

ニッポン・アクティブライフ・クラブ



特定非営利法人（NPO法人）
ニッポン・アクティブライフ・クラブ

ニッポン・アクティブライフ・クラブ (略称ナルク)

- ・本部 大阪市中区常盤町 2-1-8 親和ビル 4 階
TEL 06-6941-5448 FAX06-6941・5130
- ・東京本部 東京都港区港南 3-4-12 運輸センター第1ビル 3 階 304 号
TEL 03・5796-2747 FAX03-5796—2749
- ・URL <http://nalc.jp>
- ・Eメール info@nalc.jp
- ・代表者 高畑敬一(会長)
- ・設立日 1994 年 4 月 20 日
- ・会員数 30,000 名(入会者教)
- ・活動拠点 134(2010 年 1 月現在)
- ・男女比率 男:41% 女=59%
- ・平均年齢 67 歳
- ・夫婦入会者 70%
- ・顧問 堀田力(さわやか福祉財団・理事長)
- 岡本祐三(介護保険市民オンブズマン機構大阪・代表理事)



結成の趣旨と目標

ナルクは94年にWACアクティブ・クラブとして設立しましたが98年6月に名称をニッポンアクティブライフクラブ（ナルク）と変更、99年6月にNPO法人の認証をうけ、全国ネットで各種ボランティア活動を推進しています。

ナルクは会員が余暇をボランティアに活かしながら地域社会で新たなヒューマンリレーションを作り、健康で誇り高く天寿を全うすることを目的にしており、会員同志の相互扶助ボランティア活動を時間預託制度としてすすめています。

高齢社会にふさわしい共生の地域社会作りの推進を目的に、中高年者の社会的地位の向上と生甲斐づくりのための学習会、健康作り、趣味の会、交流親睦活動を積極的に実施しています。

ナルクは、さわやか福祉財団、WAC(長寿社会文化協会)と協力・友好関係をもつとともに、全国の企業、労働団体、自治体、社協と協力してボランティア活動の推進と福祉の向上を図っています。

