

# Pasona ひろしま 通信 2020年 4月号



## 乳がん検診を受診してください



パソナで働くスタッフの皆さま、ぜひ乳がん検診を受診してください。  
これからの働く女性は、ワークライフバランスが大事！  
内から生まれる健康こそ、輝くあなたを作ります。

**乳がん検診を受診してください！**  
**あなたに合った診断方法があります！**  
**一人で悩まず、気軽にご相談ください！**

## お友達をご紹介ください！

お仕事を探しているお友達に携帯・スマホから登録予約・お仕事検索が可能な「Pasona広島」のHPをぜひご紹介ください！



■PASONA パソナ・広島 Facebookページアドレス  
f www.facebook.com/pasona.hiroshima (パソナ 広島)



パソナ・広島の最新お仕事情報や、  
「Pasonaひろしま通信」最新号カラー版  
などは、こちらから！

あなたの身近な相談相手 セーフティネット ★パソナスタッフである目でお伝えください★  
困ったときはいつでもお電話ください。あなたのお力になります。

携帯からもつながるフリーダイヤルです 0120-875647  
■いつでも安心！24時間365日対応■

各種申請はMYPAGEをご利用ください。  
お電話でのお問合せをご希望の場合  
⇒0120-452-887(スタッフコンシェルジュ)

## やり抜く力を鍛える！



これまで以上に長くなる個人の企業・組織・社会との関わりの中で、ライフステージの各段階で活躍し続けるためには、求められる力を磨き、鍛え続けることが重要なポイントとなります。そんな中、米ペンシルベニア大学心理学部のアンジェラ・ダックワース教授は、研究の結果、人がそれぞれの分野で成功し、偉業を達成するには、才能やIQよりも「やり抜く力」が重要であるということを科学的に突き止めたそうです。4月はその「やり抜く力」を鍛えるポイントを紹介します(\*^\_^\*)ハロー 出来るところから取り入れてみてくださいね(^\_-)- (メンター谷)



### 【やり抜く力を鍛えるポイント】

- ・目標設定は具体的に！→自分の価値観や状態を把握。
- ・情熱を持てる？
- ・ストレッチ目標か？ イタ気持ち良いと継続出来るレベル？
- ・行動計画を明確に！→「いつ」「なにを」「どれくらい」やるか？
- ・一つずつ集中してクリアする。
- ・優先順位を見極める！重要でない事で消耗しない。
- ・日々どれだけ進歩(進捗)したのかを確認する。
- ・行動計画の繰り返しも 多角的な視点を持つ。



パソナではキャリアコンサルティングにもチカラをいれています。日々変化する社会で、1年後、3年後、あなたはどんなことにワクワクして毎日を過ごしていきたいですか？ キャリアコンサルティングはありたい姿を描くもの。未来のあなたへのかけがえの無い贈り物です。パソナと一緒にあなたの「My Style」を始めてみませんか？ メンターはみなさまのライフ相談もうけたまわります。お気軽にお尋ねください！

◆4月7日(火)◆4月3日(金)  
自習式！?Excel勉強会！！ 気持ちをこばに  
「総合問題編」無料！ してみよう～参加無料！



## マネーバランスドクターひろせのお金のいろはコラム 第53弾

■瀬瀬 貴宜(ひろせ たかのり)氏  
独立系 FP 事務所 ライズコンサルティング 代表。  
『ココロとお財布を豊かにする専門家』として、カルチャースクールやサークル、企業内でマネーセミナーやFP3級などの資格取得のための講座を継続的に開催。また、一般家庭を対象としたライフプランづくりや家計管理の支援、保険・資産運用・住宅ローンなどの金融商品選びのアドバイスを行っている。



「正常性バイアス」という言葉をご存知ですか？人が予想しない事態に遭遇したとき「そんなことはあり得ない」という先入観や偏見がはたらき、それを正常の範囲内としてとらえ、心を平静に保とうとする働きのことです。例えば大きな地震に遭遇したとき「今まで津波を経験したことがないから今回も来ないだろう」といった具合です。それは「お金」についても同じことが言えます。「わが家の家計は、これまで何とかなったから今後も大丈夫だろう」これまでの常識が通用しない時代に、過去の延長線上で判断を下すのは非常に危険です。



◆4月23日(木) マネーセミナー開催予定！  
家計にゆとりを作るセミナー「2020年制度改正編」  
～制度が変われば生活も変わる！～  
※個別の「お金のもやもや何でも相談」もお気軽にご利用ください！

