

## 高齢者元気度アップ・ポイント事業

### 1 高齢者元気度アップ・ポイント事業の概要について

#### (1) 制度の概要

高齢者が行う健康づくりや社会参加活動等にポイントを付与し、蓄積したポイントを現金や品物と交換できる仕組みとなっています。

#### (2) 制度の対象者

鹿屋市に在住する65歳以上の方

#### (3) 対象活動

##### ① 介護保険施設等や子育てサロン等で行うボランティア活動

- ・レクリエーションなどの参加支援、踊り・三味線などの演芸披露
- ・話し相手、囲碁や将棋等の相手
- ・施設職員と共に行う補助的な活動（清掃、洗濯物の整理、シーツ交換等）

##### ② 介護予防事業への参加

- ・鹿屋市が実施する介護予防教室や介護予防に関する講演会などへの参加

##### ③ 各種健康診査やがん検診、人間ドックなどの受診

#### (4) 対象事業一覧・ボランティア活動受入施設〔鹿屋市指定施設〕

別紙「鹿屋市高齢者元気度アップ・ポイント事業対象一覧」のとおり

#### (5) 制度の流れ

##### ① 高齢者元気度アップ・ポイント事業に登録します。

高齢者元気度アップ・ポイント事業登録申請書に必要事項を記入し、鹿屋市社会福祉協議会本所、又は各支所へ提出してください。

##### ② 高齢者元気度アップ・ポイント手帳を交付します。

申請書受理後、手帳を交付します。ボランティア活動等でネームが必要な方については申し出によりネームを作成します。

##### ③ 対象となる活動を行い、スタンプを押してもらいます。

鹿屋市が指定した介護保険施設等でボランティア活動をしたり、介護予防教室や講演会に参加したりすると、ポイントが付与されます。ただし、各種健康診査や人間ドックについては、健康診査当日にはポイントが付与されません。後日、社会福祉協議会又は市保健相談センターの窓口にて診断結果表を提示した方にポイントを付与します。

活動内容	付与するポイント
ボランティア活動	3ポイント
介護予防教室や講演会	1ポイント
健康診査の受診	3ポイント
各種がん検診（1項目ごとに）	2ポイント
人間ドックの受診	5ポイント
特定健診の受診勧奨	5ポイント

※毎年9月は強化月間となり、ポイントが2倍になります。

（各種健診・人間ドック・受診勧奨を除く）

④毎年4月に前年度の手帳を提出し、ポイント活用の申し出をします。

高齢者元気度アップ・ポイント評価ポイント活用申出書を鹿屋市役所高齢福祉課に手帳を添えて提出してください。

※鹿屋市高齢福祉課では、介護保険料の未納又は滞納が無いことを確認し、鹿屋市社会福祉協議会へ申請者から評価ポイントの活用の申し出があったことを伝えます。

⑤転換交付金等を交付します。

ポイント数に応じた品物の引き渡し又は、転換交付金の金融機関口座への振込みを行います。ただし、現金との交換は3,000円以上に限ります。

スタンプの数（＝活動回数）	転換交付金等
10～19個	1,000円相当の品物
20～29個	2,000円相当の品物
30～39個	現金3,000円又は3,000円相当の品物
40～49個	現金4,000円又は4,000円相当の品物
50個以上	現金5,000円又は5,000円相当の品物

※スタンプの数が50個以上集まった場合でも、5,000円を上限とし、スタンプの繰越はできないものとします。

## 2 ボランティア活動の方法と手順

原則、ボランティア登録者自ら受入施設に連絡をして、その施設の了解のもと活動を始めていただきます。しかし、状況によっては社協がマッチングを行うこともできます。

活動終了後は、手帳を提示して、スタンプを押印してもらってください。

[活動の手順]

- ① 活動したい日時、場所（受入施設）を決める。
- ② 受入施設に電話し、ボランティアの受入をお願いする。

## 3 ボランティア活動の心構えについて

### (1) 無理をせず継続を・・・

ボランティア活動を長く続けられるよう無理なく自分のペースで1歩1歩積み重ねていきましょう。

### (2) 相手の気持ちを大切に・・・

対「人間」のボランティア活動では、相手の気持ちを大切に活動しましょう。謙虚な姿勢も忘れずに。

### (3) 約束・時間・秘密を守る

活動時の時間や約束事は必ず守る。

活動中に知り得たことは絶対漏らさない。(活動後も同様です。)

活動は信頼関係で成り立っています。

### (4) 活動を振り返る

ボランティア活動は継続して行うことが大切ですが、その都度、自分の活動を振り返り、よりよい活動になるように、次回につなげましょう。

### (5) 安全に気をつける

自身のケガはもちろんのこと、相手を傷つけたり、物品を壊さないように十分注意して活動しましょう。

★万が一の事故等に対しては、鹿屋市市民活動総合補償制度で対応いたします。

## 認知症の人への対応について

### <基本姿勢>

認知症の人と対応する際には、認知症に伴う認知機能低下があることを正しく理解していることが必要です。そして、偏見をもたず、認知症は自分たちの問題であるという認識をもち、認知症の人やその家族が認知症という困難を抱えて困っている人であるということに思いをはせること。認知症を抱える人が安心して生活できるように支援するという姿勢が重要になります。

認知症の人でも一般の人とのつきあいと、基本的には変わることはありません。そのうえで、認知症の人には、認知症への正しい理解にもとづく対応が必要になるということです。

記憶力や判断力の衰えから、社会的ルールに反する行為などのトラブルが生じた場合には、家族と連絡をとり、相手の尊厳を守りながら事情を把握して冷静な対応策を探ります。

なお、ふだんから住民同士があいさつや声かけにつとめることも大切です。

### 認知症の人への対応の心得 “3つの「ない」”

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない

### <具体的な対応の7つのポイント>

#### ○まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人や他の人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロみたりするのは、禁物です。

#### ○余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

#### ○声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声をかけます。

#### ○後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか？」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました？」「こちらでゆっくりどうぞ。」など。

#### ○おだやかにはっきりした滑舌で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくりはっきりした滑舌を心がけます。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

#### ○相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

認知症の人は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話しましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくりと聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。

【認知症サポーター養成講座標準教材より】