子育て中の女性限定

AIと一緒に考える

子育て中からの『わたしらしい働き方』発見会



これまでの経験や得意を整理して、家庭と両立できる「仕事の種」を見つけよう

「子育てをしながら、私にもできることはあるのかな?」
そんな思いから始めて大丈夫です。
仕事、子育て、家事、地域活動、趣味。
これまでの経験をAIと一緒に整理すると、
自分では当たり前だと思っていたことが、
誰かに喜ばれる「仕事の種」に変わるかもしれません。

当日行うこと

- これまでの仕事や子育て経験の棚卸し
- 人からよく頼まれることの整理
- 得意なことや大切にしたいことの発見
- 家庭と両立しやすい仕事のアイデア出し
- 自分に合った最初の一歩を決める

講座終了時には

自分の経験から見つけた
「仕事の種」と、
家庭や子育てと両立しながら試してみる
「最初の一歩」を持ち帰れます。

こんな方におすすめ

- 子育てと両立できる働き方を考えたい
- 育児中でもできる副業や小さな仕事に興味がある
- ブランクがあり、何から始めればよいかわからない
- 自分の経験や得意なことを仕事に生かしたい
- 将来のために、今から少しずつ準備を始めたい
- AIに興味はあるが、使ったことがない

安心して参加できること

- パソコン操作やAIに詳しくなくても大丈夫です
- ※文字入力は必要です
- 副業や起業のアイデアが決まっていなくても参加できます
- 専門的なAI講座ではありません
- 人前で発表することを目的とした会ではありません
- 子育て中の今の状況に合わせて、一緒に考えていきます

開催情報

日　時：2026年8月22日（土）10時～11時30分
参加費：無料
定　員：先着4名限定
持ち物：スマートフォンまたはパソコン
会　場：INTILAQ 東北イノベーションセンター
仙台市若林区卸町2-9-1
地下鉄東西線 卸町駅下車
北出口より徒歩5分

講師紹介



整理ナビゲーター
齋藤まゆみ

INTILAQ東北イノベーションセンタースタッフ
一般社団法人チャレンジマム代表理事
介護初任者研修〈旧ヘルパー2級〉修了
子育て支援員

これまで20か所以上で、
さまざまな仕事を経験してきました。
子育てと仕事を両立しながら、
試行錯誤してきた経験を生かし、
「わたしらしい働き方」を
一緒に見つけます。

お申し込みはこちら

副業や仕事のアイデアが
決まっていなくても
大丈夫です。
まずは、自分の中にある
「仕事の種」を
見つけてみませんか?

主催：INTILAQ 東北イノベーションセンター
お問い合わせ先：022-357-0543