

JAL Wellness活動報告

実施事業名: 昼のすすきのごみ拾い

実施日: 2025/08/24

参加会社名: JNV

参加者数: 3名(任意)

活動概要: 8/24に開催されたすすきのクリーンオーシャンプロジェクト「昼のすすきのごみ拾い」に参加。日頃の運動不足解消ができると同時に、社会貢献にも取り組んだ。

所感／参加者の声など

- ・個人目標である10,000歩/日が達成できた。ただ漠然と歩数を増やすのではなく、目標を決めて歩くことで、普段よりも意識して歩いていたと思う。引き続き意識していきたい。
- ・吸い殻やペットボトルを拾うことが多く、しゃがんだり、手を伸ばしたり、いつもと違う筋肉を使うことができて良い運動にもなったし、社会貢献もできて良かった。
- ・参加した夜はぐっすり眠ることができた。

【活動を実施した際の写真】

※集合形式の活動ではなく写真がない場合は、募集の際のメールやポスターを添付してください。



