

The Volunteer Activity Group

●The 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。

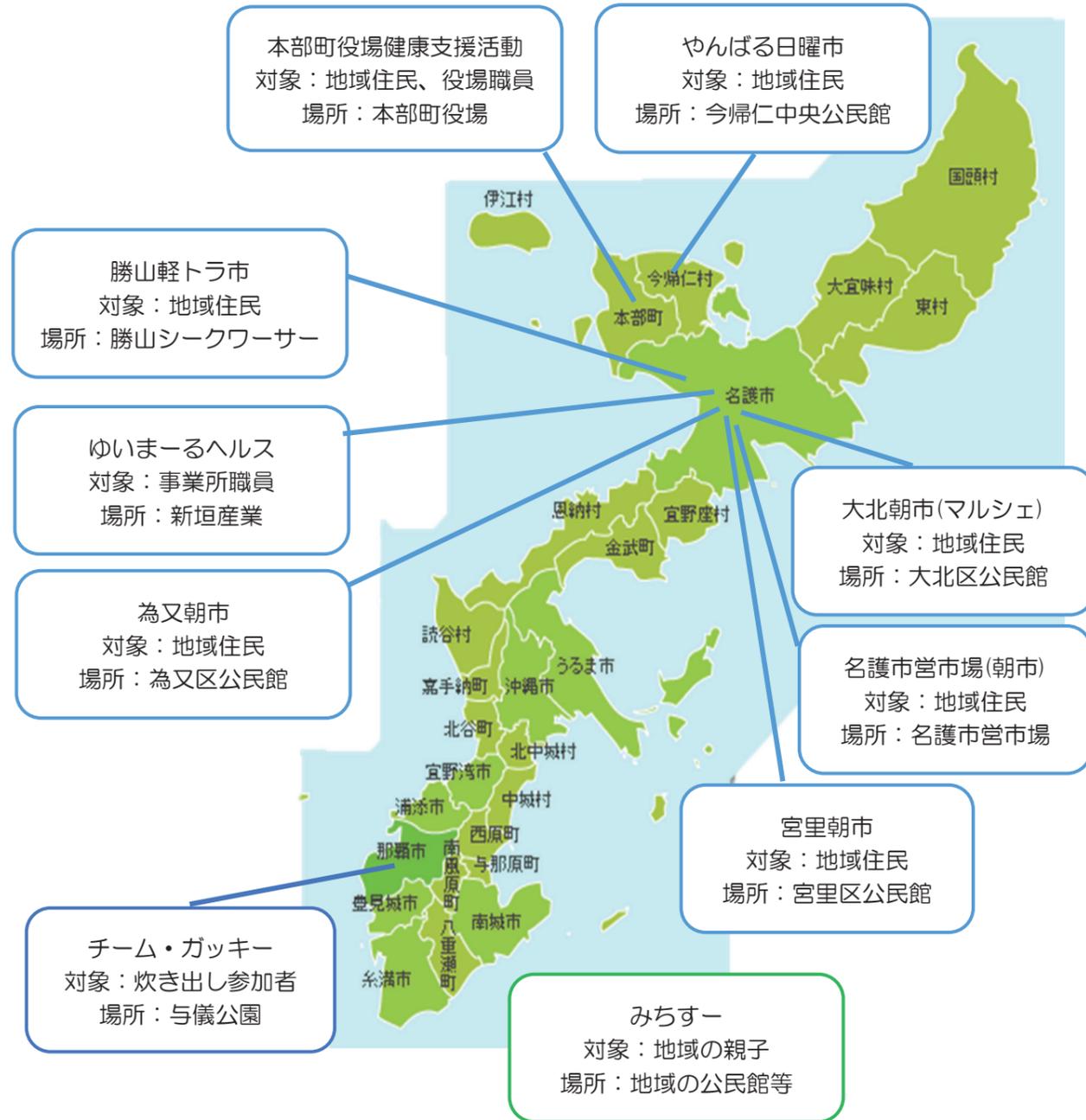


●VAG の活動

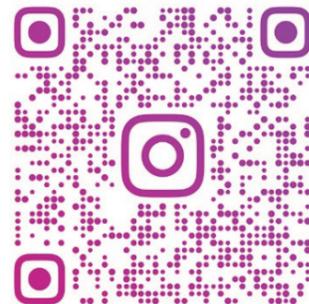
活動名	活動内容	活動の対象者
勝山軽トラ市	健康支援活動 ・健康 check ! ・ゆんたく会	来場した地域住民
やんばる日曜日		
大北朝市（青空南のマルシェ共催）		
名護市営市場		
宮里朝市（コロナ禍で休止中）		来場した地域住民や役場職員 依頼があった事業所職員 会場での炊き出しへの参加者
為又朝市（コロナ禍で休止中）		
本部町役場健康支援活動		
ゆいまーるヘルス		
チーム・ガッキー		
みちすー		
来場した子どもたち		

●VAG の活動予定と場所

第1日曜日	為又朝市：為又区公民館・・・・・・・・・・（コロナ禍で休止中）
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）
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	やんばる日曜日、名護市営市場、宮里朝市（コロナ禍で休止中）
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
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



ぜひ、いらしてください！
お待ちしております！



MEIO_VAG

名桜大学ボランティアサークル (VAG)
代表：石川淳貴 (4年)・西山来貴 (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)

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～

大北朝市 場所：大北公民館 第2日曜日 9:00～11:00 「青空南のマルシェ」とタイアップ開催。 最近はお年寄りだけではなく、若い人の参加が増えてきました	為又朝市 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♪	★名護市場 場所：名護市場（ひろば） 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。市場全体で協力して楽しい雰囲気づくりを心がけます♪
★宮里朝市 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♪	勝山軽トラ市 場所：(有)勝山シークワサー敷地内 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	チームガッキー 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♪
本部町役場健康支援活動 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。	ゆいまーるヘルスプロジェクト 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！	みちすー 場所：旧崎本部小学校 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。

※宮里朝市など一部の活動(★)は新型コロナウイルスの影響により活動できない状況にあります。

～測定項目～

体組成 体重やBMI、体脂肪率や基礎代謝などがわかります。	血管年齢 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。	血圧 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。
SpO₂ 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。	ロコモティブシンドローム 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。	骨ウェーブ 手首で骨の状態(強さ)を測定することができます。
握力 握力を測ることで全身筋力の程度を確認できます。	スパイロメーター 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。	骨密度 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。

⚠️ 手指消毒やソーシャルディスタンスなど感染対策にも気を付けています。



Instagramはじめました！



作成日：2022年12月29日 作成者：名桜大学看護学科 VAG広報 前中康希

●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



ゆいまーるヘルス：事業所を訪問



やんばる日曜日：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

