

オフィスタ・ブログ

第901話 ～ 第1000話

2024年10月8日～2026年6月14日

はたらく女性/育児とお仕事オフィスタ

www.offista.com

本誌の一部または全部を無断で引用、転載、放送することは、法律で定められた場合を除き、著作権者の権利の侵害となります。あらかじめ許諾をお求めくださいますようお願いいたします。

---オフィスタは日本プランニング株式会社の登録商標です。---

目 次

1000	オフィスタ・ブログ 1000 話
999	スリーナイン
998	わたし色の傘／藤井真希 with 清水悠士
997	ちいかわめじるしアクセサリー
996	美容医療の注意
995	特定社労士と通常の社労士とのちがいは？
994	OZMO-POCKET3 機
993	Over The Scine／櫻井えりか
992	若者の退社理由
991	ハケンとバイトで週 7 日働いても良いのでしょうか
990	もう辞めたくなくなった新入社員の方へ
989	新入社員と最初の頑張り
988	オフィスタ20周年ありがとうございます
987	令和七年度が終わります
986	Instax Mini Evo Cinema 機
985	花粉症
984	労働条件通知書と就業条件明示書は何が違うのですか
983	こころの病気になる人が増加
982	桜 2026
981	私は会社経営者です。給料が支払えなくなっていました
980	メルマガ郵送廃止
979	労働人口が過去最多
978	同じ業界でダブルワークはできる？
977	2026 年の雇用動向の予測と考察(後編)
976	2026 年の雇用動向の予測と考察(前編)
975	謹賀新年 2026(オフィスタ SP)
974	謹賀新年 2026
973	来年もよろしくお祈りします
972	年末年始のお知らせ 2025-2026
971	優秀なスタッフを黙って引き抜いても良いか
970	年末調整について(オフィスタのみなさんへ)
969	インフルエンザ
968	作詞家と作曲家を募集

967	取引先からご馳走されるのはアリ？
966	転職の増加
965	在宅ワークのメリットデメリット
964	就活が早期化しているってホント？
963	ポケモン
962	能力不足でチェンジや異動はありますか？
961	ゲリラ豪雨
960	料金別納・料金後納の違い
959	SNSにご注意を
958	マクドナルド
957	複数バイトで移動中の事故はどうなる？
956	ラブブ
955	チャット GPT
954	ちいかわさん
953	同僚に興味のないセミナーに勧誘されたらどうしたらよいですか？
952	鬼滅の刃
951	前撮り
950	FUJIFILM X-half 機
949	入社したら仕事内容が違った場合はどうしたらよいですか？
948	日本人の睡眠時間は世界的に見て最低レベル？！
947	職場でも熱中症対策を
946	サークル活動
945	それって糖尿病かも？！
944	残業を強要されたらどうしたらいいですか
943	お弁当
942	食欲に隠された体からのメッセージ
941	定期健康診断はタイムシートに付けられますか？
940	最近の派遣はイメージが違う
939	麻辣湯について
938	ニュージーランドに想いを
937	オフィスタ劇場 Vol.13 オンライン会議編
936	皆さんは犬を飼っていますか？
935	服装選び
934	勤務地が変われば賃金も変わるのでしょうか？
933	方言を直すべきか否か

932	令和七年度が始まります
931	令和六年度が終わります
930	若手社員が仕事を辞めたがるのはなぜか
929	3年間ありがとうございました
928	朝の1時間の使い方
927	定年と年齢採否の関係は？
926	少子高齢化と物価高と人材不足と後継者問題と文化消失
925	指揮命令が曖昧な時はどうしたらいいのか
924	スーパータクマー55mmF1.8
923	オフィスタ劇場 Vol.12 OL 給湯室編
922	オフィスタ劇場 Vol.11 面接:騙し合い編
921	時給が異なる二刀流労働者の有給休暇は？
920	2025年の雇用動向の予測と考察(後編)
919	2025年の雇用動向の予測と考察(前編)
918	謹賀新年 2025(オフィスタ SP)
917	謹賀新年 2025
916	来年もよろしくお祈りします
915	年末年始のお知らせ 2024-2025
914	お昼休憩いららないのに取らなければならないのか？
913	私流リラックスの方法
912	オフィスタ・チャンネルでタレント CM
911	オフィスタ劇場 Vol.10 英語上達法編
910	カメラマンを経験しました
909	職場でできる1分間エクササイズ Vol.4
908	芸能は年齢や容姿で落とされることがありますか
907	小さな出会いと少しの会話(コラム)
906	オフィスタ劇場 Vol.9 テレワーク編
905	扶養内で働きたいので小さな派遣会社に移籍したい
904	アレの話
903	オフィスタ劇場 Vol.8 出演者募集編
902	オフィスタ劇場 Vol.7 油断大敵編
901	職場でできる1分間エクササイズ Vol.3

第 1000 話「オフィスタブログ 1000 話」



2008年10月14日にスタートしたオフィスタ・ブログですが今回が第1000話目の投稿となります。週1回ペースのウィークリーブログとして開始して約19年になりますが、まだSNSという言葉がなかった時代に「ブログ」って何だろうという感じで始めました。

同年4月から月刊誌であるメルマガ（オフィスタ NEWS）を配信していましたが、育児とお仕事の両立、ハケンをもっとよく知ってもらおうという補足版として位置付けておりました。創業当時だったこともあり、当時のメンバーにブログに詳しい方がいるというので「どういうもの？」と尋ねたら、企業でブログを書くのであれば「オフィスタ」と繰り返し書けば検索でヒットしやすくなるのでそれだけ書けばよいとのことでしたが、日記のように何かを発信できるのであればもっと有意義なものを書きたいと思い、それなりにしっかり1本1本書いてきたつもりです。日記なので三日坊主にならないように、毎日は無理でも週1本くらいならと頑張ってきて気付いたら千話になっていたという感じです。当然、漠然と始めたので目標何年継続とか何本投稿とか全く考えてもいなかったわけで、そもそもオフィスタという会社自体が20周年を迎えるなどということも当時は全く想像もしていなかったわけですので、今振り返ると感慨深いものがあります。

このブログは社員全員でその都度都度多くの社員が携わり書いてきたもので、特に新入社員などにはよく執筆するように指導してきた気がします。文章力を高める実践の良い機会としても役立つと思っています。連載開始当時は関係者も少なかったこともあり、ハケンの裏話なども如実に自由に公開しておりましたが、次第に関係者が増えるにつれてコンプライアンスに注意を払い言葉を選んで制限せざるを得なくなり、かつての自由度はなくなってしまったかもしれません。その替わりにお仕事以外にも趣味や時事情報など社員各自が書きたいテーマで書けるようにしたのが最初の転換期かもしれません。のちにツイッターの台頭、インスタグラムの人気などSNSも変わりつつあり、現在ではユーチューブやTikTokなど文字ではなく映像にシフトする時代となりました。

何事も継続することが大事だと思っており、一度始めたならば止めるべきではないというのがオフィスタのポリシーでもありますので、文字で伝えるという文化は嫌いではありませんが、オフィスタ・ブログもそろそろその役目を終わる時なのかもしれません。

今読み返すと我々にとっても有意義な話題もありますし、日記的な当時のことも思い出します。出張先で書いたこともありますし、夜中や明け方に書いた記事もあります、通勤途中に書いたものもあります、新入社員の所信表明、退職する社員が最後にお礼を書き綴った記事もあります。あまりに記事が多すぎて、今読み返すとこんな記事書いたっけというものもあります。オフィスタという会社の記録の一部として思い出の詰まった重要なコンテンツだと思っています。

今後についてはまだどうするかわかりませんが、1000話まとめ読みとしてPDFで公開しておりますのでよかったらお暇なときにでも覗いてみて下さい。

正直、熱烈な読者層（フォロワー）を獲得できたかとは言い難く、その点は努力不足も感じ心残りではありますが、ときに履歴書作りの参考になりましたとか、扶養内知識の収集に役立ちましたなど、これまでにありがたいお言葉を頂けたこともオフィスタにとって財産となりました。1000回もの長きに渡り続けてこられたのも皆さん読者のお陰だと思っておりますので、この場を借りて感謝を込めお礼申し上げます。

今後とも「はたらく女性／育児とお仕事 オフィスタ」をどうぞ宜しくお願いいたします。

令和8年6月14日（日）13：30記 オフィスタ広報・宣伝部

◆[オフィスタ・ブログ 1000話まとめはこちらから](#)

◆[オフィスタ・ブログ 1000話の目次だけ見るにはこちらから](#)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)


◎[オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)


第 999 話「スリーナイン」

オフィスタ・ウィークリーブログ

育児とお仕事についてオフィスタからの考察

オフィスタからのお仕事情報、ハケンに関する時事情報、履歴書の書き方ポイント、就業初日の服装について、勝てる顔写真の撮り方ポイントなど、お仕事に関する情報発信コーナー



 Amebaブログ

[ブログを読む](#)

ブログをPDFでまとめて読む

オフィスタ・ブログ (第901話～第900話)	オフィスタ・ブログ (第701話～第800話)
オフィスタ・ブログ (第601話～第700話)	オフィスタ・ブログ (第501話～第600話)
オフィスタ・ブログ (第401話～第500話)	オフィスタ・ブログ (第301話～第400話)
オフィスタ・ブログ (第201話～第300話)	オフィスタ・ブログ (第101話～第200話)

2008年10月14日にスタートしたオフィスタ・ブログですが今回が第999話ということで1000話目が見えてきました。週1回ペースで投稿のウィークリーブログとして開始して約19年ですが、これだけ書いていると何を書いたかも覚えていない訳でたまに読み返すと懐かしさもありと言った感じです。昨今のユーチューブやTikTokといったSNSにやや力負けている感があるブログという存在ですが、そろそろキリが良いので幕引きかなとも考えていますが。

さあ次の1000話目は何を書こうか・・・

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 998 話「わたし色の傘／藤井真希 with 清水悠士」



好評発売中『わたし色の傘』／藤井真希 with 清水悠士

ダウンロードはこちら⇒

<https://star-pro.stores.jp/items/6a1fd82d2753831f8e476d93>

- (1) Original Single
- (2) Music Video
- (3) 歌詞カード
- (4) インタビュー風景
- (5) カバージャケット
- (6) 著作権フリー特典※

作詞：太鷹（たいよう）

作曲：倉青マ琴

編曲：オフィスタ SP

歌：藤井真希 with 清水悠士

※この楽曲はご購入いただくと自身の SNS などでも自由にご利用いただくことができます（6）。

©2026 年作品／2026.6.4 発表

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 997 話「ちいかわめじるしアクセサリー」



みなさんはガチャガチャめじるしアクセサリーを知っていますか？傘やリップなどにつけることができる小さいキーホルダーみたいなものです。大体 300 円で一回回すことができるので見つけたらつい回してしまいます。

最近ちいかわのめじるしチャームが発売されたのですが、その発売当日の店頭の様子が話題になっていました。みんなちいかわのめじるしアクセサリーを目当てに大量の人がぎゅうぎゅうになって並んでいる動画がネットで見かけました。私もそのめじるしアクセサリーが欲しかったのですが、ちょうど学校の時間と被っていて買うことができませんでした・・・人気のちいかわやサンリオのめじるしアクセサリーはいつも販売情報が出てから 30 分程度で完売してしまうのですが、ゲットした人たちは、どのようにゲットしているのでしょうか。日中に入荷されることが多いので普通の人なら大体学校か仕事があるはずですが、専業主婦さんやパートのママさんなら買うことができそうですね。

毎回こんなに人気になっているのもっと在庫を増やしてほしいと思うばかりです。

しかもメルカリで高額転売されているのでそちらも何かしらの対策は取ってほしいところです。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 996 話「美容医療の注意」



最近ニュースで美容医療の後遺症のニュースが流れてきました。最近美容医療が前よりも気軽に始められると感じています。私の友達も二重の前没手術や、ヒアルロン酸を打っている人が多い気がします。話は戻ってニュースの話なのですが、美容医療の後遺症の話です。ヒアルロン酸を額に入れて、後遺症が表れて病院に訪れて、結果は静脈性の塞栓だということです。血管にヒアルロン酸が詰まった状態で、皮膚が一部壊死している状態です。また、安さや選択肢の多さから海外で整形する人が多いようです。私の友達も韓国旅行に行ったついでにと美容医療をしていました。しかし、海外でやってしまうと、トラブルが起きた時に施術した医師と連携が取れないなど対応が難しくなるケースもあるそうです。みなさん気を付けましょう。

オフィスタは女性のスタッフさんが多いので美容に興味関心がある方も当然数多くいらっしゃるでしょうから情報収集はしっかりしてからにしましょうね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 995 話「特定社労士と通常の社労士とのちがいは？」



Q. 私はハケンではたらいています。扶養内勤務のことで相談があり、オフィスタの担当者に相談したところ、私の質問内容が複雑なケースだったため「顧問の社労士先生に確認しておきます」としていただきました。オフィスタの顧問社労士である大滝先生のことはこの Q&A コーナーで前々から存じ上げておりましたが、特定社会保険労務士と書かれてありました。特定社会保険労務士とは通常の社会保険労務士とは違うのでしょうか。ふと気になったため質問させて頂きました。

A. 特定社労士とは、社労士資格を有する者がさらに高度な専門知識を身に付け、**特定の業務を行うために**認定された資格です。労働問題やトラブル解決における専門家として、企業と労働者の間に立ち、裁判外での円滑な解決を目指す役割を担っています。

特定社労士が特に注目されるのは、**労働紛争の解決における代理人**としての役割です。労働者と企業の間で紛争が発生した場面で、依頼者の意見や要望を代弁し相手方との交渉を進めます。また、法的知識を基に最適な解決策を提案します。例えば、不当な解雇や未払い残業代などの問

題が発生した場合、労働者または企業の代理人として、都道府県労働局のあっせん手続きに参加することが可能です。この手続きは裁判よりも簡易で迅速、かつ低費用で解決できる手段であり、特定社労士はその紛争解決の代理人となることができます。

特定社労士は、紛争に発展しそうな事案について労働者と企業が円満に和解できるように助言や交渉を行います。これにより、あっせんや調停に移行する時間や費用を節約しつつ、双方の関係を保つことができます。この業務は一般の社労士でも行うことができますが、特定社労士としての知見を活かすことで、より適切かつ効果的な対応をとれることが期待できます。

特定社労士は、企業が適正な労務管理を行えるようにサポートして労働環境の改善を目指します。結果として、紛争の発生自体を防ぐ役割も果たしています。

特定社労士になるには、社労士が特別研修を経て紛争解決手続代理業務試験に合格し、且つその旨が社労士会連合会の登録に付記される必要があります。特に労働紛争の代理業務に関しては、社労士の中でも特定社労士しか行うことができません。（回答：大滝岳光）

[メルマガ第 216 号を読むにはこちら（無料）](#)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 994 話「OZMO-POCKET3 機」



まだ数回しか使用していませんが、DJI-OZMO-POCKET3 かなり気に入って使っています。ユーチューバー御用達として有名な機種ですが、一度試してみたいと思っていました。グニャグニャと役立たずだった OZMO-MOBILE を売却して購入してみたものの、断然こちらの方が使い易く感動さえ覚えました。早いし簡単というのが第一印象。縦横がモニタースライドするだけという点が気に入っています。ユーチューブ・TikTok 動画しか撮らないので基本縦 16:9 しか使っていません。スマホでいいのではと思われるかもしれませんが、多くの有名ユーチューバーが使っているのをみて興味がありました。Pocket4 が出たことで旧 3 はやや安価だったのも購入の決め手に。写りが思っていたよりも綺麗だったということ（スマホよりも色合いはかなり良い）、顔認識と追いかげが早い。一方でバッテリーの持ちが不安、そのままポケットに突っ込んで持ち歩いているため頭部が壊れないか心配などもあります。そこまで高価な機でもないので使い倒してみようと思います。

付属ケースカバーは使う予定がなかったのですが、上部に何を収納するのかと疑問だったのですが MIC2 がここに収納できると知って併せて使うようになりました。結局バッテリーパックと広角レンズと MIC も欲しくなるので最初からクリエイターコンボを購入しておくことをお奨めします。そこまで期待していなかったので後悔したのはその点くらいです。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 993 話「Over The Scine／櫻井えりか」

Over The Scine

人生を山にたとえるなら

作詞：やまざきさとみ

作曲：倉青マ琴

編曲：オフィスタSP

歌：櫻井えりか



好評発売中『Over The Scine』／櫻井えりか

ダウンロードはこちら⇒

<https://star-pro.stores.jp/items/69e1f228e88e811661e530c4>

- (1) Original Single
- (2) Instrumental
- (3) Music Video
- (4) 歌詞カード
- (5) カバージャケット
- (6) 著作権フリー特典※

作詞：やまざきさとみ

作曲：倉青マ琴

編曲：オフィスタ SP

歌：櫻井えりか

※この楽曲はご購入いただくと自身の SNS などでも自由にご利用いただくことができます (6)。

©2026 年作品／2026.4.23 公開

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 992 話「若者の退社理由」



新年度になり新しい生活が始まりましたね！その一方で、入社わずか数日で退職を決意する新入社員が増えてくる頃です。なぜ自分で選んだ会社なのに直ぐに退職を考えるのでしょうか。

ネットで調べてみたところ、退職の検討の理由の1位は、人間関係です。圧倒的な割合でした。プライベートを重視する若者にとって、業務時間外のコミュニケーションを大切にする上司と世代間のギャップに悩まされることが重視される傾向があるようです。また、上司の言うことがコロコロ変わったり、上司がかなり厳しい人でプレッシャーや圧力を感じるとのことでした。確かに人間関係は入社してからじゃないと分からないですよ。

2位は職場環境で人手不足の影響で充分の研修がないまま現場の主軸を任せられたり、根拠の薄い高いノルマを課せられる事もあるそうです。

3位は、労働時間・休日日数でした。残業が当たり前といった長時間の拘束は若者にとってあまり良い印象を持たないそうです。若い世代は仕事中心の生活ではなく、押し活や趣味、友人との時間を大切にしているそうです。

オフィスタは、はたらく女性／育児とお仕事の両立を応援しています。ママさんにも理解ある職場、週2～3日パート的な働き方、残業の無い仕事でこれら3点は解決しています。このようなお仕事をお探しの方は是非ご連絡をお待ちしております！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第991話「ハケンとバイトで週7日働いても良いのでしょうか」



Q. わたしはハケンではたらいています。派遣先企業A社で毎週月・水・金の週3日派遣で勤務しています。この他に、同じ勤務先である派遣先A社で火・木だけアルバイト（＝直接雇用）で追加ではたらくことはできますでしょうか。また、火・木・土・日のアルバイト（＝直接雇

用)を組み合わせてA社で週7日お休みなしで働いても良いのでしょうか。派遣会社と派遣先A社の承諾を得てという前提です。

A. 派遣先企業A社で派遣労働者として週3日(月水金)働きながら(雇用主は派遣元)、同じ派遣先A社で直接雇用で働くことは可能です。労働者派遣法には禁止している規定はありません。

ただ、労働基準法は1週間に1日の法定休日制が採られています(労基法第35条)のでA社の直接雇用で4日(火木土日)働くことは、1週間に1日の休日が取れないことになります。従ってA社が直接雇用をする場合は週3日勤務以内でなければ、A社は1週間に1日の休日を与えていないとして労働基準法35条違反の責任(6か月以下の拘禁刑又は30万円以下の罰金)が問われますのでA社は採用の際にはご注意ください。(回答:大滝岳光)

[メルマガ第215号を読むにはこちら\(無料\)](#)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS\(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第990話「もう辞めたくなくなった新入社員の方へ」

退職代行 & 引き留め代行
ムリカヤレルカ
一般社団法人 日本雇用環境整備機構

退職について迷っている方、不安な方のためだけの退職代行相談です

1 まずご相談ください
本来に辞めてしまいたいのか、望まぬが強いのか、実は内心思い留めもあるという方だけを専門にご相談致します。
退職した方が良いとするか、辞めない方が良いとするかはご相談内容をお聞かした上で判断させていただきます。
判断基準は「法的な観点」及び「一般的な労働の観点」を念頭に判断させていただきます。

2 それでもやはり退職代行を選択されるなら友好的に
希では退職代行という最終的な関係性を恐るかもしれませんが、本会ではあくまで友好的な退社を管理としての一次的なご利用をお願いしております。
職場に退職の意を表明したときに、どのような反応を示されるかをまずは見てみたいというときにご利用ください。
職場にはわからないように署名での伝達もお引き受けします。

3 **料金は 1・2 セットで一律 5000 円（税別）**

退職希望をされてしまった企業様へ、従業員の引き留め代行を賜ります

引き留め成功時・・・報酬5万円いただきます
引き留め失敗時・・・作業費3千5百円がかかります

(注) 労働者本人との相談や話し合い、理由・原因や企業電話、アドバイスになります。引留めのため必要な交渉や伝言・仲介に関する事はお受けできません。

<< 申し込み・お問合せ >>
・ ネット申込み後に電話かメールでまずはヒヤリング
・ そのうえで退職すべきか継続するかご判断ください
・ 退職を希望する場合は、最短 10 分で退職したい旨のお知らせを勤務先に連絡します

(注) 法的な観点や人事法などの最新情報が多量に集まっている。期間途中で退職代行はお引き受けできません。

詳しくは本会までお問合せ下さい
☎ 03-3379-5597 ✉ info@jee.or.jp
<http://www.jee.or.jp/>

(社) 日本雇用環境整備機構

新入社員も入社から2週間経ち、そろそろ毎年恒例の新入社員の離職シーズンがやってきました。既に早期退職した新入社員も多数いたと報道されていましたが（中には 4/1 のお昼に退職したという猛者も…）、企業としてはこの時期戦々恐々としていることでしょう。

同時に自分で退職を申し出れない若者も多いようで依然、退職代行も盛況のようです。退職代行をご利用の際は、日本雇用環境整備機構の退職代行サービス『ムリカヤレルカ』を是非お試しください。

ただ、オフィスタとして本音を言わせてもらえれば、まだ入社 1 カ月も経っていないわけだしこれから輝かしい未来が待っていると思うので見切りをつけるにはまだ時期尚早だと思いますし、退職くらい他人に甘えずに自身の口で伝えた方が良くと思います。そして、1 カ月も経たず早々に新入社員に辞められてしまった企業様は人事採用に問題があると考えます。雇用環境の整備が急務と思われる場合は、第三者コンサルティング機関としてオフィスタまでご相談ください。

