

# 令和5年度 与一いきいきポイント制度

～大田原市介護支援ボランティアポイント制度～

65歳以上の方

元気なうちから介護予防を始めましょう！



与一の里  
大田原

心身ともに健康に！

みんなできいきいきボランティア

## 与一いきいきメイト

募集

「与一いきいき体操」を覚えて、  
ほほえみセンター等で介護予防  
ボランティア活動をしてみませ  
んか？



安心・安全に講座に参加できるよう感染症対策を実施します。

○体調確認（スタッフ・参加者） ○手指消毒 ○室内換気

大田原市高齢者幸福課

## 《目 的》

介護予防のためのボランティア活動「いきいき活動」を通じて、65歳以上の方の社会参加と介護予防の推進を図り、健康でいきいきとした地域づくりを推進します。

## 《対象となる方》

65歳以上の大田原市民で次の条件を満たす方

- ①要介護認定または要支援認定を受けていない
- ②介護保険料や市税などに滞納がない
- ③生活保護を受給していない

「与一いきいきメイト」  
とは、養成講座を受  
け、いきいき活動をし  
る方のことです。



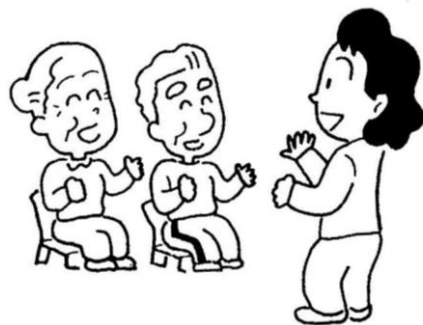
## 《いきいき活動とは》

ほほえみセンター等で、①与一いきいき体操（必ず実施する）

②レクリエーションなどに参加する方の補助 ③話し相手

④お茶出し ⑤行事の補助 などを行う活動のことです。

※活動日には楽しみながら与一いきいき体操（30分程度）を行うための十分な時間（1～2時間程度）の確保が必要です。



## 《与一いきいきメイトになるには》

(1) 養成講座を受講します。

①申込期間：令和5年6月1日（木）～6月19日（月）先着30名

②申 込 先：大田原市高齢者幸福課（☎0287-23-8917）

※月～金 午前8時30分～午後5時15分

③開催期間：令和5年7月6日（木）～11月9日（木）午後1時30分～午後4時（全8回）

No.	月 日	内 容	会 場
1	7月6日（木）	開講式、講話：介護保険制度・介護予防 ほか	市役所 南別館2階
2	7月13日（木）	ボランティア活動の説明、グループワーク	市役所 南別館2階
3	7月20日（木）	講話：運動の効果、与一いきいき体操練習	市役所 南別館2階
4	9月7日（木）	講話：リスク管理、与一いきいき体操練習	市役所 南別館2階
5	9月14日（木）	講話：認知症、与一いきいき体操練習	市役所 南別館2階
6	9月21日（木）	講話：口腔ケア・栄養	市役所 南別館2階
7	9月22日（金）～ 10月31日（火）	いきいき活動見学実習	ほほえみセンター等
8	11月9日（木）	閉講式、与一いきいき体操練習 ほか	市役所 南別館2階

※床に座って行う体操も練習します。ヨガマット等をお持ちの方はご持参ください。

(2) 養成講座受講後、与一いきいきメイトの登録申請を行います。

(3) 翌年から、与一いきいきメイトとしてほほえみセンターなどで活動します。

→ いきいき活動1回に対して1個のスタンプをもらいます。（1月～12月）

→ 集めたスタンプの数に応じて金券等の転換品が贈呈されます。

（転換の申請：1月、転換品の贈呈：3月）

お問合せ先：大田原市高齢者幸福課  
大田原市本町1-4-1

電 話：0287-23-8917  
FAX：0287-23-4521