

分かる！できる！自信になる！

若者UPプロジェクト
ITを活用した若者支援プロジェクト

サポステ
地域若者サポートステーション

※若者UPプロジェクトは、日本マイクロソフトから若者自立中央センター（厚生労働省委託）に引き継がれた若者支援プロジェクトです。



使用ソフト

Windows 10
Office2016

就職につながる！！ パソコンスキルアップ講座

仕事でよく使う Word・Excel を基礎から学ぶ講座です。

パソコンスキルを身に付けて応募に一步踏み出したい方や、パソコン基礎力を身に付けて応募先の幅を広げたい方など、より積極的な求職活動に向け意欲のある方の受講をお待ちしています！

対象：49歳までの求職活動中で全日程参加できる方

定員：7名

参加無料

パソコン入門

12/9 金

13:00～17:00

タッチタイピングやフォルダー作成、
ファイル保存など Windows10 の
基礎を学びます。

Word 基礎

12/16 金

13:00～17:00

効率の良い文字入力の方法を学びます。
表やワードアートを使用した、他者が
理解しやすく見栄えの良い社外向け文書
を作成します。

Excel 基礎

12/23 金

13:00～17:00

ミスなくデータ入力する方法を身につけ
ます。SUM 関数などを用いてデータを
集計し、グラフを使った見栄えの良い
売上管理表を作成します。

受講までの流れ

step
01

申込み

電話・来所・申込フォームにて受付。

※申込締切：12/5（月）17:00



◀ 申込フォーム

※申込フォームよりお申込みの場合は、
内容を確認次第、こちらからご連絡いたします。

step
02

受付面談

サポステの利用登録と現在の状況などをお伺いする

初回相談を行います。※参加には、サポステの利用登録が必要です。

step
03

講座説明会

講座説明会にて、当講座の趣旨を説明し、あなたの受講目的や
パソコンスキルを確認後、正式に受講申込みが完了します。
（所要時間：30分程度）

step
04

講座開始

いよいよ講座開始！サポステの様々な就労メニューとパソコン
講座を組み合わせ、就職活動をパワーアップさせましょう！



※新型コロナウイルス感染拡大の状況によって、延期・中止とさせていただく場合がありますのでご理解・ご協力をお願いします。

《 開講場所・申し込み先 》

さんだ若者サポートステーション

運営：一般社団法人キャリアエール〔厚生労働省事業〕

受付時間 (月～金) 9:30～17:30

休所日 土曜・日曜・祝日・年末年始

TEL 079-565-9300

ブログもチェック！

さんだサポステ 検索



〒669-1531 三田市天神1丁目5番33号 三田市商工会館1階（開講場所：三田市商工会館内）