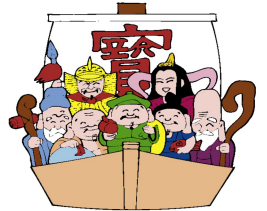


# 壮生だより



2024年新年号

発行責任者

専務理事 元川仁

## 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



## 年頭のご挨拶

特定非営利活動法人 壮生

理事長 前田 すづ子



新年あけましておめでとうございます。新しい年を迎え毎年の上うに今年こそはコロナ禍が終息し元の生活を迎えますようにと願いながらも、そんなことに負けていけない、前に進まなければと思いつつも生涯現役をキャッチフレーズにして頑張ってきたの中に、「肉体が衰えていくとき何で補えるのか考えると気力しかない。僕が気力を保つたためには死ぬまで俳優を続けるしかないと思っろう。セリフを覚えられなくなったら『引退』の文字が目には浮かぶ前向きに生きることができるといふ行がありました。ええ言葉やなあと感動し、私もまだまだできる」という気が構えていこうと再認識させられました。これからの事、やれることは続けていこうと、新年のご挨拶とさせていただきます。

そうした中参加者が限られています。いきいき百歳体操やパソコン・スマホの各サークル、折り紙教室など継続して活動できる範囲で頑張っております。私も、人と人のつながりを大切に、気持ちにはいつも生涯現役をキャッチフレーズにして頑張ってきたの中に、「肉体が衰えていくとき何で補えるのか考えると気力しかない。僕が気力を保つたためには死ぬまで俳優を続けるしかないと思っろう。セリフを覚えられなくなったら『引退』の文字が目には浮かぶ前向きに生きることができるといふ行がありました。ええ言葉やなあと感動し、私もまだまだできる」という気が構えていこうと再認識させられました。これからの事、やれることは続けていこうと、新年のご挨拶とさせていただきます。

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。

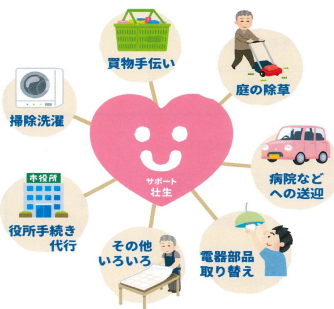


会員のおしり



## サポート 壮生

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



# 2024年は「甲（きのえ）辰（たつ）」年です

## 2024年の「甲辰」の干支でいう意味

十二支や十干は数や方角だけでなく、それぞれ独自の意味を持っています。例えば「甲」が持つのは第1位であり、優勢であることを表す他、まっすぐに堂々とそそり立つ大木を表しています。

「辰」は十二支の中では唯一の架空の生き物、龍（竜）を意味します。水や海の神として祀られてきた龍は、竜巻や雷などの自然現象を起こす大自然の躍動を象徴するものであり、「龍が現れるとめでたいことが起こる」と伝えられてきました。

この2つの組み合わせである甲辰には、「成功という芽が成長していき、姿を整えていく」といった縁起のよさを表しているといえそうです。

これからの成功や成長が芽吹くために種子の内側でどんどん大きくなっていく年であり、人によっては芽吹くと大きく旺盛に実る年となることが期待できそうです。



会員向けにこんなことをしています。ご一緒に参加しませんか。

### 壮生の折り紙教室2024

- 対象者: 壮生会員(正・賛助)
- 日時: 6月26日、8月28日、10月30日、12月18日、2025年2月26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



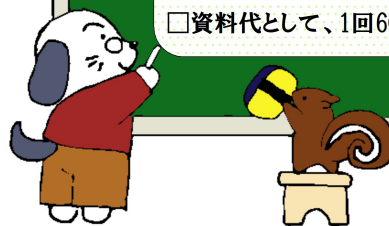
### 元気!



100歳まで元気にを合言葉に  
100歳体操を実施しています。  
第2・第4水曜日10時30分~

### パソコン・スマホサークル

- 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  
スマホ(金) 15:00~16:30
- 資料代として、1回600円必要



#### 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