



～ 地域で取組む 高齢者の介護予防・生活支援 ～

**要支援者等を含む高齢者に配慮した、  
体操教室や交流サロン(通所型支援)を実施する活動団体  
を補助金で応援します！**

補助金額 (条件あり)  
活動費：最大 60 万円/年間  
家賃：最大 240 万円/年間



横浜市では、歳を重ねても、周りからのちょっとした手助けが必要になっても、住み慣れた地域で積極的・活動的に暮らせる、ポジティブ・エイジングな社会を目指しています。そんな誰もが支え、支えられる居場所づくりを、横浜市が応援します！

Q1

どんなことをやると、補助金がもらえるの？



Q2

要支援者に配慮した活動とは？



Q3

家賃補助の条件は？



Q4

申請書の提出から、活動報告までの流れは？



次のページへ

**申請期間**

令和4年度横浜市介護予防・生活支援サービス補助事業 (サービス B)

【申請期間】 令和4年10月18日(火)～12月2日(金)【消印有効】

【補助対象期間】 令和5年4月1日(土)～令和6年3月31日(日)

【申請先】 横浜市 健康福祉局 地域包括ケア推進課 【郵送(レターパック等で受付)】

〒231-0005 横浜市中区本町 6-50-10

**事前のご相談先**

食事の提供を伴う場合は、事前に、各区の生活衛生課へもご相談ください。



- 日常生活圏域 (主に中学校区程度) で活動をしている場合 (予定を含む)
  - ☞ 各地域ケアプラザまたは特養併設地域包括支援センターへご相談ください。
- 区域での活動をしている場合 (予定を含む)
  - ☞ 各区社会福祉協議会または、区役所高齢・障害支援課 高齢者支援担当へご相談ください。
- 本制度全般の問合せ先
  - ☞ 横浜市健康福祉局地域包括ケア推進課
  - TEL : 671-3464、FAX : 550-4096、E-mail: kf-zai-hojyo@city.yokohama.jp

必ず活動エリア内の地域ケアプラザ、区社会福祉協議会、区役所（高齢・障害支援課）へ事前相談をしましょう。  
補助金の申請の詳細は、横浜市のホームページから「手引き」をダウンロードして、ご確認ください。



<手引きの入手方法>

- 方法1 ● **横浜市 サービスB** で検索
- 方法2 ● スマートフォン等で、右のQRコードを読み込んでリンクからご確認ください。



補助金額は、次の3種類です。

No	全体の利用人数 (1回あたり)	うち活動に参加することが、 <b>介護予防支援・介護予防ケアマネジメント等に位置づけられた要支援者等の人数</b> (1週あたり)	年間上限額		
			活動費	家賃等	合計
1	5人以上	5人以上	60万円	—	60万円
2	10人以上	5人以上	60万円	120万円	180万円
3	20人以上	10人以上	60万円	240万円	300万円

申請前に、20人以上入れる広さがあるのか、要支援者10人以上の参加が見込まれるプログラムになっているか等、利用人数の要件を達成できるか、必ず確認してください。

Q1

どんなことをやると、補助金がもらえるの？



- **住民主体のボランティア等が**、地域の拠点などで、要支援者等を中心とした利用者向けに、
- **週1回介護予防に資するプログラム（3時間程度）を実施し**、
- 全体の利用人数が5人以上で、そのうち、活動に参加することが**介護予防支援・介護予防ケアマネジメント等に位置づけられた要支援者等が5人以上利用している**場合  
→ 活動費60万円/年間を補助します。

<プログラム例>

	月	火	水	木	金	土	日
AM	介護予防に資するプログラム (概ね3時間)						
PM							

<利用人数の要件>

- 全体の利用人数：**5人以上**
- うち、活動の利用が、ケアプランに位置づけられた要支援者等：**5人以上**

- 10:00~10:15 出欠確認
- 10:15~10:30 おしゃべり
- 10:30~11:30 体操
- 11:30~11:45 休憩
- 11:45~12:45 口腔体操+ランチ
- 12:45~13:00 歌を歌う、物づくり

