

# Pasona ひろしま通信 2021年 7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「パソナ広島のHP」をぜひご紹介ください！

Facebookもチェック 

■PASONA パソナ・広島 Facebookページアドレス


 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旨お伝えください★

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)

## 「変身する力」を育てよう！



新型コロナの影響を受けるようになって2年目を迎えています。いま私たちは、今まで以上に変化に対応し、新たな環境に適応する能力を求められています。今月はその「変身力」について考えてみましょう。環境との関係の中で、「**態度、新しい自分になれる**」ことは「成長」に繋がります。変身するためのチェックポイント10を紹介しましょう。一つずつ増やしていきましょう！迷ったらメンターと一緒に考えてみませんか？(\*・ω・\*) (メンター谷)

- \*自身の人生時間を自分でマネジメントしていること
- \*自分についてよく知っていること
- \*有意義に公私混同していること
- \*3つ以上のコミュニティに所属していること
- \*みんなと同じじゃなくても平気なこと
- \*違和感を大切にしていること
- \*学んだことを捨てる勇気をもっていること
- \*どんなことからも学んでいること
- \*とにかくやってみること
- \*人生に起きる変化を楽しんでいること

「ライフシフトに必要な10の変身資産 (日経WOMAN)」より

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がたい姿を描くもの。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ね！

◆7月1日(木)◆7月2日(金)  
自習式！?Excel勉強会!! 気持ちをごとばに  
「総合問題編」無料! してみよう~参加無料!

## 竹内瞬☆第17回 アロマのおはなし


今月は多目的に使えるオイル、「レモン」です。あなたもよくご存知のこの香りは、こもった空気をリフレッシュし、元気で前向きな気分にしてくれます。水に加えて摂取すれば、脂肪を溶かす作用がありダイエットに効果的。また、浄化と解毒の作用もあり、体内に溜まった有害物質を体内から出してくれます。そしてリンパや血液の流れをよくするので、セルライトや高脂血症や動脈硬化を防止、血行促進や高血圧にも効きます。さらには、風邪の予防や殺菌消毒、消化不良の解消などにも役立つと言われていました。

スプレーボトルに入れた水にレモンオイルを加えて、テーブル、台所のカウンターなどの表面にスプレーして掃除をすれば、より衛生的ですし、香りも楽しめます。オリーブオイルに数滴加えれば、木材の掃除・保護・ツヤ出しに使えますし、革製品や金属類の手入れにも使えたり、本当にマルチなオイルです。



※「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。



## 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68弾


その制度改正、わが家の家計のどこに影響する？

お財布 (キャッシュフロー)		貯金箱 (バランスシート)	
支出	収入	資産	負債
基本生活費	社会保険料 所得税・住民税	現金・預金	キャッシング
住居費		定期預金	リボ払い
食費		中期	マイカーローン
耐久財	可処分所得	長期	教育ローン
レジャー費			株式 専業ローン
保険・ローン			不動産 住宅ローン

Copyright © 2019 Pasona. All Rights Reserved.

■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。

◆7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 貯金箱編】☆  
※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ね♪



## 健診の予約はお早めに!

「2021年の健康診断」の予約受付が始まっています。年に1回の法定健診ですが、仕事が忙しくてなかなか行けない、予約を忘れていた!なんてことはありませんか? 「そのうち、そのうち...」と思っていると、あっという間に年度末...。年度末は予約が立て込みます...。希望日程で受診するためにも、早めの受診予約をしましょう♪ 2021年4月より、定期健康診断をMYPAGE経由の予約サイト「ハピルス健診」から予約いただくことで、いくつものオプション検査を自己負担なく受診いただけます。(メンター谷)

**健康診断を受けよう!**

**2021**

乳がん・子宮がん検診等が、自己負担なく受診できることになりました!

●6か月以上の勤務実績があり「協会けんぽ」被保険者の方は、4月から翌年3月までの1年度に1回の受診。(新規の方は、有休発生月の20日より予約が可能となります。)

**\*早目の予約! \*早目の受診!**



「RPA」の世界を覗いてみませんか?

◆7月7日(水) ◆7月21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☆





# 7月

4(日) ファッションお直しの日	5(月) 入門ビジネス英語	6(火) サラダ記念日	7(水) RPA講座 無料説明会	1(木) エクセル勉強会	2(金) 気持ちを言葉にしてみよう!	3(土) 涙の日
11(日) ラーメンの日	12(月) 人間ドックの日	13(火) 消しゴムはんこ	14(水) ひまわりの日	8(木) なわの日	9(金) 泣く日	10(土) ウクレレ倶楽部 ハワイアンダンス
18(日) 防犯の日	19(月) カーブ黄金時代の幕開けの日	20(火) Tシャツの日	21(水) RPA講座 スターターコース	15(木) 世界あけたいの日	16(金) 虹の日	17(土) 世界絵文字デー
25(日) かき氷の日	26(月) スペイン語勉強会	27(火) スイカの日	28(水) 土用の丑の日	22(木) 海の日	23(金) スポーツの日	24(土) テレワークデー
				29(木) 7月7日イングリッシュ	30(金) 梅干しの日	31(土) ビーチの日

## パナ・広島は「知・健・美」応援します!

### Excel勉強会

7月1日(木) 18:30~19:30

Excelの振り回し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!

