

あなたが目指すのはどのコース？

テレワーク講座の基本は3コースから！

course 1

テレワーカーコース

これからテレワークを始めたい方や基本的な
テレワークの知識を身につけたい方

course 2

コーディネーターコース

テレワークを行うワーカーや業務案件の管理・
調整を行うためのスキルを身につけたい方

course 3

スマートワーク推進コース

企業におけるテレワークの推進、定着させる
方法を学びたい方

お申込みの前にご確認ください

- ※それぞれのコースの必須講座を1月末までに受講した方に修了証を発行いたします。
- ※複数のコースを申込みすることも可能です。
- ※単発での受講や、コース+単発の受講も可能です。
- ※お申込み後2週間以上経過してもメールが届かない場合には「とくしまスマートワークプロジェクト事務局」までお問合せください。
- ※お申込みの方には1週間以内にeラーニングシステムのアカウントを発行いたします。
- 送信されたメール手順に従って速やかにシステムへのログインを行ってください。
- システムからのメール送信後、2週間経過してもログインが確認できず、お問合せもない場合には申込みをキャンセルとします。
- ※学習開始後も長期間にわたり学習の進捗がない場合には該当アカウントでのログインを制限させていただきます。

その他、お申込みの前に以下のページをご覧ください。▶ とくしまテレワーク講座 <https://child-rin-tokushima.com/career/teleschool/>

【受講料】無料

【申込方法】申込みフォームのみ

【最終申込】令和6年1月31日(水)

※初回からリアルタイムでの受講を希望される方は、お申込みと
受講カウンセリングを9月中に済ませられるよう、お早めにお申込みください。

お申込みは こちらのページから！

<https://child-rin-tokushima.com/career/teleschool/>



【お申込みからご受講までの流れ】

- ①お申込み
- ②eラーニングへのログイン
(申込みから1週間前後でメール連絡)
- ③受講カウンセリング
(コース受講者必須・それ以外の方は希望者)
- ④必須講座および選択した講座を受講、視聴

【コース受講について】

- 各コース修了者には、修了式にて修了証を授与いたします。
- 1月末までに各コースの必修講座を受講した方にも修了証を授与いたします。
- 自宅にインターネット回線とPCのある方に限らせていただきます。
- 申込み多数の場合は、〆切を待たず受付終了する場合があります。

【その他】

- 本講座は徳島県在住の方が対象です。
- 来館受講時のみ、レンタル PC の貸し出しを行っております。
希望者は申込み時に記載してください。※数に限りあり。
- とくしまテレワーク講座は、県立総合大学校「まなびーあ徳島」の主催講座です。1講座につき2単位取得できます。

【お問合せ】

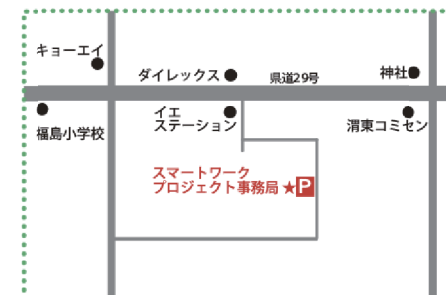
とくしまスマートワークプロジェクト事務局

徳島市福島2丁目4-8(平日10:00~17:00/土日祝休み)

【メール】teleschool@tokushima-telework.jp

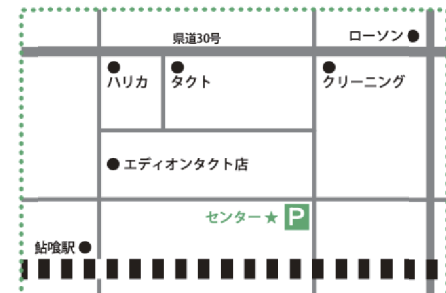
【電話】088-678-7757/050-5527-4374

とくしまスマートワークプロジェクト事務局



テレワークセンター徳島

(講座来館会場)



※12月15日の講座と修了式は、ときわプラザ
第6会議室(アスティ&くしま)にて行います。



令和5年度 とくしまスマートワークプロジェクト事業(委託管理:特定非営利活動法人チルドリン徳島)



2023 テレワーク 講座

とくしま



【実施期間】

令和5年(2023年)

