

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2019年6月23日(日) / 第1部

場所 みずま総合体育館

あなたの未来を強くする



末續慎吾さんと一緒に記念撮影

## 末續慎吾さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
久留米

6月23日(日)、「スミセイ Vitality Action」親子走り方編を開催し、31組69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、陸上短距離選手の末續慎吾さんを講師にお迎えしました。

まずは、親子ペアで体を動かしてウォーミングアップをした後、腕振りや足あげ、アヒル走りやスキップ、両足ジャンプなど行ないながら走り方のコツをたくさん教えてもらいました。

その後、チームに分かれてリレーを行い最後

はリレー1位のチーム8人と末續さんチーム2人で対決をし、末續さんの本気の走りに会場から大きな声援があげられました。

末續さんからは、「走ることは人の距離を縮めたり心を動かすもの。今日やったことを家でも復することで運動会で一番になれるかもしれません。親子で楽しんでください。」とコメントをいただきました。



【上】お手本を披露する末續さん  
【下】親子でアヒル走りに挑戦

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 2019年6月23日(日) / 第2部

場所 みずま総合体育館

あなたの未来を強くする



末續慎吾さんと一緒に記念撮影

## 末續慎吾さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
久留米

6月23日(日)、「スミセイ Vitality Action」親子走り方編を開催し、33組70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、陸上短距離選手の末續慎吾さんを講師にお迎えしました。

まずは、親子ペアで体を動かしウォーミングアップをした後、腕振りや足あげ、アヒル走りやスキップ、両足ジャンプなど行ないながら走り方のコツをたくさん教えてもらいました。

その後、チームに分かれてリレーを行い最後

はリレー1位のチーム8人と末續さんチーム2人で対決をし、末續さんの本気の走りに会場から大きな声援があげられました。

末續さんからは、「走ることは人の距離を縮めたり心を動かすもの。今日やったことを家でも反復することで運動会で一番になれるかもしれません。親子で楽しんでください。」とコメントをいただきました。



【上】走り方を指導する末續さん  
【下】みんなでリレー対決!

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。

たのせつな人と  
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」