

Pasona ひろしま通信 2024年 3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！

パソナ・広島の Instagram をチェック！
https://www.instagram.com/pasona_hiroshima/

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！

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)

「感覚過敏」ってご存知ですか？

「感覚過敏」とは「聴覚」「視覚」「触覚」「嗅覚」「味覚」などの五感から受け取る刺激を過剰に強く感じてしまう状態を言います。職場で相談いただくことが多いのは「聴覚」と「嗅覚」です。「特定の音が気になる」、「特定の香りが気になる」といったご相談ですね。

この「感覚」というのは、その度合いを他人と比較することができません。音量や香りの強さだけでは線引きできないのです。ちょっと気になるくらいでしたら大きな支障にはならないのですが、イライラする、気分が悪くなるなどといったレベルになると、まわりの方とのコミュニケーションもぎくしゃくしてきて仕事にも支障がでることもあるのです。周りの方々の理解や協力も必要ですが、ご自身も自分の状況を感情的にならずに発信することも大切です。また支障が出てくるほど気になる場合は、専門医に相談してみるのも大切な選択肢です。専門医に行くのは抵抗があるとか、専門医が判らない、といったときは、産業看護職に気軽に相談できる窓口「パソナのオンライン健康推進室」も上手にご活用ください☆
 (パソナ・広島 谷)



産業看護職にLINEで気軽に健康相談ができます。



スキルのメンテナンス、始めてみませんか？

◆3月5日(火)◆「Word」「Access」「PowerPoint」の参加無料：Excel セルフトレーニングもお気軽に相談下さい♪

竹内瞬☆第49回 アロマのおはなし

今月は「パチヨリ」です。高さ60~90cm程度のシソ科のハーブで、白やピンクの小さな花を咲かせます。かつて高価なショールなどをインドからヨーロッパに輸出するときに防虫剤として使用されました。そのため、本物のインド産織物かどうかは、パチヨリの香りがするかどうかで判断されていた時期もあったそうです。ムスクに似た甘く濃厚な香りから、香水だけでなく、洗濯洗剤や芳香剤にも使われています。

その香りは感情のバランスを整え、心を落ち着かせてくれるので、不安やイライラを和らげたい時や、情緒が不安定になっている時におすすめです。スキンケアとしても大変優れており、皮膚の軟化と細胞の成長を促す作用があるため、肌の再生効果が期待できます。収れん作用もあり、ニキビやたるみの予防にも使えます。また、漢方としても使用されており、体を温める性質を持っているため冷えに効果的、消炎作用があり、免疫力が低下している時にも活用できます。



※「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17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100弾

新NISAがスタートして、ひと月余りが経過しました。今年から投資デビューした方は多いのではないのでしょうか。1月のNISA内の投資動向を見ると「オルカン」と呼ばれる全世界株式や「S&P500」(米国を代表する500銘柄)に投資する投資信託に資金が集中しました。さらに、そのニュースを見聞きした投資家が、こぞその商品を購入するという構図です。まずは買ってみよう、周りを参考に始めてみるのは良いことです。

次のステップは、わが家のライフプラン実現に適した商品選択です。



■廣瀬 貴宜(ひろせ たかひの)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。

◆3月マネー動画配信セミナー！
 ~利用よりも活用！~新NISA活用法*その2
 *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♪



「PASONAマイレージポイント」専用サイトへのログイン方法が変わります☆

「PASONAマイレージポイントプログラム」をご活用いただいていますか？ お仕事の節目や資格取得でプレゼントされたポイントで、好きな商品やサービスと交換できます☆ 2,500ポイント以上たまっていたら「交換商品」をチェックしてみましょう♪「PASONAマイレージポイントプログラム」専用サイトへは、パソナのMYPAGEからログインいただけますが、**2024年2月1日以降に専用サイトをご利用いただくには「ペネアアカウント」が必要となります☆**

マイレージポイント詳しくはこちら！

資格名	ポイント
TOEIC Listening&Reading Test (IPテスト)	5,000 <small>※受験結果500点以上(又は付与時点のスコア)を基準として、前回のTOEIC I&R得点と比較して50点以上スコアアップした場合。</small>
日商簿記3級	3,000 <small>※ポイント付与未申請の場合、同一資格を再度受験・合格された場合はポイント付与対象。</small>
日商簿記2級	50,000 <small>※ポイント付与未申請の場合、同一資格を再度受験・合格された場合はポイント付与対象。</small>
日商簿記1級	100,000 <small>※ポイント付与未申請の場合、同一資格を再度受験・合格された場合はポイント付与対象。</small>
ITパスポート試験	10,000

