

JAL Wellness活動実施報告

実施事業名：転倒予防セミナー

実施日：2024/04/16～2024/05/10

参加会社名：JLX

参加者数：112名（任意）

活動概要：転倒予防についてのセミナーを自作にて作成をし、職制に分けて（管理職と一般職）展開をした。

所感／参加者の声など

年齢問わず、視聴できたことにより、多くの役社員が参加することができました。
参加者からは、「自分の職制に合った内容を学びました。」「社内の整理整頓を定期的に行いたいと思いました。」「筋肉をつけることが転倒に繋がることを学んだので、今日から早速筋トレに励みたいです。」などといった感想をいただきました。
引き続き、運動習慣などの改善をできるよう実施していきたいです。

【実施案内】

健康経営施策の一環として、「転倒予防」についてのセミナーを実施いたします。

転倒・転落で亡くなる方が、交通事故で亡くなる方よりも多いことをご存知でしょうか？
現在、転倒を防止することは国民的課題となっております。

転倒は誰にでも起こりうるリスクがあり、ときに重大な怪我につながります。
大腿骨を骨折して寝たきりになってしまったり、後頭部を強打して後遺症が残ったり、死亡につながることも・・・。

今回は皆さまに知ってほしい内容を一般職編、職場の労働安全を含めた内容を管理職編、と職制に分けてお届けいたします。
本セミナーは、健康経営ならびに労働安全対策として発信している重要な内容です。
期間中積極的に受講いただきますようお願いいたします。

記

1. 実施期間

即日～2024年5月10日（金）

2. 対象者

全役社員

3. 受講方法

それぞれの職制に合わせ、以下URLよりご視聴ください

・管理職編（約5分）

[http://](#)

・一般職編（約3分半）

[http://](#)

4. プレゼントについて

デルモンテ ビュレフルーツ すりおろしりんご or すりおろしパインミックス を
視聴いただいた方全員に後日プレゼントをいたします。（味はお選びいただけません）

厚生労働省が展開する「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）（第3次）」において、
2024年4月1日より、1日あたりの果物摂取量の目標値が200gと新たに定められました。
本製品は1日の果実摂取量200gに対して、不足といわれる99.8g分以上の果実を1袋に使用しています。
栄養補給にお役立てください。