

# テレワークひろばだより10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。変化にも柔軟に対応できる力を身につけ、人生100年時代へ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・メール等でお問合せください。

参加無料  
 オンライン受講可  
 子連れ参加OK  
 要予約

## ままなんステップデイのお知らせ

### 仕事運UP！ できる女のオフィスメイク



仕事で信頼を高めたいなら！清潔感のある  
 オフィスメイクに、程よいおしゃれさを  
 プラスしよう♪

10/9(金)10:30～12:30

講師：脇川まりさん(ノエビアプラスメイクス)  
 持ち物：今お使いのメイク道具、髪留め、鏡

### アンガーマネジメント講座

10/19(月)10:30～12:00

講師：佐藤泰子さん 持ち物：筆記用具  
 (アンガーマネジメント協会認定ファシリテーター)

プロスポーツなどにも取り入れられている  
 アンガーマネジメント。「怒り」の感情  
 をコントロールすることで、より良い人間  
 関係を築くことができます。仕事や子育て  
 などでイライラしている方、逆に上手く怒  
 れない方、ぜひご参加ください。

対象：阿南市在住の女性

定員：来館5名、オンライン受講なし

(申込みの際に、来館かオンラインか受講場所をお知らせください)

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  
 申込みできます



来月の  
 予定

11/16(月) 10:30～12:30

「確定申告」

11/25(水) 10:30～12:30

「タイムマネジメント」

※詳細は広報あなん11月号をご覧ください。

新型コロナウイルスの影響により予定を変更する場合があります。  
 最新情報はホームページで随時更新しますので、ご確認よろしくお願いたします。

# 9月の活動報告

新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受け休館させていただいたため  
ままなんステップデイのイベントをオンラインに切り替えて開催しました。

7日は、フリーインストラクターの笹田可枝さんを講師にお招きし「Excelの基本」を開催しました。講座内容は「請求書の作成」。今回はExcelの初心者の方が多かったのですが、講師と画面共有し、一つずつ操作の説明を聞きながらの作業でしたので、みなさん問題なくできていたようです。



11日は、フリーライター兼編集者の飛田久美子さんを講師にお招きし「写真撮影のコツを学ぼう」を開催しました。今回の講座では、「撮りたい写真」を撮るためのポイントや写真撮影に関する質問などにもお答えいただきました。

23日は、「オンライン会議ツール体験」を開催しました。コロナ禍において注目されているオンライン会議。実際のサービスを利用しながら、知っていると便利な機能や注意したい点等をお伝えしました。上手く活用してこれからのスキルアップにつなげていただくと嬉しいです。



## 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) 子どもたちが寝ている間にパソコンに向かって作業をしていると、久しぶりに世の中の役に立つ仕事ができることにワクワクしました。子育てや家事といった、家族の為に働く家での仕事にやりがいを感じて生活していましたが、テレワークの仕事では別のやりがいを感じ、「働くっていいなあ」としみじみ思いました。私の心の中にさわやかな風が吹き、新たな空気が流れ込んだ気がしました。そして、とても久しぶりに働いて頂いた報酬、嬉しかったです。どんなに子育てを頑張っても、家事をしても、お金を手にすることはありません。「自分で働いて得たお金を手にするって、いいなあ」と改めて思いました。小学生や未就園の子どもたちは病気になることが少なくありません。昨年冬は、3人の子どもが次々と病気になり、看病をする日が続きました。これまでに2度、子どもの入院も経験しました。そんな時に仕事の心配をすることなく子どものそばにいて看病してあげられること、夏休みや冬休みには子どもとの時間をもって一緒に様々な経験ができること、そして、子育てや家事との融通をつけながら仕事をし、収入を得られること…、考えれば、考えるほどテレワークというのは本当に魅力的です。全く先の見えなかった私が「子育てと仕事を両立している姿」を思い描くことができるようになりました。



## 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。

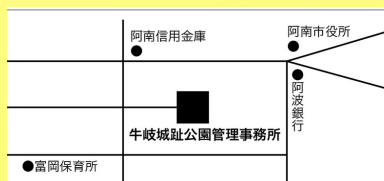
(コワーキングスペース利用の際は会員登録が必要)

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 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。