◆退職代行サービス『ムリカヤレルカ』チラシ

オフィスタ公式ツイッターはこちら

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 989 話「新入社員と最初の頑張り」



最近新入社員の方をよく電車などで見かけます。学生の私は、「私も二年後はスーツを着て働いているのか…」と思うと緊張してきます。ニュースでも入社式の様子がたくさん流れてきました。その中で私の好きなグループのアイドルが入社式にサプライズ登場していてすごく羨ましかったです。毎年恒例の退職代行ですが、ある退職代行サービスでは4月1日からの三日間で新入社員からの依頼が多数あったようで、早い者だと4/1の昼過ぎに依頼が来たということです。退職を検討した理由は、労働環境の条件の相違いによるミスマッチがほとんどだそうです。退職したものの、退職した後はどうするのでしょうか？雇ってもらえるところはあるのだろうかといつも疑問に思っています。入社してからのミスマッチがないように、就職活動の際に念入りに会社のことについて調べていくことが大事だと感じました。そして学生の分際で生意気かもしれませんが、世の中そんなに全てが思い通りにはいかないものです。嫌な事や嫌な人との接触もあるでしょう。そこに適応するのが社会人なのかなと思います。オフィスタは人材の会社ですか

ら、働いていれば色々な方々を見聞きします。世の中いろんな人がいるんだなと社会勉強させて
いただいております。

オフィスタも決して楽ではありません。学生だからとか、アルバイトだからといって区別なく
どんどん仕事が回ってきます。これは大変なところに来てしまったかなと最初は思いましたが、
ある時期から急に仕事が楽しくなりました。ランニングハイといって苦しみも峠を越えると快樂
に変わるというものです。上司曰く「楽な仕事ばかりしていると峠はいつまで経っても見えてこ
ない」のだそうです。他の学生には味わえない経験を既にさせていただき感謝です。

私もそろそろ就職活動しないといけない時期なのですが、オフィスタで働いているせいかどう
しても面接される側より面接する側の視点が染みついてしまってさあどうしようという感じで
す。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第988話「オフィスタ20周年ありがとうございます」



4月2日はオフィスタの創立記念日です。今年でオフィスタは創設二十周年を迎えることが出来ました。これもひとえに皆様のお陰と感謝しここにお礼申し上げます。

ママさん支援を志に 2007 年の創設からあっという間の二十年だったように思いますがコンセプトそのままにここまでやってこれたのもひとえに皆様の温かいご支援の賜物と思います。

関係者との接点としてスタートした初めての SNS がこの「オフィスタ・ブログ」でした。毎週 1 本ペースで書いてきて 988 話に積み重なってきましたが、自分で言うのもなんですが正直よく続いているなというのが感想です。

これまでのご愛読に感謝するとともに、今後とも末永くご愛顧いただけますよう何卒お願い申し上げます。(オフィスタ職員一同)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\) はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 987 話「令和七年度が終わります」



3月31日でオフィスタ令和七年度（19期目）が終了いたします。本年度1年お世話になりました関係者各位にお礼申し上げます。

令和八年度は私どもオフィスタも20周年を迎えます。来季も何卒変わらぬご愛顧をいただけますようお願い申し上げます。

令和8年3月31日

日本プランニング株式会社

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 986 話 「Instax Mini Evo Cinema 機」



クラシックな8mmビデオ機みたいです。X-Half と併せて FujiFilm のノスタルジックシリーズのような感じですが、チェキですからあくまでお遊びでご購入される方が多いのではないのでしょうか。1930年代から2020年代までダイヤルでイメージを変えられるシダイヤル搭載です。その時代のノイジーな映りやクリアな映りなど、ジジジ・・・とその時代の8mm機のような音など結構芸が細かいと思います。チェキなので一眼ファンにした見れば静止画は期待していないし使わないと思いますが、特筆はチェキでムービーを撮ろうという点です。15秒しか撮れないのですが、この15秒が絶妙な時間でSNSなどに使うには意外と良いかもしれません。特にXやTikTokなら時代のエフェクトと併せてかなり役立ちそうな予感がしています。

まだあまり使う機会がないのですが、今のところ会社の機のインテリアの置物となっています。発見があればまた紹介したいと思います。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 985 話「花粉症」



皆さんは花粉症ですか？私は花粉症です。毎日大量のティッシュを使って鼻をかんでいます。花粉のせいか肌もあれている気がしていて最悪です。花粉症の有病率は年々増加傾向にあるそうです。なんと毎年10%も増えているそうです。恐ろしいですね。現在日本では3人に一人が花粉症だそうです。花粉は晴れていて気温が高い日、空気が乾燥して風が強い日、雨上がりの翌日は特に多くなるそうです。このような場合はなるべく外に出ないで避けたいですね。また、マスクをすると花粉を大幅にカットできますが私は肌が荒れるし、息苦しくなるのでマスクが苦手です。なるべくマスクはつけたくないので大変です。また、服の素材によっても花粉の付着量が違うそうです。綿は100つくのに対して、ウールは980着くそうです。色々な対策をして花粉の時期を乗り越えていきましょう。オフィスタははたらく女性を応援します。花粉で苦しい方も週に2～3回扶養内のお仕事なら苦にならないかもしれません。お仕事をお探しの方は是非ご連絡を！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 984 話「労働条件通知書と就業条件明示書は何が違うのですか」



Q. わたしは扶養内でハケンではたらくこととしました。就業が決まったときに派遣会社から労働条件通知書という書面と、就業条件明示書という2枚の書類が届きました。どちらも同じような内容が記載されているのですが何が違うのでしょうか。また、これはそのまま受領して保管しておけばいいのでしょうか。

A. 労働条件通知書とは労働基準法第 15 条で交付が定められている書面で、勤務開始前に雇用主が労働者に対して法令で定められた事項を伝えるための書面です。社員でもパートでもアルバイトでも派遣でも形態を問わず雇用した労働者に対して交付しなければなりません。

一方、就業条件明示書は労働者派遣法第 34 条で交付が定められている書面で、派遣会社が派遣労働者に対して同じく法令で定められた事項を伝えるための書面で、雇用契約が結ばれたときに交付されるのが一般的です。

ハケンで就業が決まったとのことですので、この2枚が届いたということです。ただ、この両者は内容が重なる部分もあるため、派遣会社によっては「労働条件通知書（兼）就業条件明示書」として1枚にまとめて交付される場合もあります。

雇用契約は口頭で行われることも多いため、後々相違がないかを証するために、**雇用契約が結ばれたときに**派遣会社から郵送（またはメール）が届きます。

就業条件明示書が交付されているということは既に雇用契約が結ばれたということですから、この書面は内容を目通ししてそのまま受領して保管しておけば宜しいかと思います。（回答：大滝岳光）

[メルマガ第 214 号を読むにはこちら（無料）](#)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 983 話「こころの病気になる人が増加」



私はこの前テレビで年々精神障害の方が近年とても増加しているというニュースを見ました。確かに最近私の周りでも精神障害を最近発症した人が 4 人もいます。厚生労働白書によると「こころの病気」で医療機関を訪れる外来患者数は二倍以上に増加していることが報告されています。これはびっくりしました。精神疾患の発症経験のある人のほとんどが 20 代のように。私の周りの人も若い人が多いです。その 20 代の精神疾患の発症原因の半数が働くことへ対応できないとのことでした。その原因として学生時代と生活のギャップが原因であることがわかったそうです。たしかに大学 1～2 年生は必修の授業もたくさんあって割と忙しいと思うのですが、大学 3～4 年生となると授業も少なくなって就職先も決まった人はとても暇なイメージがあります。きっとそのギャップにやられるのでしょうね。みなさんも少しでも自分自身に異変があったら悪化する前に無理をせず早めに対処しましょう！オフィスタははたらく女性を応援します。毎日働くことが厳しい、しんどい、週に 2～3 日だけ扶養内のお仕事をお探しの方は是非ご連絡を！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第982話「桜 2026」



2026年今年の桜の開花は、福岡と東京で3/21日ごろから始まり、全国的に平年並みか平面より速いようです。最近ようやく暖かくなってきましたね。春が訪れた感じがしてピクニックがしたくなってきます。私は毎年上野の桜を見に行っています。屋台があるので屋台で食べ物を買って桜を見るのが最高です。今年は上野以外の桜も見に行きたいと考えています！去年は上野以外に代々木公園に桜を見に行ったのですが、人が多すぎて少し疲れてしまいました。桜は人が少ないところでゆったり見たいです。。今年には都内から少し離れたところでお花見をしたいと考えています。普段私はお弁当を作らないのですが、今年はお弁当を作ってお花見に行こうと思います。とても楽しみです！

オフィスタははたらく女性を応援します。週に2～3回扶養内のお仕事をお探しの方は是非ご連絡を！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 981 話「私は会社経営者です。給料が支払えなくなってしまいました。」



Q. わたしは企業経営者です。長年ハケンを活用してやってきましたが、このたび社員を採用しました。ところが最低賃金が 60 円も上昇してしまったため給与が支払えなくなってしまいました。恥ずかしながらこの上昇分を支払う余力が当社にはありません。かといって社員採用してしまったので解雇もできないと労働局から言われてしまいました。高額な社会保険料や労災保険料、更には賞与・退職金・有給休暇など全て比例して上昇するためこの相当分が捻出できません。ハケンから社員採用に経営方針を切り替えた当社の見誤りが原因だと反省していますが、このような場合はどうしたらよいのでしょうか。なお、この社員を解雇できればなんとか会社はギリギリ運営できるという状況です。

A. 経営的な観点については、知識がありませんのでお答えできませんが、会社を運営する以上コンプライアンスは守らなければなりません。最低賃金が上がったため給料が払えないということは許されません。最低賃金法第 4 条、第 40 条により 50 万円以下の罰金、労働基準法第 24 条、第 120 条第 1 号により刑事罰が課されます。従って会社としては、雇用してしまった

以上は労働者に賃金を払わなければならないのです。

労働者に賃金を払うことによって会社が経営の危機に陥るようであれば、会社は労働者を解雇するしかないと考えます。解雇は簡単には認められません（労働契約法第 16 条）が、会社が経営の危機に陥るよう場合には、整理解雇が認められております。整理解雇には 4 つの要件があり、（1）解雇しなければ会社が倒産する、（2）銀行から融資が受けられない、（3）組合活動が理由ではない、（4）被解雇者に解雇しなければ会社がつぶれることを説明した、を満たせば認められます。

それにしても、派遣から正社員に切り替えて賃金が払えないとは、経営者としてはお粗末が過ぎます。従業員を定年まで雇用できる体力がないのであれば派遣を活用していた方が良かったのではないのでしょうか。派遣なら雇用主は派遣会社ですから、少なくとも労働者の雇用を預かる窓口ですから派遣会社にお任せした方が良いと考えます。派遣なら貴社に雇用責任もありませんから。

ちなみに裁判しても整理解雇が認められない可能性もあることを覚悟しておきましょう。

[メルマガ第 213 号を読むにはこちら（無料）](#)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 980 話「メルマガ郵送廃止」



『総務省の発表によると、労働市場に参加する人を示す労働力人口が 7004 万人となり初めて 7000 万人を超えた。女性と高齢者の労働参加が進んだことが要因で 3 年連続で最多を更新した。労働力人口とは 15 歳以上人口のうち、就業者と完全失業者の合計。日本の総人口は 2008 年をピークに減少が続くが、女性や高齢者の労働参加で増加傾向が続いている。』(2026. 1. 30 毎日新聞)

これで何故、世の中人手不足なのかと思ってしまういませんか？要するに働きたいという人は増えている。増えた内訳は女性（主婦・ママさん）と高齢者です。しかし、女性と高齢者を雇わない企業が多いから結局、人手不足は解消しない。世の中上手くいかないものですね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 978 話「同じ業界でダブルワークはできる？」



Q. 私はハケンではたらいています。A という派遣会社から法律事務所 a で週2日勤務しています。またBという派遣会社から法律事務所 b で週2日勤務しています。A社もB社もダブルワークは構わないと聞いています。しかし、このたび法律事務所 a と法律事務所 b でそれぞれのクライアント同士が裁判訴訟をすることになりました。私は ab 両方の弁護士の手伝いをしていることとなります。A社にもB社にもa先生にもb先生にも私が別の法律事務所で働いていることは話していません。このような場合、どうしたらよいのでしょうか。

A. 民法において、このような事案を双方代理といいます。これは代理人が一方の利益を優先することで他方の利益を損なう可能性があるため原則禁止されています。双方代理とは、1人の代理人が契約の当事者双方を代理することを指します。例えば、AとBが売買契約を結ぶ際に、Cが両者の代理人として契約を締結する場合が該当し、民法第108条で双方を代理することは原則禁止しています。

双方代理が禁止される主な理由は、代理人が自己の利益を優先し、当事者の利益を損なうリス

クがあるためです。このような利益相反の可能性があるため、民法では双方代理を無権代理行為とみなし原則無効とされ、本人の追認がない限り、その効力を生じません。

但し、民法第 108 条のただし書きにより、本人があらかじめ許諾した場合には双方代理が認められることがあります。例えば、特定の法律が例外的に双方代理を許可する場合や、契約の内容が両者にとって利益相反しない場合には、双方代理が認められることがあります。このように、双方代理は民法において厳格に規制されており、法律行為の適正を確保するための重要なルールとなっています。

派遣社員は、A 会社、B 会社の代理人になるわけではありません。訴訟をしている両方の会社の弁護士事務所に派遣され、弁護士の手伝いをして形式上は、法律違反になるわけではありません。しかし、訴訟をしている両方の会社の弁護士事務所の弁護士の手伝いをするのは、両方の会社の弁護士の訴訟上の秘密を知り得る立場になりますので、どちらかの会社の利益を損なうリスクが生じる可能性があります。従って、倫理的見地からどちらかの派遣は止めるべきです。もし、訴訟でどちらかが勝訴したとしても敗訴会社の弁護士の手伝いをしていたことが判明すれば敗訴会社の弁護士事務所から秘密漏えい等の疑いで訴えられる可能性も大きいからです。

A 社と B 社が訴訟していること、a 弁護士と b 弁護士が担当していることが**分かった時点で、直ちにどちらかの派遣を辞めるべき**です。派遣の契約期間の途中では正当な理由がないと辞められません（民法第 628 条）が、この場合は正当な理由が認められると考えられます。

[メルマガ第 212 号を読むにはこちら（無料）](#)

画：あよ☆しらすまい（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 977 話「2026 年の雇用動向の予測と考察（後編）」



前回は 2025 年の雇用に感じたことを前回書きました。

今回は 2026 年の雇用動向と予測を書いてみようと思います。

【2026 年の雇用動向予測】

昨年を振り返り、今年にも影響が出そうなキーワードを拾い出してみました。

オフィスタでは、①AI がどこまで雇用に関与してくるか、②中小企業の採用活動が下火になり求人広告の減少、③エイジレスとコレワーカーのハケン活用が勝機のポイント、の三項目に 2026 年は特に注目しています。

これらは昨年登場してきたキーワードにも一部絡みますが、雇用や労働でどのような変化が出るのでしょうか。

①やはり昨年一番変化があったのは AI 進化です。去年一年間でとんでもない実力をつける AI が登場し、身近な存在にまでなるとは一年前には正直思ってもいませんでした。SNS を見ても真実なのか AI フェイクなのかさえ見分けがつかず。人間の運命を左右する人事選定だけは絶対に人間でなければできない聖域（またはモラル的にさせてはならない事）と置いていたが、この勢いであれば一線を踏み越えてしまいそうな気がしてきました。人材選定＝人の運命が AI に左右され、AI が人生の線路を敷くこととなります。一生涯履歴書に残るといふ大事な進路を機械に委ねることとなります。

実際に昨年から AI 面接が登場し、合否まで AI が決めてくれるシステムがあります。求職者は知らないかもしれませんが有名な某求職サイトでは応募した時点で機械が「この応募者はマッチしていません」と実は企業側に表示されていることを御存じでしたか。オフィスタでは AI は嘘をつくので信用していませんが、AI を盲信する企業担当者だったら応募 1 秒で不採用というわけです。

もう一つ予想しておきたいのは、**AIを使いこなせる人材の募集**が増えるかもしれません。かつてのSNSを使える方の募集同様、AIに騙されることなく共存共栄できる人材の募集が出現するかもということです。

②中小企業の採用活動はすでに下火ですが、求人広告自体にも原因があります。中小企業にとっては求人広告費用が高すぎるのです。かといって求人を出したからといって応募が来るわけでもないし、高額な時給表記もできない中小企業は最初から勝ち目がありません。頑張っただけでも半年～1年で離職されては採用する気も起きなくなるのは当然です。昨年秋から採用活動に企業側が疲弊しているように見え、今年も続くと思います。

求人広告が減少すれば勝ち抜けるのは20～30代の若年者のみとなり、40代以上の中高年齢者にとっては職探しが厳しくなる一年になるでしょう。

昨年一年間でオフィスタで離職した方のデータを見ると、企業側が終了させたケースが5%、労働者側の自主離職が95%となっていて、企業は長く居て欲しいのに労働者側の意思での離職がほぼ全てという結果でした。

こういうことが続くと企業側はもう採用はコリゴリとなってしまう、今いる人材で回していこうと考え方をシフトするわけです。離職をするということは「**後に続く者の道を断つ**」行為という意識が労働者には必要でしょう。

③ただ、企業側も諦めるのはまだ早いです。活路があるとすれば、高齢者雇用（特に60代以上）を狙うことではないかと思っています。オフィスタはママさんハケンなので育児中の30～40代の方に支援の手を差し伸べていただくのが本当は希望なのですが、求人広告に費用を掛けずに無料サイトで獲得できて、定着率の良い人材を採用しようとしたら高齢者が必然の候補になります。

また、例えば建設業界は極度の人材不足で工事がストップする程人手が市場に居ません。いくら求人を出そうが給料50万円出そうが来ないものは来ないのです。ただ、そんな建設業界への就業を希望する者が8割以上という集団が存在することは意外と知られていません。それがコレワーカー（出所予定者）です。建設業界を熱望する10～20代の若者が沢山いて、刑務所内にいるため面接のバックレは120%起こりようがありません、しかも採用すれば国から助成金が貰え、以降の公共事業入札も有利になるよう国が取り計らってくれます。

無料の求人サイトで高齢者を確実に獲得したり、これまで**視野に入れていなかった人材に目を向けられた企業**だけが独り勝ちの一年になりそうな気がします。

【オフィスタが今年取り組むことは。】

扶養内問題はオフィスタのコンセプトに直結します。世の中には働きたいけれど育児でどうしても限られた働き方しかできないという方もいらっしゃいます。そして、そういう方々を雇用したいという企業とのマッチングを実現してきました。企業の理解であったりWLBであったり、ここにはお金では買えないプライスレスなものが存在していました。時代が変わりお金・賃金・収入だけに目を奪われる現在の扶養内議論は本来オフィスタの目指すものと異なります。

オフィスタはママさん支援を前提として二十年間やってきました。**働きたいけれど働けない方をやはり支援したい**、賃金連呼の寂しい世の中にあって、そこだけはぶれないよう初心に返って注力していきたいと考えています。

(前回前編を読む)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 976 話「2026 年の雇用動向の予測と考察（前編）」



慌ただしい年末も過ぎて、あっという間に 2026 年に突入です。毎年感じるのですが改めて振り返ってみると昨年色々ありました。職員から 1 年を振り返っての感想や意見を収集し紐解

き考察してオフィスタからの視点でみた 2025 年の振り返りと、そこから毎年恒例の 2026 年の雇用関連の予測をしてみたいと思います。

昨年は一年を通じて何かと雇用問題が取り沙汰されたように感じます。特に話題になった事項をいくつか挙げてみましょう。

『円安／物価高／A I 進歩／闇サイト／103 と 106 万円の壁／定着率／隙間バイト改定／日産リストラ／フリーランス法／サイバー攻撃／ZOOM 面接…』など雇用・労働・仕事に関連する事項が多く、皆さんも耳にしたであろうキーワードばかりでしょう。

【2025 年に感じたこと】

昨年起こるであろうと丁度一年前の今頃に本誌で予想した事は、①103 万円の壁論争は扶養内熱望の育児者には大きな影響なし、②正社員フル雇用が減少しパートタイムの活用が増大、③求人広告媒体の高齢利用者が増大で派遣活用への移行、さてこの三点どうだったでしょう。

①結局のところ1年経っても何がどう変わったのか明確にされないままなし崩し的に壁が微妙に変わっているようですが、正直オフィスタでも何がどう変わって決定したのかよくわかりません。行政に問い合わせても回答がマチマチで税理士も社労士もよくわからないというのですから専門家でない一般国民には???だったことでしょう。ただ、昨年も書きましたが、議論されているのは「所得税」です。結局のところ分かり切っていることですが、扶養内希望の育児者は103 万円（現 123 万）か 130 万円のどちらかしか選択肢はなかったようです。

②正社員雇用が減少しパートタイムが増大したかについては、前半は正社員募集が増大し、後半はパートタイムが増大したという感じがしました。あくまで感覚的な想像ですが、今まで扶養内で働いてきた方々の意識が移り変わったように感じました。ただ、実際に社会保険料高騰を目の当たりにして、そしていざやってみると育児者にとってフルタイムは想像以上に厳しかったということで一転、後半はパートタイムに戻る方が増えたような気がしました。昨今は離職率が高いと言われていますが、フルタイムの離職率が特に上がったのはこれが原因ではないかと思います。ただ、この現象は、企業が正社員雇用する気力がなくなる要因にもなりました。

③隙間バイトのアプリは学生さんが応募してくるイメージがあると思いますが、利用者の高齢化が一気に進みました。定年をはるかに超えた高齢者の応募は企業のキャンセルを加速させ、それが今年とうとう問題化したという訳です。企業の希望と人材のミスマッチが起きる状況になったと言えますが、ここに国がキャンセル禁止を発令したため、企業が隙間バイトから派遣に切り替えるキッカケになったのは昨年を象徴する事柄でした。

（次回後編につづく）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 975 話「謹賀新年 2026（オフィスタ SP）」



所属タレント募集

**#モデル #女優
#ナレーション
#女子アナ**

随時オーディション開催中!!

