

Sumisei Vitality Action Report

日付 2021年11月27日(土) / 第1部

場所 ふじみ野市立スポーツセンター総合体育館

この活動を通じてSDGsの達成を目指します

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



廣瀬俊明さんと一緒に記念撮影

廣瀬俊明さんと親子で一緒に運動しよう

in 埼玉



【上】子どもたちと作戦会議をする廣瀬さん

【下】タグを取られないようにパスを繋ぐ参加者

スマセイ「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27日(土)、「スマセイ Vitality Action」親子ラグビー編を開催し、14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、元ラグビー日本代表の廣瀬俊明さんを講師にお迎えしました。

まずはじゃんけんゲームや片足立ちのバランス崩し、ボール取り対決など親子で楽しくウォーミングアップ。そして、キャッチボールでキャッチ前に手を2回たたいたり、ボールを2個同時に投げ合いっこしたり

してラグビーボールに慣れたところで、1on1を行いました。タグを取られないで相手を抜くことが出来た子どもは「ヤッター」という歓声と満面の笑みでした。最後はグループに分かれて親子でパスを10回繋ぐゲームをしました。

廣瀬さんから「親子で運動をする姿を見て一生懸命っていいな」と思いました。勉強も大事だけど、今日のような親子でカラダを動かす時間も大切にして欲しいです」とコメントをいただきました。

たれせつな人とカラダ動かそう

スマセイ「Vitality Action」

Sumisei Vitality Action Report

日付 2021年11月27日(土) / 第2部

場所 ふじみ野市立スポーツセンター総合体育館

この活動を通じてSDGsの達成を目指します

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



廣瀬俊明さんと一緒に記念撮影

廣瀬俊明さんと 親子で一緒に運動しよう

in
埼玉



【上】参加者とゲームをする廣瀬さん
【下】ボール2個を使ってパスの練習をする親子

スマセイ「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27日(土)、「スマセイ『Vitality Action』親子ラグビー編を開催し、19組47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、元ラグビー日本代表の廣瀬俊明さんを講師にお迎えしました。

まずはじゃんけんゲームや片足立ちのバランス崩し、ボール取り対決など親子で楽しくウォーミングアップ。そして、キャッチボールでキャッチ前に手を2回たたいたり、ボールを2個同時に投げ合いっこしたり

してラグビーボールに慣れたところで、1on1を行いました。タグを取られないで相手を抜くことが出来た子どもは「ヤッター」という歓声と満面の笑みでした。最後はグループに分かれて親子でパスを10回繋ぐゲームをしました。

廣瀬さんから「親子で運動をする姿を見て一生懸命っていいな」と思いました。勉強も大事だけど、今日のような親子でカラダを動かす時間も大切にして欲しいです」とコメントをいただきました。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スマセイ「Vitality Action」