

JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：スワンスワンデーのお知らせ

実施日：2024/04～2025/03

参加会社名：JSDJ

参加者数：70 名

活動概要：社内の禁煙意識向上のため毎月 22 日のスワンスワンデーに合わせて全社員に周知メールを送信した。スワンスワンデーのポスターを社内に掲示した。

所感／参加者の声など

WELLNESS リーダー全員で担当を分担し 1 年間継続できたのは良かったが、喫煙者が実際にスワンスワンデーを意識し禁煙日にしているかまでは確認できなかった。今後も継続し社員の禁煙意識を高めていきたいと思う。

【WELLNESS】 スワンスワンデー 受信トレイ



To ML-jsdj ▾

JSDJ各位

いつも健康増進活動にご協力いただき、ありがとうございます。

※ 毎月22日は「スワンスワン（吸わん吸わん）デー」です。

3月です。卒煙考えてみませんか？

愛犬への受動喫煙リスクについて併せてご覧ください。

https://drive.google.com/file/d/16LZiSB2_I6aWv2F1rrqtkk3DCVwApMf4/view?usp=drivesdk

202503 動物への
受動喫煙リスク.p...



PDF

今度の22日から、はじめませんか？
毎月22日は、「禁煙の日」



禁煙は、ご本人とご家族・仲間や医療者が一緒に取り組むことが大切です！

スワンスワンで禁煙を！

(吸わん吸わん)

2020年東京オリンピックでは、「スモークフリー」な大会を掲げており、そのオフィシャルエアラインであるJALグループも、**受動喫煙防止**を率先して取り組んでいます。



たばこをやめて
たいせつな家族を守ろう



動物への受動喫煙リスク



猫の悪性リンパ腫

猫の悪性リンパ腫になる確率が2.4倍
家庭内受動喫煙が5年以上になると3.2倍
高まると報告されています。



犬のがん

犬のがんになる確率が1.6倍
高まると報告されています。



8歳でがんの発症

ペットは約8歳で喫煙に関連したがんを
発症する可能性がある、と指摘されてい
ます。



体内細胞の異常

体内細胞に影響を与え、急
性感染症や血栓症を引き起
こしてしまうという報告が
されています。



たいせつな家族のために
えらべる卒煙プログラムはこちら

詳しくはJAL健保HPへ
<https://jalkenpo.jp/health/>