▶タレントをお試し利用いただける
会社やスポンサー企業も同時募集中

OFFISTA
STAR-PROMOTION

年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

オフィスタ・スタープロモーション（オフィスタ SP）は、オフィスタのメディア事業部が運営しているタレント専門のハケン部門です。主に登録タレントを一般企業に派遣したり、タレントのプロモーション活動、オフィスタ人事管理部を広報宣伝の一環としてメディアで後方支援やバックアップをしています。

あらゆる宣伝が文字から動画へ移り変わりつつあります。選挙・企業 PR・商品宣伝・グルメ・旅行など多くの分野においてそれは顕著な動きとなりました。

オフィスタでは一昨年よりこの「求人広告」という分野に国内で初めてエンターテイメント+芸能タレント+SNS という三つの要素を融合させました。まだまだ実験的な試みではありますが概ね好評をいただき、タレントを起用してのエンタメ効果はお仕事をお探してない方もが視聴するという現象につながり、タレント登録の希望者も前年比 200%増と芸能分野を目指す隠れた原石がまだまだ多く眠っていることに驚いています。

去年はショート動画を中心に情報コマースリズムとして提供しましたが、その活躍を担ったのがオフィスタ SP とそのタレント達でした。

今に始まったことではないかもしれませんが、2026 年も時代背景から考えてお仕事探しは苦痛であることでしょう。そんな時に悩みや不安を吹き飛ばすような求人広告がもしあったら…それこそメディア事業部が目指すものであり、芸能人やタレントの存在意義はそこにあると考えています。

メディア事業部及び所属タレントともども間接的ではありますが求職中のママさん支援にご協力させていただきますので、本年もどうぞ宜しくお願いいたします。新年の挨拶とさせていただきます。

令和八年元旦

日本プランニング株式会社（オフィスタ）
メディア事業部ディレクター 倉青マ琴

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)



オフィスタ(運営:日本プランニング株式会社)
〒160-0023 東京都新宿区西新宿5-8-1第一ともえビル
☎0120-178-172
(一般社団法人 日本雇用環境整備機構 事務局)

あけましておめでとうございます。昨年も皆様のご協力、ご指導に改めて感謝、御礼を申し上げます。

育児と仕事の両立を求める方、家庭と仕事の両立を求める方、テレワークを求める方、働き方は千差万別であったとしても数あるハケン会社の中でママさんにスポットを当てて育児者雇用の分野において専門性を有するオフィスタは一貫してワークライフバランス重視で今年もサービスを提供し続けていく所存でございます。

昨年は前半期は年収の壁問題といった話題で占められ、後半期はパート求人増や隙間バイトに国が介入など、扶養内女性や学生・高齢者といったパート系人材に関係した話題が多かった印象があります。週2〜3日のお仕事、扶養の範囲内のお仕事が後半期に増大してきたのは興味深いところです。また、103万円の壁や106万円の壁が国民によくわからないまま過ぎ去っていった印象が強いのではないのでしょうか。総理大臣の「働いて働いて」発言に過労死遺族会が苦言を呈する等、一字一句を揚げ足取りされる時代性を感じました。人手不足の世の中だからと思っていたら、こんなに世の中から仕事が失くなっていた、もしかしたらそんな年になるかもしれません。

そんな中でもこの2026年をスタッフのみなさまにとって最良の年にできるように、また企業・団体さまにとっては人事採用において今こそ活躍の時であることと信じております。そのためのお役に立てるよう職員一同、一歩々々あたらせていただきますので、本年もどうぞ宜しくお

願いたします。みなさまのご活躍をお祈りいたしますとともに、新年の挨拶とさせていただきます。

令和八年元旦

日本プランニング株式会社（オフィスタ）

代表取締役 小松中子

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第973話「来年もよろしくお祈いします」



関係者各位

今年も1年間お世話になりました。みなさまのご協力、ご指導に感謝改めて、御礼を申し上げます。

来年も宜しくお祈い申し上げます。どうぞ良いお年をお迎ください。

（オフィスタ職員一同）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 972 話「年末年始のお知らせ 2025-2026」



オフィスタの年末年始のスケジュールは下記の通りとなっております。

2025年12月29日（月）：AMで通常業務終了

2025年12月30日（火）～2026年1月4日（日）までお休みになります

2026年1月5日（月）：10時より役員のみ業務開始

2026年1月5日（月）：13時より全職員通常業務開始

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら

第971話「優秀なスタッフを黙って引き抜いても良いか」



Q. わたしは企業担当者です。現在、派遣会社から経理の人材を派遣していただき大変助かっています。優秀な人材なので手放したくありません。そこで契約期間の終了後に自社で採用したいのですが、派遣会社との取り決めでスタッフを自社採用する時は年収の35%を支払うことと約束しております。仮に400万円で採用しても150万円近い大金を派遣会社に支払うこととなりその余裕が当社にはありません。採用したくてもできません、これは労働者の自由な採用を派遣会社が妨げていることになるのではないのでしょうか。

A. 派遣契約終了後、派遣先が派遣労働者を雇用する場合は紛争防止措置として、派遣先は派遣会社に紹介料を払わなければなりません(労働者派遣法施行規則第22条第5号、労働者派遣法第26条第1項第10号)。

労働者の職業選択の自由を害するのは、派遣終了後に労働者を雇用してはならないと派遣会社が禁止した場合です。労働者を雇用することは自由だが紹介料を払わなければならないとする規定は違反ではありません。

さらに補足すると、厚生労働省令には契約終了後に(1)雇用する際は派遣会社に報告しなければならない

(2)雇用する場合は派遣会社に紹介料を支払うこと

と法律で定められていますので派遣先はこれを守らなければなりません。

派遣会社に黙って労働者を雇用した場合、契約違反として更に多額の違約金を請求されることとなりますので、必ず派遣会社と相談のうえ進めるようにしてください。

[メルマガ第211号を読むにはこちら\(無料\)](#)

画：あよ☆しらすまい(漫画家)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

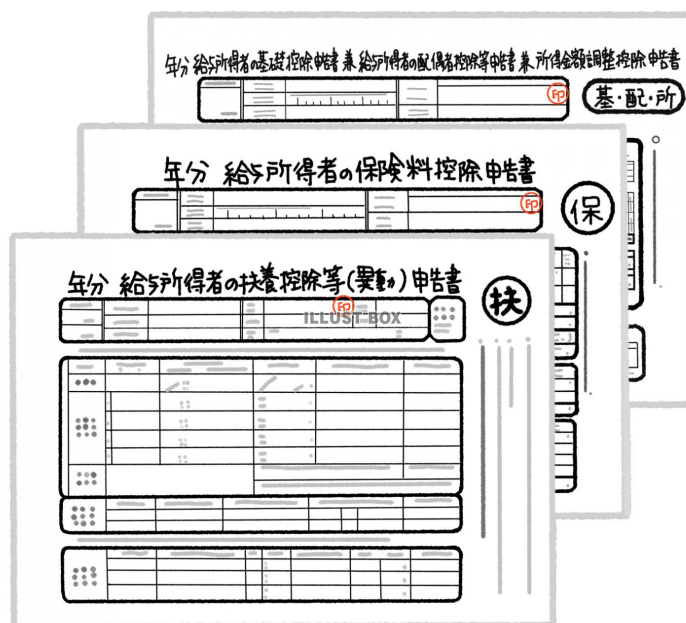
[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS\(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第970話「年末調整について（オフィスタのみなさんへ）」



今年も年末調整の時期になってきましたが、オフィスタでの勤務がはじめての方もいらっしゃるかと思いますので年末調整について解説しておきます。

給与の支払者（オフィスタ）は、毎月の給与の支払いの際に所定の「源泉徴収税額表」によって所得税の源泉徴収をすることになっていますが（毎月のお給料から引かれているはずですが）、その源泉徴収をした税額の1年間の合計額は、みなさまの年間の給与総額について納めなければならない税額と実は一致しないのが通常なのです。この一致しない理由は、その人によって異なりますが、主な理由としては、①源泉徴収税額表は年間を通して毎月の給与額に変動がないものとして作られているが、実際は年の途中で給与額に変動があること、②年の途中で扶養親族に異動があっても、その異動後の支払分から修正するだけで、遡って各月の源泉徴収税額を修正することとされていないこと、③配偶者特別控除や生命保険料、地震保険料の控除などは、年末調整の際に控除することとされていること等が挙げられます。

このような不一致を精算するために、1年間の給与総額が確定する年末にその年に納めるべき税額を正しく計算して、それまでに徴収した税額との過不足を求め、その差額を徴収又は還付することが必要になります。この精算手続きのことを「年末調整」と呼んでいます。

一般に給与所得者は、一つの勤務先から受ける給与以外に所得がない、あるいは給与以外の所得があってもその額が少額であるという人が殆どです。したがって、このような大部分の人が勤務先で年末調整により税額の精算が出来るということは、確定申告などの手続きを行う必要がな

いわけですから、便利な手続きといえます。

年末調整の対象となる人

- ① 1年を通じて勤務している人
- ② 年の途中で就職し、年末まで勤務している人
- ③ 年の途中で退職した人の内、a～e に該当する人
 - a. 死亡により退職した人
 - b. 著しい心身障害のため退職した人でその退職の時期からみて本年中に再就職の見込みがない人
 - c. 12月中に支給期の到来する給与支払いを受けた後に退職した人
 - d. パートタイマーとして働いている人などが退職した場合で、本年中に支払いを受ける給与の総額が103万円以下である人
 - e. 年の途中で海外の支店へ転勤したことなどの理由により、非居住者となった人

【12月31日時点でオフィスタで就業されている方】

年末調整についての提出資料がご自宅に郵送され、すでに必要書類を揃えて返送いただいていることかと思えます。

【12月31日の時点でオフィスタで就業されていないが、令和7年1月～11月の間にオフィスタで就業されていた方】

最終給与明細に同封して既に源泉徴収票をご自宅に郵送しておりますので、12月時点でご勤務されている会社へご提出下さい。なお、12月の時点でどこの会社にも就業されていない方はR8年3月に税務署で確定申告をしてください。

オフィスタで今年就業された方は、現在オフィスタでの就業の有無を問わずご不明の際はご相談ください。

執筆：オフィスタ総務部／監修：佐久間会計事務所（オフィスタ税理顧問）

さらに詳しくはオフィスタ NEWS 第210号をご覧ください。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

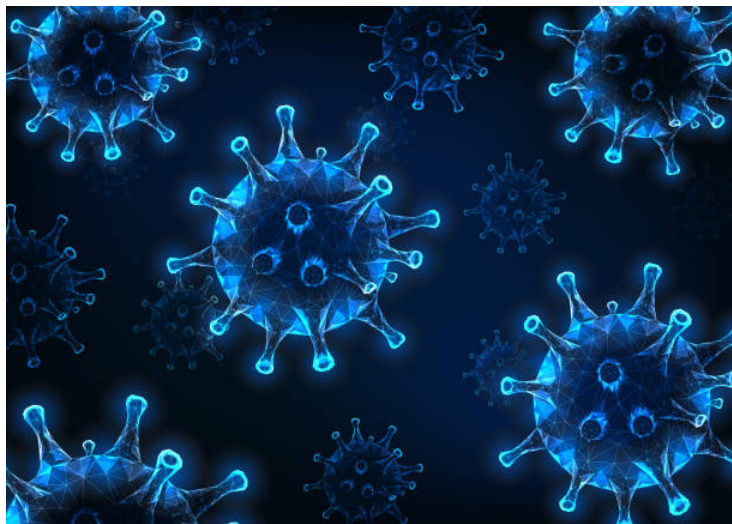
[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第969話「インフルエンザ」



最近寒くなってきて乾燥もしてきて風邪の流行る季節になってきましたね。今年のインフルエンザは少し早めでもう流行っていますね。いつのなら真冬の時期にはやっている印象です。インフルエンザだけでなく普通の風邪も流行っているような気がします。私の周りにインフルエンザではないけど咳が出る、熱が少しあるといった人が数人います。11月のインフルエンザの警告はなんと16年ぶりのそうです。電車の中でも席をしている人が沢山いますよね。たまに咳をしているくせにマスクをしていない人がいるので電車に乗るのがすごくいやです。みなさんもインフルエンザや風邪にならないためにも免疫力を高めて、しっかり手洗いうがいなどをして、風邪予防などに積極的に行っていきましょう。オフィスタは働くママさんを応援する会社です。風邪になった子供の送り迎えなど、育児中のママさんに理解のある職場が沢山あります！気になる方は是非お調べください。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

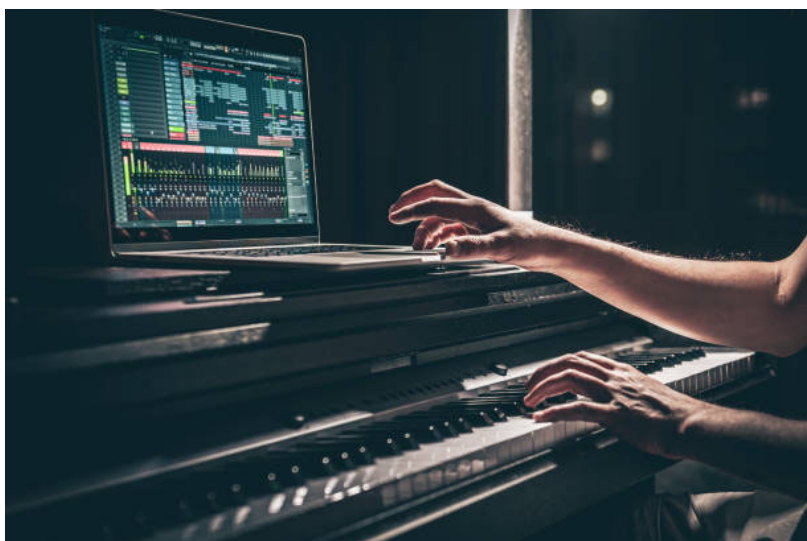
[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)
[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 968 話「作詞家と作曲家を募集」



オフィスタ・メディア事業部では皆様から寄せられた詞と楽曲で、当社タレント等が歌唱する企画をしております。作詞できる方または作曲できる方を求めています。まだ世に出ていない才能をもつ未来の先生方と是非ご縁が出来ましたら幸いです。自薦他薦は問いません、経験実績も一切問いません。友人・知人・親族・ご家族など近隣に興味ある方がいらっしゃいましたらご紹介ください。

◆作詞家または詩人

〔場所〕どこでもお好きな場所でどうぞ

〔応募資格〕年齢・性別・経験一切不問

〔内容〕テーマを指定しますので作詞してメールで提出して下さい。

※（1番）＋（サビ a）＋（2番）＋（サビ b）＋（3番）＋（サビ a）＋（サビ b）で構成してください。

〔ギャラ〕－作品買い取り型＋向こう1年間の売上高の10%を支払います（印税ではありません）

◆作曲または編曲アレンジ

〔場所〕 どこでもお好きな場所でどうぞ

〔応募資格〕 年齢・性別・経験一切不問

〔内容〕 歌詞カードを送りますのでこれに曲を付けていただきます。曲調の修正やアレンジなど音楽プロデュースっぽいこともやってみたい方でMP3で提出できる方。

〔ギャラ〕 一作品買い取り型+向こう1年間の売上高の10%を支払います（印税ではありません）

〔応募方法〕 このお仕事に興味がある方はオフィスタ・メディア事業部まで。定員に達し次第〆切りますが、必要に応じて再募集が出ます。

まだ世に出ていない才能ある方が眠っていると信じて定期的に未来の先生を探しています。作詞家、作曲家と来れば次は・・・ですね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎[オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)



Q. 私はハケンではたらいています。食料品を飲食店など業者に卸す会社で事務のお仕事をしています。当然、出入りの業者さんとも自然と顔見知りになります。ある日、同僚とランチに行ったところ、その馴染みの業者さんが運営しているレストランだったので、社長さんが出てきて「〇〇商事さんにはいつもお世話になってます。今日は御馳走するからお代は結構ですよ」と言われてしまいました。入社時に派遣会社から、業務上お取引のある方から金銭や物品を受け取ったり癒着に類することはしてはいけませんと指導を受けていますが、これは宜しくない行為だったでしょうか。

A. 法律でいう賄賂罪は、刑法において公務員に対する賄賂の授受や提供に関する犯罪であり、民間の者に賄賂罪は適用されませんから刑法上は問題ありません。但し、会社によっては就業規則等で規定している場合があります。

このケースの場合、派遣会社の定める規則に違反する行為となり、派遣先からは害を及ぼす可能性がある派遣社員とみなされて派遣会社に交代を要求されたり、派遣会社は派遣先企業から損害賠償を請求される恐れもあります。本人も派遣会社の就業規則に違反する行為をしたとして、

解雇等の懲戒処分を受ける可能性もあります。

もし、そういう機会があったら上司に許可を得たり丁寧に断りするのが無難でしょう。

[メルマガ第 210 号を読むにはこちら（無料）](#)

画：RTu（イラストレーター）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 966 話「転職の増加」



最近転職という言葉をよく耳にします。転職サイトの広告も増えたような気がします。昭和から平成くらいまでは一度入った会社をぜったいやめてはいけない。転職すればどんどん待遇が悪くなる。というのが常識でした。しかしそういった古い常識は今となってはほぼ塗抹されているそうです。転職が流行っている理由として、給料が低い、社内の雰囲気が悪い、人間関係が悪

かったり、尊敬できる人がいないことや、会社の評価方法に不満があるなど、キャリアアップが望めないなどの理由が上げられています。オフィスタは育児中のママさんを応援します。もしお子さんがいて転職を考えている、週に2～3回のお仕事をお探しの方はぜひご連絡ください！お待ちしております。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第965話「在宅ワークのメリットデメリット」



リモートワークと聞くと良い印象を持っている人は多いのでしょうか。通勤時間も無くなり、ワークライフバランスも整うと思います。ですが現実には思っているものと違うという声も上がっています。例えば昼間に子供が入ってきて会議が中断されたり、家にいるというのを理由に家事を頼まれたり、仕事とプライベートの境界があいまいになることです。さらに家にいるのに遊ん

でくれないなどと子供に言われ罪悪感がでることもあるそうです。

私は将来在宅ワークをしてみたいと思っていたのですが、すこし気持ちが変わりました。しかし出産前や産後には在宅ワークはぴったりではないかと思いました。自分のペースで仕事をしたい人、子育てしながら収入を得たい人にもぴったりですね。

オフィスタでは育児中のママさんを応援する支援会社です。なので育児中のママさんにぴったり仕事は他の会社さんよりも沢山あります！在宅ワークも出勤型もどちらもありますのでぜひご興味持っていただけたら幸いです。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 964 話「就活が早期化しているってホント？」



最近をよく就活が早期化していると耳にしませんか？早期選考を取り入れる会社が増えてき

ているみたいです。

早期選考とは、より優秀な人材を確保するために、新卒採用で通常より早期に選考活動を実施することだそうです。早く就職先を見つけるということは自分の中での余裕ができますし一見良さそうに見えますが、早期選考を受けて公開したという声が意外と多いそうです。

なぜ早期選考は行われるのでしょうか？早期選考を行う目的は、大手企業が本格化させる前に、人材を囲い込むことだそうです。それでいつまでに入社してくださいと企業から圧をかけられる場合もあるそうです。それに流され、「もうこの会社でいいや」と安易に決めてしまうことがリスクです。自分の本当に就きたい仕事とは違う仕事になってしまうかもしれません。これが新入社員が入社して数日で辞めてしまう原因の一つかもしれません。求職者の側にも自己責任があるとの見解もできますが、みなさんはどう思いますか。

中途採用の場合は、一定期間一緒にはたらいってから双方合意で入社を決める紹介予定派遣という制度がありますが、新卒入社は生涯一度きりの事なので慎重にと思います。また、いくつも内定を取って直前になって辞退するモラル違反はいくら社会人経験のない学生とはいえ企業への配慮は必要でしょう。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

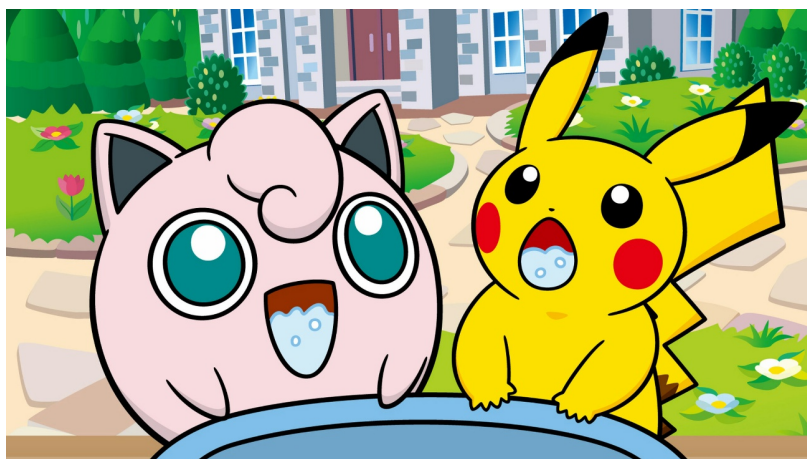
[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎[オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 963 話「ポケモン」



皆さんはポケモンカードが高額で転売されていることはご存知ですか？

中には年に2000万円ほど稼ぐ人もいるそうです。ポケモンカードは5枚入りで180円で購入できるポケモンカードですが、100枚の中に1枚の確率で希少性の高いレアカードが入っているそうです。この希少性の高いカードは1枚60万円もするものがあるようです。このカードを海外に出品など、フリマサイトにアップなどをして稼ぐ人がとても多いようです。私の知り合いにもカードを買って何年後かに価値がつくかもしれないと言ってカードを保管して寝かせている人がいます。

私もポケモンが好きでカードはほしいのですがゲームアプリのポケポケで満足しています。毎日ポケモンカードが引けるしお金がかからないので私は半年前くらいからずっとやっています！今まではポケモンカードになんか興味がなく、ポケモンのキャラクターも全く知らなかったのですがポケポケのお陰で興味が湧いてきて、カードショップでポケモンがあったらつい見てしまいます。またポケモンゴーというアプリがあるのは覚えていますか？2016年に発売されたものです。最近また再熱しているらしく土日によくショッピングモールなどでポケモンゴーをやっている人を見かけます。ポケモンゴーは自分自身で歩いてポケモンをゲットするものなので健康にいいかもしれません！土日にリフレッシュして日々の仕事の疲れをとるものいいかもしれませんね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら

第 962 話 「能力不足でチェンジや移動はありますか？」



Q. 私はハケンではたらいしています。先日、隙間バイトのタイミーが「求人企業は、応募があったアルバイト労働者を必ず使用しなければならない（事前キャンセルしてはならない）」と発表しました。応募者の履歴書はない、面接もしていない、にもかかわらず応募があったらその者を絶対に雇用しなければならないというのもお互いに不幸な気もしますが、ハケンの場合でも労働者は途中でキャンセルされないと安心してよいのでしょうか。それとも能力不足でお断りされたりチェンジを言い渡されたり、他の勤務先に異動になってしまうことがあるのでしょうか。

A. タイミーは法律上、日々紹介であり応募者を保護する規定はありません。日々紹介の場合

は、受け手側には採用の自由がありますので、法律上は拒否することも自由です。そのことから「求人企業は、応募があったアルバイト労働者を必ず使用しなければならない（事前キャンセルしてはならない）」とするタイムーの発表は問題があるでしょう（労働契約法第6条）。

