

# 2026年 親子・シニア

10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

### だっことおんぶの時間 part2

【日 時】 10月14日(水) 13:00~14:30  
 【場 所】 3階 ふれあいコーナー  
 【対 象】 生後2か月~12か月のお子様とその保護者  
 【定 員】 10組  
 【費 用】 1組 1,100 円(税込)  
 ※お一人増えるごとに550円かかります  
 【申 込】 3階窓口 9月15日(火)14:00~(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・ナイトシネマ

今年の上映作品は、『ゴーストバスターズ』(1984年版・日本語吹き替え)です  
 お子様からシニアの方まで、みんなで楽しめる映画です。ぜひお越しください!

【日 時】 10月17日(土) 18:30~20:30(予定) 受付開始 18:10~  
 【場 所】 4階 レクリエーションルーム  
 【対 象】 グランチャカードをお持ちの方  
 【定 員】 49名  
 【費 用】 無料  
 【申 込】 3階窓口 9月24日(木)14:00~(先着順)

詳細は館内に掲示するチラシをご覧ください

### 🎃わいわいハロウィン👻 in しののめ

【日 時】 10月28日(水) 14:30~16:30  
 【場 所】 グランチャ東雲・東雲児童館・きつずクラブ東雲第二・第三  
 キャナルコート保育園・オリブ保育園  
 CODAN Shinonome 管理サービス事務所  
 【対 象】 0歳~小6までのお子様  
 【申 込】 当日仮装をして各会場にお越しください

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~

●10月展示期間  
 10/3(土)~11/6(金)  
 ※展示作品の受付10/1(木)締切

●11月展示作品受付期間  
 10/3(土)~11/5(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<br>親子 シニア<br>おもちゃ病院<br>13:30~15:30<br>(最終受付 15:00)<br>シニア<br>カラオケアワー<br>13:30~16:00             | 2                                        | 3<br>親子 シニア<br>自由工作広場<br>15:30~16:30                                                   |
| 4<br>親子<br>みんなであそぼう<br>10:30~11:15         | 5                                              | 6<br>親子 シニア ボラ<br>楽しい絵本の時間<br>10:45~11:15          | 7<br>親子 シニア ボラ<br>むかしあそび<br>14:00~14:30                                                   | 8<br>親子<br>びよびよクラス<br>(0歳~歩き始める前)<br>10:30~11:15<br>シニア<br>カラオケアワー<br>13:30~16:00                 | 9                                        | 10<br>親子<br>屋上庭園タイム<br>14:00~14:30                                                     |
| 11<br>親子 シニア<br>グランチャゲーム部<br>11:00~12:00   | 12 スポーツの日                                      | 13<br>親子<br>おひるねアート<br>11:00~12:30<br>(最終受付 12:15) | 14<br>親子<br>だっことおんぶの時間<br>13:00~14:30<br>親子 シニア ボラ<br>水やりタイム<br>16:00~16:30               | 15<br>親子 シニア<br>カラオケアワー<br>13:30~16:00                                                            | 16                                       | 17<br>親子 シニア<br>クラフトラボ<br>15:30~16:30<br>親子 シニア<br>グランチャ・ナイトシネマ<br>18:30~20:30<br>(予定) |
| 18<br>施設点検のため<br>休館日                       | 19                                             | 20<br>親子 シニア ボラ<br>楽しい絵本の時間<br>10:45~11:15         | 21<br>親子<br>すくすく計測<br>10:00~12:30                                                         | 22<br>親子<br>こっこクラス<br>(歩き始め~2歳11か月)<br>10:30~11:15<br>親子 シニア ボラ<br>Sunny Loop Cafe<br>11:15~13:00 | 23<br>親子 シニア<br>ハッピーバースデー<br>10:00~10:45 | 24<br>親子 シニア<br>ニューホビー<br>10:30~11:30                                                  |
| 25<br>親子 シニア ボラ<br>ネイチャークラブ<br>14:00~14:45 | 26<br>親子<br>ママといっしょに<br>リラックスヨガ<br>10:30~11:15 | 27<br>親子 シニア<br>おうたの時間<br>14:30~15:30              | 28<br>親子 シニア<br>わいわいハロウィン<br>in しののめ<br>14:30~16:30<br>親子 シニア ボラ<br>水やりタイム<br>16:00~16:30 | 29<br>親子<br>まなびや<br>「ひばりエクササイズ」<br>14:00~15:00                                                    | 30<br>親子 シニア                             | 31                                                                                     |

※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

※不測の事態により、プログラムの変更や中止となる場合がございます

### ~11月8日(日)開催~ 秋祭りボランティア大募集!

【日時】 11月8日(日) 11:00~16:00(予定)  
 ※部分的な参加でも大丈夫です  
 【内容】 模擬店・ゲームコーナーの運営  
 【申込】 3階窓口またはお電話にて

一緒に秋まつりを盛り上げてくれる方を募集しております!  
 皆様のご参加、お待ちしております!

