



ムトス飯田

「地域や社会のために何かしたい！」と活動するみなさんを応援します。

ムトス飯田助成制度

第1回×切

R5. **6/15** (木)

審査結果:8月上旬

第2回×切

R5. **9/15** (金)

審査結果:11月上旬

第3回×切

R6. **2/15** (木)

審査結果:3月下旬

部門	助成金	対象年齢	対象団体	募集
1 地域づくり応援	最大 30万円	一般(21才以上)	1団体・個人	年3回
2 地域づくり協働		一般(21才以上)	2団体以上(同じ目的で活動)	年3回
3 若者発・地域づくり応援		20才以下	1グループ(班やクラブ)・個人	随時
4 若者発・地域づくり協働		20才以下	1グループ(20才以下)と 地域の団体や企業	随時
5 チャレンジ助成	最大 5万円	だれでも	1団体・個人	随時

「ムトス」ってなに？

一人一人の「・・・しようとする(せむとす)」という、
自ら行動しようとする意志や意欲を意味します。

飯田市のまちづくりの合言葉です！



↑応募はこちらから



令和6年2月

助成対象の基準

R6年2月

申し込み前に Check!



助成対象者

- 3名以上の市民活動団体・個人（NPO法人等含む）
- 活動拠点・事務所が飯田市内にある団体
（飯田・下伊那地域外に代表者がお住まいの場合、当該地域に活動者が1名以上いること）
- 社会や地域の問題を解決するために活動する団体
- 反社会的勢力団体（暴力団など）でないこと



対象とならない活動

- ・ 趣味やサークル活動のうち、参加者が限定的な活動
- ・ 宗教・政治活動
- ・ 資金の確保など、活動継続のための工夫が少ない活動
- ・ 個人の利益を追求する経済活動
- ・ 国や県から補助金を受けている活動
（クラウドファンディングや寄付制度は可）



審査のポイント(選考基準)

1. ムトス性 自ら~しようとする意欲が感じられ、自ら汗と知恵を出す事業であること。
2. 目的性 地域課題の解決や地域発展の可能性があり、目的が明確なこと。
3. 実行性 目的に対して、具体的・計画的な内容であり、実行可能性が高いこと。
4. 公益性 地域や社会全体の利益につながる内容であること。
5. 波及性 他の団体や地域組織へ展開し得る活動であること。
6. 持続性 活動が組織化されており、持続可能な資金計画があること。



助成率

※実際に活動した後の活動報告後に、助成金額が確定します。

応募時に助成金額を希望	助成対象となる経費（予定）の合計 × 70%まで希望可能（千円未満切り捨て）
ヒアリング・審査	選考基準に基づいて審査し、助成率と助成予定金額を決定してお知らせ
活動実施	応募時の経費計画に沿って活動（やむなく変更する場合は、報告が必要）
活動報告	実際に活動した経費を整理し、助成対象となる経費の合計を計算
最終の助成金額が確定	助成対象となる経費（確定）の合計 × 助成率



物品の地元購入・見積書

- 物品購入
地元のお店・産業・生産者を支えるために、飯田・下伊那地域の業者から物品の購入をしてください。

調達が難しい場合、応募前にご相談ください。

- 単価3万円以上の場合
2つ以上の地元業者の見積書を、応募時に提出してください。
- 備品費・ウェブ製作費

それぞれ最大10万円まで希望可能。助成対象とならない経費もあるため、別表を参考にしてください。





助成の対象とならない主な経費

- すでに終了した活動の経費
- 領収証のない経費（領収証には、団体の宛名を入れてください）
- 採択後に、事務局へ変更連絡なく購入をされた物品などの経費
- 令和6年4月より以前に購入した物品や活動経費
- 団体や会員にかかる費用
 - 運営費（会議資料印刷費・ウェブ環境管理費など）・人件費・保険料
 - 交通費（物品運搬にかかるガソリン代は、助成対象）
 - 所有施設にかかる費用（維持管理費・用地取得費・賃貸費・補償費など）
 - 会員へ講師や手伝いを依頼した場合の謝金や金券
 - 資格取得費用（受験料など）
- 飲食費・接待費
- 仕入れ代（販売用の既存商品）



以下は、応募いただけない場合があるため、ご相談ください。
他の助成制度も必要に応じてご案内しています。

- 地域の伝統行事・祭りに関する活動
「新たに興す行事」「途絶えた行事の復活」「行事を通じた交流や催し」のみが助成対象です。
- 視察・研修活動
参加対象によって、異なります。
- 「地域発・長野県元気づくり支援金」に採択された事業
- ハード整備を主な目的とした活動

