

JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：JSAT 健康 CAFE(9 月開催)

実施日：2021 年 9 月 28 日

参加会社名：JSAT,AXS

参加者数：81 名

活動概要：お昼休み時間を利用した健康プチセミナー

セミナーテーマ：JAL アスリートオススメ ストレッチ&トレーニング方法について

セミナー講師：JAL アスリート社員（北口さん、加地さん、戸邊さん、土井さん、山本さん）

所感／参加者の声など

実施後参加者アンケートの感想コメントを抜粋

- ・私達でもできそうなものと、アスリートもやっている応用編の両方をご紹介頂き、興味深かったです。
- ・簡単にできそうなので、普段から取り入れていこうと思います。
- ・難しい態勢などさすがアスリートだなと感心しました。
- ・在宅勤務が続いている中、アスリートが実際にやっているストレッチなどを知る機会となり良かった。

～ランチタイムの健康企画～

2021 年度
第3回

JSAT健康Café

～お昼休みに健康プチ情報をお届けします～

～JALセールス×アスリート社員～
「健康」をテーマとしたトークショーや、アスリート社員オススメのストレッチ&トレーニングの紹介、オリンピック秘話も聞けるかも (● o ●)

ENTRY : <https://forms.office.com/r/NdYlgFYyQ2>
前日 9月27日(月)までにURLか右のQRコードより申し込みください。
上記エントリーフォームよりアスリート社員への質問やメッセージもお待ちしております。

OPEN : 2021年9月28日(火) 12:00～12:50 (ZOOM)
ZOOM ID : 910 1637 4797 PW : KENKOCAFE

JAL ATHLETE

左から	北口	榛花さん	やり投
	加納	虹輝さん	フェンシング・エ
	戸邊	直人さん	走高跳
	土井	杏南さん	短距離走
	山本	凌雅さん	三銃器

PRESENTED BY 原動力プロジェクト健康増進チーム