

佐世保市地域介護予防活動支援事業

補助金申請のしおり

はじめに	活動を実施するにあたって
第1部	補助金について
第2部	質疑応答集



佐世保市長寿社会課
令和7年4月1日～

はじめに…

活動を実施するにあたって



皆さんが行っている活動は、介護予防のみならず、仲間づくり、閉じこもり防止、地域での見守りや支え合いのネットワーク構築などさまざまな効果があります。

そのため、下記の点について気を付けながら安心安全に活動を継続しましょう。

みなさんで確認しましょう!!

☒ 事故防止

- ・すべりやすいところはないか、床に躓きやすいものがないか等確認しましょう
- ・テーブルや椅子が不安定ではないか確認しましょう

☒ 感染症

- ・密を避ける、距離を確保する、換気をするなど
感染対策を行いましょう
- ・参加者は事前に熱を測り、体調が悪い時は
無理せず活動を休みましょう

☒ 熱中症

- ・こまめな水分摂取を心がけましょう
- ・扇風機やエアコンで温度を調節しましょう

～安心安全に活動するため、保険の加入なども検討しましょう～

第Ⅰ部 補助金について

～目次～

補助金を申請する前に	Ⅰ－Ⅰ
補助金の概要	Ⅰ－Ⅱ
申請段階ごとに必要な要件	Ⅰ－Ⅲ
補助事業の流れ	Ⅰ－Ⅳ
補助対象経費について	Ⅰ－Ⅴ
申請後に気を付けていただきたいこと	Ⅰ－Ⅵ



補助金を申請する前に…

○この補助金は、国の「地域介護予防活動支援事業」により実施しています。そのため、国から報告を求められることがあります。

○補助金は自主活動団体の活動の後押しを行うものであり、その性質は一部補助です。

支出項目によっては活動費すべてを補助金で補えるわけではないことをご理解いただいたうえで申請をご検討ください。

○近年、活動に直接関係のない物品を購入している団体が一部で見受けられ、返納が生じています。

補助金は介護保険料で賄われていますので、納税者に説明ができる使い方を心がけましょう。

○申請をする前に、この「申請のしおり」と「地域介護予防活動支援事業マニュアル」をご一読いただき、どの段階で申請をするのか、どのようなことに取り組むのか、補助金をどのようなことに使うのかなどを団体できちんと話し合しましょう。

【地域介護予防活動支援事業補助金の概要】

第3段階		
第2段階		第1段階
目的	「お口の健康の維持改善に関する取り組み」と、「生活習慣病予防への理解」を広める	「介護予防体操」を続けていく
内容	①「第1段階」と「第2段階」を実施 ②「お口の健康」「栄養・食事」「認知症の理解」「薬」「介護予防全般」「地域の支えあいづくり」の中から、2つ以上の講話を選んで受講	「いきいき百歳体操」 または 「その他介護予防を目的として自治体により作られた体操」を実施
要件	・申請回数が2回目以上の団体が申請できる ・選択した2分野の講話を、各1回/年以上実施する (第2段階の「生活習慣病予防」と合わせて、3回/年の講話を実施する)	・週1回以上の開催 ・65歳以上が5人以上在籍 ・1回の体操が30分以上
補助額	上限 74,000円/年	上限 24,000円/年 (初めて申請する団体のみ 上限 74,000円/年)
特記事項	「送迎にかかる経費」「講話に伴う実習の経費」について 補助金申請ができる	

申請段階ごとに必要な要件

【第1段階 介護予防体操】

取り組み内容	必要なもの	料金
いきいき百歳体操	DVD ・簡易版 所要時間30分程度 ・スペシャル版 所要時間40分程度	無料
	錘・カバー 貸出期間は原則3か月間としますが、30名以上の団体で延長して借りたい場合はご相談ください	
つるかめ体操 (佐世保介護予防体操)	DVD 所要時間30分程度 (ポスターもあります) ※筋トレとストレッチを組み合わせ、全身バランスよく運動できる体操	無料
とっとり方式認知症予防 運動プログラム	DVD 所要時間30分程度 ※有酸素運動筋力運動に加え、頭の体操が盛り込まれた運動プログラム	無料

