

今年で6年目、私たちの起業とは
お金がもらえる事業に育てて継続すること。

卒業生たちが続々と夢をカタチに！

スキルアップ セミナー Skill up!

子育て中のママも
大歓迎！

参加費
託児無料

シリ丹バレーキックオフセミナー

1
STEP

もしかしたら、
あなたの一歩が世界を輝らす

7.17 [日]

- 時間：13:30～16:30
- 場所：たんば黎明館
(託児の場所) 柏原自治会館

持ち物 筆記用具

カッコいい起業家になる！というより、
「自分にしかできないことをやる！」と
いう自分軸を見つけてください。「起業を
成功させる」ことは「将来に成果を得る」
こととなります。

講師
奈良先端科学技術大学院大学
イノベーション教育部門 特任教授
光井将一氏

2
STEP

自分(社)の強みを
他人本位で練り直す

1日目 ▶ 2日目

8.27 [土] 8.28 [日]

- 時間：9:30～16:30
- 場所：丹波の森公苑

持ち物 ノートPC(鉛筆と消しゴム可)
お弁当

実際に事業計画を作っていきます。想いを
文字に変えてまとめると行動計画書にもな
り、プレゼンやリーフレットの元になりま
す。ワークの時間もあるので同日受講がお
すすめです。

講師
中小企業診断士
株式会社
流通プランニング研究所
代表取締役 川上正人氏

3
STEP

ゆるめる・みつめる瞑想

心身をゆるめ、本来の
自分を目覚めさせる

10.16 [日]

- 時間：9:30～17:00
- 場所：上野氏カウンセリングルーム
(託児の場所) 兵庫県立丹波年輪の里公園 研修室

持ち物 お弁当

服装 ゆったりしたもの ズボンがよい

自分のこころの癖、潜在する課題、自分を変え
たいなど、まずは自分の内で解決しておきたい
ことがありますね。起業の動機は何かという、
自分を癒すことだったりします。

講師
心理カウンセラー
「KAZU」
ヒューマン・ヴァイタル・サポート
上野かず子氏

個別相談

プレゼンスライド
の作り方 基礎講座

2023 [定員10名]

2.4 [土]

- 時間：10:30～12:30
- 場所：丹波市市民プラザ(仮)

持ち物 ノートPC
iPadなどタブレット

パワーポイントを持っていないくても
タブレットでもスライド資料は
作れます！初心者でも少し学べば
プレゼンが好きになります。

講師
プログラマー
Code for Sasayama+Tamba
足立健人氏

発表会に向けての
準備をしよう！

成果発表交流会

4
STEP

女性の元気がまちを創る

2023
3.4 [土] (託児の場所) 柏原自治会館

- 時間：13:30～16:30
- 場所：たんば黎明館

講師
中小企業診断士
株式会社 流通プランニング研究所
代表取締役 川上正人氏

本講座に参加して8ヶ月、新しい仲間と成長
した自分を感じる発表会です。受講生と支援
機関・メディアの方々ともご縁をつなぐ機会
となります。あなたに大きな拍手を贈ります。



あなたの夢の
魅を届けよう



ウォーミングアップ / 受講のための面談

まずは、自分の特技と夢を、とにかくたくさん書き出します！
家庭環境や苦手なことも見てみます。

受講希望者は全員、いずれかの日程で受けていただきます。
● 場所：託児室Tプラス（ゆめタウン2階 市民プラザ内）

担当 NPO法人Tプラス・ファミリーサポート
理事長

谷水ゆかり



6.25 [土]
7.9 [土]

コロナ禍で先が見えない
時期に起業なんて？
と思われませんか。

① 13:00～14:00
② 14:15～15:15

今こそあなたの感性と強みで
社会を明るくしてください。

担当 RIO アカデミー
ダンス講師 / ライフコーチ

植野さやか



6.21 [火]

① 10:00～11:00
② 11:15～12:15

7.2 [土]