## ●10月の休館日: 18日(日)

●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>



| 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               | 10/4<br>(日)      | 10:30～11:15                   | 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<br>3歳～小3までのお子様とその保護者           | 定員なし | 無料                                            | —                                  | 「🍁秋のグランチャフィッシング🍁」                                                     |
|                  | 10/8<br>(木)      | 10:30～11:15                   | びびよクラス              | 3階<br>ふれあいコーナー | グランチャカードをお持ちの<br>0歳～歩き始める前の<br>お子様とその保護者     |      |                                               |                                    | 「ハロウィン🎃足形アート🐾」<br>かわいい足形で作品を作しましょう♪                                   |
|                  | 10/10<br>(土)     | 14:00～14:30                   | 屋上庭園タイム             | 3階<br>屋上庭園     | グランチャカードをお持ちの<br>3歳～小3までのお子様とその保護者           |      |                                               |                                    | 屋上庭園でシャボン玉をします🍁<br>※雨天時中止                                             |
|                  | 10/13<br>(火)     | 11:00～12:30<br>(最終受付 12:15)   | おひるねアート             | 3階<br>ふれあいコーナー | グランチャカードをお持ちの<br>0・1歳のお子様とその保護者              |      |                                               |                                    | 「🎃ハロウィン🎃」のおひるねアートをします♪                                                |
|                  | 10/21<br>(水)     | 10:00～12:30                   | すくすく計測              |                | グランチャカードをお持ちの<br>乳幼児とその保護者                   |      |                                               |                                    | お子様の身長と体重を測ります♪                                                       |
|                  | 10/22<br>(木)     | 10:30～11:15                   | こっこクラス              |                | グランチャカードをお持ちの<br>歩き始め～2歳11か月までの<br>お子様とその保護者 |      |                                               |                                    | 「ハロウィン🎃足形アート🐾」<br>かわいい足形で作品を作しましょう♪                                   |
|                  | 10/26<br>(月)     | 10:30～11:15                   | ママといっしょに<br>リラックスヨガ | 5階 和室          | グランチャカードをお持ちの<br>0歳～2歳までのお子様とその保護者           |      |                                               |                                    | 15組<br>※先着順                                                           |
| 親子<br>シニア        | 10/1<br>(木)      | 13:30～15:30<br>(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<br>お持ちの方                           | 定員なし | ※無料                                           | —                                  | ※部品代として実費が掛かる場合があります                                                  |
|                  | 10/3<br>(土)      | 15:30～16:30                   | 自由工作広場              |                |                                              |      |                                               |                                    | SDG'sの観点に立つてリサイクル素材を<br>使う自由工作ができます♪                                  |
|                  | 10/11<br>(日)     | 11:00～12:00                   | グランチャ ゲーム部          | 3階 交流室         | 20名                                          | 無料   | 🎮今月のゲーム🎮<br>「リズム天国 ミラクルスターズ🎵」                 |                                    |                                                                       |
|                  | 10/17<br>(土)     | 15:30～16:30                   | クラフトラボ              |                | 「オリジナルのハロウィンバッグ🎃」を作ります♪                      |      |                                               |                                    |                                                                       |
|                  | 10/23<br>(金)     | 10:00～10:45                   | ハッピーバースデー           |                | 定員なし                                         |      | 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<br>※汚れてもよい服装でお願いします |                                    |                                                                       |
|                  | 10/24<br>(土)     | 10:30～11:30                   | ニューホビー              |                |                                              |      | 4階 レクルーム                                      |                                    | 様々なボードゲームで<br>みんなで楽しく遊びましょう！！                                         |
| シニア              | 10/1・8・15<br>(木) | 13:30～16:00<br>(13:15～歌唱順番決め) | 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<br>60歳以上の方                     | 25名  | 300円<br>(いこいアロマ利用料)                           | 当日受付制<br>13:00～受付開始<br>※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♪<br>※歌える曲数は1人につき1～2曲です。詳細は臨場に見学するチラシをご覧ください。 |
|                  | 10/27<br>(火)     | 14:30～15:30                   | おうたの時間              | 4階 レクルーム       |                                              | 50名  | 220円<br>(税込)                                  | 14:00～14:25までに<br>4階にて当日受付         | 「歌って当てまSHOW🎤」<br>童謡や物語を歌いながら、物語と一緒に作りましょう！                            |
|                  | 10/30<br>(金)     | 14:00～15:00                   | まなびや                | 4階 レクルーム       |                                              | 20名  | 無料                                            | 9/28(月)<br>14:00～受付開始<br>※3階窓口にて   | 「ひばりエクササイズ☆」<br>美空 ひばりの楽曲に合わせてエクササイズを楽しみます♪                           |
| 親子・シニア<br>ボランティア | 10/6・20<br>(火)   | 10:45～11:15                   | 楽しい絵本の時間            | 3階<br>ふれあいコーナー | グランチャカードを<br>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<br>読み聞かせタイムです♪                                   |
|                  | 10/7<br>(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？                                            |
|                  | 10/14・28<br>(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<br>水やりと一緒にしませんか？<br>※雨天時中止                        |
|                  | 10/22<br>(木)     | 11:15～13:00<br>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？<br>コーヒー・カフェインレスコーヒー・ジュースなどをご用意しています☕              |
|                  | 10/25<br>(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、お魚たちを<br>一緒にお話ししましょう！！                                 |

|                 |                                |
|-----------------|--------------------------------|
| 【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年生までのお子様とその保護者           |
| シニア             | 60歳以上の方                        |
| ボランティア<br>(画・書) | 18歳以上の方                        |

|                                                                                                                                                                                                    |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p><b>ボランティア募集！！</b></p> <p>美しい絵本の時間！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る「ボランティア」を募集しています！</p> <p>・対 象：グランチャカードをお持ちの方<br/>・内 容：絵本の読み聞かせ むかしあそび(けん玉・お手玉 等) 他<br/>・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</p> |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

