



東京都

東京しごとセンター

女性しごと応援テラス

女性活躍の輪
Women in Action

はじめての



オンラインセミナー

在宅ワーク 入門セミナー

参加
無料

自分のスタイルに合わせて在宅ワークをしませんか？

在宅で働いてみたいけれど、どんな仕事があるの？

家庭と両立しながら続けられるかな？

そんなあなたに向けて、在宅という働き方の全体像や

在宅ワークと在宅勤務の違い、未経験からの始め方や

求人を探す際のポイントを、実際の在宅ワーカーの

事例を交えてわかりやすく紹介するオンラインセミナーです。



在宅で働く前に

5つの
「なるほど!」
トピック

- 1 在宅ワークと在宅勤務の違い
- 2 在宅で働く上での心構えやポイント
- 3 在宅勤務や在宅ワークの仕事内容と探し方
- 4 在宅ワーカーの事例紹介
- 5 在宅ワークで活かせる自分のスキルの棚卸し

講師

株式会社ライフキャリア総研代表取締役
国家資格キャリアコンサルタント

城 梨沙 氏

大学卒業後、株式会社パソナに入社。人材領域で20年近い経験を持ち、2016年法人化。キャリアコンサルタントとして大学でのキャリア支援や企業の採用・人材育成に従事。女性活躍支援含む幅広い層へ研修を実施し、年間100件以上の講演、2世代から経営層まで幅広い層のキャリア形成支援に従事。

令和8年10月7日(水) 10:00~12:00

場所

オンラインセミナー
Zoomウェビナー

※ウェビナーの場合は画面にお顔が映ることはありません。

参加方法

申込、および事前に東京しごとセンターの利用登録が確認できている方へ視聴用URLを送付します。

※接続サポートは行いません。ご自身で通信環境のご確認をお願いします。

対象

家庭と両立して働くことを希望している女性で、
在宅ワークに興味のある方

※セミナーの受講には東京しごとセンターの利用登録が必要です。9/28(月)までに利用登録が確認できない場合は、詳細のURLを送付することができません。

災害等やむを得ない事情によって、中止や延期、また、カリキュラムの一部が変更になることがあります。なお、中止や延期の際には、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。

受付期間:8月28日(金)~9月28日(月)

Webからお申し込みください▶



お問合せ

東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

TEL.03-5211-2855

平日9:00~20:00、土曜日9:00~17:00

女性しごと応援テラス

検索

●雇用保険需給の求職活動実績となるかは所轄のハローワークにご相談ください。 ●個人情報の取り扱いの詳細について<https://www.tokyoshigoto.jp/privacy>をご覧ください。

【主催】公益財団法人東京しごと財団

結婚 出産 育児 介護 から再就職を目指す方へ

女性しごと応援テラス

オンラインセミナー

全9回

家庭と両立した働き方や生活面の整え方、再就職に向けて役立つ情報を学べる講座が盛り沢山！
スマホやパソコンがあれば、ご自宅や外出先からご参加いただけます。

第1回 6月3日(水) はじめての在宅ワーク入門セミナー

第2回 7月14日(火) セルフプロデュース術
～強みと企業ニーズの接点を見つけるアピール方法～

第3回 9月4日(金) 働き始めても家事が回る！時短家事のアイデアと仕組みづくり

第4回 10月7日(水) はじめての在宅ワーク入門セミナー

第5回 11月19日(木) 快適な眠りの法則
～セルフケアと睡眠マネジメント～

第6回 12月16日(水) 元人事が教える、『面接につながる』応募書類作成のコツ

第7回 1月29日(金) はじめての在宅ワーク入門セミナー

第8回 2月17日(水) 就職活動に役立つ生成AIの基本と活用セミナー

第9回 3月18日(木) 家庭と仕事を両立するためのお金と働き方戦略

※第1回・第4回・第7回は同じ内容のセミナーです。

お問合せ

東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

TEL.03-5211-2855

女性しごと応援テラス 検索 <https://tokyoshigoto-terrace.jp>

セミナー・イベント情報など掲載中！



所在地

〒102-0072
東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター内

ご利用
時間

月～金曜日 9:00～20:00
土曜日 9:00～17:00
<日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)はお休みです>

Instagram : jyosei_terrace / X : @jyoseishigoto

交通のご案内

- 飯田橋駅から JR中央・総武線「東口」より徒歩7分 / 都営地下鉄大江戸線・有楽町線・南北線「A2出口」より徒歩7分 / 東西線「A5出口」より徒歩3分
- 水道橋駅から JR中央・総武線「西口」より徒歩5分
- 九段下駅から 東西線「7番出口」より徒歩8分 / 半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3a・3b出口」、「5番出口」より徒歩10分

