

# PC 初心者と リスキングのための オフィスアプリ科

託児  
付き

- ・ Word
- ・ Excel
- ・ PowerPoint
- ・ ビジネスマナー
- And more

ひとつ上を目指す

3か月！  
初心者も安心  
基礎から学べる



## 長野県岡谷技術専門校

本校は職業能力開発促進法に基づき、長野県が設置・運営する職業訓練の施設です。(公共職業訓練/一般離転職者対象)

訓練実施施設：学校法人エスイー学園 エプソン情報科学専門学校

### CHECK! 訓練説明会開催日程

- ① 3月10日(月) 14:00~15:00  
会場：ハローワーク岡谷 2F
- ② 3月24日(月) 14:00~15:00  
会場：ハローワーク諏訪 2F
- ③ 4月3日(木) 14:00~15:00  
会場：エプソン情報科学専門学校
- ④ 4月10日(木) 14:00~15:00  
会場：エプソン情報科学専門学校

**予約不要・自由参加です。**

お気軽にお越しください。開催の可否につきましては、岡谷技術専門校までお問い合わせください。(0266-22-2165)

こんな方にもオススメ！ **③**つのポイント

POINT 1

不安だったパソコンスキルを補いたい

タイピング・Word・Excel・PowerPointを基礎から！



POINT 2

仕事で必要なオフィスアプリの最新バージョンを習得したい

履歴書に記載できるパソコン資格も取得可能。自信につながります。

POINT 3

再就職用の書類作成・面接対策をしっかりしたい！

キャリアコンサルタント有資格者が常駐。いつでも相談可能！

**募集期間**：令和7年2月7日(金)～4月14日(月)

受講期間	令和7年 <b>5月8日(木)</b> ～令和7年 <b>8月7日(木)</b> ※休講日は土日祝日のほか訓練実施施設の定める日
訓練時間	<b>9:40～16:00</b>
訓練施設	学校法人エスイー学園 エプソン情報科学専門学校
応募資格	ハローワークに求職登録し、職業訓練の受講斡旋を受けて全訓練日程を受講・修了できる方
応募方法	住所地所管のハローワークに相談し、「受講申込書」を申込期日までに窓口へ提出してください
受講料	<b>無料</b> [テキスト代 13,420円 および 資格取得に必要な費用は個人負担(資格取得は任意)]
取得目標資格	日商 PC 検定 <b>3級</b> (5,500円税込み)
託児サービス	託児定員：2名(未就学児対象) 託児施設：社会福祉法人聖母の会 聖ヨゼフ保育園諏訪 [詳細につきましては、ハローワーク 窓口に確認ください]
定員	15名 [応募者が少ない場合は、訓練を 中止する場合があります]
入校選考	令和7年 <b>4月23日(水)</b> 9:00～ 会場：岡谷技術専門校(裏面参照)

# 【訓練カリキュラム】

総訓練時間 302 時間 / 訓練予定日数 51 日

科目	内容	時間
IT リテラシー入門	パソコンを安全に使いこなすためのウィルス対策や情報セキュリティの基本を学びます	18Hr
Windows 基礎&リスキリング	キーボード操作（ブラインドタッチ）や Windows11 操作、ファイルやフォルダの扱いを習得します	6Hr
ワード基礎&リスキリング	ビジネス文書の基本的なルールとワード操作を基礎から習得します	12Hr
エクセル基礎&リスキリング	表やグラフ作成、計算式の作り方とエクセル操作を基礎から習得します	12Hr
パワーポイント基礎&リスキリング	プレゼンテーション資料の作り方とパワーポイント操作を基礎から習得します	12Hr
アプリケーション連携	ワード・エクセル・パワーポイントを連携させて、効率よくデータ処理を行う操作を習得します	6Hr
文書作成実務	事務処理でよく使う機能を中心としたワードの実践的な操作演習を行います	54Hr
データ活用実務	事務処理でよく使う機能を中心としたエクセルの実践的な操作演習を行います	54Hr
プレゼン資料作成実務	事務処理でよく使う機能を中心としたパワーポイントの実践的な操作演習を行います	54Hr
オンライン・ミーティング入門	Zoom の操作を学び、リモート会議や Web 面接の模擬体験をします	3Hr
ビジネスマナー	ビジネスマナー、社内コミュニケーションスキル、電話・クレーム対応、電子メールマナーを学びます	18Hr
就職支援・その他	キャリアアップ・セミナー（自己理解、仕事理解、自分の強み・弱み分析、キャリアプランの立て方） ジョブカードの作成、キャリアプラン個別面談、職業講話・学内ミニ会社説明会の実施など	53Hr

## 【入校選考】

- 入校選考に係る案内通知等はありません。本紙にて詳細をご確認のうえ、入校選考にお越しく下さい。
- 入校選考はスーツ、あるいはそれに準じた服装でのご参加をお願いします。

選考日 令和7年4月23日(水)

選考会場 **長野県岡谷技術専門学校**

岡谷市神明町 2-1-36 (駐車場あり)

受付 8:30~8:50 (時間厳守)

選考開始 9:00

選考概要 書類選考・適性検査・面接

持ち物 ①鉛筆またはシャープペン

②飲み物 ※敷地内に自動販売機がありません

結果発表 令和7年4月28日(月) 9:00

●受験者には選考結果を郵送にて通知し、また合格者の受験番号を「合格者一覧」として岡谷技術専門学校に掲示するとともに、当校のホームページ内でも合格者の受験番号を公示します。

## 【当校までのアクセス】

お車でお越しの場合 | 長野自動車道岡谷 IC から  
約 5 分(駐車場あり)

電車 | JR 岡谷駅下車

徒歩 | 岡谷駅から約 35 分(約 2.5km)

バス | アルピコ路線バス 岡谷一茅野線

「岡谷駅」8:30 発 → 「岡工前」8:38 着

※改正などの可能性もありますので、時刻表等でご確認ください。

(お問い合わせ)

**長野県岡谷技術専門学校**

〒394-0004 岡谷市神明町 2-1-36

**TEL 0266-22-2165 FAX 0266-21-1000**

**MAIL [okagisen@pref.nagano.lg.jp](mailto:okagisen@pref.nagano.lg.jp)**

その他募集中の訓練、年間計画等については

岡谷技術専門学校

検索



訓練実施施設 (お問い合わせ)

**学校法人エスイー学園 エプソン情報科学専門学校**

諏訪市大和 3-6-12

●JR 上諏訪駅から徒歩 8 分(約 850m)

**TEL 0266-58-7410**

※施設見学・個別説明会随時受け付けます。事前にお電話にてご連絡のうえ、お気軽にお越しください。  
(担当: 松澤・土橋)



## ハローワーク (お申し込み・お問い合わせ)

ハローワーク諏訪 0266-58-8609

ハローワーク岡谷 0266-23-8609

ハローワーク伊那 0265-73-8609

ハローワーク松本 0263-27-0111



しあわせ信州