

6月

60歳以上の方対象 No.70

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。

6月のイベント

※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください。

グランチャリティーDay
フリーマーケット、ゲームコーナー、おいしいものいっばいの模擬店もあります。是非、ご家族やご友人と一緒にご参加ください。

【日 時】6月3日(土) 12:00~15:00
【場 所】3階フロア・4階フロア
【対 象】グランチャカードをお持ちの方

グラリンピック
シニア・親子でチームを組みいろいろなゲームを行います。みなさまのご参加をお待ちしております。

【日 時】6月17日(土) 13:00~15:30
【場 所】4階レクリエーションルーム 【定 員】30名 【費 用】なし
【対 象】小学3年生までの親子と60歳以上の方
(グランチャカードをお持ちの方)
【持ち物】動きやすい服装、室内シューズ【申込み】3階受付にて受付中

ハーブ工房
ハーブでポプリ(香り袋)を作り、香りを楽しみます。ハーブティーの試飲もあります。

【日時・場所】6月24日(土) 13:30~15:00 4階 工作室
【対象・定員】小学3年生までの親子とシニア 20組
(シニアはお一人でひと組)
【その他】詳細は、5月下旬に掲示する別紙チラシをご覧ください

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.ymca.or.jp/grancha>

グランチャギャラリー《作品募集中!》
第64回 6/3(土)~7/7(金)
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: 6/2(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ください。

日	月	火	水	木	金	土
				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 グランチャリティーDay 12:00~15:00 3階 交流室ほか グランチャギャラリー 6月30日まで 4階ギャラリー
4	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	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
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 シニアのけんこう相談室 12:30~13:00 5階 運動スペース前 グラリンピック 13:00~15:30 4階 レクリエーションルーム
18 休館日	19 アートフラワー 10:00~12:00 4階 調理室 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 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	22 わいわいおしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室 シニアのけんこう相談室 12:30~13:00 5階 運動スペース前 カラオケアワー ※13:15~16:00 5階 大広間	23 グランチャバスデイパーティー 11:00~11:45 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 ハーブ工房 13:30~15:00 4階 工作室
25	26 パソコンアワー 10:00~11:30 4階 工作室 グランチャ学び屋 13:30~14:30 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 グランマキッチン 10:00~13:00 4階 調理室 よつばくらぶ 14:45~16:00 5階 和室	29 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	30	

6月の休館日: 18日

※各プログラムの詳細はチラシ裏面をご覧ください。

6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〉

6/14 水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 5/10(水)~6/13(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〉

6/14 水曜日 12:00~12:30

◆申込期間 5/17(水)~6/13(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を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〉

6/28 水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 5/31(水)~6/27(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〉

6/21 水曜日 13:00~14:30

◆申込期間 5/18(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〉

6/26 第4水曜日 13:30~14:30 (予定)

対象:60歳以上 定員:20名(先着順)

場所:工作室

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、お話が聞けます。

わいわいおしゃべりサロン

6/1、8、15、22、29 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

6/12、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

6/1、8、15、22、29 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♪

6/27 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♪

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

読み聞かせ

ボランティアアワー

6/6、20 第1、3火曜日
13:30~14:00

6/2、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:3階交流室 定員:20名

- 6/6 イベントで使うプレゼントを作ります。
- 6/13 おもちゃの掃除などをします。
- 6/20 ティッシュケース作りなどをします。
- 6/27 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~

6/5、19 第1、3月曜日 14:00~16:00 6/9、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、廃材を生まれ変らせよう!

※6月23日は特別工作・アイロンビーズを行います(3階 交流室にて)。材料費として、50円の費用がかかります。

よつばくらぶ

6/28 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 ネイチャークラブ

6/21 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

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!

グランチャ バースデイパーティー

6/23 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。

6月生まれの方、ぜひご参加ください!