ナルクの理念

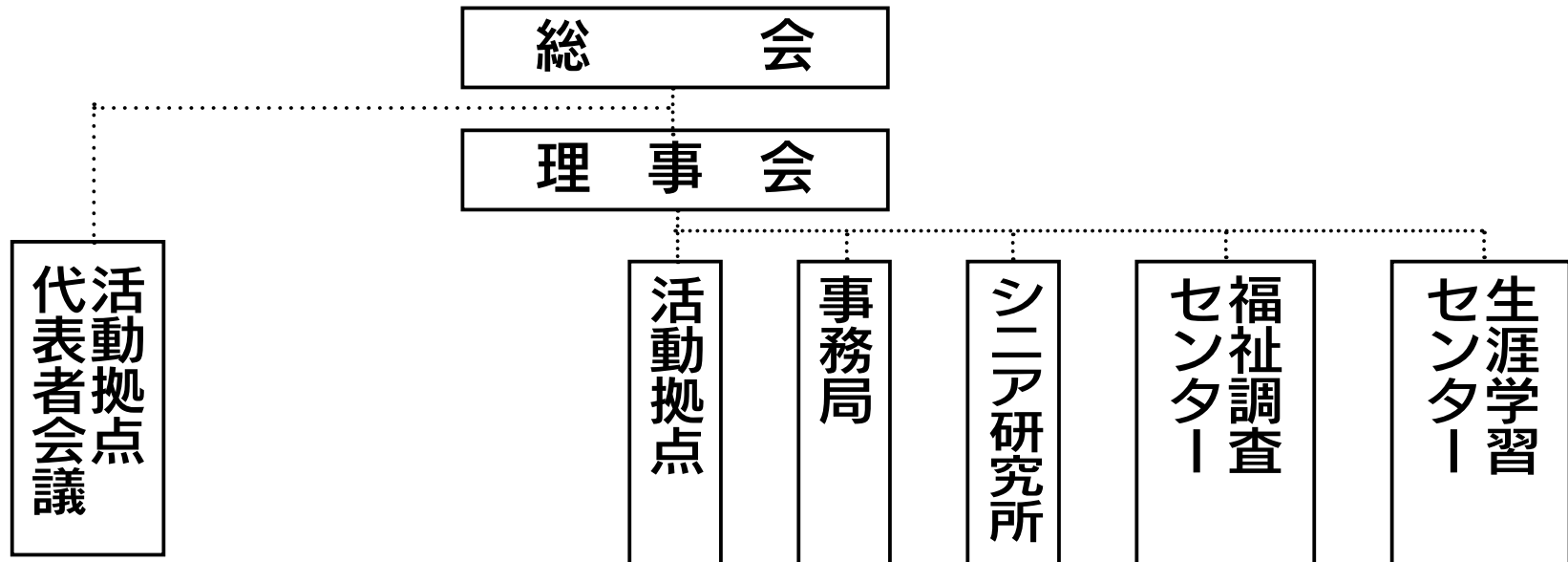


介護を必要とする方は年々増加し、介護保険の認定者数は400万人に達しつつあります。ナルクは、主に介護保険の保険給付の対象外と認定された人や給付の枠外（上乘せ、横だし）のボランティア活動及び話相手など心のケア等を会員同士の助け合い、子育て支援、身障者支援をすすめています。全国ネットの時間預託制度を確立するため、将来的には20万人、1000活動拠点の組織を目指して活動しています。また、北米やヨーロッパ等海外の活動拠点設立も推進しています。

事業内容

- ・ 会員の経験、特技を活かした社会貢献活動、高齢者の支援や介護・介助、子育て支援ボランティアなどの事業
- ・ 福祉施設での活動や環境美化などの無償ボランティアへの積極的参加とその普及事業
- ・ 会員相互の助け合いボランティア活動の地域への拡充、コミュニケーションのあるまちづくりへの協力、自治体などに対しての地域政策提言などの事業
- ・ 中高年の健康づくり，社会的地位の向上と長寿社会の活性化のための事業
- ・ 調査研究、情報収集・提供、研修事業
- ・ 会報及び映像出版物の発行

ナルクの組織図



北海道千歳、札幌北、札幌、函館、江別、札幌中央、とかち、釧路、中標津、美幌、はちのへ、岩手、宮城、福島県、郡山、水戸、かしま、ひたち、みらい、筑南、栃木、小山、なすの、足利、群馬県、利根沼田、埼玉、埼玉西、埼玉中央、ちちぶ、岩槻、千葉、かずさ、茂原、東金、船橋、東葛、市川、銚子、浦安中央、東京、新宿CGC、横浜川崎、東横浜、南横浜、新潟、富山、石川、ふくい、東信州・みよた、長野、信州・さかき、信州・まつもとだいら、飯山、上田・千曲、大垣、岐阜、各務原、土岐、浜松、静岡東部、静岡、名古屋、伊賀名張、三重中央、名張東、びわこ東、大津中央、びわこ湖西、びわこ湖南、びわこ南東、びわこ彦根、びわこ安土、京都府、亀岡、京都・東ローズタウン、大阪南、大阪北、枚方、高槻・島本、豊中・池田・箕面、八尾、寝屋川、堺、河内長野、吹田、茨木・摂津、東大阪・大東、守口・門真、柏原、大阪狭山、泉州、富田林、千早赤阪、交野、四條畷、西宮、宝塚・川西、北神・三田、姫路、芦屋、神戸、丹波、尼崎、東神戸、たじま、福崎、奈良県、和歌山、鳥取、益田、浜田、岡山真庭、岡山東備、岡山日生、倉敷、広島、萩、美祢、香川、愛媛、松山、土佐・安田、徳島、福岡、北九州、筑豊、行橋、大分、長崎、宮崎、都城、鹿児島、
134 拠点 (2010 年 1 月 15 日現在)

