

2月

60歳以上の方対象

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。

2月のイベント

※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください。

新聞ちぎり絵

ハガキ大の紙に新聞を使って、ご自身が選んだ絵を描きます。
味わいのある作品が出来ますよ！

【日時】 2月17日(土) 14:00~16:30
【場所】 工作室 【参加費】 無料
【対象】 グランチャカードをお持ちの小学校3年生までの親子と
60歳以上の方 20組

カローリングカップ

氷上のスポーツカーリングの床バージョン「カローリング」。
シニア・親子でチームを組みゲームを行います。
みなさまのご参加をお待ちしております。

【日時】 2月17日(土) 13:30~15:30
【場所】 4階レクリエーションルーム 【参加費】 無料
【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

グランチャシネマ

渋谷のハチ公像でもおなじみの、実話をもとに作られた作品を上映します。

【日時】 2月24(土) 13:00~15:00
【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
【持ち物】 上履き

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!》

2/3(土)~3/2(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: 2/1(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 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 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	3
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 楽しい絵本の時間 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 シニアのけんこう相談室 12:30~13:00 5階 運動スペース前
11 建国記念の日	12 振替休日	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 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	17 新聞ちぎり絵 14:00~16:30 4階 工作室 カローリングカップ 13:30~15:30 4階 レクリエーションルーム
18 休館日	19 パソコンアワー 10:00~11:30 4階 会議室 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 楽しい絵本の時間 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 グランチャ昔遊びタイム♪ 14:30~15:30 4階 会議室	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~ <特別工作> 14:00~16:00 3階 交流室	24 グランチャシネマ 13:00~15:00 4階 レクリエーションルーム
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 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			

2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。

2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〉

2/14 第2水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 1/10(水)~2/13(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〉

2/14 第2水曜日 12:00~12:30

◆申込期間 1/10(水)~2/13(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〉

2/28 第4水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 1/31(水)~2/27(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〉

2/21 第3水曜日 13:00~14:30

◆申込期間 1/18(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〉

2/26 第4月曜日 13:30~14:30(予定)

対象:60歳以上 定員:20名(先着順) 場所:4階 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、お話が聴けます。

わいわいおしゃべりサロン

2/1、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

2/19、26 第3-4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

2/1、8、15、22 毎週木曜日 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♪

2/27 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

楽しい絵本の時間

2/6、20 第1、3火曜日 13:30~14:00

2/2、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

2/6、13、20、27 第1、2、3、4火曜日 10:00~12:00

場所:3階交流室 定員:20名

- 2/6 イベントで使うプレゼントを作ります。
- 2/13 おもちゃの掃除などをします。
- 2/20 ティッシュケース作りなどをします。
- 2/27 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♪

グランチャ 昔遊びタイム♪

2/21 第3水曜日

14:30~15:30

場所:4階 会議室

定員:15組

昔懐かしい遊びを
皆さんで楽しみましょう!
教えてくださる方も
大募集です!

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~

2/5、19 第1、3月曜日 14:00~16:00 2/9、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、廃材を生まれ変わらせよう!

※2月23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。

よつばくらぶ

2/28 第4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

2/28 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?

お花、お魚たちを育てましょう!