一方、派遣は労働者派遣法上、派遣元・派遣先に対して派遣社員の雇用安定のために様々な規定が整備されております。ただ、登録したスキルに不足があったり、勤怠不良であったり、勤務態度が悪かったりした場合には、派遣先から受け入れを拒否される場合があります。この場合、派遣会社から普通解雇される可能性はありえます。

但し、派遣契約期間中は、派遣社員の同意がなければ、他の勤務先に異動されることはありません。

登録したスキルに問題がなく、勤怠や勤務態度にも問題がない場合、派遣先は派遣社員の交代を要求することはできませんので、それほど心配する必要はないものと考えます。

[メルマガ第209号を読むにはこちら（無料）](#)

画：あよ☆しらすまい（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第961話「ゲリラ豪雨」



みなさんはゲリラ豪雨にあったことはありますか？

私が遭遇したゲリラ豪雨は、東京都と神奈川県では大気の状態が不安定になり、場所によっては一時間に100ミリを超える猛烈な雨がふるものでした。傘を持っていなかったのでずぶ濡れになってとても大変でした。ちょうど帰宅時間の時に雷雨の時間が被って帰宅するのがとても大変でした。電車が遅延していて普段の帰宅時間よりも私は30分多く時間がかかりました。運良く椅子に座れてよかったのですが、電車内は人でばんぱんで立っている人はとても大変そうでした。ただ帰るだけでもとても体力を使いそうです。友達は押上駅から乗ったみたいなのですが、改札内に人があふれかえってなかなかホームにたどり着けなかったそうです。その友達は結局帰宅するのに3時間もかかったと言っていました。三時間も人ごみの中にいるなんてストレスがたまりそうですね。会社から家までの距離が遠いと普段の通勤も大変ですが、こういった大雨などの電車トラブルの時はもっと帰宅する時間かかってしまってとても大変ですね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

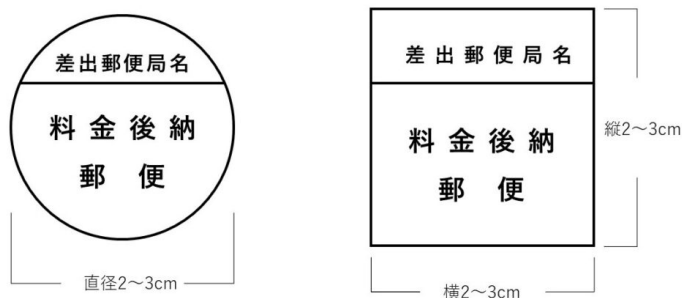
[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 960 話「料金別納・料金後納の違い」



料金別納・料金後納の違いや、使い方とマークの意味を御存じですか。

郵便物を受け取ったとき、封筒に「料金別納」や「料金後納」というマークを見かけたことはありませんか？「言葉は知っているけど違いがわからない」という方も多いのではないのでしょうか？実はこれらは郵便の料金の支払い方法を表す印。似ているようでルールや使い方に違いがあります。今回は「料金別納」と「料金後納」の違いを整理してご紹介します。

料金別納とは？

料金別納とは、発送時にまとめて料金を支払う方法です。例えば、1,000 通の郵便物を送るときに切手を一通ずつ貼る代わりに、郵便局の窓口で合計料金を一括で支払います。

料金別納の利用条件は、発送する郵便物や荷物はすべて同じ料金であること、同時に10個以上の郵便物や荷物を差出すことです。切手を貼る手間がなく、事前に料金を払えることがメリットです。

料金後納とは？

料金後納とは、後払いでまとめて生産できる方法です。郵便局と契約しておけば、毎回の発送時に現金を持っていかず差出すことが可能です。月末に郵便局から請求書が届き、まとめて支払う仕組みです。料金後納の利用条件は、1ヶ月に50通以上差出す見込みがある場合と、郵便局の承認を受けることと、1ヶ月間に差出す郵便物・荷物の概算料金の2倍以上を担保として提供することです。都度の支払いが不要なことと、経済処理が効率化できることがメリットです。

マークと意味の使い分け

料金後納郵便及び料金別納として差出す際には、従来切手を貼り付ける場所にスタンプを印字する必要があります。形状や大きさ、その他表記上のルールなどを抑えておきましょう。まずは印字場所です。料金後納と料金別納で印字するスタンプは、縦長の封筒であれば左上、横長の封筒であれば右上の部分に印字します。また、郵便物または荷物を送る日数によって、スタンプに表記するラインの数が異なります。

通常と同じ日数で送達する郵便物・荷物は「差出事業所名」と「料金後納（別納）郵便」との間に 1 本のライン。3 日程度の送達余裕承諾をした広告郵便物などは「差出事業所名」と「料金後納（別納）郵便」との間に 2 本のライン。7 日程度の送達余裕承諾をした広告郵便物などは、「差出事業所名」の上に 1 本のラインと、「差出事業所名」と「料金後納（別納）郵便」との間に 2 本のラインとなっています。

料金後納と料金別納は両方とも切手扶養で郵送できる便利な制度です。単発で数十～数百通をまとめて出すのであれば「料金別納」。定期的に大量発送を行うのであれば「料金後納」と覚えるとわかりやすいと思います。

まとめ料金別納と料金後納は、郵便料金の支払いを効率化できる仕組みです。送る通数や頻度に応じて使い分けることで、作業の手間やコストを削減できます。もし今後大量郵送の機会がある方はぜひこの制度を活用してみてください！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 959 話「SNS にご注意を」



今の若い小学生たちの美容に対する意識についてみなさんはどれくらい知っていますか？ SNS で流れてくるたくさんの情報、いまや小学生や中学生でも気軽にアクセスできるようになり、早熟になってきているそうです。私の妹も小学生の頃から美容意識が高く、私が小学生の頃の美容に対する意識と大違いでした。その SNS で流れてくる化粧品の安全性について心配になる親もきっと多いですね。

少し前に小学生向けの TIKTOK の化粧品の紹介動画？のようなものを目にしました。その紹介しているものの中には、発がん性物質など体に害のある成分が入っている日焼け止めが紹介されていました。それを見て小学生のような小さな子供たちがその情報を知らないで使っていたら恐ろしいな、は思いました。

最近ではステルスマーケティングといった、企業が自ら第三者に頼をして、消費者に商品やサービスの宣伝と気づかれないようにして行うことが流行っています。流行している印象を与えるために、多数のフォロワーを抱えているインフルエンサーに報酬を払い動画の拡散を狙ったものです。このような動画を見た小学生はきっと信じてしまうでしょう。実際に私の妹もこのような悪質な動画に騙されていました。みなさんのお子様は大丈夫でしょうか？

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 958 話「マクドナルド」



皆さんは普段マクドナルドを利用していますか？

マクドナルドのハッピーセットの転売問題をご存じでしょうか？以前ハッピーセットについてくるポケモンカードが大人たちによって大量購入され、本当に欲しい子供たちが手に入らないという問題が上がりましたね。それに対してマクドナルドは「店頭のカウンター及びドライブスルーのみの注文を受け付け、モバイルオーダーと宅配サービスでの販売は停止する」と発表したのですが、それに対して「子連れからするとモバイルオーダーがあるととても助かった」、「子連れで注文が大変だからモバイルオーダーをしているのに」という声がネットで上がったようです。

マクドナルドが以前ポケモンとコラボしているときの店内の様子を撮影した動画を見たのですが、床にハッピーセットのおもちゃだけ取り出された残骸がたくさん落ちていて、正直ドン引きしました…。マクドナルドの店員さんも大変そうでしたし、店内がものすごいことになっていました。大人のする所為としてはとても恥ずかしいと思いますし、転売自体は違法ではないかもしれませんがモラルを疑います。世の中は法律だけではなく常識というものも存在しますからね。

転売のために行列並びのための人材集めに派遣会社へ依頼なんていう噂も聞いたことがあります。そんな依頼を受けたら転売ヤーと同じ穴の貉に成り下がってしまうのでビジネスとはいえ断るのが正解なのではないでしょうか。同様にマクドナルドもポケモンカードの会社も何か策を考えないと信頼がどんどん下がっていきそうで迷惑な話ですね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

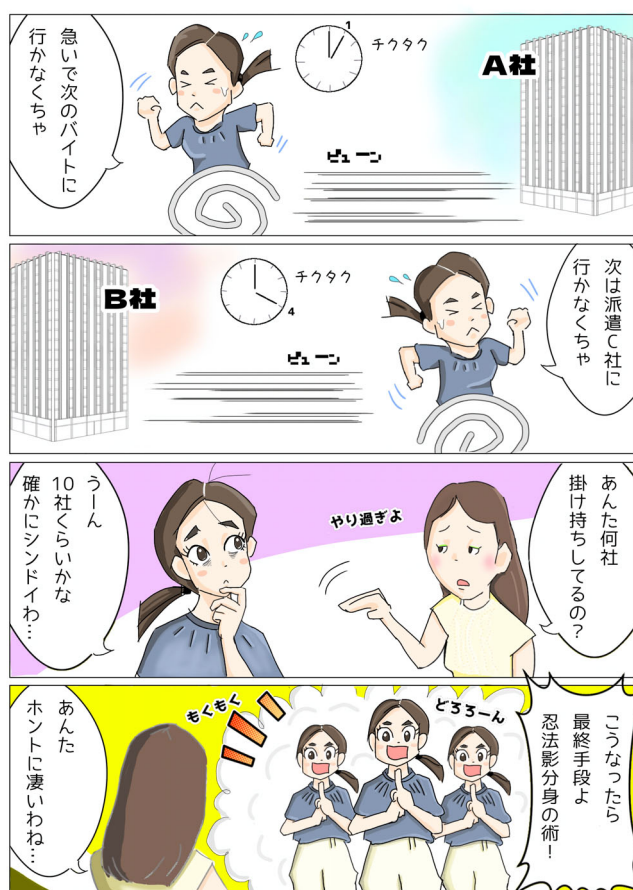
[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 957 話 「複数バイトで移動中の事故はどうなる？」



Q. 私は日頃、派遣や隙間バイトを利用してはたらいています。例えば9月1日9:00～11:00までの2時間をA社で、12:00～17:00までの5時間をB社で勤務したとします。それぞれ二社の派遣会社を使っていた場合や、隙間バイトの場合、9/1の雇用主がいずれにしても2社存在するということになってしまうのでしょうか。この場合、もし11:30に事故に遭ってしまった際の労災はどうなるのでしょうか。

A. 2社で勤務している以上、9/1の雇用主は2社存在することになります。11:30の事故は業務中ではありませんので、労災にはなりません。

A社で勤務を終わりB社に行く途中に事故に遭ってしまった場合は通勤災害と認められます。この場合(2社で勤務している場合)、業務災害、通勤災害にかかわらず複数業務要員災害とされ、給付基礎日額もA社とB社の賃金を合わせた額に基づいて計算されます。手続きが通常の労働災害より複雑になりますので、本紙面上では説明しきれないため、このような場合の詳しいことについては最寄りの労働基準監督署にご相談ください。

[メルマガ第208号を読むにはこちら\(無料\)](#)

画：功典(漫画家)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS\(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第956話「ラブブ」



皆さんはラブブというキャラクターを知っていますか？

いま世界中で大人気となっている中国初のキャラクターです。ウサギのような耳を持ち、トゲトゲとした歯、大きくて丸い目に、ふわふわとしたボディが特徴です。北欧の森に住む、小さく遊び好きな妖精という設定を持っており、おもに Z 世代を中心に人気ようです。私の友達もラブブにはまっていて頑張っ手に入れようとしているのですが、人気のためなかなか手に入りにくいようです。

ラブブの人気の火付けとなったのは、BLACK PINK のメンバーであるリサです。Instagram のストーリーでラブブを紹介したことをきっかけに人気広がっていったようです。Z 世代は、かつての若者のようにカリスマ的存在に一方的に憧れるのではなく、自分と感覚や立場に近い存在に惹かれる傾向があるようです。カリスマ的な著名人たちから、身近な存在であるインフルエンサーたちへと広がっていき、若い世代の間で人気が出ていったのではないのでしょうか。しかも、ラブブは定価だと 2000 円弱で比較的安価に購入することができるそうです。これも若い世代で流行っている理由のひとつですね。

この人気のインフルエンサーを頼りに商品を使用してもらうというビジネスモデルはこれからも広がっていきそうですね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\) はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)



皆さんは普段 chatGPT を使っていますか？最近の若者の間ではほとんどの人が「使っている」と答えると思います。さらに課金している人も耳にします。質問したらなんでも答えてくれる chatGPT ですが、最近若い子の中で chatGPT に日ごろの悩みを相談する人が多いようです。例えば、彼氏と喧嘩したときにどうすればいいのかなどと相談するようです。いつも相談している友達がいてなんで chatGPT に相談するのが良いのか聞いてみたところ、「全部肯定してくれるから何でも話しやすい」と言っていました。肯定してくれるのは良いと思うのですが、自分の悪いところを指摘しないで現実逃避するのはすこし間違っているなと思いました。しかし、普段誰にも相談できないようなことを話せる相談相手がいるということは、「自分一人で抱え込むことがつらい」、「相談したいけど相談相手がない」という人たちにとってはとても救いとなる存在になるなと感じました。また彼氏に送る謝罪文のメールも chatGPT に書かせている人もいました。また大学の試験や課題などの chatGPT にやってもらっている人が耳にしますよね。色々なことは良いと思うのですが、それだと自分一人ではなにもできない自立していない人になってしまうとも感じました。仕事でも chatGPT を使っている人はいるのでしょうか？うまく使うことができれば仕事の効率化ができるのでしょうか？AI を使うことは良いと思うのですが使い方がとても大事ななと感じました。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 954 話「ちいかわさん」



みなさんはちいかわは好きですか？私はちいかわが好きで、ちいかわとくら寿司がコラボしていたので、くら寿司に行ってきました！コラボ内容は 5 皿につき一回回せることができるびっくらぼんの景品にちいかわのグッズがあることと、お会計 2500 円ごとに貰えるちいかわのスシローの皿です。私はコラボ開始日に予約していったのですが、一時間以上待ちました！くら寿司の前では順番待ちの人が大量にいました。二人で行って合計約 5,000 円位の合計でちいかわの皿が二個もらえました！先着順のため四日で売り切れたみたいです。友達は欲しがっていたけどすでに売り切れてしまってもらえなかったみたいです。ちいかわはとても癒されるので仕事がつかれたときなどに是非見て下さい！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 953 話「同僚に興味のないセミナーに勧誘されたらどうしたらよいですか？」



Q. 私は派遣ではたらいっています。別の派遣会社の同僚が投資セミナーや靈感商法勧誘に頻繁に誘ってきます。派遣会社の担当者に相談しても「別の派遣会社の人では注意しようがない」と後ろのめりですし、かといって事を大きくして本人と今後の関係がぎくしゃくするのも嫌ですし、このような場合どうしたらよいでしょう。

A. 例の投資セミナーに誘うことは犯罪ではありません、個人の経済活動の自由として認められております。靈感商法も個人の宗教的行為として警察は介入を避けるのではないのでしょうか。ただ、個人の経済活動の自由も宗教活動の自由も他人の人権を侵してまで認められるわけでは

ありません。この場合、派遣先会社の企業秩序の維持が問題になります。派遣先の派遣先責任者に対し「派遣先の事業場にいる時間については、勧誘行為を辞める」ように当人に注意してもらうことの苦情を申し立てる事です。苦情を申し立てても改善されない場合、派遣元責任者に対して「就業環境が適正でない」として相談してみましょう。

他人の人権とは、ご相談者様の「聴きたくない自由」も含まれます。その同僚には「自分に対して投資セミナーや霊感商法の勧誘は一切お断りします。」と本人にきっぱり告げることが大事でしょう。

いずれにしても、こういうケースの場合は本人との関係がぎくしゃくすることは避けられないものと思います。それをどうしても避けたいのであれば、現状で我慢するしかないものと思います。

[メルマガ第 207 号を読むにはこちら（無料）](#)

画：つまみつな（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 952 話「鬼滅の刃」



皆さんは鬼滅の刃の映画を見ましたか？

私はこれから見に行く予定です！あるニュースで見たのですが公開 10 日で興週 128.7 億円を突破したみたいです！私は映画に詳しくないですがこれはすごい事だと思いました。2020 年に公開された鬼滅の刃の映画は国内歴代一位を獲得していました。今回はそれを上回るのでしょうか？私の周りの人たちでもうすでに映画を見た人がたくさんいます！普段あまり漫画や映画や漫画を見ない人でも見に行きたいと言っている方が多くて、それだけみんなの興味を引くということはすごいと思いました！また子供から親世代からの注目を浴びていてすごいと思いました！見に行った人が、画質がすごくきれいで迫力があると言っていました！言っていました！なぜこれだけの注目を浴びていて人気なのでしょう？漫画をみたことをない人でも楽しめると言っていたので漫画やアニメをみなことない方もお仕事のリフレッシュとしてぜひ見に行ってみてください！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 951 話「前撮り」



私は今年二十歳になるので成人式があります！とても楽しみです！女の子は振袖を着て前撮りがあるのですがその時にとっても驚いたことがありました！それはアルバムの値段です。なんと一番高いアルバムだと 50 万位しました。正直高くて 5 万程度なのかなとかかってにおもっていました。ですがたしか一番安くて 5 万くらいのとてもしょぼいアルバムでした。私は一番安いやつでいいかなと思っていたのですがやはり親はせっかくの前撮りだしちゃんとしたアルバムで残したいというので 30 万くらいのを買っていました。。正直もったいないなと感じました。さらにそこで子供を育てるのにはとてもお金がかかるのだなと感じました。私が買ったアルバムにはデータの写真もついてくるし、おばあちゃんなどの家などに飾れる用のアルバムがもう二冊ついてきたのですがそれでも高いなと思っていました。最近その前撮りのアルバムが届きました。実際に見てみるととてもきれいな画質でした！！私が小さい時にお店で撮ってアルバムにした七五三などの写真と見比べたのですが全然きれいさが違いました！アルバムを買ったときに災害時にも強いと言っていた理由が分かりました。ガラスのような作りだったのでこれは災害が起きた時でも水など汚れに強いなと感じました！実際に届いたアルバムを見たら大満足でした！みなさんもせっかくなら値段は張りますが良いアルバムを買ってみてください！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 950 話「FUJIFILM X-half 機」



久しぶりにカメラ機体を購入しました。たまたま暇潰しに立ち寄った家電量販店で目に留まったわけですが、とっさにこれはヤバイと思いました。

フジフィルムはX100Fを手放したのを最後に距離を置いていたのですが、理由の一つが価格の高騰が激しすぎたためです。今更レンズ集める気もないし興味はゼロだったのですが、これは一目惚れで手が出ました。決して安くはない(むしろこの性能なら高い気もする)が手が届く価格だったしコンデジなのでレンズに手を出す心配がなかったので遊び用で買いました。

コンセプトはフィルムカメラの楽しさをデジカメでということです。少し前にPENTAXが「17」で本格的なフィルムカメラ復刻させてましたけど、魅力はありますが現像を考えると今更と思っていたんですが、これはデジカメです。デジカメでフィルムを楽しもうということです。

まだあまり使っていないのですが気付いた点を書いてみます。

(1)フィルムカメラはスマホやデジカメと違って現像するまで何がどう写っているかわかりません。当然フィルムを全枚数使い切らなければ現像に出せません。それをデジカメでやろうと

ということです。フィルムモードにすると背面液晶には写真を撮っても映像は出ません。36枚撮らないと表示されないという仕様です。昔のカメラ小僧のノスタルジックに訴える機能でした。使ってみていいか悪いかは微妙。

(2)フィルム巻き上げレバーが最高。フィルムカメラにあってデジカメにないのがこのレバー。一枚ごとにレバーを巻き上げる感覚は何十年かぶりの快感です。ただ、もっとギリギリギリ…という昔ながらの音を再現して欲しかった。

(3)フォルムはクラシックで背面はフィルムを入れた時の一部が見える小窓のようなものが見えますが、実はこの小窓までタッチ液晶で芸が細かいです。フィルムシミュレーションのアイコンが元々フィルムパッケージを模しているのでここで切り替えるのが楽しいです。X-Pro3を彷彿とさせるこの小窓の存在は大きい。

(4)不満点としては手振れ補正がないこと。ハーフカメラなので使い勝手の問題。SNSが縦画角なのでもしかしたら使い勝手が良いカメラになる可能性があります。

(5)雰囲気がいマイチ安っぽい。チェキの高級機みたいな感じで重量感もないし、ところどころプラスチックな気もするのが残念。画質は1700万画素で良くも悪くもなくどっちつかずで微妙な感じ。レンズ周りなどもフジらしく凝っていますがレンズフィルターは付けられない感じがしました。それなりに高いのに何となく写ルンです感があるのは何故か。

(6)シャッター音は小さく音量調整はなし。これ結構残念で人込みでシャッター音聞こえないです。デジカメですがフィルムをイメージしているからか動作がもっさりしてますのでシャッター切れてるのかどうかかわからないのは致命的でした。ホットシューも電子部分はなく使い道がいマイチ見いだせない。私はGoProのミニ照明を付けています(フラッシュは内臓なので必要ない)。

(7)細かい「設定」はできませんので、普段持ち歩いてパチパチ撮り歩く用と考えて難しいことを考えないで済むのでよいでしょう。軽いし小さいし利点です。悪い点も多いが撮るのが楽しいという加点もあり全体評価はかなり気に入ってます。

X-E5など魅力的な機体も出現するようですが、価格帯が違うしコンセプト的には唯一無二のX-halfは1台持っていてもいいかなという一品の気がしました。お遊び系の域なのかもしれませんが、これで2400万画素・手振れ補正・レンズ交換式で本格的なデジカメに仕上げてくれたらすごそうですけど。

もうカメラは買わないと決めていたのだけど、1年以上買わずに頑張ったんですがね、フィルム世代からしたらこれは魅力あり過ぎました。

ちなみにデジカメ世代の方は本当のフィルムカメラを買った方が新鮮でいいかもしれませんよ（PENTAX17とか実は興味ありありなんですよね）。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第949話「入社したら仕事内容が違った場合はどうしたらよいですか？」



Q. 私は派遣ではたらいしています。派遣に限ったことではないのでしょうか、入ってみたら仕事内容が違ったということはあると思います。このようなときはどうしたらよいのでしょうか。また、これらは派遣の場合と社員の場合とでは異なりますか。

例 1) 一般事務と聞いていたが実際は外回り営業がある

例 2) OA 事務と聞いていたが1日の大半は電話に追われる

例 3) 接客販売のウェイトレスと聞いていたが実際は皿洗いが殆どである

例 4) 近場のルート営業と聞いていたが実際は遠出のルート営業が多い

例 5) 簡単な雑務があるとは聞いていたが力仕事を要する雑務が多い

A. 例 1) 労働条件明示書兼就業条件明示書の業務欄を確認してください。業務欄に一般事務と記載してあるにもかかわらず、実際の業務が外回り営業だった場合は、労働条件が事実に相違するとして労働契約を直ちに解除することができます（労働基準法第 15 条第 2 項）。ただ、派遣元会社でもわからない場合もありますので、まず派遣元担当者に相談して、それでも改善されない場合に労働契約を解除すればよいかと考えます。

