

# 自営型テレワークの基本と実践

## ～フリーランス・副業・兼業へのヒント～

令和3年 **11月2日(火)**

**14時～16時(開場 13時30分)**

自営型テレワークに興味はあるけれど、一体どんな働き方なのか？基本知識や仕事をする上での準備・探し方等をお伝えします。また、副業・兼業で行う上での留意点に関するもお話しします。

今回のセミナーは、自営型テレワーカーの体験談を直接聞ける機会でもあります！スキルや経験、ライフスタイルに合わせた、あなたらしい働き方を考えてみませんか。

**場 所**：東京しごとセンター 地下2階講堂（裏面地図参照）

**定 員**：先着 54 名（参加費無料・申込予約制）

**対 象**：自営型テレワークに関心がある方・働きたい方  
フリーランス、兼業・副業に関心がある方

**講 師**：特定非営利活動法人フラウネッツ  
理事長 宮田 志保 氏  
パネラー：伊藤 智子氏（ライター・校正・データ入力等）

**内 容**：＜基本セミナー＞  
・自営型テレワークの基礎・現状  
・経験やスキルの活かし方  
＜パネルディスカッション＞  
・自営型テレワーカーの体験談等

**オンラインにて後日配信予定**

詳細は決まり次第、東京しごとセンターホームページでお知らせします。参加者はオンライン映像に映り込む可能性があります。予めご了承ください。

新型コロナウイルス感染症への対応等やむを得ない事情によって、中止や延期となる場合があります。なお、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。

**参加費無料**



**無料託児あり**

- 1歳～6歳（就学前）のお子さまが対象
- 定員あり
- 完全予約制（10月26日（火）まで）

お申し込み・お問い合わせ

東京しごとセンター総合相談係 03-5211-1571

※初めてご利用される方は、東京しごとセンターの利用登録が必要です。

**宮田 志保 氏（特定非営利活動法人フラウネッツ 理事長 / 株式会社エフスタイル 代表取締役）**

石川県金沢市出身。電子部品メーカーより広告代理店に転職。出産を機に退職。個人事業主として仕事復帰。「自宅で働く」スタイルを通じ、個人事業主として仕事を請ける側、企業として発注する側、仲介する側のさまざまな立場から、自営型テレワーカーの社会参画、就労機会の拡充を支援する。

2003年在宅ワーカー支援「特定非営利活動法人フラウネッツ」を設立。2007年編集プロダクション「株式会社エフスタイル」を設立。2017年「一般社団法人文字起こし活用推進協議会」を設立。株式会社オールアバウト「SOHO・在宅ワーク」ガイド。厚生労働省在宅ワーク支援事業検討委員などを歴任。

**特定非営利活動法人フラウネッツ (https://www.fraunetz.com/)**

2003年9月設立。個人事業主から、在宅ワーカー、在宅勤務者、勤労者を中心に、主に女性にターゲットを絞り、支援を行っている特定非営利活動法人で、活動は神奈川、東京、埼玉、千葉など首都圏に根付いた活動を行っている。在宅就業における正しい情報の提供と、幅広い支援事業を行うことを目的とし、それぞれの個性や環境に応じた職業能力の開発又は雇用機会の拡充を支援する活動を行い、経済活動の活性化を図ることに貢献し、あわせて社会福祉の増進を図る活動を行っている。

**会場のご案内**

- ♣ 東京しごとセンター 地下2階 講堂
- ♣ 東京都 千代田区 飯田橋 3-10-3
- ♣ 交通アクセス

飯田橋駅	(JR線・大江戸線・有楽町線・東西線・南北線) 徒歩7分
水道橋駅	(JR線) 徒歩5分
九段下駅	(新宿線・半蔵門線・東西線) 徒歩8分

※全館一括空調のため、温度調節のできる服装でお越しください。



**〇ご協力いただきたいこと（新型コロナウイルス感染症への対応）〇**

- 次の症状がある場合は、来所をご遠慮下さい。  
(状況によっては参加をお断りすることがあります。)
- ・ 高熱、息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）のいずれかがある。
- ・ 発熱や咳などの風邪の症状がある。
- ご利用の際は、次のご協力をお願いします。
- ・ マスクの着用
- ・ 咳エチケット（咳やくしゃみの際、マスク・ハンカチ等で口や鼻を押さえる。)
- ・ 手洗い、うがい

**♣ 参加申込時にお伺いする個人情報の取扱い ♣**

個人情報の利用目的は、以下のとおりです。それ以外の目的では使用いたしません。

参加者氏名	セミナー当日の予約確認のため
年齢	どの年齢の方が多いのか参考にさせていただくため
連絡先	突発的な事情でセミナーが取りやめになる等の連絡を差し上げるため

セミナーを受講されるには、東京しごとセンターの利用登録が必要です。

利用登録されますと、キャリアカウンセリング、各種セミナー等をご利用いただけます。

はじめてご来場される方へは、当日会場でご案内させていただきます。セミナー当日は混雑が予想されますので、事前のご登録をお勧めいたします。なお、個人情報保護の観点から、3年間ご利用のなかった方につきましては、ご利用情報を消去することとなりました。あらためて新規登録のお手続きをさせていただきます。

**東京しごとセンター**

東京都が雇用や就業を支援するために設置した  
**くしごとに関するワンストップサービスセンター**

仕事をお探しのすべての年齢層の方を対象に、一人ひとりの適性や状況を踏まえたきめ細かなキャリアカウンセリング、各種セミナーなどを提供して、就職活動を支援しています。

- ♣ 利用時間：月～金曜日：午前9時から午後8時  
土曜日：午前9時から午後5時  
※日曜、祝日及び年末年始はお休みです



<https://www.tokyoshigoto.jp/>

**多様な働き方専門相談のご案内**

- ♣ 次のようなご相談、情報提供をしています。

NPO・NGO で働きたい	NPO を設立したい	ボランティア に参加したい
自営型テレワーク をしたい	就農したい	多様な働き方 をしたい

※ NPO 法人設立に関する相談は、法人認証の予備的な相談や法律相談ではありません。

- ♣ 相談実施日：月～金曜日：午前9時から午後5時  
(祝日、年末年始はお休みです)  
お一人1時間(予約制・無料)