

12月 60歳以上の方 No.64 対象

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分前にお集まりください。定員を超えた場合、先着順または抽選となります。

12月のイベント

※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください。

クリスマス飾ろう

素敵なクリスマスリースを作成します！

【日時】12月3日(土) 14:00~15:30
【場所】4階 工作室 【定員】20名
【対象】60歳以上の方、小学3年生までの親子【費用】700円

グランチャシネマ クリスマス映画を上映します！

【日時】12月4日(日) 13:30~15:30
【場所】4階 レクリエーションルーム 【定員】100名
【対象】グランチャカードをお持ちの方 【申込】3階受付

クリスマス会

楽しい催し物がいっぱいです。是非、ご家族やご友人と一緒にご参加ください。

【日時】12月10日(土) 14:00~16:00
【場所】4階 レクリエーションルーム
【対象】グランチャカードをお持ちの方
【費用】100円 【定員】200名 【申込】3階受付

新聞ちぎり絵 新聞紙を使って絵画制作をします

【日時】12月17日(土) 14:00~16:30
【場所】4階 工作室 【定員】20人 【費用】無料
【対象】60歳以上の方 【申込】3階受付

グランチャ東雲 GranCha shi nonome

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

グランチャギャラリー 《作品募集中!》

第64回 12/3(土)~12/27(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
作品受付: 12/2(金)まで

※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階受付までお申し出下さい。

日	月	火	水	木	金	土
 「クリスマス大冒険12/23(金)」をサポートしていただくボランティアを募集中です。詳細は、  チラシをご覧ください。なるかスタッフまでお問い合わせください。 注) カラオケアワーは、13:15~13:30の間に抽選となります。				1 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 ※13:15~16:00 5階 大広間	2 読み聞かせ ボランティアアワー 15:00~15:30 3階 交流室	3 クリスマス飾ろう! ~リースづくり~ 14:00~15:30 4階 工作室 グランチャギャラリー 27日まで 4階ギャラリー
4 グラチャシネマ 13:30~15:30 4階 レクリエーションルーム	5 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	6 ボランティアアワー 10:00~12:00 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	7 パソコン体験会 10:00~11:30 4階 会議室	8 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 ※13:15~16:00 5階 大広間	9 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	10 グランチャクリスマス会 14:00~16:00 4階 レクリエーションルーム
11	12 パソコンアワー 10:00~11:30 4階 会議室	13 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室	14 男の台所 10:00~13:00 4階 調理室 女性限定! 昼食会 12:00~12:30 4階 調理室	15 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 ※13:15~16:00 5階 大広間	16 読み聞かせ ボランティアアワー 15:00~15:30 3階 交流室	17 新聞ちぎり絵 ~クリスマスバージョン~ 14:00~16:30 4階 工作室
18 休館日	19 グランチャ学び屋 13:30~14:30 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 3階 交流室	20 ボランティアアワー 10:00~12:00 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	21 パソコン体験会 10:00~11:30 4階 会議室 グランマキッチン 10:00~13:00 4階 調理室 元気回復レクリエーションの時間 13:00~14:30 4階 会議室 グランチャネイチャークラブ 14:00~15:00 3階 交流室 よつばくらぶ 14:45~16:00 5階 和室	22 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 ※13:15~16:00 5階 大広間	23 グランチャバースデイパーティー 11:00~11:45 5階 和室 グランチャランチタイム 11:45~12:30 5階 和室 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 パソコンアワー 10:00~11:30 4階 工作室	27 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室 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	28	29 休館日	30 休館日	31 休館日

12月の休館日: 18日, 29~31日 ※各プログラムの詳細はチラシ裏面をご覧ください。

12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〉

12/14 水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 11/9(水)~12/13(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!皆さんと協力して
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〉

12/14 水曜日 12:00~12:30

◆申込期間 11/16(水)~12/13(火) (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〉

12/21 水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 11/23(水)~12/20(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〉

12/21 水曜日 13:00~14:30

◆申込期間 12/1(木)~ (先着順)

対象:60歳以上 場所:4階 会議室
定員:12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〉

12/19 第3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〉

12/7、21 水曜日 10:00~11:30

◆申込期間 11/21(月)~11/25(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

12/1、8、15、22 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

12/12、26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 会議室・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』と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

12/1、8、15、22 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。
カラオケを皆さんで楽しむ時間です。

歌とお喋りと楽しい時間♪

12/27 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:60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

12/6、20 第1、3火曜日
13:30~14:00

12/2、16 第1、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。

ボランティアアワー

第1、2、3、4火曜日 10:00~12:00

場所:4階会議室・3階交流室 定員:20名

- 12/6 イベントで使うプレゼントを作ります。(交流室)
- 12/13 おもちゃの掃除などをします。(交流室)
- 12/20 ティッシュケース作りなどをします。(交流室)
- 12/27 子どもと工作や手遊びを通して遊びます!(交流室)

グランチャで行うボランティア活動です!

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

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

昼食の事前申込切は12/22(木)

〈お申込は3階受付まで〉

グランチャ バーステイパーティー

12/23 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。

12月生まれの方、ぜひご参加ください!

そのまま
一緒に
お喋り
いかが
ですか?

自由工作広場~グランチャファクトリー~

12/5、19 第1、3月曜日 14:00~16:00 12/9、23 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場合があります)

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!

※12月19日は特別工作・プラ板を行います(3階 交流室にて)。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

12/23 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

12/21 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

12/21 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!