

箱根駅伝区間記録保持者、三代目「山の神」神野大地選手が参加し、 走る楽しさや熱中症対策について親子にレクチャー

「健康にいい汗かこう！ スーパーかけっこアタック」

Supported by 健康ミネラルむぎ茶

2019年3月31日（日） ベルサール渋谷ガーデンにて開催

ランニングをライフスタイルの一部として定着させ、全ての人が健康になることに貢献したいという理念のもと活動している一般社団法人日本ランニング協会（代表理事：小林 渉）は、株式会社伊藤園（社長：本庄 大介）と共催で「健康にいい汗かこう！ スーパーかけっこアタック Supported by 健康ミネラルむぎ茶」を3月31日（日）にベルサール渋谷ガーデンで開催しました。2015年箱根駅伝青山学院大学を初優勝に導き「三代目山の神」とも呼ばれ、今年3月の東京マラソンでは2020年東京オリンピック男子マラソン選考会の出場権(MGC)も獲得した神野大地選手が特別ゲストで登場し、総勢70人の子ども達と一緒に走りました。



参加した子ども達は、神野選手や講師の秋本真吾さんから速く走るコツを直接教えてもらい、神野選手と「走ることの楽しさ」を体感していました。



▲子ども達と一緒に走る神野選手



▲「速く走るコツ」を教える神野選手と実践する子どもたち

スポーツで汗をかいたときだけでなく、暑さ対策にも大切な水分&ミネラル補給

当日はイベント受付時に「健康ミネラルむぎ茶」が配布され、本格的な暑さを向かえる春先のこの季節から、意識的にこまめな水分補給をすることが暑さ対策につながると伝えられました。神野選手からも、子どもたちに、日ごろからのこまめな水分・ミネラル補給を欠かさないことを呼びかけていました。



▲水分&ミネラル補給をする神野選手



▲水分&ミネラル補給の大切さを学ぶ神野選手

最後にはサプライズも！神野選手への応援メッセージ

最後には、子ども達から神野選手へのサプライズもあり、特大パネルいっぱいの応援メッセージがプレゼントされました。これには神野選手も驚いた様子で「聞いてなかったのすごい嬉しいです！メッセージ通り、MGCでは1位になれればと思います！」と喜んでいました。



▲子ども達からのサプライズに喜ぶ神野選手

【子ども達から神野選手への Q&A】

Q.小さい頃から速く走っていたんですか？

A.小さい頃は速くなかったです。僕自身小さい頃は50mも8秒5くらいでしたが、「次は8秒4を目指そう」といったように、小さい目標の達成を積み重ねていくことを大切にして速くなれたと思います。

Q.世界で活躍するためにどんなことを心がけていますか？

A.大きな目標ばかり見てしまうと挫折したり、楽しむ気持ちがなくなってしまうので、走ることを純粋な気持ちで楽しむことを大事にしています。

【イベントの様子】



▲学んだあとに、20mの記録測定をする子ども



▲神野選手・秋本氏・小林氏によるトークセッション



▲子ども達からの質問を選ぶ神野選手



▲子ども達からの質問に答える神野選手



▲水分&ミネラルを補給する子どもの様子



▲左から、講師 秋本真吾氏／神野選手／一般社団法人日本ランニング協会 小林渉氏／(株)伊藤園 麦茶・紅茶ブランドマネージャー 相澤治氏



スーパーかけっこアタックとは・・・

「かけっこアタック」は、子ども向けかけっこ指導のプロによるかけっこ教室です。走り方の「コツ」を分かりやすく教えるだけでなく「走るのが楽しい！」と思っただけのように、講師がサポートします。さらに、「スーパーかけっこアタック」はスペシャルゲストをお招きすることで、子どもたちに夢や希望を与えられるようなプログラム構成となっています。

【プロフィール紹介】

「山の神」神野選手が子ども達に走る楽しさをお伝えしました！



特別ゲスト

神野 大地選手

(かみの だいち)

生年月日：1993年9月13日
出身地：愛知県津島市出身
所属：セルソース

神野 大地は、愛知県津島市出身の陸上競技選手。専門は長距離走・マラソン。中京大中京高校、青山学院大学総合文化政策学部総合文化政策学科卒業。大学卒業後、実業団であるコニカミノルタへの入社を経た後、2018年11月よりセルソースに所属しプロランナーとして活動中。

