

JAL Wellness 活動報告

実施事業名：スポーツ大会

実施日：2026/01/30

参加会社名：JQS

参加者数：25 名

活動概要：バレーやバスケットボールなどの運動を通して、体を動かし、仲間とのコミュニケーションも取ることで、心身共に健康体になることを目指す。

所感／参加者の声など

- ・ 全員参加でドッジボールをした。広いコートで大人数でのドッジボールでしたが、全身を使い楽しむことができた。
- ・ 4 グループでチーム分けをし、チーム対抗でバレーボールをした。チーム内での団結が生まれ、どのチームも声を掛け合い楽しむことができた。
- ・ 20 名ほどでバスケットボールをした。誰が同じチームなのか分かりづらかったため、ユニフォームや目印となるものがあれば、やりやすいと思った。
- ・ 最後に、王様ドッジボールをした。ボールを 2 つ使い、最後の短い時間だったが最後まで楽しむことができた。

【活動を実施した際の写真】



