

# JALDX FY25Wellnessフェア

JALDX/HRV  
2025/08/08 rev1.0

**JAL DIGITAL** 

## 【目的】

社員及び経営者へ「健康経営」のリテラシーをさらに深め、実践していただくために今期から9月を「JALDX Wellnessフェア月間」として社員が手軽に参加できるように様々な企画を検討。

9月は、msbでの健康診断の開催の1か月前になり、健康診断前に自分の健康状態がどういう状態であるかを実践で認識してもらうのに良い時期と考えている。

また、この時期に8月に実施した「健康習慣アンケート」の結果やJAL健保からの「Wellnessレポート」も手元にくるので、数値でも会社全体の状態が客観的に見れる。

この機会に「健康」及び「健康経営」の大切さを各個人が自覚し、健康についてのリテラシーを向上させ、毎日の生活の中で行動を起こすきっかけにするものとしたい

## 1. Wellnessフェア@msb リフレッシュエリア

日時：9月4日(木)

時間帯：13:00-15:00 予約者のみ@健康管理室

15:00-17:00 予約なし @リフレッシュエリア

対象者：JALDX全社員、派遣社員、DBI

内容：

- ・骨密度測定（骨粗鬆症対策）
- ・血管年齢測定（血圧・コレステロール等のチェック）
- ・口コモチェック&簡単なエクササイズ
- ・保健師による健康相談（個別）

# JALDX Wellnessフェア月間の活動内容

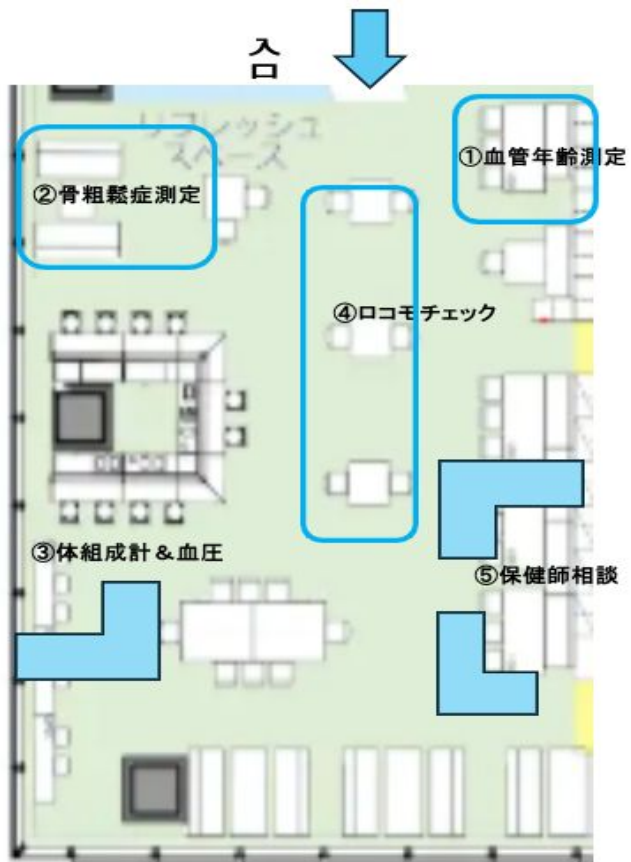
## 2. 当日詳細

- ・ 予約の有無
  - ➡ 予約の方：午後1時～3時@健康相談室
  - 当日分　：午後3時～5時@リフレッシュエリア
- ・ 告知方法：社内イントラ&みんなの掲示板
- ・ Wellnessメンバーのサポート依頼
  - ➡ 今月開催するWellnessメンバー会議で依頼

### <タイムスケジュール>

時間帯	集合場所	内容	担当
9:00 - 11:00	msb	計測機器到着（受領）	山本
11:45 - 12:00	msb12F総務受付前	計測機器の説明及び備品の確認	事務局・坂口・梶谷・渡邊
13:00 - 15:00		Wellness：予約者	八木・山本
14:45 - 15:00	msb12F総務受付前	リフレッシュエリアの設置	事務局・渡邊・坂口・梶谷
15:00 - 17:00	msb12Fリフレッシュエリア	フェア開催	事務局・坂口・梶谷・越智
17:00 - 17:30	msb12Fリフレッシュエリア	片付け	全員

# 会場レイアウト



## ◆必要備品◆

- ・パーティション 3脚
- ・看板 3個
- ・消毒薬
- ・消毒用紙タオル
- ・ゴミ捨て

**ありがとうございました！**

---

Thank you so much for your understanding!