

2026年
7月

親子・シニア

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

☀️7月 水あそび

※雨天の場合は中止

●0歳～1歳 7/18(土) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00	●2歳～3歳 7/20(祝・月) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00	●4歳～小3 7/27(月) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00
---	---	---

【場所】3階 屋上庭園
【対象】グランチャカードをお持ちの0歳～小3までのお子様とその保護者
【定員】20組
【申込】当日会場へお越しください
【持ち物】水着・サンダル・タオル・飲み物・帽子・各自必要なもの
詳細は館内に掲示してあるチラシをご覧ください

※注意事項※
・ご兄弟で参加する場合は、上のお子様の年齢に合わせてご参加ください
・お子様だけの参加はできません（保護者同伴）
・公共の場のため水着の着用をお願いいたします
・オムツの取れていないお子様は水あそび用パンツをご用意ください
・日焼け対策は各自で行ってください
・熱中症予防・光化学スモック・天候等の理由で中止になる場合があります
・写真撮影の際は、周囲へのご配慮をお願い致します

グランチャ劇場


～楽しい人形劇を行います♪～

【日時】7月25日(土) 11:00～11:45 (開場 10:45～)
【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】150名(先着順)
【申込】6月26日(金)14:00～ 3階窓口のみ
【持ち物】チケット・靴袋・必要な方は室内履き
【参加費】550円(税込) ※3歳未満は無料
詳細は館内に掲示してあ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～

●7月展示期間 7/4(土)～7/31(金) ※展示作品の受付は7/2(木)締切	●8月展示作品受付期間 7/4(土)～8/6(木)
対象:60歳以上・親子(～小3まで) 費用:無料 申込み:3階受付	
※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
 ☆グランチャ七夕まつり☆ ～願いをこめて短冊を書こう！～ ★7月1日(水)～7月7日(火)17時まで 3階 交流室にて開催！！ 皆様のご参加をお待ちしております♪			1 親子 シニア ポラ むかしあそび 14:00～14:30	2 親子 シニア おもちゃ病院 13:30～15:30 シニア カラオケアワー 13:30～16:00	3	4 親子 シニア 自由工作広場 15:30～16:30
5 親子 みんなであそぼう 11:30～12:15	6	7 親子 シニア ポラ 楽しい絵本の時間 10:45～11:15	8 親子 シニア ポラ 水やりタイム 16:00～16:30	9 親子 びよびよクラス (0歳～歩き始める前) 10:30～11:15 シニア カラオケアワー 13:30～16:00	10	11
12 親子 シニア グランチャゲーム部 11:00～12:00	13 親子 ママといっしょに リラックスヨガ 10:30～11:15	14 親子 おひるねアート 11:00～12:30	15 親子 すくすく計測 10:00～12:30	16 親子 シニア カラオケアワー 13:30～16:00	17	18 親子 水あそび(0～1歳児) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00 親子 シニア クラブトラボ 15:30～16:30
19 施設点検のため 休館日	20 海の日 親子 水あそび(2～3歳児) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00	21 親子 シニア ポラ 楽しい絵本の時間 10:45～11:15	22 親子 シニア ポラ 水やりタイム 16:00～16:30	23 親子 こっこクラス (歩き始め～2歳11か月) 10:30～11:15 親子 シニア ポラ Sunny Loop Cafe 11:15～13:00 親子 親子工作教室 11:00～12:00	24 親子 シニア ハッピーバースデー 10:00～10:45	25 親子 シニア グランチャ劇場 11:00～11:45
26 親子 シニア ニューホビー 10:30～11:30 親子 シニア ポラ ネイチャークラブ 14:00～14:45	27 親子 水あそび(4歳～小3) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00	28 親子 シニア おうたの時間 14:30～15:30	29 親子 「だっことおんぶの時間」 10:30～12:00 ※詳細はチラシを ご覧ください	30	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

グランチャ東雲は「猛暑一時休憩所」となっています。
どなたでもご利用いただけます。
1F受付のスタッフへお気軽に声をおかけください。
期間:6月1日(月)～9月30日(水)

※熱中症対策でプログラムが中止または
延期になる可能性もございます。

●7月の休館日: 19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	7/5 (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までのお子様とその保護者	定員なし	無料	-	「夏のグランチャフィッシング」	
	7/9 (木)	10:30~11:15	びよびよクラス	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~歩き始める前のお子様とその保護者				「ふれあい遊び・情報交換タイム」 おすすめのお出かけスポットはありますか？ 皆さんでシェアしましょう！	
	7/13 (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歳までのお子様とその保護者	15組 (先着順)	550円	6/29(月) 14:00~3階窓口にて受付開始	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♪	
	7/14 (火)	11:00~12:30 (最終受付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歳のお子様とその保護者	定員なし	無料	-	「夏まつり」のおひるねアートをします♪	
	7/15 (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とその保護者				お子様の身長と体重を測ります♪	
	7/23 (木)	10:30~11:15	こっこクラス	3階 ふれあいコーナー	グランチャカードをお持ちの歩き始め~2歳11か月までのお子様とその保護者				「感触遊び・新聞びりびり♪」 新聞をたくさんやぶいちやお★	
	7/23 (木)	11:00~12:00	親子工作教室	4階 工作室	グランチャカードをお持ちの年長~小3までのお子様とその保護者	8組 (先着順)	550円	6/26(金) 14:00~3階窓口にて受付開始	親子で工作を楽しみ作った作品で遊びましょう！！ 「浮沈子」と「ガリガリとんぼ」を作ります♪	
親子シニア	7/2 (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	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	
	7/4 (土)	15:30~16:30	自由工作広場	3階 交流室					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♪	
	7/12 (日)	11:00~12:00	グランチャ ゲーム部	3階 交流室		20名	🎮今月のゲーム🎮 「スイッチスポーツ(ボーリング🎱)」			
	7/18 (土)	15:30~16:30	クラブトラボ			無料	「紙コップけん玉」を作ります♪			
	7/24 (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 ※汚れてもよい服装でお越しください			
	7/26 (日)	10:30~11:30	ニューホビー	4階 工作室		定員なし	無料		今月のホビー「ベイブレード★」	
シニア	7/2・9・16 (木)	13:30~16:00 (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60歳以上の方	25名	300円 (いこいフロア利用料)	当日受付制 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。	
	7/28 (火)	14:30~15:30	おうたの時間	4階 レクルーム		50名	220円 (税込)	14:00~14:25までに4階にて当日受付	「グランチャお天気スタジオ」	
親子・シニアボランティア	7/1 (水)	14:00~14:30	むかしあそび	3階 交流室	グランチャカードをお持ちの方	定員なし	無料	-	けん玉やお手玉など、むかしあそびを体験しませんか？	
	7/7・21 (火)	10:45~11:15	楽しい絵本の時間	3階 ふれあいコーナー					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♪	
	7/8・22 (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、野菜たちに水やりを一緒にしませんか？ ※雨天時中止	
	7/23 (木)	11:15~13:00 ラストオーダー12:45	Sunny Loop Cafe	3階 交流室					※別途飲み物代	ほっこりタイムを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・ジュースなどをご用意しています☺
	7/26 (日)	14:00~14:45	ネイチャークラブ	3階 屋上庭園					無料	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 (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: プログラムにより異なりますのでお問い合わせください