例2) 例1と同じ理由で労働契約を解除が可能です。

例3) 例1、例2と同じ理由で解除することができます。

例4) 労働条件明示書兼就業条件明示書の業務欄に「近場の～」と入っていたのに実際は遠出のルート営業だった場合は、例1から例3と同じです。「近場の～」が入っていなかった場合は、労働条件が違うとはいえませんので、労働契約を解除することはできません。

例5) 力仕事を要する雑務は程度によりますが、簡単な雑務とはいえませんので例1から例3と同じと考えてよいと思います。

契約書に書かれていない業務は一切行わないというのも人間関係に支障をきたしますので、常識や程度問題で判断することも大事でしょう。

[メルマガ第206号を読むにはこちら（無料）](#)

画：あよ。（しらす★まい）（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第948話「日本人の睡眠時間は世界的に見て最低レベル?!」



みなさんは一日の睡眠時間はどのくらいでしょうか？7時間？6時間？今回は睡眠の大切さについて話していこうと思います。

厚生労働省の調査によれば、日本人の約4割の睡眠時間は6時間未満。さらに、5人に1人は「睡眠の質に満足できない」と感じていました。たしかに電車で寝ているサラリーマンを電車でよく見かけますよね。テレビやスマートフォンを見ての夜更かしや、夜遅くまでの勉強・仕事などによって慢性的な寝不足や睡眠の乱れを招くと、様々な生活習慣病や循環器疾患、うつ、認知症、免疫力の低下のリスクを上げることがわかっています。基本的に成人は6時間以上の睡眠、小学生は9～12時間、中学生は8～10時間が目安となっています。

しかし、ある調査によるとコロナの時期に入ってから15分ほど睡眠時間の平均が増えたようです。その理由はコロナによるテレワークが多くなったのと働き方改革です。社員の睡眠時間とその質をしっかりと確保している会社ほど、統計的に利益率が高いことが明らかになっているので皆さん睡眠はしっかりととり、それは同時に勤務先の働きやすさの指標でもありますよ。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

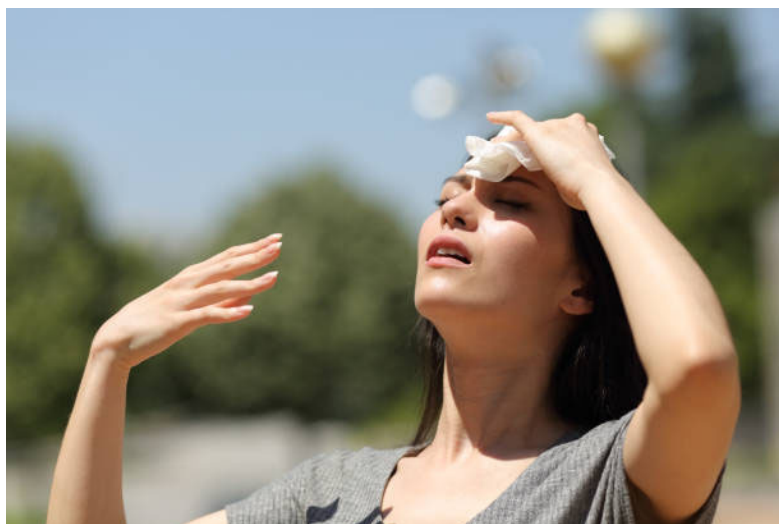
[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら

第947話「熱中症」



みなさんは熱中症になったことはありますか？私は何度かあります。その時にとても怖い思いをしたのでみなさんも気を付けてください！

熱中症を引き起こす条件は、「環境」と「からだ」と「行動」によるものが考えられます。

「環境」の要因は、気温が高い、湿度が高い、風が弱いなどがあります。

「からだ」の要因は、激しい労働や運動によって体内に著しい熱が生じたり、暑い環境に体が十分に対応できないことなどがあります。なので、仕事に来ていく服装などを、通気性の良い服装を心掛けましょう！

その結果、熱中症を引き起こす可能性があります。

熱中症を予防するためには、水分をこまめにとったり、塩分をよくとったり、睡眠環境を快適に保ったり、丈夫な体作りをしましょう。

熱中症は重度になると、意識がなくなったり、全身が痙攣したり、呼びかけに反応しなくなり、真っ直ぐに歩けない、走れないことがあります。また、後遺症も残る場合もあります。重い後遺症だと中枢神経障害（高次脳機能障害、嚥下障害、小脳失調、失語症）になる可能性があります。

職場での熱中症による死亡者及び休業4日以上の上業務上疾病者の数は、2024年に1,257人と、死傷者数について統計を取り始めた2005年以降、最多となっています。

熱中症になりやすい職業は、建設業、製造業、運送業のお仕事です。これらの仕事で働いている人は特に気を付けましょう。また雇用主は従業員が熱中症にならないように管理を徹底することが義務付けられていますので、皆さん一丸となって職場での熱中症対策をしましょう。

熱中症は夏だけになるものではありません。私は初めて熱中症になったときは冬になりました。その原因は家に帰ってきたばかりで寒いからといってダウンを着て毛布を二枚重ねて寝てしまったのです！そしたら熱中症になってしまいました。なので、冬だからと言って油断してはいけません。日頃から熱中症対策をしましょう。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 946 話「サークル活動」



大学生になってもう三ヶ月が過ぎようとしています。最近のわたしはというと、専らサークル活動に夢になっています。私は、小学校・中学校の計 9 年間バスケをしていたこともあって、

大学ではバスケサークルに入りました。部活ほどしんどくなく、体育のような楽しさや他学科との交流が新鮮でとても楽しいです。またサークルによって週に一回は必ず運動をするようになったので、運動不足が少し解消されたように感じます。科学的にも、心理学的にも、適度な運動はストレス解消に良いとされているようです。

オフィスタでのアルバイトが疎かにならないように気を付けながら楽しんでいます。

学生ではなくても社会人サークルというものもあると聞いたことがありますので同好者で集まって楽しむのはいくつになってもいいものではないでしょうか。

これからもっと暑くなってくるとは思いますが、健康のためにも定期的に運動していきましょう。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎[オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 945 話「それって糖尿病かも?!」



糖尿病はよく肥満体系の人になると思っていませんか？ただ甘いものをたくさん食べている人になるものだと思っていませんか？実は原因はそれだけではないのです！糖尿病は悪化した

ら足を切断したり、最悪死に至る場合があるのでみなさんもチェックしてみてください！

まず糖尿病になる原因です。

- (1) 家族歴・遺伝
- (2) 生活習慣の乱れ（運動不足、ストレス、喫煙、高血圧）
- (3) 食べ過ぎ（過食）
- (4) 飲みすぎ

が主な原因です。次に初期症状です。

(a) のどの渇き

口がべとべとしてのが渇きやすいという人が多いようです。

(b) トイレの回数、尿の量が増える

血糖値が増えると尿の量が増えます。

(c) 足先の手足のしびれ

糖尿病患って数年経ってくると神経障害という合併症が起こり、足先や手のしびれが起こる場合があります。

(d) 目がかすむ

目がかすむというのは、網膜症が始まっている所見かもしれないので、すでに5～7年経過している可能性があります。眼底検査と言って目の奥を検査すると気づいてもらえますが、ご本人の症状によっては見逃されてしまうこともあるかもしれません。

(e) 感染症にかかりやすくなる

糖尿病になってしまうと、細菌やウイルスを倒す白血球の働きも落ちるので、感染症に対して弱くなると言われています。

(f) 痩せる

糖尿病は太った方が罹る病気のイメージがあると思いますが、進行すると患者さんは痩せてしまいます。糖分が尿から排出されてしまい、使うエネルギーは自分の蓄えている脂肪や筋肉を使わなくてはいけなくなるので結果として痩せてくるのです。

どうでしょうか？自分自身とあてはまっている症状はありましたか？

仕事でパソコンを操作しているときに目がかすんで見えづらい事はありませんか？

人間の一日の平均のトイレに行く回数は5～7回らしいです。それよりも多くないですか？私は絶対に7回以上行っているので今度検査に行きたいと思っています！

糖尿病が悪化したら仕事に行けなくなってしまいます！定期的に会社などの健康診断にしっかりと行きましょう！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 944 話 「残業を強要されたらどうしたらいいですか」



Q205. 私はハケンで働いています。オフィスタの存在を知り、部外者ながら質問させていただきます。

私は10時～17時までの実働6時間勤務です。が、どうしても今日中に終わらせなければならない等、残業が必要な時があります。子供のお迎えや家事など諸事情があり6時間勤務を選択しているのですが、どうしても急な残業はお受けできない時があります。現在勤務している派遣先企業の担当者から以下の指導がありました。どうしたらよいでしょう。

- (1) 2時間程度の残業は必然との位置づけだから「この2時間については、必ず社命令の残業指示は受けること」。社員はみんなそうしてもらっている。
- (2) 契約は6時間だったとしても、残業を命じられたら「必ず」引き受けなければならないことを誓約書にサインして欲しい。
- (3) 残業をしないために悪影響が出た場合、派遣会社に料金の減額(＝私の減俸)を請求すること。

A205. あなたは諸事情があり6時間勤務を選択しているのしょうから、指示があったら「必ず」8時間までの労働を強いられるなどということは、労働者に不利益になる行為なのでまず認められません。

厳密に言えば企業は労働者に残業をさせることは法律上できません。所定の手続きを踏んだ場合のみ(36協定など)特例として認められていますが、それもあくまで特例です。更に「必ず残業しなければならない」等の強要を盛り込むことは公序良俗に反するためできません。人手が足りないのであれば人材を増やすとか、事前に残業できるかどうかを話し合って協力を仰ぐなど、互いに調整するのが一般的です。

少なくとも、残業の強要についての申し出は毅然とした態度でお断りするか、所属している派遣会社に相談してみてもいいかがでしょうか。通常の派遣会社ならこのような申し出に応じることはまずないでしょう。

なお、所定時間以外の残業をしないから減俸などというのも論外ですから、通常の派遣会社であればまず到底相手にはしないと思われる。

ハケンか社員かを問わず、労働者を使用するという観点でこの派遣先はあまり宜しくない思考をお持ちとお見受けします。

育児などに理解ある職場を求めるのであれば、それを専門とする派遣会社を探して移籍するなど視野に入れてみてはいかがでしょうか。

[メルマガ第205号を読むにはこちら\(無料\)](#)

画：あよ。(しらす★まい)(漫画家)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎[オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 943 話「お弁当」



普段私は学校でのお昼は学食やコンビニや学校近くの飲食店で済ませています。ですが最近 SNS でかわいいお弁当画像がたくさん流れてきて私もお弁当を作りたいと思いました。お弁当を作ることによってたくさんのメリットがあります。

一つ目は節約です。お弁当を作るにあたり平均一食 222 円です。私は普段一食に約 400～1000 円程度かかっているののでだいぶ節約になります。オフィスタに出勤する日は新宿という立地柄どのお店もお高いです。

二つ目はコンビニやお店で売っていない自分の好きな食べ物をお弁当に入れられます。先ほど私がかわいいといったお弁当はキャラ弁です。私はちいかわと、シナモンロールとが好きなのでそのキャラ弁を作ろうと思っています。しかしキャラ弁を作るとなったらまず材料も買わない

といけないし、キャラクターの顔に使うノリの cutter を飼わないといけません。なのでいざキ
ャラ弁を作るとなったらとても時間がかかりそうでなかなか作ることができていません。

お子さんのいらっしゃるワーカーさんは自分もお弁当という方が多いそうですが、みなさんは
お弁当派ですか？外食派ですか？はたらくうえでお昼時間は楽しみの一つでもありますからね。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 Tik Tok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\) はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 942 話「食欲に隠された体からのメッセージ」



皆さんは急に甘いものが食べたくなったり、炭酸を飲みたくなったりしたことはありませんか？その原因は実は栄養不足や疲労のサインかもしれないです！

今回は食べたくなるものの不足する原因について紹介していきたいと思います。

パンが食べたくなる時はタンパク質不足です。肉や卵、納豆を食べて補いましょう。

ジャンクフードが食べたくなる時はカリウムが不足しています。アボカドやさつまいも、バナナを食べて補いましょう。しょっぱいものが食べたくなる時はミネラルが不足しています。海藻、豆腐、ナッツを食べて補いましょう。炭酸が飲みたくなる時は、カルシウムが不足しています。ヨーグルト、チーズ、小松菜を食べて補いましょう。辛い物を食べたくなる時の原因はストレスです。小魚や肉、果物を食べて補いましょう。甘いものが食べたくなる時の原因は疲労です。きのこや肉、魚を食べて疲労を回復しましょう。

以上です。みなさんは何の栄養不足でしたか？なにが不足しているのかを把握して自分の体の

栄養を心がけましょう！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 941 話「定期健康診断はタイムシートに付けられますか？」



Q204. 私はハケンではたらいています。夫の扶養内で週3日、5時間勤務で働いていますが、定期健康診断を受けることはできるのでしょうか。また、健康診断に行った日はタイムシートにつけてもよいのでしょうか。健康診断センターまでの電車代は請求できるのでしょうか。または逆に健康診断を拒むこともできるのでしょうか。

A204. 労働安全衛生法上、会社が健康診断を行わなければならないとする「労働者」は、常時使用する労働者」とされており（労働安全衛生法第66条第1項、労働安全衛生規則第

44 条第 1 項)。

定期健康診断を実施すべき「常時使用する労働者」は、通達（平成 19 年 10 月 1 日基発第 1001016 号）により次のいずれもの要件を満たす者とされています。

(1) 期間の定めのない契約により使用される者。期間の定めのある契約により使用される者の場合は、1 年以上使用されることが予定されている者、及び更新により 1 年以上使用されている者。

(2) その者の 1 週間の労働時間数が当該事業場において同種の業務に従事する通常の労働者の 1 週間の所定労働時間数の 4 分の 3 以上であること。

以上から、その会社の通常の労働者が週 40 時間であるならば、常時使用する労働者となるためには週 30 時間以上の労働時間が必要です。週 3 日×5 時間ですと、週 15 時間となり、したがって、会社が健康診断をおこなわなければならない常時使用する労働者に該当しないことになります。

ちなみに健康診断の時間は労働時間とはされておりませんので、タイムシートにつけることはできません。労働時間とはなりませんので健康診断センターまで電車代も請求することはできません。

会社は一定の条件を満たした労働者には、健康診断を行わなければならないとされており（労働安全衛生法第 66 条）ので、会社の健康診断命令（業務命令）には従わなければならないとされています。ただし、労働者に首に縄をつけてまで強制させることはできません。労働者側の方で拒否する合理的な理由があれば拒否することも可能です。

[メルマガ第 204 号を読むにはこちら（無料）](#)

画：あよ。（しらす★まい）（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第940話「最近の派遣はイメージが違う」



私は「氷河期世代」と呼ばれる世代の一人です。当時は正社員での就職が非常に難しく、やむなく派遣で就職した友人が何人もいました。新卒で正社員で就職できた私は幸運でしたが、ボーナスもなく月給もとても低く、大学で学んだことを活かさない職種だったため、後に派遣で転職しました。その何年後にリーマンショックが訪れ「派遣切り」にあった同僚を見てきました。

結婚を機に引っ越し、新天地では大手企業に契約社員として再就職をしました。そこにもたくさんの方非正規社員がいました。私は資格を取得したりして、派遣社員の同僚と共に正社員になることを会社に交渉しましたが叶わず、出産を機に退職しました。それから子育てのためしばらく仕事からは離れていましたが、子どもが少し成長したので再び仕事を始めようと考え、情報収集を始めました。

10年以上仕事から離れていたこともあり、子育てと両立しながら働きたかったので、まずは短時間の仕事から始めようと思いました。しかし、氷河期やリーマンショック時代の派遣のイメージにあまりいい印象がなかったため、あまり期待していませんでした。

ところが、今の派遣は、私の知っている派遣とは状況が全く異なりました。今は労働力不足や高齢化の影響で、派遣の需要が高まっているようなのです。企業も人材確保に力を入れており、派遣の待遇改善や福利厚生に注力しています。資格取得支援や昇給も進められており、昔は「会社に雇ってもらっている」という感じでしたが、今は「貴重な労働力」として重宝されているようです。給与が安いとか格差とか世間で言われているのでてっきり賃金が低いのかと思いきやとんでもない。近くのパートやアルバイト募集よりもはるかに高くビックリしました。

さらに昔は、育児中の女性にやさしい派遣会社などなかったのですが、今では育児者専門の「オフィススタ」や、高齢者専門の派遣会社や障害者専門の派遣会社などさまざまな選択肢があります。私と同世代の方で、派遣に古いイメージをお持ちの方は、ぜひ情報のアップデートをしてみてください。いかがでしょうか。(匿名希望、求職者さんからの投稿)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 939 話「麻辣湯について」



皆さん麻辣湯という食べ物を知っていますか。

麻辣湯とは中国の四川省で生まれた麺料理の一種です。山椒の痺れるような辛さと唐辛子のピリッとした辛さが特徴です。今その麻辣湯が若者の間で流行っています！私の友達の中には月に一回は食べに行くほどはまっている子もいます。

お肉や野菜、練り物など様々な食材を自分で選んでオリジナル麻辣湯を作ることができるのが人気の理由だと思います。スープの辛さや麺の種類まで選ぶことができます。ひたすら多く取れば良いというわけではなく、材料の重さによって値段が変わってくるのでその点は気を付けなければなりません。以前私も麻辣湯を食べたのですが、多く取りすぎて値段が高くなってしまったことがあります。

新宿や下北沢を中心に都内にたくさんお店を構えているので、皆さんもぜひ行ってみてください

い。わたしもオフィスタに入社して新宿勤務なので足を運ぶようになりました。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第938話「ニュージーランド」



みなさん、ニュージーランドに行ったことはありますか？ 私は今年の2月に1か月の短期留学でニュージーランドに行ってきました。今回はそこでの体験談を話していきたいと思います。

ニュージーランドは南半球にある島国で、北部と南部に分かれています。私が滞在したのは北部にあるハミルトン。とても自然豊かで過ごしやすい街でした。新宿のような高層ビルは一つもなく、一面平面で一軒家がたくさん並んでいました。一つ一つの家の敷地面積が広く、家全体も大きくて見るたびに興奮しっぱなしでした。笑

そしてなにより驚いたのは、日本の車が多いということ。私のホストファミリーも含めて多くの人がトヨタや日産、マツダなどの日本製の車を使用していました。ホストファザーは「日本の車は運転しやすく好き」と言ってくれて、勝手に誇らしい気持ちになりました。笑

ニュージーランドはオーストラリアと同じく、季節が日本と反対だということは皆さんご存じだと思います。クリスマスにサンタクロースが水上ボートに乗って現れるという話はよく聞くのではないのでしょうか。

私が行った時期は日本でいうと9月ぐらいの気温でした。日中の最高気温は28℃と暑かったが、ニュージーランドは1日の気温差が激しく、朝は15℃行くか行かないかで毎回服装には困りました。日本が真冬の時期に抜け出せたのは良いことだったのかもしれませんが笑

一か月で色んな発見が出来てとても楽しかったです。ぜひ皆さんも機会があればニュージーランドへ行ってみてください！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第937話「オフィスタ劇場 Vol.13 オンライン会議編」

オフィスタのメディア事業部ではユーチューブなどでの動画配信やタレント PR 出演を行っています。少し視点を変えて息抜きのコーヒブレイク動画『オフィスタ劇場』を公開しております。1～2分程度のショートなものですが、お疲れの時に気楽にご視聴いただければ幸いです。

Vol.13は「オンライン会議」編として出演はオフィスタ SP タレントの清水悠士（俳優）と皆川玲子（ママタレ）のW出演で公開しています。配信は不定期ですがシリーズ的にちょいちょい出せればと思っています。オフィスタのSNSをどうぞよろしく願いいたします。

[ユーチューブ/オフィスタ ch](#)

[X（旧ツイッター）/@offista_twt](#)

[インスタ/@offista_sp](#)

[TikTok/@offista_tikt](#)

[アメブロ/@offista](#)

(注) インスタとTikTokはオフィスタ・スタープロモーション(芸能プロ)としてのタレント紹介目的のSNSとなります。オフィスタ人事管理部やお仕事紹介とは別路線での広告となります。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS\(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第936話「皆さんは犬を飼っていますか？」



皆さんは犬を飼っていますか？人間の食べ物の中には、犬が食べると中毒症状を起こしてしまうものがあります。犬がこれらの食べ物を口にすると嘔吐や下痢など症状を引き起こすことがあ

ります。最悪の場合には死に至ることもあるため注意が必要です。私は最近そのことを知りました！友達が犬を飼っているので友達の家に行ったときは気を付けようと思いました！自分のミスでワンちゃんがいなくなってしまうのはとても悲しいので今回は食べちゃいけない食べ物を主に危険度の高いものから三つ紹介していきます。

一つ目は、チョコレート・カフェインです。この中に含まれている「テオブロミン」と呼ばれる成分がダメのようです。これはカカオの濃度が高くなるほど深刻な中毒状況になり最悪死に至ります!!

