

参加費
無料

≪ 小さく始める、わたらしい働き方の第一歩 ≫

Utsunomiya City 2026

100th
Anniversary



“好き”や“得意”を
販売してみたい

在宅のお仕事に
チャレンジしたい

プチ起業 体験型 セミナー

キャリアコンサル
タントに無料で
個別相談可能

選べる2つのコース (定員各30名)

在宅ワークコース

デジタルスキルの学び & 実践

PCレンタルあり(有償)

デジタルツールを活用し
オンラインで仕事を見つけ
実際に案件を獲得する体験をします



講座スケジュール (全6回)

7/15 (水) ※1	9/2 (水)	9/9 (水)	9/16 (水)	9/30 (水)	10/7 (水) ※2
-------------------	------------	------------	-------------	-------------	-------------------

基本時間 10:00~12:00



※1 7/15(水)は両コース同時開催で10:00~15:00
※2 10/7(水)は最終回で10:00~15:00となります

マルシェ出展コース

企画・準備 & マルシェ出展

マルシェ出展料無料

自分の作品やサービスを形にし
実際に10/10(土)に行われるマルシェ
で販売するまでの流れを体験します



講座スケジュール (マルシェ含め全7回)

7/15 (水) ※1	9/4 (金)	9/11 (金)	9/18 (金)	9/25 (金)	10/16 (金)
-------------------	------------	-------------	-------------	-------------	--------------

基本時間 10:00~12:00



※1 7/15(水)は両コース同時開催で10:00~15:00
10/10(土)はマルシェ出展日10:00~15:00となります

対象

宇都宮市在住・在勤の女性

または宇都宮市で起業を希望する
市外在住の女性もOK!



託児あり

申込多数の場合は抽選
申込期日7/5(日)12:00迄

会場

アコール

男女共同参画推進センター
(宇都宮市明保野町7-1)

講師

総合プロデューサー

浅野 裕子

- ▶ マルシェコース：癒しのマルシェ実行委員会 代表 室井かなえ 他
- ▶ 在宅ワークコース：各現役講師陣が担当

【セミナー申込期日】7/6(月)24:00まで

※両コースのお申込み可、応募者多数の場合は抽選となります。原則、全ての日程にご参加いただきます。

※ご参加いただける方のみ開催日約1週間前にご参加通知メールを送信いたします。

※応募いただいた個人情報は、本イベントの運営およびご案内のために使用し、その他の目的には使用いたしません。

※イベント当日は気温が高いことが予想されますので、各自、飲み物を持参するなど熱中症対策にご協力をお願いいたします。



セミナーの詳細
申込はコチラ

女性活躍プラットフォーム事業事務局：栃木リビング新聞社

主催 宇都宮市 お問い合わせ ☎ 028-600-8800 宇都宮市大通り1-4-24 (平日10:00~17:30)

当事業は宇都宮市からの委託を受け、株式会社栃木リビング新聞社が運営しています。

～プチ起業体験型セミナーの詳細～

在宅ワークコース

デジタルスキルの学び & 実践

マルシェ出展コース

企画・準備 & マルシェ出展

10/10 土

10:00～15:00

マルシェ出展!

ミナデラスどろぎ

会場

講座スケジュール

※プログラムの順番が異なる場合もございます

日程	時間	時間
同時開催 7/15 水	10:00～15:00	オリエンテーション
9/2 水	10:00～12:00	仕事の種類と探し方
9/9 水	10:00～12:00	業務実践マナー & ノウハウ
9/16 水	10:00～12:00	生成AI活用術
9/30 水	10:00～12:00	Canva最新活用法
10/7 水	10:00～15:00	zoom実践と行動計画

講座スケジュール

※プログラムの順番が異なる場合もございます

日程	時間	時間
同時開催 7/15 水	10:00～15:00	オリエンテーション
9/4 金	10:00～12:00	販売アイデア整理
9/11 金	10:00～12:00	売れるための準備と発信
9/18 金	10:00～12:00	会場でのブース作り
9/25 金	10:00～12:00	POP作成ワークショップ
10/16 金	10:00～12:00	振り返りと今後の計画

▼今後のセミナー等のお知らせ

※以下のセミナー等は改めて募集させていただきます。
※内容等は現時点の予定になります。

交流

“やってみたい”を育てるランチ交流会

(10～12月 第1,3火曜/ 全5回)

先輩起業家のリアルな体験談を通じて
わたしたちの今、そして未来を語り合しましょう。

【対象】 プチ起業体験型セミナー・フリーランス創業塾の受講者
先輩起業家とつながりたい女性、先輩起業家の道なりに興味がある女性
起業家同士の横のつながりを作りたい女性起業家
起業家と交流・対話をする事で今後の生き方・働き方を模索したい女性

会場 Kitchen sato maman

(宇都宮市西川田本町2-6-18 Collabo Mall内)

10 / 6 火
10 / 20 火
11 / 3 火

10:30～12:30
2時間程度

11 / 17 火
12 / 1 火

定員 / 各回6名

参加費 / 無料 (ランチ代のみ自己負担)

講座

フリーランス創業塾

ひとりで働く私にちょうどいいメソッド×トライ

- ビジネスにおける女性特有の心理や社会的視点を学ぶ講座
- 経営やマーケティングについて学ぶ講座
- 各支援団体とのマッチング

【対象】 プチ起業体験型セミナーの受講者
市内在住・在勤の女性または宇都宮市で起業を希望する市外在住の女性で
プチ起業等の経験があり、事業の拡大を考えている方
フリーランスや個人事業主として活動を始めている中で課題を感じる女性

会場 宇都宮市男女共同参画推進センター「アコール」大会議室ほか

10 / 21 水
10 / 28 水
11 / 4 水

10:00～12:00
13:00～15:00
2時間程度

11 / 11 水
11 / 18 水
11 / 25 水

定員 / 30名 (応募多数の場合は抽選)

参加費 / 無料