⑤ 10:00～11:00
⑥ 11:15～12:15
⑦ 13:00～14:00
⑧ 14:15～15:15

6.28 [火]

③ 10:00～11:00
④ 11:15～12:15

7.8 [金]

⑨ 10:00～11:00
⑩ 11:15～12:15



個別相談

講座を受講されている方のアフターフォローになります。
※セミナーを受講せずに受ける事はできません。複数選択可能。

経理事務・資金計画を含む行動計画

Adviser 津田弘一氏

田原会計事務所 税理士 2022 10.26 [水]

● 場所：田原会計事務所 2023 1.7 [土]
① 8:30～10:30 ② 10:30～12:30
③ 13:00～15:00

【定員 5名】

移住相談、プラン作成のフォロー

Adviser 谷水ゆかり氏

Tプラス・ファミリーサポート理事長

● 場所：丹波篠山市民センター又は
託児室Tプラス

日時は相談の上、調整します

【定員 5名】

情報発信・IT活用の相談
(HP・SNS・ECサイト・その他)

Adviser 湯山加奈子氏

合同会社ゴキゲンてくのろじ
プログラマ

● 場所：託児室Tプラス

日時は相談の上、調整します

【定員 10名】

地元経営者との座談会

愛情たっぷりの手作り焼菓子

丹波だからできた、人気店と理想の暮らし



講師

9.13 [火]

● 時間：10:00～12:00
● 場所：キャリア焼菓子店
(託児の場所) 三尾荘

キャリア焼菓子店

藤本理恵氏

目元がきれいになる喜びを

「まつ毛エクステ」の完全プライベートサロン「SOLUNA」



講師

2023

1.18 [水]

● 時間：10:00～12:00
● 場所：「SOLUNA」店舗

「SOLUNA」
店主

酒井智佳氏

受講した仲間たちに聞く！ 少人数交流会



長沢住宅設備 (株)

長澤瑞希氏

受講歴
R2年度

8.6 [土]

● 時間：10:00～12:00
● 場所：おとわの森子育てママ
フィールド「ブティブリ」

結婚した相手がたま
たま家業もち。自身
も家業に入り4人の
育児も同時進行！
奮闘も楽しい！



登山ガイド

中辻郁美氏

受講歴
H29-R3年度

11.12 [土]

● 時間：10:30～12:30
● 場所：丹波市市民プラザ(仮)

滝が大好き！
人が自然の中に身
を置ききっかけ作
りがしたくて登山
ガイドになった。



合同会社ゴキゲンてくのろじ
プログラマ

湯山加奈子氏

受講歴
H30-R3年度

12.3 [土]

● 時間：10:00～12:00
● 場所：フルハウス

静岡から丹波に移
住、まずは「ママ
のパソコン教室」
を立ち上げ、丹波
で起業した。

新型コロナウイルス感染症の影響などでセミナー等を中止または延期する場合があります。必ず申し込みをしてから参加してください。

対象 定員 10名

丹波地域在住、または丹波地域に移住して起業したいと考えている女性、すでに起業しているがプランを練り直したい方、今の職場から新規事業を立ち上げたい方、家業を支えながら女性の視点を生かして新分野に展開しようとする方、好きとボランティアで終わらせず、継続できるように対価を生み出したい方 ※ただし、参加する女性の関係者であれば、男性も一緒に参加可能

WEB サイト

スキルアップ塾の開催状況、塾生の感想・意見や卒業生の起業内容等を発信するサイトを運営しています

お問合せ

企画・運営 子育て支援・女性支援
NPO 法人 Tプラス・ファミリーサポート
メール：yukari@t-plus.jp

受講お申し込み

ご予約フォーム→

<https://forms.gle/8jdMTd2S9tySpSt16>



託児について

別途要予約

託児予約先：090-7877-5894(足立)
できる限りショートメールでご連絡ください。
※託児場所はセミナー開催会場近辺となります。
※託児室Tプラスのスタッフが託児をします。

託児予約は
各セミナーごとに
1週間前まで