Q2

家賃補助の条件は？



Q1の条件に次の3つの条件が加わります。

- (1) 申請者が、**法人格を有する団体**であること。又は、「地域の団体（任意団体）と協力関係にある社会福祉法人等が不動産を借り受け、地域の団体（任意団体）が、住民主体の補助事業を実施していること。
- (2) 活動場所で、**週5日以上かつ1日5時間以上、要支援者等も参加することができる住民が集う場所を運営していること**
- (3) 活動場所が、申請団体・申請団体の代表者もしくは役員、その三親等以内の親族が所有する施設でないこと。

また、**利用人数等の実施の規模に応じて、拠点家賃の補助額が異なります。**

例：活動費**60万円**+拠点家賃補助**120万円**の補助を受け、**週1回**介護予防に資するプログラムを実施する場合

	月	火	水	木	金	土	日
AM	多世代 交流カフェ 介護予防に資するプログラム (概ね3時間)	趣味活動	多世代 交流 カフェ	趣味活動	多世代 交流 カフェ	子育て 支援等	子育て 支援等
PM		カラオケ		カラオケ			

同じフロアで、本事業以外の事業を行う場合は、それぞれの面積比率から、補助対象の家賃を割り出す場合がありますので、事前に図面等と一緒に相談ください。

- 全体の利用人数：**10人以上**
- うち拠点に通うことが、ケアプランに位置づけられた要支援者等：**5人以上**

1つの場所で、週5日以上1日5時間以上、要支援者等が参加することができる住民が集う居場所を運営

## 住民主体のボランティアとは？

本事業は、利用されている方が活動を通して地域とのつながりを深め、週1回の活動がない日も、日頃から住民の方が見守ってくれる安心感や、ちょっとした困りごとを住民同士で解決する支えあいの輪を広げていくことを目的としています。そのため、住民主体のボランティア（有償・無償）が活動に関わっていることを重要視しています。



メンバーの中に、住民ボランティアの方がいない場合は、地域ケアプラザや区社協、区役所と相談の上、近隣住民ボランティアの方との連携が出来ないか相談してみましょう。

## 介護予防に資するプログラムとは？

転倒・骨折予防、運動機能改善、口腔機能の改善、栄養改善、認知症予防等の生活機能の改善等を旨とする活動のことです。 プログラムの内容は、地域包括支援センターの職員が把握している、地域の高齢者の特徴やニーズ

（例：膝が痛いという理由で介護保険の認定を申請される方が多いので、膝を強化できるような座ってできる体操があると良い等）を踏まえて検討し、活動が、生活機能改善を目指すものになるよう、地域包括支援センターや区社協、区役所とよくご相談の上、プログラムの内容を検討しましょう。

介護予防に資するプログラムの実施にあたっては、既に取り組みされている内容が、要支援者等が参加できるような内容になっているか見直したり、新たなプログラムを導入するなど、工夫してみましょう。

（例）・体操、運動等の活動 ・趣味活動等を通じた日中の居場所 ・定期的な交流、サロン ・会食 等

Q：参加者に負担の少ないカフェなどを検討していますが、これだけで介護予防に資するプログラムになりますか？

A：カフェだけではなく、例えば昼食後にちょっとした口腔ケアの体操を入れたり、栄養改善やお薬の飲み方講話を実施したり、簡単な体操などのレクリエーションによる交流の時間を設けるなど、高齢者の生活機能の改善のための、「運動」、「食事」、「口腔ケア」、「医学管理」、「社会参加」をバランスよく組み込むことが重要です。地域ケアプラザ等と話し合いながらプログラムを工夫してください。



