

# 2023年 親子・シニア 1月

児童・高齢者総合施設 グランチャ東雲

## 地域コミュニティプログラム

### プログラム案内

特別プログラム

#### スマートフォン入門

～ ①iPhone編 ②android編 ～

【日 時】1月16日(月)  
①10:30～12:00 (iPhone編)  
②13:30～15:00 (android編)  
【対 象】グランチャカードをお持ちの60歳以上で  
スマートフォンをお持ちの方  
【定 員】各6名  
【場 所】4階 工作室【参加費】無料  
【申込み】12月19日(月)14:00～12月28日(水)  
【抽選結果】1月9日(月)～3階受付前掲示

詳細は裏面・館内に掲示するチラシをご覧ください

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
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	年末年始のため 休館致します	親子 シニア ボラ むかしあそび 14:00～14:30	シニア おしゃべりサロン 9:30～10:30 親子 シニア おもちゃ病院 13:30～15:30		親子 シニア 自由工作広場 15:30～16:30
8	9 成人の日	10	11	12	13	14
親子 みんなで楽しく 運動タイム♪ 14:00～14:30		親子 おひるねアート 11:15～12:15	シニア 男の台所 10:00～13:00		親子 シニア 自由工作広場 15:30～16:30	親子 パパとあそぼう 14:00～14:45
15	16	17	18	19	20	21
施設点検のため 休館致します	親子 ママといっしょに リラックスヨガ 10:00～10:45 親子 親子工作 14:00～14:45	親子 シニア ボラ 楽しい絵本の時間 14:30～15:00	親子 すすく計測 10:00～12:30 親子 シニア おりがみくらぶ 14:15～14:45	シニア おしゃべりサロン 9:30～10:30 親子 シニア おもちゃ病院 13:30～15:30		親子 シニア 特別工作 15:30～16:30
22	23	24	25	26	27	28
親子 パパとあそぼう 11:30～12:15 親子 シニア ネイチャークラブ 14:00～14:45					親子 シニア ハッピーバースデー 10:00～10:30 親子 シニア 自由工作広場 15:30～16:30	
29	30	31	※ご入館の際は、マスクの着用(3歳以上)をお願いします。 ※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、プログラムの中止および 変更の場合がございますのでご了承ください。 ※各時間区分の終了後、館内消毒のため、ご利用階に留まらず、一時ご退館をお願いいたします。 ※各プログラムで定員数が異なります。詳細は裏面をご覧ください。			

#### 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>

#### <<4階ラウンジ>> グランチャギャラリー

●1月展示期間  
1/7(土)～2/3(金)  
※展示作品の受付は1/5(木)締切  
●2月展示作品受付期間  
1/7(土)～2/2(木)  
対 象: 60歳以上・親子(～小3まで)  
費 用: 無料 申込み: 3階受付



1月の休館日: 15日(日)  
年末年始休館日: 2022年12月29日(木)～2023年1月3日(火)

