

## 35. 介護予防ポイント制度

### ◆事業内容

七尾市在住の65歳以上の方がボランティアや健康づくりなどの活動を通して生きがいをつくとともに、介護予防に取り組むことで健康寿命を伸ばし、いきいきとした地域社会を目指すことを目的としています。

市内の介護施設や通いの場（高齢者の自主グループ）等での介護支援ボランティア活動または通いの場や老人クラブ、スポーツ施設等に参加し、自身の介護予防・健康づくり活動を行うとポイントが貯まり、商品券と交換できるシステムです。

| 活 動           |                                                                                                                                                                                                                | ポイント付与                                                                                                                       | 登録できる方（対象者）                                                                       | 手帳の種類                                                                                                  |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| どちらかを選択（一つのみ） | <b>介護支援ボランティア活動型</b><br>市指定の介護施設や通いの場等にて<br>①レクリエーション・体操等の指導・補助<br>②話し相手、③行事補助<br>④配膳・下膳<br>⑤草花の手入れや花壇づくり など                                                                                                   | 活動1時間につき1ポイント<br>（1日最大2ポイントまで）<br><ポイント交換><br><b>5ポイント=1,000円商品券</b><br><b>最大40ポイント=8,000円商品券</b><br>（1ポイント200円換算）           | 65歳以上で介護認定（要支援、要介護）を受けていない方<br>※七尾市第1号被保険者<br>※ボランティア活動保険に加入していただきます<br>（保険料は市負担） | 七尾市介護支援ポイント手帳<br>  |
|               | <b>介護参加型</b><br>市に登録された市内の <b>通いの場</b><br><b>老人クラブ、スポーツ施設</b><br>にて高齢者の健康維持・増進のための <b>身体活動を含む活動</b><br>体操・運動<br>レクリエーションなど  | 1時間以上の参加<br>1回につき1ポイント<br>（1日最大2ポイントまで）<br><ポイント交換><br><b>10ポイント=1,000円商品券</b><br><b>最大30ポイント=3,000円商品券</b><br>（1ポイント100円換算） | 65歳以上の方<br>（七尾市第1号被保険者）                                                           | 七尾市いきいきポイント手帳<br> |

※活動の受入先の施設や団体等はあらかじめ市に申請書の提出が必要です。

詳しくは下記までお問い合わせください。

### ◆登録・お問合せ先

健康福祉部高齢者支援課 地域包括グループ TEL 53-8463

メールアドレス kourei@city.nanao.lg.jp