

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年7月8日(日) / 第1部

場所 サイデン化学アリーナ(さいたま市記念総合体育館)

あなたの未来を強くする



横原寛己さん、元木大介さんと一緒に記念撮影

## 横原寛己さん、元木大介さんと 親子で一緒に運動しよう



7月8日(日)、「スミセイバイタリティアクション」親子ベースボール編を開催し、44組88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、元巨人投手の横原寛己さんと元巨人内野手の元木大介さんを講師にお迎えしました。

ボールの握り方を教わった後、まずは親子でキャッチボール。講師の二人が声援を送る中、キャッチボールのスピードを競いました。その後は「バッティング」と「ピッチング」の二手に

分かれレッス  
ンスタート。

バッティング

の練習では、遠くまでボールを飛ばした親子に元木さんのサインボールが贈られました。

ピッチングでは、横原さんからバレーボールを使って正しい投げ方を教えて頂きました。その後は野球ボールに持ち替え、フラフープの中を通す練習を行いました。

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。



【上】元木さんのバッティングに興味津々  
【下】ボールがフラフープを通るか挑戦!

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7月8日(日) / 第2部

場所 サイデン化学アリーナ(さいたま市記念総合体育館)

あなたの未来を強くする



横原寛己さん、元木大介さんと一緒に記念撮影

## 横原寛己さん、元木大介さんと親子で一緒に運動しよう



7月8日(日)、「スミセイバイタリティアクション」親子ベースボール編を開催し、44組89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、元巨人投手の横原寛己さんと元巨人内野手の元木大介さんを講師にお迎えしました。

ボールの握り方を教わった後、まずは親子でキャッチボール。講師の二人が声援を送る中、キャッチボールのスピードを競いました。その後は「バットティング」と「ピッチング」の二手に

分かれレッス  
ンスタート。

バットイング

の練習では、遠くまでボールを飛ばした親子に元木さんのサインボールが贈られました。

ピッチングでは、横原さんからバレーボールを使って正しい投げ方を教えて頂きました。その後は野球ボールに持ち替え、フラフープの中を通す練習を行いました。

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。



【上】横原さんの投球に親子で釘付け  
【下】元木さんからサインボールのプレゼントも

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。

