

# Pasona ひろしま 通信 2021年 6月号

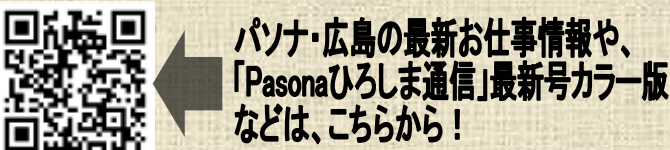
## 乳がん検診を受診してください

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に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！

## お友達をご紹介します！

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「パソナ広島のHP」をぜひご紹介ください！



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)

## あなたの「ヤリガイ」なんですか？

働き続けるために、「必要とされ続ける人材」を目指して日々努力をしている方はたくさんいらっしゃいます。私たちは「生活の糧のための仕事」と「ヤリガイや生きがいを感じる事ができる仕事」の間を試行錯誤しながら揺れ動いているように思います(≧▽≦)

そんななかメンターは「やりがいや生きがいを感じる事が出来る仕事が見つからない」というご相談も多くいただきます。お話を伺ってみると「あそこも違った」「ここも違った」と経験を積むたびに選択肢をどんどん狭めてしまっている方も多いためです。

そうならないためには「自分の価値観を知る」「目的を持つ」「現状を知る」「実現に向けて努力をする」がポイントになってきます(※ 押\*)

人生100年時代、あなたの「ヤリガイ」について少し考えてみませんか？ 迷ったらキャリアコン！メンターはあなたを応援します(〃\_〃)☆ お気軽にご連絡くださいね！

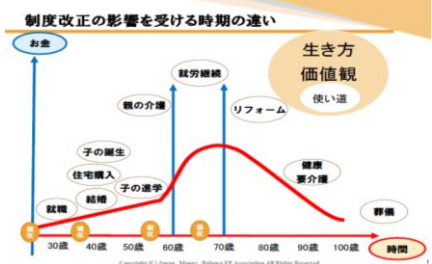
(メンター谷)

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送ってほしいですか？ 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！

◆6月3日(木)◆6月4日(金)  
自習式！?Excel勉強会！！ 気持ちをこぼし  
「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67弾

■廣瀬 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。



私たちの生活に関わるルールや制度は、毎年さまざまな修正が行われます。世の中の環境が少しずつ変化している為、その変化に制度を適応させるために行われます。今、どのような制度改正が行われているかを知ることで、今後、世の中がどのように変化していくのかを読み取ることもできます。また、わが家にとって有益な制度改正をいち早く察知し、活用することで、家計の改善に役立ちます。6月のセミナーでは、今年度の主な制度改正について分かり易くお伝えします。



◆6月マネーセミナー動画配信予定！  
～家計にゆとりを作るセミナー  
【お金に関する制度改正】を知る！！  
※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16回 アロマのおはなし

今月は「オレガノ」です。クッキングスパイスとして知られているオレガノですが、何世紀にもわたって健康維持に用いられてきた伝統があり、キッチン以外でも役に立つ優れたオイルです。まず、心に対して強壮作用があるとされており、スパイシーな香りが神経を刺激して、弱った心に活力を与えます。気分の落ち込んでいるときに元気づけてくれます。また、強力な抗菌、抗真菌、抗ウイルス、免疫促進作用もあることから、風邪、インフルエンザなどの感染症に対して有効です。去痰作用などもあり、気管支炎や喘息などの呼吸器系の不調に、そして消化不良や胃もたれなどの消化器系の不調にも有効です。さらに鎮痛作用も有しており、リウマチや関節炎、筋肉痛などの痛みの緩和にも効果があります。本当にパワフルなオイルですので、使用は1滴だけで十分。私はこのオレガノでキックリ腰を、妻はインフルエンザを治しました。薬箱に入れておきたい1本です。



※「メディカルグレード」の精油をお使いください。



■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。

## 梅雨とコロナと熱中症

6月と言えば梅雨入り。。。ですが、今年は例年よりも早く日本列島の梅雨入りが始まっているようです(≧▽≦) コロナ感染予防のためマスクを着用しますが、どうしても暑がこもりやすく脱水症状も起こしやすくなります。私たちの「梅雨時コロナ対策」は今年で2年目！きっと去年よりも上手にすごせるはず(〃\_〃)☆ そのポイントをおさらいしてみよう！(※ 押\*) 日本人の美肌の味方「梅雨」と上手に付き合って、コロナも予防しようね☆ (メンター谷)

- ・外出時は涼しい服装、日傘や帽子の活用
  - ・不調を感じたら涼しい場所へ移動
  - ・涼しい室内が難しい場合は、日陰へ移動
  - ・室内でエアコン使用中もこまめに換気！
  - ・換気後はこまめにエアコンの温度調節を！
  - ・今のうちから適度な運動で暑さに備えたカラダ作り
- ※パソナの「オンラインエクササイズ」を活用してね☆

【マスク着用時は特に】  
\* 激しい運動は避ける！  
\* こまめに水分補給をする！※1日1.2リットルを目安に  
\* 気温・湿度が高いときは特に注意！