○問い合わせ先:地域包括支援センター、長寿社会課

○上記以外にも、介護予防を目的として自治体により作成された体操であれば要件として認められます。詳しく知りたい方は、長寿社会課へお尋ねください。

【第2段階 口腔体操】

取り組み内容	必要なもの	料金
かみかみ百歳体操	DVD 所要時間15分程度	無料

○問い合わせ先:地域包括支援センター、長寿社会課

○上記以外にも、各団体で独自の口腔体操を実施しても構いません。

【第2段階 介護予防に関するサポーター】

サポーターとして認められるもの	受講料	問い合わせ先
生活支援サポーター けんこう運動支援隊	無料	長寿社会課
運動普及推進員 食生活改善推進員		健康づくり課

○実施時期などは各問い合わせ先にお尋ねください。

○サロンリーダーも上記サポーターとして認められます(養成講座は現在実施していません)。

※講話の要件については「講話リスト集」を参照ください。

地域介護予防活動支援事業（いきいき百歳体操等）補助事業の流れ

※初めて申請される団体は、補助金申請までに団体名義の通帳を作成しましょう。

申請書の提出

【提出する書類】

- ・補助金等交付申請書（様式第1）
- ・事業計画書（様式第1－2）
- ・収支予算書（様式第1－3）
- ・会員名簿
- ・会則（送迎費用を計上する団体）

決定通知書 受け取り

- ・補助金支出として認められるものは、
決定通知日以降のものに限ります！
- ・支出に関して補助対象となるかわからない場合は、購入する前に長寿社会課へ相談を！

請書の提出 受取後1カ月以内

【提出書類】

- ・請書
- ・補助金等交付請求書（様式第3）
- ・通帳の写し

年度末に実績をもって請求する場合は不要

報告書等の提出 4月上旬まで

【提出書類】

- ・補助事業等実績報告書（様式第2）
- ・事業実績報告書（様式第2－2）
- ・収支決算書（様式第2－3）
- ・年間実績報告書
- ・会員名簿
- ・領収書、資料、写真等
- ・通帳(写し)

請書提出時に提出した場合は不要

補助金確定通知書 の受け取り

- ・補助金等交付請求書（様式第3）

補助金は、「補助金交付請求書」（様式第3）が長寿社会課へ提出された後、**1か月程度**で団体の口座に振り込まれます。

補助対象経費について

補助対象経費の考え方

- 介護予防活動の実施に直接必要なもの
- 補助金申請団体のみで使用するもの
- (消耗品は)必要最低限の機能のもの

該当するか判断がつかない場合は、長寿社会課へご相談ください。

★対象となるもの(例)

経費区分	内容
報償費	・外部講師謝礼金
印刷費 消耗品費 ○中古品の購入も可能 ○購入金額が 税込み4万9,999円以内 のものが対象	・体操用おもり等の道具類 ・DVDプレーヤー ・CDプレーヤー ・テレビ ・プリンター ・活動用のプリンター、インク、用紙 ・活動用のコピー代 ・活動用のホワイトボード ・脳のトレーニング用DVD、テキスト ・レクリエーション用具 ・体操時に使用するパイプ椅子 ・消毒液 ・扇風機、灯油ストーブ
使用料及び賃借料	・会場使用料、冷暖房費
・保険料 ・送迎支援が必要な会員の送迎にかかる経費 ・講話に伴う実習の経費	

★補助対象とならないもの(例)

- ・お茶菓子などの飲食代
- ・介護予防活動以外の活動で使用するもの
- ・バス代や駐車場代などの交通費
- ・人件費



申請後に気を付けていただきたいこと

○補助金の支出として認められるものは決定通知日以降のものに限ります。

○補助金に係る書類は、国の会計検査等で求められることがありますので、すべて5年間は保存してください。

○同様に、購入したもののうち経年的に使用するもの（テレビやDVDプレーヤー、おもりなど）、また活動の様子などは求められたときにすみやかに提出することができるよう写真にとってデータとして保存をしてください。

