



Word/Excel

Zoom/ メール / タイピング

仕事で役立つ

PCスキルが身につけられる

1か月の短期集中プログラム

ビジネス

パソコン

講座

<対象：15歳～49歳 現在仕事をしていない方>

湘南・横浜若者サポートステーションの利用登録が必要です。

※状況によってご参加いただけない場合があります

ビジネスパソコンスキル



ビジネスで求められる
Word/Excelだけでなく
PC操作の基礎なども
丁寧にお教えます。

+

ビジネスマナー



ビジネスメール (Outlook)
オンライン面接対策にも。
基礎的なビジネスマナーも
身に付きます。

+

個別相談



専門の相談員が面談を担当。
就労・自立への不安や悩み
を伺いながら、今後につい
て一緒に考えていきます。

「どんな講座が知りたい」「参加できるか心配」？

まずはご予約の上、説明会にお越しください。

毎週水曜日 10:30～(約1時間)

内容：講座内容の説明 + 参加登録

会場：JR大船駅東口より徒歩約5分(地図裏面)

ご予約・お問い合わせは、お電話またはHPより
「パソコン講座説明会 参加希望」とお伝えください。

公式HPお問い合わせフォーム
リンクはこちらから



湘南・横浜若者サポートステーション 0467-42-0203

パソコン講座 コース詳細 / スケジュール

* 日程・時間は変更になる可能性があります。詳しくはお問い合わせください。

■ 速習コース（毎週開催 / 13:15 ~ 16:15）

〈対象〉 PC 操作に馴染みがある方、タイピングに問題がない方におすすめ

5 期	6 期	7 期	8 期	9 期	内容	詳細
① 7 月 31 日 (月)	9 月 5 日 (火)	10 月 3 日 (火)	11 月 7 日 (火)	12 月 5 日 (火)	Word	文字入力、レイアウト・書式の設定
② 8 月 7 日 (月)	9 月 12 日 (火)	10 月 10 日 (火)	11 月 14 日 (火)	12 月 12 日 (火)	Word/Outlook	表の挿入、編集、ビジネスメールの書き方
③ 8 月 14 日 (月)	9 月 19 日 (火)	10 月 17 日 (火)	11 月 21 日 (火)	12 月 19 日 (火)	Excel	データ入力・編集、数式・関数、セル参照
④ 8 月 28 日 (月)	9 月 26 日 (火)	10 月 24 日 (火)	11 月 28 日 (火)	12 月 26 日 (火)	Excel/Zoom	グラフ作成、データ並べ替え / 抽出、Zoom 操作

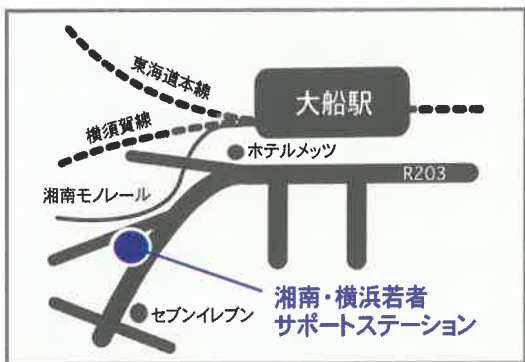
■ ゆっくりコース（毎週開催 / 14:00 ~ 16:00）

〈対象〉 PC 操作に苦手意識が強い方、基礎からゆっくり学びたい方におすすめ

3 期	4 期	5 期	内容	詳細
① 7 月 24 日 (月)	9 月 4 日 (月)	11 月 6 日 (月)	Word	PC 操作の基本知識、Word 入力方法
② 8 月 1 日 (火)	9 月 11 日 (月)	11 月 13 日 (月)	Word	レイアウト・書式の整え方
③ 8 月 8 日 (火)	9 月 25 日 (月)	11 月 27 日 (月)	Word	Word 演習
④ 8 月 15 日 (火)	10 月 2 日 (月)	12 月 4 日 (月)	Excel	基本用語、入力、数式の作成、セル参照
⑤ 8 月 22 日 (火)	10 月 23 日 (月)	12 月 11 日 (月)	Excel	関数、データの並び替え、並び替え編集
⑥ 8 月 29 日 (火)	10 月 30 日 (月)	12 月 25 日 (月)	Excel	Excel 演習

講座説明会

会場はこちら↓



JR 大船駅 東口より徒歩 5 分

タイピング練習（毎月第 1・第 3 金曜日 10:30 ~ 11:30）

自分のペースでタッチタイピングのトレーニングができます。
分からないことはスタッフがお教えするので安心です。

サポステってどんなところ？

「働きたいけど、どうしたらよいかわからない…」働くことに悩みを抱えている 15 歳～49 歳までの方の就労支援をしています。「身近に相談できる機関」として、全国の方が利用しやすいよう、全ての都道府県に必ず設置しています。
(全国 177 箇所) 厚生労働省事業のため、無料でご利用いただけます。

講座に関する質問・参加のご希望は
電話または公式 HP よりお気軽にご連絡ください。

湘南・横浜若者サポートステーション
0467-42-0203

