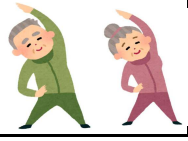
社会参加をすると ポイントが貯まる！

七尾市介護予防ポイント制度

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るとともに、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。皆様の積極的な参加をお待ちしています。

◆ポイント制度について◆

	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）	介護支援ボランティア活動型	市指定の介護施設や通いの場等にて ①レクリエーション・体操等の指導・補助 ②話し相手、③行事補助 ④配膳・下膳 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 （1日最大2ポイントまで） **＜ポイント交換＞** **5ポイント＝1,000円商品券** **最大40ポイント＝8,000円商品券** （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 ※七尾市第1号被保険者 ※ボランティア活動保険に加入していただきます（保険料は市負担）	七尾市介護支援ポイント手帳 
	介護予防参加型	市に登録された市内の**通いの場 老人クラブ、スポーツ施設**にて高齢者の健康維持・増進のための**身体活動を含む**活動 体操・運動 レクリエーションなど 	1時間以上の参加 1回につき1ポイント （1日最大2ポイントまで） **＜ポイント交換＞** **10ポイント＝1,000円商品券** **最大30ポイント＝3,000円商品券** （1ポイント100円換算）	65歳以上の方 （七尾市第1号被保険者）	七尾市いきいきポイント手帳 

【注】スポーツ施設とは、次の条件を満たしている施設です。
①地域にある、常設のスポーツ施設　②スポーツインストラクターや健康運動指導士などの専門スタッフが常駐していること

活動を希望する方（手続き方法）	・介護支援ボランティア活動型または介護予防参加型のいずれかの活動を選びます。 ・七尾市高齢者支援課の窓口で申請書を記入すると「ポイント手帳」が交付されます。 **※手帳を両方交付することはできません。手帳は年度において１人１冊のみ交付となります。**	
活動する場所	受入先一覧表の中から希望する施設や通いの場等の活動場所を探します。	
ポイントの付与	活動の際、受入先にポイント手帳を提示してください。 ※ポイントの付与期間は、毎年度４月～３月です。	
ポイントの交換	ボランティア活動型	５ポイント（１，０００円）単位で商品券と交換できます。 最大４０ポイント（８，０００円）までの交換となります。
	介護予防参加型	１０ポイント（１，０００円）単位で商品券と交換できます。 最大３０ポイント（３，０００円）までの交換となります。
ポイントの交換 交付申請期間	期間：**毎年度３月３１日まで（土・日の場合は直前の平日）** 会場：パトリア３階　高齢者支援課⑤窓口	 ➡ 商品券

※介護保険料の滞納がある場合、ポイントの交換はできませんのでご注意ください。

窓口・お問合せ先　**七尾市高齢者支援課　パトリア３階⑤窓口　☎（０７６７）５３－８４６３**