

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年11月18日(日) / 第1部

場所 大船体育館 競技場

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
神奈川

11月18日(日)、「スミセイ Vitality Action」親子サッカー編を開催し、16組33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。

まずは親子で手をつなぎ、歩いたりドリブルしたりと協力しながら楽しくウォーミングアップ。その後、3チームに分かれて、全員で走ったりボールを使った競争を行いました。各チーム相談し

工夫しながら行い、1番になったチームからは「ヤッター」と嬉しい声が上がりました。

最後に行ったミニゲームでは、親子共々一生懸命ボールを追いかけてました。

福西さんは「これらかも、親子の会話を大事にしてください。今日一緒にサッカーをしたことが親子のコミュニケーションのきっかけになったら嬉しいです」と話して下さいました。



【上】福西さんから直接指導を受ける親子

【下】親子一緒にミニゲームは白熱

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。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」

Sumisei Vitality Action Report

日付 2018年11月18日(日) / 第2部

場所 大船体育館 競技場

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
神奈川



【上】親子でウォーミングアップ
【下】福西さんから直接指導

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。

11月18日(日)、「スミセイ「Vitality Action」親子サッカー編を開催し、19組38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。

まずは親子で手をつなぎ、歩いたりドリブルしたりと協力しながら楽しくウォーミングアップ。その後、3チームに分かれて、全員で走ったりボールを使った競争を行いました。各チーム相談し

工夫しながら行い、1番になったチームからは「ヤッター」と嬉しい声が上がりました。

最後に行ったミニゲームでは、親子共々一生懸命ボールを追いかけてきました。

福西さんは「これらかも、親子の会話を大事にしてください。今日一緒にサッカーをしたことが親子のコミュニケーションのきっかけになったら嬉しいです」と話して下さいました。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」