

# ルレブルのススメ④

みやぎっ子ルレブル推進会議会員 明治安田生命保険相互会社

みやぎっ子ルレブル推進会議の精神で地域社会に貢献する活動も積極的に行っています。そのひとつが、Jリー



定期的に行われているサッカー教室

が、相互扶助の精神で地域社会に貢献する活動も積極的に行っています。そのひとつが、Jリー

子どもたちに「サッカー教室」や様々な体験の場を  
みやぎの子どもたちの「しっかり寝る・きちんと食べる・よく遊ぶ」で健やかに伸びる」を推進する企業・団体を紹介するシリーズの4回目は、「明治安田生命保険相互会社」です。社員のお子さんが満2才に達する月の末日まで育児休暇を取得できるなど、社内の子育て支援制度が確立されている同社です。相互扶助の精神で地域社会に貢献する活動も積極的に行っています。そのひとつが、Jリー

グ・ベガルタ仙台の協力のもと、小学生を対象としたサッカー教室です。「外遊びや様々な体験が大切」というルレブルの「よく遊ぶ」に賛同し、ベガルタ仙台と共に子どもたちの健やかな成長を支援しています。この他にも、音楽家を招いてのイベント・コンサートなどを実施しており、



**東北大学 川島隆太先生からのルレブルポイント**  
子どもの頃に外で体を動かす習慣をつけると、体力や運動機能が向上するだけでなく、その後の成長や健康増進にも大きく影響します。また、大人も仕事や家事以外の時間を作り、運動や趣味の時間を持つことで心身のリフレッシュが図れます。

企画：宮城県教育委員会 制作：河北新報社営業局