2024
令和6年8月
発行

高齢者
いきいき活動
ポイント
手帳

使用期間 令和6年（2024年）9月1日～
令和7年（2025年）8月31日

目　次

ポイント事業とは …… 2 ページ
ポイント事業への参加と手帳の利用方法 ……3〜4 ページ
必読事項 …… 4 ページ
1ポイントの活動・押印ページ …… 5〜16 ページ
2ポイントの健診・押印ページ …… 17〜18 ページ
2ポイントの活動・押印ページ …… 19〜26 ページ
4ポイントの活動・押印ページ …… 27〜30 ページ
奨励金振込口座確認用紙 …… 31〜32 ページ
アンケート …… 33 ページ

事業の効果を検証するため、個人が特定できないようにして、提出されたポイント手帳のデータを統計的に処理することがあります。

- データ使用に同意されない方は、手帳表紙に印字してある名前の左側余白に「不同意」と記載してください。
- 記載がない場合は、医療費・介護給付費、その他これらに類する効果検証に必要な情報を使用することについて同意されたものとみなします。
  なお、情報はその他の目的に利用することはありません。

ポイント事業とは

Q どんな事業なの?

高齢者の社会参加を促進するため、高齢者が1年間に行う健康づくりやボランティア活動などの実績（ポイント数に換算）に応じて奨励金を支給します。

Q どんな高齢者が対象になるの?

令和6年（2024年）9月1日現在で、府中町在住の65歳以上の方が対象です。

Q どんな活動などが対象になるの?

①グラウンドゴルフなどの健康づくり・介護予防活動（1ポイント）②特定健康診査の受診等（2ポイント）③児童の登下校の見守りなどのボランティア活動（2ポイント又は4ポイント）です。詳しくは、5～6ページ（健康づくり・介護予防活動）、17～18ページ（健康診査・がん検診）、19～20ページ（一般的なボランティア活動）及び27～28ページ（特定のボランティア活動）をご覧ください。

Q ポイント数の換算はどうなっているの?

1ポイントを100円に換算して奨励金を支給します。
1年間（9月～翌8月）に獲得できるポイント数の上限は100ポイント（奨励金の上限額:1万円）です。

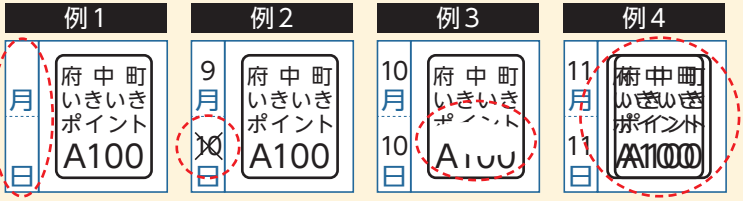
ポイント事業への参加と手帳の利用方法

1 活動に参加したら、活動団体にこの手帳を提示し、スタンプを押してもらいましょう（活動団体があなたの活動実績を確認できない場合は、スタンプを押してもらえません）。

広島市や海田町が実施するポイント事業の活動に参加した場合でも、スタンプを押してもらえます。

2 スタンプ押印欄を確認しましょう。次の例のようにスタンプを押印する欄への記入・押印があったとしても、いつ押したのかを含め、不明瞭な押印は、ポイントの付与が認められません。

【無効となる例】



例1 月日の記載がない場合（月と日の両方の記載が必要です。）

例2 日付を取り消しているが、修正後の日付が記載されていない場合

例3 押印が不明瞭で、スタンプ番号が確認できない場合

例4 スタンプが押し直されているが、どの団体が押印したスタンプなのか分からない場合

3 ポイント手帳の使用期間終了後（令和７年（2025年）９月１日以降）、またはポイントを貯め終えたら、奨励金振込口座確認用紙（31～32ページ）を記入の上、同封の返信用

封筒に手帳と通帳のコピーを添付し、府中町へ返送してください。

※奨励金の振込口座を登録済の方は、手帳のみ返送ください。振込口座を変更する方は、手帳と一緒に通帳のコピーを返送ください。

4 府中町は、返送されたポイント手帳に基づき獲得ポイント数を集計し、ご本人の預金口座に奨励金を振り込みます。

必読事項

ポイント手帳提出前に、口座登録の有無に関わらず、奨励金振込口座確認用紙（31～32ページ）を必ずご記入ください。

このポイント手帳で貯めたポイントは、次に交付を受けた手帳に繰り越すことはできません。

ポイント手帳を紛失または、著しく汚損しスタンプの押印が判断できないときは、獲得したポイントとして集計することができない場合があります。

このポイント手帳を令和8年（2026年）3月31日までに府中町に提出されないときや、手帳の不正使用（他人に貸す、または譲渡する等）があった場合は、奨励金を支給することができません。

1 ポイント　健康づくり・介護予防活動

活動団体の方へ　スタンプを押す前にご確認ください!