主にご案内している他の助成金・補助金制度

活動内容	制度名	主催
事業費が30万円以上の事業	地域発・長野県元気づくり支援金	長野県
ハード整備のみが目的の活動 ・建物の建設や改修・修繕 ・祭り備品の整備 ・区の集会施設の備品整備 ・イベント用品の整備 など	コミュニティ助成事業補助金	(一財)自治総合センター (宝くじ)
福祉・保健・医療・教育活動	赤い羽根共同募金活動助成制度	飯田市社会福祉協議会
環境問題に取り組む活動	環境市民活動助成制度	(一財)セブンイレブン 記念財団
伝統文化の継承活動	地域の文化継承活動助成事業制度	(公財)八十二文化財団
新規に設ける公園整備	手づくり広場設置事業補助制度	飯田市
個人の資格取得費用	教育訓練給付制度	厚生労働省
事業化や販路開拓などを計画中の活動	小規模事業者持続化補助金	商工会議所



飯田市 補助金

助成対象経費

R6年2月

○：助成対象 △：注記参照 自：自己資金

項目	内容	助成対象	注記
謝礼	1 外部講師料	○	現金・金券など
	2 協力者の謝礼	△	事業者へ依頼した場合は○
	3 団体会員の謝礼	自	
	4 講師や協力者への、お礼の金券や手土産など	自	金券のみで支払う外部講師料は○
賃金・委託料	5 外部への発注費（業者）	○	発注先が、事業者であること
	6 団体会員や、外部協力者の人件費	自	
視察・研修費	7 視察先謝礼・交通費など	△	ご相談ください 視察研修の参加対象者によって、異なります
交通費 宿泊費 ※レカ→借用料	8 ガソリン代（物品の運搬、外部参加者の移動）	○	旅程報告が別途必要
	9 ガソリン代（団体会員の移動）	自	
	10 公共交通機関 運賃	○	
	11 高速料金（物品の運搬、外部参加者の移動）	○	E T Cカード支払いの場合も、明細または領収書必要
	12 高速料金（団体会員の移動）	自	
	13 講師交通費	○	交通手段を概ね決めてから申請
	14 講師宿泊代	○	
食糧費 ※材料費→消耗品費	15 講師や協力者の飲食費（接待費）、 団体会員の飲食費・食事会費用（慰労会など）	自	飲料は、マイボトルを推奨してください
消耗品費	16 事務用品、日用品	○	
	17 材料・資材（食材、素材、原料、包装材など）	○	什器・家具設備として設置するもの → 備品費
	18 衣類（法被など祭りや伝統行事に関わるもの）	自	
	19 衣類（団体会員のユニフォーム・外部参加者の着用衣など）	△	団体からの貸与制の場合は、ご相談ください
	20 販売用の既存商品の仕入れ代	自	例：販売用の菓子仕入れ代など（材料費は助成対象）
	21 燃料代（機材の燃料）	○	交通車両の燃料費 → 交通費
印刷費 デザイン費	22 広報デザイン費（チラシ、参加者用資料など）	○	
	23 広報印刷費（チラシ、参加者用資料など）	○	
	24 冊子物の印刷費	○	冊子物の活用方法を申請用紙に明記してください
	25 写真現像代	○	
	26 団体の会議資料印刷費	自	
	27 広告費（雑誌、新聞掲載）	○	広告の効果を申請用紙に明記してください
	28 コピー用紙	○	
	29 インクカートリッジ	○	
	30 商用イラスト・フォント・写真など使用料	○	サブスクリプションサービスの場合、 使用期間などによります

