

テレワークひろばだより7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。経験に新たな学びや気づきをプラスし、変化に柔軟に対応する力を身につけ人生100年時代に向けた新しい働き方を一緒に考えましょう。（お仕事の紹介等はおこなっていません）

**「テレワーク相談」「コワーキングスペース」の利用につきましては、
密集・密接を避けるため、当面の間予約制とさせていただきます。
ご希望の方は電話・メール等でお問い合わせください。**

ままな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。お気軽にお申込ください。



※パソコンまたはタブレット、インターネット環境があればご自宅からオンラインでの受講も可能です。

7/6
(月)

会計ソフトで
かんたん管理！

10:30～12:00

簡単な会計ソフトを使って収支管理や来年の申告に。目標やムダが見えてきます。自営型テレワークの場合の演習もあるので、本格的に始めるのはこれから…という方もご参加いただけます。

持ち物：パソコン(2台までレンタルPCあり)
筆記用具、あれば領収書や請求書
など経費のわかる書類

7/15
(水)

わたしにできるSDGs

10:30～12:00

SDGs、知っていますか？企業の取り組みはよく聞きますが、私達個人や家庭でも気軽に始められることがあります。未来に向けてできることを考えてみましょう。

講師：渡邊芳彦さん
(徳島県SDGsカードゲーム
公認ファシリテーター)

持ち物：筆記用具



対象：阿南市在住の女性 参加費：無料

定員：来館での受講5名、オンライン受講は定員なし

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。

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）

こちらのQRコードからも
申込できます



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。



6月の活動報告

ままんステップデイ再開！！

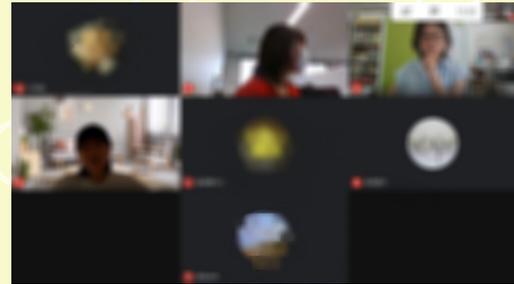
密集・密接を避けるため、来館での受講は5人まで、オンラインでの受講も可能となりました。



12日は、キャリア・コンサルタントの倭和代さんを講師にお招きし、ままんステップデイ「基本のビジネスマナー」を開催しました。マナーの基本となる「挨拶」「身だしなみ」「言葉づかい」や、テレワークでも大切な「ビジネスメール」「電話の応対」についても詳しく教えていただきました。

「マナーの基本」はビジネスシーンだけではなく、普段の生活の中でも大切にしたいものばかりでした。参加者の方は、ひとつひとつ動作を確認しながら真剣に取り組まれていました。

24日は、「アドラー心理学入門」を開催しました。アドラー心理学の5つの理論「自己決定性」「目的論」「全体論」「認知論」「対人関係論」などについて学びました。対人関係論では、人間を6つのタイプに分ける「ライフスタイル」のどのタイプに自分が当てはまるかの診断もしてみました。アドラー心理学は、未来志向の心理学、勇気づけの心理学、とも呼ばれています。建設的思考で、ポジティブに物事をとらえ、様々なことにチャレンジしてほしいと思います。



先輩ICTママの声をホームページで公開しています。ぜひご覧ください！

ホームページは「あなんテレワーク推進センター」で検索！右記QRコードからも表示できます。

(一部抜粋)

子どもも大きくなり、仕事も充実していた時に、突然母の在宅介護が始まりました。今までの生活が一変し、すべての仕事を辞めました。なにもやる気力がなくなっていた時期に、偶然広報あなんで「ICTママ養成講座3期生の募集」を見つけました。母がデイサービスに行く曜日とうまくスケジュールが合い、ようやく参加ができました。無気力からの脱出でした。

～中略～

介護で離職した以前の会社の人と話す機会があり、テレワーク講座の話をしたら、

「テレワークという方法で復帰してみませんか？」と提案をいただいて復帰できました。

講座のおかげで「あれもこれもやってみたい」という気持ちが芽生えています。

いろんな仕事を見つけ、自分でもっと稼げるようになって、ICTママに発注できたら恩返しができるなあと生意気にも思っています。

ICTというと専門的な高度な技術を持っている人しかできない仕事だというイメージがあります。でも自分に合った、できることをすることが可能だと思います。

多くの人にテレワークの良さを伝えていきたいです。仕事の幅を広げるためにも学びを続け、自分の知っていることは共有し、みんなのできることを増やしていきたいです。



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 teleworkhiroba@npolanvital.com

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



※新型コロナウイルスの影響で休館している場合があります。ご確認の上ご来館ください。

※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。