

公立大学法人名桜大学
健康・長寿サポートセンター

広報誌

2026

学生健康支援活動団体



公立大学法人

名桜大学
MEIO UNIVERSITY



公立大学法人名桜大学

健康・長寿サポートセンター

広 報 誌

2026

学生健康支援活動団体

目次

1. 名桜大学ヘルスサポート
 2. 名桜ゆいスポきっず
 3. Social Innovation Club
 4. 食育推進支援サークル
 5. Volunteer Activity Group(VAG)
 6. COT –Candle Ogimi bay Team–
 7. 思春期応援団 やんばるがんばるぴあまーる
 8. 名桜ユースカフェ
 9. ふれんどまみい♪
 10. ビフレンディング
-

名桜大学ヘルスサポート

Pickup! ヘルスサポートとは

名桜大学ヘルスサポート(以下ヘルサポ)は学生を中心とした健康支援団体です。

「北部12市町村を中心に沖縄の健康長寿を取り戻す」ことを大きな目的として大学・自治体・企業と協働で地域の方々に向けた健康支援活動を行っている全国唯一の学生支援団体です。

健康支援ってなにしてるの

主な活動は学内・イオン名護店・各地域の公民館での**健康測定会**やJOYBEAT(CGアニメーション)を活用した**運動教室**、また沖縄県のイベントへの参加などで健康支援を行い、**生活習慣改善のきっかけづくり**をサポートしています。

JOYBEAT ROOM(J室について)

学生が主体となり、3DCGコンテンツを利用した運動プログラムである

「JOYBEAT」を使用して「J室活動」を実施しています。

一般市民・学生に無料開放を行なっている

3DCGコンテンツのみの**エクササイズ教室**で、

利用者は気ままに参加できる方式です。

平日の16:45~19:15に北部生涯学習推進センター2階の演習室2にて運営しています。



BIGイベント紹介

名護市以外でも様々な大型イベントを行っています！

★名護市ウォーキングイベント

名護あけおみウォークで活動を行い、
血圧測定やInbody測定を行いました。
当日は62名の方にご参加いただきました。
寒い中での活動でしたが、ウォーキング前後に
多くの方が測定に参加してくださり、
楽しく交流することができました。



定期活動紹介

★ ハピネス

健康測定会&JOYBEAT・FESTA



日時：毎月第4日曜日
10：00～12：00
場所：北部生涯学習推進センター2階

★ 名護市宮里区老人会

FESTA



日時：毎月第2火曜日 14：00～16：00
場所：宮里公民館

★ 大宜味村健康教室 通いの場創出事業

健康測定会&FESTA



日時：毎月第3火曜日 17：30～19：00
場所：大宜味村農村環境改善センター
大宜味村役場1Fギャラリー

★ イオン名護店イベント

健康測定会



日時：毎月第2土曜日 14：00～17：00
場所：イオン名護店イベントスペース

★ 名護市古我知区健康教室

健康測定&JOYBEAT



日時：毎月第4金曜日 20：00～21：00
場所：名護市古我知区公民館

★ 東村

健康測定&JOYBEAT



日時：毎週水曜日 19：00～20：00
場所：東村営体育館ミーティング棟

ヘルスサポート公式SNS



Facebook Instagram

名桜ゆいスポきっず

☆地域の親子と学生がつかない、「運動が好きになる」きっかけをつくる☆



名桜ゆいスポきっず



1. 名桜ゆいスポきっずとは？

「名桜ゆいスポきっず」は、地域の幼児・児童に運動やスポーツの楽しさを伝えるとともに、親子で運動や健康づくりに取り組むことを目的とした学生団体です。学生が主体となって、親子運動教室の企画・運営や、Instagram を活用した情報発信を行っています。



2. おもな活動内容

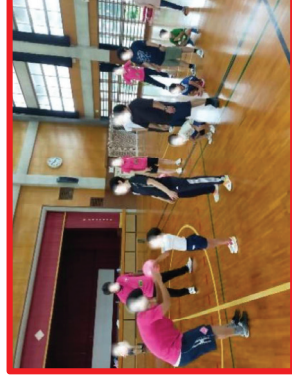
1) 親子運動教室 (2025年)

