

健康いきいきサロン活動の手引き

令和 7 年度版

<問い合わせ先>

○倉敷市健康長寿課地域包括ケア推進室

〒710-8565 倉敷市西中新田 640

Tel 4 2 6 - 3 4 1 7

1 健康いきいきサロン活動とは（活動の目的）

高齢者が気軽に社会参加できるよう、既存の医療機関、介護保険事業所等のスペースを活用し、医療や介護の専門職と地域住民が協働して体操等のサロン活動に取り組むことで、高齢者の閉じこもりを防止するとともに、社会参加を推進し、地域における介護予防の場の充実を図ることを目的としています。

2 健康いきいきサロンの運営について

（１）運営

- ①誰でも気軽に立ち寄れる通いの場となるよう運営してください。
- ②可能な限り参加者を受け入れてください。
- ③参加者の希望があれば、できる範囲で、事業所で送迎を行うことが可能です。

（２）参加者の年齢および人数

おおむね６５歳以上の方が３人以上いることが必要です。
（この年齢に該当しない方でも参加できます。）

（３）実施場所

市内の医療機関、介護保険事業所内等のスペースで、３人以上が参加できるスペースで開催してください。
※既存の医療機関、介護保険事業の設備や人員基準を満たしたうえでサロンを運営してください。

（４）活動回数および時間

- ①月２回以上、１回あたり１時間以上で開催してください。
- ②なんらかの理由により活動できない回がある場合、月内の他の日で調整してください。

（５）活動内容

軽体操、談話会、会食会、手芸等の創作活動、運動機能向上、口腔機能向上、栄養改善、認知症予防及び介護予防等を目的として実施してください。

定期的に健康体操等に取り組むことで、介護予防効果や認知症予防効果を高め、健康寿命の延伸を図ることができます。



（６）参加費

参加費は無料とします。ただし、材料代など追加費用が必要な場合には参加者に求めることができます。ただし、高額な負担にならないよう、活動内容も含めご留意ください。

（７）スタッフの配置

- ①サロンの運営に当たり、事業所等は専門職１名以上を含む必要なスタッフの配置をお願いします。
- ②事業所等のスタッフは参加者と協働してサロンの運営にあってください。

（８）保安及び補償

- ①運営にあたり、安全対策をお願いします。
- ②万一、活動中もしくはその途上において事故が発生した場合は、事業所等の責任においてこれ进行处理することとなります。
- ③事業所等で加入している保険で対応できるかご確認いただき、必要に応じて保険の加入等の対応をお願いします。

（９）簿冊の備え付け

サロンは、適正な運営を図るため、次に掲げる簿冊を設置してください。

- ①運営者及び参加者名簿
- ②会計簿（領収書（レシート）も合わせて保管してください）
- ③活動記録簿（活動日・活動内容・参加者人数がわかるもの）

（１０）経理

関係帳簿及び領収書等の証拠書類を事業完了後５年間保管してください。

（１１）その他

- ①個人情報の取扱いに留意してください（詳細は「委託契約書第８条（個人情報の保護）」参照
- ②委託契約書に基づき、運営にあってください
- ③サロンの実際の様子を見学させていただく場合があります。
- ④圏域の高齢者支援センター（地域包括支援センター）と連携し、地域の閉じこもり高齢者の受け入れに努めてください。

4 健康いきいきサロン委託料について

申込みにより委託契約が締結された場合、そのサロンに対し委託料が支払われます。

（１）金額

月額 8,000 円、年額 96,000 円を上限とし、活動回数に応じて 1 回あたり 2,000 円が支払われます。

委託料が余ったとき、予定回数に満たない場合は、差額を返還していただきます。

（２）対象経費

サロンに要する経費のうち、委託料支払の対象となる経費は、「６ 予算書及び決算書の説明」のとおりです。

（３）精算及び実績報告

年度終了後速やかに実績報告書及びその他の必要書類を提出し、支払いを受けた委託料について精算を行ってください。（提出書類については、「５ 提出書類（書き方）」参照）

（４）返還等

次のいずれかに該当するときは、全部又はその一部を返還することになります。

- ①実績報告書を提出しなかったとき
- ②委託料支払の対象となる経費以外に委託料を使用していた場合
- ③サロン活動において必要経費が委託料に満たなかったとき（委託料が余ったとき）
- ④活動計画に予定していた活動が実施できなかったとき（未実施回数×２，０００円の返還）
- ⑤虚偽又は不正の申請により、委託料の支払いを受けたとき
- ⑥市長がサロン活動としての決定を取消したとき
- ⑦サロン活動として不適当と認めたとき

５ 提出書類

（１）申込時に必要な書類

- ①「健康いきいきサロン活動促進事業 申込書」
- ②「健康いきいきサロン活動計画書」
（見取り図、位置図を添付）
- ③「健康いきいきサロン活動予算書」
- ④「委託契約書」※２部とも提出
- ⑤「委託料請求書」
- ⑥「債権者登録申出書」

・委託料受取のため、金融機関の口座を登録するために必要な書類です。

（２）実績報告時に必要な書類

- ①「健康いきいきサロン活動促進事業実績報告書」
- ②「健康いきいきサロン活動参加者名簿」
- ③「健康いきいきサロン活動実施報告書」
- ④「健康いきいきサロン活動決算書」

- ⑤「活動中の写真」※2枚（活動月が違うもの）
- ⑥「参加者のアンケート」
- ⑦ その他必要に応じ、市から依頼のあった書類

（３）提出方法

提出書類を健康長寿課地域包括ケア推進室窓口までお持ちください。

※なお、契約締結後に事業の実施内容等を変更し、又は事業を中止もしくは廃止しようとするときは、変更の手続きが必要となるため、速やかにご連絡ください。

6 予算書及び決算書の説明

（１）収入科目の説明

費 目	内 容
運営委託料	市との委託料を記入
参加者負担金	参加者が負担する金額 （市の委託料で不足する場合に参加者が負担する金額。高額な負担は不可）
寄付金等	寄付金
そ の 他	上記以外の収入

（２）支出科目の説明

①対象経費及び対象外経費

○：対象経費 ×：対象外経費

費 目	内 容
人件費	○サロン活動に従事するスタッフの賃金等
需用費 （事務用品費）	○サロン活動のために購入した事務用品 ○会計用ノート、インクジェットカートリッジ等

需用費 (食料費)	○サロン活動で共用するお茶代、菓子代などで 軽易なもの ○調理会(材料を購入し、参加者で調理し、会 食する)の材料費
	×市販の弁当代(惣菜を含む。花見名目でも×)
印刷製本費	○サロン活動で共用する資料・チラシ等の紙 代、コピー代など
水道光熱費	○サロン活動で使用した時の水道光熱費(電 気、ガス、水道の使用料)
燃料費	○参加者の送迎に係る燃料代
役務費 (郵便電話料)	○サロン活動のために使う郵便代、電話代など
使用料	○サロン活動のために使用する機器などの使 用料
備品購入費	○サロン活動で使用する軽易な備品代
	×サロン活動以外の事業所でのサービス利用 に使用するもの
その他	○サロン活動のためにかかった共用的なもの ○参加者の事故等に対するイベント保険など、 団体で加入する保険料(既存の保険で対応す る場合は、利用者数等を勘案し按分するなど 適切に経費を計上してください) ○講師謝礼金 ○写真代

7 提出書類の様式のダウンロードについて

提出書類の様式のデータが必要な方は、倉敷市公式ホームページ内の「地域包括ケア推進室」>「様式」から、「実績報告書」及び「申込書」の様式がダウンロードできます。