

令和7年度 女性が輝く東京農業特別支援事業

「輝く東京農業女子講座」レポート 西多摩Vol.3



第3回西多摩地域講座が、2025年11月6日(木)に西多摩農業改良普及センターで開催され、女性農業者を中心に、15名(男性、後日動画視聴希望者含む)が参加しました。今回は「初心者のためのSNS発信術」～すぐに使える投稿文テクニック～をテーマに、一般社団法人 SNSエキスパート協会 代表理事 後藤 真理恵氏から、Instagramを効果的に活用するための基礎知識と投稿文作成のコツについて講義が行われ、ポイントを押さえることで伝わりやすい文章を作りやすくなることを参加者が体感する内容となりました。毎回恒例の交流会では、参加者同士のつながりが徐々に深まってきている様子が見られました。



テーマ	「初心者のためのSNS発信術」～すぐに使える投稿文テクニック～
概要	Instagramを活用するにあたって、押さえておくべきポイントやリスク対策、フォロワーを増やすためのコツを学ぶとともに、初心者でもわかりやすい投稿文の作り方を実践する。
講師	一般社団法人 SNSエキスパート協会 代表理事 株式会社コムニコ コーポレートサポートチーム マネージャー 後藤 真理恵



講義



発表



ワークショップ



交流会

■ 第1部 初心者のためのInstagram活用方法と押さえておくべきポイント

Instagram投稿においては、「農園が伝えたい要素」と「ファンとの関係性を深める要素」を組み合わせることが重要である点を確認しました。ただし、関係性を深める要素と聞いてもイメージしにくい参加者も多かったため、講師から「やさしきタイ」(役に立つ・参加型・親近感・共感・タイムリー)の5つのポイントが紹介されました。これらを意識して投稿することで、農園のファンづくりや関係性の強化につながることを学びました。

■ 第2部 文章で魅力を伝える！コツを押さえた投稿文作成

“やさしきタイ”を意識して、「今朝獲れた〇〇の魅力を伝えるには」というテーマで投稿文の作成に取り組みました。ポイントを押さえて文章を組み立てるだけで、伝わりやすい投稿文がスムーズに作れることを実感し、参加者からは「これなら続けられそう」といった声も聞かれました。

終了後は、毎回恒例となっている交流会が行われました。参加を重ねるごとに顔なじみの方も増えてきており、会場では自然と会話が始まるなど、和やかな雰囲気の中で情報交換が進んでいて、参加者同士のつながりが徐々に深まってきている様子が見られました。

参加者の声①

「貴重なお時間をありがとうございました。農園の近くに住む方の認知が課題と感じていましたので、解決に向けコツコツ頑張ります。」



30代

参加者の声②

「Instagramの新規フォローさんのコミュニケーションをとってみようと思う。お客様を集めて、商品を売りたい。」



50代

参加者の声③

「ぜひInstagramをやってみようと思いました。一緒にグループの方の書いた投稿がとても参考になりました。すごい!!」



60代

参加者からは、講座を受けての前向きな感想や、講座を通じた交流の広がりを実感できる意見が寄せられました。実践的な内容と、すぐに現場で活かせる学びが多い講座を開催しておりますので、ぜひご参加ください。お待ちしております。



輝く東京農業女子



東京都



女性活躍の輪
Women in Action



輝く東京農業女子講座

初心者のための SNS発信術

第3回
西多摩地域
講座

～すぐに使える投稿文テクニック～

Instagramを活用するにあたって
押さえておくべきポイントやリスク対策、
フォロワーを増やすためのコツを学びます。
また初心者でもわかりやすい
投稿文の作り方を実践します。

11/6 木

13:00～16:00 (開場12:40) [講座終了後～16:50交流会]

受講無料

定員 **30名**
(オンライン参加を含む)

男性も参加
できます!

