

5月～キラ女☆フェア in Nagoya～

パノナは新たなコトにチャレンジする皆さまを応援します！

PASONAカレッジ

👑 キャリアデザイン講座

無料 🎵

大好評！

① 2日(火) 18:30～19:30 会場:PASONA 栄オフィス

② 26日(金) 16:00～17:00 会場:PASONA 名駅オフィス

★プレミアムフライデー初開催★ 早めの時間に受講できます！

「このままでいいのかな」と思いながらどう動いたらいいかわからない
「自分の強み、自分の適職がわからない」・・・

そんなあなたにピッタリの自分自身をしっかりと見つめる講座です！

これまでの皆さんが歩んできた道のりをライフラインチャートで振り返り
経験の棚卸し・強みを確認することにより「できること」を考え
未来に向けて「ありたい」姿を描きます。

受講対象:パノナ登録スタッフ

👑 英語講座

受講料:1,500円

語学スキルUP！

～ 英語スピーチのコツと簡単ステップ
会話レベルチェック ～

9日(火) 18:30～20:00

会場:PASONA名駅オフィス 研修室

話し方のステップ、コツを学んで、英語スピーチに挑戦しましょう。
会話レッスンの中で、英語レベルもチェックします。
おすすめの勉強方法を個別でご紹介します。

対象レベル:中級レベル

講師:I.C.NAGOYA Ian Harrison

<講師紹介> 上級者向けビジネス英語研修からカルチャーセンターの
異文化理解:カナダなど担当
週末はキャンプに出掛け得意のアウトドアクッキング♪

👑 ビジネスコミュニケーション研修

無料 🎵

オススメ！

① 11日(木) 14:00～16:15 ② 20日(土) 10:00～12:15 ③ 24日(水) 10:00～12:15

ビジネスコミュニケーション力向上研修です。
パノナから初めてお仕事に就く方はもちろん、新しい一歩を踏み出す時
改めて自分を振り返りたい時、未来を考える時にぜひこの研修をお役立てください！

- 第一印象力の重要性 [ビデオ撮影による振り返り]
- 3つのプロ意識と5つの【人ざい】
- 絶対価値のある自分をめざして
- ヒューマンスキルエラーにならないために

会場:PASONA名駅オフィス

講師:PASONA 専任講師

パノナ・名駅

名古屋市中村区名駅1-1-4 JRセントラルタワーズ 42F
TEL 052-561-1421

お問合せ・お申込みは・・・ <http://www.pasona.co.jp/>



PASONA倶楽部

★CLUB PASONA メンバースカードのお知らせ★
受講された方へメンバースカードをお渡ししております。
ご受講の際に、倶楽部担当者メンバースカードをご提示で
1ポイント、お友達同伴の方は2ポイント捺印いたします。
10ポイントで次回1講座の受講料が無料♪♪♪

パソナ倶楽部各講座は
未登録のお友達も一緒に
ご参加いただけます♪

キラ女☆フェア in Nagoya



らくらく☆カメラ倶楽部

～初心者向け！

デジタル一眼レフ・ミラーレスデジタル一眼～

16日(火) 18:45～20:00

「一眼って他のカメラと何が違う？」「フルオート以外はどうすればいい？」

カメラ手始めに誰でも抱く疑問があります。

基本的なカメラの知識と用語をわかりやすく説明します！

買ったけれども使えていない、またはこれから買いたいけれど

独学ではよくわからないという方向けの講座です。

もしお持ちのデジタル一眼レフ、ミラーレスデジタル一眼があればご持参ください。

カメラがなくても講師のカメラ(SONY・CANON)で説明するのでお気軽にご参加下さい♪



初心者歓迎♪

講師：山本 桂子 先生

- ◆ 受講料：1,000円
- ◆ 持ち物：お持ちの方は一眼レフカメラ、ミラーレスデジタル一眼
- ◆ 定員：20名（最少催行人数：2名）



タロット倶楽部 ～限定8名！～

～いろいろな種類のカードに触れてみよう～

18日(木) 18:45～20:15

世の中には色々な種類の占いカードや

自分と向き合うためのカードがあります。

タロットだけでなく、最近流行りのルノルマンカードや

自分の気持ちに気づくポイント・オブ・ユー®カードなど

それぞれの特徴や使い方の違いをお伝えします。

カードをじっくり見てみたい、違いを知りたいという方に。



大好評♪

講師：藤山ひさみ 先生

Points of You™ 認定トレーナー

- ◆ 受講料：2,000円
- ◆ 持ち物：筆記用具
- ◆ 定員：8名（最少催行人数：4名）



骨盤矯正ダイエット倶楽部

～骨盤アンチエイジング～

17日(水) 18:30～19:45

骨盤が傾き歪んだ状態のまま生活していると、太りやすい体質になり
ウエスト・お腹周りに脂肪がつきやすく、むくみや体の不調・猫背など
様々な症状に悩まされます。

痛みや悩みがあると楽しさも半減。ついついマイナス思考になりがち。。

インスパイリングエクササイズは、ゆるい動きに見えて

効いてほしいところにしっかり効くエクササイズ！

歪んでしまった骨格を正常な状態に戻しやすくしてあげることや、

骨を支えている体の深い部分の筋肉(インナーマッスル)をきたえ、

体の基礎代謝を高め、痩せやすく太りにくい体質にします。

さらに、ツボ押しでリンパの流れを良くし、きれいなウォーキングも伝授！



定期開催中！
オススメ♪

講師：ITSJ認定インストラクター 倉本 有加利(Yukari) 先生

- ◆ 受講料：1,500円 ◆ 持ち物：ハンドタオル、水分補給用飲料水
- ◆ 服装：動きやすい服装 ◆ 定員：10名（最少催行人数：4名）



発酵倶楽部 ～塩麹～

25日(木) 19:00～20:00

『塩麹』・・・お肉や野菜を漬けてもおしくなり、炒めものなどの

タレ代わりににもできる調味料です。

手造りで作ると生きたままの発酵食品を体に取り入れる事ができます。

今回は皆さんで手作りしていただき、お持ち帰りいただきます。



NEW♪

講師：後藤 由枝 先生

日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエプロ/調味料Jr.マイスター

発酵食大学認定 発酵食エキスパート1級

- ◆ 受講料：1,500円
- ◆ 持ち物：筆記用具、手ふき用タオル、お持ち帰り用容器(容量：600ml以上)
- ◆ 定員：6名（最少催行人数：1名）