

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年6月10日(日) / 第1部

場所 コカ・コーラ ボトラーズジャパンスポーツパーク
(鳥取県立布勢総合運動公園)

あなたの未来を強くする

住友生命



北澤豪さんと一緒に記念撮影

北澤豪さんと 親子で一緒に運動しよう

in
鳥取

6月10日(日)、「スミセイバイタリティアクション」親子体操編を開催し、30組55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、元サッカー日本代表の北澤豪さんを講師にお迎えしました。

まず、ウォーミングアップでは親子で手をつなぎ、こおり鬼やボールの取り合いゲームをしました。その後、パスやボールの蹴り方などの基本動作を教わりました。

この日、一番盛り上がったのは、

ミニゲームです。日頃あまり目にするのではない

保護者の真剣なプレーに、子どもたちは一生懸命に声援を送っていました。

北澤さんは、「健康でいることは、今日のように子どもたちと運動ができるということです。一緒にカラダを動かしていると子どもの成長を感じられ、いろいろな気付きがありますので、これからも親子でカラダを動かしてください」と話されました。



【上】親子でパスの練習をする参加者

【下】シュートのお手本を見せる北澤さん

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

スミセイ バイタリティ アクション

Sumisei Vitality Action

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年6月10日(日) / 第2部

場所 コカ・コーラ ボトラーズジャパンスポーツパーク
(鳥取県立布勢総合運動公園)

あなたの未来を強くする

住友生命



北澤豪さんと一緒に記念撮影

北澤豪さんと 親子で一緒に運動しよう

in
鳥取

6月10日(日)、「スマセイバイタリティアクション」親子体操編を開催し、24組47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、元サッカー日本代表の北澤豪さんを講師にお迎えしました。

まず、ウォーミングアップでは親子で手をつなぎ、こおり鬼やボールの取り合いゲームをしました。その後、パスやボールの蹴り方などの基本動作を教わりました。

この日、一番盛り上がったのは、

ミニゲームです。日頃あまり目にするのではない

保護者の真剣なプレーに、子どもたちは一生懸命に声援を送っていました。

北澤さんは、「健康でいることは、今日のように子どもたちと運動ができるということです。一緒にカラダを動かしていると子どもの成長を感じられ、いろいろな気付きがありますので、これからも親子でカラダを動かしてください」と話されました。



【上】親子でボールキープの練習をする参加者
【下】ミニゲーム前にアドバイスをする北澤さん

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。

たのせつな人と
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