スタンプは、日付を記入し、押印してください。この活動のスタンプ押印は、1日につき1回までです。
押し間違えたスタンプには、その上に大きく×を書いてください。

1ポイント対象となる活動（例示）

次のような活動をすると1ポイント付与されます。

●地域住民が運営する介護予防教室などへの参加
●町内会などが実施するふれあい・いきいきサロンなどへの参加
●地域で集まって行うグラウンドゴルフや卓球などへの参加
●囲碁や将棋、手芸など趣味のサークルなどへの参加
●フィットネスクラブやカルチャースクールへの参加
●地域住民を対象に行っている体操の集いへの参加
●グループを作って行うラジオ体操やウォーキングへの参加
●くすのきプラザ（卓球・トレーニングルーム等）の利用
●ポイントの相互付与を行う自治体（広島市・海田町）の登録団体が１ポイントとして行う活動

（例１）　広島市や海田町のスポーツセンターや体育施設等で行う卓球の利用
（例２）　広島市や海田町に登録する活動団体が主催する活動（サロン等）への参加

など

1 スタンプ欄

ポイント 健康づくり・介護予防活動

右へ ➡

注意 1日につき1回まで

月 日	スタート	月 日		月 日		月 日	4P
月 日		月 日		月 日		月 日	8P
月 日		月 日		月 日		月 日	12P
月 日		月 日		月 日		月 日	16P
月 日		月 日		月 日		月 日	20P

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

月 日		月 日		月 日		月 日	24P
月 日		月 日		月 日		月 日	28P
月 日		月 日		月 日		月 日	32P
月 日		月 日		月 日		月 日	36P
月 日		月 日		月 日		月 日	40P

次のページへ

1 スタンプ欄 ポイント 健康づくり・介護予防活動

右へ ➡

注意 1日につき1回まで

月 日	前のページより	月 日		月 日		月 日	44P
月 日		月 日		月 日		月 日	48P
月 日		月 日		月 日		月 日	52P
月 日		月 日		月 日		月 日	56P
月 日		月 日		月 日		月 日	60P

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

月 日		月 日		月 日		月 日	64P
月 日		月 日		月 日		月 日	68P
月 日		月 日		月 日		月 日	72P
月 日		月 日		月 日		月 日	76P
月 日		月 日		月 日		月 日	80P

次のページへ

1 スタンプ欄 ポイント 健康づくり・介護予防活動

右へ ➡

注意 1日につき1回まで

月 日	前のページより	月 日		月 日		月 日	84P
月 日		月 日		月 日		月 日	88P
月 日		月 日		月 日		月 日	92P
月 日		月 日		月 日		月 日	96P
月 日		月 日		月 日		月 日	100P

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備
月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備
月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備
月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備
月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備	月 日	予　備 次のページへ

1 スタンプ欄

ポイント 健康づくり・介護予防活動

右へ ➡

注意 1日につき1回まで

月 日	前のページより	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

1 スタンプ欄

ポイント 健康づくり・介護予防活動

右へ ➡

注意 1日につき1回まで

月 日	前のページより	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

2ポイント スタンプ欄

健康診査・がん検診

高齢者の皆様へ

ポイント事業に参加されている町内協力医療機関については、府中町ホームページ等で事前にご確認ください。

●医療保険対象の疾病に係る検査は、ポイント対象外です。

健診の種類								押印・日付記入欄
❶～❹は、いずれか1種類のみ押印可	❶特定健康診査 府中町国民健康保険に加入されている方、または協会けんぽなどの医療保険に加入されている方（被扶養者を含む）							月 日
	❷後期高齢者医療制度の健康診査（長寿健診） 75歳以上、または一定の障害を有すると認められた65歳以上75歳未満の後期高齢者医療制度に加入されている方							月 日
	❸被爆者健康診断	月 日	1回目	月 日	2回目	月 日	3回目	月 日 4回目
	❹被爆二世健康診断							月 日
❺節目年齢歯科健診 後期高齢者歯科健診								月 日

医療機関の方へ　スタンプを押す前にご確認ください!

- スタンプは、受診された健診１つにつき、日付を記入した上で、１回押印してください。
- スタンプを押し間違えたときは、その欄に大きく×を書き、正しい欄に押印してください。欄が使用できない状態（例えば胃がん検診の欄に×が記入されている人が胃がん検診を受診した場合）のときは、予備欄に日付を記入し、スタンプを押印してください。
- 生活保護を受けている人が、府中町発行の一般健康診査票で健康診査を受診した場合は、❶に押印してください。
- ❸は❻～⓬（⓫を除く）のいずれか１つでも押印がある場合、３回までの押印となります。
- ⓬は、❸被爆者健康診断と❹被爆二世健康診断の対象者のみ押印可能です。

	検診の種類	押印・日付記入欄	検診の種類	押印・日付記入欄	検診の種類	押印・日付記入欄
がん検診	❻胃がん	月 日	❼肺がん	月 日	❽大腸がん	月 日
	❾子宮頸がん	月 日	❿乳がん	月 日	⓫前立腺がん	月 日
	⓬多発性骨髄腫	月 日				

月 日	予備	月 日	予備	月 日	予備	月 日	予備	月 日	予備

2ポイント　地域の支え手となる活動

活動団体の方へ　スタンプを押す前にご確認ください!

