

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支援中央センター（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。



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

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

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

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。

令和 7 年度 講座開講スケジュール

	パソコン入門	Word 基礎	Excel 基礎	実施回数
10月開講		10/23(木)	10/24(金)	《全2回》
11月開講	11/18(火)	11/21(金)	11/26(水)	《全3回》
12月開講		12/17(水)	12/19(金)	《全2回》
1月開講	1/20(火)	1/22(木)	1/28(水)	《全3回》
2月開講		2/20(金)	2/25(水)	《全2回》
3月開講	3/17(火)	3/19(木)	3/25(水)	《全3回》

時間

いずれも 13:00 ～ 17:00

申込方法

来所・電話・申込フォーム

※要事前申込

（締切：開講初日の 4 営業日前の 17 時）



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。

※受講には、サポステの利用登録が必要です。

※ 開講コースは、初日にパソコン入門講座を実施します。「パソコンの基礎的な操作から学びたい！」という方におすすめです。

※上記スケジュールは、都合により変更となる場合があります。「申込フォーム」内の開講スケジュールをあらかじめご確認の上、お申込みください。

《 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

〒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）

ブログもチェック！

さんだサポステ 検索

