

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年6月16日(土)

場所 ウィンク体育館(姫路市立中央体育館)

あなたの未来を強くする

住友生命



真弓明信さん、中西清起さんと一緒に記念撮影

真弓明信さん、中西清起さんと 親子で一緒に運動しよう

in
姫路

6月16日(土)、「スミセイバイタリティアクション」親子野球編を開催し、親子48組101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、元阪神監督の真弓明信さんと元阪神投手の中西清起さんを講師にお迎えしました。

真弓さんの「お父さんお母さんと一緒に楽しく汗を流しましょう」という挨拶とともに、イベントスタート。

まずはボールの握り方、投げ方を学んでから親子でキャッチ

ボールをしまし

た。中西さんか

らは「投げると

きは、ひじを肩のラインと平行

か、もう少し上げて「キャッチ

ボールは相手の立場で考えて」

と、具体的に分かりやすいアドバ

イスがありました。

真弓さんは主に打撃練習を担

当。実演を交えた打ち方の基礎を

教えてもらって「から、みんな

でバツティングに挑戦しました。

親子で楽しくカラダを動か

して、いい汗をたくさんかいて笑顔

になれた一日でした。



【上】お手本として鋭い打球を飛ばした真弓さん

【下】身ぶり手ぶりを交えて指導する中西さん

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