## 竹内瞬☆第2回 アロマのおはなし

こんにちは！竹内瞬です。一言で「アロマオイル」と言っても、その品質によってグレードが分かれ、用途についても大きく変わります。今月は「アロマオイルのグレード」についてご紹介します。

### 【アロマオイルのグレード】

#### アロマ合成品

植物エキスを人工的に作られたもの(洗剤や芳香剤など)

#### アロマオイル

植物エキスを入っているけれど、増量剤や化学合成物質を含む(香水など)

#### エッセンシャルオイル(精油)

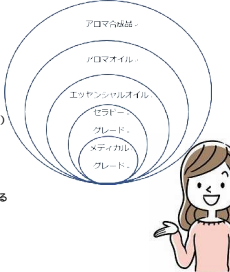
100%植物エキスを抽出し、増量剤や化学合成物質を含まないが、植物の毒害や汚染物質や保存料が入っていることもある(雑貨店などで一般的に売られている)

#### セラピーグレード

オーガニック認定などより高い品質を保証しているが、薬理効果が得られるか定かではないもの(サロンなどでアロマセラピーとして使用)

#### メディカルグレード

100%植物エキスを、増量剤や化学合成物質を含まず、更に汚染物質が入っていない事が検査により確認されており、薬理効果が得られるもの。



メディカルグレードのものであれば、皮膚に直接塗って肌荒れや火傷をケアしたり、水と一緒に飲んで胃腸の調子を整えたりすることもできます。逆に、化学的に合成されたものは気分が悪くなったり、人体にあまり良くないケースもあります。100%植物でできているエッセンシャルオイルや、更に品質の高いメディカルグレードのものであっても、使い方を間違えると、効果を得られなかったり、健康を害してしまうこともあります。



■竹内瞬 氏  
アロマオイル歴 14 年。自宅はアロマキャンドルショップを経営。妻・子・犬の家族全員で毎日アロマオイルを使って生活。パソナ・広島 就労支援担当マネージャー。

## ロジカルシンキングのすすめ-3

労働人口が減少するなか働き方改革を実現するには、個々の生産性向上が必要です。決まったルールで繰り返し行われるような事務作業は、RPA(ロボティック・プロセス・オートメーション)による自動化が進んでいます。これからの私たちに、RPAに指示する力(論理的に手順を決める力) RPAにできない事を見つける力(課題発見力) 解決する力(課題解決力)が必要となってきます。そのすべての力に役立つのが「ロジカルシンキング」です。今月は「ロジカルシンキング」に役立つ「原因究明ロジックツリー」について紹介します(^\_-)- (メンター谷)

### 原因究明ロジックツリー

原因究明ロジックツリーとは「Why(なぜ?)」を繰り返して「全体」を「部分」に分解していくロジックツリーです。問題の原因を明らかにすることを目的に、因果関係で分解していきます。徹底した品質管理で定評のトヨタ方式「5回のなぜ」が有名ですね。問題の原因がいくつか上がったときに、その原因ごとに5回「Why?」を繰り返し、問題点を深く検討して、効果的な対策を打とうとするものです。実際にやってみると、一つの原因から導き出される対策は、必ずしも一つだけではないことがわかります。導き出された対策のひとつひとつに優先順位をつけて、実行して行きましょう。

◆「ロジカルシンキング」とは？  
「物事を体系的に整理し、筋道立てて矛盾なく考える思考法」  
◆「ロジカルシンキング」のメリット

・分析力向上・問題解決能力の向上・提案力の向上・コミュニケーション能力の向上・生産性向上

◆4月1日(水)◆4月15日(水)  
RPAエキスパート養成講座 RPAエキスパート養成講座  
無料ガイダンス！ Starterコース☆



# 4月



|                         |                   |                               |                        |
|-------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------------|
| 1 (水)<br>RPA講座<br>無料説明会 | 2 (木)<br>CO2削減の日  | 3 (金)<br>シーサーの日               | 4 (土)<br>清明            |
| 5 (日)<br>ヘアカットの日        | 6 (月)<br>事務の日     | 7 (火)<br>セルフケアの日              | 8 (水)<br>炭酸水の日         |
| 9 (木)<br>美術展の日          | 10 (金)<br>駅弁の日    | 11 (土)<br>カッポースの日             | 12 (日)<br>世界宇宙<br>飛行の日 |
| 13 (月)<br>浄水器の日         | 14 (火)<br>オレンジデー  | 15 (水)<br>RPA講座<br>Starterコース | 16 (木)<br>女子マラソンの日     |
| 17 (金)<br>減塩の日          | 18 (土)<br>発明の日    | 19 (日)<br>穀雨                  | 20 (月)<br>腰痛ゼロの日       |
| 21 (火)<br>民放の日          | 22 (水)<br>禁煙の日    | 23 (木)<br>地ビールの日              | 24 (金)<br>日本ダービーの日     |
| 25 (土)<br>世界ペンギンの日      | 26 (日)<br>七人の侍の日  | 27 (月)<br>駅伝誕生の日              | 28 (火)<br>庭の日          |
| 29 (水)<br>昭和の日          | 30 (木)<br>国際ジャズデー |                               |                        |