年会費と主な拠点収入

会費	正会員	10,000 円 (年間)
	活動会員	3,000 円 (年間)
	賛助会員 (法人)	10,000 円 (年間 1 口)
	(個人)	5,000 円 (年間 1 口)

拠点収入 拠点交付金、時間預託寄付金、寄付金
賛助会費、チャリティバザー等

- * 正会員 NPO 法上の社員で総会構成員 (原則として拠点より一名選出)
- * 拠点交付金 年間 25,000 円 + (1,500 円 × 年間会費納入会員数)
(25,000 円の定額分は原則として設立後 3 年間支給)

時間預託制度

会員相互の助け合いボランティア活動時間を1時間1点としてナルクに時間預託（貯金）しておき、自分が困ったとき預託した点数を引き出し、無料でボランティアを受けられる制度。地方で離れて暮らす親にも利用できる全国ネットの時間預託が特徴。提供者は予め拠点事務所に自分がボランティア出来る曜日と時間帯、月に何日活動できるかを登録しておく。利用者は電話で申込みばよい。誰が利用先にボランティア提供にゆくかはコーディネーターが決める。

主なボランティアの内容

- 高齢者・身障者の介助、介護
- 家庭内外の仕事援助、精神的援助
- 子育て支援
- 家事援助、送迎



預託点数を保有していない利用者は1時間につき応分の拠点事務所運営費として寄付をお願いしています。交通費の実費は利用者負担。

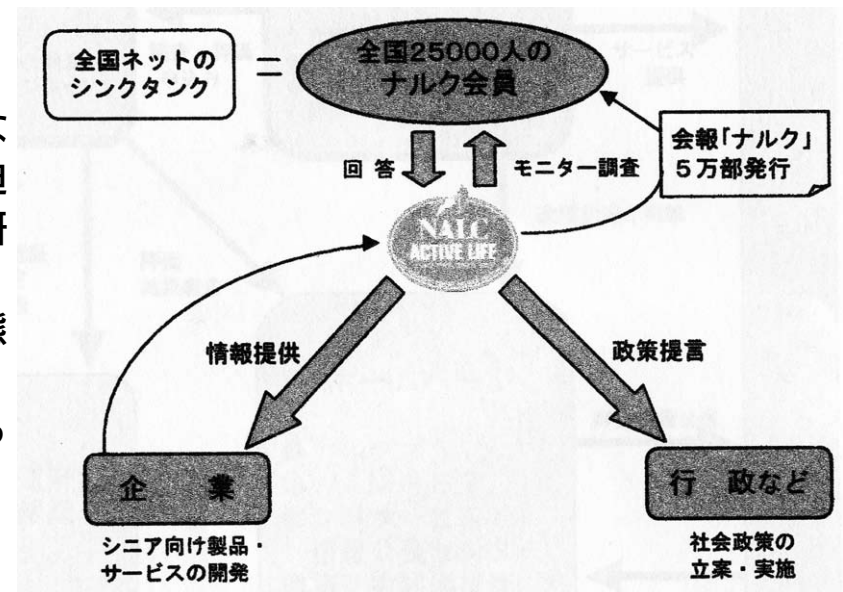
生活研究アドバイザー制度

登録アドバイザー 10,000 名

生活研究アドバイザー制度とは

高齢社会において、シニアはマーケットのユーザーとして重要な存在です。行政もシニアの意識や行動を正しく把握する必要に迫られています。ナルクは、企業や行政からの依頼に応え、生活研究アドバイザーを遍じてモニターの調査を行います。

- 会員の意識・ニーズ・ライフスタイルなどの情報を集め、実態を行政などに伝え、シニアの利益を守る政策を握書します。
- シニアのライフスタイル・ニーズを企業に発信し、シニアにとって便利な製品の開発・普及に寄与します。
- ナルクインターネット調査（全国展開）
- ソーシャル・ネットワーキング・サービス事業