10月3日(火)

～

令和5年(2023年)

12月15日(金)

【受講方法】リアルタイム(来館※1/オンライン)、録画受講※2

※1 来館での受講場所はテレワークセンター徳島です。

※2 録画受講の教材は基本的に当日の録画内容ですが、個人への配慮や講師の都合により再構成した内容になる場合があります。

6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	2024年1月	2月	3月
とくしまテレワーク講座(通年で公開中!)									
とくしまテレワーク講座2023にお申込可能な期間									
とくしまテレワーク講座2023 → 録画受講可能									
キャリアマッチング									

POINT 1 いつでも!どこでも!学びたい気持ちに応えます

とくしまテレワーク講座では、リアルタイム受講に加えて録画受講も可能です。都合に合わせてまとめて視聴したり、何度でも見直しがOK。またPCだけでなくスマートフォンやタブレットでも視聴可能なので学べる機会がぐんと広がります。これから社会に出ていきたい方や再就職を目指す方はもちろん、いま現在お仕事をしながら知識をアップデートしたい方にも、広く学びの機会をご提供します。

POINT 2 キャリア形成のためのスキルの習得をサポートします

コース申込者及び希望者には受講前のキャリアカウンセリングを実施いたします。
コース受講のほか、単発で受講できる講座も沢山ありますので、おひとりおひとりに合わせた受講のご相談(経験や希望を伺った上での提案)も承ります。
今後のキャリアのために「とくしまテレワーク講座」を是非お役立てください。

POINT 3 仕事との出会いをマッチング

仕事との出会いの場として県内企業とのキャリアマッチングを予定しています。
マッチングを意識した講座もあり、そのためのスキルアップの場として講座を利用できます。

0

受講カウンセリング

受講期間をより有意義に過ごしていただくため、コース申込者および希望者に受講前のカウンセリングを実施します。講座受講に関する疑問のほかご自身のキャリアに関するお悩みなどをご相談ください。

※受講カウンセリングのお申込み方法は、eラーニングシステム内でご説明いたします。

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

6

他のワーカーと差をつける！ 文字起こしのコツ

文字起こしはただ聞いて打つだけではない。スキルとソフト等の使い方次第で、作業時間・質に大きく差がでます。差のつけられるコツをお伝えします。

[日 時] 10月24日(火) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 三井 恵玲奈
UP to US Japan
文字情報部

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

10

雇用型テレワーカーとして 働くために

会社(使用者)と雇用契約を結んだ労働者がテレワークで働く場合、その人を雇用型テレワーカーと言います。すでに雇用型テレワーカーとして働いている方も、これからの方も、知っておく役立つ会社(使用者)が守るべきことやテレワークで働く工夫などについてお伝えします。

[日 時] 11月10日(金) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

15

面接で役立つ!人を惹きつける 自己アピールとは

同じ内容の受け答えでも伝え方によって印象が変わります。面接は決して怖くありません。オンラインでも対面でも伝わるコミュニケーション力をアップし、あなたの魅力や思いをしっかりと伝えられるようになります。

[日 時] 11月28日(火) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 藪田 ひとみ
フリーアナウンサー
キャリアコンサルタント
(国家資格)

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

1

開講式・ 自営型テレワーカーとして働くために

安心して自営型テレワークを行うための基礎知識を、厚生労働省の資料やホームページを元に解説します。

[日 時] 10月3日(火) 10:30～11:45
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ
※開講式は、全員ご受講ください(録画視聴でも可)

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

7

ウェブアクセシビリティ講座

最近よく耳にする[ウェブアクセシビリティ]とは?ウェブアクセシビリティの基礎知識を知り、全てのWebサイト利用者に、等しく情報を提供するためにはどのような配慮が必要か学んでいただきます。

[日 時] 10月27日(金) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 村上 桂子
株式会社アイデア
ウェブアクセシビリティ普及・推進委員

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

11

はじめての動画編集

インストール不要のツールを使って撮影した動画を編集してみましょう。初心者の方向けに基本的な動画編集の手順をお伝えします。(実践をしたい方は静止画と動画を各2～3枚程度パソコン内にご準備ください)

