

Message

「自分らしく生きる」を、あきらめない社会をつくる。

「働くなんで、一生無理」24時間365日、娘の医療的ケアに追われ、
目の前のコンビニにさえ行けなかった私は夢を諦め、ただ毎日をこなすことで精一杯でした。
それが「時期を待ちなさい」という恩師の言葉に背中を押され3年かけて仕事ができる体制を整備。
訪問看護師・ヘルパー、家族のおかげでようやく夜間のライタースクールに通学できました。
最初の収入をいただいたときの感動は、今も忘れられません。

スモビズは、あの頃の私のように「自分らしく生きる」ことを、
あきらめない人のために生まれた小さな一歩を
全力で応援するプログラムです。
まずは、小さな「できた」を一緒に積み重ねていきませんか？



Profile

ツナグッド 代表 不破 千也子 Chiyako Fuwa

大学卒業後OLを経て結婚。重い障害のある娘を育てながら2007年にフリーライターへ。取材者数1500人超、ラジオCM受賞歴有。16年間の介護経験をもとに、障害児者の“自分らしい働き方”を応援するスモールビジネス支援事業「スモビズ」立ち上げ準備中。2024年SAITAMA Smile Womenピッチ審査員特別賞受賞。

公式LINEから

無料おしゃべり会お申し込み



QRコードを
読み取って
友だち追加

参加費
無料

Zoomオンライン
開催

重い障害のある子どもを育てる

ママ・パパのための

オンラインおしゃべり会開催中！



公式特設サイト

個別相談など、お気軽にご相談ください.....

✉ chiyako.fuwa@gmail.com ツナグッド代表 不破 千也子まで



ツナグッド 公式サイト

<https://www.tsunagood-pro.com>



スモビズ 公式特設サイト

<https://www.tsunagood-pro.com/sumobiz>

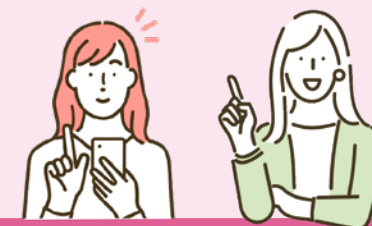


instagram

https://www.instagram.com/sumobiz_work

情報
発信中！

スモビズ
Small Business byツナグッド



小さな一歩を、ここから。

自分らしく、学ぶ、はたらく。

スモールビジネス支援プログラム



ツナグッドでは、「誰もが自分らしく働ける社会」を目指して、様々なサポートを行っています。

スモビズは、医療的ケア児や障害児を育てている方、

そして障害のあるご本人が自分らしく働くための力を育むための入門講座です。

3つの特徴

自分らしく働く
準備からはじめます

無理なく、
安心して学べます

学んだことが
「かたち」になります

2つのプログラム

A 障害児を育てるご家族対象プログラム

1. Instagram運用入門講座

対象 スマホやPCで気軽に在宅ワークに挑戦したい方

Instagramの基本操作やCanva(※)を使った投稿づくりを学びながら、実際のアカウント運用に必要な基本的なことを学び、業務委託のトライアルにつながる投稿づくりに取り組みます。スマホのみでの受講も可能です。

※Canva: オンラインで使えるデザインアプリ(ツール)。受講にあたっては「Canva」の操作が必要になりますので、事前にご準備をお願いいたします。

全体スケジュール

- 第1回 10月6日 10:30~12:00 ... 自分らしく働くとは？(合同)
- 第2回 10月21日 10:30~12:00 ... Instagram運用代行とは？
- 第3回 11月4日 10:30~12:00 ... 魅せる投稿デザインを学ぶ
- 第4回 11月17日 10:30~12:00 ... 届ける投稿文を考えよう
- 第5回 12月1日 10:30~12:00 ... 発表会と次の一歩
- 修了式 12月8日 10:30~11:30 ... 3年後のキャリアデザインを描こう(合同)

受講料 **33,000円(税込)**

定員 **3名(最大5名)**

※講座内容は、予告なく変更になる場合がございます
※特別講師によるレッスンも、一部の回で開催予定です

2. 作品販売・オンライン講師入門講座

対象 手作り作品で収入を得たい方／得意なことを講座にしたい方

手づくりや趣味のスキルを、オンラインで仕事にするための講座です。作品の販売方法や、好きなことを活かした講座の開き方を学びます。「好きなこと・得意なこと」をカタチにして、自分のペースで一歩を踏み出せるよう伴走いたします。

全体スケジュール

- 第1回 10月6日 10:30~12:00 ... 自分らしく働くとは？(合同)
- 第2回 10月21日 10:30~12:00 ... 好きを仕事にするためには？
- 第3回 11月4日 10:30~12:00 ... 人が集まる商品・サービスページの見せ方・書き方
- 第4回 11月17日 10:30~12:00 ... プレオープンに向けた準備
- 第5回 12月1日 10:30~12:00 ... 講座発表会と次の一歩
- 修了式 12月8日 10:30~11:30 ... 3年後のキャリアデザインを描こう(合同)

B 障害のある方対象プログラム

カスタマイズ型個別支援コース

対象 障害のある方で、自分のペースや体調に合わせて働きたい方

障害のある方が、自分のペースや体調に合わせて、無理なく「できること」を仕事につなげられるようにサポートするコースです。目指すゴールに合わせてレッスン内容をカスタマイズ。得意なことを活かした活動や在宅ワークへの一歩につなげます。



受講料 **1回90分 3,300円(税込)**

※初回の個別相談は無料
※対面講座の場合、交通費などご請求させていただく場合がございます
※2025年度は、主に埼玉県内の方を対象

働きたい気持ちはあるけれど、
何から始めていいかわからない



ブランクが長くて
自信がない



今の私に、
できる仕事なんて
あるのかな？



こんな方に
おすすめ！

他のママたちが
どうやって働いているのか
聞いてみたい



? 家族の協力が得られるか心配

