

Sumisei Vitality Action Report

日付 2020年2月15日(土)

場所 函館アリーナ

あなたの未来を強くする

住友生命



末續慎吾さんと一緒に記念撮影

末續慎吾さんと 親子で一緒に運動しよう

in
函館

2月15日(土)、「スミセイ Vitality Action」親子走り方編を開催し、55組120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、陸上短距離選手の末續慎吾さんを講師にお迎えしました。

まずは親子ペアで体を動かし、楽しくウォーミングアップ。会場からは笑顔があふれました。

その後、スキップや両足ジャンプを行いながら、走る姿勢や腕の振り方、地面の蹴り方など走り方

のコツを教えてくださいました。

その後は、チームに分かれてリレー対決です。子どももお父さんお母さんも、一生懸命バトンをつなぎました。末續さんもリレー対決に参加し、全員で真剣な対戦を楽しみました。

末續さんは「走る目標は速くなることだけではありません。これからもスポーツを通じて親子でコミュニケーションをとって下さい」と話して下さいました。



【上】親子でウォーミングアップ

【下】末續さんの爽快な走りに歓声!

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。

たいせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」