

Sumisei Vitality Action Report

日付 2020年1月25日(土)

場所 ぞらドラパーク米子東山体育館

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
鳥取



【上】親子でラケットの握り方を互いにアドバイス
【下】一人一人に優しく丁寧に指導する小椋さん

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。

1月25日(土)、「スミセイ Vitality Action」親子バドミントン編を開催し31組64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。準備体操の後、コートのラインを使った鬼ごっこ、シャトル投げの親子対決で楽しみながらウォーミングアップをしました。その後、バドミントンに挑戦。「ラケットは握手をするように握

りましょう」と小椋さん。ラケットでシャトルを拾い、打ち上げの練習を行った後は、ラリーに挑戦。最初はシャトルがラケットに当たらなかった子も徐々に上達していききました。最後にはエキシビションマッチでプレーを披露。白熱したゲームに会場は盛り上がりました。小椋さんは「今日をきっかけに、ぜひ親子でスポーツを続けてください」と笑顔で呼びかけました。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」