

第一生命グループ女子陸上競技部OGによる 子どもの走り方教室

「はやく走れるようになりたい」、そんなお子さまの希望に寄り添う企画！
走り方の基礎を楽しくお伝えします！

逗子市民
限定

ME-BYO® 「ME-BYO®（未病）」とは、心身の状態を「健康か病気か」といった明確に2つに分けられるものとして捉えるのではなく、健康と病気の間で連続的に変化するものとして捉える概念です。
第一生命と神奈川県は連携協定により共同で未病を改善する活動を取り組んでおり、本イベントを開催します。

日時

令和5年12月9日 土

10:00～11:00(受付開始 9:30)

会場

第一運動公園（自由運動場）

定員

未就学児※ 抽選20人
(保護者2人まで付添い可)

※おおむね3～6歳児が対象
※対象の年齢外のご兄弟がいる場合はご相談ください。

参加費

無料

持ちもの

飲み物

その他

- ・動きやすい服・靴でお越しください。
- ・雨天中止（前日13時までに判断し、参加者へ連絡します。）

申し込みについて

- ◆ 申込方法： e-kanagawaよりお申込みください。
(右のQRコードを読み取ってください)
- ◆ 申込〆切： 11月23日(木)まで
- ◆ 抽選結果： 11月末までにメールでお知らせします。

申込はこちら



【イベント内容】

- ✓ ストレッチ指導
- ✓ ランニングフォーム指導
- ✓ ミニランニング etc

ポイント1

前傾姿勢

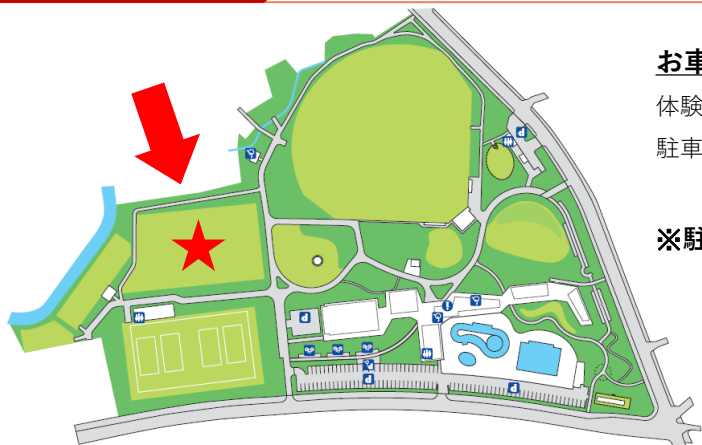
ポイント2

足は身体の真下へ置く

ポイント3

腕を後ろに引く

アクセス



お車でお越しの場合

体験型学習施設スマイル側
駐車場をご利用ください。

※駐車料金は有料です。

※ランニング教室の様子を
写真撮影させていただく
ことがございます。

写真は逗子市の広報活動
の他、第一生命グループ
のイベント紹介で使用さ
せていただくことがござ
いますので、あらかじめ
ご了承ください。

お申込み方法

e-kanagawaよりお申込みください。

お申込みの際は、次の項目をお教えてください。

<保護者の方のご連絡先>

①ご住所 ②連絡がつく電話番号 ③Eメールアドレス

<参加する方全員の情報>

④氏名、⑤性別、⑥生年月日

申込はこちら



※損害保険加入のため、参加する方全員の氏名、性別、生年月日を入力してください。
いただいた個人情報は、本教室における損害補償の目的以外には使用しません。

お問合せ先

逗子市福祉部 国保健康課 健康係

電話：046-873-1111（代表） F A X：046-873-4520 メール：kenkou@city.zushi.lg.jp

講師：鈴木 恵子

2001年に第一生命に入社。女子陸上競技部に入部。
2002年全日本実業団女子駅伝5区を出走しチームを優勝へと導く。
宮崎女子ロードレースハーフでは1時間10分15秒で3位となる。
ハーフマラソン日本代表としてインド開催の世界ハーフマラソンに出場。
引退後は第一生命社員として現在も勤務しながら、市民ランナーを応援する「Run with You」プロジェクトに参加し、全国でランニング教室を行っている。



5000m 15分52秒36
10000m 32分50秒42
ハーフマラソン 1時間10分15秒

第一生命グループ 女子陸上競技部 紹介

創部：1990年

監督：山下 佐知子（バルセロナ五輪 女子マラソン出場）

主な成績

【団体】2002年、2011年
全日本実業団対抗女子駅伝 優勝

【個人】2012年
尾崎 好美 ロンドン五輪 女子マラソン出場
2016年
田中 智美 リオ五輪 女子マラソン出場
上原 美幸 リオ五輪 女子5000m出場



第一生命のパートナー
第一生命
Dai-ichi Life Group

安心の先にある幸せへ。

笑顔、夢、希望があふれる毎日と未来のために、
私たちは生命保険の枠を超えて、
一人ひとりの「クオリティ・オブ・ライフ(QOL)」
向上に貢献しています。

第一生命は全国の市民ランナーを
応援しています。

全国で開催したランニング教室の様子を
第一生命ホームページで公開しています⇒



C23-361-0007 (2023.10.10)