

JAL Wellness 活動報告

実施事業名：JJS_ジョギング&ウォーキングクラブ(J&W)

実施日：2024.06.12～2025.03.31(全 15 回)

参加会社名：JJS

参加者数：延べ 148 名 （実人数 26 名）

活動概要：JJS 社員全員が幸福で生き生きとした生活を送るための「肉体的な健康」を目指すことができるように、年間を通して継続的に本活動を企画・開催した。

所感／参加者の声など

本社から徒歩 10 分圏内に総合運動場が立地しており運動環境が整っていたことから、本活動を企画した。

ただ、参加者が一定数から伸び悩んだこともあり、途中からオフィス周辺のウォーキングに切り替え、少しでも参加できるメンバーを増やすことができた。

参加者の声

- ・活動に参加することで、別日に自分でも意識して歩くように心がけることができた。
- ・業務が異なるメンバーと一緒に参加できたので、コミュニケーションを取る機会としてとてもよかった。
- ・実施場所が遠かったので途中参加/解散が難しく、なかなか参加できなかった。

【活動を実施した際の写真】

