

2026年
8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

☀8月 水あそび

※雨天時中止

●0歳～1歳

8/8(土)

①10:30～11:00
②11:30～12:00

●2歳～3歳

8/15(土)

①10:30～11:00
②11:30～12:00

●4歳～小3

8/23(日)

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・光化学スモッグ・天候等の理由で中止になる場合があります
- ・写真撮影する際は、周囲へのご配慮をお願い致します

グランチャ工房

～ みんなでチーズケーキ作りを楽しみましょう♪ ～

【日 時】8月29日(土) 10:30～12:30
【場 所】4階 調理室
【対 象】グランチャカードをお持ちの60歳以上の方(シニア)
年長～小3までのお子様とその保護者
【定 員】シニア:4名 親子:4組 ※保護者1名につきお子様2名まで
【申 込】8月3日(月)14:00～8月17日(月)17:00
3階窓口またはお電話 ※抽選
【費 用】1組550円(税込)
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～

●8月展示期間

8/8(土)～9/4(金)

※展示作品の受付は8/6(木)締切

●9月展示作品受付期間

8/8(土)～9/3(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
☀夏休み特別プログラム☀ ・親子工作へ ～色々な形の木材を選んで好きなものを作ります★～ 【日 時】8月6日(木)11:00～12:00 【場 所】4階 工作室 【定 員】8組 【対 象】年長～小3までのお子様とその保護者 ※保護者1名につきお子様2名まで 【申 込】7月14日(金) 14:00～3階窓口（先着順） 【費 用】550円(税込)						1 親子 シニア 自由工作広場 15:30～16:30
2 親子	3 みんなであそぼう 11:30～12:15	4 親子 シニア ボラ 楽しい絵本の時間 10:45～11:15	5 親子 シニア ボラ むかしあそび 14:00～14:30	6 親子 親子工作教室 11:00～12:00 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	7 親子 びよびよクラス (0歳～歩き始める前) 10:30～11:15	8 親子 水あそび(0～1歳児) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00
9 親子 シニア	10 親子 グランチャゲーム部 11:00～12:00	11 山の日 親子 ママといっしょに リラックスヨガ 10:30～11:15	12 親子 シニア ボラ おひるねアート 11:00～12:30	13 シニア 水やりタイム 16:00～16:30	14 カラオケアワー 13:30～16:00	15 親子 水あそび(2～3歳児) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00 親子 シニア クラフトラボ 15:30～16:30
16 施設点検のため 休館日	17	18 親子 シニア ボラ 楽しい絵本の時間 10:45～11:15	19 親子 すくすく計測 10:00～12:30	20 シニア カラオケアワー 13:30～16:00	21	22 親子 シニア ニューホビー 10:30～11:30
23 親子 水あそび(4歳～小3) ①10:30～11:00 ②11:30～12:00 親子 シニア ボラ ネイチャークラブ 14:00～14:45	24	25 シニア おうたの時間 14:30～15:30	26 親子 シニア ボラ 水やりタイム 16:00～16:30	27 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 ボラ Sunny Loop Cafe 11:15～13:00	28 親子 シニア ハッピーバースデー 10:00～10:45	29 親子 シニア グランチャ工房 10:30～12:30
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				

●8月の休館日：16日(日)



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。



●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	8/2 (日)	11:30～12:15	みんなであそぼう	4階 レクルーム	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	—	「シッティングバレー体験会♪」 ※室内履きをお持ちください
	8/7 (金)	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♪」 おすすめの育児グッズなどありますか？
	8/10 (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 (税込)	7/27(月) 14:00～受付開始 ※3階窓口にて	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♪
	8/11 (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	—	「おばけやしき👻」のおひるねアートをします♪
	8/19 (水)	10:00～12:30	すくすく計測		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♪
	8/27 (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 お子様とその保護者				「🐟おさかな釣り🐟」 かわいいおさかなさんを捕まえちゃお～★
親子 シニア	8/1 (土)	15:30～16:30	自由工作広場	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	—	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♪
	8/6 (木)	13:30～15:30 (最終受付 15:00)	おもちゃ病院	4階 工作室			※無料		※部品代として実費が掛かる場合があります
	8/9 (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🎮 「釣リスピリッツ🎣」
	8/15 (土)	15:30～16:30	クラフトラボ			定員なし			「スイカかばん🍉」を作ります♪
	8/22 (土)	10:30～11:30	ニューホビー	4階 工作室					今月のホビー「アイスクリームタワー🍦」
	8/28 (金)	10:00～10:45	ハッピーバースデー	3階 交流室					爽 7・8・9月のお誕生日の方爽 グランチャカードをお持ちの方 開催月の前後1か月の お誕生日の方参加可能です
シニア	8/6・13・20 (木)	13:30～16:00 (13:15～歌唱履歴決め)	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んで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。
	8/25 (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	「もうたがとびだす☆グリム童話月」
親子・シニア ボランティア	8/4・18 (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♪
	8/5 (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しませんか？
	8/12・26 (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
	8/23 (日)	14:00～14:45	ネイチャークラブ						グランチャで育てているお花や、お魚たちを 一緒にお世話しましょー！！
	8/27 (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☺

【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 (高齢・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：プログラムによりしますのでお問い合わせください

