

テレワークひろばだより1月号

「テレワーク」とはインターネット技術を活用して、時間や場所にとらわれない柔軟な働き方のことです。あなんテレワーク推進センターでは、テレワークに関する相談を受け付けたり、実際にお仕事ができるコワーキングスペースもご利用いただけます。（お仕事の紹介等は行っておりません）

あけましておめでとうございます

皆様にとって素晴らしい年になりますように

ままんステップデイのお知らせ

パソコンやスマホを使ったテレワークに役立つ参加費無料のイベントを開催しています。お子さま連れの方、幅広い年代の方にご参加いただいています。お気軽にご参加ください。

1/22(水) 10:30~12:00

参加無料
子連れ参加OK
要予約

Canvaを使って待受画面をつくろう 定員8名

新しい年の始まりにパソコンやスマホの待受画像もオシャレに一新してみませんか？1日のうちに何度も目にする待受画面。お気に入りの写真や画像を使って気分が上がる1枚を作りましょう！
※「Canva」（キャンバ）とは簡易画像作成ツールです。様々な種類のテンプレートや画像加工機能を使えば、誰でも簡単にデザインができます。

NEXT →

2/5(水)

2/14(金)

2/26(水)

10:30~12:00

10:30~12:30

10:30~12:30

予告

会計ソフトで
確定申告書を作ろう

テレワーカーのための
コンテンツ制作の
基礎講座

ペライチ
ホームページ作成

※詳細は次号にてお知らせします

対象：阿南市在住の女性 参加費：無料

持ち物：パソコン、スマホ、タブレットのいずれか

（パソコンは2台までお貸しできます。※要申込）

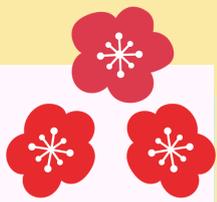
場所：あなんテレワーク推進センター（テレワークひろば）

申込み方法：住所、氏名、年齢、電話番号、お子さま連れの場合はお子さまの年齢をご記入のうえ電話、ファクス、メールでお申込みください。

託児希望される場合は、イベント申込時にあわせてお伝えください。詳細をお伝えします。

申込み・問合せ：あなんテレワーク推進センター（裏面をごらんください）

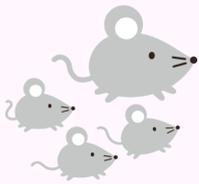
12月の活動報告



18日は、ままんステップデイ「パワーポイント入門」を開催しました。マイクロソフトのパワーポイントは、プレゼン資料作成の他、写真のスライドショーを作ることでもできて、とても便利です。今回は初心者の方に向けて、実践を交えながら使い方やプレゼンのコツを説明しました。後半は、「3つの○○」のテーマで実践し、みんなの前で発表しました。テンプレートを変えたりアニメーションを使ったりして、どれも素敵な作品が出来上がりました。人の作品を意識して見ることは、とてもいい勉強になります。皆さん、思わず「すごい!」「なるほど〜」という声を上げていました。

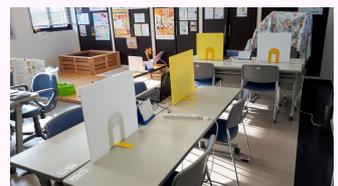


20日は、アンガーマネジメントファシリテーターの佐藤泰子さんを講師にお招きし、「アンガーマネジメント講座」を開催しました。アンガーマネジメントとは、怒りに対して後悔しないようにすること。「怒り」は決してなくなるものではなく、また生物にとって身を守るためにも必要な感情です。その「怒り」の感情を上手にコントロールするためにどのようにすれば良いか?怒りが生まれるメカニズムについて聞き、その後、怒りを後悔しないための3つのポイントを学びました。その後、グループ内でワークをしたりお互いの意見を共有したり、和気あいあいとした雰囲気の中で講座が進んでいきました。怒りの種類を分析して適切に対処する、すぐに身につくものではありませんが、今日の講座の内容を少しずつ実践していただけたらと思います。



使ってみて!コワーキングスペース

あなんテレワーク推進センターでは、市内在住の女性にWi-Fi、電源を完備したコワーキングスペース（共同で利用するスペース）を無料で開放しています。机のパーテーションは、個人利用、グループ利用に合わせて可動式になっており「自宅での作業は家事や来客などが気になって集中して作業ができない」という方や、「いつもと環境を変えて作業をしたい」という方にもおすすめです。パソコンの持ち込みOKでレンタルパソコンもご用意しています。また、利用者同士の交流や情報共有の場としてもご利用ください。予約不要、利用可能時間はお電話や公式サイトでご確認ください。本年もテレワークひろばをどうぞよろしくお願い申し上げます。



LINE公式アカウント
ができました!

右記QRコードからご登録いただけます。
ご登録いただいた方には、あなんテレワーク推進センターの活動やテレワークに関する情報などをお届けします。
みなさまのご登録をお待ちしております。



あなんテレワーク推進センター（テレワークひろば）
開館日：月・水・金 10時～15時（祝日・年末年始を除く）

※対象は阿南市在住の女性 施設のご利用は無料です。

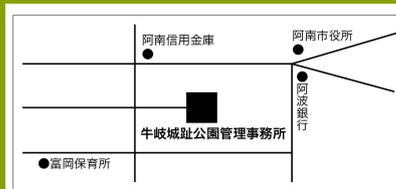
（コワーキングスペース利用の際は会員登録が必要）

阿南市富岡町トノ町24-21 牛岐城趾公園管理事務所 2階

TEL・FAX 0884-24-8009

Mail anan@child-rin-tokushima.com

HP <http://anan.child-rin-tokushima.com/>



※センターにお越しの際は、市役所駐車場（徒歩5分）をご利用ください。