二つ目はブドウやレーズンです。これはどの成分が中毒の原因になっているのかがまだ解明されていません。チョコレートとカカオと同類に最悪死に至るものなので気を付けてください！

三つめはネギ類です・犬がネギ類を食べると貧血の症状を引き起こします。私はよく料理をするときに包丁で切ったものを落としてしまうので気を付けようと思いました！

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)



最近朝晩の気温差が激しく、毎日の服装を選ぶのが大変になっていますがみなさんは何を基準に服を選んでいますか？天気？気温？もしくは、その日会う人によって変えている人も中にはいるかもしれません。大切な人や取引先の人など、相手から良い印象を持たれたいときは、サイズ感を気にすると良いと聞きました。もちろん、ヨレヨレの服やシミがついた服など清潔感のない服を選ぶのはNGですが、自分に合ったサイズの服を着こなすことが無意識のうちに、しっかりとしているという印象を相手に与えられるそうです。

私は普段大学に行くときはスウェットばかり着ているので、オフィスタへの入社を機に少し大人びた服装にも挑戦し始めました。心なしか背伸びをしている感じがして、気分まで大人びたような感覚になります。みなさんも気分転換をしたいときは普段と違う系統の服装にチャレンジしてみてください。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 934 話 「勤務地が変われば賃金も変わるのでしょうか？」



Q203. 私はハケンではたらいています。ハケン社員の賃金についてお尋ねします。派遣会社 A の所在地は東京都内にあります。派遣先企業 B も東京都内に本社がある会社さんです。しかし、実際に勤務するのは派遣先企業 B の埼玉支店 C になります。月に数回だけ派遣先企業 B の千葉支店 D で勤務する日もあります。また、3カ月に 1 回派遣会社 A が主催する教育訓練のため神奈川県内の講習会場 E で勉強会があります。わたしの最低賃金はどの地域が対象となるのでしょうか。

A203. ハケン社員の最低賃金は、原則として派遣先の事業所の所在地の都道府県の最低賃金が適用されますが、派遣先の本社が都内にあったとしても、実際に勤務するのが埼玉支店であるならば、埼玉県最低賃金が適用されます。月に数回だけ千葉支店で勤務したり、3か月に 1 回は神奈川県内で勉強会があったとしても月の大半が埼玉支店で勤務しているのであれば、埼玉県

の最低賃金が適用されると考えてよいと考えます。

但し、勤務地がどこであっても不利にならないように東京都をベースに全国一律制の派遣会社もありますので確認してみるのも良いでしょう。

[メルマガ第 203 号を読むにはこちら（無料）](#)

画：りよこ（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 933 話「方言を直すべきか否か」



みなさんは自分の口癖がなにかわかりますか？

一般的に口癖は他人に指摘されて初めて気づくことが多いように感じます。この口癖と同様に、

方言も同じ類のものなんだと最近特に強く意識させられています。

新人アルバイトの私は地方出身で、つい先月東京に来てからこれまで数え切れないくらい方言を指摘されてきて、自分は方言が強いのだと初めて知りました。この初めてのブログでは私の方言事情をお話したいと思います。

もともと方言はその時流行りの話し方が京都を発端に日本全国に同心円状にゆっくりゆっくり広まっていったものだそうです(諸説あり)。あまりにも進行速度が遅いため、その時の流行りが日本の端まで広まる前に次の流行りがもう生まれていたりと様々な要因が重なって今の方言が形成されたいらしいです。

東京に来て早半月が経ちましたが、方言を直すべきか直さないべきかに最近頭を悩ませています。方言を直さないと、電話対応で相手に違和感を抱かせてしまったり言葉が伝わらなったりしてしまいます。しかし江戸弁圏の人たちからは、方言があって可愛い、親しみやすい印象がある、とよく言ってもらえます。親しみやすさは残したいが田舎者っぽさは消したい。本当に悩ましいです。

じきに私も周りにつられて方言が抜け、標準語になるのかと思うと嬉しい反面寂しくもあります。今後またどこかで方言についてお話ししようと思います。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 932 話「令和七年度が始まります」



本日4月1日よりオフィススタ令和7年度がスタートします。創立日が2007年4月2日なので第19期目を迎えることとなります。

はたらく女性/育児とお仕事のコンセプトは創業時から変わらずに、時代に合わせたWLB(ワークライフバランス)に進化するという手法でママさん支援に尽力していく次第です。本年度も変わらぬご愛顧いただけますよう宜しくお願いいたします。

令和7年4月1日
オフィススタ役職員一同

[オフィススタ公式ツイッターはこちら](#)
[オフィススタ公式インスタはこちら](#)
[オフィススタ公式ユーチューブはこちら](#)
[オフィススタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィススタNEWS\(無料メルマガ\)はこちら](#)
[オフィススタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィススタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第931話「令和六年度が終わります」



3月31日でオフィスタ令和六年度（18期目）が終了いたします。本年度1年お世話になりました関係者各位にお礼申し上げます。

令和七年度も何卒変わらぬご愛顧をいただけますようお願い申し上げます。

令和7年3月31日

日本プランニング株式会社

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第930話「若手社員が仕事を辞めたがるのはなぜか」



4月から新しい会社の正社員としての入社を控えている学生アルバイトの私ですが、私の周りではまだ入社もしていないのに今から入社に対してすでに憂鬱になっている友人もいます。入社1年目で転職を考えている友人もありましたし、若手社員にとって仕事を辞めたくなる理由というのは、一般的に転職・退職を考えている社員と何か性質が異なるのか疑問に思ったため、少し調べたものをまとめてみようと思います。もちろん、仕事を楽しいと取り組んでいる友人もいるので、自分や皆様が今後仕事に満足できるためのヒントになれば、と思います。

そもそも、本当に若手社員は仕事を辞めたがっているのか、全国のデータから根拠を示したいと思います。「新規学卒者の離職状況(大学卒のデータ)」(厚生労働省)によると、3年目までの離職率は毎年30~40%と、100人に30人以上も離職していました。しかし、それだけではなく入社してから3年間の離職率をみると、1年目、2年目、3年目の順に離職率が高い傾向にありました。単純に3年以内に若手が辞めている、というよりは働くことに満足できていないのではないのかな、と思いました。

「早期離職白書2022」(カイラボ)によると、3年目までの離職につながる要因は「存在承認」「貢献実感」「成長予感」の3つであるとしていました。私は、これらはいずれも、入社前のイメージと入社後の現実のギャップから生まれる要因のように思いました。会社の求める社員への責任やパフォーマンスは、同時に、社員は会社に所属することによって所属欲求や承認欲求を満たせるだけでなく、社会への参画感を得られているのではないかと考えます。これが偏ることでどちらか、またはお互いに負担ができてしまうのではないかと思います。会社にとって欲求を満たせていなければ仕事に対する報酬も多くは与えられず、社員にとって欲求を満たせていなければ辞める、という選択肢も生まれてくることでしょう。つまり、お互いバランスがとれている状態でないため離職率も高いのではないかと考えます。

そこで、人事の対応がキーになってくるのだと思うのです。会社案内や面接などをする人事は、いわば会社と社員の橋渡しのような役割も担っていると思います。お互いの不満や考えを伝えることで円滑なコミュニケーションを取ることに繋がると思います。そこで、オフィスタの人事は社員の能力や企業の求めていることをマッチングさせていることを強みとしていることを思い出しました。言われてみれば、テレビ CM で社員満足度の向上のためのタレントマネジメントサービスの宣伝も見たことがあります。このサービスは、社員のモチベーションを把握することで急な離職を防ぐ、という強みを謳っています。どの会社の方も働き手と雇い主のマッチングは意識すると思いますが、スキルだけでなくそれぞれの企業に合った性格の人を紹介するために対面で面接を行ったり、入社前に顔合わせヒヤリングを行ったりと、入社後のミスマッチが起きにくい仕組みになっているな、と感じました。

今回は少し硬い話になってしまいましたが、すごく簡単にまとめると、自分の考えは周囲に話すことが仕事に満足して続けられるコツなのかな、と思いました。不満を抱えて仕事をしないためにも、自分がどのような仕事をしたいか、入社前に条件や希望を話しておく、入社後にギャップを感じにくくなると思います。転職もしやすい時代とはいえ、私は、自分含め皆様の選んだ内定先が、満足のいく結果になることを願っています。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 929 話「3 年間ありがとうございました」



これまで、学生アルバイトの立場でブログを書いてきました。学生から見た社会や問題について、何かを感じていただいていたら嬉しい限りです。なんと、これまでに63本のブログ・メル

マガを執筆してきたようです。

さて、3年間オフィスタでアルバイトをしてきた私ですが、今日でオフィスタを卒業します。最後の出勤が決まったときから、みなさんが別れを偲んでくださり、お祝いの品やお花、打ち上げを用意してくださり、心からオフィスタで働いて良かった、と思いました。

みなさんそれぞれに思い出があって、思い出すときりがなくらい楽しいお話をしていました。学生だからということもあってか、いつも助けてくださりあたたかい気遣いをしてくださいました。

再三ブログでも書いていますが、オフィスタには本当に助けられました。ママさん派遣ではあるものの、学生である私にぴったりだと思って働かせていただいていた。勤務時間も自由に決められるものの、責任ある仕事も任せてもらえるようになり、達成感もありました。

これからは、新社会人として新たな仕事を始めることとなりますが、新たな環境の中でもオフィスタで学んだことや、みなさんからかけていただいたことを思い出しながら頑張っていきたいと思います。

書きたいことや感謝の言葉はやまほど出てきますが、思いがこみ上げてきそうなのでこらへんでしめたいと思います。最後にはなりますが、これまで読者さまからのリアクションも励みになっていました。ありがとうございました。また機会があれば、よろしく願いいたします。(2025年3月25日記)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 928 話「朝の 1 時間の使い方」



みなさんは入社してからまず何をしますか？メールチェックやルーティンワークなど、簡単なタスクを優先していないでしょうか。私自身がそうですが、これは効率的ではないのだそうです。簡単で慣れた仕事から手を付けると「やった気」にはなりますが、結局、重要な仕事まで手が回らなかった、という経験はありませんか。そこで、午前中の 1 時間は必ず「緊急ではないが重要」なことに使う時間を確保するのがオススメなのだそうです。

「緊急ではないが重要」な仕事とは、日々のタスクを 4 つの領域（①緊急で重要、②緊急ではないが重要、③緊急だが重要でない、④緊急でも重要でもない）に分類した時の②に該当します。①のように、ルーティンワークのような慣れているタスクや結果が出ると分かっていることを先に、②のような新しいタスクをつい後回しにしがちです。②のようなタスクは、今取り組まなくてもすぐに困ることはないかもしれませんが、自分の人生の目標達成につながる大切なタスクになるはずです。

この②のようなタスクを、午前中の 1 時間を使って取り組むことが良いとされている理由は、次の理由からです。まず、朝起きたばかりの時間は、睡眠によって脳が整理されている「ゴールデンタイム」であることです。夕方になれば体が疲れてくるように、午後は脳も疲労するので、やったことのない仕事、難しそうな仕事は午前中に着手することが向いています。また、重要度の高いタスクややったことのない仕事にトライするには、集中力が必要です。人間は 1 時間も集中すれば脳は疲れてしまうといわれていますので、こまめに休憩をとることも推奨されています。

まずは、タスクに優先順位をつけることから始めてみると良いと思います。そうすれば、②のようなタスクも取り掛かりやすいのではないのでしょうか。先を見通すことができれば、結果が出るとわかっているタスクを優先しないで、先に達成したい明確な目標に向かって努力することができると思います。自分の成長のためにもぜひ午前中の 1 時間を意識してみてください。

オフィスタ公式ツイッターはこちら

オフィスタ公式インスタはこちら

オフィスタ公式ユーチューブはこちら

オフィスタ公式 TikTok はこちら

オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら

オフィスタ公式ホームページはこちら

©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら

第 927 話「定年と年齢採否の関係は？」



Q202. 私は企業の人事部にて勤務しています。このたび、当社で正社員を採用することとなりました。当社の定年は 60 歳です。求人募集と採否について以下は年齢差別に該当するのでしょうか。

- (1) 応募者が 61 歳だったので定年を超えているという理由で不採用にしてもよいですか
- (2) 応募者が 58 歳だとあと 2 年しか居られないので業務を覚える頃には定年を迎えてしまうと特殊技能の明記があれば不採用にしてもよいですか
- (3) 求人に「当社の定年は 60 歳です。60 歳以上の方は応募不可です」と明記してもよいですか

A202. ハケン雇用ではなく正社員雇用の募集であるならば問題ないと思います。契約社員や短期アルバイト、ハケンの募集であるならば、労働施策総合推進法第 9 条に違反する恐れがあります。年齢で採否をしてはならないという年齢不問の法律は、このケースの場合においては有期の募集か無期の募集かで違法性が判断されます。

よって、定年を超えたご年齢の方や定年間近の方にとっては就活で苦労されるかもしれませんが、逆にハケンやアルバイトを選択肢としてみると就業の近道になるかもしれません。

[メルマガ第 202 号を読むにはこちら \(無料\)](#)

画：あよ。(しらす★まい) (漫画家)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\) はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 926 話「少子高齢化と物価高と人材不足と後継者問題と文化消失」



『広島のお好み焼き店、5年間で15%減 高齢化と物価高がソウルフードに直撃

～37年間営んだ店を閉じた夫婦「どちらかが倒れたら…他の人に同じ味は出せない」～

お好み焼き店の閉店が広島県内で相次いでいる。店主の高齢化や原材料価格の高騰が重くのしかかり、後継者を探すのも容易ではない。広島を代表する食の先行きが、老いと物価高に揺れている。ソースや青のりなどの仕入れ値は3年前の約1.5～3倍に上昇。2023年4月には、開業以来据え置いていた価格を50円値上げし、700円にした。店主（76歳）は「仕入れ先が、毎回のように値上げすると伝えてくるようになった。子どもたちには今の生活がある。継がせようとは思わなかった」と振り返る。開業は15年。経営していた鉄工所を閉じた後、知人にお好み焼き店の居抜き物件を紹介された。細めにケチャップを絡めた肉玉そばが売りで、昼には18席がすぐ埋まった。「客相手の商売は楽しかった。もう1年、もう1年と続けてきたが、ゆっくりしたい」高齢化で体力に不安を感じる人は少なくない。

昨年8月に37年間の営業に幕を閉じた店主（70歳）と妻（69歳）夫婦は、最大15枚を同時に焼く体力勝負、鉄板の前に長時間立つ負担が体にこたえるようになった。「2人のどちらかが倒れたら、店の後始末をするのは大変。他の人に同じ味は出せないから、私たちの代でやめることにした」と静かに語る。

データも苦境を物語る。国の経済センサスによると、県内のお好み焼き店（焼きそば、たこ焼き店も含む）は12年に1642店、16年は1605店とほぼ横ばいだった。ところが直近のデータの21年は1364店と5年間で15%減った。「お好み焼き店は焼き手によって味が大きく変わる。体力的にしんどくなった店主の多くが後継者問題に直面している」と分析。原材料の物価高を受け「昔ほど利益率は良くない。新型コロナウイルス関連の補助金も削減され経営の厳しさは増している」と指摘する。逆風の中、値上げをして踏ん張る店も。全メニューを50円上げ、肉玉そばは1枚900円にした。「人とおしゃべりできなくなったら人生つまらない。体力がある限り続ける」と気丈に笑う。』（2025.2.22 中国新聞）

人材関連の仕事をしていると後継者問題を耳にする機会が多い。今に始まったことではないが、中小企業の行く末が心配です。所長さんがお亡くなりになって閉鎖した弁護士事務所、病に倒れ事務所を閉めた会計事務所、奥様の逝去に伴い工場閉鎖した社長さんなど、これまでも中小企業

の最後をスタッフと一緒に数々看取ってきました。人材不足、高齢化問題、後継者問題、そしてここにきて物価高、中小企業ひいては日本の文化さえ消失させかねない。

残念ながら最期を迎えられたこれら大先輩方の背中を見てきた者としては、後継が居ないし無理に継がせるのも気の毒、自分が倒れたら幕を閉じようという覚悟がみられ、自身の終末が来ることを自覚し、その時がきたら後の従業員のことは任せます、そんな意図を含んで派遣依頼を受けているように感じます。「わたしにはネットの求人広告の出し方などわかりません。定年までの保証もできませんから社員などとても雇えません。もうそんなに長くはないでしょう…、それでも助けていただけますか」こういう依頼は昔から多い。自身が果てる日が近いのでそれまでのお手伝いとして派遣スタッフ（むしろ人材派遣会社そのもの）を活用していただけてきました。

これら社長さん達にとって「派遣」は最後のライフラインだったのです。世は正社員正社員というけれど、その正社員の成り手がなくヒソリと消えていくもののことを派遣会社以外に誰が気に留めているというのだろうか。今現在も、そしてこれからも、少子高齢化と物価高と人材不足と後継者問題がある限り、こういう方々のために派遣は必要不可欠なのではないかと感じざるを得ません。最後に「ありがとう」という言葉で報われるというか、この仕事やってよかったなと思う瞬間です。きっとスタッフさんもそうなんだろうなと思う…。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

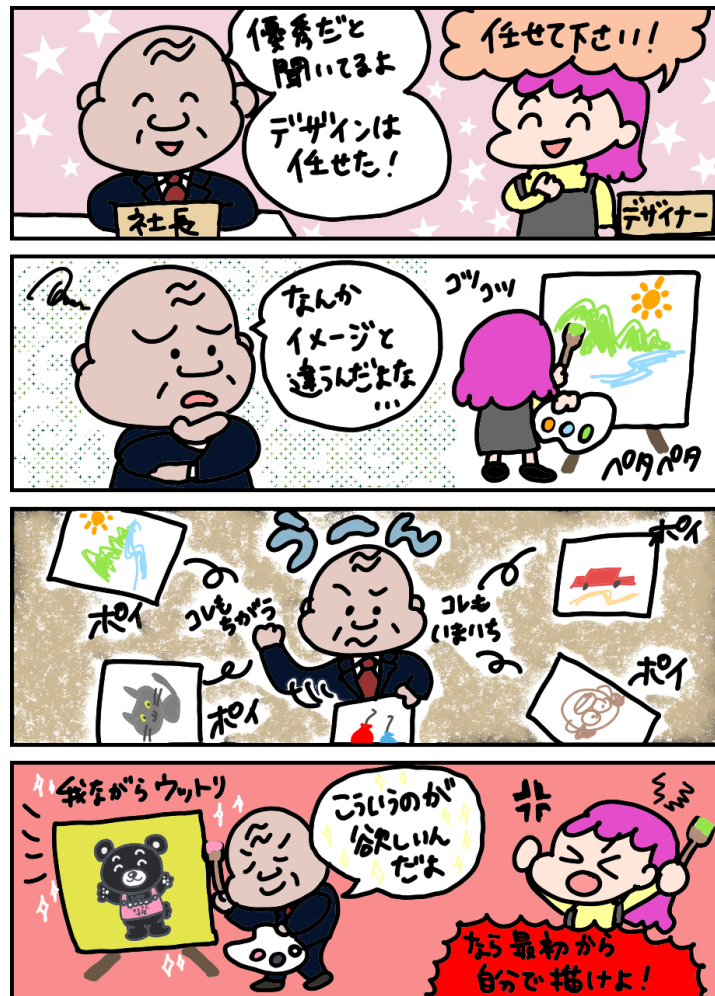
[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 925 話 「時給が異なる二刀流労働者の有給休暇は？」



Q201. 私はハケンではたらいています。WEB デザインと制作の仕事をしているのですが上司からの指示が曖昧です。例えば、「こんな感じで適当に作っておいて」とか「時間見つけて作っておいて」とか「客が来そうなキャッチーな雰囲気のものが良い」など指示が漠然としており、結果として「想像していたものと違う」とか「まだ出来ていないのか」とか「こんな成果物じゃ客は呼べないだろう」など文句を言われます。具体的に「何色がいいのか」、「どんな動物がいいのか」、「誰が何をしている場面が良いのか」など細かく指示が欲しいのですが、上司曰く「それを考えるのがデザイナーの感性だろう」と言われてしまいます。私はフリーランスではなくあくまで派遣社員ですのでこういう場合の指揮命令の定義を教えてください。

A201. 派遣社員は派遣先の指揮命令で働きます。「こんな感じで適当に作っておいて」などのフィーリングのみで成果を求める曖昧な指示は、独立して仕事を請け負うフリーランスになら適当ですが、**労働者派遣法では指揮命令とはいえません**（労働者派遣法第2条第1号）。

契約には債権者（派遣先）の協力がなければ債務者（派遣元）が契約上の義務の履行ができない場合があります。労働者派遣契約はまさにそのような契約です。よって、派遣先に具体的な指

揮命令をするように苦情を申し立てても事態が改善されない場合、派遣先の責めに帰すべき事由で債務の履行ができなくなったとしても派遣元は派遣先に派遣料の請求をすることが可能となります（民法第536条第2項＝危険負担の法理）。同様に労働者も派遣会社から給与を得ることとなります。

派遣会社に相談して、後は派遣元と派遣先の交渉に任せる方がよいかと思います。なお「指揮命令」はその言葉以上に定義することできません。

[メルマガ第201号を読むにはこちら（無料）](#)

画：りよこ（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第924話「Sタクマー55mm1.8」



カメラマニアにとってオールドレンズは一度は触れてみたい領域ではないでしょうか。とはこのもののオールドレンズはそれはそれで奥が深く沼だと聞いていたので敬遠していました。とあるキッカケで、定番中の定番「SuperTakumar55mmF1.8」を入手しました。アサヒ工学の

1963 年発表の品です。（参考）タクマーの名前は旭工学（現リコー・ペンタックス）創業者の弟で写真家の梶原琢磨に由来。

その筋の方ならみんな知っていると思うけれど、このレンズが何故オールドレンズの定番で入門用の一品かということ出来が良いのは勿論のこと、単に出回った数が多いからという理由が挙げられます。数千円で 60 年前のレンズが入手できるのはお試しにはピッタリです。わたしは 5800 円で買いました。やや内部に曇りありましたがレンズ良好。

この S タクマー 55 f 1.8 は製造過程でいくつか分類され、初期型・前期型・後期型に分かれ、そのなかでも更にいくつか別れると噂されています。初期型はさすがに 1963 年という年数から美品が市場から減っているそうです。見分け方は簡単で、中古カメラ店にいったら並べてみれば簡単です（といっても私もネットで知っただけですが）。

(1) ダイアル部分にオレンジの「！」みたいなマークがあれば初期型です。

(2) このマークが「◆」でレンズ前部の Super の文字の前に「製造番号」が書かれていたら前期です。

(3) 同じくマークが「◆」でレンズ前部の Super の文字の前に「製造番号」が書かれていなかったら後記です。

たまたま初期型が店頭にあって 5 千円だったので球数も少ないと聞いていたので衝動買いしてしまっただけですが、現代のデジカメに 60 年前のレンズをつけるにはアダプターも必要でプラス 3 千円くらい。PENTAX なら着くかもと思ってましたがスクリュームウントでした。初期型・前期・後期はどれも作りは同じですが、後期はアトムレンズが使用されているそうです。放射性物質が使用されているとかで好き嫌いが分かれるそうです。もちろん健康にどうこうということもないでしょうが気になる方は後期は避けた方がいいかもしれませんね。

オールドレンズの魅力はやはりフレア、ゴースト、玉ボケだと思います（逆光でゴーストとか実際撮る機会あるかな…）。60 年前のレンズでこれだけ撮れるならいいかなとも思いましたが 30~60 分もすれば AF のない撮影に苦痛しか感じないし、綺麗とは言ってもどう鼻真目に見ても現代レンズで撮った方が写りは良いです。持って歩いたり眺めて酒のつまみにするには最高ですが、ヘリオスやらロココールやら沼にはまるのを避けるために割り切りも必要です（沼にはまったら数千円数万円では済まなくなります）。でも 60 年前の製品が様々な人や場所を経由して 2025 年に私に回ってきて、今現在それが実際に使用されているというのは感慨深いですしオールドレンズならではの魅力でしょう。今日も楽しいカメラ Life をお過ごしくださいませ。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第923話「オフィスタ劇場 Vol.12 OL 給湯室編」

