



ビジネス活用 パソコン基礎科

令和8年9月25日開講！

訓

練

生

募

集

！

定員
18名

【訓練期間】 令和8年9月25日～令和8年12月24日

休講日：土・日・祝日、10/8、10/9、11/11、12/17

【訓練時間】 9：20～15：50

【募集期間】 令和8年7月16日～令和8年9月2日

※ 募集期間終了間際になると、ハローワークの窓口は大変混雑いたします。
お早目の求職申込と職業相談、訓練受講申込み手続きをお勧めいたします。



《長野労働局》

自己負担額	受講料 無料 教科書代 10,670円（税込）
訓練対象者	公共職業安定所に求職申込みを行っている方で 公共職業安定所長の支援指示等を受けた方
訓練対象者の条件	特になし（初心者でも安心して受講できます）
受講相談・受講申込 方法について	ハローワークに求職の申込を行い、就職相談の 結果、訓練受講が必要と認められた場合にハ ローワークから受講申込書が交付され、応募方 法等の説明があります

【選考について】

選考日時	令和8年9月7日 ※申込時、個別に時間指定
選考方法	筆記試験および面接 持ち物：筆記用具、スリッパ
選考場所	パソコンカレッジ（訓練実施施設） 上田市住吉246-7
選考結果 通知日	令和8年9月9日 ※郵送にてお知らせします

【目指せる資格】

日商PC検定試験 文書作成3級、データ活用3級

※受験は任意です。検定料は自己負担となります。

ビジネスマナーとPCスキ
ルを身につけて、就職活動
の幅を広げよう！



【訓練目標（仕上がり像）】

1. ビジネスマナー、コミュニケーションスキルを活かし、職場で良好な協力関係を構築できる
2. 社内外における各種ビジネス文書の作成、および表計算ソフトを用いた業務データの分析や資料の作成ができる
3. 生成AIの適切な活用方法と留意点等に関する基礎知識を身につける

📌 訓練カリキュラム 📌

科目		科目の内容	訓練時間
職業能力開発講習	ビジネステクニク	家計管理とライフプラン・社会保険、ビジネスマナー、PC基本操作、職業倫理、健康管理	46時間
	ビジネスヒューマン	コミュニケーション、職場のコミュニケーション	16時間
	就職活動計画	就職活動の進め方、訓練内容に関連した求人の動向、応募書類、面接対策、求人情報の収集	20時間
	職業生活設計	訓練受講の動機、自己理解、仕事理解、職業・生活設計	14時間
	職業人講話		6時間
学科	社会	開講式・オリエンテーション(2H)、修了式(2H)	
	安全衛生	職場の安全衛生の必要性と情報機器作業の留意点	2時間
	コンピュータ活用基礎知識	ネット社会の企業実務、電子データ・電子コミュニケーション・電子メールの特徴と留意点、情報セキュリティ、生成AIの活用方法と留意点	25時間
	データ活用基礎知識	ビジネス帳票の種類と作成の留意点、電子商取引の仕組み、電子データの流れ、データベース管理	18時間
	文書作成基礎知識	ビジネス文書の種類、構成、作成の留意点、ビジネス上基本となる日本語、文章表現、文書管理	28時間
実技	表計算ソフト操作実習	ワークシートへの入力、ワークシートの書式設定、ワークシートの編集、ページレイアウトの設定、グラフ作成、ブック管理 (Excel2024)	29時間
	データ処理実践演習	業務データの処理(ピボットテーブル作成、分析、集計、並べ替え、計算)、複合グラフ作成、ファイル管理 (Excel2024)	46時間
	文書作成ソフト操作実習	文書の書式設定、表の作成、文字の書式設定、段落の書式設定、印刷形式の設定、オブジェクトの活用 (Word2024)	32時間
	文書作成実践演習	社外向け文書(案内状、通知状)の作成、社内向け文書(会議開催通知書、連絡文書)の作成 (Word2024)	42時間
訓練時間総合計 324時間			



感染症対策の取り組み

当施設では消毒液の設置、定期的な換気、施設内各所の消毒を徹底しています

アクセス
【車】
上田菅平インターより車で5分※駐車場(20台)無料
【公共交通機関】
上田駅より上田バス真田線
『住吉南』まで10分 バス停より徒歩5分

【訓練についてのお問い合わせ先】
パソコンカレッジ 訓練担当: 滝澤・安達
☎ 0268-25-6767
(受付時間: 平日9:30~17:30)

訓練実施機関: 株式会社ライブウェイズシステムズ
〒386-0002 上田市住吉246-7

※ 施設見学できます
(お気軽にお電話ください)

【職業訓練を検討している皆さまへ】
わたくしどもパソコンカレッジは、平成17年(2005年)より職業訓練82コース、延べ1,100名を超える生徒さんに携わってまいりました。長年の経験をもとに、訓練生それぞれの個性、経験、考えを尊重した支援を心がけております。早期再就職を望む方、パソコンの苦手意識を克服したい方、初めてパソコンに触れる方、これまで独学で学んでこられた方、丁寧に指導いたします。
3ヶ月間の訓練で自分に自信をつけて就職先で活躍してみませんか。



教室内観(PCI1台)