

「これ誰かがやってくれる人いないかなあ」をかなえる
個人事業主の猫の手

オフィス・ヒロ

ちょっとしたお手伝いで事業がスムーズに進む



2022年11月1日作成

目次

1. プロフィール
2. こんな時はオフィス・ヒロに
 - ① リラクゼーションサロンを開業する
 - ② 初めてホームページを作る
 - ③ LINEやインスタやらないといけない？
 - ④ ホームページの発信ができない
 - ⑤ ネットショップの商品登録が大変
 - ⑥ イベントをしたいけど準備が大変
 - ⑦ 作成資料の確認に第三者の目が欲しい
 - ⑧ 事務作業全般が苦手で煩雑
 - ⑨ 迷ったり困ったりした時

プロフィール



オフィス・ヒロ代表 友清 浩子（ともきよ ひろこ）

経歴

1980年卒。予備校教務、楽器営業を経て、教材ソフト開発、webショップ運営会社勤務
Windows創生期からオンライン関係事業に携わるが、40代半ばでデジタルに疲れ、
アナログに回帰、リフレクソロジーサロン勤務を経て、

2006年3月有限会社チームリラックス設立　そこでデジタルの力も必要なことを実感
2016年10月までの10年余り、大阪府豊中市にて「リフレとアロマの店 PADMA」を経営
還暦を機に引退、の予定で、2017年3月、ベトナムハノイ移住、予定外に1年で帰国
帰国後、自身が一人開業していた時に困ったこと、人を雇うほどではないが一時的に
手助けして欲しかったことがしばしばあったことを思いだし、一人事業の方向けに
2018年5月　個人事業主の猫の手～オフィス・ヒロ開業

当初はイベントアシスタントなどリアル業務も多かったが、2020年の新型コロナ禍以降
SNSを中心にweb関連の業務が拡大。結局デジタルの世界に戻る羽目になり現在に至る。



ofc-hiro.com

主な実績

- ・サイト開設時のシステム専門業者とのディレクション
- ・チラシ、資料等校正
- ・コンサート、企画展等イベント運営&受付業務全般
- ・ブログ、SNS代理投稿
- ・ホームページ&SNSの分析と運用提案
- ・ホームページ設置からSNS運用開始までのアドバイスと実務全般代理　等

こんな時はオフィス・ヒロに① リラクゼーションサロンを開業する

開業が決まり、場所や必要な備品は手配できたけれど、他に何をすればいいのかな？

初回相談

初回相談料：5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- ・ 事業内容の聞き取り
- ・ 集客、広報方法、公的手続き（開業届、確定申告等）の紹介
- ・ ご自身に合った集客方法の提案

オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

開業ヘルプ～半年程度継続

- ・ よろず相談（集客・経理等）

※ホームページ設置、SNS代理運用等下記単発業務は含まれません

55000円～

その他単発業務

- ・ ホームページ設置 44000円～
- ・ SNS運用作業全般 22000円～
- ・ 経理処理関係基礎知識 11000円

※記帳等申告に必要な基礎知識を説明します。専門的内容は、税務署や地元商工会議所等の窓口で税理士にご相談ください



こんな時はオフィス・ヒロに② 初めてホームページを作る

初めてのホームページ、業者に頼む？自分で作る？

初回相談

初回相談料：5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- ホームページ設置の目的、ターゲット、運用方法等の整理
- ホームページ作成方法の紹介等
（自作or業者、無料サイトor有料、メリットとデメリット等）

オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

名刺代わりの簡単なホームページ作成（ご自身での後日更新可能）

- 無料サイトテンプレート使用数ページのサイト作成 33,000円～
- ドメイン取得、サーバー設置代理等追加作業 11,000円～
- Wordpressによるサイト作成 55,000円～

※別途費用がかかるもの：

デザイナーによるサイトデザイン、webプログラマーによるカスタマイズ、SEO対策関係のアシスト、
完成納品後の記事更新等

プロ業者とのディレクション（既に依頼業者が決まっている場合）

- 打合せ立会い&完成テスト、運用アドバイス 33,000円～
※立会い回数、テスト内容により金額は異なります

プロは高いかな？
ちゃんと作ってくれる
かな？
自分でできるかな？



こんな時はオフィス・ヒロに③ LINEやインスタやらないといけない？

ホームページやSNS、いったい何をどうやって運用すれば良いの？

初回相談

初回相談料：5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- ご自身の思考の整理
- ホームページとSNSの運用方法の紹介
- ご自身に合った運用方法の提案

オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

初期設定ヘルプ（LINE公式、インスタ、facebook、twitter、YouTube）

- 細かい機能紹介と使い方指導 1アカウント 22000円
- 初期設定代理（使い方指導含む） 1アカウント 33000円

※別途費用がかかるもの：

プロカメラマンによるプロフィール写真撮影、デザイナーによるロゴ作成等

運用ヘルプ（LINE公式、インスタ、facebook、twitter、YouTube、ブログ等）

- 代理投稿 1ヶ月につき33,000円～（簡単な動画編集含む）

※YouTubeの動画編集については、別途応相談

時代は
YouTubeだ
よ

今はインスタ
やらないかん

LINE公式で
発信すれば
いいのに



こんな時はオフィス・ヒロに④ ホームページの発信ができない

ホームページのSEO対策には定期的な記事投稿が必要というけれど・・・

初回相談

初回相談料：5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- ご自身の思考の整理
- 記事の方向性整理と運用の提案