Q3

## 要支援者に配慮した活動とは？



要支援者の方は、生活に少し不便を感じたり、加齢とともに、足腰が弱くなり外出しづらくなっている方などがいらっしゃいます。

そのような方が参加しやすい活動となるよう、様々な面で配慮がされている活動のことをいいます。誰もが参加しやすい活動とするためには、単にお困りごと全てを支援するだけではなく、一人ひとりの得意なことなどを考え、お願いできそうなことは思い切って頼んでみる等、誰もが誰かのために活動できるような雰囲気を作ることが大切です。

いくつか、活動の例をあげましたので参考にしてみてください。

### 活動日を忘れてしまう方には

- ・事前に電話をしてお知らせする。
- ・当日、誘い合せて来ていただく。
- ・次回の予定をチラシでお渡りする。



### ちょっとしたことなら手伝っていただけそうな方には

- ・体操の準備、食事やお茶の配膳等の準備・片づけを手伝っていただく。
- ・1人でも出来そうな場合は声をかけお願いする。



### 得意なことのある方には

- ・プログラムの一部をお願いする。  
（例：絵が得意なら、会場に飾る絵やチラシを描いてもらう。手芸が得意な方に手芸の先生になってもらう。）



### 日頃から簡単なもので食事を済ませがちな方には

- ・お弁当や食事を提供する場合等は、栄養バランス等に配慮する。
- ・取り入れた方がよい食材など、豆知識を伝える。



### プログラムについていけるか不安のある方には

- ・足腰が弱ってきた方のために、椅子に座ったままできる体操を取り入れる。
- ・麻雀の途中で足腰を鍛える体操を組み込む。



### 行き帰りに不安がある方には

- ・ボランティアが自宅から、活動拠点まで付き添う。
- ・自宅が近い参加者同士、誘い合せて参加していただく。

