

# HOME WORKER'S HANDBOOK

在宅ワーカーのためのハンドブック



このハンドブックは、これから在宅ワークを始める方や在宅ワークを始めて間もない方のために、安心して在宅ワークをするための基礎知識をまとめたものです。いつでも手にとって、在宅ワークライフの指針としてご活用ください。

## 目次

第1章	在宅ワークへのアプローチ	3
1	在宅ワークってどんなもの？	
2	在宅ワークの実態	
第2章	在宅ワークの仕事の流れ	6
STEP 1	自分自身を分析してみよう	
STEP 2	仕事を探してみよう	
STEP 3	契約しよう	
	*見積書の参考例	
	*在宅ワークの適正な実施のためのガイドライン	
	*契約書の参考例	
STEP 4	作業しよう	
	*情報セキュリティの重要性について	
STEP 5	納品し、代金を請求しよう	
	*請求書の参考例	
	*税金と社会保険について	
第3章	キャリアデザインとスキルアップ	24
	*在宅ワーカーからのメッセージ	
第4章	在宅和亜子さんのトラブル例と対応策	28
第1話	和亜子さん、「うまい話」に引っかかる	
第2話	和亜子さん、印象悪すぎです	
第3話	和亜子さん、健康管理に気を付けて！	
第4話	和亜子さん、やきもきする	
	*トラブル予防策	
	トラブル発生時の解決処理方法	
第5章	在宅ワーク関連情報	33
	在宅ワークに関連する法律	
	相談窓口、関連サイト	
	在宅就業者総合支援事業	
	地域の在宅ワーク関連情報	