「親子でチャレンジ☆運動大作戦 in 名桜」

【対象】4～5歳児と保護者

【実施年月日・概要とテーマ】

回	実施年月日	テーマ	プログラム内容
第1回	2025年10月12日	身近な道具(風船)を動物歩き、お散歩風船タッチ、風船リレー、風船打ち合い、ダッシュ	
第2回	2025年10月19日	集団での協力と成功体験を育むリ&△運動	どんぐりジェットコースター、パラバルーン、ケンケンパ、巨大だるま落とし、ダッシュ
第3回	2025年10月25日	物語性(ごっこ遊び)を取り入れたサーキット運動	親子ペアアストリッチ、消防士なりきりサーキット、ウェーブライン、シャトル走
第4回	2025年11月9日	親子間の信頼関係醸成	親子ふれあい体操、走るあそび(Theサフアリパーク)、投げるあそび(ねらってゲットリレー)

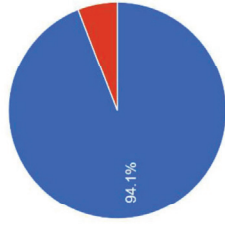


【参加者アンケート結果 17件の回答より】

参加していただいた保護者を対象に実施したアンケート結果では、**イベントの満足度は100%**でした。「また参加したいか」という質問に対しても、**100%**が「はい」と回答をいただきました。

さらに、アンケートの最後に設けた自由記述欄において、イベントの良かった点や改善点について意見を記入してもらい、それらを基に運営内容を見直し、第2回以降のイベントに反映させました。

また参加したいと思いますか
17件の回答



【参加者からの声】

- ・お兄さんお姉さんにたくさん遊んでもらえて、娘たちも満足したいい表情です。っと体を動かしておりました。ありがとうございます。是非次回もあれば参加したいと思います。
- ・良いイベントだと思うので今後も継続して欲しい。また、親子ともに運動が苦手なので、家庭で楽しく続ける方法なども紹介して欲しい。
- ・色々な動きを遊びの中で取り入れていて、楽しみながらできました。子どもが楽しんでいました。学生の方も説明が分かりやすく好印象でした。ありがとうございました。

【学生の感想】

非常に楽しみながら運動教室を実施することができました。活動の中で、子どもたちの豊かな発想力や動きの多様性に触れ、「子どもから学ぶことは多い」と強く感じました。子どもたちが思い切り体を動かす姿や、成功したときの表情を見ることが、私たち学生も大きな刺激を受けました。また、初めての活動で不安もある中、学生同士が協力し合い、準備から運営、片付けまでを丁寧に進めることができました。全4回の教室を無事にやり遂げられたことは、大きな達成感となり、今後の活動への自信にもつながりました。

2) Instagramでの情報発信

活動報告やイベント告知に加え、「幼児期に身につけた36の基本動作」を週1回投稿しています。授業で学んだことを活かしながら、学生が考え、ご家庭でも取り組みやすい運動遊びを紹介し、親子で楽しく運動習慣を身につけられるよう工夫しています。



@MEO.YUISUPO.KIDS



3) 名桜祭への出展 (2025年)

名桜祭では、楽しく体を動かすことを目的として、スポーツ体験会を実施しました。体験会は、ラグビー部員4名とバドミントン部員1名の協力のもと、ラグビー体験、バドミントン体験、体づくり運動の3つのフーズに分けて行いました。

バドミントンフーズでは、現役選手とラリーができる貴重な体験に対し、「もっとやりたい」「初めてラリーが回った」といった声が多く聞かれました。ラグビーフーズではタックル体験を実施し、思い切って挑戦する子どもたちの活発な姿が見られました。体づくり運動フーズでは、ボール投げやレスキュー動作体験などを通して、親子で体を動かす楽しさを実感してもらいました。会場には自然と笑い声があふれ、全体として活気に満ちた体験会となりました。

今後も、運動遊びの楽しさを伝える取り組みを継続して実施していきます。



Social Innovation Club

💡 学生×テクノロジーで社会貢献

新しい技術を学び、学生目線から地域課題を考えています

所属学生 1年次21名 2年次14名 3年次10名



健康情報学科の学生が多いですが、他学科の学生也大歓迎です！

活動紹介

TSUNAGU CITY in NAGO (名護市)

デジタル大臣もプログラム教室に立ち寄り、SICメンバーが作成したプログラムを披露し、交流することができた。



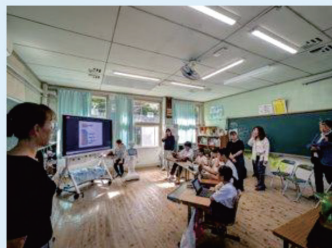
スマホよろず教室 Pepperプログラミング (伊平屋島)

高齢者へのスマホ教室とこどもたちへのプログラミング教室を実施した。



Pepperプログラミング出前授業 (徳之島)

徳之島手々地区を紹介するガイドツアーで使用するPepperの三択クイズの作り方を、生徒たちに指導した。



うんな魂プロジェクト (恩納村)

