

好きなこと、得意なことで  
地元密着・社会貢献型の  
起業にチャレンジ！

自分らしい働き方で、  
飯田の暮らしを  
一緒に創りませんか？

令和7年度

# いいだ女性起業家 養成講座～入門編～

対象者：飯田下伊那在住の女性（年齢・経歴不問）  
会 場：ムトスぷらざ（丘の上結いスクエア2階）  
受講料：全5回で2,000円

定員  
15人

託児  
無料

第1回

10/31 金

13:00～16:00

## 自分に合った働き方って？

女性が働くということ、起業や副業の整理、起業のプロセス、  
地域貢献型の起業がどのようなものか学びます。

講 師：キャリアデザインオフィスあかつき代表 増田 綾子

第2回

11/10 月

13:00～16:00

## モヤモヤをハレに ～自分発見ワークショップ～

自分の強みを知り、起業に生かすオリジナルのワークショップです。

講 師：一般社団法人暮らしroom's代表理事 小宮山 聖美

第3回

12/10 水

13:00～16:00

## モヤモヤをプランにしてみる

ビジネスモデルキャンパス、目標設定シート（マンドラチャート）の作成を  
とおして、アイデアを整理します。

講 師：一般社団法人South-Heart代表理事 森本 ひとみ

第4回

1/14 水

13:00～16:00

## 事業計画の作成と磨き上げ

第5回の事業計画の発表会に向けて各自の計画を、受講生同士でブラッシュアップします。

講 師：一般社団法人South-Heart代表理事 森本 ひとみ

第5回

2/9 月

10:00～15:00

## 事業計画の発表

各自の事業計画に対し、専門家から個別にアドバイスを貰う貴重な機会です。

講 師：一般社団法人South-Heart代表理事 森本 ひとみ

助言者：株式会社大原屋コミュニケーションズ代表取締役 尾澤 章  
開拓群代表 立花 尚美

締切

10/29 水

※定員に達し次第、締切

いいだ女性起業家養成講座

詳細・お申し込みは  
飯田市ウェブサイトから



【主催・問い合わせ】

飯田市共生・協働推進課 0265-22-4560  
danjo@city.iida.nagano.jp

飯田市東和町2丁目35番地丘の上結いスクエア2階ムトスぷらざ