

# PASO宮News

Vol.68

NEW

PASO宮Newsでは、パソナ・宇都宮からのお知らせ、ちょっと役立つ情報などを掲載し、定期的にお届けします。スタッフのみなさまからのオススメ情報や、ご意見ご感想も大歓迎！お仕事の合間にお楽しみください♪

今月のコンテンツ

- パソナからのお知らせ
- 使って得するベネフィットステーション
- すこやかなココロとカラダへ
- パソナメディア発信局
- 超簡単！お勧めレシピ紹介
- 今月の宇都宮グルメ



パソナからの御知らせ



PASONA

お友達紹介キャンペーン



PASONA

お友達から紹介された方はこちら

2020 Winter - Spring 2020年2月1日(土)~5月31日(日)

お友達紹介キャンペーン

パソナでお友達の登録が完了すると、あなたとお友達に「選べる電子マネーギフト」をプレゼント！  
お仕事を頑張っているお友達・お知り合いをぜひパソナにご紹介ください！大切なお知り合いのお仕事探し、パソナがすべてサポートします。



お友達・お知り合いのご登録完了で  
あなたとお友達・お知り合いの双方に「選べる電子マネーギフト」5,000円分をプレゼント！

さらに！同時開催中！  
お友達のお仕事の決定で双方に「選べる」ラグジュアリーな特典プレゼント♪

選べる電子マネーギフト



「選べる電子マネーギフト（EJOICAセレクトギフト）」とは、Amazonギフト券やnanaco等の様々な電子マネー等の中から自由に選択し、ギフト金額を登録（交換）することができる電子マネーギフトです。



使って得するベネフィットステーション



Francfranc

【期間限定】クーポンで5000円以上のご購入で10%OFF



[メニューNo.656038] Francfranc

Francfrancでは、ベネフィット・ステーションのクーポンと併用できるお得なキャンペーンを開催中です。

●新生活キャンペーン（2020年2月21日～2020年4月5日）

- ・家具全品10%OFF
- ・2万円以上のラグ10%OFF
- ・カーテン20%OFF
- ・3Dシミュレーターを用いた

インテリアコーディネート相談会開催（※一部店舗限定）

●Weekly Fair（2020年2月28日～2020年4月9日）

週変わりでお得なキャンペーンを開催！

Francfrancアプリで毎週金曜日に更新される情報をチェック！

ホワイトデーや歓送迎会、母の日などギフトにおすすめの新作商品も続々入荷予定です。ぜひこの機会にご来店くださいませ。



すこやかなココロとカラダへ



カカオポリフェノールについて

2月といえばバレンタインデーですね♡普段よりもチョコレートを食べる機会も多いのではないのでしょうか。今回はチョコレートに含まれるカカオポリフェノールについてご紹介します。

○抗酸化作用・動脈硬化予防（活性酸素の除去や紫外線からお肌を守ってくれる）

○冷え性改善（血圧を下げて血流を良くしてくれる）

○プロバイオティクス（腸内の善玉菌のエサになり善玉菌の増殖を促す）

○抗ストレス対策（テオプロミンという苦味成分がセロトニンの働きをおさ

心を落ち着かせる）

??一日にどれくらい食べてよいの??

ポリフェノールは水溶性のため一度にたくさん食べても排出されてしまうそうです。

カカオ70%チョコレートで一日(5~10g) 1~2片程度が理想なようです。

参考文献：健康管理能力検定 監修：日本成人病予防協会

〈担当〉 高山 圭（たかやま けい）

チョコレートは大好きで食べ始めると1~2片ではとまりません…  
そして甘いものを選んでしまいます。これからはなるべくカカオが多く  
含まれるものを選んでポリフェノール効果を期待したいと思います♪





## パソナ・メディア発信局♪



2/15~4/12 開催中!

ろまんちっく村にて、期間限定公演☆

皆様はサーカスをご覧になったことはございますか？  
この度宇都宮市のろまんちっく村にて、サーカス団がやってまいります！  
今回公演されるサーカス団は「ポップサーカス」という日本のサーカス団になります。世界各国のパフォーマーを擁しており、全国各地で巡回公演を行っているプロ集団でございます♪  
イリュージョンや空中ブランコ、クラウンなど人体の極限に迫るパフォーマンスと、サーカス全体が作り出す世界観は、「映像を見る」ものとは迫力が違います！  
期間限定となりますので、皆様ご予約をご確認、チケットを確保の上、是非体験してみたいはかがでしようか？



〈担当〉坂井 美雪 (さかい みゆき)  
シルクドソレイユや、その他サーカスの期間公演をいくつか見に行きました♪特に「Zingaro」という馬の劇団がお気に入りです☆  
最後の来日はかれこれ10年前…また日本へ来てほしいっ (><)



## 超簡単！お勧めレシピの紹介！

ミート・グラタン (風)

コンビーフを活用したお料理



【材料】コンビーフ1缶、じゃがいも中1つ、玉ねぎ1/2個、スライスチーズ1枚  
マヨネーズ少々、塩コショウ (少々)、バター少々、パセリ少々

【作り方】①じゃがいもは皮をむき薄めの半月切りにします。

②玉ねぎも薄くスライス。

③①と②を耐熱皿にいれて、軽くチンします。

④③を取り出し、軽く塩・コショウします。

⑤④にバター少々をちぎって入れ、その上にマヨネーズをお好みの量を載せ、コンビーフをほぐし入れ、更にチーズをのせます。

⑥⑤をオープン (またはトースター) に入れ、表面に焦げ目がついたら出来上がり、パセリをふって完成です！



〈担当〉塚原 陽子 (つかはら ようこ)  
コンビーフのパッケージが変わると聞いて、懐かしいやら淋しいやら、とりあえず買ってこ！と思い購入。個人的にはし唐とか青いものと炒めるのが好きですが、冷蔵庫の残り物と相談してみました。良かったらお試しください。



## 今月の宇都宮グルメ！！



私が、宇都宮に来ておいしい！！と思ったお店をご紹介します  
頂く企画の第6弾！！今回は、【話題の食材】特集です。

### 【中華トントンのびっくり餃子】

お昼時は、駐車場がいつも混んでおり店内はにぎわっていて活気があります。餃子も大きくジュシーでおいしい！！  
餃子ニュース：2019年の宇都宮市の世帯数あたりの餃子消費量が昨年1位の浜松市を抜き、1位に返り咲き！



### 【まげしとちぎやのニラそば】

お蕎麦にニラが乗っているのはインパクト大！意外といける組み合わせでした！場所はオリオン通り内。  
ならニュース：栃木県は全国2位なんですね！！  
主な産地は、鹿沼市、大田原市、上三川町です！



〈担当〉井川 大輔 (いかわ だいすけ)  
趣味：食べる事・料理・旅・読書 出身：大阪  
特技：足つぼマッサージ 好きなスポーツ：テニス  
今はまっていること：来年の手帳・カレンダー探し



PASO宮Newsは  
みなさんからの情報提供も大歓迎です。  
PASO宮を通して、スタッフさん同士の交流を  
図ってみませんか？

- ♪ オススメのお店を掲載してほしい！
- ♪ 私のおきにアイテム、紹介します！
- ♪ イベント告知をしたい！ などなど



掲載希望のご連絡や  
PASO宮Newsのご感想をいただいた方には  
抽選で1,000円分のQUOカードをプレゼント！

【連絡先】 [p.utsunomiya@pasona.co.jp](mailto:p.utsunomiya@pasona.co.jp)

※営業目的の掲載はご遠慮ください