

いすみ市通いの場支援事業

実施の手引き



いすみ市健康高齢者支援課 高齢者包括支援班
(いすみ市地域包括支援センター)

■目次

はじめに

1 「通いの場」とは

- (1) 「通いの場」とは 2
- (2) 「通いの場」のねらい 2
- (3) 「通いの場」の実施イメージ 2

2 補助金

2-1. 補助金の概要 3

- (1) 補助金の趣旨 3
- (2) 対象となる団体 3

2-2. 補助金の要件

- (1) 開催会場（活動場所） 3
- (2) 開催回数 3
- (3) 参加対象者 3
- (4) 開催内容 3
- (5) その他 4

2-3. 補助金額

- (1) 補助上限額表 4
- (2) 補助対象経費 4

2-4. 補助金の申請方法および手続き

- (1) 補助金の申請書類について 5
- (2) 申請書類の提出先 5
- (3) 手続きの流れ（※イメージ） 5

2-5. 補助金の支払い方法 6

2-6. 事業内容等を変更・中止する場合 6

■各書類の記入例 7～13

■補助金に関するQ&A 14

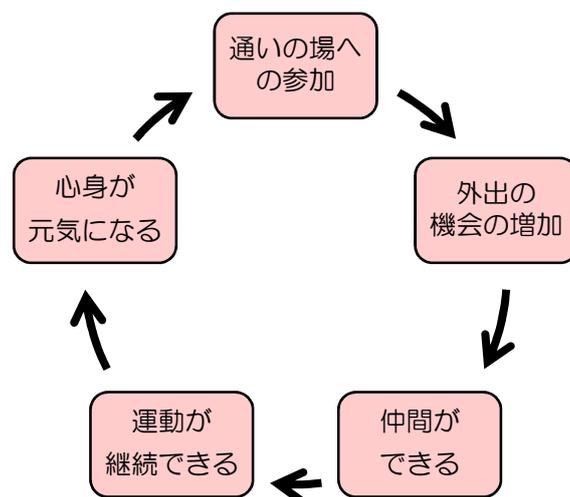
1 「通いの場」とは

(1) 「通いの場」とは

通いの場とは、高齢者の方々が、身近な場所で、継続的に介護予防のため活動をする場のことです。地域住民が活動主体となり、地域の集会場などに集まって介護予防のための体操などに取り組む事業です。

(2) 通いの場のねらい

通いの場は、歩いていけるような身近な地域で行うため、参加しやすいことが特徴です。そのため、参加することで、外出の機会が増え閉じこもり予防になります。また、仲間ができ、助け合いの意識が生まれたり、継続性をもって運動を行う機会となることで、心身が元気になり、結果的に介護予防につながります。



(3) 「通いの場」の実施イメージ

■主な活動内容（内容を検討する上での参考としてください）

健康体操・運動 ※補助金の必須要件	適度な運動をすることで、筋力低下・身体機能の低下を予防することができます。 例) いすみ楽しく体操、ラジオ体操、ウォーキング等
レクリエーション	軽スポーツや脳トレを行うことで、認知機能や心身の機能維持になり、認知症予防につながります。 例) 輪投げ、かるた、間違い探し、計算ゲーム等
茶話会	参加者同士の交流を図ることで、親睦が深まります。

■「通いの場」の1日の流れ（例）

13:00 開催	体操が始まるまで歓談
↓	↓
13:30 健康体操	いすみ楽しく体操の実施
↓	↓
14:30 茶話会	お茶を飲みながら談話
↓	↓
15:30 終了・片付け	みんなで一緒に片付け

2. 補助金

2-1. 補助金の概要

(1) 補助金の趣旨

この補助金は、市民の皆さんが可能な限り自立して、住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、地域住民が主体的かつ自主的に継続して介護予防活動に取り組む団体を支援するものです。

(2) 対象となる団体

政治活動または宗教活動を行わず、営利活動を目的としない以下の条件を全て満たす団体となります。

- ① 市内に活動の拠点を有し、介護予防活動に取り組もうとする団体。
- ② 会則または規約に役員が定められている団体。
- ③ おおむね 10 名以上で構成され、構成員全員が市内に在住し、かつ半数以上が 65 歳以上（以下「高齢者」という。）である団体。