会員相互の助け合いボランティア活動時間を1時間1点としてナルクに時間預託（貯金）しておき、自分が困ったとき預託した点数を引き出し、無料でボランティアを受けられる制度。地方で離れて暮らす親にも利用できる全国ネットの時間預託が特徴。提供者は予め拠点事務所に自分がボランティア出来る曜日と時間帯、月に何日活動できるかを登録しておく。利用者は電話で申込みばよい。誰が利用先にボランティア提供にゆくかはコーディネーターが決める。

ナルク福祉調査センター

介護・福祉サービスが必要になったとき、どの事業者・施設を選べばよいのか、多くの方がお悩みです。そこで、ナルクでは「ナルク福祉センター」が、各自治体の指定・選定・認証をそれぞれ得て、介護・福祉サービス事業者の調査・評価を行い、みんなの期待に応えています。

■介護サービス情報の公表

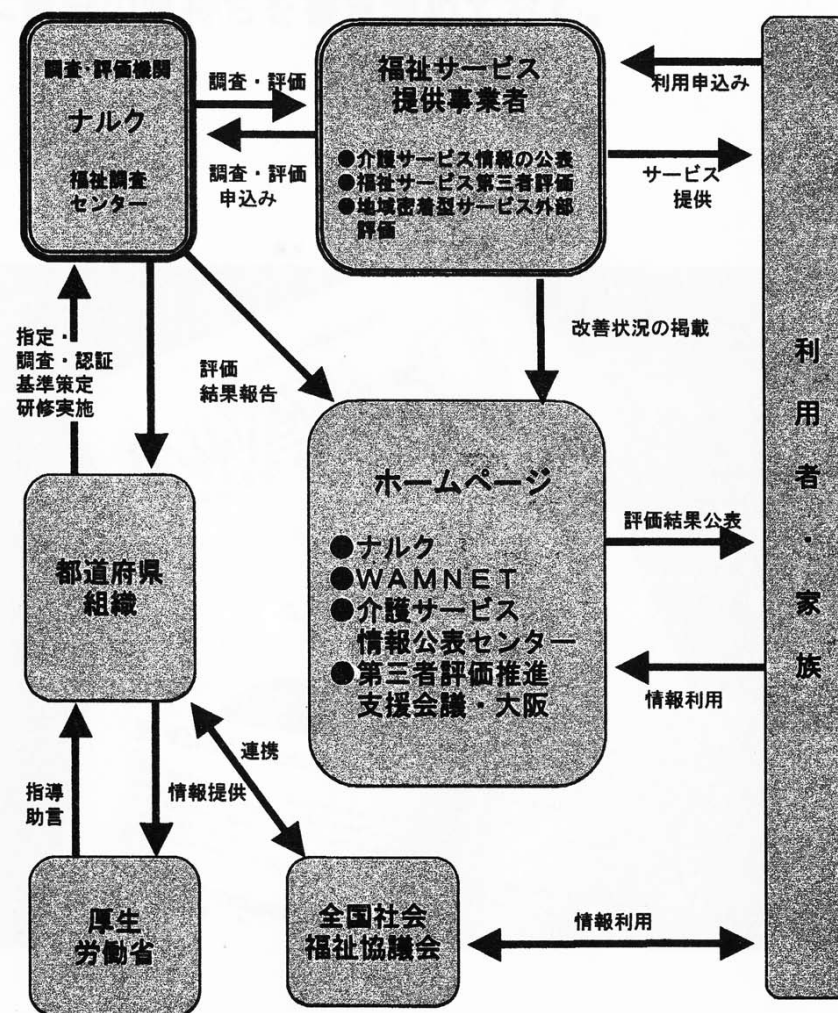
利用者が適切にサービスを選択できるように、すべての介護サービス事業者は「介護サービスの公表」が義務づけられています。ナルクは、都道府県の指定を受け、内容確認の調査活動を行っています。

■地域密着型サービスの外部評価

尊厳ある暮らしを求める方々に、地域社会の中で満足できる生活をしていただきたいとの願いから、ナルクは①「小規模多機能型居宅介護」と②「認知症対応型共同生活介護」のサービスの質を市民の目を中心に専門知識、経験を生かした評価活動をしています。

