

2026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

## 新春のつどい

【日 時】	1月10日(土) 11:00~14:00
【場 所】	1階 駐輪場 3階 交流室 4階 レクルーム 5階 運動スペース前
【対 象】	グランチャカードをお持ちの方
【費 用】	おしるこ・お雑煮 200円 その他無料
【内 容】	獅子舞演舞・もつつき・むかしあそび・書初め・カラオケなど  詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください

## まなびや

## —「漢字」という旅をしましよう—

【日 時】	1月19日(月) 14:00~15:30
【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
【費 用】	無料
【持ち物】	筆記用具・飲み物
【申込み】	12月22日(月)14:00~ 3階窓口・お電話にて(先着順)  詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください

## グランチャシネマ

## —「九十歳。何がめでたい」—

【日 時】	1月30日(金) 13:30~15:30 (13:15より受付開始)
【場 所】	4階 レクルーム
【対 象】	グランチャカードをお持ちの60歳以上の方
【定 員】	50名
【費 用】	無料 ※お申込みの際にチケットをお渡しますので当日お持ちください
【申込み】	1月5日(月)14:00~ 3階窓口にて(先着順)  詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください

グランチャギャラリー  
~4階 ラウンジにて展示中~

●1月展示期間 1/10(土)~2/6(金) ※展示作品の受付は1/8(木)締切	●2月展示作品受付期間 1/10(土)~2/5(木)
対 象:60歳以上・親子(~小3まで) 費 用:無料 申込み:3階受付	
※出展可能作品についてはグランチャ東雲までお問い合わせください	

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				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
4	5	6	7	8	9	10
親子			親子 シニア ボラ	親子 シニア ボラ	親子	親子 シニア ボラ
みんなであそぼう 11:30~12:15		楽しい絵本の時間 10:45~11:15	むかしあそび 14:00~14:30	ひよびよクラス (0歳~歩き始める前) 10:30~11:15		新春のつどい 11:00~14:00
				シニア		
11	12成人の日	13	14	15	16	17
親子 シニア		親子	親子 シニア ボラ	親子 シニア		親子 シニア
グランチャゲーム部 11:00~12:00		おひるねアート 11:00~12:30	水やりタイム 16:00~16:30	おもちゃ病院 13:30~15:30		1月工作 15:30~16:30
親子				シニア		
屋上庭園タイム 14:00~14:30				カラオケアワー 13:30~16:00		
18	19	20	21	22	23	24
施設点検のため 休館日	ママといっしょに リラックスヨガ 10:30~11:15	楽しい絵本の時間 10:45~11:15	すぐすぐ計測 10:00~12:30	こっこクラス (歩き始め~2歳11ヶ月) 10:30~11:15		
	シニア		親子 シニア ボラ	親子 シニア ボラ	ハッピーバースデー 10:00~10:45	ニューホビー 10:30~11:30
	まなびや 14:00~15:30		おりがみくらぶ 14:30~15:00	Sunny Loop Cafe 11:15~13:00		
25	26	27	28	29	30	31
親子 シニア ボラ		おうたの時間 14:30~15:30	グランチャゲーム部 14:30~15:30		シニア	
ネイチャークラブ 14:00~14:45		親子 シニア ボラ	親子 シニア ボラ			
親子 シニア				水やりタイム 16:00~16:30	グランチャシネマ 14:30~15:30	
ニューホビー 15:00~16:00						

## ●1月の休館日:18日(日)

## ●年末年始休館:2025年12月29日(月)~2026年1月3日(土)

## ●グランチャ東雲

〒135-0062 東京都江東区東雲1-9-46  
TEL : 03-5548-1992 FAX : 03-5548-1995  
<http://tokyo.ymca.or.jp/grancha>



