

徳島市介護予防

ボランティア活動支援事業



ボランティア活動を実施し、10ポイント貯めると
QUO カード(1,500円分)と交換できます。

■定員■

先着100名(令和7年9月16日から10月31日までに要申し込み)

■対象者■

- ☐ 徳島市に在住の40歳以上の人
 - ☐ 要支援・要介護の認定を受けていない人
 - ☐ 介護予防・日常生活支援総合事業の対象でない人
- ※上記3つの条件を全て満たす人が対象

■ポイント付与まで■

- ① 上記対象と裏面の事業の流れを参考に健康長寿課に申し込み
 - ② 申し込みの不備がなければ、ポイントカードを郵送
 - ③ 下記のボランティア活動例を参考に、ボランティアを実施し、
ポイントカードに記入するごとに1ポイント
- ※概ね15分以上の活動で1ポイント、1日1ポイントまで

■ポイント還元■

裏面記載のポイント還元期間に、徳島市地域包括支援センターにて
ポイント等確認後、QUO カードと交換します。

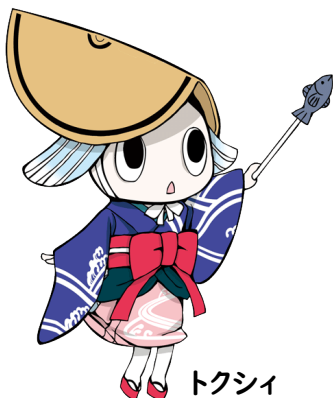
■ボランティア活動例■

安否確認・ゴミ出し・話し相手・地域の清掃活動など。

※ただし、有料ボランティアを除く。

具体例

- ・一人暮らしの高齢者宅に訪問し話し相手をしたり、おすそ分けを持っていった。
- ・通学している子供たちの通学路の交通当番をした。
- ・観光客に徳島市内の観光スポットを案内した。



トクシイ

<介護予防ボランティア活動支援事業の流れ>

申し込み期間（令和7年9月16日から10月31日まで）

- 申込書（健康長寿課窓口で配布もしくは市ホームページからダウンロード）に記入し、健康長寿課に提出
- 申込書提出後、不備がない場合はポイントカードを郵送いたします。なお、ボランティア活動保険の加入手続きが完了した後に発送いたします。ポイントカードが届き次第、活動を開始してください。

活動期間

- 各自でボランティア活動を行い、ポイントカードに日時や内容を記入



- ポイント交換分達成（10回）し、ポイントカード裏面のアンケートに回答

ポイント還元期間（令和8年1月13日から令和8年2月末まで）

- 徳島市地域包括支援センターにポイントカードを提出し、QUOカードと交換

■申し込み先■

徳島市 健康長寿課 地域ケア推進担当

〒770-8571 徳島市幸町2丁目5番地（市役所南館2階31番窓口）

■問い合わせ先■

徳島市 健康長寿課 地域ケア推進担当

☎621-5574（月曜から金曜 8時30分～17時 ※祝日、年末年始除く）

徳島市地域包括支援センター

☎0120-24-6423（月曜から金曜 9時～17時 ※祝日、年末年始除く）