

# テレワークひろばだより11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。**

※感染症対策のお知らせ（消毒、検温、予約などを行っています）

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

### 自営型テレワーカーの ための確定申告

11/16(月)10:30～12:30

講師：大石 真紀さん(税理士)  
 持ち物：筆記用具

確定申告の基礎知識から書類作成時に気をつけたいポイントなど、税理士の方がわかりやすく説明してまいります。テレワーカーに限らず、個人事業主の方もお気軽にご参加ください。

### タイムマネジメント講座

11/25(水)10:30～12:30

講師：倭 和代さん（産業カウンセラー、  
 キャリア・コンサルタント講師）  
 持ち物：筆記用具

時間を有効に使いたい！毎日の充実感を高めたい！ワークライフバランスを良くしたい！「時間の使い方」でお悩みの皆様のご参加をお待ちしております。

対象：阿南市在住の女性

定員：来館5名、オンライン受講制限なし

(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）

来館受講の際はマスクの着用をお願いします。

こちらのQRコードからも  
 申込みできます



来月の  
 予定

12/9(水) 10:30～12:30 「ライティング講座」

12/18(金) 10:30～12:30 「サイト作成が簡単!ペライチ講座」

※詳細は広報あなん12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。

# 10月の活動報告

## ままんステップディ



9日は、ノエビアの脇川まりさんを講師にお招きし「仕事運UP! デキる女のオフィスメイク」を開催しました。少しのポイントがメイクの仕上がりに大きく影響するということがわかりました。ビジネスシーンでも第一印象アップに活かしていただければ嬉しいです。



19日は、アンガーマネジメント協会認定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。「怒ってはいけない」のではなく、「怒る」と「怒らない」の線引きを上手にすることが大切だと教えていただきました。

### 今年度のICTママ養成講座が はじまりました



## 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) そんな時、私の友人がテレワークを始めたことを知りました。その友達から「自分の好きな時間に仕事ができるからいいよ！」と、教えてもらったのです。正直、最初に友人から聞いた時は、「私パソコンすごく苦手なのにできるかな？」と少し思っていました。事務の仕事しかしたことがなかったので、本当に自信がありませんでした。しかし、そんな私を見て「大丈夫、大丈夫！あなんテレワーク推進センターの皆さんはすごく親切で明るい人たちだから安心してできるよ！」と力強く言ってくれました。こんな私でも何か少し役に立てるんじゃないかなって気がしてきました。やっぱりまだ少し不安だったのですが、ICTママ養成講座に申し込んでみました。ついに養成講座を実際に受けることになりました。(中略)



私自身も最初は思っていたことですが、『テレワークは一人でしなければいけないものだ』と考えてしまいがちです。確かに、テレワークの仕事は一人でしなければいけないのですが、グループになってみんなで参加する形の仕事もあるので、初めの私と同じように思っている人は何も心配せず、安心してこのテレワークの仕事にチャレンジしてみたいです。まだテレワークの経験はものすごく浅いのですが、自由に使える時間の中で、しかも場所を選ばずゆとりをもってできる仕事だと思うので、少しでもテレワークという仕事に興味をもってくれ「やってみようかな？」と思ったら、何も心配せずまずは挑戦してみたいです。

## 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。



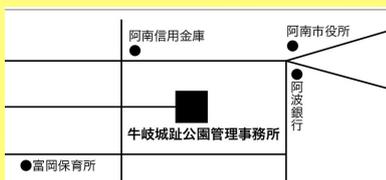
## あなんテレワーク推進センター (テレワークひろば)

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



※新型コロナウィ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。