中学生が小学生に向けてPepperのプログラミングを用いた赤土問題についての授業を行った。



オープンキャンパス (名桜大学)

Pepperを活用したプログラミング体験ブースを設置し、来場者に実際にロボットの動作をプログラミングしてもらった機会を提供した。



久辺テクノフェスタ (名護市マルチメディア館)

来場者には子供が多く、pepperと触れ合うことによりプログラミングを身近に感じてくれた。



本部町立伊豆味中 Pepperプログラミング 教室(本部町)

ソフトバンク坂本氏の社会人講話の後、1コマの枠でPepperプログラミングを体験していただくため学生が講師となって授業を実施した。



SoftBank × 恩納村 未来とサンゴプロジェクト (恩納村)

環境保全に向けたSICの活動報告とビーチクリーン活動に参加。



今後の展望



- ・ 小中学生を対象としたプログラミング教室
- ・ 高齢者向けのスマホ教室

これらの活動は地域の方向けに大学内で行いたいと考えています

SICのInstagramです
お問い合わせはDMまで！
ぜひフォローお願いします😊



SIC2371



食育推進支援サークル

食育推進支援サークルとは？

食育推進支援サークルは、2021年に設立された、北部地域をはじめとする沖縄県内の食育推進活動を目的とする団体です。子ども食堂ボランティアを中心に、大学内や地域での食育活動を行っており、子どもたちとの交流や食育活動に興味・関心をもつ学生が、学部・学科を問わず約50名所属しています。ここからは、本サークルの具体的な取り組み内容について紹介します。

やぶのうら食堂

場所：名護市立屋部中学校 家庭科室
日時：毎週火曜・木曜 6：30～8：30

やぶのうら子ども食堂は、屋部中学校で毎週火曜日・木曜日に屋部中学校の生徒に朝食を提供しています。メニューには時々、地元の企業や農家の方、北部農林高校の生徒が作った食材などを取り入れることもあります。

学生はボランティア中に、「あか・き・みどり」の栄養バランスの掲示物を活用し、その日のメニューに何が入っているのかを生徒に考えて書いてもらっています。



名護中朝ごはんプロジェクト

場所：名護市立名護中学校 家庭科室
日時：水曜 6：15～8：30

名護中朝ごはんプロジェクトは、名護中学校で毎月水曜日、名護中学校で生徒に朝食を提供しています。（先生方も利用されます。）名護中の活動でも、栄養バランスの掲示を実施しています。新しい取り組みとして、サークルメンバーで、栄養バランスを意識した朝ごはんのメニュー考案を行っています。

時々、生徒と一緒に朝ごはんを食べたり、生徒に準備のお手伝いをしてもらったりすることがあります。やぶのうら食堂同様、栄養バランスの掲示もしています。

生徒1人あたり100円で朝食を提供しており、地域の方々と朝食づくりを行うボランティアを行っています。

朝早い活動ですが、生徒の元気な姿を見るとやりがいを感じて取り組むことができます！

食育劇

顧問である前川先生と当時の前川ゼミの方が作成した『まもろうね！はやね・はやおき・あさごはん』という絵本をもとに作成し、「あか・き・みどり」の栄養素を戦隊として登場させ、朝食を食べないとどうなるのか、バランスよく食べないとどうなるかを子どもたちにわかりやすく伝える内容となっています。

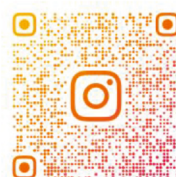
現在、食育劇に向けて、学生同士で衣装や小道具の準備・劇の練習を行い、この活動を通して食育について学んでいます。



あじまあ

平日に食育の日（19日）がある月に食育サークルメンバーが考案した学食コラボメニューの販売とベジチェック（野菜摂取量の測定）の実施を行なっています。

コラボメニューはご当地メニューや懐かしのメニューを取り入れながら美味しく沢山野菜摂取ができるメニューをあじまあさんと食育メンバーで会議を重ねて考えています！
ベジチェックの実施では野菜摂取の大切さを伝えながら取り組んでいます。



@SYOKUIKUSUISHIN



Instagram: @shokuikusuishin
ご連絡はDMにお願いします！



Volunteer Activity Group

●Volunteer Activity Group（通称 VAG：ヴァグ）とは？

名桜大学のボランティアサークルで、大学内や地域の看護・福祉に関するボランティア活動等の窓口を担い、ボランティア活動を通して幅広い視野を養うとともに、活動の機会を提供することを目的として、2009年（H21）に設立されました。