託児サービスあり
(事前申込制)

●オンラインでも参加可能。 ●当日参加できない方は後日動画配信も可能。(申込制)

会場

西多摩農業改良普及センター
(〒198-0024 青梅市新町6-7-1)

参加対象

東京都内の女性農業者
農業法人等で雇用されている方
女性農業者のご家族等

※本講座はInstagramのアカウントをすでにお持ちの方が対象となります。お持ちでない方は作成の上、ご参加ください。

こんな方に
オススメです!

- ・アカウントは持っているけれどうまく活用できていない方
- ・投稿するとき、「今日は何を書けばいい?」と悩みがちな方
- ・農産物の魅力を文章で伝える力をつけたい方

参加
することで...

- ・Instagramの注意点や活用方法を学んで苦手意識を克服できる!
- ・農産物の魅力をわかりやすく伝える文章が書ける!
- ・効率よく、時間をかけずに、すぐ投稿できる!

講師:後藤 真理恵

お申し込み・詳細は裏面をご覧ください。

今回の講座はコチラ！

● スケジュール

第1部

初心者のためのInstagramの活用方法と押さえておくべきポイント

第2部

文章で魅力を伝える！コツを押さえた投稿文作成

※ワークショップでは「ご自身で撮影した写真」を使います。当日は野菜などをスマホで撮影してお持ちください。お持ちいただけない場合は教材写真をご利用いただけます。

講座終了後～16:50まで交流会を開催いたします。ぜひこの機会に皆さまとの交流を深めてみてはいかがでしょうか。

※任意参加 ※参加無料



講師

ごとう まりえ
後藤 真理恵

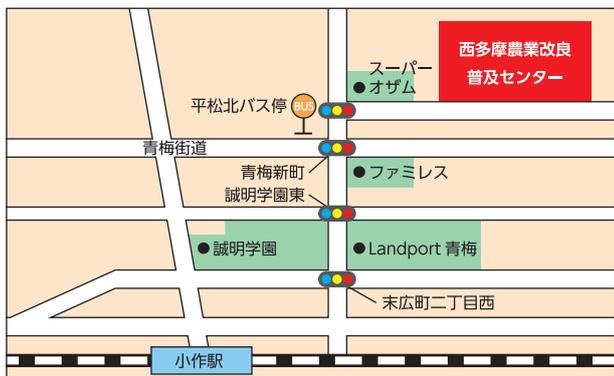
一般社団法人SNSエキスパート協会 代表理事
株式会社コムニコ コーポレートサポートチーム マネージャー

東京大学卒。IT企業などを経て2013年コムニコに入社。2016年SNSエキスパート協会代表理事に就任。多くの企業や団体のSNS活用支援で得た知見をもとに、効果的で安全なSNS活用法の啓発および人材育成に努める。内閣府主催セミナー、企業・団体・自治体等での講演、書籍やメディア向け執筆など実績多数。

● 会場のご案内

西多摩農業改良普及センター

〒198-0024 青梅市新町6-7-1



【電車でお越しの方】

JR小作駅「東口」より

西東京バス<三ツ原循環西廻り>平松北下車 徒歩約5分

【お車でお越しの方】

普及センター内に駐車可能です。

● 申込はコチラから

参加ご希望の方は下記のQRコードまたはURLよりお申し込みください。

<https://form.qooker.jp/Q/auto/ja/251106/nougyou/>



応募期間

2025年11月4日(火)
17:00迄

※託児サービスをご利用の方は、2025年10月29日(水) 17:00迄

オンライン申込をご利用いただけない場合は、西多摩農業改良普及センター(TEL:0428-31-2374)にお電話にてお申し込みください。

● 今後の講座のスケジュール



※開催場所、スケジュールは各募集チラシをご確認ください。スケジュールは変更になる場合がございます。

お問い合わせ:輝く東京農業女子講座運営事務局 mail: info@agri-tokyog.com
西多摩農業改良普及センター(TEL:0428-31-2374)