項目	内容	助成対象	注記
通信運搬費	31 郵便発送料	○	郵送先と手段を、概ね決めてから申請
	32 レターパック、切手代	○	郵送先を、概ね決めてから申請
	33 宅急便発送料	○	郵送先を、概ね決めてから申請
	34 物品購入に関わる送料	○	
	35 電話代・インターネット料金	自	
保険料	36 ボランティア保険	○	協力者・外部参加者は助成対象、団体会員分は対象外
	37 イベント保険	○	
借用料	38 団体会員の持ち物	自	
	39 外部レンタル物品	○	
	40 作業用機械	○	
	41 音響機材	○	
	42 映像機材（カメラなど）	○	
	43 車輛	○	レンタカー、レンタサイクルなど
	44 会場費	○	冷暖房費など施設管理費を含む 減免申請中の場合、減免前の金額を申請用紙に記入
	45 音楽使用料	○	JASRAC使用料など
手数料	46 各種手数料	○	口座振込手数料、書類発行・作成手数料など (助成金手続きの書類作成にかかる手数料は対象外)
	47 各種更新料	自	
備品費 (10万円以内)	48 看板	○	
	49 什器（家具など）	○	
	50 電化製品	△	用途を申請書に記入してください
	51 パソコン、タブレット、周辺機器（プリンターなど）	△	用途を申請書に記入してください
	52 スクリーン、マイク	△	設備を持つ会場情報を、まずご案内します
	53 映像ディスク	○	著作権・映像権許諾済みのもののみ
ウェブ製作費 (10万円以内)	54 ホームページ構築費（初期費用）	○	
	55 ホームページ維持費（保守費用）	自	
	56 アカウント契約料・セキュリティ費用	自	
	57 動画制作費	○	
その他	58 参加賞（参加者全員）	△	参加者から参加費を集める場合のみ○
	59 賞金・入賞者商品	自	トロフィー・賞状など、一部参加者のみがもらえるものは対象外
	60 来賓接待に関わる費用	自	
	61 団体会員の資格取得費用	自	
	62 団体の所有施設・土地にかかる費用	自	家賃、借地代、光熱費、修繕費など

※○の項目について・・・事業の内容により、助成対象とならない場合もあります。

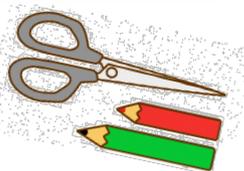
① 事前説明会への参加が必須となりました。

助成金制度の目的、申請書の書き方などの説明会を行います。いずれかに参加をしてください。
(申し込み不要、2回とも同じ内容です。都合がつかない場合のみ、ご相談ください。)

令和6年1月31日(水) 18:30~20:00 (会場: 丘の上結いスクエア3階 ムトスぷらざ 大会議室C)

令和6年2月6日(火) 18:30~20:00 (会場: 丘の上結いスクエア3階 ムトスぷらざ 大会議室B)

② 活動のための機材・道具の貸出を始めます！(希望する団体はお知らせください。貸出期間など応相談)



機材・道具 例	数量
ネームプレート (名刺サイズ)	70
ホワイトボードマーカー・イレーザー	各1
サインペン	20
ハサミ	5
延長コード	1
LANケーブル	各1
HDMI延長コネクタ	1
Web用 広角カメラ	2
レーザーポインタ	各1



全道具の
貸出リストはこちら↑



③ 部門別の変更点

A. 地域づくり応援制度

- 個人の応募の場合、「協力者など仲間を増やす工夫の有無」が、審査されます。
- 個人の応募の場合、助成金による購入品は、活動終了後に事務局でお預かりし、貸出制となります。
(他団体へも貸出を行います)。

B. 地域づくり協働制度

- 協働する団体全ての役割分担・経費負担の計画が分かるよう、申請書に記入欄を作成しました。
- 収入計画の記入が必要となります(活動の持続性を審査します)。
- ヒアリングの際は、協働する各団体から1名ずつの参加が必要となります。
- 実績報告書には、協働するすべての団体における活動成果の記載が必要となります。
- 協力者・協賛者などは、「協働する団体」とはなりませんので、応援事業へ申請してください。

④ 主な経費の注意点(これまで助成を受けた場合も、今後は自己資金でお願いします)

- 個人協力者への謝礼・人件費は、助成対象外となります。(事業者へ依頼する場合は可)
- 講師・協力者への金券・手土産などのお礼や接待費は、助成対象外となります。
(講師謝礼を、金銭でなく金券のみとする場合は可)
- 飲食費は、全て助成対象外となります。(講師・団体会員・協力者に関わる飲食費すべて)
- 電化製品等の備品は、応募する活動への必要性を審査します。
- 衣類は、団体所有のものに限ります。(団体から個人へ貸与する運用は可)
- ウェブ制作費の上限金額は、10万円となります。



ムトス飯田助成制度

第3回/切

R6. **2/15** (木)

事前説明会

R6. **1/31** (水)

R6. **2/ 6** (火)

