

受講料  
 無料

基礎からしっかり学べる3か月

 定員  
 15名

# パソコン基礎科

募集期間：令和3年10月1日(金)～令和3年11月10日(水)

訓練期間：令和3年12月8日(水)～令和4年3月7日(月)

9：10～15：50（土日祝はお休みですが3月5日(土)は訓練日です。）

 職業能力  
 基礎講習  
 ×  
 パソコン

 エクセル  
 ワードの  
 操作習得

 短期間で  
 スキルを  
 身に付ける

 就職能力  
 を高めて  
 再就職！

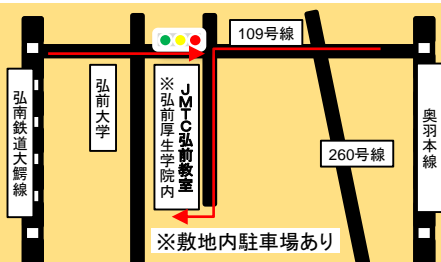

実務に必要な基礎スキルが身につく人気科目コース

訓練対象者の条件	特になし	目標資格1	Excel 3級	5,900円
選考日時	令和3年11月16日 16：00～	目標資格2	Word 3級	5,900円
選考会場	JMTC弘前教室	※資格はすべて任意受験、受験料 (検定料は裏面参照)は別途必要です。		
選考方法	面接、筆記試験	教材費	5,720円(税込)	
持参品	内履き、筆記用具、面接通知書	駐車場	15台(月額3,000円・税込)	
結果通知日	令和3年11月19日(郵送日)			

※ハローワークの支援指示を受けて求職者支援訓練を受講する方が、一定の要件を満たす場合に『職業訓練受講給付金』が支給されます。

※新型コロナウイルス感染症防止対策について

講師はマスクを着用して授業を行います。手洗い場には石鹸等を常備、教室には消毒液を常備、適宜換気をしています。通所前の検温のご協力をお願いしております。


 見学・体験は随時行っております。  
 カリキュラム相談等お気軽にお問い合わせください。

応募方法は裏面へ

 問い合わせ先  
 担当：小山・木村

【訓練実施機関名】株式会社JMTC / 【訓練実施施設】JMTC弘前教室

**JMTC弘前教室** 9:00～18:00(月～金)

**TEL：0172-88-6467**

【住所】〒036-8185 弘前市御幸町8-10

# パソコン基礎科

## 訓練目標

複数の職務・仕事に共通する基本的な仕事能力・パソコンスキルの習得を目標とする。ワープロ・表計算・プレゼンテーションなど各ソフトの使用法及びコミュニケーションスキルを習得し、ビジネス文書作成・取扱いなど事務業務の基本的作業ができる。

## 応募方法



## カリキュラム

科目		科目の内容		
職業能力開発講習	ビジネステクニック	①家計管理（ライフプラン、社会保険と年金）	家計管理、収入と支出のバランス管理、社会保障、公的支援制度、公的相談窓口	3時間
		②ビジネスマナー（接遇、スケジュール管理等）	仕事に対する心構え、ビジネスマナー、安心感を与える立ち位置、電話対応、来客対応の向上	12時間
		③職業倫理、労働法の基礎知識	職場のハラスメント、個人情報の取扱い、SNS利用の注意点、働く人を守る労働法	2時間
		④健康管理（ストレスコントロール）	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、感情のコントロール	1時間
		パソコン操作	パソコン基礎、文字入力、フォルダ・ウィンドウ操作、Webブラウザ、メール操作	24時間
	ヒューマン	⑤コミュニケーション（思い込みや先入観への気づき、適切な自己表現、双方向の意思疎通）	自己概念、好き・嫌い（価値観）、思い込みや先入観への気づき、聞き方（傾聴力）、話し方（相手も自分も大切に表現）の向上	12時間
		⑥職場のコミュニケーション（協調性を発揮して職務を遂行する力）	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	6時間
	就職活動計画	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活動の関連、就職活動を進めるにあたっての心構え	3時間
		⑧（訓練内容に関連した）求人動向とポイント	訓練内容に関連した求人動向・産業界の近況とポイント	3時間
		⑨応募書類（履歴書・職務経歴書等）の重要性	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	3時間
		⑩面接対策（心構え等）の重要性	面接の目的と採用者の評価ポイント、面接準備とマナー	6時間
		⑪求人情報の収集（収集方法、求人票を見るポイント等）	求人票の見方・ポイント、求人情報の検索・収集、企業情報の収集、情報収集の習慣化	3時間
	職業生活設計	⑫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	2時間
		⑬自己理解	自分の特徴などをみつめなおす職業経験の棚卸し、自分の強み、興味関心、価値観の振り返り	9時間
		⑭仕事理解	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	4時間
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、目標設定の作成	1時間	
学	入所式・ガイダンス	入所式、訓練の概要説明等（2H）		
	安全衛生	安全衛生の必要性、VDI作業の留意点（適した作業環境、点検・清掃・改善措置の方法）	3時間	
	就職支援	就職活動ガイダンス、応募書類の作成支援、面接ロールプレイ	16時間	
	修了式・ガイダンス	修了式（1H）		
実技	表計算ソフト実習	Excel 環境の管理、セルデータの作成、セルやワークシートの書式設定、ワークシートやブックの管理、数式や関数の適用、視覚的なデータの表示、データの分析と整理	87時間	
	ワープロソフト実習	文書の共有と管理、コンテンツの書式設定、ページのレイアウトと再利用可能なコンテンツの適用、図や画像の挿入、文書の校正	84時間	
	プレゼンテーションソフト実習	PowerPoint 環境の管理、プレゼンテーションのスライドの作成、グラフィック要素の操作、グラフや表の作成、画面切り替えやアニメーションの適用	18時間	
	職業人講話	職業人講話 3H×2日	6時間	
<b>訓練時間総合計</b>			<b>308時間</b>	