

パソコンを使った 在宅ワークを知ろう！

要事前申込

手話通訳
要約筆記

一時保育

応募締切
11/16

～わたしの時間で始める仕事～

参加無料

2023

11.28(火)

29(水)

とちうか

育児や介護などで時間の制限があり、働きたくても働けない方の選択肢を広げる手段として在宅ワークの講座を開催します！自分の時間で新しい働き方の選択肢を広げてみましょう！

★在宅ワークの仕事を紹介（斡旋）したりパソコンスキルを学ぶ講座ではありません
★パソコンを持参する必要はありません

同じ内容の講座を2回実施します



※応募者が多い場合は、12/5(火)に追加開催の可能性が
あります

場所 ウィズあかし学習室 701 (明石市東仲ノ町6-1 アスピア明石北館7階)

定員 各回30名(応募多数時抽選)

対象 明石市在住・在勤で、
在宅ワークに興味がある方

お申込みフォーム
フォームがご利用できない
方は下記へご連絡ください

AM 10:00 ~ 12:00

1. 講義1

「在宅ワークで広がる、
私の働き方」

2. ハローワーク明石より
・職業訓練紹介等

<昼休憩 12:00~13:00>

「在宅ワークで広がる、私の働き方」

在宅ワーク、興味はあるけれど自分にできることはあるのかな？
そんな疑問を持つ方に、

どんなお仕事があるのか？
何から始めればいいのか？ など、

みなさんの疑問に、在宅ワークを10年以上実践する講師がお答えします！



講師

須澤 美佳 さん
株式会社ママントレ代表取締役

PM 1:00 ~ 2:30

3. 講義2

「やってみよう！
在宅ワーク」

4. 質疑・応答

「やってみよう！在宅ワーク」

実際に在宅ワークを行うにあたって、よく使われているツールや使い方、注意点などについてお伝えします！

- オンライン通話、コミュニケーション、会計、その他
- ・事業用Gmailアカウントを取得しよう！
- ・コミュニケーションツールを活用しよう
- ・その他、こんなツールもあります！
- ・知らないツールを提示された場合、どうする??



講師

長池 能理子 さん
Sakura Thanks代表

明石市男女共同参画課

明石市中崎1-5-1

【Eメール】 danjyo@city.akashi.lg.jp

【電話】 (078) 918-5613

平日 8:55 ~ 17:40

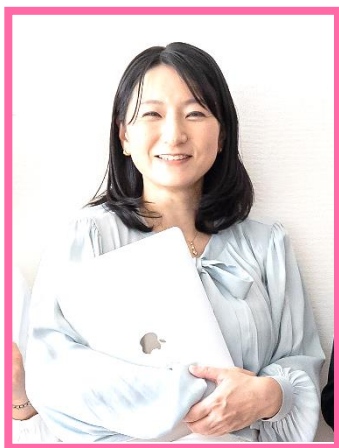
【FAX】 (078) 918-5617

この事業は、
「あかしジェンダー平等推進計画」に
基づいて実施しています

基本目標1-基本方針②/基本目標3-基本方針③など



講師紹介



MIKA SUZAWA

須澤 美佳 さん

株式会社ママントレ代表取締役

一般社団法人プロフェッショナル&パラレルキャリア・フリーランス協会 ジョブ創出PJ

立教大学経済学部卒業。

大学卒業後、大手SIerの人事系SEとして従事するも、妊娠トラブルを機に退職。

出産後は、パート・派遣などを経て2011年フリーのWebディレクターとして独立。

また「新しい働き方」としての起業を推進すべく2012年にママントレ設立し、起業家をIT面から支援する活動を行う。

2014年からは就業意欲・スキルの高い主婦と企業をマッチングする「エリアマイスター」を開始。

近畿経済産業局主催第一回LED関西ではファイナリストに。2016年7月に法人化。

LED関西サポートデスクをはじめ、行政などさまざまな場所で女性の起業に関する講師やアドバイザーも務める。

最近では、就業支援や在宅ワーク、フリーランスの普及活動にも力を入れており、芦屋市をはじめとした複数の行政で在宅ワーク等に関するセミナー講師も務める。



NORIKO NAGAIKE

長池 能理子 さん

システムエンジニア

Sakura Thanks代表

神戸親和女子大学文学部卒業。大学時代約3年間アルバイトにて、パソコンインストラクターやホームページ制作に携わる。

大学卒業後システム開発会社に入社し、プログラマー、システムエンジニアに。

主に通信業の業務系システムの開発に従事。システム保守運用、ヘルプデスク、

御用聞きSEの経験も。業務全体を通して現場の声を反映する業務改善を得意とする。

2人目の育休明けで営業事務に配置転換されたが、部署間横断のツール開発や社内システムの保守も兼務。事務職を経て、事務方のExcel管理での悩み、業務非効率の悩みを実感。

大規模なシステム導入が難しい部署の業務効率化も需要があることを実感。

15年勤続したシステム開発会社を退社し、2015年フリーランスのシステムエンジニア・ITコンサルタントとして独立。

世の中を「IT業務改善」でもっと働きやすい環境にする。

というモットーの元、システム担当者のいない企業・団体のITサポートを中心に活動を行う。業務改善ITコンサル、業務改善ツール開発、Web制作、Web運用管理等。

2019年に神職資格を取得し、実家の神社にて神職としてもご奉仕中。

神社社務所業務も業務改善ツールやデータベース化で業務効率化、WEBやSNSも活用。

2019年度から小学校PTA役員を引き受け、PTAも業務改善手法にて「気楽なPTA」に改善。

- ・ 一時保育（要事前予約）は7階保育室で行います
- ・ 一時保育を希望せず、ベビーカーや抱っこ等でお子さんと一緒に受講いただくこともできます
- ・ 昼食はご持参の場合、会場で食べていただけます
- ・ 発熱等、体調の悪い方は参加をお控えください
- ・ 開催日の午前7時の時点で明石市に大雨・洪水・暴風警報が発令されている時、およびその他災害等の発生時は、セミナーを中止します



複合型交流拠点ウィズあかし
明石市東仲ノ町6-1 アスピア明石北館

◎JR・山陽電車「明石駅」より徒歩約5分
◎お車でお越しの際は、アスピア明石駐車場（有料）等をご利用ください。