地域づくり応援事業 助成制度

対象	飯田市内で地域づくりや社会の問題解決に取り組む団体・個人								
活動期間	令和6年4月1日(月)～令和7年2月末日		 ↑応募・説明会詳細はこちらから						
助成率	活動費の最大 70%	助成額 最大 30 万円							
応募方法	<ul style="list-style-type: none"> ・事前説明会2日間のうち、いずれかに参加 ・応募書類一式を、メール提出または窓口へ持参(期限厳守) <table border="0"> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> 助成金申請書</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 団体名簿</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> 収入支出計画書</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 団体規約(ある団体のみ)</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/> 企画書(イベントなどの場合)</td> <td><input checked="" type="checkbox"/> 見積書(3万円以上の物品購入がある場合)</td> </tr> </table>			<input checked="" type="checkbox"/> 助成金申請書	<input checked="" type="checkbox"/> 団体名簿	<input checked="" type="checkbox"/> 収入支出計画書	<input checked="" type="checkbox"/> 団体規約(ある団体のみ)	<input checked="" type="checkbox"/> 企画書(イベントなどの場合)	<input checked="" type="checkbox"/> 見積書(3万円以上の物品購入がある場合)
<input checked="" type="checkbox"/> 助成金申請書	<input checked="" type="checkbox"/> 団体名簿								
<input checked="" type="checkbox"/> 収入支出計画書	<input checked="" type="checkbox"/> 団体規約(ある団体のみ)								
<input checked="" type="checkbox"/> 企画書(イベントなどの場合)	<input checked="" type="checkbox"/> 見積書(3万円以上の物品購入がある場合)								

Q. 助成率最大70%ってどういうこと？

A. 助成対象となる活動経費のうち、70%まで助成申請ができます。助成率は、審査によって決定します。

応募の際、経費の30%以上を自己資金・参加費・協力費などで活動できる計画が必要です。

[例] 活動費 356,800円 × 0.7 = 249,760円 ⇒ 助成申請額 249,000円(助成率により下がる場合もあります)

Q. 助成金がもらえるのは1年だけ？

A. 1団体が、同じ事業で3回までの応募ができます(年ごとに申込・審査が必要です)。

Q. どんな活動が対象になるの？ イベント費用として応募はできる？

A. 例えば、世代間交流が活発になる活動、新しい視点のまちづくり、

子育てを楽しめる地域づくり活動、飯田の未来のための人づくりなどが対象です。

イベントは、目的・具体的計画や継続性、地域への効果を審査します。



👉これまでの助成団体情報

Q. 書類の書き方が分からない・・・。

A. ムトス市民活動ひろば(相談窓口)へ、気軽にご相談ください。スタッフがおはなしを聞きながら、収入・支出計画のアドバイスなど、みなさんのやりたいことを一緒に整理します。



👉相談窓口カレンダー

応募先・問合せ先

ムトス飯田推進委員会事務局(飯田市共生・協働推進課内)

各地区の自治振興センターを通して、ムトスぷらざへ応募書類を送付できます。

- 電話 070-4442-7077(事務局専用) 0265-22-4560(飯田市共生・協働推進課)
- Mail mutosu.iida@gmail.com
- 住所 〒395-0086 飯田市東和町2丁目35番地 丘の上結いスクエア2階ムトスぷらざ

事前説明会・相談

事前説明会へ参加してください。
事業の組み立てや、書類の書き方などをご説明します。



申込み書提出

必要な書類

- 助成金申請書
- 収入支出計画書
- 企画書(イベントなどの場合)
- 団体名簿
- 団体規約(ある団体のみ)
- 見積書(3万円以上の物品購入がある場合)

ヒアリング (1団体 30分)

活動内容の聞き取りをします。
(申込者からの活動目的・計画の紹介 10分 + 質問 20分)

審査会

ムトス飯田推進委員会(市民活動に知見のある市民による組織)で
助成審査を行い、採択が決定します。

審査結果お知らせ

申込みから 40~50 日で結果をお知らせ 

助成金一部前払い (必要な団体のみ)

活動前に資金が必要な場合、交付金9割まで一部前払いができます。

活動スタート

活動の様子を写真や動画で記録してください。 

活動報告書提出 (終了後、1~2か月以内)

必要なもの

- 活動報告書
- 収入支出報告書・助成金請求書
- 活動の様子の写真・動画・新聞記事など
- 領収書[写] ※団体名の宛名

その他

-  市民活動紹介冊子への原稿提供
-  広報いいだ「合言葉はムトス」コーナー
団体紹介の原稿を依頼する場合があります。
-  学習交流会への参加
団体同士の情報交換会があります。
活動の発表を依頼する場合があります。
-  facebook・Instagram「飯田の市民活動ひろば」
団体活動の紹介を掲載する場合があります。





