

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年7月21日(土) / 第1部

場所 プラサ ヴェルデ 多目的ホール

あなたの未来を強くする



小椋久美子さんと一緒に記念撮影

## 小椋久美子さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
沼津



【上】打ち方の指導をする小椋さん  
【下】シャトル拾いの練習をする参加者

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。

7月21日(土)、「スミセイ Vitality Action」親子バドミントン編を開催し、28組59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、元女子バドミントン日本代表の小椋久美子さんを講師にお迎えしました。

みなんで準備運動をした後は、コートを使った鬼ごっこや親子シャトル投げ対決で盛り上がりながらウォーミングアップを行いました。

ラケットの握り方を教えてもらい、シャトル拾い、打ち上げの練習を行いました。そして親子でシャトル打ち返す練習をして、最後にラリーに挑戦しました。

小椋さんからは、「スポーツを通して親子でよりコミュニケーションを深めてください」とコメントをいただきました。

親子で楽しくカラダを動かさし、いい汗をかいて笑顔になれた一日でした。

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 2018年7月21日(土) / 第2部

場所 プラサ ヴェルデ 多目的ホール

あなたの未来を強くする



小椋久美子さんと一緒に記念撮影

## 小椋久美子さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
沼津



【上】ラケットの握り方を指導する小椋さん

【下】親子でラリーを楽しむ参加者

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。

7月21日(土)、「スミセイ「Vitality Action」親子バドミントン編を開催し、19組41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、元女子バドミントン日本代表の小椋久美子さんを講師にお迎えしました。

みなで準備運動をした後は、コートを使った鬼ごっこや親子シャトル投げ対決で盛り上がりながらウォーミングアップを行いました。

ラケットの握り方を教える方も、打ち上げの練習を行いました。そして親子でシャトル打ち返す練習をして、最後にラリーに挑戦しました。

小椋さんからは、「スポーツを通して親子でよりコミュニケーションを深めてください」とコメントをいただきました。

親子で楽しくカラダを動かして、いい汗をかいて笑顔になった一日でした。

たいせつな人と  
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」