# 1月 地域コミュニティプログラム

対象	開催日	時間	プログラム名	開催場所	対象	定員	参加費	入場券・整理券 申し込み	入場券・整理券 配付場所	詳細		
親子	1/16 (月)	14:00~14:45	親子工作	3階 交流室	グランチャカードをお持ちの 2歳~小3までのお子様とその保護者	8組(16名)	無料	3階 入場券	3階 スペースランド前	画用紙でおにのカバン作り♪		
	1/16 (月)	10:00~10:45	ママといっしょにリラックスヨガ	3階 ふれあいコーナー	グランチャカードをお持ちの 乳幼児(ハイハイ)~ 2歳までの お子様とお母さん	10組(20名)		事前申込み制 (先着順)	—	育児で頑張っている体を癒してあげませんか? リラックスしながら絆を深めましょう♪		
	1/10 (火)	11:15~12:15	おひるねアート	3階 交流室	グランチャカードをお持ちの 0・1歳児のお子様とその保護者	15組(30名)		3階 入場券	3階 スペースランド前	「うさぎ年」のおひるねアートをします♪		
	1/14 (土)	14:00~14:45	パパとあそぼう	3階 交流室	グランチャカードをお持ちの 3歳~小学3年生までの お子様とお父さん	8組(16名)		3階 入場券	3階 スペースランド前	ふくわらいをつくってあそぼう♪		
	1/22 (日)	11:30~12:15										
	1/8 (日)	14:00~14:30	みんなで楽しく運動タイム♪	4階 レクルーム	グランチャカードをお持ちの 3歳~小学3年生までの お子様と保護者	15組(30名)		—	—	ボール遊びやレクリエーションなど 親子で楽しくカラダを動かしましょう! ※上履きとくつ袋をご持参ください。		
	1/18 (水)	10:00~12:30	すくすく計測	3階 ふれあいコーナー	グランチャカードをお持ちの 乳幼児のお子様と保護者	常時12組 (入替制)		—	—	身長と体重を測ります♪ ※12組を超えた場合、お待ちいただく可能性があります。		
親子 シニア	1/5・19 (木)	13:30~15:30 (最終受付:15:00)	おもちゃ病院	4階 工作室	グランチャカードを お持ちの方	—	無料※	—	—	※部品代として実費が掛かる場合があります		
	1/7 (土)	15:30~16:30	自由工作広場	3階 交流室		10組(20名)	無料	3階 入場券	3階 スペースランド前	SDG'sの観点に立ってリサイクル素材を 使う自由工作ができます♪		
	1/13・27 (金)									おにのお面づくり♪		
	1/21 (土)	特別工作	10組(20名)			自由におりがみを折ってみよう♪						
	1/18 (水)	おりがみくらぶ	10組(20名)			お誕生日の記念に色紙に絵の具で手形をとります♪ ★1月のお誕生日の方がご参加できます★ ※汚れてもよい服装でお越しください						
	1/27 (金)	ハッピーバースデー	10組(20名)			1月のお誕生日の方 グランチャカードをお持ちの 0歳~小学3年生までの お子様とその保護者 シニアの方						
	1/22 (日)	14:00~14:45	ネイチャークラブ			3階 屋上庭園・交流室				グランチャカードを お持ちの方	10組(20名)	—
シニア	1/11 (水)	10:00~13:00	男の台所		4階 調理室	グランチャカードを お持ちの60歳以上の男性				12名	880 円	事前申込み制 (先着順)
	1/5・19 (木)	9:30~10:30	おしゃべりサロン	3階 交流室	グランチャカードを お持ちの60歳以上の方	10名	無料	おしゃべりサロン 整理券	3階 スペースランド前	日頃気になっていることや 感じていることなど皆さんで楽しくお話しませんか? 30分に1回、簡単な体操や脳トレゲームも行います。 ※お飲み物は各自ご持参ください		
親子・シニア ボランティア	1/17 (火)	14:30~15:00	楽しい絵本の時間	3階 交流室	グランチャカードを お持ちの方	10名	無料	3階 入場券	3階 スペースランド前	ボランティアさんと一緒に絵本を楽しみましょう♪		
	1/4 (水)	14:00~14:30	むかしあそび	3階 交流室		8名				けん玉やお手玉などむかしあそびを体験しませんか?		

【対象区分】 ※ グランチャ東雲に入館する場合は入館登録が必要になります。

親子	0歳~小学3年生までのお子様とその保護者
シニア	60歳以上の方
ボランティア (略:ボラ)	18歳以上の方

**ボランティア大募集!!**

プログラムやイベントと一緒に盛り上げてくださる  
「ボランティア」を募集しています!!

・対 象: グランチャカードをお持ちの方  
・内 容: 絵本の読み聞かせ 他  
・活 動 日: プログラムによる ※個別に相談

(担当: 増田)

