

12月

児童・高齢者総合施設

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。

60歳以上の方対象

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。

☆クリスマス祝会☆

【日時】 12月16日(土) 14:00～16:00
 【場所】 4階レクリエーションルーム
 【定員】 200名
 【申込み】 11月13日(月)～ 3階受付にて
 【費用】 一人100円(0歳から参加費が必要です)
 【対象】 グランチャカードをお持ちの方
 (お子様は必ず保護者同伴でご参加ください)

看護師さんと学ぼう♪シニアのけんこう相談室

今月のテーマは、「年末年始の過ごし方」です。

【日時】 12月11日(月)・24日(日) 12:30～13:00
 【場所】 5階いこいフロア運動スペース前
 【申込み】 不要 当日直接会場にお越しください
 【費用】 5階いこいフロアのご利用料金が必要です(300円)
 【対象】 グランチャカードをお持ちの方

☆クリスマス大冒険のお手伝い大募集!☆

サンタの帽子をかぶってクイズを出したり、
プレゼントを渡してくださるボランティアさん
大募集です!


【日時】 12月2日(土) 13:30～15:30
 【場所】 4階レクリエーションルーム
 【申込み】 11月14日(火)～ 3階受付またはお電話にて

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!》

12/2(土)～1/5(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: 11/30(木)まで

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	2
					楽しい絵本の時間 (読み聞かせ) 15:00～15:30 3階 交流室	グランチャシネマ 12:30～13:30 4階 レクリエーションルーム ☆クリスマス大冒険☆ 14:00～15:30 4階 レクリエーションルーム
3	4	5	6	7	8	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	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 (読み聞かせ) 13:30～14:00 3階 交流室		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 13:15～16:00 5階 大広間	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	13	14	15	16
	パソコンアワー 10:00～11:30 4階 会議室 シニアのけんこう相談室 12:30～13:00 5階 運動スペース前	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 12:00～12:30 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 13:15～16:00 5階 大広間	楽しい絵本の時間 (読み聞かせ) 15:00～15:30 3階 交流室	☆クリスマス祝会☆ 14:00～16:00 4階 レクリエーションルーム
17 休館日	18	19	20	21	22	23 天皇誕生日
館内点検のため 休館致します	アートフラワー 10:00～12:00 4階 調理室 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	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 (読み聞かせ) 13:30～14:00 3階 交流室	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 工作室 よつばくらぶ 14:45～16:00 5階 和室	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 13:15～16:00 5階 大広間	グランチャバスディパーティー 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～ 〈特別工作〉 14:00～16:00 3階 交流室	
24	25	26	27	28	29 休館日	30 休館日
	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 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	グランチャネイチャークラブ 14:00～15:00 3階 交流室	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 13:15～16:00 5階 大広間	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
31 休館日						

12月の休館日: 17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

◆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

申込ありのプログラム

男の台所 〈お申込は3階受付まで〉

12/13 水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 11/8(水)~12/12(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〉

12/13 水曜日 12:00~12:30

◆申込期間 11/15(水)~12/12(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〉

12/20 水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 12/1(金)~12/19(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にて〉

12/20 水曜日 13:00~14:30

◆申込期間 11/16(木)~ (先着順)

対象:60歳以上 場所:4階 工作室
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〉

12/18 第3月曜日 13:30~14:30 (予定)

対象:60歳以上 場所:工作室 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。

わいわいおしゃべりサロン

12/7、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

12/11、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 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

12/7、14、21、28 毎週木曜日 13:15~16:00

場所:5階 大広間(土足禁止フロア) 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♪

12/26 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: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♪

楽しい絵本の時間

(読み聞かせ)

12/5、19 第1、3火曜日
13:30~14:00

12/1、15 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

12/5 イベントで使うプレゼントを作ります。
12/12 おもちゃの掃除などをします。
12/19 ティッシュケース作りなどをします。
12/26 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!

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

自由工作広場~グランチャファクトリー~

12/4、18 第1、3月曜日 14:00~16:00 12/8、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、廃材を生まれ変わらせましょう♪
※ 12月22日は特別工作・焼き板を行います(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

バースディパーティー

12/22 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。

12月生まれの方、ぜひご参加ください!

よつばくらぶ

12/20 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(土足禁止フロア) 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

12/27 第4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!

