

# JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：JGSS Wellness ソフトボール大会

実施日：2023/09/30

参加者数：23名（社員17名（健保）/派遣社員6名）

活動概要：ソフトボール大会を通じて部署の垣根を越えて、仲間と交流を深めるとともに、運動機会を提供する事で、日頃の運動不足を解消しメンタルヘルスの向上を図る。

所感／参加者の声など

- ・参加した皆さまからは、非常に楽しかった、体力的にきつかったなどの声がありました。
- ・ソフトボール大会を通じて、運動機会を提供する事で、日頃の運動不足を解消出来たと思います。
- ・色々仲間とコミュニケーションを取ることで、メンタルヘルスの向上につながったと思います。
- ・大きなけがもなく、無事終了出来ました。

## 【活動の様子】