## 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	申し込み	詳細								
親子	1/4 (日)	11:30~12:15	みんなであそぼう	3階 交流室	グランチャカードをお持ちの3歳~小3までの子さまとその保護者	定員なし	無料	—	「むかしあそび」を行います！								
	1/8 (木)	10:30~11:15	ぴよぴよクラス	3階 ふれあいコーナー	グランチャカードをお持ちの0歳~歩き始める前の子様とその保護者				「ふれあい遊び・布遊び☆」 ハンカチ・ハンドタオルをお持ちください♪								
	1/11 (日)	14:00~14:30	屋上庭園タイム	3階 屋上庭園	グランチャカードをお持ちの小3までの子さまとその保護者				屋上庭園でシャボン玉をします☆彌 ※雨天中止								
	1/13 (火)	11:00~12:30 (最終受付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歳の子様とその保護者				「※ゆきだるま」のおひるねアートをします♪								
	1/19 (月)	10:30~11:15	ママといっしょにリラックスヨガ	5階 和室	グランチャカードをお持ちの0歳~2歳までの子様とその保護者	15組	550円 (税込)	1/5(月)14:00~ 3階窓口で受付 ※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♪								
	1/21 (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とその保護者	定員なし	無料	—	お子様の身長と体重を測ります♪								
	1/22 (木)	10:30~11:15	こっこクラス		グランチャカードをお持ちの歩き始め~2歳11か月までの子様とその保護者				「ボール・大きなブロックで遊ぼう♪」 体をたくさん動かして楽しみましょう★								
親子 シニア	1/11 (日)	11:00~12:00	グランチャ ゲーム部	3階 交流室	グランチャカードをお持ちの方	20名	無料	—	■今月のゲーム■ 「太鼓の達人♪」								
	1/28 (水)	14:30~15:30				※部品代として実費が掛かる場合があります											
	1/15 (木)	13:30~15:30 (最終受付 15:00)	おもちゃ病院	4階 工作室		定員なし	無料	—	お菓子の箱で「絵馬」をつくろう☆彌								
	1/17 (土)	15:30~16:30	1月工作	3階 交流室					自由に折り紙を折ってみよう♪								
	1/21 (水)	14:30~15:00	おりがみぐらぶ						お誕生日の記念に色紙に絵の具で手形と写真をとります ※汚れてもよい服装でお越しください								
	1/23 (金)	10:00~10:45	ハッピーバースデー	4階 工作室	グランチャカードをお持ちの方				最新のホビー(おもちゃ)・ボードゲームを使って楽しみましょう★ 今回のホビー「ペイブレードX」 *詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください。								
	1/24 (土)	10:30~11:30	ニューホビー														
	1/25 (日)	15:00~16:00															
シニア	1/8・15 (木)	13:30~16:00 (13:15~歌唱練習決め)	カラオケアワー	5階 大広間	グランチャカードをお持ちの方 60歳以上の方	25名	300円 (いこいフロア利用料)	13:00~受付開始 ※定員を超えた場合抽選	皆さんで好きな曲を楽しく歌って盛り上がりましょう♪ ※歌える曲数は1人につき1~2曲です。詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください。								
	1/19 (月)	14:00~15:30	まなびや	4階 工作室		16名	無料	12/22(月)14:00~ 3階窓口・電話にて ※先着順	「漢字」という旅をしましよう 漢字の成り立ち、歴史から漢字に親しまれよう！								
	1/27 (火)	14:30~15:30	おうたの時間	4階 レクリーム		50名	220円 (税込)	14:00~14:25までに 4階にて当日受付	1月のテーマ「歌う昔ばなし」 ~童謡がつむぐ昭和百年~ 「たきひ」や「お山の杉の子」などを歌います♪								
親子・シニア ボランティア	1/6・20 (火)	10:45~11:15	楽しい絵本の時間	3階 ふれあいコーナー	グランチャカードをお持ちの方	定員なし	無料	—	ボランティアによる手遊び、絵本や紙芝居の読み聞かせタイムです♪								
	1/7 (水)	14:00~14:30	むかしあそび	3階 交流室					けん玉やお手玉など、むかしあそびを体験をしませんか？								
	1/14・28 (水)	16:00~16:30	水やりタイム	3階 屋上庭園					屋上庭園で育てているお花や、野菜たちに水やりと一緒にしませんか？ ※雨天時中止								
	1/22 (木)	11:15~13:00 ラストオーダー12:45	Sunny Loop Cafe	3階 交流室					ほっこりタイムと一緒に過ごしませんか？ コーヒー・カフェインレスコーヒー・ジュースなどを用意しています♪								
	1/25 (日)	14:00~14:45	ネイチャークラブ	3階 屋上庭園					グランチャで育てているお花や、お魚たちと一緒にお世話しましよう！！								

【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

ボランティア募集！！
楽しい絵本の時間・むかしあそびなどのプログラムや、秋祭りなどのイベントと一緒に盛り上げてくださいる「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・むかしあそび(けん玉・お手玉等)他 ・活動日:プログラムによりますのでお問い合わせください

