

1 研修を受講 (いずれか1日)

制度の紹介や、活動する際の注意点などを説明します。研修終了後にボランティア登録をしてください。ボランティア手帳をお渡しします。

日時	会場
8月26日(火)	団地住民センター
27日(水)	中央会館 (市役所隣)
9月2日(火)	西の里会館
3日(水)	大曲会館
5日(金)	農民研修センター
10日(水)	中央会館 (市役所隣)

持ち物 介護保険被保険者証
申込み 電話か直接、高齢者支援課 (内線805)

2 介護保険施設でボランティア

例えば…

- 話し相手
- 催しの手伝い
- 食事の配膳
- 散歩や外出の手伝い など



3 1時間のボランティアで、1ポイント

ボランティアをした施設で、手帳に押印してもらいます。1日2ポイントが上限です。

4 集めたポイントを交換

1ポイントは100円
年に1回、10~50ポイントが交換可能

地場産品やクオカード、現金に交換することができます。

65歳以上の皆さん

あなたの**カ**を生かしませんか

介護支援ボランティア

市内の介護保険施設などで、ボランティアをしませんか？
ご自身の介護予防はもちろん、地域貢献にもつながります。ボランティアをするとポイントがもらえ、地場産品などと交換することもできます。
対象は、市内にお住まいで介護保険の要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方です。事前に研修を受講し、登録をしてください。

健康の源は、ボランティア

ボランティアを始めたのは10年前。特別支援学校の警備員をしていたとき、先生たちの熱心な様子を見て感動したことがきっかけです。もともと世話好きというのもありました。



山田徹さん
(輝美町)

あまり積極的に人と話すタイプではなかったのですが、活動を通して変わりました。今では、ボランティアが生きがいです。78歳ですが、おかげで体も健康ですよ。