オフィスタのメディア事業部ではユーチューブなどでの動画配信やタレント PR 出演を行っています。少し視点を変えて息抜きのコーヒブレイク動画『オフィスタ劇場』を公開しております。1～2分程度のショートなものですが、お疲れの時に気楽にご視聴いただければ幸いです。

Vol.12は「面接：騙し合い」編として出演はオフィスタ SP タレントの彩里芽生（声優）と藤井真希（ナレーション）のW出演で公開しています。配信は不定期ですがシリーズ的にちょいちょい出せればと思っています。オフィスタの SNS をどうぞよろしく願いいたします。

[ユーチューブ/オフィスタ ch](#)

[X（旧ツイッター）/@offista_twt](#)

[インスタ/@offista_sp](#)

[TikTok/@offista_tikt](#)

[アメブロ/@offista](#)

（注）インスタと TikTok はオフィスタ・スタープロモーション（芸能プロ）としてのタレント紹介目的の SNS となります。オフィスタ人事管理部やお仕事紹介とは別路線での広告となります。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第922話「オフィスタ劇場 Vol.11 面接：騙し合い編」

オフィスタのメディア事業部ではユーチューブなどでの動画配信やタレント PR 出演を行っています。少し視点を変えて息抜きのコーヒブレイク動画『オフィスタ劇場』を公開しております。1～2分程度のショートなものですが、お疲れの時に気楽にご視聴いただければ幸いです。

Vol.11は「面接：騙し合い」編として出演はオフィスタ SP タレントの清水悠士（俳優）の一人二役で公開しています。配信は不定期ですがシリーズ的にちょいちょい出せればと思っています。オフィスタの SNS をどうぞよろしくお願いたします。

[ユーチューブ/オフィスタ ch](#)

[X（旧ツイッター）/@offista_twt](#)

[インスタ/@offista_sp](#)

[TikTok/@offista_tikt](#)

[アメブロ/@offista](#)

（注）インスタと TikTok はオフィスタ・スタープロモーション（芸能プロ）としてのタレント紹介目的の SNS となります。オフィスタ人事管理部やお仕事紹介とは別路線での広告となります。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

1200円、デザイン業務については時給1600円と異なっていて、タイムシートは作業ごとに別々に付けています。ただ、この場合、有給休暇はどう支給すればよいのでしょうか。

A200. 有給は1日単位で与えるものですから、有給当日の事務に従事する予定だった時間、デザインに従事する予定だった時間に基づいて報酬を計算します。今回のように明確にそれぞれの勤務時間が決まっていない場合は、法律の規定はありません。よって、1か月の平均額とするとか、1日8時間勤務を半々の4時間：4時間で計算して与えるしかないと思います。

[メルマガ第200号を読むにはこちら（無料）](#)

画：あよ。（しらす☆まい）漫画家

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

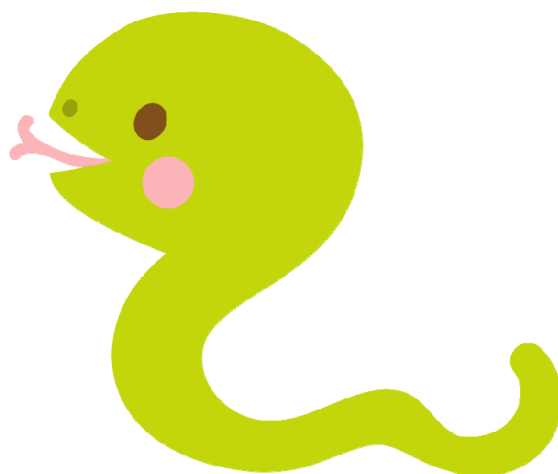
[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第920話「2025年の雇用動向の予測と考察（後編）」



前回は 2024 年の雇用に感じたことを前回書きました。

今回は 2025 年の雇用動向と予測を書いてみようと思います。

【2025 年の雇用動向予測】

昨年を振り返り、今年にも影響が出そうなキーワードを拾い出してみました。

オフィスでは、

①103 万円の壁議論は扶養内熱望の育児者には大きな影響なし

②正社員フル雇用が減少しパートタイムの活用が増大

③求人広告媒体の高齢利用者が増大で派遣活用への移行

の三項目に 2025 年は特に注目しています。

これらは昨年登場してきたキーワードにも絡みますが、雇用や労働でどのような変化が出るのでしょうか。

①巷で話題になっている 103 万円の壁問題は扶養内を熱望の主婦・ママさんには大きな影響はないでしょう。そもそも 103 万円という金額が法律で制定されたのは 1995 年つまり 30 年間触れられなかったパンドラの箱なわけです。開けてしまった以上は災厄が訪れるのは神話の通りで 106 万円の壁が崩壊という災いが飛び出してきてしまいました。となると、正直なところ扶養内で働きたい主婦・ママさんにとってメリットはなくなりました。何故なら理由は簡単です。106 万円の壁に着手する以上、所得税の 103 万円の壁が 120 万円になろうと 170 万円になろうと 200 万円になろうと、結局のところ現状の勤務形態を継続するの一択にせざるを得ないからです。

つまりどういうことかということ、これまで「扶養」というものは自由に選択できていたわけです。本当は沢山働けるけれど扶養内で居たいので週 3 日パートがよいなど選べた訳です。だから毎年年末になると「扶養を超えてしまうので働き控え」現象なるものが起きるのです。働けないのではなく自分の意志で「働かない」という選択肢です。これはこれでももちろん適法であり権利です。

そして扶養にはもう一つの側面があります。それは、働きたいけれど「働けない」という人達です。育児・介護・障害など事情があっても働くことが物理的に不可能な人、例えば子供のお迎えでどうしても 14 時には帰宅しなければならない人、透析など通院でどうしても週 3 日しか出勤できない人、両親の介護でどうしても夜 2 時間しか働けない人、事情はそれぞれですが「働くことができない」でも「働きたい」、こういう方が選択するもう一つの意味での扶養です。

政府は税金を取りたいだけだろうと非難されていますが、紛れもなくその通りだと思います。しかし、国が税金を取りたいのは、働けるのに働かない主婦層を狙い撃ちしているように見えます。

す…、働けるなら働けと言わんが如く。ただ、働きたくても働けない方からも税金をむしり取ろうという感じが今の報道からは伝わってこないのです。つまり後者は国が許可する正当な納税免除者のようなイメージでしょうか。ここに該当する人は育児者（就業弱者）はまず間違いなく含まれます。ということで働きたくても働けない事情があるのであれば、そもそも170万円になろうと200万円になろうと働くことが物理的に無理なわけですから、当然従来通りのワークスタイルは変わらずなわけで、103万円の壁や106万円の壁がどうであれ現状に大きな変化はないと考えます。オフィスタの利用者はここでいう後者に該当する事情ある方々が多いのではないかと考えております。

②正社員雇用が減少しパートタイムが増大。国の思惑とは全く真逆になってしまうかもしれませんが十分可能性としてはありえます。先述①の前者（＝今まで扶養内で働いてきた方々）がどちらを選択するかに寄ります。ただ、賃上げや社会保険料高騰、昨今の離職率を考えると、企業に正社員雇用する気力はなくなるでしょう。当然企業はパート活用も視野に入れてくるでしょう。

③高齢者と求人広告媒体の関係が悪化すれば、企業は派遣会社の活用へ移行するという予想は全員一致の予測でした。例えば、最近流行の某隙間バイトのアプリを考えてみて下さい。印象としては学生さんが応募してくるイメージがあると思いますが、知名度が上がれば上がるほど**利用者の高齢化が一気に進みます**。利用者の8～9割が高齢者で占められる可能性も考えられます。勿論応募してきた方を年齢でお断りではできません。それでも企業は利用するかどうかということです。ハローワークはじめ多くの求人サイトでこのような利用者の高年齢化が進んでいるのです。企業は希望の人材とミスマッチが起きるのであれば利用しなくなるでしょう。

…昨年同様、企業は派遣会社を活用する流れが加速すると思われれます。少なくとも派遣会社に依頼すれば希望の人材像で探してもらえますし、広告費用も発生しませんので企業がどちらを選択するかですが。

【オフィスタが今年取り組むことは。】

扶養問題はオフィスタのコンセプトそのままに育児とお仕事の両立を支援する、正にその時代が到来したと思っています。世の中には働きたいけれど育児でどうしても限られた働き方しかできないという方もいらっしゃいます。そして、そういう方々を雇用したいという企業がおのずと増える時代が同時に到来した。となればすることは一つ、“**扶養内しか選択肢がない育児者、諸事情があるがWLBで働きたい信念をもつ女性**”の支援に注力していただけたと考えています。

[\(前回前編を読む\)](#)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)
[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)
[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)
[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら

第919話「2025年の雇用動向の予測と考察（前編）」



慌ただしい年末も過ぎて、あっという間に2025年に突入です。毎年感じるのですが改めて振り返ってみると昨年も色々ありました。職員から1年を振り返っての感想や意見を収集し紐解き考察してオフィスタからの視点でみた2024年の振り返りと、そこから毎年恒例の2025年の雇用関連の予測をしてみたいと思います。

昨年は一年を通じて何かと雇用問題が取り沙汰されたように感じます。特に話題になった事項をいくつか挙げてみましょう。

『男性育休／生活保護／人手不足／働き損／子持ち様／退職代行／カスハラ／社会保険適用拡大／103万円の壁／最低賃金千五円目標／隙間バイト／闇バイト／新卒初任給30万円超／生理休暇…』など

雇用・労働・仕事に関連する事項が多く、皆さんも耳にしたであろうキーワードばかりでしょう。

【2024年に感じたこと】

昨年起こるであろうと丁度一年前の今頃に本誌で予想した事は、

- ①扶養内で働ける仕事の更なる激減
- ②高齢者雇用と賃金高騰の関係性
- ③求人広告をせず派遣会社の活用へ移行

さてこの三点どうだったでしょう。

①扶養内のお仕事は 10 月施行の社会保険適用拡大がなされた時点で激減しましたが、これは法改正に絡むことなので容易に想像はできました。ただ、103 万円の壁問題が出て、それが 106 万円の壁まで波及するとは全く予想しなかった状況で、仕事が減った原因が予想とは別のところにあるため結果アタリではありましたが微妙。

②高齢者雇用と賃金高騰の関連性とは、趣旨として国内全体で賃上げが加速すれば年金受給者は収入上限があるため雇用において若年者や中高年齢者より有利になるのではないかという意味で書きました。

一昨年に相当な増税があったため復帰を目指す高齢者が増えました。しかし、高齢者が無事就職に結びついたようには感じませんでした。昨年も賃上げが進めば、40~50 代よりも労働コストに長けた高齢者活用が盛んになるのではと考え予想したのですが、結局これも年末に年金受給者の収入上限が引き上げられそうな話題が出たためどうやら高齢者雇用のメリットが消えてしまったと思います。ということでこの予想はハズレとします。

③求人広告をせず派遣会社の活用が盛んになるという予想ですが、これは昨年ハッキリと目に見える形で出ました。少子高齢化かつ人手不足の中、企業が人材を探すとしたらどうするでしょう。当然求人誌や求人サイトを頼ることになりますが、応募者が来るかどうか分からないのに何十万円も掲載料を投資する体力がもう中小企業にはありません(サイト上位掲載するためには更に何百万円も必要で、中小企業が掲載しても効果見込めない)。

となれば無料の求人広告に頼ることになりますよね。それがハローワークです。求職者のみなさんは昨年ハローワークに何回足を運びましたか?……ということでも言わずもがな企業がハローワークから人材を獲得するなどこれまた不可能なのです。

無料で人材を探してくれる機関はハローワーク以外にもう一つあります。それが人材派遣会社と職業紹介会社です。そこに中小企業が殺到するのは当然で、2024 年は全ての派遣会社で仕事依頼が舞い込んだのではないのでしょうか。求職中の方なら薄々気付いていると思いますが、求人サイトから仕事案件が減っている気がしませんか。これは世の求人案件は派遣会社が保有しているということで、かつての第一次ハケンバブル期の到来を想起させます。オフィスタも仕事依頼の件数は前年比 185%増と創業以来の最高値を記録したことから、いかに企業各社が人材獲得に逼迫し苦戦しているのか想像できました。派遣が初めてという中小企業様から人材を探して欲しいと依頼が多かった一年という印象です。

(次回後編につづく)

オフィスタ公式ツイッターはこちら

オフィスタ公式インスタはこちら

オフィスタ公式ユーチューブはこちら

オフィスタ公式 TikTok はこちら

オフィスタ NEWS (無料メルマガ) はこちら

オフィスタ公式ホームページはこちら

◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら

第918話「謹賀新年 2025 (オフィスタ SP)」

所属タレント募集

#モデル #女優
#ナレーション
#女子アナ

随時オーディション開催中!!

▶タレントをお試し利用いただける
会社やスポンサー企業も同時募集中

OFFiSTA
STAR-PROMOTION

あけましておめでとうございます。昨年も皆様のご協力、ご指導に改めて感謝、御礼を申し上げます。

オフィスタ・スタープロモーション (オフィスタ SP) は、オフィスタのメディア事業部が運営しているタレント専門のハケン部門です。主に登録タレントのハケン事業を中心として、タレ

ントのプロモーション活動、オフィスタ人事管理部を広報宣伝部と協力して後方支援したりしております。

昨年は SNS における動画配信が広く流行した年だったように思います。それ以前にも SNS への配信自体は流行っていましたが、インスタなどによる静止画から動画への変遷、特に 1 分間程度のショート動画に流れが移っていきました。

文字から動画への移り変わりはあらゆる分野において顕著な動きとなりました。それは求人広告にも言えることです。オフィスタではこの求人広告にエンターテイメント・芸能タレント・SNS 動画という三つのポイントを融合させることといたしました。まだまだ実験的な試みではありますが概ね好評をいただき、タレントを起用してのエンタメ効果はお仕事をお探してない方も視聴するという従来の求人広告ではありえなかった現象が発生いたしました。その後方支援的な役割を担っているのがオフィスタ SP でした。仕事を探していない方々が求人広告を視聴して何になるのかと言われそうですが、タレントの活躍の場が増えるという事は、タレントの認知、タレントへ声を掛けるスポンサーの発掘、ファンの獲得と波及してつながっていきます。自社タレントを使用することで従来よりもコスパの良い広報宣伝活動が可能となりました。人事管理部、広報宣伝部、メディア事業部のオフィスタ内の三部署が連携することで国内初の試みに着手できたことは昨年得た大きな成果だったと思います。

今年は更に SNS の動向をみながら多くの方に情報サービスを提供することをコマースリズムに携わる身として目標としております。また、登録タレント陣も視聴者に喜んでいただける番組やキャラクターをお届けできることはタレント冥利に尽きるというものです。

この 2025 年を事務職を希望されるスタッフのみなさまにとって、また芸能の世界で第一歩を踏み出したい方や更なる飛躍成長を目指すタレント陣にとって最良の年にできるように、また企業・団体さまにとっては人事採用活動以外にもその後方支援となるべく広報宣伝活動においても今こそ新たな発想が必要な時であるはずで。そのためのお役に立てるよう職員及びタレントともどもご協力させていただきますので、本年もどうぞ宜しくお願いいたします。みなさまのご発展をお祈りいたしますとともに、新年の挨拶とさせていただきます。

令和七年元旦

日本プランニング株式会社（オフィスタ）
メディア事業部ディレクター 倉青マ琴

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第917話「謹賀新年2025」



あけましておめでとうございます。昨年も皆様のご協力、ご指導に改めて感謝、御礼を申し上げます。

育児と仕事の両立を求める方、家庭と仕事の両立を求める方、テレワークを求める方、働き方は千差万別であったとしても数あるハケン会社の中でママさんにスポットを当てて育児者雇用の分野において専門性を有するオフィスタは一貫してワークライフバランス重視で今年もサービスを提供し続けていく所存でございます。

昨年は前半は増税、後半は社会保険適用拡大といった政治的な話題で占められた印象がありました。週2~3日のお仕事、扶養の範囲内のお仕事が10月施行の法改正の影響でめっきり雇用市場から姿を消し扶養内で働くという行為自体が困難となったところに間髪入れず103万円の壁

や106万円の壁という話題が出てきて、フリーランス新法制定、隙間バイトに闇バイトなど、一年間通して共通するのは「雇用」であり、特に主婦、ママさん、学生、高齢者といったパートタイム労働者に影響する部分がクローズアップされました。

そのような中でもオフィスタは昨年と同様、フルタイムと扶養内のお仕事割合で週2〜3日勤務の案件が占める割合が一昨年の9割超から8割へと微減少を記録しました。というのも昨年は「社会復帰を扶養内で目指す女性の支援」に重点を置いた結果、ワークライフバランスによりフルタイム勤務者も増えたため週2〜3日勤務のお仕事はやや減少したようです。

この2025年をスタッフのみなさまにとって最良の年にできるように、また企業・団体さまにとっては人事労務において今こそ活躍の時であることと信じております。そのためのお役に立てるよう職員一同一歩々々あたらせていただきますので、本年もどうぞ宜しくお願いいたします。みなさまのご発展をお祈りいたしますとともに、新年の挨拶とさせていただきます。

令和七年元旦

日本プランニング株式会社（オフィスタ）
代表取締役 小松中子

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第916話「来年もよろしくお願いします」



関係者各位

今年も1年間お世話になりました。みなさまのご協力、ご指導に感謝改めて、御礼を申し上げます。

来年も宜しく願い申し上げます。どうぞ良いお年をお迎えください。

(オフィスタ職員一同)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第915話「年末年始のお知らせ 2024-2025」



オフィスタの年末年始のスケジュールは下記の通りとなっております。

2024年12月27日（金）：AMで通常業務終了

2024年12月28日（土）～2025年1月5日（日）までお休みになります

2025年1月6日（月）：10時より役員のみ業務開始

2025年1月6日（月）：13時より全職員通常業務開始

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

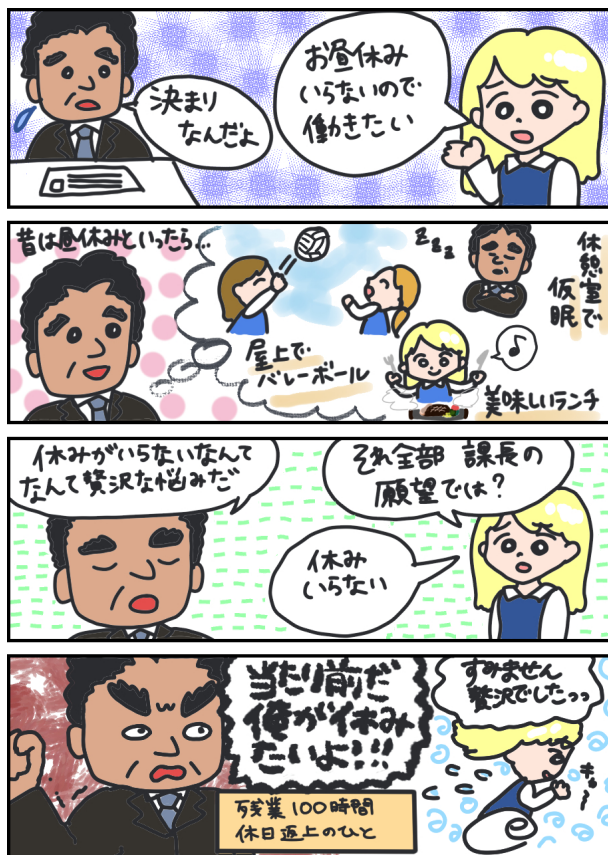
[オフィスタ公式TikTokはこちら](#)

[オフィスタNEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第914話「お昼休憩いららないのに取らなければならないのか？」



Q. 私はハケンではたらいています。勤務時間は9時から16時までの勤務です。途中45分間休憩しているので拘束7時間、実働6時間15分です。私は出勤日数が週2～3日なので休憩がなくても疲れませんし、ダイエット中なので昼食も食べません。疲れてもいないし、食事も摂らないのに45分間することもなく無駄に時間を費やしています。休憩なしで7時間働いて給与をもらった方が有意義なのですが、上長が「6時間以上の労働者には休憩を与えないといけない決まりなので」と言われてしまいました。会社側が休憩を与えないなら問題でしょうが、私本人が不要だと宣言して休みたくないのにそれでも無理やり休まなければならないのでしょうか。

A. 労働者の労働時間が6時間を超える場合、会社は45分以上の休憩を与えなければなりません（労働基準法第34条）。会社がもし労働者にこの規定に基づく休憩を与えなかった場合、会社（使用者）は6か月以下の懲役または30万円以下の刑事罰が課されます（労働基準法第119条第1号）。労働者の意思だったとしても、労働者に同意を得ていたとしても同じです。

会社としては刑事罰が課されますので、休憩を取らない労働者に対しては休憩命令を発することができます。それに従わない労働者は業務命令違反を理由に解雇される恐れもあります。従って会社の言っていることは正しいのです。働きたいというお気持ちは理解できますが、労働基準

法の規定ということでご理解ください。

画：りよこ（漫画家）

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

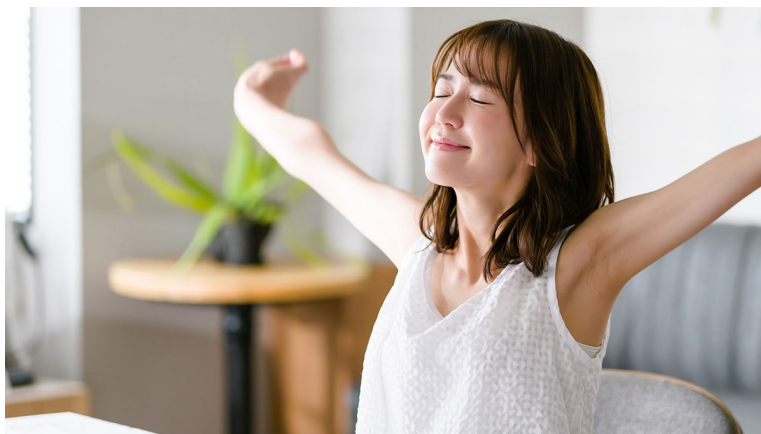
[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第913話「私流リラックスの方法」



オフィスタのユーチューブ動画や TikTok など、お仕事中にできるストレッチの方法を紹介している動画「職場でできる 1 分間エクササイズ」をアップしています。聞くところによるとこの動画が人気みたいで、私も真似て職場でたまにストレッチを実践しています。事務職など座りっぱなしの作業が多い方におすすめです。