7月2日(金) 17:30~18:30

☆参加費:無料

### 入門ビジネス英語勉強会

7月5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 7月7日(水) 18:30~19:30 参加費:無料

② Starterコース 7月21日(水) 10:00~17:00 参加費:11000円

☆こちらは、パナ登録スタッフ限定となっております。

### ウクレレ倶楽部

7月10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らしい楽器です♪この機会に和み系の音色と一緒に奏でてみませんか? ※已妻公民館で開催します!

☆参加費:700円/おひとり(ウクレレ200円含む)

### 消しゴムはんこクラフ

7月13日(火) 18:30~19:30

今回は組み合わせはんこ!「かき氷」にチャレンジ!「シロツブ」「氷」「器」「スプーン」の4つのパーツを組み合わせれば、オリジナルの消しゴムはんこが完成します♪

☆参加費:800円 ※材料費含む

### フラワーデザインクラフ

7月29日(木) 18:30~19:30

7月は「お花のティッシュケース」にチャレンジ!「グリアタイス」のケースを使用してアーティフィシャルフラワーを飾ります。あなただけのオリジナルティッシュケースを作りましょう!ペーパータオルケースにも使えますよ!(-)-☆

☆参加費:1500円 ※材料費含む

### ハワイアンダンスHula

7月10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初めての方でも大丈夫!「カウチ」や「カウチ」など、目の前に感じる音がわかる!...カヒ(-)☆

☆参加費:500円/おひとり

PASONAクラブはパ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)/

### スペイン語勉強会

7月26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!まずは単語を覚えることから!「カヒ」や「カヒ」など、元気で明るいスペイン系言語は楽しく習得していきましょう!...

☆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!

7月は、家計に関する制度改正のポイント「貯蓄枠」!家計を大きく左右する制度改正。今回は、わが家の資産と負債(貯蓄枠)に影響を与える制度改正にスポットを当てて家計改善のヒントをお伝えします☆

☆参加費:無料 ※動画視聴型のセミナーです

## 「CareerStepProgram」をご活用ください!

「CareerStepProgram」はキャリアサポートプログラムです。あなたらしいキャリア実現のために、まずは「MYPAGE」の「キャリアサポート」からアプローチ☆自分の適性や大切にしている価値観など、自分らしく働くためにキャリアについて考えることから始めてみませんか?



「CareerStepProgram」を進めてみたけど目標の立て方がよくわからない。自分に何に向いているのかわからない。得意なことが特に無くて何から始めたらよいかかわからない...という方は、個別相談可能な「キャリアコンサルティング」をご利用ください!

「キャリアコンサルティング」未満のお話は、パナ・広島名物!?!「メンター谷」が承ります☆ あなたのライフプランをお聞かせください! 対面だけでなく、電話やメールでも承りますので、お気軽にご相談ください。

「CareerStepProgram」では職種、レベルごとの無料e-ラーニング講座もご利用いただけます! ※約500種類の講座・見放題! 時間や場所を選ばず、自分のペースや達成度に応じて、自由に学習を進めていただけます! ※パナからご就業中の方限定です。

<キャリアコンサルティング概要>

対象:パナでも就業中の方  
日時:平日 9:30~16:30  
※平日夜間も承りますのでお気軽にご相談ください  
時間:60分程度  
費用:無料  
場所:パナ・広島 (広島市中区本通)



予約 050-3684-0236 (平日 9:00~18:00)

株式会社パナ  
パナ・広島 カリアコンサルティング担当

パナ 広島 検索

## BENEFIT STATIONは7月もお得でハッピー!

### Benefit Station

※こちらに掲載の情報は、ベネフィット・ステーションのHPに掲載されている内容です。(2021年6月10日時点) ※ご利用の際はHPで最新情報をご確認ください!

パナでは、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、ベネフィット・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!

### 【パナクラブ】

ベネフィット・ステーションを使おう!

☆第10回 前川支店長の7月おススメ特集☆

「ベネフィット・ワン」前川支店長にご協力をいただいて「ベネ・ステ」の魅力についてお伝えする動画第10弾を作成(-)-☆「ベネ・ステ」に数あるお得情報の中から、前川支店長イチオシ&ニオシの特集を紹介します! こちらの動画をきっかけに、ご家族でお得にご活用いただければ幸いです。

参加無料! ※動画視聴型のセミナーです☆

### ベネフィット・ステーションのバイヤーたちが

会員さまの悩み困ったを解決いたします!

福利厚生

### ベネステ・無料eラーニング

豊富なカリキュラムで、いま必要なスキルを身につけませんか?

ビジネスの実践に役立つコースから初心者向けの基礎講座まで、使い放題で無料で学ぶeラーニングかららくらく学習

### 「あうち」時間を楽しく過ごす!

電子書籍 特集

無料+20%ポイント還元等のお得な特典!

### ◆パ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~

7月☆暑い夏もこれから本番です! 体調はいかがですか?しっかり体調管理をしてキラキラの夏をお過ごしくださいね☆いまは新しい環境で生きるため「変身」のチャンスです!自分の価値観と向き合って、いろいろチャレンジしてみてください!ね☆ (メンター谷)