

介護予防活動ポイントだより

2024年
春号



「スマホ使い方講座」を開催しました!!

令和5年度の介護予防活動ポイントの全体研修として、11月に「スマホ使い方講座」を開催しました。11月2日と7日の二日間は介護予防サポーターとオレンジパートナーの方々を対象とした講座、11月10日と17日は施設活動者の方々を対象として、株式会社ジーシーシースタッフから講師及びスタッフにお越しいただき、楽しく和気あいあいとした学びの時間を過ごしました。

初日は、スマートフォンの種類や基本的な設定についての説明を聞き、会場内に設置されたWi-Fiへの接続をして、実際に各自のスマートフォンの設定を確認しました。その後、アプリのインストールの方法や管理方法を聞き、カメラ機能とアルバムの管理も学びました。

二日目は更にカメラ機能を発展させ、Googleレンズの便利な使い方を、実際に例題を使って体験しました。調べたいものを認識させるためのコツや、機能の切り替え方法など、その場で操

作しながら指導していただけたのは、理解するためにとっても役立ちました。

最後に、二次元バーコード決済についての説明を聞きました。PayPay(ペイペイ)を例にどのようにダウンロードし、設定していくのか、お店での決済はどのように行うのかなどを学びました。研修後のアンケートでは、半数以上の方が今後このような決済を利用してみたいと回答。それ以外の方も、利用したいがまだ不安という方がほとんどで、利用したくないと答えた方はわずかでした。操作に慣れて、セキュリティのことなどがしっかり理解できれば、多くの方がこの機能を利用していただけるのではないのでしょうか。

研修会のまとめとして、安全にスマートフォンを使うために注意しなければいけない基礎知識の説明を受けました。詐欺メールなど、少しでも怪しいと思ったらとにかく慌てず、一人で対応しない、家族やまわりの人に聞いてみるなど対処方法を指導していただきました。

使いこなせたら便利なスマートフォン。不安要素も多くあり、尻込みしてしまいがちですが、このような機会を利用して、正しい知識を身につけてチャレンジするきっかけにいただけたら幸いです。

地域や各種団体など主催の研修会等も随時開催されていますので、ぜひご活用ください。

◇◇◇ 今後の研修会のテーマなどご要望がありましたら、意見をお聞かせください。◇◇◇





ポイント申請のてびき



令和5年度も残りわずかとなり、ポイント物品交換申請の時期となりました。
本年度も、介護予防活動ポイント制度でのご活躍ありがとうございました。
同封のポイント交換について、簡単な手引きでご案内させていただきます。

STEP 1

記入例を見ながら同封の「前橋市介護予防活動ポイントの評価物品交換申請書」を記入します。

【注意事項】

- ① 申請は5ポイント(500円相当)から可能
※令和4年度のポイントが4ポイント以下だった方は、令和5年度分に合算できます。
- ② ポイントの上限は50ポイント(5,000円相当)
- ③ ポイントの計算時、端数は切り捨てとなります。⇒5ポイント以降は10ポイント刻みで計算
※ただし、めぶくPayでの申請は端数も1スタンプ=100円ですべてポイント換算されます。
- ④ 基本的に複数の景品を組み合わせでの申請は不可
※ただし、サポーターTシャツを選択した場合のみ組み合わせ可となります。(水色の手帳の方のみ)

STEP 2

記入した『申請書』と『ポイント手帳』を下記の提出先へご持参または郵送で提出します。



水色のポイント手帳をお持ちの方(介護予防サポーター・オレンジパートナー)は
前橋市長寿包括ケア課に提出する。 ※ベージュ色と両方をお持ちの方もこちら

〒371-8601 前橋市大手町 2-12-1
前橋市役所 長寿包括ケア課 介護予防係
☎ 027-898-6133



ベージュ色のポイント手帳のみをお持ちの方(施設活動者)は
ボランティアセンターに提出する。

〒371-0017 前橋市日吉町 2-17-10
前橋市社会福祉協議会ボランティアセンター
☎ 027-232-3848

申請締切 令和6年4月30日



- 景品(図書カード・Qのまち商品券・サポーターTシャツ)は、6月以降にボランティアセンターから郵送します。
- めぶくPayは、6月以降にポイント付与される予定です。





