

2020年10月30日

日本航空健康保険組合  
企画・業務チーム 御中

株式会社 JAL サンライト  
総務部総務グループ  
中林

### 2020年度 Wellness 活動 活動報告書

1. 実施活動名：JSL「本気の！ラジオ体操」＆「誰でも！ヨガ教室」
2. 実施年月日：ラジオ体操＆ヨガ教室 2020年10月20日（火）  
ヨガ教室 2020年10月23日（金）
3. 参加人数：15名
4. 参加会社・所属：株式会社 JAL サンライト・総務部
5. 実施内容：  
当社役員・総務部所属社員 20名参加によるラジオ体操＆ヨガ教室  
TYOIMZのご協力の下、出社社員は会議室に参集・在宅勤務者は Zoom・ウェビナーにて参加
6. 所感：  
総務部社員の健康への意識向上の一助となるとともに、さまざまな障がいのある社員が集う当社における健康経営施策としての適合性を検証することができた
7. 写真：

#### 【ラジオ体操】





【ヨガ教室 10月20日(火)】



【ヨガ教室 10月23日(金)】



以上