2015年正月開催の箱根駅伝では、第5区の山登り区間において区間新記録を打ち立て、青山学院大学を初優勝に導き、「三代目山の神」「山の神野」とも呼ばれた。

マラソン大国で知られるケニアでの特訓を経て、今年2月に行われた東京マラソンでは、2時間11分5秒で8位に入り、2020年東京オリンピックのマラソン代表選考会「マラソングランドチャンピオンシップ（MGC）」の出場権を獲得した。

学校では教えてくれない速く走る「コツ」を神野選手と一緒に、お伝えしました。



講師（スプリントコーチ）

秋本 真吾氏

(あきもと しんご)

生年月日：1982年4月7日
出身地：福島県大熊町
所属：POLYVALENT

2012年まで400mハードルの陸上選手として活躍。オリンピック強化指定選手にも選出され、当時、特殊種目200mハードルではアジア最高記録、日本最高記録を樹立した。2016年全日本マスターズ陸上選手権において100mで優勝。

2013年からスプリントコーチとして、プロスポーツ選手に走り方の指導を展開。

全国各地で年間1万人を超える小学生に「かけっこ教室」を実施。

地元・福島県大熊町のために「ARIGATO OKUMA」を設立し、大熊町の子どもたちへのスポーツ・キャリア支援を行っている。

NIKE RUNNING EXPERT、NIKE+RUN CLUB COACHとしても活動。

【主催・一般社団法人日本ランニング協会】



ランニングは、全てのスポーツの基本です。

一般社団法人日本ランニング協会は、“いつでも、どこでも、だれにでも”できるランニングを、ライフスタイルの一部として定着させ、全ての人が健康となることに貢献したいという思いから生まれました。

ランニングは全てのスポーツの基本であり、心身の健全な発展および豊かな人間性の育成に寄与するという理念のもと、安全に楽しく継続して走ることができる環境づくりを推進しています。

代表理事・小林 涉

(こばやしわたる)

大学時代には箱根駅伝に出場。その後、本田技研工業→日産自動車を経て、計10年間実業団選手として活躍。日産自動車では、主将としてだけでなく、選手の傍ら、コーチに就任し選手兼コーチとしても活躍した。引退後は今までの経験を生かし、全ての人が健康になることを願い、ランニングの普及に努めるとともに、スポーツ選手のマネジメント、大会の企画・運営など、幅広く活動している。



名称：一般社団法人日本ランニング協会

設立年：2013年

活動内容：各種ランニングイベントの企画運営/有資格者のキャスティング

URL：<https://jaruna.jp/>

【共催・株式会社伊藤園】

スポーツの汗で失われる水分&ミネラルを「健康ミネラルむぎ茶」で補給しよう！

汗をかく“スポーツ”では、ミネラルが不足しがち！

汗をかくと、水分だけでなくミネラルも同時に失われるため、発汗量が増えるスポーツではこまめな水分&ミネラル補給が必要です。

汗により失われる水分・ミネラル



ゴクゴク飲んで



おいしくミネラル補給！



健康ミネラルむぎ茶のミネラルとは、リン・マンガン・ナトリウムのことです。

ミネラルとは

からだの健康を維持する、5大栄養素のひとつ。しかし、人体では合成できず、食事でも摂取しづらいため、意識的な補給が必要です。

※たんぱく質・脂肪・炭水化物・ビタミン・ミネラル

「健康ミネラルむぎ茶」の特長

- 水分だけでなくミネラルと一緒にとれる！
汗をかくと水分だけでなく、ミネラルも同時に失われます。「健康ミネラルむぎ茶」は、手軽に水分とミネラルを補給することができます。
※「健康ミネラルむぎ茶」のミネラルとは、リン・マンガン・ナトリウムのことです。
- 無糖、カロリーゼロでスポーツにオススメ！
無糖で、カロリーが含まれていないため、健康的です。しかも、カフェインも含まれていないため、お子様にも安心です。
- 後味スッキリ、ゴクゴク飲めるおいしいむぎ茶！

