

JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：ノーアルコールデーお知らせ

実施日：2025/04/01～2026/03/31

参加会社名：JSDJ

参加者数：68 名

活動概要：安全意識の向上と健康維持を目的とした「ノーアルコールデー」の定着を図るため、毎月 8 日の実施日に合わせ、全社員へ啓発メールを配信した。

所感／参加者の声など

定期的な発信を継続することで、毎月 8 日の「ノーアルコールデー」が社員に定着してきたと感じる。安全意識や健康管理は一朝一夕で変わるものではないが、継続的なアナウンスが社員自身の飲酒習慣を振り返る「きっかけ」として機能していると思う。

今後もアルコール問題は JAL グループに所属する社員一人ひとりの問題であると、参加者が捉えることができるように周知を継続するとともに、アルコールによる具体的な健康への弊害なども紹介することで、健康管理の視点をより盛り込みたい。

【実施時写真】

JSDJ各位

みなさまお疲れさまです。

毎月8日はノーマルアルコールデーです。

明日は土曜日ですが月に一回の休肝日として

アルコール飲料の摂取を控え、身体を休めてみませんか？

毎月8日は、
「ノーマルアルコールデー」



Alcohol Day

JALアルコール意識強化対策

健康管理の一助として、ぜひ内容をご確認ください。

この時期は風邪をひきやすい時期でもありますので、お身体と相談しながらお酒を嗜むようにしてくださいね。