

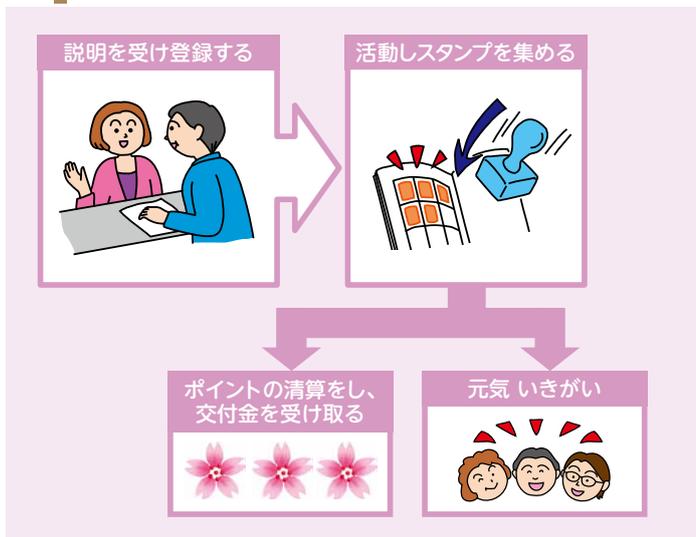
## 介護保険サポーター・ポイント制度

千代田区にお住まいの65歳以上の方が楽しく元気にシニアライフを送れるよう応援する制度、それが『介護保険サポーター・ポイント制度』です！ご近所のできるちょっとした活動をとおして、人や地域の役に立ちつつ、自分の体や生活をシャキッと若々しいものにしませんか？

高齢者施設やボランティアグループで継続的な活動を行うとポイントが貯まり、その数に応じて次年度交付金を受け取ることもできます(最大8,000円)。ご興味のある方は、ぜひ一度ボランティアセンターまでお電話ください！



### 介護保険サポーター・ポイント制度のしくみ



### 担当職員コメント

介護保険サポーターの皆さんはとてもお元気です！皆さんに共通しているのが、活動を楽しんでいらっしゃるということです。「人のため」というと“奉仕”といった意味で捉えられがちですが、人との出会いや出来事を楽しむという面もあり、それこそが醍醐味とも言えます。はじめてで不安、緊張してしまうという方には、見学などの同行も職員がさせていただきますので、ぜひお問い合わせください！

■ 問合せ先：ちよだボランティアセンター

活動先一覧	活動内容	
お好みにあった内容や時間で活動! 区内高齢者施設	一番町特別養護老人ホーム・一番町高齢者在宅サービスセンター・かんだ連雀・岩本町ほほえみプラザ・ジロール神田佐久間町・ジロール麴町・フォーユーデイサービス淡路	お話し相手・洗濯物整理・シーツ交換・車いす清掃・室内掃除・配膳・レクリエーションの手伝い・園芸披露・手工芸・外出補助など
配達みの活動も募集中! なでしこ配食サービス	麴町・神保町・万世橋	調理・配達・安否確認
高齢者の屋食づくり+交流! ふれあいクラブ	麴町・富士見・神保町・神田公園・万世橋・和泉橋	調理・会食
おしゃべりと笑顔がいっぱい! ふれあいサロン	昌平ふれあいサロン・とまとの会・ふれあいサロン連雀・ふれあいサロンココ・ドレミの丘・三崎町ふれあいサロン・ふれあいサロン神田・抹茶の会	お話し相手・お茶出し・手工芸・イベントの企画・運営・準備など
地域の憩いの場でお手伝い! はあとサロン	ジロールはあとサロン・一番町はあとサロン・連雀はあとサロン	お話し相手・お茶出し・特技を活かしたプログラム(お菓子作り・手工芸)など
お手伝いをしつつ、自分の体力づくりも! シルバートレーニングスタジオ	かんだ連雀・神田児童館・富士見区民館・富士見あみず館・神田公園区民館・和泉橋区民館・麴町区民館・いきいきプラザ一番町・高齢者センター・岩本町ほほえみプラザ・ちよだパークサイドプラザ・アーツ千代田3331	シルバートレーニングスタジオや、高齢者センターのマシントレーニングでの指導・補助(資格などは不要)