

昨年度は**日本経済新聞、信濃毎日新聞、読売新聞**
などでも紹介され、大きな注目を集めています！

長野県佐久市

ここで働くって、アリかも ARIKAMO

地域×企業×学生＝地方創生インターン

これから生きる力を備える／

自分らしく「働く×暮らす」のビジョンを描ける
地方創生インターンに参加しよう！

長野県佐久市で、地域ぐるみのインターンシップ『ARIKAMO (アリカモ)』の第2期がスタート！

就活に役立つ研修や、市内企業や市役所で複数社の就業体験ができます。

説明会では分からない、はたらく現場を複数社、効率よく訪ねることができる貴重な機会です。

長野県で就職を考えている人にとっても、大都市等で就職を考えている人にとっても、

こんな「はたらく」ってアリカモ！？というヒントが得られる3日間のイベント。

ぜひご参加ください！

7

つの地元異業種を
まとめて体験！

三葉産業(株)

ナビオ(株)

(株)竹花組

(株)シナノ

長野吉田工業(株)

(株)アルソア慧央グループ

佐久市役所

交通費・宿泊費
補助あり！

※予算上限や条件があります

- 1度にさまざまな業種を見学できる
- 首都圏等以外での就活・生活の**選択肢**を知る！
- 都会での就職を考えている人にもヒントがたくさん！
- 地方創生インターンへの参加で
他の学生にない自己PRポイントがつかれる！
- インターンシップや就活に乗り遅れた方もWELCOME！
- 経営者や移住者起業家とコミュニケーションをとることで、
自分らしいライフ&キャリアビジョンができる！

交通費・宿泊費補助あり

2泊3日
標準コース

チェックイン インターン チェックアウト
研修 + 4社 + グループ発表型 研修

2泊3日 9.3水～5金

自己理解が深まるチェックイン研修から、佐久市役所を含む4社の企業インターン、グループ発表型のチェックアウト研修まで参加することで、社会人として働くことのイメージが具体的につかめるほか、今後の就職活動に役立つPRポイントとしても活用できるインターン体験となります。

交通費補助あり

1日
参加

9.3水～5金で1日ごと選択参加

スケジュールがあまりとれないけど気になる企業がある！
という方におすすめです。企業を訪問することで、WEBだけではわからないリアルな職場を体験してみましょう。

※2泊3日標準コースの参加者枠に空きがある場合

詳しくは
裏面を
Check!

詳細・申し込み
はこちら！

主催 (一社)佐久産業支援センター

佐久市地域産業ブランディング
支援事業補助金活用事業

参加
企業

市民の皆様へ こんなインターンシップ あるよ! 😊

とぜひお伝えください。

市民の皆さまの身近な学生さんへのお声がけが、
地域と若者をつなぐ大きな一歩になります。
ぜひ応援をお願いいたします!

今後の詳しい情報は、
ホームページをご確認ください
<https://arikamo.com/>



三葉産業株式会社

鉄がかっこよくなる瞬間

鉄鋼製品の専門商社として、鉄パイプや鋼材の加工・販売を手がけています。設計から加工・納品まで一貫対応し、土木・建築・農業など多様な分野を支える“緑の下の力持ち”的存在です。

ナビオ株式会社

電気で金属を温めるってなに!?

誘導加熱装置や航空障害灯などを手がける電源機器メーカー。研究開発から設計・製造・納品まで一貫体制を持ち、産業機械や交通インフラなど多様な分野に貢献する技術系企業です。

株式会社竹花組

あの施設や橋も実はこの会社!

別荘建築から公共工事まで幅広く手がける総合建設会社。「確かな技術で快適な環境を創造する」を理念に、高い技術力と温かなサービスを地域に提供しています。

株式会社シナノ

アスリートからお年寄りまで

スキーポール・登山杖・歩行支援杖など“支える道具”の分野で国内トップクラスのメーカー。スポーツから福祉まで、使う人の「安全」と「挑戦」を支える製品を長年にわたり開発しています。

長野吉田工業株式会社

身近な容器の裏側をのぞける製品開発の現場!