2-2. 補助金の要件

(1) 開催会場（活動場所）

定期的開催が可能である屋内の場所を確保し、当該会場にて活動を行うこと。

※ただし、感染症対策やイベント等のため、屋外で活動する場合はこの限りではありません。

（例）町会集会施設、市営公民館などの公共施設、空き家、貸テナント など

(2) 開催回数

年 12 回以上開催し、かつ 1 回につき 1 時間以上開催すること。

(3) 参加対象者

- ・市内に居住する 65 歳以上の高齢者とする。
- ・過半数が高齢者であれば、65 歳未満の方の参加も可。
- ・地域に居住する方であれば、誰でも参加できるよう配慮すること。

（例えば、町内会未加入者の参加を認めないなどは不可）

(4) 開催内容

- ・介護予防に資する体操、運動等の活動を必ず行うこと。
- ・活動内容を特定の趣味活動に限定しないこと。
（特定の内容のみ行うサークル活動は対象外となります。）
- ・地域の実情に応じて会食、交流会、レクリエーション等を併せて行うことは構いません。

(5) その他

- 他の制度による助成等を受けていないこと。
(例) ふれあいサロン事業協力費、小域福祉ネットワーク活動費、老人クラブ補助金 など
- 参加者の氏名、住所、生年月日、性別、連絡先等を記録し、名簿等により管理しておくこと。なお、個人情報であることから、通いの場の活動に関連すること以外で利用することがないように、取り扱いには十分注意を払うこと。
- 開催にあたり、毎回の活動について、開催日時や参加者数、活動内容等を記録し、管理すること。

2-3. 補助金額

(1) 補助上限額表 ※ただし、補助金の交付は1団体につき年度1回限りとします。

項目	補助限度額	備考
基本額	30,000円	開始月により月割となります。 2,500円/月
立ち上げ支援額	20,000円	初年度のみ

(2) 補助対象経費(例)

項目	具体例	内容
運営費	食糧費	茶菓子などの軽食に限ります。食事を目的としたお弁当の提供は対象外です。またお酒の提供は認められません。
	報償費	外部講師等への謝礼金が対象となります。運営スタッフやボランティアへの人件費は対象になりません。
	消耗品費	事務用品や日用品など、通いの場で使用するものであれば対象となります。
	光熱水費	賃貸で会場を借りている場合のみ対象となります。
諸経費	保険料	スタッフや参加者への傷害保険等の保険料が対象となります。
	通信運搬費	郵送料や切手代、送料が対象となります。ただし、電話代やインターネット代は対象となりません。
	印刷費	資料などのコピー代が対象となります。
	会議経費	通いの場の開催に伴う会議のための経費が対象となります。(会議室の使用料や会議用のお茶代や資料代等)
会場設営費		開催会場の確保のため賃借料や施設利用料などが対象となります。
備品購入費		椅子や机、プリンター、体操に使用するおもり、レクリエーションで使用するボールなどが対象となります。

2-4. 補助金の申請方法および手続き

(1) 補助金の申請書類について

補助金の申請時に必要な書類は、以下のとおりです。

- 補助金交付申請書（様式第1号）
- 事業計画書（様式第2号）
- 収支予算書
- 構成員名簿（※構成員の年齢および生年月日の記載があるものに限り。）
- 概算払請求書（様式第10号）
- 振込み先の口座が分かるもの（通帳の写し）

↳ ※新規申請の方・口座変更のある方のみ

(2) 申請書類の提出先

【提出先】 〒298-8501 いすみ市大原 7400 番地 1

いすみ市役所 健康高齢者支援課 高齢者包括支援班

(3) 手続きの流れ（※イメージ）

実施団体		いすみ市（健康高齢者支援課）
補助金交付申請時（年度当初あるいは通いの場立ち上げ時）		
交付申請 【提出書類】 <input type="checkbox"/> 補助金交付申請書（様式第1号） <input type="checkbox"/> 事業計画書（様式第2号） <input type="checkbox"/> 収支予算書 <input type="checkbox"/> 構成員名簿 ※構成員の年齢および生年月日の記載があるものに限り。 <input type="checkbox"/> 概算払請求書（様式第10号）	→	審査 <input type="checkbox"/> 補助金交付決定通知書 を実施団体に通知
補助金交付（概算払）		

