

壮生だより



2022年新年号

発行責任者

専務理事 元川仁



年頭のご挨拶

NPO法人壮生 理事長 前田 すづ子

新年明けましておめでとうございます。謹んで新春のご祝詞を申し上げます。今年こそは新型コロナウイルスの感染拡大がおさまらずにはいられません。世界中におだやかな暮らしが戻りますように願わずにはいられません。コロナウイルス感染対策をしながら、なんとか継続しております。今年も元気に活動を進めるため、参加者を増やしながらいきいきがいくつくり、元気な高齢者づくりに努めます。残りの人生を大切に、今だから出来ることにチャレンジし、一日一時間を悔いなく笑顔でいられたら幸せですね。皆さんとともに、今だから出来る・やれることに挑戦してみましよう。

新年を迎え、最近感動した言葉を紹介します。

「たったひとりしかない自分を、たった一度しかない人生を、本当に生かさないか」
 「まずは自分の足もとをみつめる。人生という地図のない旅をするのは自分自身の心です。旅の目的地をめざし、今という時をどう生きるのか、どんな小さなことであっても「今の自分に出来ること」が必ずある。」

本年も変わりませずよろしくお願い申し上げます。

家事サポート活動
サポート壮生の内
容と支援金
困った時はおたが
いさまで支援します

- 掃除・洗濯
- 庭木手入れ
- 電気部品取替
- 障子・網戸張替
1時間700円
- 買い物サポート
- 役所手続き代行
- 通院などの送迎
1時間800円



会員のおしり

サポート 壮生

Support Sosei

高齢者同士の家事支援サービス機関
「助けたり 助けられたり」

特定非営利活動法人壮生 が運営する
とくしま家事サポートセンター「サポート壮生」
〒770-0942 徳島市昭和町3丁目35番地1
ヒューマンパークひま2階(特設)壮生内
Tel.088-625-6999 fax.088-625-5005

サポート壮生のしくみ

若い時には人の世話にならずに 自分でなんでもこなせたけどなあ・・・

入会申し込み

- ◆入会申込書を事務局に提出し、入会金 800 円及び年会費 1,200 円を納付する。
- ◆事務局より会員証の発行を受ける。
- ◆会員が原則として依頼会員の近隣地区より提供会員を派遣する。

会員は相互に助け合い精神のもと、自主的な仲間づくり活動を行う。

サービスの依頼

事務局への申し込み Tel.088-625-6999

事務局はサービス提供者に連絡を入れ、対応者を派遣する。

- 入会手続き
入会申込書と入会金・年会費の納入
- 事前打ち合わせ（事務局）
事務局は依頼会員と電話等で打ち合わせ。場合によっては提供会員を訪問させ事前打ち合わせを入念に行う。
- 支援料
活動の種類により支払う（別表）

サービスの提供

事前に提供できる時間帯や提供できるものを登録する。

事務局を通じ連絡し、都合が付けば事務局と突き合わせを行い対応する。

サービス内容ごとに時間当たり支援料を受け取る。

とくしま家事サポートセンター「サポート壮生」

2022年は寅年 (十二支三番目となる寅は、勇敢で強いイメージ)

【過去の寅年の出来事】

- 1950年(昭和25年) イギリス、シルバーストン・サーキットにて、初のF1世界選手権レースが開催
- 1962年(昭和37年) ビートルズレコードデビュー
- 1986年(昭和61年) スペインとポルトガルがECに加盟
- 1998年(平成10年) 明石海峡大橋が開通、同時に神戸淡路鳴門も全通
- 2010年(平成22年) バンクーバーオリンピック(冬季)開催



【2022年は60年に1度の「壬寅」】

2022年は寅年のなかでも、特別な年で、60年周期で訪れる「壬寅(みずのえとら)」にあたる年とされています。「壬(みずのえ)」とは、ゆったりカーブを描きながら流れる大河を表し、加えて「決断」の意をもつと言われています。「寅」が合わさった2022年は、安定性や落ち着きをもちながらも、はっきりと決断できる年。心にゆとりをもち、おおらかに物事を見定めることができるでしょう。感染症の拡大が騒がれますが、冷静さを失わずに行動できる年にしたいものです。

会員向けにこんなことをする予定です

壮生の折り紙教室2022

- 対象者: 壮生会員(正・賛助)
- 日時: 6月29日、8月31日、10月26日、12月21日、2023年2月22日の13:30~15:30
(毎回事前予約が必要です)
- 講師: 長濱 美恵子
- 参加費: 1回700円



元気!



700歳まで元気にを合言葉に
700歳体操を実施しています。
第2、第4水曜日10時30分~

壮生のパソコンサークル

- 対象者: 壮生会員(正・賛助)
- 毎週月曜日 10:00~11:50
金曜日 13:00~14:50
- 資料代金等 1回600円



壮生会員

区分	個人会員	団体会員
入会金	正会員 1,000円	不要
	賛助会員 不要	不要
年会費	正会員 3,000円	10,000円
	賛助会員 2,000円	5,000円

サポート壮生会員

区分	個人会員	団体会員
入会金	800円	800円
年会費	1,200円	1,200円