

JAL Wellness活動報告

実施事業名：品川まで桜ウォーク

実施日：2025/04/08

参加会社名：TYOCXV

参加者数：19名

活動概要：普段事務仕事で運動不足になりがちであり、毎日クレーム対応をしている部署のため、ストレスがたまりやすく発散する場が少ないと感じているメンバーも多いため、仲間とのふれあいの場を設けつつ、運動に繋がることを目的とした。

所感／参加者の声など

- ・桜もきれいだったが、みんなで一緒に参加できる企画であり、チームワークが深まった。
- ・普段品川までついバスに乗りがちだが、この季節気持ちよく歩きこれからもウォーキングを続けようと思った。
- ・この季節ならではの企画でしたが、今後も定期的にやってほしい。
- ・会社帰りに気軽に参加でき、これを目的に定時に仕事を終わらせよう！という意識で取り組めてよかった。
- ・まさに散策にぴったりの気候。満開の桜、気持ちよいウォークで心身ともに癒され、浄化された気がする。満開の時期はほんのわずか、今年もバタバタしながら、なんとなく花見かなあと思っていたので、お花見するぞ！という意気込みとともに愛でられた時間は本当に楽しく、気持ちが上がるひと時を過ごすことができた。

