




東京本社フィットネスルーム 閉室しました

 廣中 佑樹

朝日新聞東京本社地下2階のフィットネスルームは19日、長い歴史に幕を下ろし、閉室となりました。当日は、朝日新聞健康保険組合や朝日新聞人事部・労務部の有志が参加して「お別れセレモニー」が開かれました。

フィットネスルームは約40年前に設置され、部活動や筋力トレーニングなどで盛んに利用されてきました。1994年には朝日新聞健保に移管され、ルーム内には、健保から業務委託されたインストラクターのみなさんが常駐して、マシン利用の指導、ダンス系・ストレッチ系のレッスンプログラムを実施しました。現在の委託先、J.FITは2006年10月から東京と大阪本社にインストラクターを派遣し、ルーム内の指導などのほか、社内を巡回して行う職場体操にも取り組みました。また、社内外で開催した体力測定、ランニングクリニックなどを企画・運営していただきました。

セレモニーでは、朝日新聞健保からJ.FITに感謝状を贈呈しました。インストラクターの前田由紀さんは最後のあいさつで、「フィットネスルームと職場体操は、歴代のインストラクターから継承し、42年間続けてまいりました。今日まで大きな事故やケガなく終わられたことは、スタッフ1人ひとりの力とチームワークがあってこそのこととっております。29日までの職場体操も、リフレッシュと笑顔を最後まで届けてまいります。これまでのかけがえのない経験と社内の皆さまとの素晴らしい出会いに、心より厚く御礼申し上げます」と目に涙を浮かべながらお話しになりました。

※インストラクターのみなさんによる職場体操は29日までです。この職場体操をこれからも職場で、ご自宅でも続けたい、という方は、[健保組合HP](#) (ID healthy パスワード kenko208) をご覧下さい。職場体操の動画・画像テキスト・音源を掲載していますので、どうぞお役立てください。

(朝日新聞健康保険組合 廣中佑樹)

