

JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：カーリング体験

実施日：2025/2/2

参加会社名：JNV

参加者数：19 名

活動概要：どうぎんカーリングスタジアムで開催されているカーリング体験に参加する。

所感

- ・氷の上を歩くだけでも足や体幹の筋肉を使い、想像以上にハードな運動をする機会となった。
- ・後半のゲーム体験は楽しみながら実施することができ、全体を通じて運動することの楽しさを感じてもらえた。
- ・他地区からのさんかしゃもあり、社員間でコミュニケーションをとる良い機会となった。

参加者の声

- ・北海道ならではの貴重な体験ができ、また普段お話しする機会がない他部署の方々とお話しできてうれしかったです。
- ・思ったよりツルツル滑って難しかったです。最後のミニゲームなど盛り上がって楽しい時間でした。いい運動になりました。
- ・初めてカーリングを体験し、見た目以上にハードなスポーツだということを実感しました。札幌の方とも交流でき、とても楽しい経験ができました。ありがとうございました。
- ・氷の上を歩くだけでも足や体幹をものすごく使いました。こんなに体を使ったのは久しぶりかもしれません…。ミニゲームは白熱してとても楽しめました！！
- ・TV で見るより遥かにハードで頭脳戦でもあるのだな！とわかり、より興味を持つようになりました。
- ・カーリング本当に難しかったです。全力で楽しみました。
- ・歩くことも難しい状況でしたが、楽しかったです！
- ・人生初カーリングでとても良い経験になりました！

【実施時写真】



