

第12期
受講生募集!

まずはアクション! /

連続講座

小商いやッテミレバ! キャンプ in 南信州

仲間と夢を共有し、一緒にたのしく学びながら
できることから小さくおこす、女性のための実践講座です!

初回

2026

7.21 tue START!

全6回講座(日程と詳細は中面をご覧ください)

まずは 無料の体験ワークショップ &
説明会へ行ってみレバ!

7.7 tue 10:00~12:30

at 旧飯田測候所 (飯田市馬場町3丁目411)



詳細は▲

「小商いヤッテミレバ! キャンプ」とは

わたしたちが考える小商いは、〈好き〉や〈たのしい〉〈やりたい〉という
前向きでワクワクする気持ちが出発点の、〈自分らしい暮らし方・働き方〉のこと。
できることから小さく始める。だけど規模は大きくても小さくてもいい。
お店は持っても持たなくてもいい。そんな小商いを応援したいと考えています。
小商いヤッテミレバ! キャンプは、応援し合える仲間と出会い、ワイワイ知恵を出し合い、
そして小商いを実践する場です。
まずは半歩でも前に進む、全6回の連続講座であなたの小商いをスタートさせましょう!



講座卒業生の「小商い」紹介



喫茶とお宿はく。わきみち
太田 清美さん

@ wakimichi_inadani

自分
に合う暮らしと
仕事の形を
追いかけて

複数の仕事を組み合わせて生きる。講座を受け、それを肯定し、理想を描くことができました。心強いのは仲間ができたこと。想いを共有し、ときに一息つきながら一緒に進んでいる実感があります。受講から3年経ち拠点をオープン。自分の軸からの商いと他の仕事を両立しながら、これから起きることを楽しみに想えています。



行商するシャレもの屋 enko
佐藤 恵美子さん

@ enko_shareturban

自分
らしさも
母業も大事に

3児の母だけ自分らしさも母業も大事にしたいと思い、末っ子入園のタイミングで「時は来た!」と受講。最終回の出店で『あるがママ、わがママな手しごとで、誰かをちょっぴり楽に楽しめてきたらいいな』と自分の小商いを開始。簡単にシャレて見えるターバンやシャレもので地域や人との繋がりを広げています。



むすびあん
鈴木 あこさん

@ musubi_aco

チャ
レンジをき
っかけに
出会いが
広がった

びったりのタイミングで講座を見つけ、直感的にビビッと参加。約4ヶ月に渡って自分と深く向き合い、仲間の声に背中を押され、11年の専業主婦生活から一歩踏み出すことができました。今は発酵や摘草料理を生かしたランチ営業やケータリングをしています。発信を続けるほど縁が繋がりが、「好き」が仕事になっていく喜びを実感しています。



イノチノネ
平沢 沙峰さん

@ inochino.ne

仲間と一
緒だから
ワクワクを
具体化でき
た

「自分に何ができる?」と手探りの状態から受講。小商いだからハードルも低く、熱い想いをもつ仲間と相談できる環境で、やりたいことが見つかり形になった喜びはひとしお! お米で繋がる輪を広げたいという想いから、自然栽培米の稲ワラを活用したワラ細工作りに挑戦しました。講座で得た「まずは小さく試す」姿勢は今の活動にも活かしています!



講座内容

*日程や会場は変更になる場合があります。

DAY
1

7.21(火)
10:00~17:00

〈会場〉
デンリュウ堂
(飯田市川路4919)

夢を語ってミレバ!

自分の夢を思い描き、カタチにする「ドリームマップ※」を制作します。好きなこと、やりたいこと、大切にしたいこと、新たな自分や小商いのタネを発見しましょう!



DAY
2

8.25(火)
10:30~15:30

〈会場〉
waratte house
(飯田市龍江 3962-2)

アイデアを生み出してミレバ!

仲間同士でお互いの小商いのタネを育てていきます。グループセッションで、魅力的な小商いのアイデアを生み出し、商品性を高めましょう!



DAY
3

9.15(火)
10:30~15:30

〈会場〉
waratte house

小商いモデルつくってミレバ!

