

2018

12月

60歳以上の方対象

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

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。
申込みが必要なプログラムもあります。
※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください。

12月のイベント

☆クリスマス祝会☆

クリスマスをお祝いする楽しい会を開催します。

【日時】 12月15日(土) 14:00~16:00
【場所】 4階 レクリエーションルーム
【対象定員】 グランチャカードをお持ちの方、200名
(お子様は保護者同伴でお願いします)
※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください

☆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8日(土) 14:30~16:00
【場所】 グランチャ館内
【申込み】 11月14日(水)~ 3階受付またはお電話にて
※詳細は、館内掲示のチラシをご覧ください

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、「安全な入浴について」です。

【日時】 12月5日(水)・22日(土) 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

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!》
12/1(土)~12/21(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: 11/29(木)まで

出展していただける方は、
3階受付までお申し出ください。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
		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	看護師さんと学ぼう! シニアのけんこう相談室 12:30~13:00 5階 いこいフロア	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 15:00~15:30 3階 交流室	クリスマス大冒険 14:30~16:00 グランチャ館内
9	10	11	12	13	14	15
		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		クリスマス祝会 14:00~16:00 4階 レクリエーションルーム
16	17	18	19	20	21	22
館内点検のため 休館致します		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	元気回復! レクリエーションの時間 10:00~11:00 4階 会議室 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 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	グランチャ学び屋 13:30~14:30 4階 工作室 楽しい絵本の時間 15:00~15:30 3階 交流室	看護師さんと学ぼう! シニアのけんこう相談室 12:30~13:00 5階 いこいフロア 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
23	24 振替休日	25	26	27	28	29 休館日
グランチャネイチャークラブ 14:00~15:00 3階 交流室 ほか		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		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	年末年始のため 休館致します
30 休館日	31 休館日					
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					

12月の休館日: 16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

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〉

12/12 第2水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 11/14(水)~12/11(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〉

12/12 第2水曜日 12:00~12:30

◆申込期間 11/14(水)~12/11(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〉

12/19 第4水曜日 10:00~13:00

◆申込期間 11/28(水)~12/18(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

〈お申込は3階受付またはお電話にて〉

12/19 第3水曜日 10:00~11:00

◆申込期間 11/22(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 「簡単!ゆびあみでマフラー作製!」

〈お申込は3階受付またはお電話にて〉

12/21 第3金曜日 13:30~14:30

対象:60歳以上 場所:4階 工作室

定員:20名(先着順) 費用:350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

12/6、13、20、27 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

12/4、18 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』で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

12/6、13、20、27 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♪

12/25 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

12/4、18 第1、3火曜日
14:00~14:30

12/7、21 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

12/4、11、18、25 毎週火曜日 10:00~12:00

場所:3階 交流室 定員:20名

12/4 イベントで使うプレゼントを作ります。
12/11 おもちゃの掃除などをします。
12/18 ティッシュケース作りなどをします。
12/25 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~

●12/28 第4金曜日 14:30~16:00

●12/22 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?

※12月22日は特別工作「だるま」料費として、50円の費用がかかります。

グランチャ バースデイパーティー

12/28 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!

よつぼくらぶ

12/19 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

12/23 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!