看護学科開設年度（H19年）に、名護市宮里区公民館で再開された「朝市」の会場で、看護学科の教員が健康測定を始め、看護学科の学生が参加するようになったのがきっかけで、学生による健康支援ボランティア活動が活発に行われるようになりました。



●VAGの活動

活動名	活動内容	活動の対象者
勝山軽トラ市	健康支援活動 ・健康 check！ ・ゆんたく会	来場した地域住民
やんばる日曜日		
大北朝市（青空南のマルシェ共催）		
国頭朝市		
宮里朝市		
為又朝市		
ゆんたくサロン		
本部町役場健康支援活動		来場した地域住民や役場職員
ゆいまーるヘルス		依頼があった事業所職員
チーム・ガッキー		会場での炊き出しへの参加者
COT（地域文化・健康支援活動）	健康支援活動 キャンドルナイト 他	来場した地域住民
みちすー	居場所づくり	来場した子どもたち

●VAGの活動予定と場所

第1日曜日	為又朝市：為又区公民館
第2日曜日	大北朝市：大北区公民館（青空南のマルシェ共催）、COT
第2水曜日	本部町役場健康支援活動：本部町役場 1階ロビー
第3日曜日	宮里朝市：宮里区公民館、国頭朝市：道の駅ゆいゆい国頭
第4日曜日	勝山軽トラ市：勝山シークワサー
月1回	ゆいまーるヘルス：依頼があった事業所、ゆんたくサロン
月2回	チーム・ガッキー：炊き出しが行われる場所 - 与儀公園など
月2回	みちすー：こどもの居場所
不定期開催	やんばる日曜日：今帰仁村総合運動公園など

VAG : The Volunteer Activity Group

名桜大学看護学科ボランティアサークル



VAGは、住民が自ら栽培した野菜などを販売する「朝市」の場（公民館）を活用して、毎月1回、血圧や体組成測定などを行い、健康測定や健康相談など、住民との“ゆんたく”を大事にしながら、住民自身の健康づくりを支援する団体です！※活動への参加は全て無料です

～主な活動～

<p>大北朝市</p> <p>場所：大北公民館 第2日曜日 9:00～11:00 「春空南のマルシェ」とタイアップ開催。 最近はお年寄りだけでなく、若い人の参加が増えました</p>	<p>為又朝市</p> <p>場所：為又公民館 第1日曜日 9:00～11:00 健康測定だけでなく、地域の方による惣菜の販売もあり、お茶を飲みながらゆっくりできます♪</p>	<p>やんばる日曜日</p> <p>場所：今帰仁中央公民館 第3日曜日 10:00～12:00 若者から高齢者まで、誰でも気軽に参加できます。楽しい雰囲気づくりを心がけて活動しています♪</p>
<p>宮里朝市</p> <p>場所：宮里公民館 第3日曜日 7:00～10:00 VAGの中で一番参加者が多い活動です！ ゆんたくを交えながら楽しく健康測定しています♪</p>	<p>勝山軽トラ市</p> <p>場所：(有)勝山ワークセンター敷地内 第4日曜日 8:00～10:00 幅広い年代の方が参加しています。 出店もあり健康測定しながら、ゆんたくもできて楽しいです</p>	<p>チームガッキー</p> <p>場所：与儀公園 第2、第4日曜日 11:00～13:00 南部の生活困窮者を対象とした活動で、朝市とは違った雰囲気での活動を楽しめます♪</p>
<p>本部町役場健康支援活動</p> <p>場所：本部町営市場内 月1回～2回(平日の空きコマを使って2時間程度) とても落ち着いた雰囲気、人数は少ないですが、住民1人1人とゆっくりお話ししながら健康測定を行うことができます。</p>	<p>ゆいまーるヘルスプロジェクト</p> <p>場所：名護市内の事業所 時期:不定期(随時募集します) 事業所に出向き従業員の方々の健康測定をしています♪対象の年齢層は比較的若く、気さくで優しい人が多く楽しいです！</p>	<p>みちすー</p> <p>場所：旧崎本部小学校 他 時期：月2回土曜日 10時～17時開催 かわいい子どもたちと一緒にレクリエーションを行っています。また、親の子育ての休息としてレスパイトケアを行っています。子供と遊ぶことが好きな人や関わってみたい人など沢山の人の参加を待っています。</p>