最近では職場で疲れを癒すだけでなく、寒くて体が固まっていたり、重い荷物を持つことが多かったりと、家でもリラックスが必要だと感じてきました。今までは、寝る前にアニメやドラマ、ゲーム実況のような動画を見ていました。ですが、最近では睡眠の質を改善させるために加湿器

でアロマを焚き、ホットアイマスクをつけて寝ることにしています。ちなみに、入浴もするようにはしていますが、ずぼらな私にとっては時間と手間がかかるのでさぼりがちです…。

また、お香にもはまっていて、旅先ではお土産に選んだりもしています。良い香りに包まれるというのも、心が落ち着いてリラックスできそうです。お香はアロマと違い温かい自然な優しい香りがするのでおすすめです。ここ最近、職場でもお香をたしなんでいる方がいらっしやるので、お香についてお話ししてみたいな、と思っています。

なんとといっても、手軽にできる、ということが続けられるコツになるし、継続的にすることで疲れを溜めないで風邪を引きにくい体をつくることができると思います。みなさんも家で手軽にできるおすすめのリラックス方法があればぜひ教えてください。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第912話「オフィスタ・チャンネルで求人募集」

ホーム 動画 ショート 再生リスト コミュニティ 🔍

(((NEW))) 最新オススメ動画 ▶ すべて再生

【期間限定】厚労省系公益法 人で事務・郵送仕分けのお 仕事	【週9日】自動車椅子会社で 事務のお仕事	【正社員】経営コンサルタン ト会社での経理のお仕事	【二か月後正社員】医療機器 メーカーでの事務のお仕事	【9月まで】調査会社での 事務のお仕事	【週2日】法律事務所でも事務 サポート・高層のお仕事
オフィスタ 公式チャンネル 20 回視聴・6 週間前	オフィスタ 公式チャンネル 24 回視聴・1 日前	オフィスタ 公式チャンネル 65 回視聴・2 日前	オフィスタ 公式チャンネル 64 回視聴・5 日前	オフィスタ 公式チャンネル 99 回視聴・6 日前	オフィスタ 公式チャンネル 464 回視聴・7 日前

すべてのお仕事を見る（事務職はココをクリック） ▶ すべて再生

オフィスタお仕事情報（【週 3~4日】ホテルのフロント）	オフィスタお仕事情報（テレ ワーク【週2~3日】不動産）	オフィスタお仕事情報（【完 全テレワーク】楽天アマゾン）	オフィスタお仕事情報（【ス ポット】年半調整のお仕事）	オフィスタお仕事情報（【正 社員】重機リース会社で事...	オフィスタお仕事情報（【週 9日】文部科学省系学会での...
オフィスタ 公式チャンネル 79 回視聴・13 日前	オフィスタ 公式チャンネル 76 回視聴・2 週間前	オフィスタ 公式チャンネル 266 回視聴・3 週間前	オフィスタ 公式チャンネル 177 回視聴・1 か月前	オフィスタ 公式チャンネル 273 回視聴・1 か月前	オフィスタ 公式チャンネル 126 回視聴・1 か月前

オフィスタのユーチューブチャンネルでは、ノーマル動画の他にショート動画で「新着お仕事 1 分間ミニ動画」をアップロードしています。YouTube の他にも、X、Instagram、TikTok などでも投稿しています。もしかしたらすでにご覧になられた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

テレビや看板の広告で芸能人が商品を紹介するように、このショート動画ではオフィスタ・スタープロモーションのタレントが出演して求人を紹介をしています。菓子メーカーが自社商品を宣伝するように、オフィスタはハケン会社ですから求人案件が取扱商品となります。

駅やコンビニで見かけるフリーペーパーの時代から求人サイトや求人アプリの時代に変貌を遂げる中、いつも感じていたのは「なんで求人募集と聞くと文字の羅列ばかりなのか」でした。TV-CM では広告宣伝に芸能人が出て、音楽が流れ、時にユーモアに時に衝撃的に、短時間のドラマを演出します。文字を読まされるよりも気軽に見ることができた方が良いでしょう。オフィスタでは、求人広告に「芸能タレント、エンタメ、音楽、ドラマ、趣味、コメディ、隠し要素、特典情報」などを盛り込んだ国内初の求人展開をしております。CM なら当たり前のことですが、何故か求人広告はあるのに求人 CM が存在しなかったので試験的に開始してみたわけです。

普段はカメラを使ってスタジオセットで撮っているタレントさん達ですが、スマホのインカメラで自撮り撮影をするスタイルで投稿しているため、1日に何本も求人 CM を作れる、ノーコスト、そしていつもとは違うタレントさんの日常の顔が見られるということで、タレントさん目当てで見に来る方も多いようです。お仕事探しの方も、タレントさんお目当ての方も、誰も費用負担は発生しないわけですから覗きに行ってみても楽しいかもしれませんよ、是非お待ちしております。

SNS を見て応募してみたいお仕事が見つかったら、オフィスタ公式 HP かオフィスタ人事管理部までお問い合わせください。いい出会いができることを祈っています。

■オフィスタ・チャンネルはユーチューブで「オフィスタ ch」と検索してください。

<https://www.youtube.com/@offistaCH>

オフィスタ公式ツイッターはこちら

オフィスタ公式インスタはこちら

オフィスタ公式ユーチューブはこちら

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第911話「オフィスタ劇場 Vol.10 英語上達法編」

オフィスタのメディア事業部ではユーチューブなどでの動画配信やタレント PR 出演を行っています。少し視点を変えて息抜きのコーヒブレイク動画『オフィスタ劇場』を公開しております。1～2分程度のショートなものですが、お疲れの時に気楽にご視聴いただければ幸いです。

Vol.10は「英語上達法」編として出演はオフィスタ SP タレントの清水悠士（俳優）と彩里芽生（声優）で公開しています。配信は不定期ですがシリーズ的にちょいちょい出せればと思っています。オフィスタのSNSをどうぞよろしく願いいたします。

[ユーチューブ/オフィスタ ch](#)

[X（旧ツイッター）/@offista_twt](#)

[インスタ/@offista_sp](#)

[TikTok/@offista_tikt](#)

[アメブロ/@offista](#)

（注）インスタとTikTokはオフィスタ・スタープロモーション（芸能プロ）としてのタレント紹介目的のSNSとなります。オフィスタ人事管理部やお仕事紹介とは別路線での広告となります。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第910話「カメラマンを経験しました」



以前から撮影のお手伝いとして何度か撮影で AD のお仕事をさせてもらっています。そして先日、カメラマンまで任せてもらい、さらにモデルさんから好評だったためそのときの気持ちを綴っておこうかと思います。

そもそも私は電源がどこにあるか分からないくらいのカメラ初心者で、あるとすればカメラが趣味の友達のを借りて2、3枚撮らせてもらったことがある程度でした。それが、意外と撮り始めると雑誌で見たことがあるような写真が撮れたり、同じ場所、同じポーズでもカメラの構え方や撮る角度を変えて何枚も撮ったりと、自分はカメラマンに向いているんじゃないかと、思うくらい楽しく撮影できました。

モデルとして撮影される側の立場には立ったことはありませんが、おそらく緊張するものだと思います。そんなとき、カメラマンも無言でたんとと撮影を続けるだけの現場よりは、声を掛けてくれたり褒めてくれたりの方が良いに決まっています。そう思うと、カメラマンである私自身が楽しく撮影できたことはモデルさんにとっても良かったのかな、と思いました。

撮影者自身と一緒にあって撮影を楽しく行うことで、自然と笑顔を引き出すことができたり一体となって撮影できるのでコミュニケーションが取りやすくポーズの指定もスムーズに行うことができました。これは、普段のオフィス業務にもいえることだと思っており、楽しそうな人、にこやかな人の方が周りの人もコミュニケーションを積極的に取ろうとすると思うし、色々な意見も出しやすくなると思っています。

私は何事も楽しむこと、を人生のモットーとしていますが、これからも楽しいことを経験して楽しみの幅を広げていけたらいいな、と思います。デスクワークから講習会運営から WEB から芸能関係までなんでもござれがハケン会社なので、色々なことを経験させてもらえるオフィスタには感謝しています。ぜひ、色々な経験、楽しいことをしたい、と考えている方はオフィスタへいらしてみてください。アルバイト募集中です。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 909 話「職場でできる 1 分間エクササイズ Vol.4」

デスクワークの方は 1 日中机に座っていると体のあちこちが疲れたりだるくなることはありませんか。とはいえ仕事中に運動するわけにもいかないし…。

そんなとき周囲に見つからずコッソリできる 1 分間エクササイズを栗原理恵が教えちゃいます。OL さん必見ですよ。

出演：栗原理恵（オフィスタ SP 登録タレント）

バックナンバー

[ご視聴はオフィスタ公式ユーチューブにて](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=PDaIeqFBFxQ>

【栗原理恵プロフィール】

ヤングマガジンで表紙グラビアを飾り、映画「倍音」で主演女優（2004 年公開作品）、BarbieJapan 名義で CD アルバム「I Love Trini」を発表。エクササイズ・ダイエット・トレーニングに精通しており指南書や配信映像多数。

2023 年よりオフィスタ・スタープロモーション登録タレント

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 908 話「芸能は年齢や容姿で落とされることがありますか」



Q. 私はハケンで平日はたらいています。土日を利用して、かねてより演劇に興味があったので芸能のお仕事でアルバイトをしたいと思いました。映画の役者募集の仕事を見つけたので応募してみると、年齢やスリーサイズ、顔写真以外にも全身写真の提出を求められました。結果は不合格で、理由として「書類審査の結果、希望の年齢ではない、容姿やスタイルが我々の求めている人材ではない」とのことでした。職業安定法では年齢で採否を決めることは禁止のはずで、ましてや容姿やスタイルで不採用にするのは如何なものでしょうか。

A. 会社との契約が労働契約であれば、年齢や容姿やスタイルで採用することは労働施策総合推進法や男女雇用機会均等に違反する恐れがあります。ただ、役者のような特殊な仕事の場合は、年齢や容姿で採用したとしても役柄によって差を設けることについて合理的な理由がありますので、違法とはいえないと考えられます。

ちなみに、労働契約だと雇い主であるプロダクション以外の者から演技の指導を受けることとなりますので、労働者が雇い主以外の者から指揮命令を受けることになり、プロダクションと映画会社は派遣契約を締結しなければならず、プロダクションが労働者派遣業の許可を受けていることが必要になります。派遣免許を取得している芸能プロは少ないのではないかと思います。

このことから、一般的に役者さんとプロダクションの契約は雇用契約ではなく「委託契約」が

結ばれているのではないのでしょうか。労働契約だと、役者の仕事は撮影日時、撮影開始時刻、撮影終了時刻を事前に特定することが難しいこと、また、待ち時間も含めて労働時間となるため時間制限が守られなくなる恐れがあるからです。

なお、委託契約の場合、容姿やスタイルや年齢で契約するかどうかを決めても勿論問題にはなりません。

(※) オフィスタ・メディア事業部はタレント専門の派遣業を行っている国内でも数少ない芸能プロの一つです。

画：あよ。(しらす☆まい)

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 907 話「小さな出会いと少しの会話（コラム）」



ある週末。美容院で髪をカットし、帰路はバスを利用することにした。
私の住む地域では、鉄道路線から外れている代わりに、割とバス路線が充実している。時間が合えば利用することが多い。発車時刻より少し早く停留所に着くと、小柄な女性が一人待っていた。

美しい白髪ショートカット。耳元にはピアスが揺れている。薄化粧をされていて、薄手のサマーニットと相まって涼やかな印象だ。あまりにもおしゃれな雰囲気だったので、思わず声をかけた。

「お髪が素敵ですね。どこでカットされているのですか？」

女性は、あら？という表情を一瞬されたが、直ぐに柔らかな笑顔でこう答えられた。

「ありがとう。これはね。美容院じゃなくて床屋さんで切ってもらってるのよ。もう高齢だからね。あまり色々気にしなくなったのよ」（高齢？いや、どう見ても60代くらいにしか見えないけれど）

女性は続けてこうおっしゃった。

「もう80を超えているからね。汚いおばあちゃんにはなりたくなくて、それだけは気をつけているの。でも、困ったこともあるのよ」

聞けば、女性の悩みは、年寄り扱いされないことなんだそう。バスや電車で優先席に座っていると、高齢者が前に立つことが多い。気にし過ぎかもしれないけれど、無言の圧力を感じる。自身もバスや電車で立ったままの移動が大変な時もある。優先席を利用したい。でも、前に立たれてしまう。そして、ご自身が席を譲られることはほぼないのだそう。

世の中には色々な悩みがあるものだ。私の周りには、逆の悩みを持つ方が多い。還暦を超えて70代、80代になっても、身体を鍛えたり、若い世代と交流して知見を広めたりされる。そういう方々にとっては年寄り扱いなんてもっての外なのである。

さて、加齢に抗うのか受け入れるのか。それは自分の心持ち次第。

「バスが来ましたね。お話できて楽しかったわ」

幸いバス待ちも私も含めて3人。女性が先にバスに乗り込まれ、優先席に座られたのを確認し、私も着席。帰路についた。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 906 話「オフィスタ劇場 Vol.9 テレワーク編」

オフィスタのメディア事業部ではユーチューブなどでの動画配信やタレント PR 出演を行っています。少し視点を変えて息抜きのコーヒブレイク動画『オフィスタ劇場』を公開しております。1~2 分程度のショートなものですが、お疲れの時に気楽にご視聴いただければ幸いです。

Vol.9 は「テレワーク」編として出演はオフィスタ SP タレントの清水悠士（俳優）と彩里芽生としろくま（声）でお届けしております。配信は不定期ですがシリーズ的にちょいちょい出せればと思っています。オフィスタの SNS をどうぞよろしくお願いいたします。

ユーチューブ/[オフィスタ ch](#)

X (旧ツイッター) /[@offista_twt](#)

インスタ/[@offista_sp](#)

TikTok/[@offista_tikt](#)

アメブロ/[@offista](#)

(注) インスタと TikTok はオフィスタ・スタープロモーション（芸能プロ）としてのタレント紹介目的の SNS となります。オフィスタ人事管理部やお仕事紹介とは別路線での広告となります。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 905 話「扶養内で働きたいので小さな派遣会社に移籍したい」



Q. 私はハケンではたらいています。扶養の範囲内ではたらかたいと思っていますが、10月1日からの改正（社会保険適用拡大）で現在の派遣会社では扶養内勤務が難しくなるそうです。扶養で出来るかどうかは派遣会社の規模によると聞きましたので（従業員数51名以下）、小さい派遣会社に移籍して扶養内勤務を希望したいのですが、このような事情の場合、派遣期間の途中でも別の派遣会社に移籍できますか？今の派遣会社で扶養を外れて、期間満了で別の派遣会社に移籍して、また扶養に入るという手続きが面倒なのですが…。

A. 扶養を続けるために、雇用契約期間途中でも辞めることができるかというご質問であると理解します。期間雇用の場合、労働者であっても正当な理由がないと辞められないことになっております（民法第628条）。扶養を続けるためであるならば、残念ながら正当な理由とは認められないと考えます。その理由で辞めると、労働者であっても契約は守らなければなりませんから債務不履行として会社から損害賠償を請求される可能性があります。面倒でも今の派遣会社の契約期間を満了してから別の派遣会社に移られた方が良くかと考えます。

オフィスタ NEWS(R6年10月号)はこちらからダウンロード(無料)

お仕事 Q&A 集を読むにはこちら(無料)

画：りよこ

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

◎[オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 904 話「アレの話」



ある日のランチ。

少し忙しかったので、ささっと食事を済まそうと、カレーライスを選択。

甘めのルーを熱々ご飯と共に口に運んだ瞬間、ガリっとしたカレーらしからぬ食感。

「米に小石でも混じっていたのか。」

とにかく異物であることは間違いないので、飲み込むわけにはいかない。

行儀が悪いけれど、そっとティッシュに出してみる。

出てきたのは、銀色の小さな破片のようなもの。

「もしや…」

恐る恐る舌先で奥歯の辺りを探る。すると、左の奥歯に大穴を確認。

カレーのような柔らかい食事で取れたということは、かなりガタが来ていたのだろう。
経験上、詰め物が再利用された試しはないけれど、万が一もあり得る。
当日対応してくれそうな歯医者さんをネットで検索、予約を完了させた。

ところで、歯の詰め物の形状を一見し、「アレ」に似ていると思った。
例えば、ネットで会員登録をする時、画像をはめ込む「アレ」。
マウスがあると楽だけど、タッチパッドだと少々苦戦する「アレ」。
知らないことを放置すると時代に取り残されてしまう感が強い今日この頃。
早速調べてみた。

「アレ」は、「CAPTCHA」と言うらしい。私が奥歯の詰め物でイメージしたのは、正確には「画像認証 CAPTCHA」。

ざっくり言うと、セキュリティ強化を目的とした本人認証の仕組み。
例えば、ネットで会員登録をする場合、フォームに個人情報やクレジットカード情報を入力する。
決められた通り正確に入力していく。

でも、実はそれってコンピュータにもできること。
というか、コンピュータにとっては、得意なこと。
なぜなら、個人情報さえ入手してしまえば、あとは決められた通り正確に入力するだけだから。
ただ、コンピュータは万能ではない。不得意もある。
それは、「曖昧さ」に対応すること。不完全、不鮮明な画像を見て「これが適切か」と判断したり、人間らしい操作（マウスの軌道など）を再現し、操作することは難しい。
そこで、このようなコンピュータの弱点を利用したのが「CAPTCHA」の仕組み。
認証の画面を人間に操作させることで、人間かどうかの判断をする。
なるほど、だから、「文字認証 CAPTCHA」の場合は、画像が不鮮明で歪んで意味のない文字列を読ませたりするのね。納得、納得。

ただし、この仕組み、デメリットもある。
まず、視聴覚障害者には使えない。これは、その通り。
次に、100%安全というわけではない。この仕組みを作ったのが人間ならば、サイバー攻撃をする側も人間だから、これは当然と言えば当然。
どちらかが圧倒的な優位に立つことは難しいことは想像に難くない。
そして、認証の難易度のさじ加減もなかなか難しいらしい。
どういうことかということ、例えば「文字認証 CAPTCHA」の場合であれば、ランダムな4文字よりもランダムな5文字の方が難易度が高くなる。
また、全部ひらがなよりも、一部に英数字が混じるとこれまた難易度が高くなる。
要は、開発者が「これくらいなら大丈夫だろう」と設定しても、難易度が高いと、利用者が操作できず、人間なのに人間としての証明がいつまでたってもできない事態に陥ってしまうという

こと。

デメリットはあるようだが、この仕組み、人間らしさという極めて曖昧なものを人間かどうかの判定基準とした点が面白いなと思った。

開発者がどういう意図でこの仕組みを作ったのかその辺りにも興味津々。

世の中には知らないことがたくさんある。インターネットの普及で、情報は知りたければいつでも入手できる便利な時代になった。

常に頭の中を最新化しておく努力を惜しまないでこーう。

今回は、奥歯の詰め物が最後のご奉公(?)として、「CAPTCHA」に導いてくれた。

取れた詰め物は、奥歯に戻ることなく歯科医によって廃棄されたが、新しい詰め物が奥歯に収まった。今は快調そのもの。カレーライスも美味しくいただけている。

※本記事はオフィスタ NEWS+ α の読者投稿を引用させて頂きました。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTokはこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\)はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 903 話「オフィスタ劇場 Vol.8 出演者募集編」

オフィスタのメディア事業部ではユーチューブなどでの動画配信やタレント PR 出演を行っています。少し視点を変えて息抜きのコーヒブレイク動画『オフィスタ劇場』を公開しております。1~2 分程度のショートなものですが、お疲れの時に気楽にご視聴いただければ幸いです。

Vol.8 は「出演者募集」編として出演はオフィスタ SP タレントの清水悠士(俳優)と栗原理

恵（歌手）で公開しています。配信は不定期ですがシリーズ的にちょいちょい出せればと思っています。オフィスタの SNS をどうぞよろしくお願いたします。

[ユーチューブ/オフィスタ ch](#)

[X（旧ツイッター） /@offista_twt](#)

[インスタ/@offista_sp](#)

[TikTok/@offista_tikt](#)

[アメブロ/@offista](#)

（注）インスタと TikTok はオフィスタ・スタープロモーション（芸能プロ）としてのタレント紹介目的の SNS となります。オフィスタ人事管理部やお仕事紹介とは別路線での広告となります。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 902 話「オフィスタ劇場 Vol.7 油断大敵編」

オフィスタのメディア事業部ではユーチューブなどでの動画配信やタレント PR 出演を行っています。少し視点を変えて息抜きのコーヒブレイク動画『オフィスタ劇場』を公開しております。1～2 分程度のショートなものですが、お疲れの時に気楽にご視聴いただければ幸いです。

Vol.7 は「油断大敵」編として出演はオフィスタ SP タレントの清水悠士（俳優）と彩里芽生（声優）で公開しています。配信は不定期ですがシリーズ的にちょいちょい出せればと思っています。

ます。オフィスタの SNS をどうぞよろしくお願いいたします。

[ユーチューブ/オフィスタ ch](#)

[X \(旧ツイッター\) /@offista_twt](#)

[インスタ/@offista_sp](#)

[TikTok/@offista_tikt](#)

[アメブロ/@offista](#)

(注) インスタと TikTok はオフィスタ・スタープロモーション (芸能プロ) としてのタレント紹介目的の SNS となります。オフィスタ人事管理部やお仕事紹介とは別路線での広告となります。

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS \(無料メルマガ\) はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[◎オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)

第 901 話 「職場でできる 1 分間エクササイズ Vol.3」

デスクワークの方は 1 日中机に座っていると体のあちこちが疲れたりだるくなることはありませんか。とはいえ仕事中に運動するわけにもいかないし…。

そんなとき周囲に見つからずコッソリできる 1 分間エクササイズを栗原理恵が教えちゃいます。

OL さん必見ですよ。

出演：栗原理恵 & 彩里芽生

バックナンバー

[ご視聴はこちらの TikTok にて](#)

https://www.tiktok.com/@offista_tikt/video/7413995690331868434

【栗原理恵プロフィール】

ヤングマガジンで表紙グラビアを飾り、映画「倍音」で主演女優（2004 年公開作品）、BarbieJapan 名義で CD アルバム「I Love Trini」を発表。エクササイズ・ダイエット・トレーニングに精通しており指南書や配信映像多数。

2023 年よりオフィスタ・スタープロモーション登録タレント

[オフィスタ公式ツイッターはこちら](#)

[オフィスタ公式インスタはこちら](#)

[オフィスタ公式ユーチューブはこちら](#)

[オフィスタ公式 TikTok はこちら](#)

[オフィスタ NEWS（無料メルマガ）はこちら](#)

[オフィスタ公式ホームページはこちら](#)

[©オフィスタのお仕事情報を見るにはこちら](#)
