

＊セミナールームを覗いてみよう ～リベラルセミナーレポート～

本日の授業は…「Excel2010初級講座」②回目

Excelは日常の仕事の省力化、日常生活に関わるデータの整理など、あらゆる業種・業務に利用されるソフトです。便利なソフトだということはわかってはいるけど……、なかなかうまくいかない、とっつきにくい人が多いようです。

この日は、よく使う関数やオートフィル、セル参照を使った自動再計算等、使いこなせばとっても便利で簡単なデータ入力方法を学び、一般的によく使われるビジネス文書を多数作成していました。

講師は現役事務職で働くママ。アットホームな雰囲気、細かな質問にも丁寧に答えてくれます。受講生のみなさん、とても集中して受講されていました。



受講者の声

- 受講のきっかけは？
 - ・前回のリベラル通信の講習会情報を見て…
 - ・勤めている会社の上司の指示で…
 - ・わけもわからず使っているの、基本知識を知りたいくて… 等
- 感想を聞かせてください！
 - ・これまで何もわからず使用していたが、もっと効率のよい使い方があることを知った。
 - ・実際に自分が操作してみて初めて便利さに気づいた。
 - ・作業効率が上がり、これから仕事で活かせる自信がわいた。

受講生のみなさんのこれからの活躍が楽しみです！Excel講座は1月23日、24日、25日に中級編があります。他にも毎月、セミナーを企画しています。あなたもぜひ一度、参加してみてください！

お仕事情報 JOB INFO



■ハウスキーピング(パート・アルバイト)

勤務地：神戸市北区(最寄：有馬温泉駅)
勤務日：週4日程度(シフト希望日考慮)
勤務時間：9:30～15:00 / 9:30～13:30
給与：時給900円(研修中は830円～)
能力により昇給あり
※交通費込み・雇用保険あり

当社・田尾寺・岡場より当社専用送迎車両あり
有馬温泉内の高級会員制リゾートホテルの客室清掃作業
経験者歓迎・未経験者OK。明るい職場です。
土日祝・長期休暇中に入れる方歓迎
グループ・お友達同士の応募もOKです!!

■ポスティングスタッフ(在宅)

勤務地：三田市内(エリア担当制)
勤務日：毎月15日～21日の希望時間
給与：枚数により異なる(単価制)
リベラル通信をポスティングするお仕事です。
子育て・介護の合間にお手伝いください!



編集後記



皆様あけましておめでとうございます。2012年もよろしくお願ひ申し上げます。
さて、今回はこのスペースをお借りして、私が普段働いているホテルの客室清掃のお仕事紹介と求人募集をさせていただきますね(´▽`)
お客様がチェックアウトされた後、次のお客様が快適に宿泊できるように客室を清掃するお仕事です。チェックイン迄の時間が限られている為、お互いに協力し合ってテキパキと作業をこなしていきます。客室清掃は、汚くてきついお仕事だと思われて敬遠される方が多いかと思いますが、

10代の学生と、子育てがある程度落ち着いた30代の主婦の方を中心に、10代～40代の方が和気藹々とやりがいを持って活躍されています。一度足を踏み入れると辞める人がいない魅力的な方たちばかりの居心地のよい職場です。
みなさん未経験で入って来られていますが、普段のお掃除の延長なので皆さんコツを掴むのが早いですよ!自己の成長を実感できる環境が整っています!充実した毎日、仕事をしたい方は是非一緒に働きましょう(*´▽`*)
春に向けて新しい仲間を募集しています。この機会にご応募をお待ちしていますね。(岡本)

第2回

トクする税と社会保険のお話

明けましておめでとうございます。新年を迎え、職場が変わられた方、新たに職を探しておられる方も多いかと思えます。今回は、そのような時にチェックしておきたいパートタイマーと労働保険・社会保険の関係についてご紹介します。

- 労働保険
業務中あるいは通勤途中で起きた病気やケガを補償する保険です。正社員、パートタイマーなど雇用形態にかかわらず、労働者に適用されます。
- 雇用保険
失業した時や教育訓練を受けた時などに給付される保険です。パートタイマーは次のいずれにも該当する場合に限り、被保険者となります。
 - ① 1週間の所定労働時間が20時間以上であること
 - ② 31日以上引き続き雇用されることが見込まれること
- 社会保険(健康保険・厚生年金保険)
業務や通勤以外で病気やケガをした時などに給付されるのが健康保険、老齢になった時や身体に障害が残った時などに給付されるのが厚生年金保険です。

パートタイマーが健康保険・厚生年金保険の被保険者として取り扱われるかどうかは、就業の実態に応じて判断されることとなります。被保険者と判断する目安として、以下の条件があります。

- ① 1日または1週間の所定労働時間が、同じような業務をしている一般社員のおおむね4分の3以上である場合
- ② 1カ月の所定労働日数が、同じような業務をしている一般社員のおおむね4分の3以上である場合

※ただし、これらは目安にすぎませんので、正確には年金事務所または健康保険組合に確認する必要があります。

文/社会保険労務士 石井一成
石井一成社会保険労務士事務所
TEL: 079-562-0666 / HandPhone: 090-2388-3228



お問い合わせ・応募はお電話またはメールにて▷079-562-0666(担当:石井・瀧下)

■レストランホール・宴会サービスリーダー(正社員)

勤務地：三田市および神戸市北区のホテル
勤務日：週休二日制(シフト制)
勤務時間：7:00～22:00の間の8時間程度
給与：160,000円～300,000円
※経験・能力を考慮して決定
試用期間：3ヶ月(期間中は日給6,000円～)
各種社会保険完備・交通費補助あり
・レストランホールまたは宴会サービスのリーダー経験1年以上の方
・運転免許(AT限定可)お持ちの方
ホテルにあるレストランのホールや宴会サービスのチームリーダー業務を担当して頂きます



リベラル通信

vol. 3
2012 February

発行日：2012年1月15日
発行元：株式会社リベラル

Pick UP!