○補助金から支出するものについては、すべて領収書をもってください。領収書がないものについては、補助金の支出が認められません。

○収支予算書に記載していないものを購入する場合は、事前に長寿社会課にご相談ください。（事後の場合は認められない場合があります。）

第2部 質疑応答集

～目次～

【A】サポーターに関して

【B】講話・講師に関して

【C】補助金対象経費について

【D】その他

よくある質問をまとめているので、ぜひご一読ください。

【A】サポーターに関して

	質問	回答
1	「介護予防に関するサポーター」として認められるものはどのような講座か？	第2・第3段階の「介護予防に関するサポーター」として、長寿社会課が認めているものは下記のもです。 1) 生活支援サポーター 2) けんこう運動支援隊 3) 運動普及推進員 4) 食生活改善推進員 5) サロンリーダー養成講座(旧サロンサポーター養成講座) それ以外のものは下記の4項目に含むかどうかをもとに長寿社会課で検討します。 【指定する研修内容】※佐世保市の「介護予防に関するサポーター養成講座」 の必須内容と同等であること ①地域の現状(高齢社会)について ②高齢者の特徴・関わり方 ③ボランティアとしての役割 ④(1)生活支援(2)運動 ※④については(1)か(2)のいずれか ※ふまねっとサポーター、認知症予防トレーナー、認知症サポーターは上記に該当しないため、認めることができません。
3	サポーターの人数は、申請時点の人数の1割でよいか？ 人数が多い団体はサポーターがたくさん必要となるのか？	申請時の名簿の人数を基準とします。人数については「構成人数の1割以上(四捨五入)または3人以上」とさせていただきます。
4	第2・第3段階を申請して、各種サポーター養成講座修了者の人数が不足していた場合、補助金は返納する必要があるか？	要件を満たさなかった場合は、原則、返納となります。各種サポーター養成講座につきましては、開催時期等決まりましたら補助金申請団体には長寿社会課、地域包括支援センター、第2層生活支援コーディネイターなどからご案内します。 申請時にどの講座を受講希望か記載をお願いします。

【B】講話・講師について

	質問	回答
	講話はリストに掲載している人でなければならぬのか？ 以前から来てもらっていた事業所の講師などでもよいのか？	リストはあくまで目安となります。リストに掲載している講話以外でも、内容が第2段階・第3段階の要件に合っている場合は、講話の講師として認めます。 また、講話の主催は講師側ではなく補助金申請団体側であることが条件です。
1		
2	講話を実施する日は、介護予防体操や口腔体操も実施するため長時間を要するが、講話の時間は何分以上などの時間のきまりはあるか？	時間についてのきまりは設けていませんが、可能であれば「30分以上」を目安と考えています。 詳細な時間については各団体で講師と打ち合わせをお願いします。
3	講話を老人会で実施している場合、それをサロンでの活動に加えてよいのか？	補助金申請団体が主催している講話であることが条件になります（共同主催も可）。 主催が老人会であるものや、団体で講話を聴きに行った場合は実績として認められません。
4	地域全体で行われる講話を団体で聴きに行くことも、講話の実績として認められるか？	
5	脳トレの一環としてシンガーソングライターをサロンに活用する場合、公演費も補助対象となるか？	音楽鑑賞のみの内容であれば対象になりません。 介護予防に関する講話を含めながら 、シンガーソングライターが講師となり、参加者が演奏や歌などに一緒に取り組むような場合は講師料として認められます。
6	他のクラブのリーダーを招き指導を受けた時、講師料を補助金から支払ってもよいのか？	指導の内容にもよりますが、介護予防に関する内容であれば、講師料を補助金から支払うことが可能です。
7	第2・第3段階を申請して、既定の講話を受講できなかった場合、補助金は返納する必要があるか？	要件を満たさなかった場合は、原則、返納となります。