■福祉サービスの第三者評価

シニアが地域の中で自立した生活を送ることができるよう、利用者本位の福祉社会の実現を目指して、福祉サービスの内容、経営や管理システム、組織のマネジメント能力等を評価する活動を行っています。



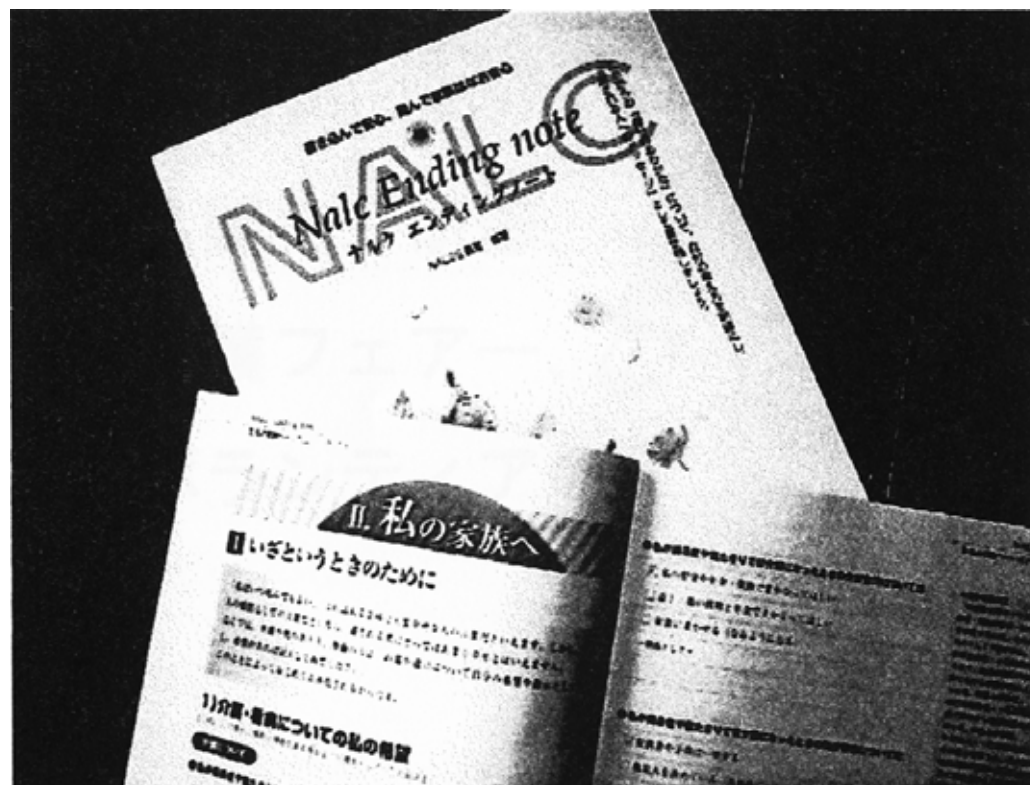
エンディング・ノート

病気、介護、もしもの時のために自分の気持ちを書き溜めておく。
残された家族が安心して対応

会員が、自分自身の人生
の終末に備えて知恵を出
し合って作成

エンディングノート

2003年3月発売以来全国
で9万部販売



高齢者疑似体験 うらしま太郎

高音カットの耳栓や白内障眼鏡、手足にサポーター等を装着して、高齢者になった時の肉体的機能低下や心理的变化を体験することにより、高齢者にやさしい心やバリアフリーの環境、社会・商品づくりに役立てることを目的としています。

活用場所 介護教室・企業の商品開発、研修、
自治体のイベント、介護フェアー、病院、
老人ホーム、ボランティアの研修、
学校の授業



ナルクのジュニア会員制度

高齢者や心障者の介護・介助、子育て支援を中心にしたボランティア活動を行いながら助け合いのまちづくりの推進を全国で展開しているニッポン・アクティブライフ・クラブ（ナルク）は、中学生、高校生、大学生を中心に、25歳以下の社会人を加えた層を対象に、ジュニア会員制度を作っています。

