

令和7年12月15日

報道機関各位

長岡市地方創生推進部

人権・男女共同参画課長



女性在宅ワーカーの先輩と新人をつなぐ交流の場 おうちでお仕事をしているヒトが繋がるごはん会を開催

長岡市は、女性が望む柔軟な働き方を応援するため、女性在宅ワーカーの先輩と新人をつなぐ交流会を開催します。

インターネット環境があれば誰でも始められる在宅ワークにおける、「仕事をどう得るか」「生活とのバランス」「孤独への不安」などの課題について、参加者同士で交流しながら学ぶことで、女性の活躍の場の創出と、長岡での“自分らしい”働き方の実現を応援します。

つきましては、下記のとおり概要をお知らせしますので、ぜひ取材くださるようお願いします。

おうちでお仕事をしているヒトが繋がるごはん会

1 日 時 12月22日（月）午前11時～午後2時

2 会 場 assemble 長岡（長岡市大手通2-4-5 Wiseビル3階）

3 対 象 長岡市に在住または通学する

- ・在宅ワークに興味がある女性
- ・在宅ワークを始めて間もない女性
- ・在宅ワーク仲間が欲しい女性

4 主な内容

（1）トークセッション「私が在宅ワークをやり始めた最初の一歩」

ベテラン在宅ワーカーによる仕事の始め方、失敗談、キャリアの描き方など、リアルな体験談を通して、実践的で役立つヒントを共有します。

（2）テーマ別セッション

「どうやって最初の案件を獲得する？」「仕事と生活の切り替え方法は？」「安定収入を目指すための仕事設計」などのテーマについて、参加者が関心や課題に合わせてグループを選んで、より深く学んだり情報交換を行います。

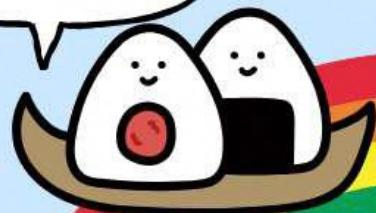
（3）ワークショップ「自分の在宅ワーク宣言」づくり

自分の在宅ワークの目標や働き方を整理して言語化し、具体的な行動につなげるためのワークショップを行います。

〔問い合わせ：人権・男女共同参画課 小林 TEL 0258-39-2746〕



先輩在宅ワーカーと
繋がり不安を解消



おうちでお仕事をしている ヒトが繋がるごはん会

在宅ワーカーの **先輩さん** **新人さん** をつなぐ交流の場

特別トークセッション



私が在宅ワークを
やり始めた最初の一歩

参加型セッション



不安・心配事を
先輩に聞いてみよう

情報交換



ごはんを食べながら
交流会

インターネット環境さえあれば誰でも始められる在宅ワークだけど、
不安もたくさん…そんな不安に向き合い、“自分らしい働き方”を
実現している先輩在宅ワーカーとお話しするごはん会を開催！

開催日 12月22日(月)11:00 - 14:00

会 場 assemble長岡
長岡市大手通2-4-5 Wiseビル3階

参加費 1000円(ランチ付き)
納付書を郵送しますので事前納付をお願いします

定 員 32名(先着順)

対象者
長岡市に在住または通学する
・在宅ワークに興味がある女性
・在宅ワークをやり始めてまもない女性
・在宅ワーク仲間が欲しい女性

※駐車場は自己負担にてお願いいたします。



swipe >>



お申込みフォーム



開催日 12月22日(月)11:00 -14:00

会 場 assemble長岡
長岡市大手通2-4-5 Wiseビル3階

定 員 32名(先着順)

※駐車場は自己負担にてお願いいたします。

参加費 1000円(ランチ付き)
納付書を郵送しますので事前納付をお願いします

対象者
長岡市に在住または通学する
・在宅ワークに興味がある女性
・在宅ワークをやり始めてまもない女性
・在宅ワーク仲間が欲しい女性

主催: 長岡市人権・男女共同参画課
企画運営委託事業者: 株式会社ATOMica
お問合せ: assemble長岡 (assemble-nagaoka@atomica.jp)

※駐車場は自己負担にてお願いいたします。





先輩在宅ワーカー紹介

さまざまなバックグラウンドを持つ女性たち！ここでしか聴けないお話しも！



みかさん



スマイルアシストVAさん



まりさん



さとみさん



浜村さん



らむねさん



あおばさん



ほしはなさん



yuri



swipe ➤

司会進行