

## 結

婚・出産を機に東京から実家のある安曇野へUターンしました。東京では服飾デザイナーとして働いていましたが、今は「服が好き」という思いを生かし、衣料品店でパートタイム勤務をしています。ただ、子どもの体調によって休まざるを得なかったり、勤務日が安定しない時期があり、ライフスタイルを見直したいと感じていました。

そんな時、市のLINEでリモートワーク育成セミナーを知り、参加しました。本年からはスタッフとしてテレワークセンターに関わりながら、スキルを磨いています。担当しているのは、センターのフェイスブックやホームページへの文章・動画の投稿です。週1回、数時間程度の仕事ですが子育てやパートの合間にできるところが魅力です。

現在は衣料品店のパートがメインですが、リモートの仕事がある日はパートの時間を調整し、自宅やセンターで作業をしています。自宅で働く姿を見せることで子どもたちが自主的に行動してくれたり、優しく接してくれることもあり、うれしく感じています。

リモートワークを始めたばかりの頃は、それだけで生計を立てないといけないと思っていました。でも実際には、他の仕事と組み合わせ、自分のライフスタイルに合わせて働き方の比

率を調整できるということに気づき、心が楽になりました。

## 学びと支え合い

### 地域で育てる新しい働き方

センターでセミナーに参加したり、他のスタッフやリモートワーカーと交流したりしていると、いつも新しい発見があります。新しいツールの使い方を学べるだけでなく、慣れ親しんだツールでも自分とは違う使い方をしている人がいて、とても勉強になります。ただ、どれだけ新しいスキルを身につけても、実際に仕事を受注できなければ意味がありません。この段階こそが最も難しいと感じています。そこで、センターのスタッフやワーカーが力を合わせ、案件につながる橋渡しの仕組みを作れないかと考えています。

例えば、過去の経験や得意分野ごとに「事務」「デザイン」などのチームを作り、リモート初心者でも仕事を受けやすく発注者も分かりやすい仕組みです。

リモートワークは特定の業種に限定されないからこそ、自分ができることの幅を広げ、新たな一歩を踏み出すことが大切だと感じています。それがライフスタイルに合った柔軟な働き方につながり、自分を大切にして暮らすことにつながっていきます。これからも家族や自分の時間とのバランスを取りながらスキルを磨き、リモートワーカーを目指す人が一歩を踏み出すお手伝いもしていきたいです。

# 家族や自分の時間も大切に 新しい仕事のかたち

## ～広がるリモートワークの可能性～

市テレワークセンターのスタッフとして、ライフスタイルに合わせた働き方に挑戦する松下さんにリモートワークの可能性や今後の目標を聞きました。



大切にしている家族と過ごす時間



テレワークセンターのスタッフの皆さん



昼食や休憩時にはスタッフと情報交換

テレワークセンタースタッフ  
リモートワーカー  
松下 由記さん（43・穂高）  
穂高出身。10歳・7歳・4歳の子どもを育てながら、衣料品店でのパートとテレワークセンターのスタッフとして働く。休日は、平日に働いた分だけゆっくりすることを心掛けている。楽しみは映画やMVなどの動画を見ること。

## 「安曇野で自分らしく働く」を応援します 問商工労政課 Tel.71-2041

ご利用ください  
市テレワークセンター



リモートワークやスキルアップ、ワーカー同士の交流などにご利用ください。無料で利用できます。

開館日 毎週木曜日 10:00～15:00

対 象 市内在住者

設 備 Wi-Fi、貸出用PC、プリンタあり

申し込み HPの専用フォームから利用登録が必要です。

事業主の皆さん  
リモートワーカーへの  
委託費を補助します



業務改善や効率化を目的に市内のリモートワーカーに業務を委託する経費の一部を補助します。

補助金額 10万円（対象経費の1/2）

対象となる委託業務や申請方法など詳細は市HPをご覧ください。お問い合わせください。

リモートワーク情報  
メルマガ



セミナー・イベント情報などを発信しています。

ご利用ください  
働くを応援する  
各種補助制度



市では、商工事業者の皆さんを応援する各種補助金を交付しています。詳しくは市HPをご覧ください。お問い合わせください。