

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。

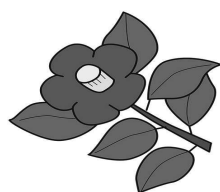
2月のイベント

※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください。

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16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、上履き、飲み物
- 【申込み】 3階受付
- 【定員】 40名



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://tokyoymca.or.jp/grancha>

グランチャギャラリー《作品募集中!》

2/2(土)~3/1(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: 1/31(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 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	2
3 グランチャ 昔遊びタイム♪ 14:00~15:00 3階交流室	4	5 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 14:00~14:30 3階 交流室 パソコンアワー 15:00~16:30 4階 会議室	6	7 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	8 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	9 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ 10:30~12:00 3階 交流室
10	11 建国記念の日	12 ボランティアアワー 10:00~12:00 3階 交流室	13 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	14 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	15 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室 グランチャ学び屋 14:00~15:00 4階 工作室	16 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
17 休館日	18	19 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 14:00~14:30 3階 交流室 パソコンアワー 15:00~16:30 4階 会議室	20 元気回復! レクリエーションの時間 10:00~11:00 4階 会議室 よつばくらぶ 14:45~16:00 3階 交流室	21 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	22 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~ 14:30~16:00 3階 交流室	23 自由工作広場 ~グランチャファクトリー~ ＜特別工作＞ 14:00~15:30 3階 交流室
24 グランチャネイチャークラブ 14:00~15:00 3階 交流室	25	26 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	27 グランマキッチン 10:00~13:00 4階 調理室	28 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月の休館日: 17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

事前申込のプログラム

男の台所 〈お申込は3階受付まで〉

2/13 第2水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 1/9 (水)~2/12(火) (先着順)

対象:60歳以上 男性 場所:4階 調理室

定員:16名 費用:600円

講師の先生はいません！皆さんで協力して
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〉

2/13 第2水曜日 12:00~12:30

◆申込期間 1/9 (水)~2/12(火) (先着順)

対象:女性 場所:4階 調理室 定員:8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〉

2/27 第4水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 1/30 (水)~2/26(火) (先着順)

対象:60歳以上 場所:4階 調理室 定員:16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

当日、会議室までお越しください

2/20 第3水曜日 10:00~11:00

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 「自分だけのオリジナル七味づくり」

お申し込みは3階受付

2/15 第3金曜日 14:00~15:00

対象:60歳以上 場所:4階 工作室

定員:20名(先着順) 費用:300円

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。

※詳細は別紙にてご確認ください。

わいわいおしゃべりサロン

2/7、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、14:50より抽選

2/5、19 第1、3火曜日 15:00~16:30 対象:パソコン経験者の60歳以上

場所:4階 会議室 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

2/7、14、21、28 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♪

2/26 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:70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

2/5、19 第1、3火曜日
14:00~14:30

2/1、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

2/5、12、19、26 毎週火曜日 10:00~12:00

場所:3階 交流室 定員:20名

- 2/5 イベントで使うプレゼントを作ります。
- 2/12 おもちゃの掃除などをします。
- 2/19 ティッシュケース作りなどをします。
- 2/26 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！
一度遊びに来てください♪

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

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~

●2/8、22 第2、4金曜日 14:30~16:00 ●2/9 第2土曜日 10:30~12:00

●2/23 第4土曜日 14:00~15:30(特別工作)

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！子どもたちと一緒に工作を楽しみませんか？

※2月23日は特別工作「紙粘土ねじりマシュマロ」料費として、100円の費用がかかります。

グランチャ

バースデイパーティー

2/22 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。

2月生まれの方、ぜひご参加ください！

よつぼくらぶ

2/20 第3水曜日 《60歳以上の方》14:45~16:00 《親子》15:15~16:00

場所:3階 交流室 定員:親子10組・60歳以上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。

親子の時間では折り紙のレクチャーをしてもらい世代間交流も楽しみましょう！

グランチャ ネイチャークラブ

2/24 第4日曜日 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！

グランチャ 昔遊びタイム♪

2/3 第1日曜日 14:00~15:00

場所:3階 交流室 定員:15組

昔懐かしい遊びを

皆さんで楽しみましょう！

教えてくださるボランティアも

大募集です！！