

オフィスワーク基礎科

訓練実施施設	ヒートウェーブITアカデミー 新宿校		
訓練コース番号	5-06-13-001-00-0857	コース名	(○) 基礎 () 実践 コース
募集期間	2024年12月25日～2025年1月16日		

訓練内容	科目		科目の内容	訓練時間
	ビジネス テクニック	ビジネス		
職業能力 開発講習	①家計管理とライフプラン		家計管理、収入と支出のバランス管理、公的支援制度・窓口、知っておきたい 社会保障制度(保険、年金)	6
	②ビジネスマナー		仕事に対する心構え、ビジネスマナー(第一印象、あいさつ、表情、身だしなみ、名刺交換、態度、 言葉遣い)、安心感を与える立ち位置、電話応対、来客応対の向上	12
	③職業倫理		ハラスメント、個人情報取扱い、SNS利用の注意点、働く人を守る労働法	6
	④健康管理		生活リズムと健康を整える、働く人の健康管理、心の健康管理、ストレスコント ロール(ストレスの対策、回避方法)、感情のコントロール	6
	パソコン操作入門		パソコンの仕組み、Windowsの概要・基礎、プログラムの起動、キーボード入力 & マウス操作	12
	⑤コミュニケーション		自己概念、好き・嫌い(価値観)、思い込みや先入観への気づき、聴き方(傾聴 力)、話し方(自分も相手も大切に表現)の向上	6
	⑥職場のコミュニケーション		職場における報告連絡相談、論理的な思考による適切な伝え方の向上	6
	⑦キャリア・プランを踏まえた就職活動の進め方		就職活動の全体、キャリア形成と就職対策の関連、就職活動を進めるにあたっ ての心構え	6
	⑧求人動向		訓練内容に関連した求人動向・産業界の近況とポイント	6
	⑨応募書類		応募書類を作成する意義、履歴書・職務経歴書のポイント、志望動機・自己ア ピールの重要性、送付の際の留意点	12
	⑩面接対策		面接の目的と採用者の評価ポイント、面接の準備とマナー	6
	⑪求人情報の収集		求人票の見方・ポイント、求人票の検索・収集、企業情報収集、情報収集の習 慣化	6
	⑫訓練受講の意義・今後の目標と習得すべき能力		就職に向けた訓練受講の意義、働く力を高めるスキル(専門能力以外)の必要 性、今後の目標と習得すべき能力	6
	⑬自己理解		自分の特徴などをみつめなおす就業経験の棚卸し、自分の強み、興味関心、 価値観の振り返り	12
	⑭仕事理解・職業意識と勤労観		関連職種・希望職種に求められるスキル、職業意識と勤労観	6
⑮職業生活設計(キャリア・プラン)		職業生活の振り返りと今後、新ジョブ・カード制度の概要・目標設定票の作成	6	
学科	就職支援		職務経歴書・履歴書作成指導、面接指導	6
	コンピュータ概論		コンピュータ基礎知識、ハードウェアとソフトウェアの構成、システム構成と処理 方式、VDT作業の留意点、安全衛生	6
実技	パソコン操作基礎		ウィンドウやフォルダの操作、ファイルの操作、ウイルス対策、インターネットの 利用	12
	Word基礎演習		Wordの起動・終了、文書の作成、文書の整え方、保存・印刷	36
	Word演習		グラフィック機能、画像の挿入、表を使った文書作成、様々な書式設定	48
	Excel基礎演習		Excelの起動・終了、データの入力、セル範囲の選択、オートフィル、複数シート の操作	42
	Excel演習		表の作成・印刷、関数、グラフの活用、データベースの概要と利用、条件付き書 式	48
	PowerPoint演習		PowerPoint概要・基本操作、スライドの作成、図形の作成、グラフィックの挿入、 プレゼンテーションの実行	24
その他	【職業人講話】 企業とのマッチング、企業が求める人材とは、求人票から職種を理解する(ヒートウェーブ株式会社)			6

訓練対象者の条件	特になし			
訓練目標	ビジネスマナーやコミュニケーションスキルを身につけ、文書作成や表作成、プレゼン資料作成の操作方法など、事務処理全般 に必要なOAスキルに精通したビジネスパーソンとなることを目指す。			
訓練期間	2025年2月19日～2025年5月27日	土日祝の訓練 実施の有無	無	
訓練時間	9:00～15:50(訓練最終日の2025年5月27日は訓練終了後、修了式を行うため9:00～17:50となります)			
定員	30名(受講申込者が募集定員の半数に満たない場合は、訓練の実施を中止することがあります)			
自己負担額(税込み)	教科書代 8,360円			
施設見学会 日程(要事前予約)	第1回目	2025年1月8日 16:00	第2回目	2025年1月14日 16:00
	※見学会は30分～1時間程度の予定です(要予約)。 ※筆記用具持参にてご参加ください。 ※問い合わせ先(03-6380-3082)		見学会は右のコードから お申込み頂けます	



PRポイント(目指す仕事内容、就職先実績、訓練内容の工夫等)

POINT

① **Microsoft Office2019のスキルを習得!**

Word、Excel、PowerPointなどのソフトを使って、
パソコン初心者の方でも基本から学ぶことができます!

POINT

② **充実した就職支援!**

履歴書・職務経歴書など応募書類の書き方や、
面接対策等の就職支援を行います!
カリキュラム外での就職相談、書類添削などを随時実施
・提携企業への就職紹介実績あり
(有料職業紹介事業許可番号:13-ユ-300833)

POINT

③ **社会性を高める工夫!**

日直、スピーチ、環境整備(教室の簡易清掃)を当番制で行うことで、
集団生活の場を活かし人間力や社会性をより高めていただきたいと思います。
日直としての訓練日誌記入や環境整備は、訓練時間修了(時間外)で行っていただいております。

POINT

④ **西武新宿駅前の好立地で通学に便利!**

西武新宿駅
徒歩1分!

IT未経験 から
事務職デビュー
しませんか?

- 未経験でも大丈夫
- 充実の就職支援
- 共に学べる仲間が見つかる

詳細情報はこちら!



ヒートウェーブHP

修了後に取得できる資格

ビジネス実務マナー検定3級
マイクロソフトオフィススペシャリストWord2019
マイクロソフトオフィススペシャリストExcel2019

任意受験
任意受験
任意受験

受験時期

2025年6月、11月
随時
随時

受験料

3,800円
10,780円
10,780円

※受験料については、変更されることがあります。

選考日	2025年1月30日
選考予約先(電話番号)	03-6380-3082
時間	上記に必ず予約の電話をしてください。選考時間は予約時にお知らせします。
持ち物	なし
選考結果発送日	2025年2月5日
選考方法	面接
選考会場の住所	〒160-0021 東京都新宿区歌舞伎町2丁目46-5KM新宿ビル7階
最寄駅	各線新宿駅、新大久保駅、大久保駅

最寄駅から選考場所までの地図



訓練実施施設名	ヒートウェーブITアカデミー 新宿校
訓練実施施設の住所	〒160-0021 東京都新宿区歌舞伎町2丁目46-5KM新宿ビル7階
TEL番号(問い合わせ先)	03-6380-3082
FAX番号	03-6380-3057
メールアドレス	なし
お問い合わせ担当者	山下
最寄駅	各線新宿駅、新大久保駅、大久保駅

最寄駅から訓練実施施設までの地図

同上

※募集期間終了間際になりますとハローワークの受付窓口が大変混雑いたしますので、
お早めの受講申込み手続きをお勧めいたします。