

WELLNESS

ママウォーク♪

JNV OSAIZ

IV/F 高田

2021.11.24



JAPAN AIRLINES

ママウォーク♪について

開催日：①11/24（水）・②11/26（金）

内容：紅葉シーズンにあわせて、時短勤務ママ達の交流と健康目的で感染対策をしながらウォーキングを実施。

参加者：①7名、②3名

コース：会社周辺

①、②共に中之島コース

時間：①13:45 スタート

②13:45 スタート

経路：東洋紡ビルからのスタート～中之島リバーサイド～中之島公会堂を迂回～北新地駅～大阪(梅田)駅



ママウォーク♪ 1回目

11月24日



秋晴れの中、気持ち良いウォーキング日和
でした！

ママウォーク♪ 2回目



11月26日



2回目の開催日も快晴！少人数でも楽しく話している間に中之島公会堂へあっという間に到着です。公会堂内もすこしぐるっとウォーキングして大阪駅へと♪



時短勤務のためなかなかコミュニケーションをとる時間がないワーママにとっては心も体もリフレッシュできる有意義な時間となりました！

参加者同士で楽しくお話しをしながら歩いているとあっという間で、どこまでも歩いていけそうな気分さえなりました。

普段は掃除や家事で忙しいママ達ですが、仲間同士で楽しく歩くことで日ごろのストレスを少しでも軽減していただける良い機会になったと思います。