あなたの「ヤル気」応援します♥

「DX時代」に備える！？
 ◆3月6日(水) DX時代に求められるスキルとは？
 ◆3月27日(水) ロジカルシンキング入門してみませんか？



3 March 弥生



3(日) ひなまつり	4(月) 三姉妹の日	5(火) Excelセル7トレーニングデー	6(水) DX時代に求められるスキルとは	7(木) サウナの日	8(金) 町屋の日	9(土) パーピー人形の誕生日
10(日) 砂糖の日	11(月) いのちの日	12(火) 消しゴムはんこ	13(水) 新選組の日	14(木) フラワーデザイン	15(金) 眉の日	16(土) 財務の日
17(日) みんなで考えるSDGsの日	18(月) 春の睡眠の日	19(火) 一緒に歌ってみよう	20(水) 春分の日	21(木) 国際森林デー	22(金) さくらぬこの日	23(土) 世界気象デー
24(日)	25(月) ご自愛の日	26(火) 風呂の日	27(水) ロジカルシンキング入門	28(木) シルクロードの日	29(金) 八百屋お七の日	30(土) スポーツ栄養の日
31(日)						

1(金) 未来郵便の日
ウクレレ倶楽部
ハワイアンダンスHula

「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。自分に何が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のかわからない...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」未済のお話は、パソナ・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。

<キャリアコンサルティング概要>

対象：パソナでご就業中の方
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：パソナ・広島（広島市中区本通）



予約・お問合せ

☎ 050-3684-0236
(平日 9:00~18:00)

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

「CareerStepProgram」で3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1300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！※パソナからご就業中の方限定です。

パソナ・広島は「知・健・美」応援します！

ウクレレ倶楽部
3月2日(土) 10:30~11:30
☆参加費:700円/おひとり(ウクレレ代200円含む)

ハワイアンダンスHula
3月2日(土) 11:30~12:15
☆参加費:1000円/おひとり

消しゴムはんこクラブ
3月12日(火) 18:30~19:30

お久しぶりの消しゴムはんこクラブ♪お待たせいたしました☆いままでほいほいした作品をお持ちください！はんこ作品をお持ちでない方も大丈夫！先生の作品でアーティストチックな作品を作成しましょう☆べたべたテクニックに挑戦です！

☆参加費:800円 ※材料費含む(額は含まれません)

一緒に歌ってみよう
3月19日(火) 18:30~19:30

カラオケ音源を使って一緒に歌って楽しむ時間を作ってみました♪歌いたい曲を2~3曲メモしてご参加ください☆

☆参加費:無料！※マイクはありません)

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)/

Excelセル7トレーニングデー
3月5日(火) 18:30~19:30

Excelの振り回りを頑張っているあなたにオススメのセル7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)



ホワイトカラーの第4次産業革命!?「DX時代」に備える!

①「DX時代」に求められるスキルとは? 3月6日(水) 18:30~19:30 参加費:無料!
②ロジカルシンキング入門 3月27日(水) 18:30~20:00 参加費:無料!

☆こちらは、パソナ登録スタッフ限定となっております。

フラワーデザインクラブ
3月14日(木) 18:30~19:30

弥生3月、生花の季節です☆明るい春の生花を使って「テラコッタのミニブーケ風アレンジメント」に挑戦！春の生花に癒されましょう♪

☆参加費:2000円 ※材料費(器+花材含む)

廣瀬先生の家計にゆとりをつくるマネーセミナー
◆新NISA活用法~その2



新NISAが始まりました。どの商品を選べば良いかわからないと、第一歩が踏み出せない方もいるのでは？本セミナーでは、わが家にピッタリな商品選びのポイ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



※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。(2024年2月15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、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！

QRコード

ベネフィット・ステーションを活用しよう！

生涯学習のユークャン

新春学び応援キャンペーン

キャンペーン1
-全講座対象-
購入金額の **20%ベネポプレゼント!**

キャンペーン2
-注目の30講座-
受講料 **5,000円引き!**

国内旅行 2大 応援企画

宿泊ビンゴ & 無料宿泊券プレゼント

年度末恒例

バイヤー厳選
リラクゼーション特集

◆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~

3月を迎えて子供たちは「卒業」や「進学」のシーズンですね(^_^) 若い力の成長は見ていてもほほほましいですが、私たちが少しずつステップアップ出来るとういすね(^-^)-☆日々健やかに、笑顔でいろいろとチャレンジしてみてくださいね♪パソナはいつでもみなさんのハッピーにむけての努力を応援します☆3月もどうぞよろしく願っています。
(パソナ・広島 谷)