

## 体験ワークショップについて

まずは無料体験ワークショップへ！連続講座の開催に先立ち、無料体験ワークショップを開催します。講座の内容や魅力をお伝えするとともに、実際の講座の雰囲気を体験いただけます。LINEまたは電子申請にて事前予約の上、お気軽にご参加ください！

日時 9月9日(土) 10:00-12:30

対象 6回連続講座の受講を検討している女性の方

定員 50名(事前予約制)

会場 佐久市市民創生センター 大会議室 佐久市猿久保165-1

参加費 無料



## 申込方法

### ● 無料体験ワークショップ 9.9(SAT)

申込方法 右記 QR コードからインターネット経由で、LINE または電子申請にてお申し込みください。

申込締切 9月4日(月)



無料体験WS

### ● 6回連続講座 10.28(SAT) START!

申込方法 下記の申込書をご記入の上、このページを複製または切り取って郵送でお申し込みください。または右記 QR コードを読み取り、申込フォームでの申し込みも可能です。

申込締切 9月29日(金) 必着

宛先 〒385-8501 佐久市中込 3056 佐久市経済部商工振興課商業振興・雇用係



6回連続講座

### わたしたちの月3万円ビジネス 6回連続講座 参加申込書

ふりがな

名前

生年月日

住所 〒

TEL

FAX

E-mail

職業

本講座の広報活動等に使用する

写真・動画撮影にご協力いただけますか？

はい

いいえ

受講したいと思った理由を教えてください。

あなたの得意なこと・好きなことは何ですか？

本講座で学びたいことは何ですか？

講座受講後の夢は何ですか？

SNS アカウントがあればリンク URL かアカウント名を記入してください。  
なお、必須ではありません。

※定員を超えるご応募があった場合には、事業の趣旨を鑑み、総合的に人選させていただく場合がございます。

主催 佐久市

運営 株式会社ワークヴィジョンズ・choinaca 合同会社・合同会社 chioko

デザイン コーヒーとデザイン(藤原葉菜、藤原祐太)

「わたしたちの月3万円ビジネス」ホームページ

[www.sanbiz.jp](http://www.sanbiz.jp)



ひらけ!  
あたらしい  
わたしのトビラ

佐久市  
女性活躍推進  
パッケージ

in 佐久

やりたかったことは、今から

10.28 SAT  
START!  
6回連続講座

まずは無料体験ワークショップへ! >>> 2023.9.9 (SAT) 10:00-12:30



**月3万円ビジネス**を生み出して実践する全6回の連続講座です。ドリームマップをつくって自分のワクワクを発見し、仲間とのセッションを通して商品やサービスを生み出し、ビジネスの魅力を地域みなさんに伝える発信力を学びます。最終回は、地域のイベントでお店をかまえて、いざ月3万円ビジネスデビュー！たのしく学び、具体的なアクションに落とし込む、実践プログラムです。

\*ドリームマップは一般社団法人ゆめのチカラの登録商標です。認定ドリームマップファシリテーター：今野由香里 <https://dream-map.co.jp>

# PROGRAM

**第1回** 2023.10.28 SAT 10:00-17:00  
**ドリームマップで自分大発見!**  
 サングリモ中込 佐久市口腔歯科保健センター 会議室  
 写真や雑誌の切り抜きを使って「ドリームマップ\*」を制作。3年後の夢を描きながら、自分がやりたいこと、今踏み出せる一歩を発見します。



**第2回** 2023.12.2 SAT 10:30-15:30  
**ビジネスアイデアを生み出そう**  
 サングリモ中込 佐久市中込交流センター  
 お互いの夢を応援するために仲間で知恵を出しあって、魅力的なビジネスアイデアを生み出すグループセッションを実施します。まずは商品性を高めましょう!



**第3回** 2023.12.23 SAT 10:30-15:30  
**月3万円ビジネスモデルをつくろう**  
 サングリモ中込 佐久市中込交流センター  
 アイデアを具体化して月に3万円稼ぐビジネスモデルをつくりまます。ターゲット、経費、料金設定、宣伝や販売の方法など、知恵を出し合いブラッシュアップ!



