

2026年度

自分らしく働くための 在宅ワークセミナー

要事前申込
(会場のみ)

手話通訳
要約筆記

一時保育

参加無料

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、
“インターネットを活用した在宅ワーク”の講座を開催します！
自分の時間でできる新しい働き方の選択肢を見つけましょう！

在宅ワークの始めかた

①会場開催

9. 8 (火) 10:00～14:30

ウィズあかし学習室704
(明石市東仲ノ町6-1 アスピア明石北館7階)

②オンライン (Zoom)

9.26 (土) 13:00～15:30

※ご自身のスマートフォン等を使用していただくと、
講座で学んだ内容をそのまま活用しやすくなります

■ 講義1

「在宅ワークで見つける、新しい働き方」

■ ハローワーク明石より

ハロートレーニング（職業訓練）の紹介
ハローワークの活用術 など

■ 講義2

「やってみよう！探してみよう！在宅ワーク」

※仕事を紹介（斡旋）する内容ではありません

対象

在宅ワークを始めようとしている方
一歩踏み出したい方

定員

各回50名（応募多数時抽選）

在宅ワークの広げかた

③会場開催

11.26 (木) 10:00～12:00

ウィズあかし学習室802
(明石市東仲ノ町6-1 アスピア明石北館8階)

■「AIを使って ※ご自身のスマートフォン等を使用します
“選ばれるプロフィール”を作ろう！」

SNSやホームページ、チラシに使える
「自己PR」の作成

AIの基礎知識・リテラシー

参加者同士の交流タイム など

対象

すでに在宅ワークを始めている方

定員

20名（応募多数時抽選）

講師

MIKA SUZAWA

須澤 美佳 さん

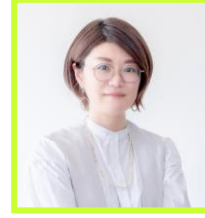
株式会社ママントレ代表取締役



AKIKO FUJIMOTO

藤本 亜希子 さん

株式会社ママントレ



申込

市ホームページ内の専用フォームから
お申込みください
フォームが利用できない方は下記へご連絡ください



締切

① ② 8月24日 (月)

③ 11月 9日 (月)

明石市インクルーシブ推進課

【Eメール】 inclusive@city.akashi.lg.jp

【電話】 (078) 918-6037 平日8:55～17:40

【FAX】 (078) 918-5617

明石市中崎1-5-1

講座内容

- 「在宅ワークの始めかた」「在宅ワークの広げかた」とともに、ご自身のスマートフォンやタブレットを実践していただく場面があります（お持ちでない方は講師の実演を見ていただきます）
- 通信料は各自負担となります。会場の施設が設置するフリーWi-Fiをご利用いただけますが、通信が混み合う可能性があります

在宅ワークの始めかた

9. 8(火) 会場開催 10:00~14:30
9.26(土) オンライン 13:00~15:30

■ 講義1 「在宅ワークで見つける、新しい働き方」

「在宅ワークを始めようと思っているけれど 何から始めればいいのか？」
「どんなお仕事があるの？」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に
お答えいただきます！

<会場開催の場合は、講義1終了後に昼休憩あり>

■ ハローワーク明石より

明石市の求職の現状や職業訓練の紹介など、就職に役立つ情報をお知らせいたします！

■ 講義2 「やってみよう！探してみよう！在宅ワーク」

在宅ワークでよく使われているツールの使い方、注意点などを学び、実際にA Iに触れてみながら、
在宅ワークを始めるためのヒントや仕事の探し方を学びます！

★オンラインは、上記の内容を会場開催より凝縮したものになります

★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んだりする講座ではありません

★パソコンの基本的な操作ができる方、メールやインターネットの操作ができる方向けの内容となります

★講義では、ご自身のスマートフォンやタブレットで操作していただくことで、講座で学んだ内容をそのまま
実践できます（セミナーでA Iアプリを使用します。通信料は各自で負担）

★会場・オンラインの両方を申込みいただけます

★受講を機に、在宅ワークを実践し「在宅ワークの広げかた」にお申込みいただくことも可能です

在宅ワークの広げかた

11.26(木) 会場開催 10:00~12:00

■ 「A Iを使って“選ばれるプロフィール”を作ろう！」

SNSやホームページ、チラシに使える「自己PR」をA Iを活用して作ります！
フリーランスとして知っておくべきA Iの基礎知識やリテラシーについてもお伝えします
また、作成した自己PRを使っの参加者同士の交流タイムもあります

★スマートフォンまたはタブレットをご持参ください（セミナーでA Iアプリを使用します。通信料は各自で負担）

★在宅ワークの仕事を紹介（斡旋）する講座ではありません

★営業行為は固くお断りします

会場開催のご注意

- ・一時保育（要事前予約）は、7階保育室で行います
- ・一時保育を利用せず、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可能です
- ・9/8のセミナーは、会場への昼食の持ち込みが可能です
- ・発熱等、体調の悪い方は参加をお控えください
- ・開催当日、明石市に大雨・洪水・暴風警報が発表されている時、
その他災害等の発生時は、セミナーを中止する場合があります



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