

Sumisei Vitality Action Report

日付 2017年9月16日(土)

場所 東出雲体育館
大体育室

あなたの未来を強くする

住友生命



古賀稔彦さんと一緒に記念撮影

古賀稔彦さんと 親子で一緒に運動しよう

in
松江

9月16日(土)「スミセイバイタリティアクション」柔道編を開催し、小学生の親子25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、柔道家の古賀稔彦さんを講師にお迎えしました。礼に始まり礼に終わるのが柔道。まずはじめに基本の正座と挨拶の作法を学んでからのスタートとなりました。そして怪我をしないように基本である受け身の練習などを行い、古賀さんに背負い投げや大外刈りな

どの技を披露い
ただいた後、親子
で大外刈りに挑
戦しました。自分より大きなお父
さん、お母さんを倒すなんて普段
なかなかできない体験に子ども
たちも嬉しそうでした。

古賀さんからは「物より思い
出。親子でいろんな運動をしてふ
れ合って、たくさん思い出を作っ
てください」とメッセージ。
親子で楽しくカラダを動かして、
楽しい思い出が作れた一日で
した。



【上】受け身の指導をする古賀稔彦さん

【下】大外刈りの練習をする参加者のみなさん



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

住友生命

住友生命保険相互会社 松江支社