

Sumisei Vitality Action Report

日付 2017年10月15日(日) / 第1部

場所 ノーリツアリーナ和歌山

あなたの未来を強くする



畠山愛理さんと一緒に記念撮影

畠山愛理さんと 親子で一緒に運動しよう

in
和歌山市

10月15日(日)「スマセイバイタリティアクション」体操編を開催し、小学生の親子20組58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、元新体操日本代表の畠山愛理さんを講師にお迎えしました。

畠山さんの模範演技では、動きの美しさや体の柔らかさに会場からは感嘆の声が上がりました。「だるまさんが転んだ」で遊びながら体をほぐした後は、親子で一緒にストレッチ。その後、ボール

運びのリレーをしたり、フラフープを投げ合ったりと、親子で触れ合うメニューをたくさん教えていただきました。

畠山さんからは「最初は体が固く、家で両親に背中を押してもらいながら練習していました。この時間が家族とのコミュニケーションにもつながったと思います。皆さんも親子で一緒にストレッチを続けてください」とメッセージを頂きました。



【上】畠山さんと一緒にストレッチ

【下】フラフープの扱い方を教える畠山さん

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。

たいせつな人と
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

Sumisei Vitality Action Report

日付 2017年10月15日(日) / 第2部

場所 ノーリツアリーナ和歌山

あなたの未来を強くする



島山愛理さんと一緒に記念撮影

島山愛理さんと 親子で一緒に運動しよう

in
和歌山市

10月15日(日)「スマセイバイタリティアクション」体操編を開催し、小学生の親子13組40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、元新体操日本代表の島山愛理さんを講師にお迎えしました。

島山さんの模範演技では、動きの美しさや体の柔らかさに会場からは感嘆の声が上がりました。「だるまさんが転んだ」で遊びながら体をほぐした後は、親子で一緒にストレッチ。その後、ポ

ール運びのリレーをしたり、フラフープを投げ合ったりと、親子で触れ合うメニューをたくさん教えていただきました。

島山さんからは「最初は体が固く、家で両親に背中を押してもらいながら練習していました。この時間が家族とのコミュニケーションにもつながったと思います。皆さんも親子で一緒にストレッチを続けてください」とメッセージを頂きました。



【上】ボールの模範演技をする島山さん

【下】リボンの使い方を子どもたちにレクチャー

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。

たいせつな人と
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