

1月

60歳以上の方
対象

No.53

グランチャ東雲 教養・ボランティア・交流 オープンプログラム

申込みが必要なプログラムもあります。
開始時刻10分前にお集まり下さい。
(カラオケアワーのみ15分前にお集まり下さい)
定員を超えた場合、先着順または抽選となります。

1月のイベント

福よ来い♪新春カラオケデイ

【日 時】1月7日(木)
第1部 10:15~12:00 (抽選 10:00~)
第2部 13:30~16:00 (抽選 13:15~)
【対 象】グランチャカードをお持ちの60歳以上の方
【場 所】5階 大広間
【定 員】26名
【費 用】300円(憩いフロア利用料)
【申込み】直接会場までお越し下さい。

グランチャ東雲 お正月

餅つき、書き初め、だるま作り、昔遊び、
ネイルカラーのコーナーがあります。
ついたお餅は「お雑煮」で食べます。
オープニングは「江戸芸かっぽれ」を迎え、
みなさんで楽しみましょう!

【日 時】1月16日(土) 12:00~14:00
【対 象】グランチャカードをお持ちの方
【場 所】3階 交流フロア及び屋上庭園
【定 員】150名(お雑煮の数)
【費 用】無料ですがお雑煮は1杯100円で販売します。
【申込み】当日直接会場までお越し下さい。

グランチャパソコン塾

写真をパソコンに取り込んで、スライドショーを作成してみませんか?

【日 時】1月23日(土) 10:00~12:00
【対 象】グランチャカードをお持ちの方
【場 所】4階 工作室
【定 員】10組または10名
【費 用】なし
【持ち物】撮影した画像データ(SDカードまたはUSB)
【申込み】3階受付、もしくは電話にてお申込み下さい。

グランチャ東雲

〒135-0062
江東区東雲1-9-46
TEL: 03-5548-1992
FAX: 03-5548-1995
<http://tokyo.vmca.or.jp/grancha>

グランチャギャラリー《作品募集中!》
第53回1/8(金)~1/26(火)
対象: 60歳以上・親子(小3まで)
場所: 4階ラウンジ 費用: 無料

4階ラウンジにて開催します。
随時作品を募集しておりますので、出展して
頂ける方は3階受付までお越し下さい。

日	月	火	水	木	金	土
あけましておめでとうございます。 本年もよろしくお願いします。 ※各プログラムの詳細は チラシ裏面をご覧ください。					1 休館日	2 休館日
					年末年始のため 休館致します。	年末年始のため 休館致します。
3 休館日	4	5	6	7	8	9
年末年始のため 休館致します。	自由工作広場 ～グランチャファクトリー～ 14:00～16:00 3階 交流室	ボランティアアワー 10:00～12:00 3階 交流室	パソコン体験会 10:00～11:30 4階 会議室	わいわいおしゃべりサロン 10:00～11:30 3階 交流室	第53回 グランチャギャラリー 26日まで 4階 ラウンジ	自由工作広場 ～グランチャファクトリー～ 14:00～16:00 3階 交流室
		読み聞かせ ボランティアアワー 13:30～14:00 3階 交流室		福よ来い♪新春カラオケデイ 第1部 10:15～12:00 第2部 13:30～16:00 5階 大広間		
10	11 成人の日	12	13	14	15	16
		ボランティアアワー 10:00～12:00 3階 交流室	男の台所 10:00～13:00 4階 調理室 女性限定！昼食会 12:15～12:45 4階 調理室	わいわいおしゃべりサロン 10:00～11:30 3階 交流室 カラオケアワー 13:30～16:00 5階 大広間	読み聞かせ ボランティアアワー 15:00～15:30 3階 交流室	グランチャ東雲お正月 12:00～14:00 3階交流フロア 及び屋上庭園
17 休館日	18	19	20	21	22	23
館内点検のため 休館致します。	パソコンアワー 10:00～11:30 4階 工作室	ボランティアアワー 10:00～12:00 3階 交流室	パソコン体験会 10:00～11:30 4階 会議室	わいわいおしゃべりサロン 10:00～11:30 3階 交流室	グランチャバースディパーティー 11:00～11:45 5階 和室	グランチャパソコン塾 10:00～12:00 4階 工作室
	自由工作広場 ～グランチャファクトリー～ 14:00～16:00 4階 工作室	読み聞かせ ボランティアアワー 13:30～14:00 3階 交流室	元気回復！レクリエーションの時間 13:00～14:30 4階 工作室	カラオケアワー 13:30～16:00 5階 大広間	グランチャランチタイム 11:45～12:30 5階 和室	
			グランチャネイチャークラブ 14:00～15:00 3階 交流室ほか		自由工作広場～グランチャファクトリー～ 14:00～16:00 3階 交流室	
24	25	26	27	28	29	30
	パソコンアワー 10:00～11:30 4階 工作室	ボランティアアワー 10:00～12:00 3階 交流室	グランマ キッチン 10:00～13:00 4階 調理室	わいわいおしゃべりサロン 10:00～11:30 3階 交流室		
31		みんなで遊ぼう♪ 11:00～11:40 3階 交流室	よつばくらぶ 14:45～16:00 5階 和室	カラオケアワー 13:30～16:00 5階 大広間		
	グランチャ学び屋 13:30～14:30 4階 工作室	歌とお喋りと楽しい時間 14:15～15:30 4階 レクリエーションルーム				

