

助け合い ナルクの「時間預託制度」

ナルク活動の基本で、会員同士で助け合う活動。
1時間を1点としてナルクに預託し、自分の困ったときに点数を引き出して助けて貰うという制度



提供活動とは

家事援助・買い物・送迎・話し相手・食事作り・庭の手入れ・外出介助・パソコン・手芸などそれぞれの特技を生かした活動 事務所での事務処理や事務所当番にも預託点数が付与されます
利用者があってこそ提供活動ができますので、どうぞ、遠慮なくお申し出ください

できることを できる時に できる方法で
あなたのボランティア時間を貯めませんか？
時間預託制度
貯めた時間は将来困った時に自分の為に引き出せます。
遠く離れたご家族のためにも使えます！

奉仕



施設や地域からの依頼を受けて、お祭りの販売手伝いや河内音頭を踊ったり、外出行事の車イス介助やハンドマッサージなど行っています。これらの活動には、奉仕活動点数が付与されます

めざめの運営は

令和2年度より運営委員会は、部長会として月に一度定時開催します。6つの各部は適時担当者との連絡会などを招集し、意思疎通を図ります

ナルクのボランティア



ひとり一人の豊かな経験と能力を生かして
「自立・奉仕・助け合い」をモットーに
生き甲斐ある人生を創りましょう

ナルクめざめ・入会方法

- ① まず、「めざめ」に電話、FAX、メールなどでご連絡ください（裏面ご覧ください）
- ② 申込書など資料をお送りします
- ③ 入会が決まったら、事務所で詳しく説明をいたします（研修会などもあります）
- ④ 申込書をナルク本部に郵送してください
- ⑤ 年会費（3000円はおひとりでもご夫婦でも同額）お支払い頂いて会員となります
毎月、ナルクとめざめの会報が配布されます

有償ボランティアも選択できます

東大阪市委託事業 及び 総合事業を 運営

めざめ「街かどデイハウス運営委託事業」

東大阪市の運営委託事業 街かどデイハウス
「みんなでたのしも会」運営 65歳以上の自立の高齢者なら市に申請することで誰でも利用できます
近鉄けいはんな線・新石切駅徒歩2分、週4日
(月・火・水・金) 10:00～15:30 開催
住所: 東大阪市西石切町 3-2-6-101.102号
詳しくは電話にて: **072-980-7040**

東大阪市総合事業「助け合いサービス」

市も少子高齢化が進み、介護人材の不足が、喫緊の課題となっています めざめは、平成29年4月から開始された「介護予防・日常生活支援総合事業」に参加するため、「めざめ訪問型 お助け隊」を結成して、市が進める「訪問型助け合いサービス」いわゆる、要支援者と総合事業該当者の自宅を訪問し、簡単な日常生活の困りごとを支援する活動をしています

東大阪市総合事業「つどいサービス」

市が推進する「通所型つどいサービス」いわゆる、「介護予防サービス」を目的とした「集いの場」（要支援者と事業該当者のみならず、一般市民も自宅から通える体操教室やサロン）を実施する活動です
めざめは、いくつかの「体操教室」を、地元自治会の同意の下、運営させて頂いています