受講料無料（公費負担）

再就職したいけれど、パソコンに自信がない方へ

2か月間で即戦力になるスキルを身につけませんか



公共職業訓練（令和８年度）一関地区

パソコン基礎科

ハロートレーニング ～急がば学べ～

訓練コース番号：5-08-03-133-03-0125

定員12名のため、お早めにお申し込みください！

募集期間　11月17日～12月24日

訓練期間：令和9年1月21日～3月19日（9:20~15:50）

定員　12名

選考会　令和9年1月7日（木）
内容：適性検査・面接
会場：両磐地域職業訓練センター

受講料　無料（公費負担）
※ただし、テキスト代7,700円(概算)別途

文書作成(Word)　ビジネス文書の基本からチラシ作成まで
表計算(Excel)　データの入力、関数、グラフ作成まで
就職支援　履歴書の書き方や面接対策もバッチリサポート！

お申込み方法　まずはハローワーク窓口へ！
※毎週火曜日(AM)個別相談も実施しております

施設見学　訓練会場の見学も随時受付中！
実際の教室の雰囲気を見てみたい方は、お気軽にお問い合わせください。

問合せ先

主催　岩手県立産業技術短期大学校水沢校
TEL：0197-22-4427
住所：〒023-0003 奥州市水沢佐倉河字東広町66-2

訓練実施施設　両磐地域職業訓練センター（職業訓練法人 東磐職業訓練協会）

選考会会場
TEL：0191-52-2879
住所：〒029-0803　一関市千厩町千厩字上駒場360-4

HOP まずは土台作り → STEP 実践スキルを習得 → JUMP 総仕上げ → GOAL 自信をもってお仕事スタート！

■訓練内容

科目		内容	時間
学科	OA概論	コンピュータの仕組み、インターネットの仕組み、セキュリティに関する知識	6
	情報リテラシー デジタルリテラシー	SNSの強みと脅威についての知識、生成ＡＩの基礎知識	6
	キャリアデザイン概論	オリエンテーション、キャリアコンサルティング、ビジネスマナー、職業倫理、職場のコミュニケーション、自己理解、仕事理解、応募書類作成、面接対策、職業・生活設計、インターネットを用いた求人の検索方法	48
	安全衛生概論	労働災害の概要、事務系職種における安全衛生対策、メンタルヘルス対策・ストレスチェック、刈払機取扱い作業者安全衛生教育	11
	時間計		**71**
実技	OA実習	文字入力、タッチタイピング、データ管理、電子メールの活用、ホームページ閲覧と情報収集	12
	文書作成実習	入力操作、書式設定、表の作成、図形や画像等による文書の装飾、各種ビジネス文書の作成	51
	文書作成応用実習	チラシ作成、差し込み印刷、検定対策	18
	表計算データ処理実習	表の作成、並べ替え、データベース、関数、グラフ作成、帳票作成	48
	表計算データ処理応用実習	関数の応用、表作成の活用、検定対策	24
	デザイン実習	Canva基本操作	9
	安全衛生実習	刈払機取扱い作業者安全衛生教育	2
	時間計		**164**
訓練合計			**235**

刈払いの修了証が交付されます



■留意事項

○選考会の面接は、申込順に実施するため、待ち時間が生じる場合があります。

○やむを得ない事情により選考会を欠席又は遅刻する場合は、事前にご連絡ください。なお、無断で欠席又は遅刻した場合は、原則選考対象外となります。

○選考結果は選考日より数日以内に申込者宛てに郵送します。
なお、受講決定後に受講辞退した場合は、テキストは原則購入していただきます。

○この訓練は、応募状況等により実施されない場合があります。

