

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年1月13日(土) / 第1部

場所 ミズノフットサルプラザ

あなたの未来を強くする



福西崇史さんと一緒に記念撮影

## 福西崇史さんと親子で一緒に運動しよう

in 調布

1月13日(土)「スミセイバイタリティアクション」親子サッカー編を開催し、小学生の親子19組42名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福西崇史さんを講師にお迎えしました。

ウォーミングアップでは、親子でボール取りゲームをしたり、手を繋いでドリブルを行ったりと楽しく体を動かしました。そして、パスの出し方やボールキープの基本動作を教えてもらい、最後

に、2チームに分かれてミニゲームを行いました。

親子で協力しながらプレイし、点数が入ると大きな歓声が上がりました。

福西さんからは、「スポーツが出来る機会を与えてくれるお父さん、お母さんに感謝してこれからも取り組んでください」とメッセージをいただきました。

親子で楽しく思い切り体を動かす、いい汗をたくさんかいて笑顔になれた1日でした。



【上】ボール取りゲームをする参加者

【下】ボールキープの動作を教える福西さん

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ほしい」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1月13日(土) / 第2部

場所 ミズノフットサルプラザ

あなたの未来を強くする



福西崇史さんと一緒に記念撮影

## 福西崇史さんと親子で一緒に運動しよう

in 調布

1月13日(土)「スミセイバイタリティアクション」親子サッカー編を開催し、小学生の親子26組53名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福西崇史さんを講師にお迎えしました。

ウォーミングアップでは、親子でボール取りゲームをしたり、手を繋いでドリブルを行ったりと楽しく体を動かしました。そして、パスの出し方やボールキープの基本動作を教えてもらい、最後

に、2チームに分かれてミニゲームを行いました。

親子で協力しながらプレイし、点数が入ると大きな歓声が上がりました。

福西さんからは、「スポーツが出来る機会を与えてくれるお父さん、お母さんに感謝してこれからも取り組んでください」とメッセージをいただきました。

親子で楽しく思い切り体を動かして、いい汗をたくさんかいて笑顔になった1日でした。



【上】楽しくウォーミングアップする参加者  
【下】基本動作を教える福西さん

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ほしい」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 バイタリティ アクション

Sumisei Vitality Action