

今ドキ人気の **3** つのコース

未来をひらく!

デジタル&キャリア講座

受講無料

中央市在住
18歳以上の女性

PC事務

SNSマーケティング

WEBサイト制作

中央市女性デジタル人材育成・就労支援事業

必須 マインドセット研修

デジタルで広がる! 多様な働き方へ
つながるキャリアを目指して

変化の激しい時代、デジタルスキルは
可能性を拓くカギ。多様な働き方事例
と知識で新たな一歩を後押し!

録画受講 OK!



11/12 水

AM 10 時 ~ 12 時

Zoom or 録画受講

選択 選択式デジタル研修

分野別の 3 つのコースから選べる! (複数コース受講可)

1

パソコン事務コース

パソコンを使った事務作業の基本

11/17・25・28 火

AM 10 時 ~ 12 時

Zoom 開催 2 時間 × 3 日間

2

SNSマーケティングコース

SNS 動画編集

12/1・3・10 水

AM 10 時 ~ 12 時

Zoom 開催 2 時間 × 3 日間

3

WEBサイト制作コース

1 枚の HP 作成

12/12・16・19 金

AM 10 時 ~ 12 時

Zoom 開催 2 時間 × 3 日間

交流会

「着実な仕事の獲得! デジタルワーカーのリアルな話」

在宅ワーカーの先輩をゲストに迎え、在宅ワークや副業をはじめ
たい方に向けて、収入につながるための知識やヒントを学びます。

2026年

1/14 水

AM 10 時 ~ 11 時

Zoom 開催

Work

クラウドソーシングサイト※
での効果的な自己紹介の書き方

※在宅ワーカーと仕事の依頼者をつなぐサイト



スペシャルイベント

わたしの仕事フェス CHUO

就職・副業・起業など多様なテーマゾーンで、仕事・働き方の選択肢を広げる体験型
のキャリア支援交流イベント。企業・専門家・先輩女性との出会いが新たな一歩に。

2026年

1/29 水

AM 11 時 ~ PM 3 時

イオンタウン山梨中央



しごとミライ・トーク



しごと発見ラウンジ



マイビジネス広場



夢マップ作り

こんな自分になれる!

- ✓ 現場で活かせるデジタルスキルを習得
- ✓ 新しいスキルでキャリアチェンジ
- ✓ 子育ても仕事も大切にできる働き方

不安を解消!

3 つのポイント



モチベーションがあがらない
ついていけないかな
ほんとに仕事ができるかな?



- ▶ オンライン&リアルで交流
- ▶ 個別サポートも充実!
- ▶ 使えるビジネススキルを学べる!



定員 各コース先着 15 名

原則としてタイピング・ファイル操作・ブラウザ基本操作・
メールの送受信が可能で、Zoom 等のオンライン会議に参加
したことがある方

お申込みはこちら

10/10 金 ▶ **11/4** 火

AM10時



スケジュール

人気の3つのコース！使えるデジタルスキルを学ぼう

必須

① マインドセット 研修

11/12(水)
AM10時～12時

選択

② 選択式デジタル 研修

- 1 パソコン事務コース**
11/17(月) 11/25(火) 11/28(金) AM10時～12時
- 2 SNSマーケティングコース**
12/1(月) 12/3(水) 12/10(水) AM10時～12時
- 3 WEBサイト制作コース**
12/12(金) 12/16(火) 12/19(金) AM10時～12時

希望制

③ 仕事体験

④ 交流会

着実な仕事の獲得！
デジタルワーカーのリアルな話

2026年1/14(水)
AM 10～11時

⑤ スペシャル イベント

わたしの仕事フェス
CHUO

2026年1/29(木)
AM11時～PM3時
▶ イオンタウン山梨中央

個別サポート

毎月30分 [期間] 2025年11月～2026年2月

デジタルスキル習得

必須

① マインドセット研修

デジタルで広がる！多様な働き方へつなげるキャリアを目指して

[日時] 11/12(水) AM 10時～12時
[定員] 45名
[講師] NPO法人ArrowArrow
代表理事 海野 千尋 氏

Contents

- ・新しいキャリアを描くためのデジタルスキル活用術
- ・デジタルスキルを通じて多様な働き方の実現例のご紹介
- ・研修後も実践できる自立したスキル



選択

② 選択式デジタル研修

基本から、SNSマーケティング、WEBデザインまで人気の3コース

※Wi-Fi、PCをお持ちでない方はご相談ください。

1 パソコン事務コース



パソコンの基本・E-mail（マナー、機能）
アンケート作成と集計・クラウドサービスの活用（共有、操作）など

パソコンを使った事務作業の基本

日時 11/17(月) 25(火) 28(金) AM10時～12時

- ・パソコンの基本（ハードウェア、ソフトウェア、フォルダ、他）
- ・E-mail（マナー、機能）
- ・アンケート作成・集計（作成、配布、結果）
- ・クラウドサービスの活用（共有、操作）他

[必要ツール] Wi-Fi・PC

2 SNSマーケティングコース



SNSと動画マーケティング
ショート動画の撮影・編集・投稿戦略

SNSマーケティングの実践スキルを学ぶ

日時 12/1(月) 3(水) 10(水) AM10時～12時

- ・SNSマーケティング基礎（各SNSの特徴、ユーザー層、フォロー獲得、広告ツール、他）
- ・SNSショート動画（市場動向、トレンドを活用したマーケティング、制作の基本）
- ・SNSショート動画制作WS（撮影、編集、投稿戦略）

[必要ツール] Wi-Fi・スマートフォン・PC又はタブレット

3 WEBサイト制作コース



ノーコードツールを活用した
WEBサイト制作技術とデザイン

ノーコードツールを活用した
WEBサイト制作技術を学ぶ

日時 12/12(金) 16(火) 19(金) AM10時～12時

- ・Studioの基本（使い方、テンプレート、カスタマイズ、WEBサイトの構造）
- ・各種コンテンツの配置（画像、動画、テキスト）
- ・スマホ等でも見やすいデザイン、サイト制作における生成AIの活用方法、WEBサイト公開方法

[必要ツール] Wi-Fi・PC

就労・起業・創業サポート

個別サポート

学習や就職について相談できます

毎月30分、研修内容や就職活動について、
専属スタッフに個別でご相談いただけます。
（予約制・Zoom）



仕事体験

研修内容を活かし仕事受注を体験

研修内容を活かして在宅ワークを体験してみ
ましょう。仕事の受注や納品をお試しいただ
けます。（希望者のみ）

わたしの仕事フェス

先輩起業家のマルシェや求人情報も

イオンタウン山梨中央でリアルイベントを行
います。オンラインで交流した仲間と再会し
たり、仕事探しができます。

お問合せ

中央市女性デジタル人材育成・就労支援事業事務局

本事業は、(株)ソースプレイスが中央市より委託を受けて企画・運営を行っています。

050-1722-9129 平日AM 9時～PM5時
☑ chuoushi@csplace.co.jp

お申込・詳細はこちら

中央市女性デジタル人材育成・就労支援事業
<https://chuou-dxweb.csplace.com>

