

# 2023年 親子・シニア 3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 ボイストレーニング

【日時】 3月10日(金) 13:30~15:00  
 【場所】 4階 工作室  
 【対象】 グランチャカードをお持ちの60歳以上の方  
 【定員】 16名(事前申込み制)  
 【参加費】 110円(税込)  
 【申込み】 2月13日(月) 14:00~3月5日(日) 17:00まで  
 詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください

#### まなびや

— 筆ペン教室 —

【日時】 3月17日(金) 13:30~15:00  
 【場所】 4階 工作室  
 【対象】 グランチャカードをお持ちの60歳以上の方  
 【定員】 12名(事前申込み制)  
 【申込み】 2月20日(月) 14:00~定員になり次第受付終了  
 詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください

#### 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

●3月展示期間  
 3/4(土)~4/7(金)  
 ※展示作品の受付は3/2(木)締切  
 ●4月展示作品受付期間  
 3/4(土)~4/6(木)  
 対象: 60歳以上・親子(～小3まで)  
 費用: 無料 申込み: 3階受付

日	月	火	水	木	金	土
※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。			1 親子 シニア ポラ	2 シニア	3	4 親子 シニア
			むかしあそび 14:00~14:30	おしゃべりサロン 10:00~11:00 親子 シニア	自由工作広場 15:30~16:30	
5	6 親子	7 親子 シニア ポラ	8	9	10 シニア	11 親子
	親子工作 11:00~11:45	楽しい絵本の時間 14:30~15:00			特別プログラム ボイストレーニング 13:30~15:00 親子 シニア	自由工作広場 15:30~16:30
12	13	14	15	16	17	18
親子	親子	親子	親子	親子 シニア	シニア	親子 シニア
みんなで楽しく 運動タイム♪ 14:00~14:30	ママといっしょに リラックスヨガ 10:00~10:45	おひるねアート 11:15~12:15	すくすく計測 10:00~12:30 親子 シニア おりがみくらぶ 14:15~14:45	おもちゃ病院 13:30~15:30	まなびや 13:30~15:00	特別工作 15:30~16:30
19	20	21 春分の日	22	23	24	25
施設点検のため 休館致します	親子	親子 シニア ポラ			親子 シニア	
	親子工作 14:00~14:45	楽しい絵本の時間 14:30~15:00			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
26	27	28	29	30	31	
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					

3月の休館日:3月19日(日)



# 3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	3/6 (月)	11:00~11:45	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	お花紙でちょうちょうづくり
	3/20 (月)	14:00~14:45								手形アートをします♪ ※汚れてもよい服装でお越しください
	3/13 (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 乳児(ハイハイ~2歳まで)の お子様とお母さん	10組(20名)		2/13(月) 14:00~ 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♪
	3/14 (火)	11:15~12:15	おひるねアート	3階 ふれあいコーナー	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	「お花見」のおひるねアートをします♪
	3/15 (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。
	3/11 (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	風車を作ります☆
	3/26 (日)	11:30~12:15								
3/12 (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! ※上履きと飲み物をご持参ください。				
親子 シニア	3/15 (水)	14:15~14:45	おりがみくらぶ	3階 交流室	グランチャカードを お持ちの方	10組(20名)	無料	3階 入場券	3階 スペースランド前	自由におりがみを折ってみよう♪
	3/2・16 (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
	3/24 (金)	10:00~10:30	ハッピーバースデー	3階 交流室	3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	10組(20名)	無料	3階 入場券	3階 スペースランド前	お誕生日の記念に色紙に絵の具で手形をとります♪ ★3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
	3/10・24 (金)	15:30~16:30	自由工作広場		グランチャカードを お持ちの方					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♪
	3/4 (土)		特別工作		紙コップでマラカスを作ろう♪					
	3/18 (土)	15:30~16:30	ネイチャークラブ		3階 屋上庭園・交流室					グランチャで育てているお花や、お魚たちを 一緒にお話ししましょう!
シニア	3/2 (木)	10:00~11:00	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? 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
	3/17 (金)	13:30~15:00	まなびや	4階 工作室	グランチャカードを お持ちの60歳以上の方	12名	無料	2/20(月) 14:00~ 事前申込み制 (先着順)	—	<b>3月のテーマ「筆ペン教室」</b> ペンの持ち方や、字のバランスなど 初歩的なことから学びましょう! ※詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください
親子・シニア ボランティア	3/7・21 (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♪
	3/1 (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)

