

マッシュホールディングス

『Wellness Wednesday(ウェルネスウエズデー)』

始動



株式会社マッシュホールディングス（東京都千代田区/代表取締役社長 近藤広幸）は、
2017年4月12日(水)よりマッシュグループ本社社員、全員参加での
『Wellness Wednesday(ウェルネスウエズデー)』を行うことを決定し、
第一回目を開催いたしました。

女性が1週間の中で1番疲れて老けて見えるのは水曜日とされています。

(英・化粧品会社サントロフェ調査 2013年)

水曜日は健康と美容に向き合う日にし、健康的な生活を心がけましょうという取り組み
として始まった『Wellness Wednesday(ウェルネスウエズデー)』は

2015年11月11日(水)の創立記念日、

マッシュグループ本社移転と同時にスタートいたしました。

会社のスローガンであるウェルネスデザインという考えのもと毎週水曜日に実施していましたが、

この度、社員の健康促進のため毎月2回目の水曜日に
月に一度、就業時間内に90分という時間を設け
本社社員全員参加での実施を開始いたしました。

第一回目は、マッシュスポーツラボ主導のもと
ランニング・ウォーキング・ヨガ・マインドフルネス（瞑想）・書道の5種目を設け、
社員が講師となり、マッシュグループ本社社員全員・約300名が参加いたしました。
継続する社内の取り組みとして、回を増すごとに進化させていく予定です。

今後もマッシュホールディングスは
『Wellness Wednesday(ウェルネスウエズデー)』を提唱し、広めてまいります。

<CONTACT>

株式会社マッシュホールディングス 広報課 宮間景子

〒102-0083 東京都千代田区麹町5-7-1 ダイビル7F tel.03-3261-2851 mail.miyama@mash-holdings.com