

# 3月

児童・高齢者総合施設  
グランチャ東雲

60歳以上の方対象

## 教養オープンプログラム

申込が必要なプログラムもあります。  
開始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。

### 3月のイベント

※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください。



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	4 むかしあそび 15:00~16:00 3階 交流室 レクリエーションタイム 13:30~14:30 4階 調理室	5 おしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室	6 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	7
8	9	10 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室	11 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	12 おしゃべりサロン 10:00~11:30 3階 交流室	13 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ 14:30~16:00 3階 交流室	14
15 休館日		17 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	18 よつばくらぶ 14:45~16:00 3階 交流室	19 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	20 春分の日	21 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ 《特別工作》 14:30~16:00 3階 交流室
22 館内点検のため 休館致します	23	24 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	25 グランマキッチン 10:00~13:00 4階 調理室	26 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	27 ハッピーバースデー 11:00~11:45 3階 交流室 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ 14:30~16:00 3階 交流室	28
29 ネイチャークラブ 13:30~14:30 3階 交流室・屋上庭園	30	31				

グランチャ東雲 shinonome

〒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**  
**《4階ラウンジ》**

展示期間: 3/7(土)~4/3(金)

作品受付: 3/5(木)まで

☆4月展示作品受付  
3/7(土)~4/2(木)

対象: 60歳以上・親子(~小3まで)

費用: 無料

申込み: 3階受付

**3月の休館日: 15日**

※各プログラムの詳細はチラシ裏面をご覧ください。

# 3月教養・ボランティア・交流オープンプログラム

## 事前申込のプログラム

### 男の台所 〈お申込は3階受付まで〉

3/11(水) 10:00~13:00

◆申込期間 2/12(水)~3/10(火) (先着順)  
対象:60歳以上の男性 場所:4階 調理室  
定員:16名 費用:620円 持ち物:エプロン・三角巾  
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〉

3/11(水) 12:00~12:30

◆申込期間 2/12(水)~3/10(火) (先着順)  
対象:女性 場所:4階 調理室  
定員:8名 費用:620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〉

3/25(水) 10:00~13:00

◆申込期間 2/26(水)~3/24(火) (先着順)  
対象:60歳以上の女性 場所:4階 調理室  
定員:16名 費用:620円 持ち物:エプロン・三角巾  
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♪



◆事前のお申込みが必要なプログラムは、**先着順**となります。  
定員になり次第締切とさせていただきます。  
◆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

### レクリエーションタイム

3/4(水) 13:30~14:30

場所:4階 調理室 定員:12名 費用:無料

誰でも簡単に楽しめる手遊びやテーブルゲームなどをします。

### おしゃべりサロン

3/5、12、19、26(木) 10:00~11:30

場所:3階 交流室 定員:20名 費用:110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?

### カラオケアワー♪ 歌いたい方は13:15より抽選

3/19、26(木) 13:15~16:00

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♪

3/24(火) 14:15~15:30

場所:4階 レクリエーションルーム 定員:70名 費用:210円

懐かしい歌を中心にピアノ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

### 楽しい絵本の時間

3/3、17(火)

15:00~15:30

3/6、20(金)

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

3/3、10、17、24(火) 10:00~12:00

場所:3階 交流室 定員:20名

3/3 イベントで使うプレゼントを作ります。

3/10 おもちゃの掃除などをします。

3/17 イベントで使うプレゼントを作ります。

3/24 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~

●3/13、27(金) 14:30~16:00

●3/21(土) 14:30~16:00 《特別工作》「マグネットカーづくり」

場所:3階 交流室 定員:30組程度 費用:無料(特別工作費用:110円)

リサイクル素材を使って自由工作ができます!子どもたちと一緒に工作を楽しみませんか?

### ハッピーバースデイ

3/27(金) 11:00~11:45

場所:3階 交流室

定員:15組(先着順) 費用:無料

受付:10:50より受付を開始いたします。

(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。

3月生まれの方、ぜひご参加ください!

### よつばくらぶ

3/18(水) 14:45~16:00

場所:3階 交流室 定員:10名 費用:無料

指先を使うことで、脳への刺激も期待できます。

親子の時間で折り紙のレクチャーをして世代間交流も楽しみましょう!

### ネイチャークラブ

3/22(日) 13:30~14:30

場所:3階 交流室・屋上庭園 定員:20名 費用:無料

都会の真ん中で少しでも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!