補助金実績報告時（年度末）		
実績報告書の提出 【提出書類】 <input type="checkbox"/> 事業実績報告書（様式第6号） <input type="checkbox"/> 事業実績書（様式第7号） <input type="checkbox"/> 収支決算書 ※活動休止月等があり、年間回数が12回以下であった場合は返金が生じることがあります。	→	審査 <input type="checkbox"/> 補助金交付確定通知 を実施団体に通知
※概算払い請求をしなかった場合は <input type="checkbox"/> 補助金交付請求書（様式第9号）が必要		↓
		補助金の精算（活動状況に応じて返還金の納付指示あり）

2-5. 補助金の支払い方法

補助金は、原則として口座振り込みとなります。振込先口座の名義は、申請時の団体名かつ代表者名の口座、または団体名の口座に限りますのでご了承ください。

また、振込先口座の確認のため、通帳の写し等をいただきますのでご了承ください。

なお、補助金は交付決定額を前金払い（概算払）として受けることが可能です。前金払いを希望する場合は、「概算払請求書（様式第10号）」の提出をお願いします。

2-6. 事業内容等を変更・中止する場合

以下に該当する場合は、いすみ市高齢者通いの場支援事業変更(中止・廃止)承認申請書（様式第4号）の提出が必要となりますので、変更事由の発生または発生が見込まれる場合は、速やかに市までご相談ください。

- 活動内容の変更をするとき（軽微な変更を除く）
- 活動を中止する時

■各書類の記入例

様式第1号（第7条関係）

1年を通して活動している場合は
〇〇年4月1日
の日付で記入してください。

記入例

いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付申請書

年 月 日

市長名を記入してください。

いすみ市長 様

代表者の住所氏名を
記入してください。

申請者 住 所 いすみ市大原7400番地1
団 体 名 ○ ○ 通いの場
代表者名 夷隅 太郎
電話番号 0470-62-1118

申請する年度を記入してください。

〇〇年度において、下記のとおり補助事業を実施したいので、いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付要綱第7条の規定により、関係書類を添えて、補助金の交付を申請します。

記

1 補助金交付申請額 金 30,000 円

申請初年度に限り、2万円を上乗せした金額を記入してください。
また、年度途中で申請する場合は、交付上限額（3万円）の月割（2,500円）×活動予定月数を記入してください。

2 補助事業の内容

介護予防体操、認知機能向上に関わるレクリエーション（お茶含む）

3 添付書類

- (1) 事業計画書（様式第2号）
- (2) 収支予算書
- (3) 構成員名簿（構成員の年齢及び生年月日の記載があるものに限る。）
- (4) その他市長が必要と認める書類

事業計画書

1 事業内容

(1) 補助事業の名称

高齢者通いの場支援事業

(2) 補助事業実施団体の概要

名称及び代表者名	〇〇通いの場 代表 夷隅 太郎
所在地	いすみ市大原7400番地1
事業実施地区（地域）	大原地区（〇〇地区）
構成員の数	20人

代表者の住所を記入してください。

(3) 補助事業の内容等

補助事業の目的	定期的集い、いすみ楽しく体操を実施することで介護予防を図る。
補助事業の内容	年間48回 第4水曜日 13:30~15:00 〇〇地区民会館 月15人程度参加予定 いすみ楽しく体操、健康体操、認知機能の維持・向上に関わる脳トレ（計算、漢字読み書き、クイズ）、レクリエーション、茶話会を実施。
期待される効果	閉じこもり高齢者の減少と、体操やレクリエーションによる介護予防が期待される。

年度内の開催予定回数を記入してください。

(注) 補助事業の内容欄は、年間の開催予定日数、月々の開催予定日時、参加予定者数及び主に行う補助事業の内容等を記載してください。

(例) 年間48回 毎週月曜日 午後2時~午後3時 15人参加予定

予防体操

参加料を徴収する場合、その予算合計額を記入してください。

地区等から賛助金や寄付金がある場合や、前年度繰越金がある場合は「その他」に記入してください。

2 補助事業に要する経費の配分等

補助事業の称名	補助事業に要する経費（総事業費）	補助対象経費内訳		
		市補助金	自己負担額	その他
高齢者通いの場支援事業	60,000円	30,000円	20,000円	10,000円
計	60,000円	30,000円	20,000円	10,000円