◆6月9日(水)◆6月23日(水)※予定  
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☆

**6月**

|                  |                   |                   |                            |                |                 |                                  |
|------------------|-------------------|-------------------|----------------------------|----------------|-----------------|----------------------------------|
| 6(日)<br>70ポースの日  | 7(月)<br>入門ビジネス英語  | 8(火)<br>ロハスの日     | 9(水)<br>RPA講座<br>無料説明会     | 10(木)<br>夢の日   | 11(金)<br>入梅     | 12(土)<br>バザーの日                   |
| 13(日)<br>7インの日   | 14(月)<br>認知症予防の日  | 15(火)<br>パーパーアート  | 16(水)<br>フルムスター            | 17(木)<br>薩摩の日  | 18(金)<br>おにぎりの日 | 19(土)<br>元号の日                    |
| 20(日)<br>父の日     | 21(月)<br>夏至       | 22(火)<br>グルーテコ    | 23(水)<br>RPA講座<br>スターターコース | 24(木)<br>UF0の日 | 25(金)<br>生酒の日   | 26(土)<br>ウクレレ<br>倶楽部<br>ハワイアンダンス |
| 27(日)<br>ちらし寿司の日 | 28(月)<br>スペイン語勉強会 | 29(火)<br>星の王子さまの日 | 30(水)<br>うちエコ!<br>ごはんの日    |                |                 |                                  |

# 利用無料！パソナのセルフトレーニング Excel・PowerPointに加えてWord・Accessも！

パソナ・広島では、初心者の方のチャレンジから、さらなるスキルアップを希望される方まで、EXCEL・PowerPoint・Word・Accessのレベルアップに役立てるよう、自習方式での学習を提案します。  
【都合の良い時間に、自分のペースで学習】  
ご自宅にパソコンをお持ちでない方も、パソナ・広島のパソコンを自習用に開放！パソナ・広島がオススメする市販教材(無料)を使用して、得意分野・苦手分野を徹底的に学びましょう。

- ご利用日時：平日 9:30～17:30 / 17:30以降・土曜日は別途お問合せ下さい  
※お席の確保が難しい日程もございますので、ご了承ください。
- 場所：パソナ・広島 050-3684-0236
- ご予約方法：お電話でご予約の上、お越しください。  
ご予約の際 【スタッフコード】 【お名前】 【ご希望日時】 をお伝えください。



## BENEFIT STATIONは6月もお得でハッピー！

**Benefit Station**  
※こちらに掲載の情報は、パネフィット・ステーションのHPに掲載されている内容です。(2021年5月12日時点)  
※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、パネフィット・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。ぜひ活用ください★

↓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・広島は「知・健・美」応援します！

### Excel勉強会

6月3日(木) 18:30～19:30

Excelの振付回を頑張っているあなたにオススメのセルフトレーニングです！「ピボットテーブル」「複合グラフ」「マクロ」「関数」などご希望の単元で参加いただけます☆  
※参加費：無料(講師はいません)



### 気持ちを言葉にしてみよう！

6月4日(金) 17:30～18:30  
☆参加費：無料

### 入門ビジネス英語勉強会

6月7日(月) 18:30～19:30  
☆参加費：無料(講師はいません)

### RPAエキスパート育成講座

- ① ガイダンス 6月9日(水) 18:30～19:30 参加費：無料
- ② Starterコース 6月23日(水) 10:00～17:00 参加費：11000円

※こちらは、パソナ登録スタッフ限定となっております。

### ウクレレ倶楽部

6月26日(土) 10:30～11:30

ウクレレは、軽くて小さくて、初めての方にも扱いやすい、かわいい楽器です♪この機会に和み系の音色と一緒に奏でてみませんか？※已斐公民館で開催します！



※参加費：700円/おひとり(ウクレレ代200円含む)

### パーパーアートクラブ

6月15日(火) 18:30～19:30

誰でも気軽に楽しめるパーパーアート。6月は「アジサイのリース」に挑戦します♪かわいくタツムも作れます(\* 艸 \*)作品を見ているだけでも、思わず笑顔になりますよ♪



※参加費：1000円 ※材料費含む

### グルーテコ®クラブ

6月22日(火) 18:30～19:30

6月は「スワロフスキーのフラワーマネット」にチャレンジ！マネットがひつくとどこまでキラキラさせたいかな？一緒にキラキラを楽しみましょう♪



スワロフスキーのサイズは12mm×12mm！出来上がりサイズ：直径20mm程度

※参加費：1500円 ※材料費含む

### ハワイアンダンスHula

6月26日(土) 12:00～13:00

満ちる感覚・感動を体全体で表現しましょう♪ハワイアンダンスにのせて、踊ることでダイレクトに心まで癒やされる！目にも心にも癒やされる！...かえ(ー)☆



※参加費：500円/おひとり

### スペイン語勉強会

6月28日(月) 18:30～19:30

いろいろな言い回し！そんなあなたにオススメ☆そんな言い回しを覚えるのがこの会！いろいろな言い回しを覚えるのがこの会！いろいろな言い回しを覚えるのがこの会！



※参加費：無料！(講師はいません)

### 廣瀬先生の家計にゆとりをつくるマネーセミナー「制度改正」を知っておこう！



イテコ、住宅ローン控除、退職金税制...毎年、さまざまな制度改正が行われます。わが家の家計にとって有益な制度改正を知り、活用できれば家計改善や安心に繋がります。今回のセミナーでは、今年度の主な制度改正についてお伝えします。

※参加費：無料 ※動画視聴型のセミナーです

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)！



◆パソナクラブお申込方法◆  
MYPAGE⇒Event からお申込みください☆  
<http://www.pasona.co.jp/area/hiroshima.html>  
メンターへのご連絡は ★電話⇒050-3684-0236  
※2021年2月1日(月)より電話番号が変わりました。  
※みなさまのご意見・ご感想をお待ちしております♪

～気まぐれ編集後記～  
6月★なんだかんだで今年も半分過ぎようとしています...速い(≧▽≦) 年初の計画は順調にすすんでいますか？諦めるのではなくて、継続するための計画修正は、しても良いと思うのです(\* 艸 \*) 無料で学び放題のe-ラーニングも活用ください！新しい生活スタイルも、あれこれ楽しみましょう♪  
(メンター谷)