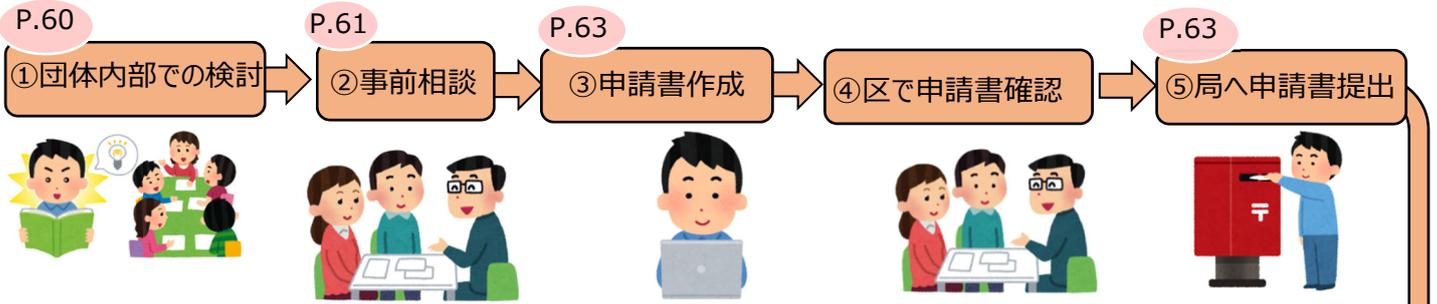


Q4

### 申請書の提出から、活動報告までの流れは？

※以下のページは、手引きのページです。

### < 事前相談から事業完了までのプロセス (スケジュール) >

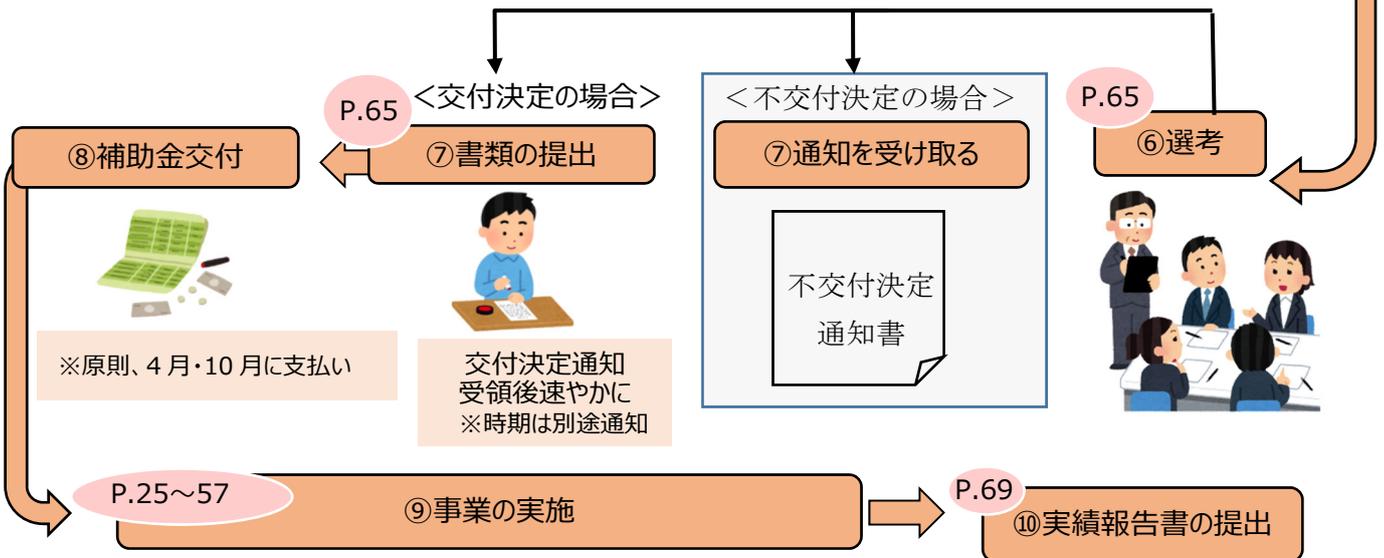


十分な期間が必要ですので、早めにご連絡の上、ご相談ください。

締切：令和4年12月2日(金)

細かい要件がありますので、まずは、手引きをお読みください。

団体が考えた活動内容（提供する支援の内容）が、事業の趣旨や、地域のニーズとあっているかを確認する必要があります。活動するエリアの地域ケアプラザ、区社会福祉協議会、区役所へ、必ず事前に電話で打合せ日時をご連絡の上、余裕を持ってご相談ください。



※原則、4月・10月に支払い

交付決定通知  
受領後速やかに  
※時期は別途通知

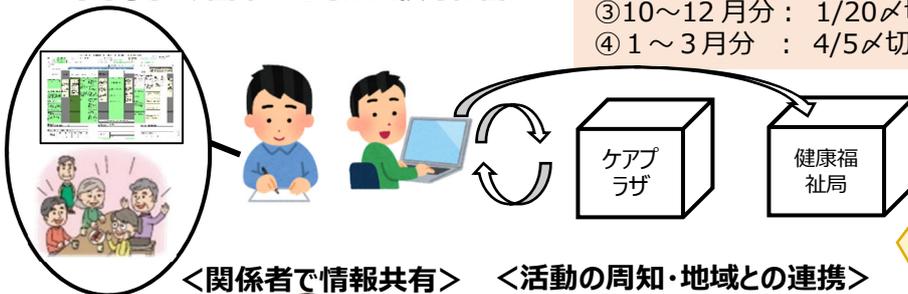
不交付決定  
通知書

【補助対象期間】 令和5年4月1日～令和6年3月31日

### < 介護予防支援・介護予防ケアマネジメント等をもとに、四半期ごとに実績を報告 >

- ①4～6月分 : 7/20〆切
- ②7～9月分 : 10/20〆切
- ③10～12月分 : 1/20〆切
- ④1～3月分 : 4/5〆切

締切：令和6年4月5日(金)



事業実施にあたっての運営の基準、ポイントがありますので、必ず手引きP.24～の第3章をご確認ください。

補助金の交付が決定した後も、適宜、要支援者を始めとする利用者の状況を共有したり、ケアマネジャーに活動を周知するなど、関係者と連携しながら進めていきましょう。