～測定項目～

<p>体組成</p> <p>体重やBMI、体脂肪率や基礎代謝などがわかります。</p>	<p>血管年齢</p> <p>動脈の硬さを見るものです。年齢別の平均と比べることで測定できます。</p>	<p>血圧</p> <p>血圧は常に変動しているのが普通なので、普段の値を知ることが大切です。</p>	
<p>SpO₂</p> <p>血中で、ヘモグロビンがどれくらい酸素と結合しているかを見ます。</p>	<p>ロコモティブシンドローム</p> <p>骨、関節、軟骨、椎間板、筋肉などの運動機能の程度を測定します。</p>	<p>骨ウェーブ</p> <p>手首で骨の状態(強さ)を測定することができます。</p>	
<p>握力</p> <p>握力を測ることで全身筋力の程度を確認できます。</p>	<p>スパイロメーター</p> <p>息を吸ったり吐いたりする肺活量の測定をすることができます。</p>	<p>骨密度</p> <p>骨を構成するカルシウムなどミネラル成分から骨密度を測定します。</p>	



Instagram



●活動風景

この旗が目印！



学生と教員が協同で、地域住民の健康づくりのお手伝いを行っています。一緒にお話するだけでも大歓迎！

大北朝市：
大北区公民館



チームガッキー
与儀公園にて健康相談



ゆいまーヘルス：事業所を訪問して測定会！



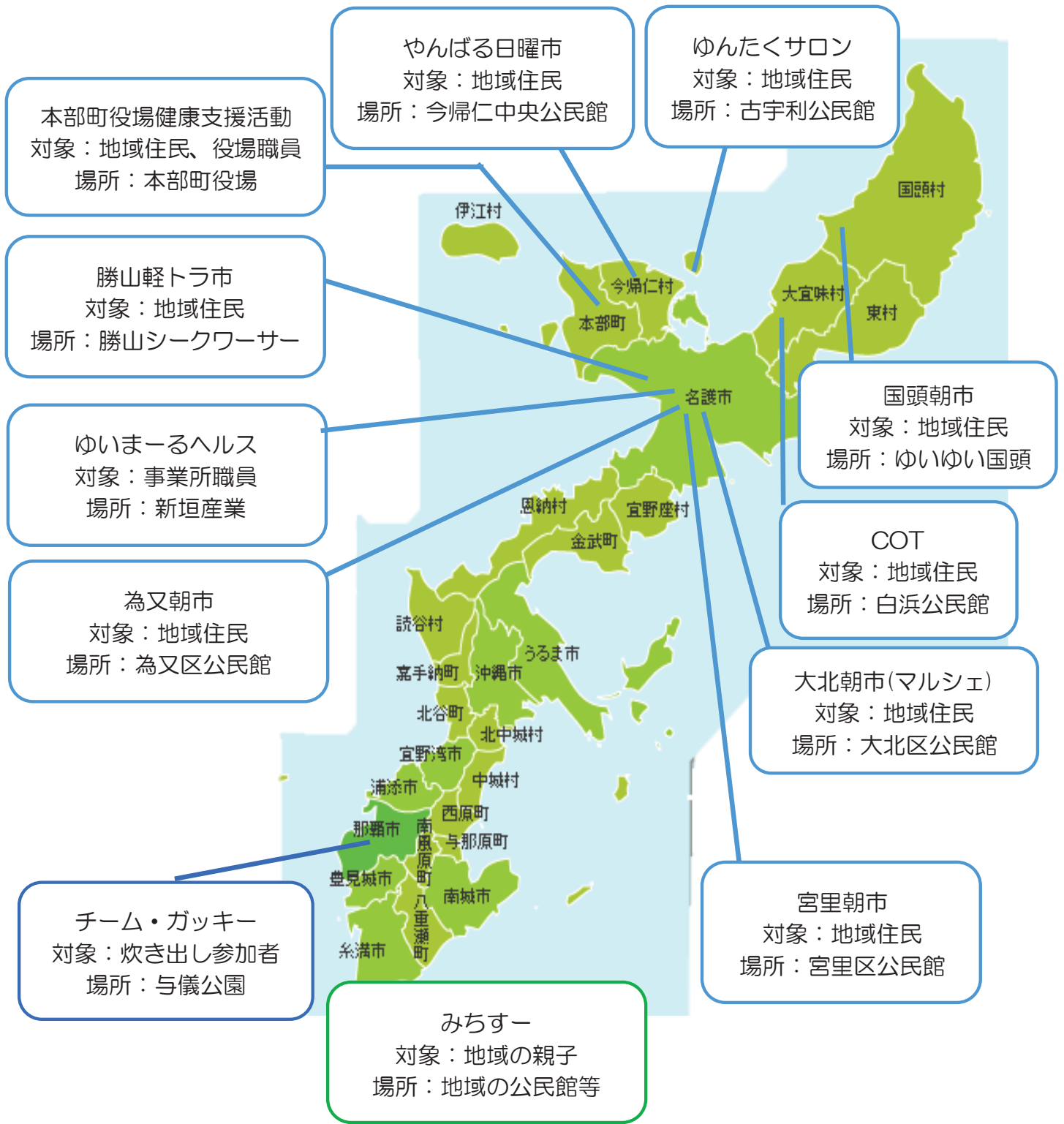
みちすー

やんばる日曜市：今帰仁村コミュニティセンター



勝山軽トラ市：勝山シークワサー

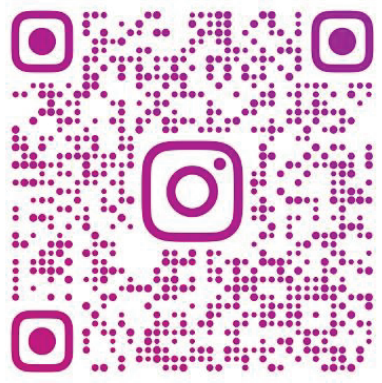
宮里朝市：宮里公民館



ぜひ、いらしてください！
お待ちしております！



名桜大学ボランティアサークル (VAG)
代表：西村 洸人 (3年)
顧問：名桜大学看護学科 0980-51-1223
溝口 広紀 (h.mizoguchi@meio-u.ac.jp)



MEIO_VAG



COT

-Candle Ogimi bay Team-



活動場所：大宜味村白浜公民館

活動日時：毎月第2日曜日 10時～12時
(都合により変更となる場合あり)

活動内容：血圧、骨ウェーブ、血管年齢、
SpO2、ヘモグロビン、握力、体操

★健康測定

測定時には数値のみをみるのではなく、参加者一人ひとりの生活背景や前月から体調や生活に変化がなかったかを丁寧に聴き取りながら実施している。得られた情報をもとにアセスメントを行い、無理のない健康づくりを心がけている。



★体操

百歳体操やちゃーがんじゅう体操、腰痛予防体操など、参加者の体調や月ごとに内容を工夫しています。



