

# パソコン・Web 基礎科

Word・Excel・PowerPoint  
Web サイト制作

実践コース  
3 か月

事務職で必要なデータ活用・文書作成

Web 制作など総合的なスキルをマスターできる



## 訓練生募集!!

NN-08 (知識等習得コース)

募集期間 令和7年4月1日(火)～6月6日(金)

◆受講対象者	パソコン操作が初心者で、求職中の方
◆定員	NN-08 (18名) (募集締切時点で応募者が定員の半数に満たない場合は、開講できない場合があります)
◆訓練期間	令和7年7月3日(木)～令和7年10月2日(木) 9:10～15:40 休講日(土日・祝日、7/11、18、8/13、14、15、9/5)
◆訓練目標	実務に必要なデータ活用・文書作成等に加え、Web制作などパソコンに関する幅広い知識を習得し、早期安定就労を目指す。
◆目標とする資格	日商PC検定(文書作成・データ活用)3級・2級 (任意受験、受験料は個人負担です) Webクリエイター能力認定(スタンダード) (任意受験、受験料は個人負担です)
◆受講料	受講料無料 但し教科書代 13,300円(税込)、資格検定料(1資格 約5,500円～)、いずれも任意受験
◆受講相談 受講申込方法	受講希望の方は「受講申込書」を、住所を管轄する公共職業安定所に提出してください
◆訓練施設	長野市吉田 3-22-41 ルテ長野 1階 NPO 法人ネットプラザ長野 ルテ教室
◆選考日時 選考場所 選考方法	令和7年6月17日(火) 13時～ 長野市篠ノ井布施五明 3537 長野県長野技術専門校 TEL026-292-2341 職業適性検査(筆記検査)・面接 持ち物: 筆記用具(鉛筆 HB 2～3本)・室内用スリッパ(貸出有り)
◆問い合わせ先	特定非営利活動法人ネットプラザ長野 TEL 026(263)6444 長野県長野技術専門校 TEL 026(292)2341

この職業訓練は、国及び県の令和7年度予算の成立が開講条件となります。

科目		内容	時間
	オリエンテーション	訓練概要説明、各種制度(事務手続き)説明、自己紹介、アイスブレイク(グループ演習)	9 時間
学 科	就職支援	キャリアプランを踏まえた就職活動の進め方、ジョブカード作成支援、ジョブカードを活用した履歴書・職務経歴書の書き方、面接対策(面接の準備とマナー、模擬面接)、求人情報の収集方法、オンラインによる就職活動支援、キャリア・コンサルティング(1人3回実施)	48 時間
	ビジネスマナー	社会人としての心構え、仕事に対する基本姿勢、効率的な仕事の進め方、コミュニケーション能力向上、ビジネス文書・ビジネスメールの書き方、敬語・挨拶の基本マナー	6 時間
	パソコン知識	OS とアプリについて、ハードウェアとソフトウェア、コンピュータで扱う単位、ファイル・フォルダ管理	6 時間
実 技	パソコン操作	起動・終了、Windows 基本操作、キーボード操作、タッチタイピング、Web ブラウザの操作、セキュリティ対策、電子メール基本操作とビジネスメール、情報収集とメディアの活用	18 時間
	ビジネス文書作成実習	書式設定、オブジェクト(図形・画像・表)の活用、ビジネス文書の作成(企画・提案書、チラシ)、差し込み印刷・宛名ラベル印刷(使用ソフト: Microsoft Word 2019)	66 時間
	表計算データ処理実習	ワークシートへの入力と編集、ブック管理、数式の設定(関数)、グラフ作成、データベース操作、データの分析、マクロの記録、入力補助機能、ビジネス文書作成(見積・請求書)(使用ソフト: Microsoft Excel 2019)	72 時間
	日商 PC 検定試験対策	演習問題・模擬問題実習	12 時間
	プレゼンテーション実習	プレゼンテーションの知識、ページの設定、編集の操作、書式の設定、デザイン(図形、効果文字)、スライドショーの設定と実行、プレゼンテーション資料の作成(使用ソフト: PowerPoint 2019)	24 時間
	Web ページ制作基礎・実習	Web サイトの仕組み、HTML・CSS 基礎知識、HTML コーディング、WordPress の導入・基本操作、ダッシュボードの基本操作、テーマ導入からの Web ページの制作、プラグインを利用して機能を追加、メディアデータの管理文字、画像等の作成、Web ページの更新(画像・文字情報)、マーケティング、知的所有権	48 時間
訓練時間総合計			309 時間

- 訓練実施機関：〒381-0043 長野市吉田 3-22-41 ノルテ長野 NPO 法人ネットプラザ長野  
電話 026-263-6444 (担当: 小飼)
- 毎月 1 回ハローワーク来所日があります。来所日にハローワークで就職相談を受けることができます。
- 訓練施設の担当者から直接説明を受け相談することができます。日程等詳細はハローワークへお尋ねください。  
ハローワーク長野：訓練セミナー026-228-1300、ハローワーク篠ノ井：職業訓練相談会 026-293-8609

■ 訓練実施場所 長野市吉田 3-22-41 ノルテ長野 1 階 NPO 法人ネットプラザ長野ノルテ教室



- 電車：長野電鉄 信濃吉田駅下車 徒歩 1分  
しなの鉄道 北しなの線 北長野駅下車 徒歩 3分
- 車：無料駐車場 5 台分  
(希望多数の場合は交通機関の利便性を勘案して決定します)

