

Sumisei Vitality Action Report

日付 2025年12月21日(日) / 第1部

場所 ナースパワーアリーナ 大体育室アリーナ

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
熊本



【上】親子でウォーミングアップ

【下】潮田さんと参加者でスマッシュの練習

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21日(日)、「スミセイ Vitality Action」親子バドミントン教室を開催し、38組90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。潮田さんの「今日は楽しくバドミントンをしましょう」と元気なあいさつからスタート。ウォーミングアップでは、熊本ゆかりの民謡「あんたがたどこさ」のリズムに合わせてステップを踏む準備運動や、親子シャトル投げ対決で体を温めてから、ラケット

の握り方や動作の基本を教えてくださいました。「ラケットは担ぐように構える」「ラケットを持っていない方の手を上げてバランスを取る」などポイントを踏まえながら、スマッシュを打ったり、親子ラリーをしました。最後は5点先取の親子ペア・ダブルス対決を行い、全員でバドミントンを楽しみました。潮田さんからは「親子で一緒に体を動かすのはすてきなこと。これからも楽しんでください」とコメントを頂きました。

たのせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」

Sumisei Vitality Action Report

日付 2025年12月21日(日) / 第2部

場所 ナースパワーアリーナ 大体育室アリーナ

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
熊本



【上】潮田さんに打ち方を教わる参加者
【下】ラリーを続ける親子

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21日(日)、「スミセイ Vitality Action」親子バドミントン教室を開催し、28組71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。まずはウォーミングアップ。潮田さんのアイデアで熊本ゆかりの民謡「あんたがたどこさ」のリズムに合わせてステップを踏む準備運動や、親子シャトル投げ対決で体を温めてから、ラケットの握り方や動作の基本を教えてくださいました。「ラケットは担ぐ

ように構える」「ラケットを持つていない方の手を上げてバランスを取る」などポイントを踏まえながら、スマッシュを打ったり、親子ラリーをしました。最後は5点先取の親子ペア・ダブルス対決を行い、全員でバドミントンを楽しみました。潮田さんからは「親子で一緒に体を動かすのはすてきなこと。私も2人の子どもの母親ですが、親子で関われる時間は思ったより少ないので、楽しんでください」とコメントを頂きました。

たいせつな人と
カラダ動かそう

スミセイ「Vitality Action」