

令和8年度 女性のための パソコンおしごと準備講座



実務に役立つパソコンスキルで就職に自信！ MOS資格取得・キャリア相談もサポート♪

「就職に向けて実用的なPCスキルを学び直したい」「苦手なExcelを克服して事務職を目指したい」

そんなあなたのために、毎年大好評な「パソコンおしごと準備講座」を今年も開催します！

講座では誰もがつまづきやすいExcelの操作を丁寧に解説。使用するテキストはMOS（マイクロソフトオフィススペシャリスト）一般レベルに対応しており、資格取得を目指す方にも役立つ内容です。そのほか、Wordによる文書作成やAIを使った資料づくりなど、仕事に直結するスキルを学べます。さらに、希望者にはキャリアコンサルタント資格を持つ講師が個別就職相談を実施。あなたの「働きたい」をサポートします！

全日
保育付き

費用は
テキスト代
のみ

日程	時間・講座内容	
	午前日程（9:30～12:30）	午後日程（13:30～16:30）
10/17（土）	・ オリエンテーション ・ ビジネス基本知識	
10/24（土）	・ Excel講座①（ワークシート管理）	・ Word講座
10/31（土）	・ Excel講座②（データ管理）	・ AI活用について
11/7（土）	・ Excel講座③（関数）	
11/14（土）	・ Excel講座④（関数）	
11/28（土）	・ Excel講座⑤（テーブルとグラフ）	・ 模擬試験（希望者のみ） ・ 個別就職相談（希望者のみ） ・ 個別質問対応

場 所 生涯学習推進センター（まなびいプラザ）3階 研修室2（PCあり）／保育は2階 和室にて

講 師 ITサポートありのみ（鎌ケ谷市男女共同参画推進センター登録団体）

費 用 2,310円（テキスト代のみ）

◆ご自身で同じテキストを用意いただくことも可能です。詳しくはチラシ裏面をご覧ください。

対 象 者 市内在住でパソコンスキルを身に付けて就職・転職を目指す女性

（受講の目安について、詳しくはチラシ裏面をご覧ください。）

定 員 20名（応募多数の場合は、選考となります。）全日程保育付き、各回5名まで。

申込方法 申込フォーム（<https://logoform.jp/f/iboq0> 又はチラシ右下の二次元コードからアクセス）に氏名、住所、年齢、電話番号、メールアドレス、その他所定の事項を入力して送信してください。

◆保育を希望された方には、受講決定後、保育の聞き取り票を送付します。

申込
期間

令和8年8月15日（土）～9月6日（日）

※ 定員を超える応募があった場合は、選考により受講を決定します。

受講可否については、9月11日（金）までにメールにてお知らせします。

お問い合わせ先

鎌ケ谷市男女共同参画推進センター
（窓口受付：平日午前9時～午後4時）
住所：〒273-0101 鎌ケ谷市富岡1-1-3
ショッピングプラザ 鎌ケ谷3階
TEL：047-401-0891

鎌ケ谷市男女共同参画室
（窓口受付：平日午前8時30分～午後5時15分）
住所：〒273-0195 鎌ケ谷市新鎌ケ谷2-6-1
鎌ケ谷市役所1階 市民活動推進課内
TEL：047-445-1277
メール：danjo@city.kamagaya.chiba.jp



申込フォーム

申込み前にご確認ください

本講座は、パソコン使用経験があり、就職に向けたスキルアップのため積極的に取り組んでいただける方を想定した内容となっております。以下の項目を満たしたうえ、講座内容を復習できる環境がある方の受講を推奨いたします。

パソコン超基本チェックリスト

電源と画面操作

- ☐ PCの電源を入れる・切る方法を理解している
- ☐ マウスとキーボードの基本的な使い方を知っている
(クリック、ダブルクリック、右クリック、ドラッグ&ドロップ)

キーボードと文字入力

- ☐ 文字入力ができる(日本語・英語及び全角・半角の切り替えを含む)
- ☐ Enterキー・Shiftキー・Backspaceキーの使い方を理解している
- ☐ コピー＆ペーストの操作(Ctrl+C / Ctrl+V)ができる

ファイルとフォルダ

- ☐ ファイルを作成し、フォルダ内に保存できる
- ☐ ファイルの名前を変更できる
- ☐ フォルダを作成して整理できる

インターネットとブラウザ

- ☐ Webサイトを開くことができる
- ☐ 検索エンジンを使って情報を調べることができる
- ☐ ブラウザの戻るボタン・進むボタン・更新ボタンを使える

ソフトウェアとアプリ

- ☐ WordやExcelなどのアプリを開ける
- ☐ 基本的な入力・保存・閉じる操作ができる

トラブル対応ほか

- ☐ PCが固まったときに再起動できる
- ☐ USBメモリにファイルをバックアップすることができる

使用テキストについて

よくわかるマスター

MOS Excel365&2019対策テキスト&問題集(定価2,310円)

- ◆ 講座の申し込み時に、テキストの用意について「購入を依頼する」を選択された方は、講座初回時にテキスト代を現金でお支払いください。

講座開講日2週間前(10月2日(金))を過ぎて受講をキャンセルされた場合、テキスト代をご負担いただきますのでご注意ください。

- ◆ 講座の申し込み時に、「自分で用意する」を選択された方は、必ず講座初回までにご自身で同じ書籍をご用意ください。(事務局に予備はありません。)



Q なぜ「365&2019」版のテキストを使うのですか？

A 講座会場のパソコンにインストールされているOfficeのバージョンが2019版のため、受講中に実際にパソコンを操作するにあたり、より分かりやすいよう「365&2019」を標準テキストとしています。

Q バージョンが異なるテキストを使っても大丈夫ですか？

A 講義の内容としてほとんど重なっておりますが、掲載頁の違いなどでご不便を感じる可能性がございます。



会場のご案内

生涯学習推進センター(まなびいプラザ) 3階 研修室2

住所: 鎌ヶ谷市富岡2-6-1 電話: 047-446-1111

・京成松戸線「初富駅」より徒歩10分

・東武アーバンパークライン「鎌ヶ谷駅」より徒歩15分



まなびいプラザ地図