是非この機会にNALCに加入し、ボランティア活動へ参加することで社会に貢献しましょう。ジュニア会員は年会費が無料です。将来活動会員になったときは、活動時間数の20%が時間預託点数になります。

ナルクは活動範囲を幼児や小学校低学年児童の預りと送迎や、特別養護老人ホームの支援、環境美化等多くの活動を推進しています。皆様の参加でこれらの活動をさらに充実させることができます。

私たちは、次の時代を支える40代以下のミドルと大学生・高校生、中学生などのジュニアと共にボランティア活動を行うことで、世代間のコミュニケーションを深め、来るべき超高齢社会に対処して行こうと考えています。そして、将来に会員になっていただき、この組織を皆様に引継ぐことで、私たちのボランティア活動組織を永続的に定着させて行きたいと考えています。

ナルクのミドル会員制度

社会人、主婦の皆様、ナルクのミドル会員になりませんか。ミドル会員は年会費が無料です。ミドル会則は時間預託点数がつきませんが、将来活動会員になったときは、活動時間数の20%が時間預託点数になります。

高齢者や心障者の介護・介助、子育て支援を中心にしたボランティア活動を行いながら助け合いのまちづくりの推進を全国で展開しているニッポン・アクティブライフ・クラブ（ナルク）は、26歳以上49歳未満を対象にミドル会員制度を運営し、中学生、高校生、大学生を中心に、25歳以下の社会人を加えた、ジュニア会員制度と併行して全国各地域で会員を募集しています。是非この機会にミドル会員として入会していただき、ボランティア活動へ参加することで社会に貢献しましょう。

ナルクは活動範囲を幼児や小学校低学年児童の預りと送迎や、特別養護老人ホームの支援、環境美化等幅広い活動をすすめています。皆様の参加でこれらの活動をさらに充実させることができます。

私たちは、次の時代を支える40代以下のミドルと大学生・高校生、中学生などのジュニアと共にボランティア活動を行うことで、世代間のコミュニケーションを深め、来るべき超高齢社会に対処してゆこうと考えています。そして、将来には会員になっていただき、ナルクを皆様に引継ぐことで、私たちのボランティア活動組織を永続的に定着させて行きたいと考えています。

賛助会員

企業等の法人がナルクの活動を支援することを目的にして団体賛助会員になることができます。

また、ナルクの会報「ナルク」や資料等が必要な方、活動に賛同しナルクに入会したいが、現在は仕事が忙しくてボランティアの活動に参加できないという方は、個人でも賛助会員としてナルクに入会できます。賛助会員には、会報「ナルク」を毎月郵送いたします。賛助会員には、希望拠点に加入する拠点賛助会員と本部に所属する賛助会員に分かれています。拠点賛助会員の会費は所属拠点に全額還元します。賛助会員は何口でも加入が可能です。

入会希望の方は、賛助会員入会申込書、ナルクの資料をお送りします。年会費は郵便貯金口座からの自動払込、銀行口座振込になっています。

●「団体会費」一口 10,000 円／年間

●「個人会費」一口 5,000 円／年間

会費の払込先

●取引銀行 りそな銀行 北浜支店

●預金種類 普通預金

●口座番号 4463784

●口座名 ニッポン・アクティブライフ・クラブ

会長 高畑敬一

郵便局払込みの案内

口座番号 00970-8-70599

加入者名 ニッポン・アクティブライフ・クラブ

入会の方法

活動会員に入会するには

- ・「入会のご案内」、ナルクの会報（月刊）、資料をお送りします。
- ・年会費は原則として郵便貯金口座からの自動払込になっています。
- ・「入会のご案内」に付いている入会申込書（活動会員用）
- ・郵便局の自動払込申込書に記入、捺印し、切手を貼って送付して下さい。

