

# 65歳からボランティアで 新たな一歩を!



八王子市 高齢者ボランティア・ポイント制度

## はじめての方も安心!

高齢者施設やサロン、子ども食堂や市の施設など、1回1時間程度の活動でスタンプを獲得。スタンプは、人気のお店の商品券などに交換できます。

好きなことや空いた時間を活かして、気軽に始められます。



例

施設入所者の話し相手、外出の付き添い  
レクリエーション指導(折り紙講師や歌の披露など)  
イベントのお手伝い、配膳のお手伝い

## こんな方にピッタリ!



## 参加者の声



地域になじむよい機会になり、  
八王子が好きになりました。

自分に見合った内容が自由に選択でき、  
とても楽しく活動しています。  
出会える皆さんと心通じるときの喜びは  
私のエネルギーになっています。



交換できる特典や健康維持の効果など、詳しくは裏面へ⇒⇒⇒

いいこと  
いっぱい  
ボランティア

貯

めてうれしい

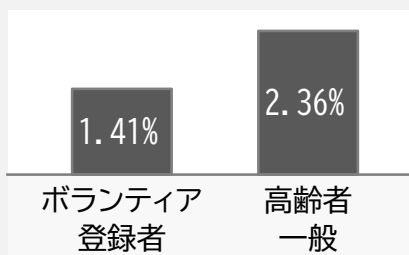
活動でたまったポイントは、

- ・交付金
- ・道の駅や「お店大賞」受賞店などで使える商品券
- ・高尾山のケーブルカー、さる園などの優待券と交換できます(最大で約8千円相当)



楽しく**健**康

2012～16年度にボランティア登録した方と一般の高齢者、それぞれ約1,000人について2019年度までに要介護の認定を受けているか調べてみました。その結果、ボランティア登録者が要介護になる割合は、一般高齢者より約4割も低くなっていました。



←1年間で  
要介護の認定を  
受けた方の割合



もっと知りたい方は、まず説明会へ

**対象** 八王子市内にお住まいの65歳以上の方

**参加方法** ①毎月実施される新規登録者向け説明会に申し込み  
②説明会で配布される登録申請書を提出

**申し込み** ボランティアセンター（八王子市社会福祉協議会 市民力支援課）  
TEL:042-648-5776 FAX:042-648-6332



ホーム  
ページ



制度についてのお問い合わせは・・・

八王子市 高齢者いきいき課 元気応援担当

TEL:042-620-7243 FAX:042-623-6120

あなたのみちも  
あるけるまち。  
**八王子**