(注) 事業経費の積算の根拠となる資料を添付してください

やむを得ず、年度途中で事業を中止または廃止する場合に提出が必要となります。

いすみ市高齢者通いの場支援事業変更(中止・廃止)承認申請書

市長名を記入してください。

年 月 日

いすみ市長 様

申請者 住 所 いすみ市大原7400番地1
団 体 名 ○ ○ 通いの場
代表者名 夷隅 太郎
電話番号 0470-62-1118

交付申請後に市より交付される補助金交付決定通知書の通知日・文書番号を記入してください。

〇〇年〇〇月〇日付けいすみ市指令第〇〇号をもって交付決定された補助金に係る補助事業について変更（中止・廃止）したいので、いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付要綱第9条の規定により、下記のとおり申請します。

記

1 変更（中止・廃止）の内容

〇〇月から〇〇月まで事業を中止する。

2 変更（中止・廃止）の理由

活動を行っている施設の改修工事により活動ができないため。

いすみ市高齢者通いの場支援事業実績報告書

市長名を記入してください。

いすみ市長 様

年 月 日

1年を通して活動している場合は
〇〇年3月31日
の日付で記入してください。

交付申請後に市より交付される補助金
交付決定通知書の通知日・文書番号を
記入してください。

申請者 住 所 いすみ市大原7400番地1
団 体 名 ○ ○ 通いの場
代表者名 夷隅 太郎
電話番号 0470-62-1118

〇〇年□□月△日付けいすみ市指令第〇〇号をもって交付決定された補助金に係る補助事業については完了したので、いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付要綱第10条の規定により、関係書類を添えて、下記のとおり報告します。

記

- 1 補助金交付決定額 金 30,000 円
- 2 補助事業の成果

当初の交付決定額を記入してください。変更（中止・廃止）の承認申請をした場合はご連絡ください。

高齢者の閉じこもりや孤立予防につながったとともに、体操やレクリエーション等を行ったことにより、介護予防について考えるきっかけづくりになったと考える。

- 3 補助事業の着手年月日 〇〇年 〇月 〇〇日
- 補助事業の完了年月日 □□年 □月 □□日

- 4 添付書類
 - (1) 事業実績書（様式第7号）
 - (2) 収支決算書
 - (3) その他市長が必要と認める書類

1年を通して活動している場合は
着手：〇〇年 4月 1日
完了：□□年 3月31日
の日付で記入してください。

事業実績書

1 補助事業実績の内容等

事業実施団体	名 称	〇〇通いの場	代表者の住所を記入してください。
	代 表 者	夷隅 太郎	
	所 在 地	いすみ市大原7400番地1	
補助事業の名称	高齢者通いの場支援事業		
事業の内容	楽しく体操、お口の体操、頭トレ、レクリエーション		
事業を実施したことによる効果及び今後の展開	月1回開催し、閉じこもりや孤立防止、地域交流の場を提供した。また体操やレクリエーションにより介護予防になった。		

2 補助事業に要した経費の配分等

補助事業の名称	参加者総数 (年間)	補助事業に 要した経費 (総事業費)	補助対象経費内訳		
			市補助金	自己負担額	その他
高齢者通いの 場支援事業	180人	66,000円	30,000円	36,000円	0円
計	180人	66,000円	30,000円	36,000円	0円

(注1) 補助事業に要した経費（総事業費）と補助対象経費に差額が生じる場合は、その負担区分を欄外に明記してください。

(注2) 事業経費の積算の根拠となる資料を添付してください。

いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付請求書

市長名を記入してください。

いすみ市長 様

年 月 日

1年を通して活動している場合は
〇〇年3月31日
の日付で記入してください。

実績報告後に市より交付される補助
金交付確定通知書の通知日・文書番
号を記入してください。

請求者 住 所 いすみ市大原7400番地1
団 体 名 ○ ○ 通いの場
代表者名 夷隅 太郎
電話番号 0470-62-1118

〇〇年〇〇月〇日付けいすみ市指令第〇〇号をもって交付確定された補助金について、
いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付要綱第12条の規定により、下記のとおり請求
します。

記

1 補助金交付請求額 金 30,000円

2 添付書類

- ・いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付確定通知書（様式第8号）の写し

概算払いで補助金の交付を希望する場合に提出が必要となります。

いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金概算払交付請求書

市長名を記入してください。

年 月 日

いすみ市長 様

請求者	住 所	いすみ市大原7400番地1
	団 体 名	〇 〇 通いの場
	代表者名	夷隅 太郎
	電話番号	0470-62-1118

交付申請後に市より交付される補助金交付決定通知書の通知日・文書番号を記入してください。

〇〇年□□月△日付けいすみ市指令第〇〇号をもって交付決定された補助金について、いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付要綱第13条の規定により、下記のとおり概算払されるよう請求します。

