

JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：JALI DYZ（安全推進本部）

実施日：2023/02/10～2023/03/19

参加会社名：JALI

参加者数：62 名任意

活動概要：

件名：DYZ wellness 活動「東京箱根間往復安推単独競走（歩）」

期間：2023年2月10日（金）～3月19日（日）

目的：①DYZ の健康増進と運動不足の解消を図る

②ゴールを目指しチーム内チャットなどで声を掛け合い、コミュニケーションの活性化を図る

内容：期間中、歩いた歩数や運動実績を個人シートに入力し、個人シート上で箱根駅伝全区間（218 km）の完歩を目指す

所感／参加者の声など

- ・ 本部全体で取り組むことができ、一人ひとりが健康に対する意識を持ち、日々、ウォーキングや積極的な運動を心掛けることができた。
- ・ 本部を6チームに分け、若手・中堅社員にチームキャプテンを担って頂き、各チームでチームチャットを作成したことで、チーム内での会話（チャット及び職場での会話）が増え、部門を超えて社員同士のコミュニケーションが生まれ、本部内のコミュニケーション強化に繋げることができた。
- ・ 期間中のみならず、継続して積極的な運動を心掛けたいとの声が参加者からあった。
- ・ チームを解散するのが惜しいとの声が参加者からあった。
- ・ 本企画はコロナ禍での wellness 活動の取り組みとして、スプレッドシートとチャット内でのチーム活動であったが、来年度は対面の企画を望む声が参加者からあった。