ムトス飯田助成制度

第3回〆切

R6. **2/15** (木)

事前説明会

R6. **1/31** (水)

R6. **2/ 6** (火)

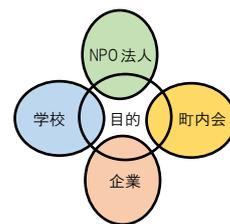
地域づくり協働事業 助成制度

対象	連携・協働して新たな地域づくりに取り組む2つ以上の団体		
活動期間	令和6年4月1日(月)～令和7年2月末日		 ↑ 応募・説明会詳細はこちらから
助成率	活動費の最大 100%	助成額 最大 30 万円	
応募書類	事前説明会2日間のうち、いずれかに参加し、 応募書類一式を、メール提出または窓口へ持参(期限厳守)		
	<input checked="" type="checkbox"/> 助成金申請書	<input checked="" type="checkbox"/> 全団体の名簿	
	<input checked="" type="checkbox"/> 収入支出計画書	<input checked="" type="checkbox"/> 全団体の規約(ある団体のみ)	
	<input checked="" type="checkbox"/> 企画書(イベントなどの場合)	<input checked="" type="checkbox"/> 見積書(3万円以上の物品購入がある場合)	

Q. 「協働」って何？ どんな団体同士なら応募できるの？

A. 同じ目標を実現しようとする色々な立場の人が、お互いを尊重しながら、特性を活かして協力し合うことが「協働」です。

飯田市が活動拠点であり、各団体で費用・労力など協力して出し合うことが条件です。



Q. 助成金がもらえるのは1年だけ？

A. 同じ協働事業は、3回までの応募ができます(年ごとに申込・審査が必要です)。

助成が終了したあと、継続していける取り組みにしてください。



↑ これまでの助成団体情報

Q. どんな活動が対象になるの？

A. 例えば、“町内会とNPO法人が、地区の問題を役割分担して解決する活動”、“学校と企業が、産業の普及のために行う活動”など。「応援事業」「協働事業」どちらの申請にするか迷う場合は、ご相談ください。

Q. 書類の書き方が分からない・・・。

A. ムトス市民活動ひろば(相談窓口)へ、気軽にご相談ください。スタッフがおはなしを聞きながら、収入・支出計画のアドバイスなど、みなさんのやりたいことを一緒に整理します。



↑ 相談窓口カレンダー

応募先・問合せ先

ムトス飯田推進委員会事務局 (飯田市共生・協働推進課内)

各地区の自治振興センターを通して、ムトスぷらざへ応募書類を送付できます。

- 電話 070-4442-7077 (事務局専用) 0265-22-4560 (飯田市共生・協働推進課)
- Mail mutosu.iida@gmail.com
- 住所 〒395-0086 飯田市東和町2丁目35番地 丘の上結いスクエア2階ムトスぷらざ

事前説明会・相談

事前説明会へ参加してください。
事業の組み立てや、書類の書き方などをご説明します。



申し込み書提出

必要な書類

- 助成金申請書
- 収入支出計画書
- 企画書(イベントなどの場合)
- 団体名簿
- 団体規約(ある団体のみ)
- 見積書(3万円以上の物品購入がある場合)

ヒアリング (1団体 30分)

活動内容の聞き取りをします。
協働団体から各1名ずつ参加してください。
(申込者からの活動目的・計画の紹介 10分 + 質問 20分)

審査会

ムトス飯田推進委員会(市民活動に知見のある市民による組織)で
助成審査を行い、採択が決定します。

審査結果お知らせ

申込みから 40~50 日で結果をお知らせ 

助成金一部前払い (必要な団体のみ)

活動前に資金が必要な場合、交付金9割まで一部前払いができます。

活動スタート

活動の様子を写真や動画で記録してください。 

活動報告書提出 (終了後、1~2か月以内)

必要なもの

- 活動報告書(協働団体それぞれの活動成果を記載)
- 収入支出報告書・助成金請求書
- 活動の様子の写真・動画・新聞記事など
- 領収書[写] ※団体名の宛名



その他

- 市民活動紹介冊子への原稿提供
- 広報いいだ「合言葉はムトス」コーナー
団体紹介の原稿を依頼する場合があります。
- 学習交流会への参加
団体同士の情報交換会があります。
活動の発表を依頼する場合があります。
- facebook・Instagram「飯田の市民活動ひろば」
団体活動の紹介を掲載する場合があります。