1月の休館日: 1月1日、2日、3日及び17日

1月 教養・ボランティア・交流 オープンプログラム

◆事前のお申込みが必要なプログラムで、
先着順のものは定員になり次第締切となります。
◆開始時間 10分前にお集まりください。

教養プログラム
対象：60歳以上

申込ありのプログラム

男の台所 〈お申込は3階受付まで〉
1/13 水曜日 10:00～13:00
◆申込期間 ～1/12(火) (先着順)
対象:60歳以上 男性 場所:4階 調理室
定員:15名 費用:600円/1回
講師の先生はいません！皆さんで協力して
男ならではのこだわりの料理を作りましょう♪

女性限定！ 昼食会 〈お申込は3階受付まで〉
1/13 水曜日 12:15～12:45
◆申込期間 12/16(水)～ (先着順)
対象:女性 場所:4階 調理室 定員:10名 費用:600円
男の台所で作るご飯と一緒に食べませんか？

グランマ キッチン 〈お申込は3階受付まで〉
1/27 水曜日 10:00～13:00
◆申込期間 12/23(水)～1/26(火) (先着順)
対象:60歳以上 場所:4階 調理室 定員:15名 費用:600円
講師の先生はいません！毎月テーマを決めて料理を作ります！
女性の皆さんだけで、美味しいひと時を楽しみましょう♪

元気回復！レクリエーションの時間
〈お申込は3階受付またはお電話で〉
1/20 水曜日 13:00～14:30
◆申込期間 12/16(水)～ (先着順)
対象:60歳以上 場所:4階 工作室
定員:20名 費用:100円 (当日)
誰でも簡単に楽しめる手遊びやテーブルゲームで
たくさん遊んで、笑って、心も体も元気に回復しましょう！

グランチャ 学び屋 ※詳細は別紙にてご確認ください。
〈お申込は3階受付またはお電話にて〉
1/25 第4月曜日 13:30～14:30 (予定)
対象:60歳以上 定員:20名(先着順)
費用:無料 (材料費等がかかる場合もございます)
毎月一回、様々なテーマで講師の方をお呼びし、お話が聴けます。

パソコン体験会 〈お申込は3階受付まで〉
1/6、20 水曜日 10:00～11:30
◆申込期間 12/14(月)～12/18(金)
対象:パソコン **初心者** の60歳以上 費用:無料
定員:2名程度(多数の場合、抽選) 場所:会議室
グランチャスタッフによる初心者対象のパソコン体験会です。
この機会に、ぜひ挑戦しませんか？

