

2025 年度  
自分らしく働くための 在宅ワークセミナー  
アフターアンケート結果

□回答者 (3/25 時点)

	受講者数	回答者数	
始めかた 会 場	60	15	25.0%
始めかた オンライン	48	11	22.9%
広げかた	8	3	37.5
合 計	116	29	25.0%

アンケートでご記入いただいた文章は、  
そのまま記載しています

※始めかた(会場)と広げ方の両方に参加した方 2 名は  
重複してカウントしています

■ (10/28 または 11/8 に受講した方) 受講がきっかけで何か始めたことはありますか (複数回答可)

何もはじめていない	10	(n = 26)
クラウドソーシングなどの仲介サイトに登録した	4	
ハローワークを利用した	4	
タスク管理や自動議事録などのツールを使用してみた	3	
株式会社ママントレ「エリアマイスター」に登録した	3	
その他	5	

[その他]

- ・ChatGPT の勉強
- ・いろんなサイトやアプリがあることを知れたこと。スケジュール管理からして苦手だったので発見が嬉しかった。アプリを登録しようとするところまでは進みましたがうまく活用するところまでは至っていません
- ・在宅ワークにはパソコンが必要と思いパソコン教室に通う事にした
- ・在宅ではない仕事を始めた
- ・ネットで在宅の求人に応募した

■ (10/28 または 11/8 に受講した方) 受講がきっかけで気持ちや考え方に変化がありましたか (複数回答可)

まずは何かやってみようと思った	16	(n = 26)
在宅ワークをするために、一歩踏み出そうと思う気持ちが強くなった	8	
働き方の選択肢が増えた	7	
自分にあった働き方がわかった	5	
特に変化はない	3	
その他	2	

[その他]

- ・いくら働く意欲が有っても、高齢者であるというだけで色々難しいという悲しい現実をあらためて思い知った
- ・自分に出来る在宅ワークは見つからなかった

■ 現在(回答日時点)、在宅ワークをしていますか

回答者数	10/28・11/8		12/4	計
している	4	15.4%	2	6
していない	22	84.6%	1	23
合計	26		3	29

■ (していると答えた方) 在宅ワークの状況を教えてください

週の実施日数	人数		1日あたりの時間数				
	10/28・11/8	12/4	1時間	2時間	3時間	4時間	8時間
週2日実施	3	1		2	1		
週6日実施	1						1

(n=6)

■ (していると答えた方) 在宅ワークの種類・内容を教えてください

	10/28・11/8	12/4
オンライン秘書、面接代行	1	
一般事務	1	
技術コンサルティング	1	
リラクゼーション・ベビーマッサージ	1	1
未回答		1

(n=6)

■ (していると答えた方・12/4参加の方) 当講座は、在宅ワークを実践するのに役立ちましたか

	10/28・11/8	12/4
とても役立った	2	2
まあまあ役立った	2	1
あまり役立たなかった		
役立たなかった		

(n=7)

■ (していると答えた方) 在宅ワークをする上で、役立っている資格や経験等があれば教えてください

- ・職場経験
- ・PCのスキル（スプシ、キャンパでの作成）となんでもやらねばという心意気が役だったと思います
- ・セラピスト・ベビーマッサージ講師
- ・特になし

■ (していると答えた方)

在宅ワークをする上で、つまづいていることや困っていることはありますか

- ・1人で出きる分、自由度が高いが、体調不良や、家庭の問題などで、歩みが止まるとすべて止まること。
- ・クラウドソーシングなどの応募では競争が厳しいので受注できない。また、悪徳な案件か判別が難しい。

■ (していないと答えた方) その理由を差し支えない範囲で教えてください

	10/28・11/8	12/4	(n=23)
やろうと思っているが実践に至っていないから	4	1	
講座を聞いて、自分には合っていないと思ったから	4		
ほかに仕事をしている(始めた)から	4		
在宅ワークをする時間がとれないから	3		
やってみたが、希望していたものではなかったから	2		
パソコンや環境が整っていないから	2		
やってみたが、分からないことが多かったから			
その他	3		

[その他]

- ・1歳が家にいるため。
- ・登録の面接や研修に行く時間が、応募先の都合に合わせて取れないため(介護で実家に急に帰ることが多いため)
- ・私の希望と世の中のニーズがマッチしていない

■ (していないと答えた方) 今後、在宅ワークをしようと思っていますか(複数回答可)

しようと思っている	10	(n=23)
⇒ 今後、どのように在宅ワークをしようと考えていますか(複数選択可)		
すきま時間を活用して	6	
在宅ワークができる会社へ就職したい	3	
副業として	3	
ちょっとやってみようかなと思っている	3	
フリーランスでメインの仕事として	2	
今やっている在宅ワークをもっと充実させたい	1	
わからない(悩んでいる)	7	
在宅ワークをしようとは思わない	4	
その他	1	

[その他]

- ・私の考えるワークとはお金を得ることではなく人助け(確かにあるニーズに応える事)。ニーズは確かにあるのにそれに至るシステムが構築されていないため身近な人に手を貸すにとどまっている。高齢者ではあるが時間を見つけライフワークとして方法を見つけ、やりたいと思っている