COTでは、主に大宜味村白浜地区の住民の方を中心に健康づくりを目的とした健康支援活動を行い、地域の行事にも参加しています。健康測定や体操、交流の時間を通して、住民の方々が無理なく健康づくりに取り組める場を提供しています。活動は住民8名程、学生6名程と少人数で行っており、一人ひとりと丁寧に関わることを大切にしながら、地域に寄り添った継続的な支援を目指しています。

★ゆんたく・交流

体操後はゆんたくを行い、なぞなぞや卓球、三線を通して地域の方々と交流を行っている。
 学生は住民の方々と関わりながら健康づくりだけでなく、日々の暮らしや考え方についての話を伺うことを楽しみにしており、住民の方々からいただく温かい言葉や経験談は学生にとって貴重な学びの機会になっています。



★地域行事への参加

豊年祭での演舞披露や、塩屋湾一周マラソン、キャンドルナイトでのボランティア、トゥンジージュージー作りを通して、地域住民との信頼関係を築きながら沖縄の文化や行事について、理解を深めています。





思春期応援団



やんばるがんばるぴあまーる

ピアカウンセリング講座

サークル内

目的

ぴあ活動のベースを作り、
同世代の仲間に寄り添えるための
知識や方法を学ぶ。

講義内容：前期30時間、後期10時間で
コミュニケーション技術や
思春期の身体について学ぶ。
講師：外部講師2名・本学の先輩ぴあ
ファシリテーター教員 1名



健康教育

サークル外

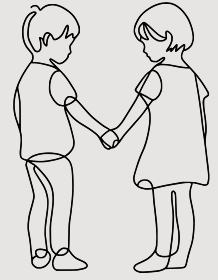
目的

ぴあカウンセラーとして講義を受けた大学生
が、主に北部地域の中学生を対象に、思春期
の健康教育を実践し、共に考える場とする。

今までに健康教育を行った学校：

東中学校	1.2年生
上本部中学校	1.2.3年生
大宜味中学校	1.2.3年生
国頭中学校	3年生





沖縄県の若年出産や

望まぬ妊娠といった課題に向き合うため、
やんばる地域の中高校生、大学生を対象に
「性」と「生」について一緒に学び合う場を作っています！

学習会・交流会

サークル内

目的

産婦人科医の先生や栄養士方を講師に招き、
医療現場の声や
食事が身体に与える影響を学ぶ。

今まで開催した講義：

性といのち

～産科医が現場から伝える性教育～
栄養士さんと作る薬膳カレー交流会



名桜祭での展示

サークル外

目的

幅広い年代の方に、ライフラインなどの「生」
やエイズなどの「性」について改めて考えても
らう場とする。

展示内容：

エイズ資料・ライフプラン
プライベートゾーンのカードゲーム
「SNSの使い方」のミニ劇





名桜大学

スウェーデン
発祥!

