

# Pasona ひろしま通信 2025年 新年号

## 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/](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](http://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)

## 「健康診断2024」はお済でしょうか？

「2024年の健康診断」の予約 or 受診はもうお済でしょうか？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、乳がん・子宮がん検診、腹部超音波検査等が、自己負担なく受診できるようになりました！

※「医療・健康サポート」の詳細は ↓コチラから (※〇※)

健康診断を受けよう！  
申込期間：2024年4月22日～2025年2月28日

### 2024

●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！

(パソナ・広島 谷)

## スキルのメンテナンス、始めてみませんか？

◆1月7日(火)◆「Word」「Access」  
参加無料：Excel「PowerPoint」の  
セルフトレーニングも  
セルフトレーニングもお気軽にご相談下さい！

## 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110弾

金融リテラシーの差が、家計の命運を大きく左右する時代に突入しました。住宅ローンが筆頭に、変動金利の上昇によって家計に大きなダメージを受ける場合もあれば、事前に金利上昇に備え、変動から長期固定金利に借換えて、すでに対策済みのご家庭もあります。勿論、家計収支や資産状況によっては、少々の金利上昇であれば、借換えせずに現状のまま返済を続ける方が良い場合もあります。適切な金融との付き合い方は、ご家庭ごとに異なります。情報収集も大切ですが、家計の現状把握と今後のライフプランを検討してはいかがでしょうか。

■関連の住宅ローン金利推移

●廣瀬 貴宜 (ひろせ たかのり) 氏  
独立系FP事務所 ライスコンサルティング 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。

◆1月マネー動画配信セミナー！  
～大学生のための金融リテラシー⑨♪  
※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♪

## 竹内瞬☆第59回 アロマのおはなし

すっかり寒くなり、肌の乾燥が気になる季節になりました。今月は保湿効果があり、肌に潤いを与えてくれるオイルを紹介します。

■ラベンダー：爽やかにフローラルな香りが特徴です。皮膚細胞を活性化する作用があり、乾燥による肌荒れ、あせも、虫刺されなどの肌のトラブルにも使用可能です。リラックス効果も高く、ストレスの緩和や快眠も期待できます。

■フランキンセンス：若返りのオイルとしても知られるフランキンセンスは、上品なウッディ調の香りです。皮膚再生作用があり、乾燥や肌荒れなどの皮膚トラブルにおすすです。細胞を活性化して、肌にハリを与え、シワやたるみの改善にも役立ちます。また、咳や喉の炎症を和らげる作用もあるため、風邪をひいているときにも有効です。キャリアオイル(ココナッツオイルなど)に混ぜて使用するとオイルが伸びやすく、より保湿効果が実感できます。

※「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。

## 使い捨てコンタクトのケース 捨てないでお持ちください☆

パソナ・広島ではさまざまな「社会貢献活動」に参加しております。「募金活動」「ペットボトルキャップの回収」や「使用済切手の回収」などに加えて「コンタクトケースの回収」も行っています。空ケースはゴミとして燃やさないことでCO2削減に貢献。再製品化することで、限りある資源を大切に使うことが出来ます。パソナ・広島の「SALON」に専用の回収ボックスを置いてありますので、ぜひお立ち寄りください。お立ち寄りが難しい場合、担当営業に預けていただいても大丈夫です！「ペットボトルキャップ」や「使用済切手」のお持ち込みも大歓迎です☆

「DX時代」に備える！？

◆1月8日(水) ◆1月29日(水)  
DX時代に ロジカルシンキング  
求められるスキルとは？ 入門してみませんか？

January 睦月



1(水) 元旦	2(木) 初夢の日	3(金) 箱根駅伝	4(土) 世界点字デー
5(日) 小寒	6(月) 御用始め・仕事始め	7(火) Excelセル7トレーニングデー	8(水) 「DX時代」に求められるスキルとは?
9(木) 風邪の日	10(金) 110番の日	11(土) 鏡開き	
12(日) いいねの日	13(月) 成人の日	14(火) 妻め言葉カードの日	15(水) 7-DRIVEの日
16(木) ヒーローの日	17(金) 防災とボランティアの日	18(土) 118番の日	
19(日) のど自慢の日	20(月) 大寒	21(火) ソフトバックを一緒に作ろう!	22(水) ジャズの日
23(木) 電子メールの日	24(金) 郵便制度施行記念日	25(土) ウクレレ倶楽部 ハワイアンダンスHula	
26(日) 腸内70-70の日	27(月) 国旗制定記念日	28(火) 一緒に歌ってみよう!	29(水) ロジカルシンキング入門
30(木) 3分間電話の日	31(金) 生命保険の日		

# 「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1700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!

### Excelセル7トレーニングデー

Excelの振り回し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! 「ビッドテーブル」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☆



### 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? 1月8日(水) 18:30~19:30 参加費: 無料!  
②ロジカルシンキング入門 1月29日(水) 18:30~20:00 参加費: 無料!



### ソフトバックを一緒に作ろう!

1月21日(火) 18:30~19:30 いろいろな便利な小物入れに挑戦! オープンポケット4つ チェック付ポケットが1つ ☆出来上がりは 19cm×10cm×1.5cmくらい!



### ウクレレ倶楽部

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! この機会に初み系の音色を一緒に奏でてみませんか?



### ハワイアンダンスHula

満ちる感覚・感動を体全てで表現しましょう! ハワイアンソングにあわせて、踊ることでタイヤモンドヘッドを目の前に感じることが出来る!...かE(-)☆



### 一緒に歌ってみよう♪

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たい♪ 歌いたい曲を2~3曲メモしてご参加ください☆



### 廣瀬先生の家計にゆとりをつくるマネーセミナー ~大学生のための金融リテラシー④



1月は「お金を借りる[2]」です☆ 利用目的によっては借入れ条件の優れたローンもあるので、それらを上手に「借りる」を活用し、同時に手元の資産を有効に働かせ、わが家の家計にゆとりを生み出すことを考えましょう☆

☆参加費: 無料! ※マイクはあいません! 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~(〃〃)/

## BENEFIT STATIONは1月もお得でハッピー!



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12月16日時点) ※ご利用の際はHPで最新情報をご確認ください!

↓こちら↓は「ホンの一例」です。ぜひWEBでご確認ください!

知ってお得! 使っておトクが満載! デジタルカタログは、こちらから!

### BEST BUY SELECTION

2024/12/3(火)~2025/1/31(金)

### 親のこゝろ 特集

親御さんと働く世代を応援。ご利用ください!

### ベネステフリーeラーニング

提供タイトルは1700以上

ビジネスの実務に役立つコースから、おとな向けの教養講座まで。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?

### ◆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~

2025年のはじまりです(^\_^) 新しい目標は決まりましたか? あなたらしく輝くために、あなたの価値観にそった目標を決めてください! 働き方やライフバランスなど、進路に迷ったらおとなの進路相談先 ⇒「マイキャリアコーチ制度」も上手に使ってください! 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(^\_^)☆ 今年もどうぞよろしくお願いたします。(パソナ・広島 谷)