

# Pasona ひろしま 通 信 2026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、輝かれたをめざします。  
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](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！

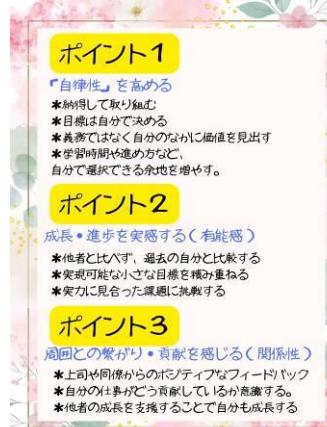
各種申請はMYPAGEをご利用ください。  
お電話でのお問合せをご希望の場合  
→0120-452-887 (スタッフコンシェルジュ)

## 「アメとムチ」からの脱却！？

「指導・教育」の手段として、「アメとムチ」という手法があるのをご存知の方も多いと思います。頑張った時に褒美（アメ）を、成果が出ない・行動しない時にペナルティや指摘（ムチ）を与える、という方法です。「アメとムチ」の有無や、その出され方で乱高下する「モチベーション」に限界を感じていませんか？

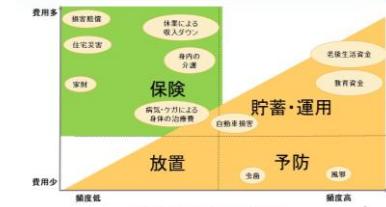
そんなあなたにおススメなのが「自己決定理論」による成長実現法です☆ 仕事を学習して自己成長を実現するためには、人の内面から湧き出る意欲を育むことが重要という考え方です。そのために必要な3つのポイントをご紹介しますね☆ これら3つの「心理的欲求」を意識的に満たすことで、「楽しいからやる」「意味があるからやる」へ移行し、持続的な成長と Well-being（幸福感）に繋がるそうです。また、自分の仕事や学習の中で、「どこを自分で決定できるか？」という視点を持つことから始めてみてくださいね。

（パソナ・広島 谷）



## 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124弾

貯蓄は△保険は□



「貯蓄は三角、保険は四角」という言葉を聞いたことがありますか？ 保険の募集人資格を取得するときのテキストに出てくるワードです。貯蓄は貯まるまで時間がかかりますが、使い道は自由です。逆に、保険は加入できれば即座に保障が手に入りますが、保険料を支払わなければなりません。

貯蓄も保険もわが家の保障を手に入れるための手段です。双方のメリットとデメリットをわが家のマネープランを考慮して、バランスよく使いこなすことで効率的な保障づくりが可能になります。



◆3月マネー動画配信セミナー！  
～家計にゆとりを作るために～  
年に一度は査定し！「損害保険」  
※個別の「お金のもやもや何でも相談」  
も気軽にご利用くださいね♪

## スキルのメンテナンス、始めてみませんか？

◆3月3日（火） ◆「Word」「Access」  
参加無料：Excel 「PowerPoint」の  
セルフトレーニングセミナー セルフトレーニングも  
お気軽にご相談下さい♪



## 竹内瞬☆第73回 アロマのおはなし

日中は少し暖かさを感じるもの、寒暖差や年度末に向けた忙しさで、なんとなく落ち着かない時期です。そんな今の季節におすすめしたいのがブチグレンの精油です。オレンジの木の葉や枝から採れる精油で、柑橘の爽やかさと、ハーブのような落ち着いた香りをあわせ持っています。青みのある柑橘と、森林を思わせる香りを想像すると近いでしょう。オレンジほど明るすぎず、ラベンダーほど穏やかすぎないため、「気分を切り替えたいけれど、シャキッとしてたくない」場面に向いています。仕事の合間や、考え方が多い時のリフレッシュにもおすすめです。

使い方は簡単でマグカップにお湯を注ぎ1滴垂らすだけ。ほかに広がる香りが、気持ちのバランスを整える手助けをしてくれます。季節の変わり目は、知らず知らずのうちに身心に負荷がかかりがち。香りを通して、自分の状態を整えるきっかけにしてみてはいかがでしょうか。