**第4回** 2024.1.20 SAT 10:30-15:30  
**地域でリサーチ! 3ビズプレゼン大会**  
 サングリモ中込 佐久市中込交流センター  
 地域で活躍する方々にビジネスモデルを発表し、感想をいただきます。ビジネスを実現に近づける情報や知恵を収集できるまたとないチャンスです!



**第5回** 2024.2.3 SAT 10:30-15:30  
**ビジネスの魅力を伝えよう**  
 サングリモ中込 佐久市中込交流センター  
 商品やサービスの魅力を伝え、口コミを生み出す秘訣やディスプレイの実践レクチャー。ビジネスを地域で展開するための発信力を身につけます。



**最終回** 2024.3.2 SAT 10:00-15:00 (予定)  
**地域イベントでビジネス実践!**  
 佐久市内  
 地域のイベントでお店を出して、月3万円ビジネスを実践します。



## ビ・ジ・ネ・ス 月3万円の 3万円の 万生 了 修 月



『チャレンジできる自分になった』  
 秦七愛さん アトリエ町なか

人と一緒に新しいことを生み出すワクワク感に惹かれ、自分の得意なアートを3ビズにしたい!と受講しました。やってみたくことを語る仲間ができ、お互いを応援し合いながら、受講後も、ワークショップや表現の場作りにチャレンジしています。行動することで自分らしさや自信を見つげながら活動を続けています!



『自分らしさも母業も大事に』  
 佐藤恵美子さん 行商するシャレもの屋 enko

3児の母だけ自分らしさも母業も大事にしたいと思い、末っ子入園のタイミングで「時は来た!」と受講。最終回の出店で『あるがママ、わがママな手しごとで、誰かをちょっぴり楽しくできたらいいな』と自分の3ビズを開始。簡単にシャレて見えるターバンやシャレもので地域や人との繋がりを広げています。



『協力し合える仲間ができた』  
 牛山直美さん 数秘×くらしの実験道場

もっと自分を活かしたい!と思い講座に参加し、現在は数秘を使ったワークショップを中心に、人の魅力を引き出す活動にチャレンジしています。2年目の今も、試行錯誤は続いているが、講座の卒業生に相談したり、協力してもらうことも。そんな心強い仲間ができたことが、今となっては一番の財産です。



## 開催概要

**対象** 全6回のプログラムに参加できる女性の方  
 ○単発受講の受付はしていません。  
 ○講座と講座の間に小グループでのミーティングや個別面談を実施します。

**募集定員** 12名  
 定員を超える応募があった場合には、事業の趣旨を鑑み、定員の範囲内で総合的に判断し、受講生を決定させていただく場合があります。

**会場** 第1回 サングリモ中込 佐久市口腔歯科保健センター 会議室 (佐久市中込1-19-2)  
 第2~5回 サングリモ中込 佐久市中込交流センター (佐久市中込1-19-2)  
 最終回 佐久市内

**教材諸経費** 全6回 15,000円

**申込方法** 裏面をお読みいただき、申込書をご記入の上、郵送、もしくはインターネット経由の申込フォームいずれかでお申し込みください。

**申込締切** 9月29日(金) 必着

**お問い合わせ** 佐久市経済部商工振興課商業振興・雇用係  
 TEL 0267-62-3265 〒385-8501 佐久市中込 3056

わたしたちが  
 運営しています!



**校長** 矢口真紀  
 choinaca 合同会社代表

「ちょっと田舎」で小さく楽しい自立のかたちを提案するユニット choinaca 代表。『月3万円ビジネス(3ビズ)』を通して、埼玉県を中心に300名の仕事づくりをサポート。『わたしごとJAPAN』共同代表、おとなの学校『ひとつ屋根の下』運営など、「しごと」の捉え方を変えてまちを元気にするアクションを展開中。

**担任** 今野由香里/綿引遥可  
 合同会社 chioko



長野県下諏訪町で地域おこし協力隊として移住促進を担当後、「地域を小さくおこす、地域の黒子」としてchiokoをスタート。実践講座「小商いやつてミレバ! キャンプ」の開催や、商店街のレンタルスペース「チオコバ」の運営など、地元も移住者も巻き込みながら、ワクワクが出発点の小商いに伴走しています。