

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2023年12月2日(土) / 第1部

場所 木更津市民体育館

この活動を通じてSDGsの達成を目指します  
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



潮田玲子さんと一緒に記念撮影

## 潮田玲子さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
千葉



【上】潮田さんに打ち方を教わる参加者  
【下】構え方の練習をする親子

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。

12月2日(土)、「スミセイ「Vitality Action」親子バドミントン教室を開催し、38組81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潮田玲子さんを講師にお迎えしました。

まずは、準備体操やシャトル投げ対決でウォーミングアップを行いました。その後、ラケットの握り方やシャトル拾いの練習をして、構え方や打ち方の基本を教わりました。ラリー形式の練習では、ラケットを持ってい

ない方の手をあげてバランスをとることを教わり、親子ラリーで練習。最後は5点先取の親子ペアのダブルス対決を行い、全員でいい汗を流しました。

デモンストレーションでは潮田さんのスマッシュに、大きな拍手と歓声が沸きました。

閉会式では潮田さんより、「親子で一緒にカラダを動かす機会が少ないと思いますので、今日が皆さんにとっていい思い出になれば嬉しいです。」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

スミセイ「Vitality Action」



主催 住友生命保険相互会社 千葉支社  
後援 木更津市、木更津市教育委員会、木更津市スポーツ協会

# Sumisei Vitality Action Report

日付 2023年12月2日(土) / 第2部

場所 木更津市民体育館

この活動を通じてSDGsの達成を目指します  
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



潮田玲子さんと一緒に記念撮影

## 潮田玲子さんと 親子で一緒に運動しよう

in  
千葉



【上】潮田さんに打ち方を教わる参加者  
【下】ラケットの振り方を練習する親子

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。

12月2日(土)、「スミセイ『Vitality Action』親子バドミントン教室を開催し、41組87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潮田玲子さんを講師にお迎えしました。

まずは、準備体操やシャトル投げ対決でウォーミングアップを行いました。その後、ラケットの握り方やシャトル拾いの練習をして、構え方や打ち方の基本を教わりました。ラリー形式の練習では、ラケットを持ってい

ない方の手をあげてバランスをとることを教わり、親子ラリーで練習。最後は5点先取の親子ペアのダブルス対決を行い、全員でいい汗を流しました。

デモンストレーションでは潮田さんのスマッシュに、大きな拍手と歓声が沸きました。

閉会式では潮田さんより、「親子で一緒にカラダを動かす機会が少ないと思いますので、今日が皆さんにとっていい思い出になれば嬉しいです。」とコメントをいただきました。

たいせつな人と  
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」



主催 住友生命保険相互会社 千葉支社

後援 木更津市、木更津市教育委員会、木更津市スポーツ協会