

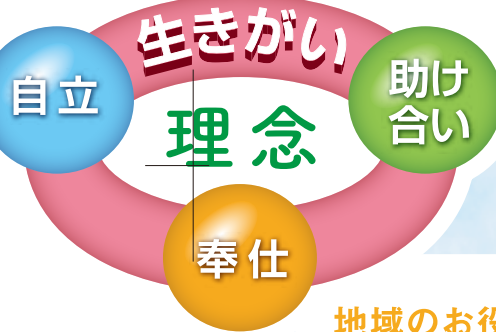
困ったときはお互い様! 会員同士で気兼ねなく助け合い

ナルクは超高齢社会に備え、シニアが自立した生活を送れるように、行政だけに頼らず、会員同士の助け合いに取り組んできました。それを支えているのが時間預託制度です。できることを・できるときに・できる方法で困っている会員を助け、困ったときには会員に助けをもらうという独自の「共助」の仕組みで全国にネットワークを広げました。



ボランティアは人の為ならず、ナルクで活動してきて良かった!

会員仲間がいつも気にかけてくれるから、一人住まいでも安心。



地域のお役に立ち、必要とされる そんな喜びをあなたも…

ナルクは会員同士の助け合いだけでなく、社会貢献にも積極的に参加。高齢者・障がい者の介護・介助、子育て支援、公園の清掃などのボランティア活動に取り組んでいます。

「ボランティア活動をしたい」とお考えの方はぜひナルクにご相談ください。あなたにふさわしいボランティアが必ず見つかります。ナルクで「喜んでもらうことの喜び」を味わってみませんか?



思い立ったが吉日。思案するより行動です。

ご存知ですか?

エンディングノートの「生みの親」がナルクです。

エンディングノートは、自分らしく悔いのない人生を送るために、また家族の安心のためにナルクの会員が知恵を出し合って考案し、世に送り出しました。発刊から既に15年以上が経過、エンディングノートの普及に大きく貢献してきました。

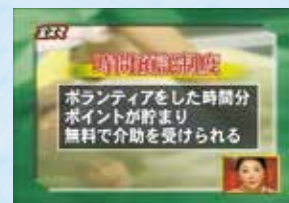


「クローズアップ現代」「金スマ」など 数々のTV番組で紹介されました。

ナルクの活動はNHKをはじめ多くのテレビ番組で全国放送され、また新聞各紙でも度々紹介されています。毎回大きな反響を呼び、会員を増やしてきました。



クローズアップ現代(NHK総合テレビ)



金スマ(TBS系列)

シニアならではの事業も実施

介護・福祉サービス事業者の調査・評価、企業から委託を受けて行うシニアの生活研究やモニター調査などを事業として展開しています。

詳しくはホームページをご覧ください。

URL <http://nalc.jp/>

スマートフォンからはQRコードを読み取ってアクセスしてください。



お問い合わせ・お申込み先

ナルクのご案内

あなたが求めている これからの生きがいが ナルクなら見つかります



多士済々、会員の経験と知恵がパワー

四半世紀の活動と実績が誇りです

全国ネットだからいつでもどこでも安心!

迫る人生100年の時代「生涯現役」が合言葉

ナルクはこんなボランティア団体

- 設立 1994年
- 拠点数 国内 110拠点・海外 4拠点
- 会員数 約1万6千人
- 年会費 3,000円(お一人でもご夫婦でも同額)
- 本部 大阪市中央区常盤町2-1-8
FGビル大阪 4F
TEL 06-6941-5448
- 東京事務所 東京都港区新橋6丁目15-8
空調ビル2F
TEL 03-6435-6351



ナルクで「生きがい」を見つけ 明日も輝き続けませんか？

間近に迫る「人生100年の時代」、あなたが輝き続ける場はありますか？ナルクは会員一人ひとりが「自立」「奉仕」「助け合い」を通じて生きがいと出会い・健康を得て、はつらつとした生活を送っています。あなたもナルクを舞台に、これからの人生を輝かせてみませんか。



夫婦で活動している会員が多かったので、私たちが気軽に入会することができました。



自立

生きがい
理念

助け合い

奉仕

社会的役割を持つことは 健康、介護予防につながります

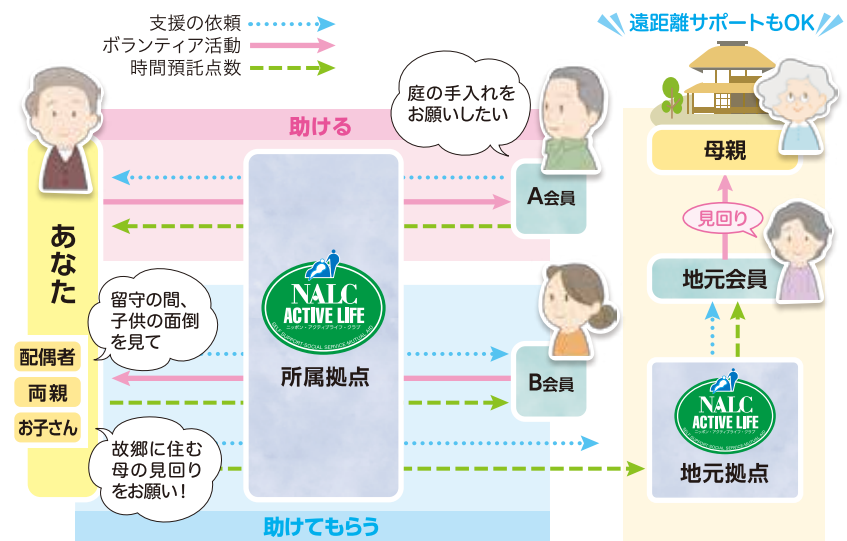
シニアがいつまでも元気で輝き続ける。それは若い世代の負担を軽減するだけでなく、彼らの将来に希望と安心を与えます。そしてボランティアへの参加を動機づけ、次世代へと引き継がれていくのです。ナルクには幅広い分野での専門知識や技術・資格、様々な経験を持つ人材が揃っており、研修会や勉強会など生涯学習が活発です。また同好会・サークル活動を通じて会員は充実した生活を送っています。



親の背中を見て...
未来を変えるのは
あなたの行動から！

会員同士の助け合いを支える ナルク独自の「時間預託制度」

あなたが困っている会員を助けると、それに要した時間に応じて点数が付与されます。そして、貯めた点数は、あなたが困ったときに利用して他の会員に助けってもらうことができます。対象はあなた以外に配偶者やご両親、義務教育以下もしくは介助・介護なしには生活できないお子さんも含まれます。また、遠方で暮らす親のサポートも可能です。



時間預託制度の詳細を動画でご覧いただけます
ナルクのホームページで「時間預託制度」にアクセスしていただくか、スマートフォンで右のQRコードを読み取ってください。



あなたにできる 地域貢献がこんなにも…

地域の方々のお困りごと、サポートを必要とする施設・団体に対し、ナルクは様々なボランティア活動を行っています。

- 子育て支援** (Childcare support): 子供の預かり (Child care), 登下校の見守り・送迎 (School drop-off/pick-up supervision)
- 施設ボランティア** (Facility volunteer): 車椅子介助 (Wheelchair assistance), 配膳のお手伝い (Help with meal service)
- 社会貢献** (Social contribution): 道路や公園の清掃 (Road and park cleaning), 防犯パトロール (Crime patrol)
- 拠点サポート** (Base support): 会報配布 (Newsletter distribution), 事務所番 (Office reception)