スタンプは、日付を記入し、押印してください。この活動のスタンプ押印は、1日につき1回までです。
押し間違えたスタンプには、その上に大きく×を書いてください。

2ポイント対象となるボランティア活動（例示）

次のような活動をすると2ポイント付与されます。（4ポイント付与の対象となるボランティア活動は、27～28ページのとおりです）
なお、ボランティア活動とは、無償だけでなく有償（交通費等の実費程度の謝金に限る）のものを含みます。

地域団体等の取り組み

- ふれあい・いきいきサロンの世話人としての活動
- 介護施設等への訪問（手品、おどりなどの披露）
- 町内の道路や河川の清掃活動
- スポーツ指導
- あいさつ運動や安全パトロール

一般的なボランティア活動

●自主防災会における避難訓練の運営や防災パトロール

など

その他のグループでの取り組み

●パソコンやスマートフォン等の操作指導
●リサイクルのための空き缶収集
●観光・平和ガイド
●伝統文化の継承・振興活動

など

その他

●ポイントの相互付与を行う自治体（広島市・海田町）の登録団体が２ポイントとして行う活動

注　意　**「スタンプ押印」のみの活動は、ポイント対象外です。**

スタンプ欄

2ポイント 地域の支え手となる活動

右へ ➡

注意 1日につき1回まで

月 日	スタート	月 日		月 日		月 日	8P
月 日		月 日		月 日		月 日	16P
月 日		月 日		月 日		月 日	24P
月 日		月 日		月 日		月 日	32P
月 日		月 日		月 日		月 日	40P

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

一般的なボランティア活動

月 日		月 日		月 日		月 日	48P
月 日		月 日		月 日		月 日	56P
月 日		月 日		月 日		月 日	64P
月 日		月 日		月 日		月 日	72P
月 日		月 日		月 日		月 日	80P

次のページへ

2 スタンプ欄

ポイント　地域の支え手となる活動

右へ ➡

注意　1日につき1回まで

月 日	前のページより	月 日		月 日		月 日	88P
月 日		月 日		月 日		月 日	96P
月 日		月 日	100P	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

一般的なボランティア活動

月日	予備	月日	予備	月日	予備	月日	予備
月日	予備	月日	予備	月日	予備	月日	予備
月日	予備	月日	予備	月日	予備	月日	予備
月日	予備	月日	予備	月日	予備	月日	予備
月日	予備	月日	予備	月日	予備	月日	予備

次のページへ

スタンプ欄

2ポイント 地域の支え手となる活動

右へ ➡

注意 1日につき1回まで

月 日	前のページより	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

一般的なボランティア活動

月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

4ポイント　地域の支え手となる活動

活動団体の方へ　スタンプを押す前にご確認ください!

スタンプは、日付を記入し、押印してください。この活動のスタンプ押印は、1日につき1回までです。
押し間違えたスタンプには、その上に大きく×を書いてください。

4ポイント対象となるボランティア活動（限定）

4ポイント付与の対象となるボランティア活動は、次の❶～❻のとおりです。（2ポイント付与の対象となるボランティア活動は、19～20ページのとおりです）
なお、ボランティア活動とは、無償だけでなく有償（交通費等の実費程度の謝金に限る）のものを含みます。

❶ 介護施設等、保育園、障害者支援施設、児童福祉施設、医療機関での清掃、配膳、洗濯、駐車の誘導など**（ボランティアに訪問される前に、必ず訪問先にご連絡ください。）**

