

元気輝きポイントの対象となる活動とポイント数

【令和6年度手帳】年齢は、令和6年10月1日時点の年齢です

1. 支えるポイント：高齢者を対象とした支援活動

対象	ポイント数	内容
40歳以上	30ポイント	1 元気輝きポイント制度で団体登録している次の活動 ①地域住民で主体的に行う高齢者への生活支援の支え合い活動 ②地域住民で定期的に行う高齢者の見守り活動 ③地域住民が主体的に行う高齢者への配食活動 ④地域サロンのポイント管理責任者活動 ⑤「通いの場」※ ¹ のポイント管理責任者活動 ⑥趣味活動及びスポーツ活動※ ² のポイント管理責任者活動 ⑦市民が運営する認知症カフェの世話人活動 2 見守りサポーター登録（年1回）（令和6年10月～令和7年9月末まで） 3 認知症サポーター養成講座講師（キャラバンメイト）活動 4 認知症高齢者への傾聴おはなしボランティア 5 コミュニティ健康運動パートナーの「通いの場」※ ¹ に関する活動 6 フレイル予防アドバイザーのフレイル予防普及啓発活動
	20ポイント	1 団体登録済みの地域サロン、「通いの場」※ ¹ 、趣味活動及びスポーツ活動※ ² 参加者で、1人での参加が難しい高齢者の参加をサポートする活動

2. 参加ポイント：介護予防活動

対象	ポイント数	内容
65歳以上	10ポイント	1 元気輝きポイント制度で団体登録している次の活動への参加 ①地域サロン、②「通いの場」※ ¹ 、③趣味活動及びスポーツ活動※ ² 2 いきいき健康づくり施設※ ³ の利用（個人利用に限る）

3. 市主催行事等ポイント：市主催行事・健診受診等

対象	ポイント数	内容
40歳以上	10ポイント	1 見守りサポーター研修への参加 2 認知症サポーター養成講座の受講 3 市に登録のある認知症カフェへの参加 4 コミュニティ健康運動パートナー養成研修（生きがい健康体育大学）の受講 5 市主催行事への参加（元気輝きポイントマークがあるもの）
65歳以上	10ポイント	1 特定健診、基本健診、各がん検診、人間ドックの受診（令和6年度受診分で、健診項目ごとにポイントを付与） 2 国民健康保険被保険者の特定保健指導への参加
	30ポイント	1 老人クラブへの登録（年1回）（令和6年4月1日時点で、市老人クラブ連合会への登録が必要）
	300ポイント	1 お元気ポイント（令和6年4月～令和7年3月末までに77歳となる方）



↑元気輝きポイントマーク

※1 「通いの場」とは、地域包括ケア推進課へ登録された介護予防に効果的な体操を週1回実施している自主的な集まりです。

※2 生涯学習パスポートのポイントとの重複はできません。

※3 いきいき健康づくり施設とは、市が指定する施設で、東広島運動公園、スポーツ交流センターおりづる（スポーツ施設）、黒瀬屋内プール、安芸津 B&G 海洋センタープール、福富パークゴルフ場、河内パークゴルフ場の6施設です。