




様式第１号（第８条関係）

# 常総市元気のみなもと補助金交付申請書

令和７年10月23日

常総市長　殿

代表者住所

団体名称　常総市シルバーリハビリ体操指導士の会

代表者氏名

電話番号

令和８年度において，次のとおり常総市元気のみなもと補助金の交付を受けたく，常総市元気のみなもと補助金交付要綱第８条の規定により申請します。

| | |
|---|---|
| 事業の名称 | 災害時のフレイル・エコノミークラス症候群予防につながる体操普及事業 |
| 補助金申請額 | 295,000円 |
| 補助金の区分 | □ スタートアップ補助金<br>■ 育成補助金 |
| 補助事業の目的 | 茨城県が推進している介護予防体操であり，鬼怒川・小貝川大規模氾濫時にもフレイル予防・エコノミークラス症候群予防につながる体操として避難所等で行われた，シルバーリハビリ体操の周知を行い，介護予防と災害時の減災に関する自助・共助能力を高める。 |
| 添付書類 | (1) 事業計画書（別紙１）<br>(2) 収支予算書（別紙２）<br>(3) 団体の概要調書（別紙３）<br>(4) 運用計画書（任意様式）<br>(5) 定款等の写し<br>(6) その他（　名簿　） |

別紙１

# 事 業 計 画 書

| | |
|---|---|
| １　事業名 | 災害時のフレイル・エコノミークラス症候群予防につながる体操普及事業 |
| ２　事業の目的 | 茨城県が推進している介護予防体操であり，鬼怒川・小貝川大規模氾濫時にもフレイル予防・エコノミークラス症候群予防につながる体操として避難所等で行われた，シルバーリハビリ体操の周知を行い，介護予防と災害時の減災に関する自助・共助能力を高める。 |
| ３　事業を実施することにより期待される効果 | ・令和７年度で鬼怒川・小貝川大規模氾濫から10年が経過し，復興は進んでいるが，日本各地で異常気象に伴う災害も毎年発生しており，常に災害に備えた心構えが必要である。<br>　シルバーリハビリ体操を習得することで，被災者も自らがフレイル予防・エコノミークラス症候群の予防に効果的な体操を実施することができることを目指す。<br>・また，住み慣れた地域の公民館に集うことで，交友範囲が広がり，困った時に相談できるコミュニティを形成することにつながる。<br>・災害時における健康被害を理解する。<br>・「災害を自分ごと」とする意識づけを行い，災害時に備えられる体操を習得する。 |
| ４　事業実施場所 | 常総市内全域（地域の公民館・集会所など） |
| ５　対象者 | 常総市民 |
| ６　事業実施期間 | 令和８年９月<br>１日(水)４会場，２日(木)３会場，３日(金)３会場，<br>６日(月)３会場，７日(火)２会場８日(水)１会場，<br>９日(木)５会場，10日(金)５会場，<br>11日(土)１会場，13日(月)１会場，<br>14日(火)１会場，９月15日(水)６会場，<br>16日(木)４会場17日(金)２会場，18日(土)１会場，<br>20日(月)４会場，21日(火)１会場，<br>23日(木)４会場，24日(金)３会場，<br>25日(土)１会場，27日(月)１会場， |

