急がば学べ！再就職ならハロートレーニングでスタート！
公共職業訓練3ヵ月コース
Ｎ２－０７番号：5-08-20-127-11-0164

受講料無料!!
（テキスト代／受験料は個人負担）

デジタルスキル基礎科

幅広い職種に対応する基礎的なパソコン操作や、Webサイト構築の基礎知識を学びます

事前説明会 ※事前申し込みは不要です

場所①：ハローワーク伊那 ２階会議室

10/14(水) 10:00～11：00
10/20(火) 10:00～11：00
10/27(火) 10:00～11：00
11/11(水) 10:00～11：00
11/18(水) 10:00～11：00

場所②：LMCビジネススクール伊那校

11/04(水) 15:00～16：00

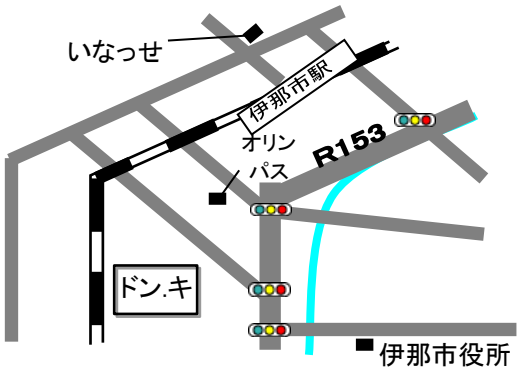
長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

募集期間：令和8年9月25日(金)～11月25日(水)

受講期間	令和8年　令和9年 12月16日(水)～3月15日(月)（土.日.祝日.年末年始は休校です）
受講時間	9:20～15:50 （訓練内容により訓練時間が変更になる場合があります）
定員	15名（応募者が少数の場合は開講できない場合があります）
対象者	ハローワークの受講指示又は受講推薦を受けた方で、「再就職」の意欲を持って全訓練期間を受講できる方
受講料	無料（テキスト代 13,090円、職業訓練生総合保険料3,100円等は自己負担となります）
その他	一定の条件を満たす場合に雇用保険の基本手当の受給期間が延長されることがあります（詳しくはハローワークにご相談ください）

ハロートレーニング
急がば学べ

訓練実施会場
LMCビジネススクール伊那校
伊那市西町5182-1
ＭＥＧＡドン・キホーテＵＮＹ伊那店２Ｆ
駐車場あり　伊那市駅より徒歩15分



目標資格

Webクリエイター能力検定（スタンダード）、Microsoft　Office　Specialist（Word365及びExcel365）の資格取得を目指します

訓練カリキュラム

パソコン活用基礎知識	パソコンの仕組み、周辺機器、環境設定、フォルダ及びファイルの概念及び管理方法　他	3H
AI活用基礎知識	ウィルス対策、情報リテラシー及び情報セキュリティ基礎知識と重要性、個人情報保護法と著作権、生成AI及びAIエージェントの基礎知識、Chat GPT・Copilot・Gemini等AIを使った基礎演習　他	6H
パソコン基本操作方法	Windows11基本操作、ハローワーク・インターネットサービス使用方法、インターネット等を使った効率的な情報検索と利用上の注意点、外部記憶媒体の扱い方、Zoom・Team等のWeb会議用ソフトの紹介　他	3H
文書作成 基礎	基本操作、文書編集と書式設定、文書校正、表の作成と編集、印刷、図形や画像を使った文書作成　他	45H
文書作成 応用	アプリケーション活用した実習、画像の挿入と編集、図形作成と編集、スマートアートの設定、段組みの設定、ビジネス文書作成と編集、ＰＲ文書(チラシ)の作成基礎　他	48H
表計算 基礎	データ編集、表の編集、ブックの印刷、グラフと図形の作成、ワークシートの管理、関数の基礎、データベース機能　他	48H
表計算 応用	アプリケーションを活用した実習、コメントの設定、データ入力規制、ユーザー定義、条件付き書式、自動集計機能、各種関数の活用、データベース活用　他	48H
HTML＆CSS コーディング基礎知識	HTMLの基礎知識、CSSの基礎知識、Webサイトの構築(設計、基本デザイン)、画像の導入、リスト作成、ナビゲーションメニュー作成、サブページの作成、リンクの設定、サイドメニューの作成、SEO対策、生成AIを使ったAI画像の作成	42H
HTML＆CSS コーディング演習	Webページ作成(トップページ作成、サブページ作成)スタイル及びリンクの設定、Webページの検証、Webクリエーター能力認定試験対策(試験概略・学習ポイント)　他	36H
ビジネスマナー	ビジネスマナーの基礎知識(社会人としての心構え、職務知識、企業の基本知識、人間関係と話し方、電話応対及び接遇実践、ビジネス文書知識、資料及び日程管理)・社会保険制度の基礎知識（3H）	27H
就職支援	履歴書・職務経歴書・添え状の作成指導、キャリアプランシート作成、個別面接指導　等（内キャリア・コンサルティングに12Ｈ）	21H
オリエンテーション	訓練趣旨説明及び各種制度説明、訓練受講に際しての注意事項、講師紹介、自己紹介、アイスブレイク等	3H
	総　訓　練　時　間	**330H**

【入校選考について】

選考日時　　**令和8年12月2日（水）**
　　午前9時から

選考会場　　**長野県南信工科短期大学校**

入校選考の概要

- **受付**　　**午前8時30分～8時55分**
- **選考方法**　**職業適性検査（筆記）・面接**
- **持ち物**　　**筆記用具（鉛筆・シャープペンシル）**
- **合格発表**　**令和8年12月8日（火）**
　　午前9時00分　当校ホームページに掲載
　　受験者あてに通知

【お問い合わせ】

ハローワーク伊那　　伊那市狐島4098-3　　TEL　0265-73-8609
ハローワーク木曽福島　木曽町福島5056-1　　TEL　0264-22-2233
長野県南信工科短期大学校
上伊那郡南箕輪村8304-190　TEL　0265-71-5051