

令和7年度 陸別町介護予防ポイント事業活動先一覧

◎事前に登録申請をした方が次の活動先で活動を行うと「しばれくんポイントカード」にポイントが付与されます。活動を希望する方は、各自で連絡先にお問い合わせの上、調整をお願いします。

◎職員の調整の都合上、希望する活動の1週間前までに問合せをしてください。

〈事業に関する問合せ先〉
陸別町地域包括支援センター
電話0156-27-8001



事前登録の申請先は、
陸別町社会福祉協議会です

特別養護老人ホームしらかば苑 〈連絡先〉 0156-27-3803

〈担当者〉 佐藤

活動名称	機能訓練体操アシスタント
活動内容	機能訓練指導員による体操の補助と、利用者さんと一緒に体操しながら活気ある雰囲気づくりを担う活動です。
活動時間	15:30～16:30（第2木曜日） ※しらかば苑の夕食前の活動です。
活動場所	しらかば苑ユニット内（機能訓練指導員がご案内します）
その他	動きやすい服装で来てください。ユニット内で使用するスリッパなどの上履きをご持参ください。

活動名称	機能訓練アシスタント
活動内容	機能訓練指導員による機能訓練の補助です。指先を使ったペットボトルのラベル剥がしと、口腔機能の維持を目的とした唱歌レクの補助をお願いします。
活動時間	10:00～11:00（第1・第3火曜日と木曜日）
活動場所	しらかば苑ユニット内（機能訓練指導員がご案内します）
その他	動きやすい服装で来てください。ユニット内で使用するスリッパなどの上履きをご持参ください。

（しらかば苑における共通事項）

※1 活動時間は、基本的に提示した時間での活動となりますが、緊急的な通院や対応などが発生した場合には時間調整や人員の調整がつかない場合もあり、その際は中止にさせていただきます。

※2 しらかば苑では、集団感染のリスク軽減のため、施設で実施している感染対策にご理解ご協力いただきます。（感染リスクが高くなる時期の受入れについては、別途ご相談させていただきます。）

※3 当苑での活動を希望される方は、前日までにご連絡ください。

〈担当者〉 高橋

活動名称	食事作りの手伝い
活動内容	ふれあいサロン、昼食会、こども食堂での食事作りを職員と一緒に行ってもらいます。
活動時間	9:00~12:00
活動場所	保健センター内調理室
その他	エプロン、三角巾のご持参をお願いします。

活動名称	こどもカフェのおやつ作りの手伝い
活動内容	職員と一緒におやつ作りを行ってもらいます。
活動時間	前日準備：10:00~12:00 当日：15:00~17:00
活動場所	保健センター内調理室
その他	エプロン、三角巾のご持参をお願いします。

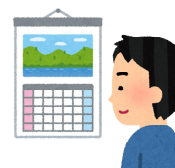
活動名称	ふまねっとサポーター
活動内容	ふまねっと運動教室での参加者の指導をお願いします。
活動時間	毎週木曜日 10:00~11:30
活動場所	保健センター内トレーニング室
その他	上履きの持参をお願いします。 サポーターとして指導するには、サポーター研修の受講が必要です。研修受講を希望される方は、担当までお問合せください。

《すべての活動先に共通》

☆連絡の取り方の例☆

1. まずは《してみたい活動》を選ぶ。
2. その活動先に連絡をする。
⇒「（住所）の（名前）と言います。介護予防ボランティア活動でしてみたい活動があるので、日にちと時間の調整をお願いします。」
3. 担当者から活動の日時を教えてもらい、メモをする。
4. 指定された日時に活動先に行って活動をする。

メモを取ることが
大事！



りくべつエヌピーオー優愛館 グループホームゆうの里あいの里
〈連絡先〉 0156-27-2500

〈担当者〉 原子

活動名称	体操とゲームのボランティア
活動内容	利用者様が行う体操とゲームと一緒に参加してもらう活動です。体操とゲームを行う職員がいるので、一緒に楽しんでください。
活動時間	9：30～11：30
活動場所	ゆうの里あいの里内の廊下

活動名称	食事の配膳・下膳ボランティア
活動内容	利用者様の昼食の配膳と下膳を行う活動です。
活動時間	11：00～13：00
活動場所	ゆうの里あいの里ルーム



活動名称	話し相手ボランティア
活動内容	利用者様の話し相手になる活動です。
活動時間	13：00～15：00
活動場所	ゆうの里あいの里ルーム



活動名称	お茶出しボランティア
活動内容	午後のおやつの時間にお茶とお菓子を出してもらいます。利用者様と一緒に お茶を飲みながら楽しんでもらいます。
活動時間	14：00～15：30
活動場所	ゆうの里あいの里ルーム

（グループホームゆうの里あいの里における共通事項）

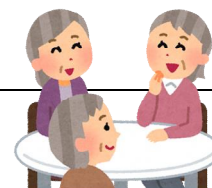
※1 感染症等の状況により、ボランティアの受入れができないことがあります。

※2 すべての活動において、エプロン着用希望の方はご自分のエプロンをご持参ください。

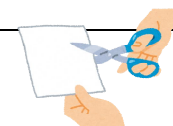
陸別町デイサービスセンター 〈連絡先〉 0156-27-3881

〈担当者〉 波多野

活動名称	話し相手
活動内容	施設に来てもらい利用者さんの話し相手
活動時間	13:45～14:45
活動場所	デイサービスセンター内
その他	



活動名称	工作作りのお手伝い
活動内容	デイサービス内に飾る絵（貼り絵など）の作成や、折り紙を折る手伝いです。
活動時間	16:00～17:00 ※希望の方は事前に日時の確認をお願いします。
活動場所	デイサービスセンター内
その他	職員が不在時もあるので、事前にお問合せください。



陸別町地域包括支援センター 〈連絡先〉 0156-27-8001

〈担当者〉 請川、伏見、亀田

活動名称	「ほっとカフェ」におけるお菓子作りの手伝い
活動内容	ほっとカフェで提供するお菓子を、職員と一緒に作る活動です。
活動時間	ほっとカフェの前日16:00～17:00
活動場所	保健センター内調理室
その他	ほっとカフェの日程は回覧でご確認ください。