“ユースクリニック”の名桜リメイク版☆

名桜ユースカフェ



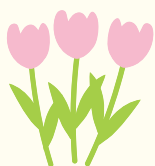
活動目標

- ① 大学生を主な対象とし、自分自身の性や将来について考えられる居場所を“自主的に”作る。
- ② 専門職への架け橋の役割を持つ。
- ③ メンバー自身も性に関する知識を高める。
- ④ 広報活動を強化する。



活動内容

- ① 名桜祭出店
- ② 学内ユースカフェの開催
- ③ 産婦人科医主催のユースクリニックの運営補助
- ④ 月 1 勉強会の開催





1年間の実践報告



名桜祭出店、学内ユースカフェ、定例勉強会の様子

学内ユースカフェ



大学内でお悩み相談

身体や性などに関するお悩み相談会を実施しています。他にも生理用品・コンドーム・赤ちゃんモデル・性や身体、心に関する本の展示を行っています。

定例勉強会



考える力と学ぶ楽しさを

女性の事だけにとどまらず、男性の性についても学びます。学生が主体となっていて、全員が同じ目線で考えられ、学びを深めることができます。

名桜祭出店



“同意（デートDV）って何？”

- ・学生が中心となり「この時どうするのかな」と一緒に考えられるような空間
- ・「これもデートDVになるんだ」と新たに気付けたきっかけ



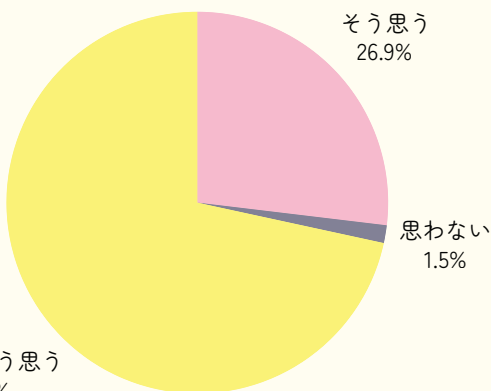
“どこで聞いたらいいの！？コンドームの正しい付け方”

- ・学生が中心となってコンドームの付け方をレクチャー
- ・世界の避妊具やコンドームの種類について学べる機会
- ・実践的に学ぶことは決して恥ずかしいことではなく、自分の身体も人生も守るために大切なこと

Q. 自分の「生」「性」について考えるきっかけになりましたか？

＜回答＞

とてもそう思う 48名 (71.6%)
 そう思う 18名 (26.9%)
 思わない 1名 (1.5%)



参加学生の声



看護学科
4年次 学生

友達が性や妊娠に関する相談をくれた時、同じユース世代として寄り添える心と正しい知識を持って、一緒に未来を考えることができました！



看護学科
2年次 学生

実際に助産師や看護師から話を聞いて現場の話などが知れるので、学びに繋ぐことができます！

ふれんどまみい♪

～地域まるごとHAPPY活動～

地域をつなぐ育児支援の場

ふれんどまみいとは？

妊娠期から育児期にあるお母さん・お父さんと対象に、育児支援を行っています。お母さん・お父さんとのコミュニケーションを通して、情緒的サポートを提供しています。

リラクゼーションやストレス緩和、仲間づくりの場の提供をできるように活動しています。



開催場所

大西公民館、名護児童センターを利用させていただいています。また、地域の方からお声かけ頂いた際は積極的に活動を行っています。

海でつながるふれんどまみい♪

活動拠点を広げ、健康フェアに参加し、親子や子どもたちとの交流を通じて地域住民の健康意識を肌で感じ、子育て支援を行いました。また、この活動以外にも、地域の公民館で高齢者を対象とした活動を3回実施するなど、多世代間交流とゆいまーるの構築に向けた離島での活動を継続しています。



**FRIEND
MOMMY**



活動内容

- ビーズアクセサリ
- 折り紙
- クリスマスリース
- うちわ
- ハーバリウム
- 粘土
- レジン など

外部活動

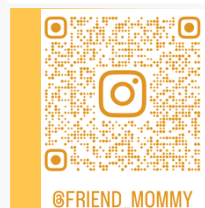
- 伊是名村ボランティア
- 大西区民運動会
- 地域の方からの依頼ボランティア

参加者さんの声

子どもと学生が楽しそうに遊んでいて来てよかったと感じる

休みの日に子どもの遊び相手になってくれてすごく助かる

他の親御さんと関わることができて育児について意見共有できるのがよい



@FRIEND_MOMMY

ふれんどまみいInstagram



ビフレンディング

精神科病院で、月に1度、おしゃべりやお茶を楽しみながら交流

活動情報

日時：毎月第2土曜日 14:00
～16:00

(※2026年より活動再開予定)

場所：宮里病院 (名護市)

対象：大学生・地域住民

.....

