

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2017年7月9日(日) / 第1部

場所 本庄総合公園体育館  
(シルクドーム)

あなたの未来を強くする



小椋久美子さんと一緒に記念撮影

## 小椋久美子さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
本庄



【上】小椋さんが直接参加者に指導してくれました。  
【下】親子で小椋さんとも対戦!!

スミセイバイタリティアクションは、大切な人と一緒に運動することで、「もっと健康に、そして幸せになってほしい」という想いを込めたプロジェクトです。

7月9日(日)、「スミセイバイタリティアクション」親子バドミントン編を開催し、小学生の親子26組51名の方にご参加いただきました。

この日は「親子で一緒にカラダを動かそう!」をテーマに、元女子バドミントン日本代表の小椋久美子さんを講師にお迎えしました。

準備体操の後、バドミントンコートを使ったおにごっこや親子対抗のシャトル投げでウォーミングアップ。

まずはバドミントンの基本であるラケットの握り方から教わり、ラケットを使ったシャトルすくい、打ち上げの練習を行いました。その後親子でシャトル打ちや小椋さんとのラリーにも挑戦。最後は、みんなで小椋さんと一緒に記念撮影を行いました。

親子で楽しくカラダを動かして、いい汗をたくさんかいて笑顔になれた一日でした。

たいせつな人と  
カラダ動かそう

スミセイ バイタリティ アクション

Sumisei Vitality Action

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2017年7月9日(日) / 第2部

場所 本庄総合公園体育館  
(シルクドーム)

あなたの未来を強くする

住友生命



小椋久美子さんと一緒に記念撮影

## 小椋久美子さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
本庄



【上】小椋さんが直接参加者に指導してくれました。  
【下】親子で楽しくバドミントン！

スマセイバイタリティアクションは、大切な人と一緒に運動することで、「もっと健康に、そして幸せになってもらいたい」という想いを込めたプロジェクトです。

7月9日(日)、「スマセイバイタリティアクション」親子バドミントン編を開催し、小学生の親子27組54名の方にご参加いただきました。

この日は「親子で一緒にカラダを動かそう！」をテーマに、元女子バドミントン日本代表の小椋久美子さんを講師にお迎えしました。

準備体操の後、バドミントンコートを使ったおにごっこや親子対抗のシャトル投げでウォーミングアップ。

まずはバドミントンの基本であるラケットの握り方から教わり、ラケットを使ったシャトルすくい、打ち上げの練習を行いました。その後親子でシャトル打ちや小椋さんとのラリーにも挑戦。最後は、みんなで小椋さんと一緒に記念撮影を行いました。

親子で楽しくカラダを動かして、いい汗をたくさんかいて笑顔になれた一日でした。

### たいせつな人と カラダ動かそう

スマセイ バイタリティ アクション

Sumisei Vitality Action

住友生命

住友生命保険相互会社 熊谷支社