

# 徳島市介護予防

## ボランティア活動支援事業



ボランティア活動を実施し、

5ポイント貯めると QUO カード (500円分)

10ポイント貯めると QUO カード (1,000円分) と交換できます。

### ■定員■

先着100名(令和5年9月15日から10月31日までに要申し込み)

### ■対象者■

- 徳島市に在住の40歳以上の人
  - 要支援・要介護の認定を受けていない人
  - 介護予防・日常生活支援総合事業の対象でない人
- ※上記3つの条件を全て満たす人が対象

### ■ポイント付与まで■

- ① 上記対象と裏面の事業の流れを参考に健康長寿課に申し込み
  - ② 申し込みの不備がなければ、ポイントカードをお渡し
  - ③ 下記のボランティア活動例を参考に、ボランティアを実施し、ポイントカードに記入するごとに1ポイント
- ※概ね15分以上の活動で1ポイント、1日1ポイントまで

### ■ポイント還元■

裏面記載のポイント還元期間に、徳島市地域包括支援センターにてポイント等確認後、QUOカードと交換します。

### ■ボランティア活動例■

安否確認・ゴミ出し・話し相手・地域の清掃活動など。

※ただし、有料ボランティアを除く。

#### 具体例

- ・一人暮らしの高齢者宅に訪問し話し相手をしたり、おすそ分けを持っていった。
- ・通学している子供たちの通学路の交通当番をした。
- ・観光客に徳島市内の観光スポットを案内した。



トクシィ

# <介護予防ボランティア活動支援事業の流れ>

申し込み期間(令和5年9月15日から10月31日まで)

- 申込書(健康長寿課窓口で配布もしくは市ホームページからダウンロード)に記入し、健康長寿課に提出
- 申込書確認後、不備がなければポイントカードをお渡しします。

## 活動期間

- 各自でボランティア活動を行い、ポイントカードに日時や内容を記入



- ポイント交換分達成(5回もしくは10回)し、ポイントカード裏面のアンケートに回答

ポイント還元期間(令和6年1月11日から令和6年2月末まで)

- 徳島市地域包括支援センターにポイントカードを提出し、QUOカードと交換

### ■申し込み先■

徳島市 健康長寿課 地域ケア推進担当

〒770-8571 徳島市幸町2丁目5番地 (市役所南館2階31番窓口)

### ■問い合わせ先■

徳島市 健康長寿課 地域ケア推進担当

☎621-5574 (月曜から金曜 8時30分~17時 ※祝日、年末年始除く)

徳島市地域包括支援センター

☎0120-24-6423 (月曜から金曜 9時~17時 ※祝日、年末年始除く)