

## JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：JALUX

実施日：2022/5/24～2023/03/14（第4火曜日）今年度計7回実施

参加会社名：JALUX

参加者数：各6名程度任意

活動概要：朝活するために、毎月品川シーズテラスで実施される地域美化活動に参加者を募り JALUX として参加。地域美化活動とともに、朝からウォーキング活動を実施。インセンティブとして、健康を考えた野菜をプレゼント。12月からは JAL ショッピングで販売している JAL ロゴブレカーを購入・着用し、実施。

真夏と雨天は中止。

### 所感／参加者の声など

- ・朝から会社の周辺を綺麗にすると、とても気持ちよく1日がスタートできる。
- ・朝活すると、知らない間に歩数が増えていた。（一万歩達成できる。）
- ・朝早いけど、達成感がありとても良い。
- ・朝から活動すると、1日が充実した感じがする。

### 【実施時写真】

5月



6月



9月



11月



12月



2月



3月

