

Sumisei Vitality Action Report

日付 2017年11月12日(日) / 第1部

場所 盛岡体育館
アリーナ

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
盛岡

11月12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30組60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。

まずはコートを使った鬼ごっこ、シャトル投げの親子対決で盛り上がりながら体をほぐしました。その後基本的なラケットの握

り方を教わり、シャトル拾いや打ち上げの練習を行いました。また、親子でシャトル打ちや小椋さんとのラリーにも挑戦。初めてバドミントンをする子には小椋さんが手を取り優しく指導してくれました。

最後に「今後もスポーツで親子の絆を深めていっていただけたらいいな」とご自身の経験も含めてコメントいただきました。

親子で楽しく体を動かさし、笑顔溢れる1日になりました。



【上】ラケットの使い方をレクチャーする小椋さん
【下】打ち上げの練習をする参加者

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。

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

Sumisei Vitality Action Report

日付 2017年11月12日(日) / 第2部

場所 盛岡体育館
アリーナ

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
盛岡



【上】シャトル拾いをレクチャーする小椋さん
【下】ラリーに挑戦する参加者

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。

11月12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24組48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ました。

まずはコートを使った鬼ごっこ、シャトル投げの親子対決で盛り上がりながら体をほぐしました。その後基本的なラケットの握り方を教わり、シャトル拾いや打ち上げの練習を行いました。また、親子でシャトル打ちや小椋さんとのラリーにも挑戦。初めてバドミントンをする子には小椋さんが手を取り優しく指導してくれました。

最後に「今後もスポーツで親子の絆を深めていっていただけたらいいな」とご自身の経験も含めてコメントいただきました。

親子で楽しく体を動かし、笑顔溢れる1日になりました。

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