ペットボトルや化粧品容器を製造し、特に化粧品容器では成形からデザイン加工まで一貫対応が強い。品質管理と短納期対応に優れ、大手化粧品メーカーからの信頼も厚い企業です。

株式会社アルソア慧央グループ

化粧品づくりの、やさしさとかかわりを知る

自然由来の化粧品・健康食品を製造・販売し、「内外からの美と健康」を追求する企業。自社工場での製造工程管理や品質管理の高さに定評があり、全国に販売ネットワークを持ちます。

佐久市役所

佐久市のリアルな地域課題 × 未来妄想&提案

市民サービスから都市計画、観光・福祉・教育政策まで、佐久市の暮らしを支える行政機関。幅広い業務を担い、地域課題の解決やまちの未来づくりに取り組んでいます。

インターン参加 × 研修で自己理解を深め、働く“ワクワク”と可能性を広げよう

参加学生
の声

- ✓ 効率よく企業や市役所を訪問し、自分の業種を絞るのに活かせる
- ✓ 地元で働くことのやりがいや意義が感じられた
- ✓ プレゼンの練習もでき、今後の就活に役立ちそう
- ✓ 移住者の起業家とも交流できたことが新鮮で、視野が広がった



企業×学生
交流



集合
研修

自己理解が深まるチェックイン研修から、複数社の企業インターン、グループ発表型のチェックアウト研修まで参加することで、社会人として働くことのイメージが具体的につかめるほか、今後の就職活動に役立つPRポイントとしても活用できるインターン体験となります。

9.3
水

Opening Camp オープニング キャンプ

今回のインターンを将来に向けた「かけがえのない場」にするために、
“働く”をテーマにみんなで対話し、ワクワクを深めよう!

- インターンシップの目的を考える
自分たちにとっての意義とは? 学生が「主体者」であることを考えます
- お互いを深く知る
自分史や働くことへのイメージ、仕事とは何か
などお互いの人となりや仕事観の共有します
- インターンで得たいこと
● 明日から実践すること



9.5
金

Reflection Camp リフレクション キャンプ

インターン期間に得た学びを仲間や経営者・起業家に伝え、
就活に役立つプレゼンカ&自己PR材料を獲得しよう!

- プロジェクト発表会
・チームワークや企画立案、
プレゼン力向上
- 今後のキャリア実現に繋げる
・「地方で働く」を深く知る(先輩講話)
・都心で働くことと地方で働くこと
・自分の「譲れない軸」を知る



2泊3日
標準
コース

9/3(水)

10:00 集合
@ ワークテラス佐久

Opening Camp
集合研修
10:30-12:30

ランチ会
12:30-13:30

インターン
1社目
14:00-17:00

9/4(木)

インターン
市役所
9:30-12:30

ランチ会
12:30-13:30

インターン
2社目
14:00-17:00

9/5(金)

インターン
3社目
9:30-12:30

社食 or ランチ
12:30-13:30

Reflection Camp
集合研修 14:00-16:00
懇親会 16:30-18:00

1日参加

1日ごとに選択参加

※2泊3日標準コースの参加者枠に空きがある場合

参加条件

- 2025年以降卒業予定の大学院生、大学生、短大生、専門学校生、高等専門学校生
- 佐久市の企業、団体への就職に興味がある方
- 選択した各コース期間を通して参加できる方



参加方法

WEBの申込フォームから
必要事項を入力してください。

申込
締切

7.31

早期申込が
優先されます!

書類選考後、事務局より
参加確定の連絡をメールいたします。

※標準コース(2泊3日)の方を優先して参加確定させていただきます。
※応募状況により早期締切・書類選考・抽選を実施いたします。

申込はこちら



事業補助金 佐久市インターンシップ事業補助制度

インターンシップのために要した交通費・
宿泊費を補助する補助金があります。

- 交通費 インターンシップのために要した公共交通機関の利用に関する費用(上限1万円)。
- 宿泊費 インターンシップのために要した宿泊施設の利用に関する費用(1泊当たり上限5千円、10泊以内)。

※補助金請求時に、領収書等の原本が必要となります。
(交通費・宿泊費を各自予約・支払い後に、後日申請になります)
※年度ごとに予算枠の上限がございます。
※その他、詳細は参加確定後にご案内します。



詳細・申し込みはこちら! <https://arikamo.com>

主催 (一社)佐久産業支援センター