

# JAL Wellness 帯広空港 第21回 目指せ健康BODY! 活動報告



JAPAN AIRLINES

日時：2021年10月～2022年3月 通年活動  
 参加：合計 30名 (計測月⇒10,3月実施)



まずは目標設定しよう！

第21回JAL Wellness 2025 080

## 目指せ健康BODY!

痩せてる方もっっちり気味の方も！  
 健康的な身体を手に入れよう!! 頑張ってご参加の願いしませ〜!!

★日時  
 2021年10月4～7日  
 16:00～17:00  
 (A574乗込用機を予定しております)

★場所  
 帯広空港  
 JAL旅客事務所内にて  
 (参加 無料)

健康的にダイエット♪  
 体組成計測定をして自分の体を見直そう～

—今年—  
 ★各個人目標設定をする  
 ★目標に向けた挑戦内容を記入  
 —今年末—  
 ★目標に対して振り返りを行う  
 ★達成度と自己評価を記入する

脱!メタボ!!

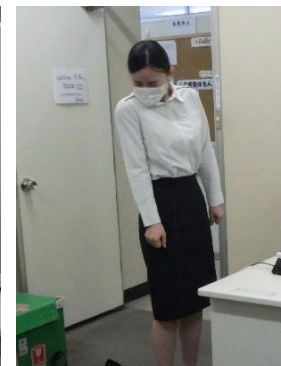
参加希望の方は、各々クッションのES担当までお知らせください!



# JAL Wellness 帯広空港 第21回 目指せ健康BODY! 活動報告



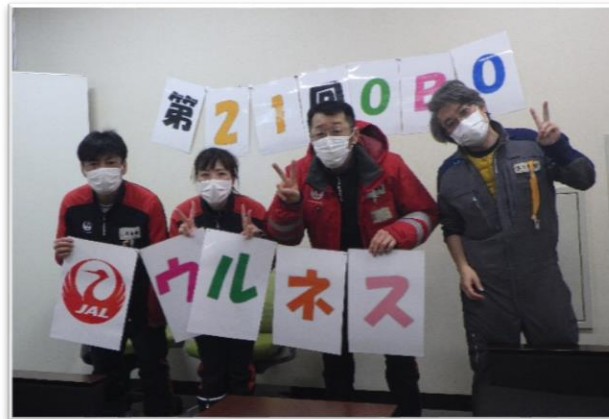
JAPAN AIRLINES



ん? どうだ?

健康BODY,いいね!





第21回Wellnessは、昨年度好評だった体組成計測定会を、今年はOBO所内全員に広げ、参加者全員が各自に目標を定め、理想の体作りを1年通して追いかけてきました。これからも継続的に活動を始め、心身共に健康であり続ける帯広空港を目指します。