10:00 ~ 11:30
- 【定員】20名
- 【場所】4階 工作室
- 【参加費】1000円
- 【持ち物】筆記用具

工作にチャレンジ ~ 手作り版画年賀状 ~

オリジナルの版面を彫って市販の年賀状とは一味違った素敵な“一品”をつくりましょう。

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】11/5 11/12 11/19 11/26
- 木曜日、全4回の連続講座
- 【時間】10:00 ~ 11:30
- 【定員】20名
- 【場所】4階 工作室
- 【参加費】1500円(全4回分)
- 【持ち物】特にありません。

パソコンに初挑戦

パソコンが初めての方を対象とします。電源をいれるところから楽しく学び、さらにWordで文字入力を中心に進めます。インターネットやメールのやり方まで学びましょう!

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/6 10/13 10/20 10/27
11/10 11/17 11/24 12/1
- 火曜日、全8回の連続講座
- 【時間】14:00 ~ 15:30
- 【定員】10名
- 【場所】4階 会議室
- 【参加費】800円(全8回分)
- 【持ち物】筆記用具
- ※教材は、当日お渡しします。

グランチャのパソコンは、Windows 7を使用しています。

パソコンレベルアップ ~経験者編~

パソコンに少し慣れたら、Wordでの文書作成や編集、表の挿入、ワードアートなど挑戦します。※電源の入れ方、マウスの操作などのパソコンの基礎操作が出来る方を対象とします。

- ※【文書作成がメインとなります】
- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】10/15 10/22 10/29 11/5
11/12 11/19 11/26 12/3
- 木曜日、全8回の連続講座
- 【時間】14:00 ~ 15:30
- 【定員】10名
- 【場所】4階 会議室
- 【参加費】800円(全8回分)
- 【持ち物】筆記用具
- ※教材は、当日お渡しします。

グランチャのパソコンは、Windows 7を使用しています。

男の料理塾

男性だけの料理塾。初心者の方も大歓迎! 試食タイムも、わいわいにぎやかです。

- 【対象】60歳以上の男性初心者中心
- 【日程】11/7 11/14 11/21 11/28
- 土曜日、全4回の連続講座
- 【時間】10:00 ~ 13:00
- 【定員】20名
- 【場所】4階 調理室
- 【参加費】2000円(全4回分)
- 【持ち物】エプロン・筆記用具



こだわりフレンチクッキング

みんなで美味しく楽しく フランス料理を作りましょう!

- 【対象】60歳以上の初心者中心
- 【日程】11/10 11/17 11/24 12/1
- 火曜日、全4回の連続講座
- 【時間】10:00 ~ 13:00
- 【定員】20名
- 【場所】4階 調理室
- 【参加費】3500円(全4回分)
- 【持ち物】エプロン・筆記用具

