

Sumisei Vitality Action Report

日付 2019年11月30日(土)／第1部

場所 足立区立千寿小学校

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
千住

11月30日(土)、「スミセイ Vitality Action」親子サッカー&走り方編を開催し、18組36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と元10m日本代表の菅野優太さんを講師にお迎えしました。走ることもサッカーも姿勢が大切。走り方の部では、菅野さんから体の軸を意識して、という指示のもとスキップやダッシュを

しました。サッ

カーの部ではパ

スやドリブルを

練習。福西さんから「姿勢が良い

と、良いボールが蹴れます。どう

すればうまくいくか、よく考え

て」と声がかかりました。教室の

最後には福西さんが「コミュニ

ケーションが大切なので、お父さ

んお母さんとしてしっかり話してく

ださい」と呼びかけました。

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】一人ひとりにアドバイスをする福西さん

【下】手を繋ぎながら親子でドリブル

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。

たれせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」

Sumisei Vitality Action Report

日付 2019年11月30日(土) / 第2部

場所 足立区立千寿小学校

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
千住

11月30日(土)、「スミセイ Vitality Action」親子サッカー&走り方編を開催し、14組28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と元10m日本代表の菅野優太さんを講師にお迎えしました。走ることもサッカーも姿勢が大切。走り方の部では、菅野さんから体の軸を意識して、という指示のもとスキップやダッシュを

しました。サッカーの部ではパスやドリブルを

練習。福西さんから「姿勢が良いと、良いボールが蹴れます。どうすればうまくいくか、よく考えて」と声がかかりました。教室の最後には福西さんが「コミュニケーションが大切なので、お父さんお母さんとしてしっかり話してください」と呼びかけました。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】まずは親子でウォーミングアップ
【下】姿勢をチェックする福西さん

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」