| | |
|---|---|
| | 28日(火)1会場, 30日(木)1会場,<br>10月<br>1日(金)3会場, 4日(月)2会場, 5日(火)2会場,<br>6日(水)4会場, 7日(木)3会場, 8日(金)5会場,<br>9日(土)1会場, 11日(月)1会場,<br>12日(火)1会場, 13日(水)1会場,<br>14日(木)5会場, 15日(金)2会場,<br>16日(土)1会場, 18日(月)3会場,<br>19日(火)1会場, 20日(水)6会場,<br>21日(木)4会場, 22日(金)3会場,<br>23日(土)1会場, 25日(月)1会場,<br>26日(火)1会場, 28日(木)4会場,<br>29日(金)1会場<br>計46日　延べ114会場（実44会場）で実施予定 |
| 7　活動回数 | 114回 |
| 8　参加予定人数 | 600人×2か月<br>計1,200人（延べ人数）<br>※1会場あたり10人前後を予定 |
| 9　事業内容 | ・各会場で，災害時におけるフレイル予防・エコノミークラス症候群予防につながる体操を載せた配布資料をもとに講話と体操イベントを実施する。<br>・災害時のフレイル予防・エコノミークラス症候群予防につながる体操のチラシを各世帯配布し，上記の災害に備える体操イベントを周知する。<br>・空いた時間で防災グッズや非常食の紹介，ローリングストックの説明，日ごろからできる災害時の備えの紹介等を行う。 |

別紙２

# 収 支 予 算 書

１　団体名　常総市シルバーリハビリ体操指導士の会

２　事業名　災害時のフレイル・エコノミークラス症候群予防につながる

体操普及事業

３　収入

(1)　補助金申請額

295,000 円

(2)　その他の収入（補助金以外で，この活動の経費に充当する収入）

20,000 円

（その他の収入の内訳）

| 項　　目 | 金　額（円） | 内　　訳 |
|---|---|---|
| 年会費 | 20,000 | 1,000 円×68 名で 68,000 円のうち 20,000 円を本事業に充当する |
| | | |
| | | |
| | | |
| 合　　計 | 20,000 | |

(3)　収入合計

(1) ＋(2)　315,000 円

4　支出（この活動に要する全ての経費について記入してください。）

| 項　目 | 活動に要する経費(円) | うち補助金充当額(円) | 内　訳 |
|---|---|---|---|
| 消耗品費 | 49,000 | 49,000 | ポスター用マットロール紙<br>型番：MCSP24R4<br>@9,196円×2本<br>ホワイトボード用マジック<br>（黒・青・赤　10本入り）<br>@1,375円×3色<br>ホワイトボードクリーナー<br>@691×1個<br>マグネットバー@506×20本<br>手指消毒液@1,969×6本<br>物品用消毒液@429×6本<br>ペーパータオル@214×6個 |
| 印刷製本費 | 266,000 | 246,000 | チラシ作成@10.5円×<br>20,000枚×1.1（消費税）<br>講話配布資料コピー代@50円<br>×700部※1人につき1部配布 |
| 合計 | (4)315,000 | 295,000 | |

5　収支（(3)収入合計－(4)支出合計）

(3)　315,000　円－(4)　315,000　円＝　　0　　円

別紙３

# 団体の概要調書

１　団体の概要

| | |
|---|---|
| 名　　称 | 常総市シルバーリハビリ体操指導士の会 |
| 所 在 地 | |
| 設立年月日 | 平成２１年４月１日 |
| 代 表 者 | |
| 会 員 数 | 68名 |
| 会　　費 | 1,000円/年 |

２　事業の主な予定及び実績

| 年度 | 事業の予定又は実績 | 経費（円） |
|---|---|---|
| 令和５年度 | 市内３９か所での体操指導<br>延べ参加者　5,548人<br>延べ指導士　1,287人<br>延べ活動回数　511回<br>茨城県の研修会・代表者会議等に参加 | 154,577円<br>※感染症流行期間は活動が縮小し，令和５年度開始時点で172,458円の繰越金あり |
| 令和６年度 | 市内４０か所での体操指導<br>延べ参加者　5,519人<br>延べ指導士　1,236人<br>延べ活動回数　528回<br>茨城県の研修会・代表者会議等に参加 | 123,975円<br>（年度開始時繰越金119,381円） |
| 令和７年度（見込み） | 市内46か所での体操指導<br>延べ参加者予定　6,100人<br>延べ指導士予定　1,400人<br>延べ活動回数予定　600回<br>茨城県の研修会・代表者会議等に参加予定 | 184,406円<br>（年度開始時繰越金96,406円） |

３　定款等　別添のとおり