

Pasona ひろしま通信 2026年 4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)

「能力主義社会」を生き抜くポイント

能力主義とは、年齢や学歴ではなく、業務を遂行するための知識・スキル・仕事への取り組み姿勢を評価し、昇進や報酬に反映する人事制度です。年功序列に代わり、個人の能力向上と組織の生産性向上を目的に導入され、評価基準の納得感が高い点が評価されています。

実力や成果が正当に評価される一方、絶え間ない努力と競争を強いられ、疲弊しやすい側面もあります。この環境で、メンタルヘルスを保ちながら持続的に生きるためのポイントをまとめてみました。みなさんの努力が実りますように！持続可能な方法を模索してみてくださいね♪ (パソナ・広島 谷)

主体的に動く

- ★具体的な「目的」を持ち、努力の方向性を明確にする。
- ★持続可能な可能性を多角的に慮き、変化に強い人材になる。
- ★強みだけでなく弱みも認め合える関係性を築く。

自分を守るために

- ★成功した時は謙虚に、うまくいかない時も自分を責めすぎない。
- ★「完璧」ではなく「完了」を目指す。
- ★能力評価と人間としての価値を混同しない。
- ★意図的に仕事のことを考えない時間を作る。



スキルのメンテナンス、始めてみませんか？

◆4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♪

竹内瞬☆第74回 アロマのおはなし

年度末を迎え、業務が立て込む時期になりました。集中しているつもりでも、頭が重く感じたり、考えが散漫になったりすることはないでしょうか。忙しい時ほど、気づかないうちに呼吸が浅くなり、余裕を失いがちです。そんな時に仕事の流れを止めずに使える香りとしておすすめしたいのが、ローズマリーの精油です。甘さの少ないすっきりとしたハーブ調の香りは、リラックスしすぎず、気持ちを切り替えたい場面に向いています。「一度頭を整理したい」「次の作業に切り替えたい」といった、繁忙期の場面で使いやすい香りです。思考を整える感覚に近いでしょう。

使い方は簡単にマグカップにお湯を注ぎ、1滴垂らすだけ。香りは強く感じなくても、空気が少し変わる程度で十分です。午後の集中力が落ちやすい時間帯や、会議前の切り替えにも向いています。忙しい時期だからこそ、香りを上手に使い、日々のパフォーマンスを整えていきましょう。



※「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125弾

昨年、いわゆる団塊世代の全員が75歳を迎え後期高齢者となりました。これを機に日本は、超高齢化社会に突入し、今後「大相続時代」と呼ばれる相続件数の急増期を迎えます。私の両親も高齢となり、そろそろ医療や介護の備えをしなければならないと考えています。その先にいずれ、相続が訪れる訳ですが、相続について考えておくのは、少しでも早いに越したことはありません。大まかにでも確認して頂きたいのは、財産(資産と負債)についてです。ご自身の財産を把握することで、相続に対して前向きに考えられるようになります。



まず確認すべきこと 相続財産は？

資産		負債	
	金額		金額
預貯金		住宅ローン	
有価証券		マイカーローン	
不動産(土地・建物)		教育ローン	
不動産(車・宝飾)		家賃・地代	
死亡退職金		税金の未納分	
生命保険金		損害賠償金	

■廣瀬 貴宜 (ひろせ たかひろ) 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。

◆4月マネー動画配信セミナー！
～家計にゆとりを作るために～
知らなかったでは済まない「相続の話」
※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♪

健康だったら何でもできる！？

「オンライン健康推進室」は、看護師などの産業看護職にLINEチャットやアバター相談・電話相談で気軽に相談できる、パソナから就業中のスタッフの方限定のサービスです。

ちょっとした体の悩みや不調、元気がないと感じたとき、産業看護職が相談にお答えいたします。このほかにも、生活習慣の改善につながる【運動・食事・睡眠】のコンテンツや健康よりなどのヘルスアップコンテンツを毎週配信しています(´▽`)☆ぜひLINEでお友達登録してご活用ください！健康だったらなんでもできる！みなさまの毎日が健康で、活力あふれる日々であるよう願っています。(パソナ・広島 谷)



LINEで気軽に相談
ONLINE 健康推進室





「DX時代」に備える！?

◆4月8日(水) 4月22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?

4 April 卯月



1(水) イブイブール	2(木) イケイルの日	3(金) 清水寺みずの日	4(土) あんぱんの日
5(日) 清明	6(月) 城の日	7(火) Excelセルフ 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) 美術展の日	10(金) ヨットの日	11(土) メートル湊 公布記念日	12(日) 農務奉還
13(月) 喫茶店の日	14(火) ホットビジュ	15(水) 消しゴムの日	16(木) イスレソの日
17(金) 恐竜の日	18(土) ウクレレ倶楽部	19(日) 地図の日	20(月) 穀雨
21(火) 川根茶の日	22(水) 消しゴムの日	23(木) 一輪に歌ってみよう	24(金) 削り節の日
25(土) 歩道橋の日	26(日) 七人の侍の日	27(月) 駅伝誕生の日	28(火) 海外ドラマの日
29(水) 昭和の日	30(木) 国際ジャズデー		

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。



パソナ・広島は「知・健・美」あなたの「知・健・美」応援します！

Excelセルフトレーニングデー

4月7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)

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?
4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
4月22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。

ホットビジュ-Decoクラブ

4月14日(火) 18:30~19:30

4月はキラキラを楽しむ!どこにでも連れて行きやすいかわいいきんちゃくをキラキラにしましょう!
縦10センチ×横7センチくらいでマチ無しです☆

☆参加費：1000円(きんちゃく1点:材料費含む)

ウクレレ倶楽部

4月18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!
みんなで一緒にぼろろんと音色を楽しみます☆この機会に初め系の音色を一緒に奏してみませんか?

☆参加費：700円/おひとり(ウクレレ代200円含)

一緒に歌ってみよう

4月23日(木) 18:30~19:30

カラオケルームで!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：1050円(予定)

廣瀬先生の家計にゆといを増やすマネーセミナー

「相続の話」~知らなかったでは済まない「相続の話」

「相続」について考えてみませんか?誰もが避けて通れないのが相続です。円満な相続、残された人たちが困らない相続のために今のうちに考えて欲しい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

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)/

BENEFIT STATIONは4月もお得でハッピー!

Benefit Station

※こちらに掲載の情報は、ペネフィット・ステーションのHPに掲載されている内容です。(2026年3月11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!

おトクに癒される リラクゼーション特集

relaxation

レンタル・リサイクル 特集

スペースも物もレンタルでエコ&おトクに!

新生活応援 豪華ショッピングプレゼント 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>

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~

春爛漫の4月☆♪ 季節の変わり目、いろいろと環境が変化される方も多いと思います。気持ちよく笑顔でお過ごしでしょうか? パソナには「オンライン健康推進室」がございます☆健康づくりに役立つ情報の配信や、看護師などの産業看護職にLINEチャットやアバター相談、電話相談で気軽に相談できるのでご利用くださいね。
(パソナ・広島 谷)