わいわいおしゃべりサロン
1/7、14、21、28 毎週木曜日 10:00～11:30
場所:3階 交流室 定員:20名 費用:100円/1回
週に1度のお茶飲み会。わいわいお喋りすることで気持ちもスッキリ。
ホッと一息、一緒にいかがですか？

パソコンアワー 多数の場合、9:50より抽選
1/18、25 月曜日 10:00～11:30 対象:パソコン **経験者** の60歳以上
場所:4階 工作室 定員:10名 費用:無料
少しでもパソコン経験のある方が対象となります。何か課題を持ってご参加ください。
わからないことは、『パソコンアワー』で一緒に解決していきましょう。

カラオケアワー♪ 歌いたい方は13:15より抽選
1/7、14、21、28 毎週木曜日 13:30～16:00
場所:5階 大広間 定員:32名
費用:いこいフロア利用料(300円)がかかります。
※1/7は新春カラオケデイです。第1部は10:00から抽選となります。

歌とお喋りと楽しい時間♪
1/26 第4火曜日 14:15～15:30
場所:4階 レクリエーションルーム 定員:50名 費用:200円
懐かしい歌を中心にオルガンの生伴奏に合わせて皆で歌い、お喋りやゲームをして
楽しい時間を過ごしませんか？ お友達を誘って、ぜひご参加ください♪

読み聞かせボランティアアワー
1/5、19 第1、3火曜日 13:30～14:00
1/15 第3金曜日 15:00～15:30
場所:3階 交流室
絵本大好き！子ども大好き！
という方、大募集です。

ボランティアプログラム
対象:グランチャカードをお持ちの方

ボランティアアワー
1/5、12、19、26 第1、2、3、4火曜日 10:00～12:00
場所:3階 交流室 定員:20名
1/5 イベントで使うプレゼントを作ります。
1/12 おもちゃの掃除などをします。
1/19 ティッシュケースを作ります。
1/26 子どもと工作や手遊びを通して遊びます！
グランチャで行うボランティア活動です！
一度遊びに来てください♪

交流 プログラム
対象:60歳以上、
0歳～小学3年生までの子どもとその保護者

自由工作広場～グランチャファクトリー～
1/4、18 第1、3月曜日 14:00～16:00 1/8、22 第2、4金曜日 14:00～16:00
場所:3階 交流室 定員:30組程度 費用:無料 (特別工作など材料費がかかるものがあります)
リサイクル素材を使って自由工作ができます！想像力を働かせ、廃材を生まれ変えよう♪
※1月18日は特別工作、紙ねんどを行います。材料費として、50円の費用がかかります。

グランチャ ランチタイム
1/22 第4金曜日 11:45～12:30
場所:5階 和室 定員:20組
昼食代:大人400円、子ども200円
(ご持参される方は不要)
わいわいお昼ご飯を食べましょう♪親子も参加しますので、
ぜひ子育て話などお聞かせ頂ければと思います。

グランチャ ネイチャークラブ
1/20 第3水曜日 14:00～15:00
場所:3階 交流室ほか 定員:20名
費用:無料 持ち物:帽子、飲み物
都会の真ん中でちょっとだけ
自然に触れてみませんか？
野菜やお花、お魚たちを育てましょう！

よつばくらぶ
1/27 水曜日 《60歳以上の方》14:45～16:00 《親子》15:15～16:00
場所:5階 和室 定員:20組 費用:無料
畳のお部屋で折り紙遊びをします。指先を使うことで、脳への刺激も期待できます。
皆さんで日本の伝統遊びである折り紙を楽しみましょう！

グランチャ バースデイパーティー
1/22 第4金曜日 11:00～11:45
受付:10:50 5階エレベーターホール
場所:5階 和室
定員:15組(先着順) 費用:無料
持ち物:室内履き(土足禁止)
(途中参加は会場の都合上、承れない場合がございます)
記念撮影をして、手形をとります。
1月生まれの方、ぜひご参加ください！

そのまま
一緒に
お昼は
いかが
ですか？