

## JAL Wellness活動実施報告

実施事業名：お茶の健康セミナー

実施日：2023/09/11～2023/09/11

参加会社名：JOSA/JGSO

参加者数：28名（任意）

### 活動概要：

株式会社 伊藤園さまにお越しいただき、お茶の健康効果などをお話いただいた。

おいしいお茶のいれ方を体験しながら、社員同士のコミュニケーションを増やし、

日頃のストレスを解消できる場を提供。

### 所感／参加者の声など

・お茶の歴史や種類の説明から、お茶の効能、健康効果などの解説をしていただき、社員からの質問も多く出ていた。さらに、お茶のいれ方も実演していただいたことで、セミナー終了後には、「今日からお茶を飲んでみる」という社員の声も聞かれた。お茶を通して社員の健康に対する知識と興味が増したと感じた。

・参加人数が茶器の用意の都合上、28名しか参加できなかったため、第2回の開催なども視野に入れて引き続き社員が健康に意識を持てる場を作る。

・マネージャー層から新入社員まで幅広い社員層が参加しており、業務とは違うコミュニケーションの場を提供できた。非常に和気あいあいと楽しんでいる様子が見えた。

### 【実施時写真】

