

JAL Wellness活動実施報告

実施事業名：

実施日：2024/11/27～2024/12/20

参加会社名：JLX

参加者数：111名（任意）

活動概要：

感染症の主な対策として、正しい手洗いや喚起方法などがある。適切な予防方法を学ぶ機会としてセミナーを開催した。任意で動画を視聴する形で実施するとともに、不足しがちな野菜を補うべく、期間内に視聴いただいた役社員にはインセンティブとして野菜ジュースを配布した。

所感／参加者の声など

- ・ 感染症には多くの種類があり、各症状に対する対策が必要であることを理解できた
- ・ 正しい予防方法によって、流行しやすい冬の時期を乗り越えたい
- ・ 感染症に罹患してしまったため、セミナーで学んだ予防の方法に努めたい
- ・ 家族や同僚にも学んだことを勧めて、皆で健康な身体にしていきたい

健康経営の一環として、「感染症対策」についてのセミナーを実施いたします。

インフルエンザをはじめとする感染症が流行するシーズンが到来しました。
感染症は、高齢者や基礎疾患をお持ちの方にとって、重症化のリスクが高まる可能性があります。
特に外出の機会が増える年末年始を迎えるにあたり、自分自身の健康を守り、他人に感染を広げないための意識が重要です。

今回のセミナーでは、日常生活に取り入れやすい感染症対策と予防方法を動画でご紹介します。
健康的な毎日を手に入れ、この冬を元気に乗り越えましょう！
また、自分のペースで無理なく始められる対策・予防のヒントも満載です。
ぜひこの機会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12月20日（金）
2. 対象者
全役社員
3. 受講方法
下記URLをコピーしてChromeに張り付けてご視聴ください（約5分）
<http://>
4. プレゼントについて
「カゴメ野菜生活 飲料200ml」
ご視聴いただいた方全員に後日プレゼントいたします。

厚生労働省調査より、感染症の予防はバランスの取れた食生活が大切であることが分かっています。
食物繊維や鉄分を含む1日分の野菜を摂取し、健康な身体を維持していきましょう。
また、野菜を飲料にすることでβ-カロテンの吸収率を高めます。
β-カロテンは体内でビタミンAに変換し、免疫力の強化やがん予防、視力の維持などの健康を保つための重要な働きをする栄養素です。
この機会にご自身の体調管理にお役立てください。