

# Pasona ひろしま 通 信 2026年 2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、輝かあなたを作ります。  
**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**  
<https://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)

## クリエイティビティを育てる!

ChatGPTのような生成AIが私たちの生活に浸透する現代においては「人間にしか生み出せない発想」がより高く評価されるようになっています。

そこで、今月は「クリエイティビティ」についてとりあげてきました(\*^-^\*)  
 「クリエイティビティ」とは、新しいアイデアや価値を「生み出す力」つまり「創造力」「独創力」を指し、既存の枠にとらわれず、発想を形にする能力のことを言います(\*^-^\*)「クリエイティブな人の特徴」は、強い好奇心と探求心を持ち、「自分しさ」と「独自性」を大切にし、物事に没頭できる。そして、多角的な視点で物事を捉え、常識にとらわれず、行動力があること、そして情報収集力やコミュニケーション能力も兼ね備えていることが多いとされています。みなさんはいかがでしょうか?(\*^-^\*)

(パソナ・広島 谷 )

### クリエイティビティを育てる ポイント!

- \*多様な視点を取り入れる
- \*類推思考を取り入れる
- \*日常のルーティンを変える
- \*好奇心を持つ
- \*知識のインプット量を増やす
- \*アウトプットの量を増やす
- \*失敗を恐れない
- \*遊びを取り入れる

## スキルのメンテナンス、始めてみませんか?

◆2月3日(火)  
 参加無料: Excel  
 セルフトレーニングテー

◆「Word」「Access」「PowerPoint」の  
 セルフトレーニングも  
 お気軽にご相談下さい♪

## 竹内瞬☆第72回 アロマのおはなし

日に日に寒さが増すように感じるこの季節。体も心も少し縮こまりやすくなります。。。さて、そんな時期におすすめなのが、明るくやさしい香りが特徴の「スイートオレンジ」の精油です。果実をむいた瞬間のような甘くフレッシュな香りは、気分転換にぴったり。アロマに慣れていない方でも使いやすく、誰にでも好かれやすい親しみのある香りです。

使い方はとても簡単。マグカップにお湯を入れ、スイートオレンジを1~2滴落とすだけ、ほのかな香りが広がります。仕事の合間のリセットや、在宅勤務の気分づくりにもおすすめです。また、乾燥が気になるこの時期は、加湿器のアロマ対応トイレに入れるとお部屋全体が明るく爽やかな雰囲気に。

ちなみに、アロマで「オレンジ」と書かれているもの多くは、このスイートオレンジのこと。

甘く穏やかな香りは、寒さで気持ちが沈みがちな時期をそっと後押ししてくれます。



※「メティカルグレード」の精油をお使いください。



■竹内瞬 氏  
 アロマオイル歴18年。自宅はアロマキャンドルショップを経営。  
 妻・子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123弾

保険に入れる目的は3つ

- 収入の減少
- 損失の補填
- 損害の賠償

■廣瀬 貴官(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。



◆2月マネー動画配信セミナー!  
 ~家計にゆとりを作るために~  
 年に一度は要チェック!「保険」  
 ※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♪

## 「一無二少三多」って?

一無、二少、三多で  
 生活習慣病を予防

毎年2月は「日本生活習慣病予防協会」が定める「全国生活習慣病予防月間」だそうですね(△▽△)

タイトルの「一無、二少、三多の日」はその「健康語句」です!

今年2026年はその中でも「多動」を強化テーマとされていて「**幸せは足元から 多く動いて健康を実感**」のスローガンが決定しています。

今より10分多くからだを動かすことを意識してほしいという思いが込められています。

生活習慣病とは、「健康的と言えない生活習慣」が関係している病気のことです。逆に言えば、生活習慣次第で発病を防ぐことができる病気という言い方もできます。また、発病した後の経過は、生活習慣によって大きく左右されることが少なくありません。

生活習慣業による「医療費」の増大は家計をも圧迫します。ぜひ2月は「一無、二少、三多」を意識してみてくださいね(\*^-^\*)

(パソナ・広島 谷 )



多く動いて健康を実感



毎年2月は、  
 全国生活習慣病予防月間

日本生活習慣病予防協会  
<https://www.seikabutsuyukanbyo.com/>

## 「DX時代」に備える!?

◆2月4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?



2 February  
如月

1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
ニオイの日	交番設置記念日	Excelセルフトレーニングデー	「DX時代」に求められるスキルとは?	プロ野球の日	海苔の日	長野の日
8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
お事始め	ふくの日	ニットの日	建国記念日	黄ニラ記念日	日本遺産の日	ウクレレ俱楽部
15(日)	16(月)	17(火)	電子書籍の日	水引き細工	キヌアの日	漱石の日
春一番名付けの日	似合う色の日	一樹(歌つてみよう)	ロジカルシンキング入門	ニニ六事件の日	冬の恋の日	エッセイ記念日
22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
猫の日	天皇誕生日	鉢伝説誕生の日				

パソナ・広島は「知・健・美  
あなたの



」応援します！

Excelセルフトレーニングデー  
2月3日(火) 18:30～19:30

Excelの振り返りを頑張っているあなたにおすすめ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)



ウクレレ俱楽部  
2月14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♪みんなと一緒にぼろんと音色を楽しみます☆この機会に和み系の音色と一緒に奏でてみませんか？

☆参加費：100円/ひとり(ウクレレ200円含む)



水引き細工を楽しもう！  
2月19日(木) 18:30～19:30

毎回人気の「水引き細工を楽しもう！」今回は「叶むすび」に挑戦します！「四葉のクローバー」と「ちょうちゅう」を結んで、これからやってくる春の訪れを「予祝」してみませんか？

☆参加費：500円(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～(^\_-)

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?  
2月4日(水)  
18:30～19:30  
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。

②ロジカルシンキング入門  
2月25日(水)  
18:30～20:00  
参加費：無料！  
(2026年1月13日時点)

※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。  
※ご利用の際はHPで  
最新情報をご確認ください！

一緒に歌ってみよう♪  
2月18日(水) 18:30～19:30

カラオケルームに集合！  
一緒に歌って楽しむ  
時間を作りました♪  
歌いたい曲を2～3曲  
メモしてご参加ください☆

☆参加費：1050円(予定)



廣瀬先生の家計にゆとりをつくるマネーセミナー～年に一度は要チェック！「保険」

どんな保険に入っているかご存知ですか？  
わが家が加入している保険の現状を知り、  
家計改善や暮らしの安心に繋げましょう！  
☆参加費：無料 ☆動画視聴型のセミナーです



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2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。  
(2026年1月13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「ポンの一例」です。ぜひWEBでご確認ください♪



つらい季節を、少しでも快適に。  
かぜ・花粉症対策は「早めのケア」がポイント。



松屋公式アプリ経由での  
クーポン利用も可能になりました！

◆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>

編集担当谷へのご連絡は★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～

1月は行く！、2月は逃げる！、3月は去る。。。とあっという間に過ぎてしまう四半期(汗)  
寒い季節もまだ続いている間に置いて行かれそうですね。風邪や花粉症に負けないで、新しいことにもがんがん挑戦してみてくださいね♪ 引き続きみなさまの笑顔に会えるのを楽しみにしております☆  
(パソナ・広島 谷)

