

## JAL Wellness活動実施報告

実施事業名：べつだいウォーク

実施日：2025/2/2

参加会社名：JQS 大分空港所

参加者数：4名（任意）

活動概要：別府市と大分市を繋ぐ別大国道約7kmを歩くイベント。

### 所感／参加者の声など

- ・ 海岸沿いの景色を見ながら歩くのが気持ちよかった。気分転換になった。
- ・ 翌日筋肉痛になり、日頃の運動不足を実感した。
- ・ 普段ゆっくり話すことのできない社員と、2時間歩きながら親睦を深めることができてよかった。