記

- 1 補助金交付決定額 金 30,000円
- 2 補助金交付請求額 金 30,000円
- 3 添付書類
 - ・いすみ市高齢者通いの場支援事業補助金交付決定通知書（様式第3号）の写し

令和〇年度 ○〇〇〇会 会員名簿

	氏名	生年月日	年齢	備考
1	大原 太郎	S28.1.1	71	
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

必ず生年月日及び年齢を記入してください。
書式は例なので、この形でなくてもOKです。

団体の開催日を記入してください

令和〇年度 ○〇〇〇クラブ 収支予算書

月 1 回開催 第 2 木曜日

	種別	歳入金 (円)	備考
収入	補助金	30,000	いすみ市補助金
	会員負担金	36,000	月 100 円×30 人×12 か月分
	合計	66,000	

	種別	歳出金 (円)	備考
支出	賄費	54,000	飲料費等 月 150 円×30 人×12 か月分
	消耗品購入費	12,000	
	合計	66,000	

「種別」は、P4 の補助金の説明欄の
(2) 補助対象経費 (例) を参考に
 記入してください。
 収入・支出予定額がわかれば、見本と
 異なる様式でもかまいません。

団体の開催日を記入してください

令和〇年度 通いの場〇〇〇〇 収支決算書

毎月第3金曜日開催

収入	種別	歳入金 (円)	備考
	補助金	30,000	いすみ市補助金
	参加費	18,000	年間 1,000 円×18 人
	合計	48,000	

支出	種別	歳出金 (円)	備考
	賄費	43,200	飲料代 200 円×18 人×12 回
	雑費	4,800	消耗品購入
	繰越金	0	
合計	48,000		

参加者実績		令和〇年度実績
	4月	15
	5月	10
	6月	10
	7月	15
	8月	10
	9月	15
	10月	15
	11月	15
	12月	10
	1月	10
	2月	15
	3月	15
	合計	155

「種別」は、P4の補助金の説明欄の(2)補助対象経費(例)を参考に記入してください。
 収入・支出額がわかれば、見本と異なる様式でもかまいません。
 ※繰越金はできるだけ残さないようにお願いします。多額の繰越金が生じる場合は、次年度の補助金申請額の変更等をご検討ください。

月に何人参加されたか、実績人数を記入してください。
 他の様式や別紙でもかまいません。

■ 補助金に関するQ&A

Q1 介護予防活動とはどのようなことをすればよいのですか？

A1 要介護状態になることを予防する運動や体操、脳トレなどを行い、地域の集会所などで定期的に行う活動のことです。

いすみ市では、介護予防のための体操として、いすみ市オリジナルの「いすみ楽しく体操」を推奨しておりますが、介護予防となりうる体操等（例：ラジオ体操など）の運動を必ず取り入れて頂ければ、本補助金の補助対象事業となります。

また、年間12回以上かつ1回につき1時間以上活動を行うこととしておりますが、介護予防の観点から不定期開催ではなく、月1回以上、定期開催することが望ましいと考えます。

何から始めたらよいのか分からない、いすみ楽しく体操について知りたいなど通いの場を行う上での相談等にも随時応じております。まずは、お気軽に市までお問合せください。

Q2 リスク管理について教えてください。

A2 介護予防運動は、構成員の自主性にに基づき、自己責任で実施していただきます。そのため、参加者自身の体調に応じて無理のない範囲で行っていただき、運動中は事故等が無いように細心の注意を払ってください。

なお、実施にあたり傷害保険等への加入を推奨しています。

Q3 活動にあたり、何か記録等をしていただく方がよいですか？

A3 年度末に活動実績書の提出をしていただきます。そのための根拠資料として作成していただいた方がよいかと思えます。例として、実施日時や内容、参加者の状況が分かる参加者名簿等の記録をしておくとい良いでしょう。また、会計報告書など収支が分かるものが実績報告として別途、提出書類にあります。書式は任意のもので構いません。なお、参加者名簿などは個人情報が含まれていますので、取り扱いには十分注意を払ってください。

Q4 年度途中で代表者が変更となった場合どうすればよいですか？

A4 事業計画書（様式第2号）に新しい代表者の方の氏名等をご記入していただき、健康高齢者支援課にご提出をお願いします。