

65歳以上の方へ

～龍郷町高齢者元気度アップ・ポイント事業～

# ポイントをためて 商品券をもらおう!

町が認定した活動に参加するたびにポイントがもらえます!

この事業は、65歳以上の方が健康づくり活動などに参加してポイントカードを提示するとスタンプが押され、ポイント数に応じて龍郷町内の加盟店で使える商品券に交換できるしくみです。ポイントを貯めながら、元気でいきいきとした生活を続けていきましょう!

詳しくは龍郷町役場 保健福祉課へお問い合わせください。電話69-4514(直通)

## 元気度アップ認定活動

(裏面で詳しく紹介しています)

交通安全  
見守り活動

地域サロン  
などに参加

健診を受診

介護施設で  
ボランティア

講演会に参加

健康教室や介護  
予防教室に参加

- 65歳の誕生日の前日から役場で参加登録が可能
- 商品券に交換する期間・・・11月～2月末
- 5ポイントごとに 500円 の商品券に交換
- 交換の上限・・・1年間で 5,000円分まで

# ポイントを貯められる活動

- ・役場主催の各種検診
- ・食生活改善推進員さんの栄養教室
- ・認知症サポーター養成講座
- ・男性料理教室
- ・世話焼きさん研修会

**1回2ポイント(上限なし)**

## 介護予防教室

- ・どうくさ会
- ・楽しく体操 ・てくてく体操
- ・地域サロン
- ・すまいるあっぷクラブ(和月)
- ・でいでいクラブ(りゅうがく館)

**1回1ポイント  
(上限 月4ポイントまで)**

## 各種健康教室 (役場主催)

**1回1ポイント(上限なし)**

### ポイントカードを発行できる

条件(①~③を満たす方)

- ①65歳以上で、龍郷町に住所があること
- ②要介護(支援)認定を受けていないこと
- ③介護保険料の滞納がないこと



**・1ポイントは  
100円です**

**・5ポイント(500円)  
から商品券に  
交換できます**



## 施設ボランティア活動

- ・施設でのボランティア活動
- ・レクリエーション等への参加支援
- ・話し相手 ・清掃活動等

**1日2ポイント 半日1ポイント  
(上限 月4ポイントまで)**

## 老人クラブ・自主グループの地域活動

- ・老人クラブ活動(美化作業・茶話会・運動等)
- ・地域のボランティア(見守り, 美化活動)
- ・スポーツ活動(ゲートボール, グラウンドゴルフ等)
- ・子どもの交通安全見守り活動

**1回1ポイント ※1時間以上の活動  
(上限 月2ポイントまで)**



活動に参加を希望される方(個人・団体)は、事前に活動登録の手続きを  
龍郷町役場保健福祉課で行い、ポイントカードの交付を受けてください