[日 時] 11月14日(火) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

2

テレワーク体験談・座談会

「テレワークで働いてどんな感じ?」先輩テレワーカーの体験を聞いてイメージしてみましょう。後半は座談会を実施しますのでリアルタイムで参加すると質問もできます。

[日 時] 10月6日(金) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

3

テレワークにおける契約の話

フリーランス、個人事業主の方が、仕事を受ける時に締結するのが業務委託契約です。契約とは何か、どんなものがある?契約書の重要性や交渉段階での注意点、トラブルが起きた時の対処方法など知っておくべき知識を学びます。

[日 時] 10月13日(金) 10:30～12:00
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 堀井 秀知
弁護士
浅田法律事務所

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

4

すぐに書かない 文章の書き方講座

「何から書けばいい?」「すぐに書き詰まってしまう」「書いている途中で言いたいことが変わっている」など、文章を書くのが苦手だなと思うことはありませんか。ライターの私が実際に記事を書く時の手法を教えます。

[日 時] 10月17日(火) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 尾崎 恭子
フリーライター・制作ディレクター
一般社団法人ママトコラボ
代表理事

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

8

初めてさんのための WordPress講座

WordPressって聞けば一体何?どんなことができるのか知りたい!そんな方に向けたWordPress基本講座です。WordPressとは?から導入と使い方についてわかりやすく解説します。

[日 時] 10月31日(火) 10:30～11:30
[持ち物] PC、筆記用具



〔講師〕 高尾 美由姫

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

12

失敗しない テレワーク導入のポイント

テレワークの活用によって解決できる社内課題の解説や、導入時の壁(適した仕事がない/情報セキュリティが不安/コミュニケーションが心配/労務管理が難しい)の対応策などをお伝えします。

[日 時] 11月17日(金) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

19

自営型テレワーカーのための 確定申告

確定申告についての基礎知識から作成時に気を付けたいポイントなどをお伝えします。初めて確定申告をされる方、ちょっと復習をしたいという個人事業主、医療費控除の仕組みや確定申告の流れ等を分かりやすくお話いたします。

[日 時] 12月12日(火) 10:30～12:00
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 大石 真紀
税理士
大石会計事務所

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

5

オリジナルHP、 名刺やチラシを作ろう

初心者向け。難しそうなイメージのあるホームページや名刺・チラシの作成。専門的な知識がない方でも使える便利なツールをご紹介します。ホームページはペライチ、名刺やチラシのデザインはCanvaを使います。

[日 時] 10月20日(金) 10:30～11:30
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

9

フリーランスの健康保険・ 年金の知識

加入する健康保険・年金の種類と保険料の決め方を解説。さらに、節税しながら賢く自分で蓄える(iDeCo・NISA・小規模共済・付加年金)制度の始め方等を説明をします。

[日 時] 11月7日(火) 10:30～12:00
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 玄番 芳江
社会保険労務士

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

13

テレワーク導入・定着 ノウハウ講座1・2

トライアル導入の計画策定から、勤務規程やルールづくり/テレワーク適応業務の決め方/ICT環境の整備/社内の意識改革などのテレワーク導入メソッドを、ワークを交えながら実践的に学んでいただきます。

[日 時] 11月21日(火)、11月24日(金)
10:30～12:00
[持ち物] PC、筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ

テレワーカー コーディネーター スマートワーク推進

20

ワークショップ・修了式

とくしまテレワーク講座2023の最終講座としてワークショップを実施します。またコースを終了された方に[修了証]をお渡しします。可能な方は当日会場(ときわプラザ第6会議室)までお越しください。

[日 時] 12月15日(金) 10:30～12:00
[持ち物] 筆記用具



〔講師〕 事業スタッフ

「とくしまテレワーク講座」の構成

「とくしまテレワーク講座」では、自営型でテレワークを行う人や社内でのテレワーク普及に向けて取り組む人をはじめ、ビジネススキルを基礎から学び直したいなど幅広いニーズに対応するため、それぞれの目的に沿って受講方法をお選びいただけます。

テレワーク基本講座

+



テレワーカーコース



コーディネーターコース



スマートワーク推進コース



単発受講

※コースや単発講座の内容については別紙「講座一覧」をご覧ください。