



冬の教養講座



2022年(令和4年)1月～3月

初心者の方を中心に、より多くの皆様にご参加いただけるよう様々な講座を用意しています。いきいきとした毎日が送れるよう、ぜひ一緒に健康な心と身体を目指しましょう！

※ 江東区在住・在勤の60歳以上の方が対象になります。

※ 初めての方にご参加いただけるように、未受講の方を優先させていただきます。

はじめてのご利用にあたって

グランチャの講座にご参加いただくには

「グランチャカード」の登録(無料)が必要となります。

ご本人確認できるもの(運転免許証・保険証・マイナンバーカードなど)をご持参の上、グランチャ東雲 **3階受付**にお越しく下さい。

教-9 工作にチャレンジ



【サイズ】幅:540mm × 180mm × 高さ:350mm

教-10 社交ダンス



検温、消毒、マスク着用のご協力をお願いします

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、プログラムを中止する場合がありますのでご了承ください。

なお、その際は参加費を返金します。

教養講座紹介

※参加費には、**諸手続き・事務手数料、資料代**が含まれます。

教-1 将棋入門

将棋が**初めて**の方を対象とします。
まずはコマの動かし方から学び始め、
簡単な戦術までやってみましょう。

講師：本田 務

【日 程】 火曜日 全8回
① 1/11 ② 1/18 ③ 1/25 ④ 2/1
⑤ 2/8 ⑥ 2/15 ⑦ 2/22 ⑧ 3/1
【時 間】 11:00~12:30
【場 所】 4F 工作室
【定 員】 6名
【参加費】 880円

教-2 パソコンに初挑戦

パソコンは難しくてちょっと・・・という
方でも大丈夫。ひらがなの入力や漢字の変
換などの入力を中心に進めていきます。

講師：小野 洋子

【日 程】 火曜日 全8回
① 1/11 ② 1/18 ③ 1/25 ④ 2/1
⑤ 2/8 ⑥ 2/15 ⑦ 2/22 ⑧ 3/1
【時 間】 13:00~14:30
【場 所】 4F 会議室
【定 員】 8名
【参加費】 880円
※パソコンはWindows10を使用

教-3 パソコンレベルアップ ～経験者編～

Wordなどの文字入力ができる方を対象とし
ています。Excelでの表作成や、編集、関数
の使い方などに挑戦します。

講師：小野 洋子

【日 程】 火曜日 全8回
① 1/11 ② 1/18 ③ 1/25 ④ 2/1
⑤ 2/8 ⑥ 2/15 ⑦ 2/22 ⑧ 3/1
【時 間】 15:00~16:30
【場 所】 4F 会議室
【定 員】 8名
【参加費】 880円
※パソコンはWindows10を使用

教-4 スマートフォン入門 A

スマートフォンを既にお持ちで
なかなか使いこなせない方の為の講座です。
基本動作やライン、インターネットの使い
方を学び、新しい交流をはじめてみませんか？
※内容はスマートフォン入門Bと同じです。

講師：池端 謙昭

【日 程】 水曜日 全4回
① 1/12 ② 1/19 ③ 1/26 ④ 2/2
【時 間】 14:00~15:30
【場 所】 4F 工作室
【定 員】 8名
【参加費】 440円

教-5 スマートフォン入門 B

スマートフォンを既にお持ちで
なかなか使いこなせない方の為の講座です。
基本動作やライン、インターネットの使い
方を学び、新しい交流をはじめてみませんか？
※内容はスマートフォン入門Aと同じです。

講師：池端 謙昭

【日 程】 水曜日 全4回
① 2/9 ② 2/16 ③ 2/23 ④ 3/2
【時 間】 14:00~15:30
【場 所】 4F 工作室
【定 員】 8名
【参加費】 440円

教-6 そろばん式脳トレ

そろばんを使った脳トレをします。読む・
聞く・書く・話すを効果的に行い、脳の活
性化を促します。そろばんができなくても、
持っていなくても参加可能です。

講師：杉田 芳樹

【日 程】 水曜日 全8回
① 1/12 ② 1/19 ③ 1/26 ④ 2/2
⑤ 2/9 ⑥ 2/16 ⑦ 2/23 ⑧ 3/2
【時 間】 10:00~11:00
【場 所】 4F 会議室
【定 員】 8名
【参加費】 880円

