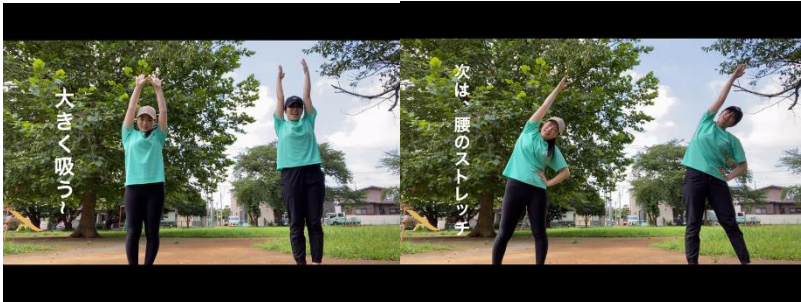
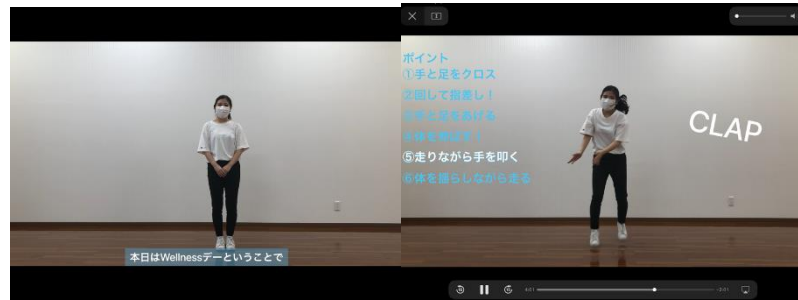


JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名	JLSKY 成田事業所
実施日	8 月 1 日、9 月 1 日、2 月 1 日
参加会社名	JLSKY
参加者数	8 月 1 日 25 名、9 月 1 日 30 名、2 月 1 日 75 名
活動概要	ダンス講座を開催し、立ち仕事で溜まった疲れをリフレッシュすることがや社員のコミュニケーションの場を作ることが目的。 趣味を活かしてあらゆる分野において知識豊富な社員が多いため、社員の中からインストラクターを募集し、8 月 9 月は「ダンス講座」、2 月は「リラックス体操、ストレッチ講座」を行った。参加方法は ZOOM、密を避けソーシャルディスタンスを保った教室での開催。
所感・参加者の声	ダンスや体操講座を開催することで社員の疲れやストレス解消に繋げることができた。また、講座の講師を社員から募る事で wellness 活動を社員全体に周知させることが出来た。 参加者からは身体を動かすことでリフレッシュすることができた。今後も動画を活用し実施したいという声があった。
実施時の写真	8 月 1 日ダンス講座 

9月1日ダンス講座



2月1日リラックス体操、ストレッチ講座