SEO対策には
こまめな記事投
稿が必要だよ

オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

コンテンツ計画を立てる

- キーワードの選定と運用計画の作成 11,000円～ ※記事数による
※ヒアリングの上、適切な検索ワードとコンテンツ内容を含む投稿計画作成

ただ投稿する
だけじゃ
だめだよ

記事を作成投稿して運用する

- 代理投稿 1ヶ月につき33,000円～ ※記事数による
※単発、短期、長期、ご要望に合わせて対応します
※原則として公開前に必ず確認していただきます



こんな時はオフィス・ヒロに⑤ ネットショップの商品登録が大変

不定期なので人を雇うほどではないけれど、自分でやると時間がかかって販売機会を逸しそう。できるだけ早く作業完了したい



初回相談

初回相談料：5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- 作業内容ヒアリング、作業工程整理等

オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

オンライン対応

※作業量、関連業務契約状況に応じて応相談

- ネットショップ商品登録作業 11,000円～
- ニュースレター、ブログ、SNS等での発信原稿下書き 11,000円～
- その他、オンラインショップ運用アシスタント 11,000円～

※オンラインショップ立ち上げ代行も承ります



訪問対応例

※作業量、作業時間、関連業務契約状況に応じて応相談

- 商品写真撮影アシスタント 11,000円～
- 繁忙期商品発送業務アシスタント 11,000円～



こんな時はオフィス・ヒロに⑥ イベントをしたいけど準備が大変

展示会や周年記念パーティー、各種イベント、キャンペーンなどの企画相談から事務局実務まで

初回相談

初回相談料： 5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- 企画相談、作業内容整理、タイムライン概要作成



オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

事前準備対応

※作業量に応じて応相談

- イベント事務局全般 55,000円～
- 準備ヘルプ（準備物作成等含む） 22,000円～



当日対応

※当日アルバイトスタッフ手配対応可 ※作業量・拘束時間に応じて応相談

- イベント、セール等運営ヘルプ・受付 11,000円～ ※スタッフ人件費別途



こんな時はオフィス・ヒロに⑦ 作成資料の確認に第三者の目が欲しい

セミナーやプレゼン資料、パンフレットなどの紙ベースからホームページなどのwebまで

初回相談 初回相談料： 5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- 作業内容整理、必要に応じてチェック表作成

オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

基本的にオンラインで対応します ※作業量に応じて応相談

- | | |
|----------------------|----------|
| • 1ページサイト・記事等校正&動作確認 | 11,000円～ |
| • ホームページ動作確認 | 22,000円～ |
| • セミナー資料、パンフレット等校正 | 11,000円～ |



こんな時はオフィス・ヒロに⑧ 事務作業全般が苦手で煩雑

定期的、単発的にアウトソーシングしたら、楽になるかも

初回相談 初回相談料： 5500円（後日契約成立の場合は、無料）

- ・ 相談、作業内容整理、等

オフィス・ヒロができること

金額は目安です。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、
ご検討の上、ご契約ください

オンライン対応例 ※作業量に応じて応相談

- | | |
|---------------------|----------|
| ・ ネットショップ商品登録作業 | 11,000円～ |
| ・ ホームページ・ブログ等記事移管作業 | 11,000円～ |
| ・ セミナー資料、パンフレット等校正 | 11,000円～ |



訪問対応例 ※当日アルバイトスタッフ手配対応可

- | | | |
|---------------------|----------|------------|
| ・ イベント、セール等運営ヘルプ・受付 | 11,000円～ | ※スタッフ人件費別途 |
| ・ 領収書整理、書類整理等 | 11,000円～ | |



こんな時はオフィス・ヒロに⑨ 迷ったり困ったりした時

経営・経理・広報など専門家の知恵が必要という気もするけれど、そこまで大層なことかな？
どこに相談すれば良いのかわからない、何を聞いたらいいのかわからない

初回相談 オンライン無料（30分程度）

- ・ お困り事の聞き取りと整理

オフィス・ヒロができること

金額につきましては、作業内容・作業量により異なります。
ご予算も考慮し、個別に見積もり金額を出しますので、ご検討の上、ご契約ください



お困り事解決への道筋をつける

- ・ 専門家、窓口等の紹介 無料
- ・ 専門家相談事項の整理、同席 5,500円～
- ・ 専門家相談後の実務ヘルプ 11,000円～

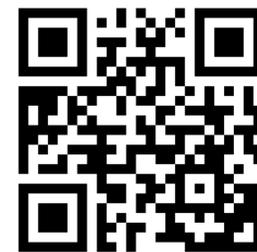
※具体的な実務ヘルプの内容、料金については他頁参照

※コンサルタント、デザイナー、IT業者、カメラマン、その他北摂で活動する信頼できる専門家を紹介します・



忙しい時、わからない時、疲れた時

お気軽にお問い合わせください



<https://ofc-hiro.com/contact/>