

自営型テレワーク(在宅ワーク) 入門セミナー

～ライフステージに合った働き方を始めるために～

R7年7月15日(火) 13:30～16:00 (開場13:00) @東京しごとセンター講堂
(裏面地図参照)

定員

- ・先着50名(申込予約制)

対象

- ・自営型テレワーク(在宅ワーク)に関心のある方・始めたい方
- ・在宅等でパソコンを使った仕事をしたい方

※託児あり：1歳～6歳(就学前)のお子さま(定員あり) 完全予約制：7月8日(火)までに申込み

無料

プログラム

1. 講演

- ① 自営型テレワークの基礎知識
- ② 仕事内容(種類)・仕事の見つけ方
- ③ 個人事業主としての基礎知識
- ④ 参考サイト・仕事例紹介 ほか

2. 実践者パネルディスカッション

西 康子氏

65歳で退職後、2015年に友人の紹介でクラウドソーシングサイトに登録し、文字起こし業務を開始。最近はや約作成や文章校正も手掛け、ボランティアや趣味も楽しみながら自営型テレワークを行っている。

大熊あずさ氏

自営型テレワーク歴6年。中学2年生と小学6年生の子どもを育てながら、下の子が幼稚園の頃に在宅ワークをスタート。未経験から始め、さまざまな業務にチャレンジし、現在は架電業務を中心に子育てと自営型テレワークの両立を実現している。

3. 質問への回答

ライティング、調査、採用などのアウトソーシング業務全般を統括。

年間で延べ3,000名以上の在宅ワーカーが稼働するチームをマネジメントしている。

在宅業務において重要となる「信頼関係」「丁寧なコミュニケーション」

「成果に対する責任感」を重視し、業務の効率化と品質の両立を実現。

埼玉県・大分県・滋賀県をはじめ、全国で在宅ワークのセミナー講師を務めている。



講師・コーディネーター
株式会社 キャリア・ママ 取締役
事業統括本部長 佐手みどり氏



会場のご案内

飯田橋駅

J R中央・総武線「東口」徒歩7分
東京メトロ東西線「A5出口」徒歩3分
都営地下鉄大江戸線、東京メトロ有楽町線
・南北線「A2出口」徒歩7分

水道橋駅

J R中央・総武線「西口」徒歩5分

九段下駅

東京メトロ半蔵門線「A5出口」徒歩10分
都営地下鉄新宿線「3a3b出口」徒歩10分



- 全館一括空調のため服装等各自でのご調整をお願いいたします。
- オンラインにて後日（概ね3週間後）配信予定です。詳細は決まり次第、東京しごとセンターホームページでお知らせします。
- やむを得ない事情によって、中止や延期となることがあります。その際は、東京しごとセンターホームページでお知らせします。
- 本セミナーでは、仕事の紹介・斡旋はいたしません。

セミナーは、千代田区飯田橋3-10-3
東京しごとセンター地下2階講堂で開催

■ 参加申込時にお伺いする個人情報の取扱いについて ■

個人情報の利用目的は、以下のとおりです。それ以外の目的では使用いたしません。

参加者氏名	セミナー当日の予約確認のため
年 齢	どの年齢の方が多くのか参考にさせていただくため
連 絡 先	突発的な事情でセミナーが取りやめになる等の連絡を差上げるため

東京しごとセンター

東京都が雇用や就業を支援するために設置した
＜しごとに関するワンストップサービスセンター＞

仕事をお探しのすべての年齢層の方を対象に、
一人ひとりの適性や状況を踏まえたきめ細かな
キャリアカウンセリング、各種セミナーなどを
提供して、就職活動を支援しています。

■利用時間：月～金曜日：9:00～20:00

土曜日：9:00～17:00

※日曜、祝日及び年末年始はお休みです
<https://www.tokyoshigoto.jp/>



多様な働き方専門相談のご案内

■ 次のようなご相談、情報提供をしています

NPO・NGO
で働きたい

NPOを
設立したい※

ボランティアに
参加したい

自営型ワーク
をしたい

就 農
したい

多様な働き方
をしたい

※ NPO法人設立に関する相談は、法人認証の予備的な相談や法律相談
ではありません。また、具体的な仕事の紹介・斡旋はしていません。

■ 相談実施日：月～金曜日：9:00～17:00

※土・日曜、祝日及び年末年始はお休みです
お一人1時間（予約制・無料）



セミナーを受講される方は、東京しごとセンターの利用登録が必要です。

利用登録されますと、キャリアカウンセリング、各種セミナー等をご利用いただけます。初めてご来場される方へは、当日会場でご案内させていただきます。セミナー当日は混雑が予想されますので、事前のご登録をお勧めいたします。

なお、個人情報保護の観点から、3年間ご利用のなかった方につきましては、ご利用者情報を消去することになりましたので
ご利用者情報消去後に来所されました方については、あらためて新規登録のお手続きをさせていただきます。