■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。

## 創業50周年を迎えた！

おかげさまで、パソナグループは2026年2月16日、創業50周年を迎えました。1976年、パソナグループは、社会の問題点を解決する」という企業理念のもと創業。皆様と共に歩んだ挑戦の歴史は、私たちの誇りです。

大阪・関西万博で描いた未来は「NATUREVERSE」。人と自然、テクノロジーが共生し、人々が思いやりの心でつながる真に豊かな世界。さらなる未来に向かって、私たちの想いは「Design the NATUREVERSE Action!」

一人ひとりが心豊かに活き活きと活躍する社会をデザインする。私たちはこれからも、「人を活かす」プロフェッショナルであり続けます。

※現在「創業50周年記念サイト」を公開中です。ぜひご覧くださいませ。下記QRコードからどうぞ♪



「創業50周年記念」  
サイトはこちらから！



「DX時代」に備える！？

◆3月4日（水）  
DX時代に  
求められるスキルとは？



3月25日（水）  
ロジカルシンキング  
入門してみませんか？

1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
防災用品点検の日	通常の金曜日	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	啓蟄	世界一感謝日 家計の見直し日	
8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	
きょうさの日	雑穀の日	身だしなみを整える日	105の日 一緒に歌ってみよう	18(水)	ベヤングソース 烤きどぼの日	14(土)
15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	ウクレレ俱楽部
オリーブの日	折れたみ傘の日	漫画週刊誌の日	消しゴムはんこ	ウイッグ(Wig)の日	春分の日	日本めぐりの日
22(日)	23(月)	24(火)	ロジカルシンキング入門	25(水)	26(木)	27(金)
さくらねこの日	世界気象デー	連子鯛の日	餌サングリの日	さくらの日		グリーンツーリズムの日
29(日)	30(月)	31(火)				
みんなの日	白黒猫さんの日	オーケストラの日				

## パノナ・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 3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(講師料はいません)



### 一緒に歌ってみよう♪ 3月12日(木) 18:30~20:00

カラオケルームで！  
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)



### 消しゴムはんこクラブ 3月18日(水) 18:30~19:30

春です☆  
基本の「おはなはんこ」  
をほりほりしましょう☆  
何にべたべたしても  
きっとかわいい！  
「お花模様と一緒に  
たのしみましょう！」

☆参加費：800円 ※材料費含む



### 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4日(水)  
18:30~19:30  
参考費用：無料！  
☆こちらは、パノナ登録スタッフ限定となっております。

②ロジック入門  
3月25日(水)  
18:30~20:00  
参考費用：無料！  
☆こちらは、パノナ登録スタッフ限定となっております。

### ウクレレ俱楽部 3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♪  
この機会に和み系の  
音色を一緒に奏でて  
みませんか？



廣瀬先生の家計にねどりをつくるマネーセミナー  
◆年に一度は棚卸し！「損害保険」

ご加入中の損害保険を  
確認しましょう。  
特に賠償責任への備え  
は、ムダ・ムラがある  
ケースが多いです。  
しっかりと解説します。

☆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？



＜キャリアコンサルティング概要＞

会員：パノナで二輪車の運転  
日時：平日 9:30~16:30  
※平日は混雑が予想されるため、高齢者にご相談ください。  
時間：60分程度  
費用：無料  
場所：パノナ・広島（広島市中区本店）



050-3684-0236  
株式会社パノナ  
パノナ・広島 キャリアコンサルティング担当

パンナ 広島 検索

## BENEFIT STATIONは3月もお得でハッピー！



※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2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！

パノナでは、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♪



### ◆パノ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月で本年度もひと区切りを迎えます。子供たちも新しい学期に向けて期待に胸を膨らませている頃でしょう☆ご自身の成長のためだけでなく、子供に向かうときも「自己決定理論」を意識してみてくださいね(^^あと、創立5周年を迎えたパノナの特設記念サイトもぜひご覧になってくださいまし♪

(パノナ・広島 谷)