❷ 町内でいきいき百歳体操（週1回以上）を実施する通いの場の世話人としての活動

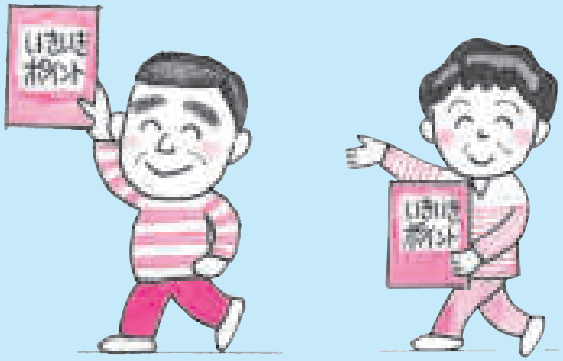
特定のボランティア活動（限定）

3 府中町高齢者の生きがいと健康づくり推進事業補助金の交付を受けて実施する、通いの場の世話人やスタッフとしての活動

4 こども食堂や学習支援などのこどもの居場所づくりに関する活動

5 高齢者及び障害者に対する点訳・音訳、手話・要約筆記

6 ポイントの相互付与を行う自治体（広島市・海田町）の登録団体が４ポイントとして行う活動



4 スタンプ欄

ポイント　地域の支え手となる活動

右へ ➡

注意　1日につき1回まで

月 日	スタート	月 日		月 日		月 日	16P
月 日		月 日		月 日		月 日	32P
月 日		月 日		月 日		月 日	48P
月 日		月 日		月 日		月 日	64P
月 日		月 日		月 日		月 日	80P

※スタンプ押印欄の日付は、月と日の両方ともに記載が必要です。

特定のボランティア活動（限定）

月 日		月 日		月 日		月 日	96P
月 日	100P	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備
月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備	月 日	予 備

次のページへ

（様式第８号）

令和　　年　　月　　日

高齢者いきいき活動ポイント事業奨励金振込口座確認用紙

この太枠の中をすべて記入してください。（全員記入）

氏名	
住所	〒 府中町
平日の日中に連絡が可能な電話番号	

～奨励金振込口座について～　該当する箇所に✔をつけてください。

□ 新規登録・口座を変更する方

⇓

下記の太枠の中すべてを記入し、
ポイント手帳と一緒に通帳の
コピーを提出ください。

□ 口座の変更がない方

⇓

以下記入は不要です。
ポイント手帳のみ提出ください。
※既に登録済の口座へ振り込みします。

あなたの口座（ご本人名義の口座に限ります。）をご記入ください。また確認のため、**通帳表紙の裏面（口座名義・金融機関名・店舗名・口座番号等の記載がある部分）のコピーも一緒にご提出ください。**

口座名義（本人名義） **カタカナで記入**														
金融機関名			店舗名			種別	口座番号（右詰め）							
銀　行 信用金庫 信用組合 農業協同組合			本　店 支　店 出張所			普通								
金融機関コード						店舗コード								

金融機関の種類、店舗の種類は該当のものに○をしてください。

【留意事項】

- 取得した口座情報は、高齢者いきいき活動ポイント事業奨励金の振込以外の目的には一切使用しません。
- すでに登録口座のある方は、その口座に振り込みます。口座の変更を希望される方は、再度手続きが必要です。
- 口座登録が完了した方から、順番に奨励金を支給します。
- 記入漏れや振り込みができない場合のみ、府中町から確認の電話をすることがあります。

アンケート

●アンケートにご協力ください。当てはまるものに○をつけてください。

1あなたの現在の健康状態は

［1 よい　2 まあよい　3 ふつう
4 あまりよくない　5 よくない］

2ポイント事業開始前と比べて、健康状態が

［1 とても良くなった　2 良くなった
3 変わらない　4 悪くなった］

3ポイント事業開始前と比べて、外出の頻度が

［1 とても増えた　2 増えた
3 変わらない　4 減った］

4ポイント事業開始前と比べて、通院回数が

［1 増えた　2 変わらない
3 減った　4 通院していない］

MEMO

社会参加による仲間づくり・健康づくりが目的です。
体調をくずさないよう、
無理のないかたちで参加してください。

ポイント事業ホームページ

https://www.town.fuchu.hiroshima.jp/site/koureikaigoka/23989.html

活動団体一覧等が確認できます（随時更新）。

もしものときのために

あなたのお名前など

氏　　名	
電話番号	

緊急連絡先

氏　　名	
電話番号	

提出前にご確認ください。

●このポイント手帳は、
令和8年（2026年）3月31日（必着）までに提出ください。
ポイント付与期間は令和7年（2025年）8月31日までです。
ポイントを貯め終えた方は、随時提出できます。また、ポイントを上限まで貯めていなくても提出は可能です。
ただし、一度提出された手帳はお返しできません。

●奨励金の支給は、令和7年（2025年）7月末から順次開始します。

●提出前に ☑ チェックしてください。

☐ **奨励金振込口座確認用紙（31～32ページ）を記入しましたか。**奨励金の振込口座を登録済の方は、31ページの太枠の中のみ記入し、手帳を提出ください。今回初めて手帳を提出される方、または振込口座を変更する方は、手帳と一緒に通帳のコピーを提出ください。

☐ アンケートの回答（33ページ）を記入しましたか。

お問合せ先

府中町 福祉保健部 高齢介護課
高 齢 者 福 祉 係
082-286-3256
府中町大通三丁目5番1号
2階⑪窓口

令和6年（2024年）8月発行