参加を考えている方へ

少し話してみたい。

精神疾患を抱える方と関わってみたい。

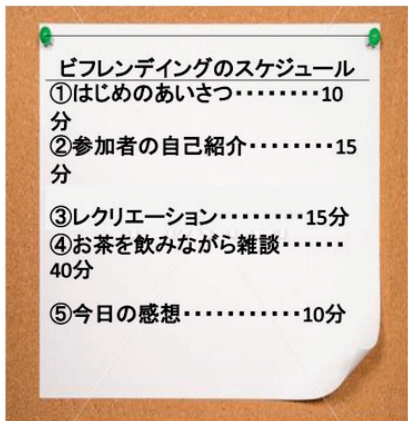
その気持ちだけで大丈夫です。

特別な準備は必要ありません。

鬼頭和子

(看護学科教員)

学生代表：石川恒太郎



ビフレンディングのスケジュール

- ①はじめのあいさつ.....10分
- ②参加者の自己紹介.....15分
- ③レクリエーション.....15分
- ④お茶を飲みながら雑談.....40分
- ⑤今日の感想.....10分



ビフレンディングって何？

日本の精神科病院では、長期間入院を続けている方が多くいます。病状が落ち着いていても、退院が難しく、家族や社会とのつながりが薄れてしまうことがあります。

ビフレンディング (Be + friend + ing) とは、「友達になる」ことを大切にしたボランティア活動です。

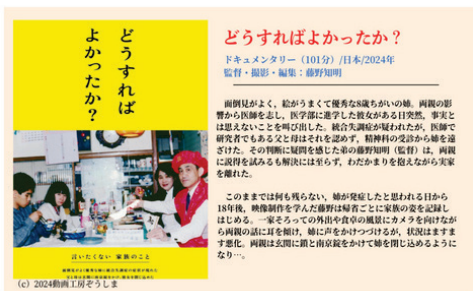
支援する・されるではなく、同じ時間を一緒に過ごすことを目的としています。

上映会を開催

2025年9月に、ビフレンディング主催で、統合失調症の当事者とその家族のドキュメンタリーを上映しました。この上映会では、映画の内容だけでなく、ビフレンディングの活動参加への呼びかけを目的として企画しました。私たち、ビフレンディングは病院の患者だけでなく、大学生や地域の方々にも活動に関わってほしいと考えています。

この活動で大切にしていること

「精神疾患のある人は怖い」
そんなイメージを持っていた私たちも、実際に交流してみると、その印象は大きく変わりました。患者さんは、繊細で、優しく、一緒にいると自然と笑顔になる方ばかりです。交流の中で、癒されているのは実はボランティアの私たち自身かもしれません。こうした交流から生まれる気づきを大事にしながら活動を続けていきます。



どうすればよかったか？

ドキュメンタリー (101分) / 11月/2024年
監督・撮影・編集：藤野知明

両親がよく、聡明で、聡明で優秀な8歳ちがいの姉。両親の影から医師を志し、医学部に進学した彼女がある日突然、事実は思えないことを叫び出した。統合失調症が疑われたが、医師で研究者でもある父と母はそれを認めず、精神科の受診から嫌を避けた。その期間に疑問を感じた弟の藤野知明 (監督) は、両親に説得を試みるも解決には至らず、わだかまりを抱えながら実家を離れた。

このままでは何も残らない、姉が発症したと思われる日から18年後。映像制作を学んだ藤野は姉の過去に家族の姿を記録しはじめた。一歩をきっかけに自身の成長にカメラを向けながら両親の話を聞き、姉に声をかけつつつづけるが、状況はますます悪化。両親は笑顔に顔と南京錠をかけて姉を閉じ込めるようになり...

(c) 2024動画工房をうしませ

公立大学法人名桜大学

広 報 誌

2026

学生健康支援活動団体



公立大学法人

名桜大学

MEIO UNIVERSITY

〒905-8585 沖縄県名護市字為又1220-146

TEL:0980-51-1555 FAX:0980-54-0707

<https://www.meio-u.ac.jp>