

**「第 2 回 三戸町中学生ランニング教室」を開催！**  
**～日本郵政グループ女子陸上部 OG の関根花観さんが青森県内の中学生に指導！～**

日本郵政株式会社（東京都千代田区、取締役兼代表執行役社長 増田 寛也）は、青森県三戸町陸上競技協会や日本郵便株式会社の三戸郡内の郵便局と共同で、2025 年 3 月 30 日（日）、「第 2 回 三戸町中学生ランニング教室」を開催しました。

**【開催の経緯】**

当社は、[「日本郵政グループのスポーツへの取り組みに関する基本的考え方」](#)にて掲げる「スポーツのチカラでニッポンをゲンキに！ powered by Team JP」に基づき、スポーツ文化の振興を推進しており、「女子陸上部」の持続的な強化に加え、スポーツに関連する多様な施策を通じてグループ社員の健康増進をはかり、社員の前向きな行動を通じて地域社会の活性化につなげるよう取り組んでいます。

この度、上記の取り組みに関連し、今年度 10 周年を迎えた日本郵政グループ女子陸上部の OG である関根 花観（せきね はなみ）さんを講師に招き、青森県三戸町陸上競技協会や日本郵便株式会社の三戸郡内の郵便局と共同で、太子食品工業株式会社のご協力の下、地元の中学生を対象としたランニング教室を開催しました。

**【イベント概要】**

- ・開催日時： 2025 年 3 月 30 日（日）10 時 00 分～12 時 00 分
- ・開催場所： ふるさと運動公園陸上競技場  
（〒039-0501 青森県三戸郡南部町大字上名久井字長尾下 55）
- ・参加人数： 20 名（青森県三戸郡内の中学校や地域スポーツクラブに募集チラシを配布）
- ・内容：
  - ① [MEKIMEKI 体操～カラダうごかせ！ニッポン！～](#)\*の実施
  - ② 講師による準備体操・走り方のレクチャー・ラダートレーニング
  - ③ 参加者全員でのリレー競争

\* 日本郵政×ももいろクローバーZ のコラボレーションで取り組む「カラダうごかせ！ニッポン！」プロジェクトで生まれた体操です。医学博士 佐藤弘道さん監修のもと、「有酸素」、「柔軟」、「筋力」、「リラックス」の 4 つの運動が詰め込まれており、誰もがライトに楽しむことができます。

**【講師プロフィール】****関根 花観（せきね はなみ）**

東京都出身。

2014 年 4 月、日本郵政グループ女子陸上部に入部し、リオデジャネイロ 2016 オリンピック女子 10000m 日本代表、2016 年全日本実業団対抗女子駅伝競走大会（クイーンズ駅伝）第 3 区区間 2 位（チーム優勝）、名古屋ウィメンズマラソン 2018 第 3 位（日本人 1 位）など数々の成績を残す。

2020 年、日本郵政グループ女子陸上部を退部し、現在は子供向けスポーツイベントなどの活動を行っている。

## 【イベントの様子】

○ 集合写真



○ MEKIMEKI 体操の様子



○ 関根さんによる指導の様子



○ 三戸郵便局橋本局長の挨拶



参加者の皆さま、ご協力いただいた関係者の皆さま、ありがとうございました。

以上