

## JALEC エンジン整備センター QEC 課 卓球大会

- 開催日 : 2018年1月26日(金)  
開催場所 : エンジン整備センター QEC 課エリア  
参加人数 : 32名  
目的 : 手軽にできるスポーツを通して、健康増進に対する意識の高揚、  
及び、職場内のコミュニケーションの活性化を図り、心身の健康づくりを  
追求していく。

### 実施報告

JALEC エンジン整備センター QEC 課のメンバーでそれぞれペアを16組作り、トーナメント方式によるダブルスゲームを開催しました。

各試合を皆で応援しつつ、和気藹藹<sup>あいあい</sup>皆さん大いに盛り上がり、とても充実した時間を過ごすことができました。

卓球大会は、さほど場所も取らず運動量も比較的多いので、健康増進にも大いに役立つものと思われ、また、アフター5仕事を離れてのアクティビティーであることから、精神的にも伸び伸びリラックスすることができたものと感じられました。

不定期ではありますが、今後もこのような楽しい機会を提供し、健康増進やコミュニケーションの活性化を図りストレスの解消を目指した企画を行っていきたいと思います。