教-7

はじめての英会話

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。

講師：安達 園子

【日程】 木曜日 全8回

① 1/13 ② 1/20 ③ 1/27 ④ 2/3
⑤ 2/10 ⑥ 2/17 ⑦ 2/24 ⑧ 3/3

【時間】 13:00~14:30

【場所】 4F 会議室

【定員】 8名

【参加費】 880円

教-8

おもてなしの英会話

日常生活での身近な事柄について、簡単なやり取りができる事を目指します。
※中学英語終了レベル、又は、英語検定3級レベルの方が対象となります。

講師：安達 園子

【日程】 木曜日 全8回

① 1/13 ② 1/20 ③ 1/27 ④ 2/3
⑤ 2/10 ⑥ 2/17 ⑦ 2/24 ⑧ 3/3

【時間】 15:00~16:30

【場所】 4F 会議室

【定員】 8名

【参加費】 880円

教-9

工作にチャレンジ

植物をおしゃれに飾れる手作りの
「プランターボックス」を製作します。
シンプルなデザインなのでインテリアとしてもお使い頂けます。

講師：菌頭 幹雄・新妻邦雄

【日程】 木曜日 全4回

① 1/13 ② 1/20 ③ 1/27 ④ 2/3

【時間】 10:00~11:30

【場所】 4F 工作室

【定員】 8名

【参加費】 1,540円（内材料費1,100円）

教-10

社交ダンス

ステップの踏み方など、基礎から楽しく
社交ダンスを学んでみませんか？
※手を組まずに、間隔をあけてダンスを行います。

講師：南山 光高

【日程】 金曜日 全8回

① 1/14 ② 1/21 ③ 1/28 ④ 2/4
⑤ 2/11 ⑥ 2/18 ⑦ 2/25 ⑧ 3/4

【時間】 12:00~13:30

【場所】 4F レクリエーションルーム

【定員】 20名

【参加費】 880円

教-11

編み物に挑戦（中・上級）

かぎ針で普段使いできる小さめのトート
バックを製作します。
編み物を楽しみましょう。
※中・上級は編み図の作り目がわかる方が
対象となります。

講師：上條 朝美

【日程】 金曜日 全8回

① 1/14 ② 1/21 ③ 1/28 ④ 2/4
⑤ 2/11 ⑥ 2/18 ⑦ 2/25 ⑧ 3/4

【時間】 10:00~11:30

【場所】 4F 工作室

【定員】 8名

【参加費】 1,430円（内材料費550円）

教-11 編み物に挑戦



【材料費を伴う講座のキャンセルについて】

・工作にチャレンジ・編み物に挑戦

お支払い後の返金はありません。後日、3階窓口にて材料をお渡しいたします。

【お申し込み方法】

参加講座の決定

教養・健康それぞれの講座よりお選びください。

【1講座につき 往復はがき1枚での応募となります】

お申し込み

【お申し込み期間】

12月1日(水)～12月15日(水)

◇ 投函の場合 15日(水) 消印有効

◇ ご持参の場合 15日(水) 営業時間まで

はがきへの記入

下記の「はがき記入方法」に沿ってご記入ください。

抽選

厳正なる抽選を行い、返信はがきで結果をご連絡致します。



12月24日(金)頃 着予定

※到着予定日を過ぎてはがきが届かない場合はお問い合わせください。

※12/29(水)～1/3(月)迄 休館日となりますので予めご了承ください。

当選

【教養講座当選の方】

講座開始当日に、3階受付で参加費をお支払いください。

お支払いがない場合は、キャンセル待ちの方に権利をお譲りいたします。なお、お支払い後のキャンセルの場合は返金はいたしませんので予めご了承ください。

材料費を伴う講座の詳細については、前頁をご覧ください。

往復はがき記入方法

【返信オモテ】

参加される方の

- ・ご住所
- ・お名前

【往信オモテ】

〒135-0062

江東区東雲1-9-46

江東区児童・高齢者総合施設

グランチャ東雲

【講座】担当者 係

郵便往復はがき 63 返信 【返信オモテ】	【往信ウラ】
□□□□□□	

【往信ウラ】

- ① 講座名または 講座番号 (例 教-1)
- ② グランチャカード番号
- ③ お名前/ふりがな
- ④ 年齢・性別
- ⑤ 郵便番号・住所
- ⑥ 電話番号

郵便往復はがき 63 往信 【往信オモテ】	【返信ウラ】
□□□□□□	

【返信ウラ】

何も記入しないでください

📧 ご持参の方は返信用のみに63円切手をお貼りください

☆ キャンセル待ち

当選者の中からキャンセルが出た場合、番号順にご連絡いたします。

★ 落選

次回の講座でお待ちしております。