

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年10月21日(日) / 第1部

場所 北名古屋市健康ドーム アリーナ

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  
名古屋

10月21日(日)、「スミセイ Vitality Action」親子サッカー編を開催し、17組38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北澤さんの動きを全員で真似したり、親子で手つなぎ鬼ごっこや、ボールの取り合いゲームをしました。

その後、パスなど基本動作を教

わってから、ミニゲームを行いました。4チームに分かれて子ども同士、大人同士で対戦。北澤さんもコートに入り一緒にプレーをしました。保護者の真剣なプレーに子どもたちは大きな声援を送り、ゴールが決まると会場には大きな拍手が起き、とても盛り上がりました。

北澤さんからは、「親子というチームワークの絆をこれからも強めてください」と話してくださいました。



【上】北澤さんから直接レクチャー

【下】親子で手を繋ぎながらドリブル

スミセイ「Vitality Action」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「Vitality Action」

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年10月21日(日) / 第2部

場所 北名古屋市健康ドーム アリーナ

あなたの未来を強くする



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  
名古屋

10月21日(日)、「スミセイ『Vitality Action』親子サッカー編を開催し、26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北澤さんの動きを全員で真似したり、親子で手つなぎ鬼ごっこや、ボールの取り合いゲームをしました。

その後、パスなど基本動作を教

わってから、ミニゲームを行いました。4チームに分かれて子ども同士、大人同士で対戦。北澤さんもコートに入り一緒にプレーをしました。保護者の真剣なプレーに子どもたちは大きな声援を送り、ゴールが決まると会場には大きな拍手が起き、とても盛り上がりました。

北澤さんからは、「親子というチームワークの絆をこれからも強めてください」と話してくださいました。



【上】親子でボールの取り合いゲーム

【下】北澤さんと一緒にウォーミングアップ

スミセイ「Vitality Action」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。

たれせつな人と  
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」