パソナ・広島は「**知・健・美**」あなたの応援します！

**RPAエキスパート育成講座** ◆ **気持ちを言葉に** ◆ **Excel勉強会**

① ガイダンス ② Starterコース

4月18日参加

☆ご参加

グ

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

4月1

【お知らせ】

いつもパソナクラブへのご参加ありがとうございます。  
パソナ・広島では新型肺炎対策のため  
2月1日(土)～3月31日(火)の期間を延長し、  
4月30日(木)までパソナクラブ及びセミナーの開催を  
見送らせていただきます。

皆様におかれましては、風邪や季節性インフルエンザ対策と同様に、お一人お一人の咳エチケットや手洗いなどの実施がとても重要となります。引き続き、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておくなど感染症対策に努めていただくようお願いいたします。



☆参加費：1000円/おひとり(作品1点：材料費含む) ☆参加費：800円/おひとり(作品1点：材料費含む)

PASONAクラブはパソナ登録スタッフ以外の方も参加いただけます☆お友達もお誘いの上、お気軽にご参加くださいね～(〇〇)/

4月27日(月)18:30～19:30  
☆参加費：無料！(講師はいません)

**入門ビジネス英語勉強会**

4月28日(火)18:30～19:30  
☆参加費：無料！(講師はいません)

## パソナのキャリアコンサルティング

未来に向けてご自身の強みを見つけ、「なりたい自分」になるためのキャリアプランを立てること。それがパソナのキャリアコンサルティングです。

＜キャリアコンサルティング概要＞

対象： パソナへ登録いただいている方  
日時： 平日 9:30～16:30  
※平日夜間・土曜日も承りますので、お気軽にご相談下さい  
時間： 60分  
費用： 無料  
場所： パソナ・広島 (広島市中区本通)



ご予約・お問合せ

☎ 082-247-7551  
(平日 9:00～18:00)

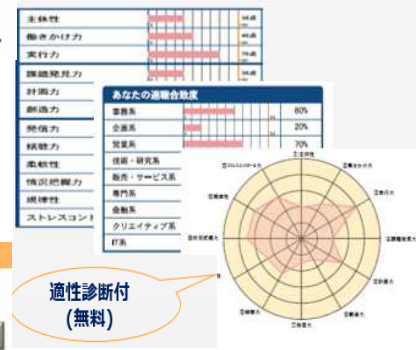
E-mail: k.hiroshima@pasona.co.jp

株式会社パソナ

パソナ・広島 キャリアコンサルティング担当

パソナ 広島

検索



適性診断付  
(無料)

## BENEFIT STATIONは4月もお得でハッピー！



※こちらに掲載の情報は、  
2020年3月6日の  
ペネフィット・ステーションHPから  
転載しました。  
ご利用の際はHPで  
最新情報をご確認ください！

パソナでは、スタッフの皆様やご家族の生活を豊かにするための福利厚生サービス、ペネフィット・ステーションを用意しています。皆さまが豊かな生活を送っていただけるように、レジャー、グルメ、ショッピング、スポーツ、旅行、育児・健康・介護など幅広い分野のサービスを提供しています。ぜひご利用ください★

↓こちら↓は「ホンの一例」です。ぜひWEBでご確認ください！



## ◆パソナクラブお申込方法◆

★ パソナ・広島ホームページ  
http://www.pasona.co.jp/area/hiroshima.html  
★ 電話 ⇒ 0120-707-707  
★ メール ⇒ atani@pasona.co.jp  
※お気軽にお問い合わせください★

## ～気まぐれ編集後記～

残念ながら4月もパソナクラブの開催を見送る運びとなりました(≥▽≤)  
お出かけは人混みを避け、野山や海へ！  
おうちで使えるペネ・ステも上手に活用してくださいね！  
(編集長 メンター・たに)

