

自分らしく働く女性を応援！ /

テレワーク スキルアップセミナー

「子どもとの時間は大切にしたい」 「そろそろ働きたいけれど・・・」

家事や育児をしながら、
場所や時間にとらわれない「わたらしい」働き方に
チャレンジしてみませんか？

参加費
無料

定員
30名
※定員超過時は
抽選

1 アーカイブ配信あり



急なお休みでも動画視聴で受講することが可能です。リアルタイム受講後、もう一度説明を聞きたいときにも！

2 多彩なワークショップ



会場では受講者同士や逗子市で活躍する女性との交流を行います。また、実際にデジタルマーケティング職業体験もできます。

3 手厚いサポート



講座終了後や、アーカイブ配信を視聴していてわからないことがあっても大丈夫！
期間中いつでもオンラインで質問できます。

全6回受講

キャリアカウンセリング・個別相談
商工会連携・地域事業者等との交流

就 業

適性検査・登録手続きを経て、セミナー運営委託事業者での就業や、商工会との連携を活かし地域に根ざした多様な働き方を応援します。



開催時間（全日程）9:30 - 12:00

全
6
回

第1回	9/11 (木)	会場
第2回	9/18 (木)	オンライン
第3回	9/25 (木)	オンライン
第4回	10/2 (木)	オンライン
第5回	10/9 (木)	オンライン
第6回	10/16 (木)	会場

会 場

逗子会館（逗子市商工会コワーキングスペース内）

※第1回・第6回のみ

〒249-0006 神奈川県逗子市逗子5丁目4-33



会場には駐車場がありませんので、電車やバスなどの公共交通機関をご利用ください。

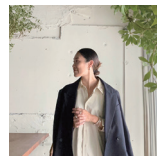


コワーキングスペースは「遊休公共資産を活用した事業者間交流による仕事の地産地消事業」として逗子市商工会により運営されています。

講 師

セミナー第1回・第6回登壇予定

オンラインコミュニティ
「Life isプロジェクト」
代表 宮城 万里奈



参加条件

- ◎ 逗子市在住
- ◎ 25～54歳の就業を検討・予定している女性
- ◎ 下記「必要なもの」をご用意できる方

必要なもの

- ◎ パソコン所持 or 講座開始までに購入予定
(Windows10以上Macの場合最新OS／有料のOfficeソフト
※Office2021以降またはMicrosoft365推奨)

- ◎ インターネット環境

開催形態

第1回・第6回：会場（逗子会館）
第2回～第5回：オンライン（ZOOM）

申込方法

右記2次元コードより
お申し込みください ▶▶▶



申込締切日

8月31日(日)まで

◎ 講座詳細

第1回	自分らしく働くロールモデルによる講演会・働き方を考えるワークショップ
目的	「自分らしく働く」の解像度をあげる。
内容	・ 自己紹介 ・ 講演「暮らしも仕事も、自分らしく」 ・ 個人ワークショップ (働き方への解像度をあげる) ・ グループセッション

第3回	デジタルマーケティング講座 - 応用編 -
目的	SNS配信業務における効果的な見た目や文言を学びながら、ワークを通じて興味を引くコンテンツ作成のスキルを養う。
内容	・ Instagram、Canvaとは？ ・ Canvaの使い方 ・ ワーク:投稿用画像の作成 ・ ワーク:SNS投稿文の作り方 本日の課題

第5回	生成AIを活用したデジタルマーケティングお仕事体験
目的	2回のデジタルマーケティング講座・生成AI講座で学んだ知識を活かし、マーケティング業務を体験する。
内容	・ Instagram投稿原稿を作成しよう ・ リサーチ体験 ・ 画像作成体験 ・ 生成AIを活用した投稿文作成体験 本日の課題

第2回	デジタルマーケティング講座 - 基礎編 -
目的	デジタルマーケティングの基本と重要性を理解し、身近なブランドを題材に調査・分析手法を身につける。
内容	・ デジタルマーケティングとは ・ 主要チャネルの紹介 ・ マーケティングマインドセット ・ ワーク:自分の好きなブランドを考える ・ スキル習得方法 本日の課題

第4回	生成AIの基礎と活用方法講座
目的	生成AIの仕組みをわかりやすく解説し、身近な使い方から仕事での応用まで実際に体験しながら学ぶ。
内容	・ 生成AIの世界へようこそ! ・ ワーク:簡単な操作を試してみよう ・ 生成AIの特徴とリスク ・ ワーク:仕事に役立つ実践演習 本日の課題

第6回	具体的な就業にむけたアクションプラン・振り返りワーク
目的	講座の振り返りと、具体的な就業に向けたアクション。
内容	・ 講義「自分らしく働くために」 ・ 個人ワーク (振り返り、アクションプラン作成) ・ グループセッション ・ 商工会開催の創業スクール、地域事業者との交流プログラムを紹介

◎ 個別面談:1回60分のオンライン面談



キャリアコンサルティング	
◎セルフアセスメントツールを使った自己分析や、求人への応募方法や面接についてのアドバイスなど、それまでの経験と講座の受講を通して取得をしたスキルを活かして就労機会へ繋げるサポートです。	
◎国家資格を持ったキャリアコンサルタントが面談を行います。	
コンテンツ	・ キャリアの棚卸し ・ 応募書類 (履歴書・職務経歴書) の作成アドバイス ・ オンライン面接を受けるにあたってのトレーニング など

OR

先輩ワーカーとの面談	
◎テレワーカーとして働くうえでの不安や疑問を実際に働いているメンバーに聞く事ができます。	
◎イマクリエで実際にテレワーカーとして働いているメンバーが面談を行います。	
コンテンツ	・ どうやって仕事を探したか ・ 実際のお仕事内容 ・ テレワークのメリット・デメリット など