アイデアを元に、自分だけの小商いモデルを作ります。ターゲット、料金設定、宣伝や販売の方法など、知恵を出し合い磨き合しましょう!



DAY
4

10.6(火)
10:30~15:30

〈会場〉
旧飯田測候所
(飯田市馬場町3丁目411)

みんなにプレゼンしてミレバ!

地域で活躍する先輩方や講座卒業生へ、小商いモデルを発表します。たくさんの方からのアイデアや情報を集めて、小商いを形にしていきましょう!



DAY
5

10.27(火)
10:30~17:00

〈会場〉
waratte house

お客さんに伝えてミレバ!

小商いの魅力を伝える力を身につけます。チラシやディスプレイを通して、自分の小商いを地域で広げていく発信力を育てましょう!



DAY
6

11.28(土)
※雨天の場合は
29日(日)

〈会場〉
旧飯田測候所

地域で出店してミレバ!

いよいよ小商いデビュー!イベントに出店し、仲間と一緒に小商いを実践してみましょう!



運営者紹介

小商いの実践に伴走します



リード役 合同会社chioko
(緒引通町・今野由香里)

下諏訪町を拠点に「地域を小さくおこす、地域の黒子」として、講座・イベントの開催やレンタルスペース「チオコバ」の運営など、地元も移住者も巻き込みながらワクワクが出发点の小商いに伴走しています。



一緒にチャレンジします!



ホスト役 mom smicle
(マムスマイクル)

mom(ママ)の、smile(笑顔)が、cycle(循環)する社会を作りたい!という想いで、3人の母たちで結成した『mom smicle(マムスマイクル)』。私と家族、地域の笑顔を繋げていきます。

Message

子育てしながらでもチャレンジしてみたい! そんなあなたの想いをカタチにしてみませんか? 絶対子育て奮闘中の私たちと一緒にワクワクを語りましょう!



こんな方をお待ちしております！

- いくつかは好きなことを仕事にしたい想いのある方
- お互いを応援し合える仲間がほしい方
- 子育てやお勤めしながら自分や家族の時間も大切にしたい方
- 自分のことを「自信がない」「フツウ」だと思っている方
- 身の丈に合った仕事をつくりたい方
- 得意なことで身近な人の役に立ちたい方

小商いヤッテミレバ！キャンプ 第12期生 募集要項

対 象 全6回の連続講座すべてに参加可能な女性

※単発受講の受付はしていません
※講座日程の合間に小グループでのミーティングや個別面談を実施します

募集定員 12名 定員を超える応募があった場合には、定員の範囲内で総合的に判断し、受講生を決定させていただく場合があります。

受講料 15,000円（全6回分／教材諸経費込）

申込方法 コチラよりお申し込み下さい▶
申込締切：7月7日（火）



お子様連れOK！
一度ご相談ください

まずは無料体験ワークショップ&説明会へ

連続講座の内容や雰囲気を知っていただくため、無料体験ワークショップ&説明会を実施します。小商いの先輩の体験談も聞ける機会です。講座の魅力や小商いのワクワクを、ぜひ体感しに来てください！

日 時 7月7日（火）10:00～12:30

会 場 旧飯田測候所（飯田市馬場町3丁目411）

対 象 小商いヤッテミレバ！キャンプの受講を検討している方

定 員 30名 ★要事前申込 **参加費** 無料

無料体験WS&説明会
参加申込はコチラ▼



申込締切：7月5日（日）

主催

mom smicle（ママスマイクル）

運営

合同会社 chioko

協力

nom

KISSA DESIGN

Studio.OHANA

合同会社つみきのじかん

テンリュウ堂

デザイン+イラスト

itsuka LLC.

後援

飯田市／飯田市教育委員会

松川町／高森町／阿南町

阿智村／下條村／売木村

泰阜村／喬木村／豊丘村

信濃毎日新聞社

南信州新聞社

飯田経済新聞

月刊・タウン情報いいだ

飯田エフエム放送

南信州での活動は

『mom smicle（ママスマイクル）』

長野県での活動は

『小商いヤッテミレバ！』

で検索！



お問合せ

合同会社 chioko

「chioko.llc@gmail.com」

までメールにて