【C】補助金対象経費について

	質問	回答
	「送迎にかかる経費」について、詳細に認められる項目や上限等を教えてください。	認められる品目は、「燃料費」と「保険料」を考えています。 上限については特に定めませんが、ガソリン代の平均価格等を参考に、補助申請団体の判断で算出し、団体の活動の必要経費として規約に金額を定めていただくようにお願いします。 【ガソリン代を算出する際の例】 ①距離×②回数÷③燃費×④ガソリン平均価格＝年間で必要なガソリン代 ①距離：車両駐車場→利用者宅→介護予防活動会場→利用者宅→車両駐車場 ②回数：送迎支援を行う回数 ③燃費：送迎に使用する自動車の販売会社が公表しているもの（「10で〇km走行可能」など） ④ガソリン代の市場平均価格：新電力ネット公表（2024年1月現在） ハイオク194円 レギュラー183.9円 軽油164.2円（長崎県） 上記はあくまで例です。必要経費は団体で定めていただくものですので、この限りではありません。 ※ガソリン代は変動しますので、年に1回程度平均価格を確認し、価格に大きな変動があった場合は団体規約を見直す必要があります。
1		
2	「送迎にかかる経費」とは、講師の送迎に対するものか？	ここでの「送迎」は団体の活動への参加者に対する相互支援時にかかる経費と想定しています。講師の交通費等については、講師と打ち合わせのうえ、講師料の中で調整していただくようお願いいたします。
3	生活習慣病予防のための料理教室には補助金を使っていいか？	団体主催の生活習慣病予防のための料理教室という形であれば、講師料・パンフレット・食材料等の諸経費は、補助金申請していただくことができます。
4	第1段階として申請する場合は、講話等を実施しても講師料は補助対象にならないのか？	第1段階として申請する団体でも、講話を行った場合の講師料は、補助対象になります。
5	体操後に行う、脳トレのための折り紙や、身体を動かすための風船パレーに使う用具、バツコーの用具なども、教材費として購入できるか？	各段階の要件を満たしていれば、その他の介護予防活動に関する教材費等も補助対象になります。
6	体操後にお茶会をする場合、また講師にお礼として渡すお茶菓子代は補助金の対象になるか？	飲食代は補助対象になりません。
7	運営を手助けする会員の慰労に対する費用は補助金の対象になるか？	人件費とみなされるような費用については、補助対象になりません。
8	会員が市が指定するサポーター養成講座を受講した場合の交通費や駐車場代は補助の対象となるか？	旅費・使用料(駐車場代)は対象経費に認められていません。

9	感染症対策のため、マスクや消毒液を購入してもよいのか？	個人に帰属するものは補助金の対象とならず、マスクは対象外です。 おもに消毒に関するもの(手指消毒、物品の消毒に関連するもの)は対象となりますが、必要最低限の機能を有するものを購入してください。 例)○ポンプ式の手指消毒 ×センサー式の手指消毒
10	補助金が残っているため、予算書に記載はしていないものも購入してもよいのか？	予算書には記載していないものも購入する場合や、補助金に該当するか判断に迷う場合は、購入する前に長寿社会課へご相談ください。 また、補助金を申請した年度内に使用するものであれば購入可能ですが、購入後に活動をしなかった場合は補助金の対象とならないため注意が必要です。 補助金有余り、使う必要がない場合は年度末に返納をお願いします。
11	テレビを新たに購入した場合、以前使用していたテレビの処分費用は補助金の対象となるか？	テレビの処分にかかる費用は役務費となり、補助対象経費にあてはまらないため、対象になりません。

[D] その他

	内容	回答
1	講話などの講師料の領収証をすぐに受け取れない場合があが、講師料についても領収書が必要か？	講師料についても領収証は必要です。領収証の提出がない場合は団体の負担となりますので、領収証の発行を講師に依頼してください。
2	百歳体操にはおもりが必要だが、人数が多いと必要な金額も多くなり、補助金が足りなくなる可能性があるが、どうすればよいのか？	おもり・カバーについては、30人以上の団体は圏域の地域包括支援センターにご相談いただいた上で、貸出し可能としております。