

介護支援いきいきポイント事業

登録研修会

2024年度 参加者募集!!



★ 介護支援いきいきポイント事業とは ★

支援が必要な65歳以上の高齢者を支える「地域活動・ボランティア活動」への参加を通じ、介護予防を推進していただくことを目的とした事業です。

40歳以上の方が、ボランティアとして登録できます。

登録研修会 開催日程

開催日	時間
6月26日(水)	13:30~15:00
8月30日(金)	10:00~11:30
10月28日(月)	13:30~15:00

対象：40歳以上の苫小牧市民の方
場所：市民活動センター
持ち物：ボールペン
内容：事業説明、ボランティア活動の心構え
登録手続き、手帳交付

登録後の流れ

①いきいきポイント手帳交付

②指定の介護施設、在宅で生活されている
高齢者宅でのボランティア活動、
シルバーリハビリ体操指導に対しポイントを付与
(1時間1ポイント、1日2ポイント上限)

③年間50ポイント分(5000円)を上限に換金

臨時 登録研修会

～日程が合わない等で参加できない方は～

- ・町内会、サロン、老人クラブ等地域の集いに担当者
がお伺いして、登録研修会を開催いたします!
- ・内容は、市民活動センターでの研修と同様です。

お気軽にご相談ください!



- ・この研修会は、登録時の1回のみ受講です。
- ・活動先、活動内容は相談の上、決定いたします。

申込み・問合せ先

社会福祉法人苫小牧市社福祉協議会
苫小牧市若草町3丁目3番8号
市民活動センター ☎ 32-7111
E-mail/volucen@tomakomai-shakyo.or.jp

介護支援ボランティア活動の例

お散歩の付添い



▶ ゆっくりと、ご近所をぐるりとお散歩しています。

「ご近所に散歩に行きたいけれど、一人では少し不安」、
「一人ではおっくうになってしまい、外出が減ってしまう」と感じるご高齢の方も、誰かの付添があると心強く、外出のきっかけとなります。

趣味のお相手

～将棋・囲碁・マージャン・編み物やお裁縫など



▶ あなたの趣味や特技が活かせるかも！！

「将棋や囲碁、マージャンをやりたいけれど、一人ではできないなあ」「花札を一緒にしてくれるお友達が欲しい…」
「裁縫が好きだけど、針に糸を通せなくてできないのよね」という方も、お手伝いがあればできるように！
一緒に楽しい時間を過ごしませんか？

お話し相手



▶ 毎回、来てくれるのを楽しみに待っています。

在宅や高齢者施設で生活されていて、お身体の状況によりなかなか外出できない方や、施設で生活をされている高齢者にとって、交流の機会となります。お話を聞いてもらえることで、気持ちが穏やかになり、大変喜ばれています。

レクリエーションや行事のお手伝い ▶一緒に楽しみましょう！ シルバーリハビリ体操の指導



施設やげんき倶楽部で行われている、体操・レクリエーション・行事などのお手伝いをしています。利用者みなさんも、笑顔で和やかな雰囲気で行われています。

また、施設や市内各所で、シルバーリハビリ体操の指導をした場合も、ポイントの対象となります。

- 活動先：①市の指定する介護保険施設 96カ所
②市内の高齢者宅（申請に応じて）
③げんき倶楽部（介護予防教室） 8カ所
④シルバーリハビリ体操を指導する会場（市内各所）

活動の調整は
社会福祉協議会が
行います

※登録者は保険（ボランティア活動保険）に加入します。（掛金の個人負担はありません）
※感染予防の対策をしっかりとって、無理のない活動を心掛けましょう。