

JAL Wellness 活動実施報告

実施事業名：Wellness カルタ（健康カルタ大会）

実施日：2024/01/07～2024/02/13

参加会社名：JSPK/HKDKZ

参加者数：29名（任意）

活動概要：『健康カルタ』を実施することで、各個人個人の健康意識向上を図り、ユニット内で実施することで仲間とのコミュニケーションを図り、またストレス解消にもつながった。

所感／参加者の声など

- ・各ユニット内で健康に関するお題を、一人ひとり考え、楽しんで取り組めた。聞きなれない用語も出て、健康に関する知識向上もできた。
- ・今回はユニット内にて実施したが、他部門を巻き込んで活動出来たら、もっと支店全体で盛り上がるのができたと感じた。今回、健康カルタは初めての開催ではありましたが楽しみながら健康づくりができたと思います。

【実施時写真】

※集合形式の活動ではなく写真がない場合は、募集の際のメールやポスターを添付してください。



健康カルタ大会

のお知らせ



まもなく2024年度を迎えますが、Wellness活動の一環として皆様の健康に役立つ「健康カルタ」を導入いたしました。ユニット内（HKD）内の皆様の健康に関する知識向上を図るとともに、HKD内の絆を固めるために企画いたしました。開催日は各ユニットMTG内に設定しておりますので活用していただければ幸いです。なお、カルタは開催日までに各ユニットに貸し出しますので、開催終了後は、Wellness担当まで返却をお願いします。



●日時 各ユニット-MTG（15分から20分ほど）
1月3日（水）Oユニット
午後15:30～
1月7日（日）Aユニット
1月19日（金）Bユニット
A,Bユニットの開催時間は確認の上、お知らせいたします。
●場所 HKDPT OFC内