

JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：MoG 試着体験会の足底圧測定で自分の足のバランスチェック!

実施日：2024/06/7

参加会社名：JOSA

参加者数：約 20 名（任意）

活動概要：株式会社セルツコミュニケーションズさまの協力のもと、足底圧測定を体験し、歩き方や立ち姿で足底にかかっているバランスの状態など、自身の足の問題を知る。

足底圧測定で知った自身の問題から、正しい歩き方や改善方法、ストレッチなどを指導していただく。

所感／参加者の声など

自分の歩き方や足の状態が簡単にデータで見ることができて、社員が興味深く話を聞いている姿がとても印象的だった。これをきっかけに足のストレッチなどを続けて、足の疲労や腰痛を抱える社員が減ることができればよい。

- ・FOOT SCAN を歩くだけで、自分の歩き方の癖や課題が見れるのが面白かった。
- ・仕事上、足が痛くなることが多く、靴選びで悩んでいたが、自分の歩き方や問題を知ること、日頃から注意をしようと思った。

【実施時写真】