【特集1】簡単!早い!美味しい!

働く女性の『がんばりすぎない時短料理』

【特集2】セミナールームを覗いてみよう～潜入レポート

トクする税と社会保険のお話 第2回

【リベラルセミナールーム 講習会・セミナー情報】

働き中の人も、まだ働けない人もスキルアップ!

就業のためのOffice初級&Word機能別マスター講座

意外と簡単、今さら聞けないイマドキコミュニケーションツール

今日からツイママ☆Twitterはじめて講座

ママのためのリフレッシュ講座「キララの時間」

ベビーマッサージ講座/アロマバスボム作り開講

★彩り～いろいろ～0歳からのスキンケア&ハンドマッサージ教室



簡単!早い!
美味しい!

スタッフおすすめ★働く女性のための

がんばりすぎない時短料理

●大家族&食べざかりの中高生ママ●
時短&豪快大盛り★混ぜるだけサラダ

働く女性の悩みといえば!とにかく…いつも時間に追われることですね。

出勤前からバタバタ…(°ロ°) 帰宅後もバタバタ…(/°°°) /

一瞬だって座る暇はないあの慌ただしい夕方。

特に食事の支度はなるべく短時間で仕上げたい!

そこで今回は、実際にリベラルスタッフがよく

作る「がんばりすぎない料理」レシピ

をご紹介します♪

●夕方は用事だらけの小学生ママ●
ついでエコで即食べれる楽テク★

●料理中も手がかかる幼児ママ●
蒸すだけほったらかしのメインディッシュ

材料を切って土鍋に入れるだけなので所要時間は5分!コンロに任せて蒸している間にほかの家事ができる嬉しいレシピです!

「かんたんヘルシー豚肉と白菜の蒸し鍋」

◆材料(4人分)◆

- ・豚バラ薄切り肉 200g
- ・白菜 2分の1
- ・しめじ 1袋
- ・昆布茶 小さじ1
- ・酒、ごま油 ひと回し

◆手順◆

土鍋に下から白菜→しめじ→豚バラの順にのせる
上から昆布茶かける
酒とごま油をひと回しする
ふたをしてすべてに火が通るまで蒸す
出来上がったら、
ポン酢をかけていただきます!
(^o^)/



「炊飯器でゆで野菜」

◆材料(一升炊きでお米と同時に入るもの)◆

- ・じゃがいもの場合 中4個
- ・人参の場合 中2本～3本
- ・れんこん・ごぼう
- ・さつまいも・生卵もOK

◆手順◆

芋類は皮のまま洗って切り込み×を入れる
人参やごぼう等は皮をむいて。
アルミホイルで素材をくるむ。ホイルを2重にすると茹で汁がご飯に流れない匂い移りもない。
セットしたお米の上に寄せ、そのまま普通に炊飯。
炊きあがったら、ゆで野菜はホイルごと取り出し、
適当なサイズに切ってお好みの味付けで召し上がれ!

★じゃがバター…ホイルごとまるごとお皿にのせ、
バターと塩をお好みでかけてどうぞ。光熱費0円
オカズの完成(^-^)

★ジャーマンポテト…

大ききざく切りした野菜を
ソーセージを炒めたフライ
パンに入れ、塩コショウで
味を整えて完成!火を止めた
あと、お好みでスライス
チーズを乗せると子ども受けします★



ざっと切って混ぜるだけなのに、なぜか手抜きに見えないサラダはほんの工夫で毎日イケます!
ドレッシングいらずでお財布にも優しい♪

「しゃきしゃき大根と納豆のサラダ」

◆材料(4人分)◆

- ・大根 1/2本
- ・納豆 2パック
- ・マヨネーズ、
塩、こしょう 適量

◆手順◆

大根を3mmほどの厚さの桂剥きにしてから千切りにし、冷水に入れてしばらく置き、水分をしっかりとります。
食べる直前に大根と納豆をマヨネーズで和え、好みで塩こしょうで味付けして完成!



「アボカドとお豆のサラダ」

◆材料(4人分)◆

- ・アボカド 1個
- ・トマト 大1個
- ・水煮豆 1袋
- ・エキストラバージン
オリーブオイル、塩、こしょう、レモン汁 適量

◆手順◆

アボカドは2cm角くらいに切って、レモン汁をからめておく
トマトも2cm角くらいに切る
アボカド、トマト、豆をオリーブオイルでざっと和え、味付けは塩・こしょうでお好みの味にしてできあがり。
彩り満点、オシャレサラダです。



働きたい想いを大切に。



人材派遣・WEB制作・職業訓練
セミナー企画運営
株式会社リベラル

〒669-1535 三田市南が丘2丁目4-13
TEL: 079 (562) 0666 / FAX: 079 (562) 0776
WEB: http://liberal-woman.com/ Mail: info@liberal-woman.com

忙しい中でも、家族には手作り感のある、
体に良いものを食べさせてあげたいですね。
ぜひ、一度お試しください! (^-^)/