

令和8年度

出張！女性のための働き方セミナー

こんな悩みや疑問 ありませんか？

仕事もしたいけど、子どもとの時間も大事だし…

“副業”に興味があるけど、どんなことに気をつけたらいいのかな？

最近よく聞く「在宅ワーク」って、どうやって始めたらいいのかな？

同じような悩みを持つ女性同士で情報交換がしたいけど…

親の介護が必要になったら、仕事を続けるのって厳しいのかなあ…

参加費無料

家庭も仕事も大切にしたい私のための 「在宅ワーク」のはじめ方

～自分に合った働き方の見つけ方、安全に続けるコツまで～
企業と在宅ワーカーをつなぐ現場のプロが教えます

日時：令和8年10月2日（金）

午後1時30分～午後3時30分

会場：洲本市役所本庁舎3階303会議室

定員：10名（先着順）

※悪天候その他やむを得ない事由により、セミナー開催を中止又は延期する場合があります。
その際は、市ホームページにてお知らせします。

AIを用いてあなたに合った働き方のヒントを見つけてみませんか？
※ご自身のスマートフォンをお使いいただきますので、AIアプリを入れてご参加下さい（アプリの種類は問いません）。
※AI利用にかかる通信費は個人負担となりますので、予めご了承下さい。
※時間の都合により実施できない場合があります。

【お申し込み・お問い合わせ】

洲本市役所市民協働課

✉ shimin@city.sumoto.lg.jp

☎ 0799-22-2580

こちらの二次元コードからお申し込みいただけます▶



裏面もご覧ください

主催：洲本市、兵庫県立男女共同参画センター（イーブン）

講師はこちら!!



藤本 亜希子 講師

【プロフィール】

金融機関勤務、専業主婦を経て、ヨガ講師として起業。その後、ライターや業務委託スタッフとして在宅ワークの道へ。現在は株式会社マントレの統括マネージャー（短時間正社員）として活動中。フリーライター・ヨガ講師の仕事も継続している。

「家族も仕事も大切にしたい」という思いを軸に、多様な働き方を経験。自ら働き方を切り拓いてきた実体験をもとに、「今の自分に合った働き方」を見つけるヒントを伝えている。

「仕事も大事だけど、子どもとの時間も大切にしたい。両立ってやっぱり難しい?」「よく聞く在宅ワークの収入は?どんなスキルが必要?」「家族の介護をしながら働き続けるためには、どんな方法がある?」

“仕事は頑張るけど、大切なものは見失わない”

そんな“自分らしいバランス”を一緒に考えてみませんか?

このセミナーでは経験豊富な講師が、「家庭と両立しながら、自分らしく働くための選択肢や、その一つである在宅ワークを始めるためのコツ」についてお話ししてくれます。

まずは参加してみることから始めませんか?

あなたのご応募お待ちしております!!

お申し込みは簡単!! 次のいずれかの方法でお申し込み下さい。

①書類でのお申し込み

チラシ下部に必要事項を記入のうえ、市役所市民協働課（2階⑨番窓口）へ持参またはFAX（0799-23-0974）して下さい。

②WEB上でのお申し込み

チラシの表面に記載している二次元コードから申込ページにアクセスしてお申し込み下さい。

ふりがな お名前・ご年齢	(歳)
ご住所	〒 -
TEL	— —
E-mail	
当日、講師に聞いてみたいこと、悩んでいることなどがございましたらご入力下さい。	