■ (12/4に受講した方) 受講がきっかけで、環境や気持ちに変化はありましたか(複数回答可)

AIを積極的に活用するようになった	3	(n=3)
仕事の選択肢が増えた	1	
自己紹介シートを見直して依頼が増えた		
仲間ができて情報交換ができるようになった		
これまでの不安がなくなった		
特に変化はなかった		
その他		

## ■ (10/28 または 11/8 に受講した方)

### 今後、「在宅ワークの始めかた」の講座でやってほしい内容はありますか

- ・あまり良くない会社の求人を見分け方。在宅ワーク可の企業も増えてきている一方で、不安になる見出しの求人もある為
- ・個人事業主の始め方（転職または、扶養からの変更点）。在宅ワークの需要（全体量、分野別規模感、阪神～東播地方の特徴）等の情報提供。
- ・確定申告、助成金申請などのお金の学び。
- ・ちょっと在宅ワークとの直接的な内容ではないかもしれませんが。セミナーでもいくつか紹介があった、AIツールの種類・詳細や、どんな時に使えるとかを、説明して頂く時間をもう少しゆっくり、教えて頂ければ嬉しいです。興味もあるけど、実際どう使っているかわからないので、教えて頂く時間があればもっと挑戦出来そうです。
- ・ブランクの長い、氷河期世代の主婦のための再就職としての講座
- ・60代以降の在宅ワークの事例、受注方法
- ・ニーズがあり担い手もいるのにマッチングできていない事が多すぎる。対価を得る仕事やボランティアはそこに至るすべがある場合が多いので、そうではない狭間のニーズを掬う場を作ってほしい
- ・難しいかもしれませんが、内職などの在宅ワークもある。仕事紹介があれば嬉しい
- ・エクセルとワードの講座をしてほしい。

## ■ (12/4 に受講した方) 今後、「在宅ワークの広げかた」の講座でやってほしい内容はありますか

- ・参加者さん同士でもそれぞれの想いや、進捗のシェア会。
- ・今回、在宅ワークの職種がこんなに多くあるのだと実感出来ましたので、引き続き、みなさんの在宅勤務時間のとり方や、始め方を聞ける場を作って頂けるのは嬉しいです。

## ■ 現時点でのご感想やご意見などがありましたらお聞かせください

### [受講直後と現在とで変化したこと、今後の開催に期待すること など]

- ・canva の使い方や、在宅でできる職種の話を前に聞いたことでこれからの働き方、副業の仕方、SNS の運用など前向きに捉えることができました。
- ・在宅ワークのやり方がわかった。具体的に想像ができ、勉強になりました。
- ・在宅ワークを調べてみたが、自分に出来そうな仕事なのかイメージわかず、始める決意ができていない。講座は考えるきっかけになったので受講して良かったと思っています。
- ・日常にどうしても埋もれてしまうというか。目の前のやらなければいけない家事に囚われてしまっているなと気づきました。バランスよく自分でコントロールできるようになりたいです
- ・現在はフルタイム就業中で、在宅ワークへの移行を計画中です。具体的には動いていませんが、準備のための情報収集に、大変役立っています。
- ・同じように、在宅ワークに興味関心のある方がたくさんおられ、みなさんの意欲に励まされました。
- ・受講直後、自分にも出来るかも！って、ちょっと前向きさがあったのですが、元々、よし！って動き出すまでが時間を要する性格の為か、まだ行動に移せていません。職種上、確定申告前には絶対動きたくなかったので、今からがその時なのかな、と考えます。  
自分には、在宅ワーク出来るのかなあ。。。の気持ちから、やってみよう！の気持ちにさせて頂いたセミナーに参加出来て本当に良かったです。また、機会があれば参加してみたいです。
- ・概念を学ぶ講座より、具体的な斡旋の会や登録会を希望します
- ・お呼びでないだろうと思いながら思い切って参加し、確かに場違いな感じではあった(年齢及び目指していることが違った)が、私の独学知識のレベルが思ったより高いことがわかったので、どうかそれをいかしたいと思っている。いまだにその「すべ」は分からないままですが。
- ・在宅ワークかどうかより働く世界をイメージはできた。子育て真っ只中でフリーランスでは保育園に入れられないというところで働くことはなかった。  
シュフティやってみたけど、あやしそうだったり、低賃金なものが多くすぐやめた。ChatGPT は働くとは別によく利用している。  
働くとしたらということをかんがえるきっかけになって、いまは介護の資格取得に向け受講している。医療的ケア児の受け入れが難しいのでまずそこをクリアしてから働けたらと思います。

- ・起業はハードルが高く、リスクがある。セミナーというよりは起業のセミナーだと思った
- ・受講後はやろうと思いつながら、なかなか環境が整わなくて進まない。

■（差し支えなければ）年代を教えてください。

	10/28	11/8	12/4
～20歳代	1		
30歳代	4	1	1
40歳代	4	8	
50歳代	2	1	
60歳代	2	1	2
70歳代～			