現金書留や郵便局からの振込も初回に限り受け付けています。

年会費 3,000 円を現金書留で郵送していただくか郵便局で振り込み手続きをしていただいた場合は、「入会申込書」のみを切り取ってナルク本部に郵送してください。

賛助会員に入会するには

- ・賛助会員入会申込書、ナルクの資料をお送りします。年会費は郵便貯金口座からの自動払込、銀行口座振込になっています。

ミドル・ジュニア会員に入会するには

- ・別紙入会申込書をコピーして郵送または F A X で申込んでください。
- 年会費は要りません。

ナルクでの活動のしくみ (NALC)

入会申込み

- 入会申込書を本部へ郵送する
- 年会費を支払う
(郵便局の自動払いまたは郵便局からの払込みによる)
- 会員証、時間預託手帳などをお渡しする
(原則として居住する地域の活動拠点に所属する)

ボランティアのできる
時間や内容などを活動
拠点に登録する

活動拠点からの連絡に
より、都合が付けば会
員へのボランティア提
供を行う

ボランティアした時間
が時間預託手帳に記録
される

ボランティアを受けたい時は活動拠点へ連絡
する(時間預託点数で
ボランティア提供を受け
る)

活動拠点の同好会や催
物や行事に自主的に参
加し、楽しい仲間づく
りや奉仕活動をする



↑切り取り線↓

のりしろ⑥をここに張り合わせて下さい。

のりしろ④をここに張り合わせて下さい。

のりしろ④



入会申込書 (NPO 法人) ナルク御中

申込日 平成 年 月 日

自宅住所	〒
	☎ FAX

活動会員	ふりがな	
	氏 名	
	生年月日	明・大・昭 年 月 日 男・女
	資 格 特 格 技	活動として提供できるものを裏面の登録番号一覧表から 選び番号を記入して下さい。
	あなたの 趣 味	参加したいと思われるものを裏面の登録番号一覧表から 選び番号を記入して下さい。
	勤務先	会社名
住所〒		
	☎ FAX	

配偶者	(ふりがな)	
	氏 名	
	生年月日	明・大・昭 年 月 日 男・女
	資 格 特 格 技	活動として提供できるものを裏面の登録番号一覧表から 選び番号を記入して下さい。
	あなたの 趣 味	参加したいと思われるものを裏面の登録番号一覧表から 選び番号を記入して下さい。
	勤務先	会社名
住所〒		
	☎ FAX	

希望活動拠点	
--------	--

紹 介 者	(活動拠点)
-------	--------

のりしろ⑥をここに張り合わせて下さい。

郵便局の自動支払利用申込書

自動支払利用申込書 (収 加)

種目コード	契約種別 コード	通 帳 記 号	通 帳 番 号 (右からつめて記入下さい)
1 6 6 3 3		の	
フリガナ			通帳 お届け印
お名前			
フリガナ			
住 所	〒		
電 話 号 番 達 払 込 開 始 日	平成 年 月から	払 込 先 加入者名	ニッポン・アクティブライフ・クラブ
払込先 口座番号	00970-8-70599	払 込 日	未 日 土曜、日曜、祝日の 場合は月末の営業日

受付郵便局日付印

*自動払込申込書に不備がありましたら、下記該当箇所に
○印をつけてご返送下さい。

〒 540-0028 大阪市中央区常盤町 2-1-8 親和ビル 4 F
特定非営利活動法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ

1. 印鑑相違
2. 預金種目相違
3. 印鑑不鮮明
4. 名義人相違
5. 口座番号相違
6. 預金取引なし
7. その他

ナルクへ入会するには

このパンフレットの「入会申込書」と会費の郵便貯金
口座の「自動払込利用申込書」にご記入の上、切り取っ
てのりしろ部分を貼り合わせて投函して下さい。

●年会費 3,000円

●出来る限りご夫婦でご入会下さい。
(年会費は一人の場合と同じです)

※ただし、以下の方の入会は認められません。

◎ナルクの組織内で、宗教活動、政治活動、営利行
為を行おうとする方。

◎ナルクの理念や規則に従わない方。

のりしろ⑥

のりしろ⑥