

神奈川県内会員総数649名(令和4年3月末時点)
ナルク横浜(429名)
横浜北ブロック
(青葉区・都筑区・緑区・相模原市・町田市他)
横浜中央ブロック
(保土ヶ谷区・西区・中区・南区)
横浜西ブロック
(旭区・瀬谷区・泉区・大和市・海老名市他)
湘南ブロック
(藤沢市・茅ヶ崎市・平塚市・伊勢原市・小田原市他)
ナルク東横浜(71名)
(港北区・鶴見区・神奈川区)
ナルク南横浜(89名)
(戸塚区・港南区・磯子区・栄区・鎌倉市・横須賀市他)
ナルク川崎(60名)(川崎市)
ナルク神奈川福祉サービス第三者評価事業部



令和1年11月20日
鶴ヶ峰駅から徒歩3分の便利な場所に
事務所・ほっとサロンが移転しました。

《NALC横浜》 NALC YOKOHAMA

〒241-0022 横浜市旭区鶴ヶ峰2-24-6
ビューハイム立広102
TEL: 045-719-5001 FAX: 045-719-5002
HP: <http://www.nalc-hama.net>
代表: 吉川 武



正式名: ニッポン・アクティブライフ・クラブ
(日本時間預託ボランティア協会)

英語 Nippon Active Life Club の頭文字
通称 ナルク (NALC)

沿革 NALC HISTORY

1994(平成6)年4月20日 設立(阪神淡路大地震の前年)
1998(平成10)年5月31日特定非営利活動法人(NPO法人)認証

特長 CHARACTERISTIC

- ①全国組織のNPO法人
会員1万2千人⇒遠距離支援が可能
拠点数国内90 海外4(英国・米国・スイス・オランダ)
- ②夫婦で入会(会費3千円/年・世帯)
ボランティア団体としては男性比率が高い(男性42% 横浜)
- ③継続型(事業型)
一過性、イベント型ではない
- ④ボランティア活動の3つの柱
1)高齢者介護(介助)
2)子育て支援
3)環境美化

成長の要因 FACTORS FOR GROWTH

- ①理念が明確
1)自立
子供の世話にはならない。
強く生きる。
2)奉仕
人様のために体を動かす事が、
一番ストレスがない
3)助け合い
自立する仲間同士の助け合い
⇒生きがい



- ②時間預託システム
自分がいまできることを、
できる方法で、できるときにお世話をし、
将来の自分、配偶者、親が必要になるときに備える。

《NALC本部》 NALC HEADQUARTERS

〒540-0028
大阪市中央区常磐町2-1-8 FGビル大阪4F
HP: <http://www.nalc.jp>
会長: 神野 毅

NALC
Yokohama



時間預託活動

会員相互の助け合い、双方向のボランティア活動。
利用者は交通費実費負担。

時間預託がない場合は、運営寄付金をお願いすることがある。
提供者は活動時間1時間につき1点を得て、ナルクに預けておく。
この点数は本人、配偶者、両親、子弟（限定有）が使用できる。

①施設で

入浴後の整容
見守り・お話相手
ハンドマッサージ
園芸、草取り、書道、
絵手紙、囲碁、朗読、
音楽会 洗濯物仕訳、
繕いもの、お茶会

②個人宅で

留守宅外回り清掃
病院への送迎
（車・付添）
庭の草取り
室内清掃
食事作り
散歩、買物

河川清掃
赤い羽根
街頭募金
子育て支援
ナルク事務
（自宅で）

奉仕活動

一方通行のボランティア活動
社会貢献およびナルク活動

- ①福祉（高齢者）
- ②子育て支援
- ③環境（清掃、森林整備、植樹など）
- ④その他
（災害救助、街頭募金、がけ、通訳など）
- ⑤ナルク維持のための活動
（在宅事務、イベント・総会・交流会など）

活動内容

-ACTIVITY-

同好会活動

楽しく、会員間の交流

健康マージャン
かるた
囲碁・将棋
コーラス、パッチワーク
吊るし雛作り
俳句、英会話
パソコン教室
折り紙教室
書道教室



ナルクが、いま目指していること 時を超え 所を超えて 助け合い

①全国組織拡大

「遠距離支援」が全国どこでもできるように

②地域密着

地域包括支援センターを中心とした
生活支援ネットワークへの参加
地域の、高齢者支援の受け皿のひとつに。

一緒に活動してくれる仲間を大募集中

③判断能力の衰え(認知症)への備え

**様々な不安への相談窓口をはじめと
する成年後見活動の充実**

お問い合わせ先

-CONTACT-

ナルク横浜

〒241-0022 横浜市旭区鶴ヶ峰2-24-6
ビューハイム立広102

TEL : 045-719-5001 FAX: 045-719-5002
E-mail : nalchama@minos.ocn.ne.jp

【入会のしかた】

「入会のご案内」を送付いたします。
「入会申込書」に必要事項をご記入のうえ投函ください

【年会費】

3,000円

おひとりでもご夫婦でも均一料金
できるだけご夫婦でのご入会を推奨