ポイント申請の注意事項とヒント



昨年度までの申請からの変更点やお得な申請のヒントなどをまとめました

ポイントの繰り越しについて

令和4年度の4ポイント以下のポイントは今年度に合算可能ですが、令和5年度分は次年度への繰り越しはありません。

景品の組み合わせについて

●水色の手帳をお持ちの方は景品として『サポーターTシャツ』があります。この『サポーターTシャツ』のみ『Qのまち商品券』または『図書カード』との組み合わせ申請が可能です。※これ以外は不可！

例えば・・・スタンプ数が38の方の場合、Tシャツ(20ポイント)+Qのまち商品券(10ポイント) など

OK

●同じ景品を分割して申請することもできません。

例えば・・・スタンプ数が55の方の場合、図書カード(30ポイント)+図書カード(20ポイント) など

NG

NEW

“めぶくPay”が新たに加わりました

今年度から交換物品にめぶくPayが新たに加わりました。めぶくPayの場合、端数の切り捨てがなく、5～50スタンプまでがすべてポイントとして換算されます。さらに、今回はスタンプ数に加えて5ポイントを付与いたします。

例えば・・・スタンプ数が19の方の場合、19+5ポイントで24ポイント(2,400円相当)となります

スタンプ数が53の方の場合、上限50+5ポイントで55ポイント(5,500円相当)となります



めぶくPay まだご登録の済んでいない方へ

“めぶくPay”での受け取りをご希望の方は、事前にスマホのめぶくアプリのダウンロード、“めぶくPay”の登録が必要です。右の二次元バーコードをスマホで読み取り、サイト内の説明を読んで登録してください。



ご自分での登録が不安な方は、めぶくPayの説明会を下記日程で総合福祉会館にて開催いたしますので、ぜひご参加ください。

3月22日(金) ① 10:30 ～ 12:00

② 13:30 ～ 15:00

※ 詳しくは別紙案内をご覧ください



『なんきつウクレレ』に所属し芸能ボランティア活動に励むAさんに密着取材してきました！



この日は、特別養護老人ホーム明風園で行われた『クリスマスコンサート』に出演した『なんきつウクレレ』のみなさん。

行事開始の45分前に施設に到着。玄関で検温とアルコール消毒を済ませて控え室へ移動。着替えと楽器の準備をして、会場でセッティングとリハーサルを行いました。準備をしていると、入所者のみなさんが順々に会場内に移動してこられました。リハーサルの音が聞こえて、もう興味津々。早く始まらないかと楽しみで仕方ない様子でした。

この日はクリスマスの曲をはじめ、「故郷」などみなさんご存じの曲を中心に演奏し、歌詞カードを配り、みなさんにも一緒に歌っていただきました。音楽は心を和ませるようで、みなさんとても楽しそうにしていっていただきました。

1時間ほどのコンサートが終わり、『なんきつウクレレ』のみなさんは退場し、控え室で片付けと着替えを済ませて玄関へ。Aさんは、玄関脇の受付で介護予防活動ポイントの手帳を開いて提出。職員の方にスタンプの押印と日付の記入をしていただき、解散となりました。



写真右端の方がAさん

芸能ボランティアってなに？

介護予防活動ポイント対象の施設では、芸能ボランティアの活動でもポイントがもらえます。芸能ボランティアとは、楽器演奏や歌、マジック、落語や踊りなど、ご自身の趣味や特技を活かした様々な活動をとおして、ボランティア活動をしていただくものです。

施設で行われる行事や地域のサロンなど様々な場所で、芸能ボランティアの需要はかなり高まっています。ボランティアセンターでは、この芸能ボランティアのマッチング業務も行っています。

ご興味のある方は、ぜひボランティアセンターまで、お問い合わせください。



本事業に関するご質問、ご相談等がございましたら、下記までお気軽にご連絡ください。

◆ お問い合わせ・連絡先 ◆

ページの手帳だけをお持ちの方

◎前橋市社会福祉協議会
ボランティアセンター
〒371-0017 前橋市日吉町 2-17-10
前橋市総合福祉会館 3階
☎ 027-232-3848

水色(両方)の手帳をお持ちの方

◎前橋市役所
長寿包括ケア課 介護予防係
〒371-8601 前橋市大手町 2-12-1
前橋市役所 2階
☎ 027-898-6133

