

MOS資格を目指す!

Excelスキル 習得セミナー

受講料
無料

基礎から
学べる

短期間で
スキルUP

資格対策
つき

一般事務職を希望する求職者を対象に、Excelの基礎から実践的な操作までを学ぶ「Microsoft Office Specialist: Excel 365」資格の取得を支援する講座を開催し、データ処理・分析スキルの習得を通じて実務能力を向上させ、即戦力となる人材を育成します。

2026年7月1日[水] ~ 7月17日[金] 9:30~16:30

受付時間
9:15~

高知市勤労者交流館 第1・2研修室 高知市丸池町1番1-14

対象

高知市内で早期就職(3カ月以内)を目指す方
(簡単な計算式の作成や、ファイルの保存・ウィンドウ操作ができる方)

定員

15名(応募多数の場合は、参加目的や受講意欲等を踏まえて選考を行います)



申込方法

申込詳細は裏面

- 申込書をFAXまたは郵送で協議会に送付
- 協議会HPのお申込みフォームから申込



申込締切

2026年
6月26日[金]まで

日時	内容	場所
7月1日[水]	Excel基礎 ブック管理~四則演算	第2研修室
7月2日[木]	Excel基礎 基本の数式と関数	第2研修室
7月7日[火]	Excel基礎 関数とデータ管理	第2研修室
7月8日[水]	Excel基礎 グラフの作成と総合復習	第2研修室
7月9日[木]	MOS対策 ワークシートやブックの管理	第2研修室

日時	内容	場所
7月10日[金]	MOS対策 セルやセル範囲のデータ管理	第2研修室
7月14日[火]	MOS対策 テーブルとテーブルデータ管理	第1研修室
7月15日[水]	MOS対策 数式や関数による演算とグラフ	第2研修室
7月16日[木]	MOS対策 模擬試験と解説	第2研修室
7月17日[金]	MOS対策 模擬試験と解説	第2研修室

※カリキュラムは10回で完結する構成となっております。(本セミナーを修了した場合、雇用保険受給資格者の求職活動として認められます)
高知市無料職業紹介所にて、キャリアコンサルタントとの職業相談もあります。

メイン講師

スターティングPCスクール
代表 土居 郁男 氏

2017年、小学生~高校生対象のプログラミングスクールを、2023年には学習塾兼職業訓練校を開校。これまで高知県と一体となり、県内のプログラミング教育推進や公立学校の研修等数多く実施。AI・IT関連の講演も多数ある。過去には四国内においてMOS受験者数・合格者数を最も排出したことによりOdyssey社より表彰を受けたことがある。

サブ講師

スターティングPCスクール
國澤 明輝 氏

2025年にグラフィックデザイン制作会社「A-Kreate」を起業。これまで、資料デザインやチラシ制作をはじめ、動画・映像制作、ユーザーの学習サポートにも携わる。スターティングPCスクールのサブ講師としてOfficeツールの学習サポートも兼任する。

お申込み・お問い合わせ

高知市雇用創出促進協議会

〒780-8571 高知市本町5丁目1-45(高知市役所第二庁舎2階)

<https://www.kochi-koyo-kyogikai.jp>

088-873-5716

FAX 088-873-5717

お申込み詳細は裏面へ▶

MOS資格を目指す！ Excelスキル習得セミナー 受講申込書

フリガナ
氏 名 (姓) (名) 年 齢 [] 歳

住 所 [][][][][][] 性 別 男・女

連絡先
電話番号 自宅 ☎ () メールアドレス(PC又は携帯)
携帯番号 ☎ () []

現在の状況 ☐ 1. 未就業(求職中) ☐ 2. 在職中(他事業所への転職希望) ☐ 3. 在職中(正社員転換希望)
該当するものに ☐ 4. 自営業、個人事業主、農家(転職希望) ☐ 5. その他 []
✓印を記入 ※具体的に記入してください。

職 歴 直近のものを一つご記入ください

記入例：飲食店勤務

今後の
就職活動 該当するものに ☐ 1. セミナーと並行して活動する。 ☐ 2. セミナー終了後直ちに開始する。 ☐ 3. その他 []
✓印を記入

就職・転職場所として高知市内を希望していますか 該当するものに ☐ はい ☐ いいえ
✓印を記入

このセミナーをどこで知りましたか 該当するものに ☐ ハローワーク ☐ 求人誌 ☐ ホームページ ☐ その他
✓印を記入

セミナー全日程のご参加は可能ですか 該当するものに ☐ はい ☐ いいえ
✓印を記入

こういった職種に就きたいですか []

希望する雇用形態を教えてください 該当するものに ☐ 正社員 ☐ パート ☐ その他
✓印を記入

申込方法

- 上記すべての項目に必要事項をご記入の上、郵送、FAXもしくは直接ご持参ください。
- ホームページの専用ページからお申し込みいただけます。 <https://kochi-koyo-kyogikai.jp>
- お電話でもお受けします。(088-873-5716)



※ ご記入いただいた個人情報は、高知市雇用創出促進協議会が責任を持って管理し、本セミナーに関する連絡、本セミナー参加者の分析、当協議会主催の関連セミナー等の情報提供のみの使用とし、それ以外の目的では使用いたしません

※ 本セミナーは、厚生労働省の委託事業として実施しているものです。参加された皆様には、厚生労働省への報告のため、アンケートや調査へのご協力をお願いいたします

お申込み先

高知市雇用創出促進協議会

〒780-8571 高知県高知市本町5丁目1-45
高知市役所第二庁舎2階

FAX

088-873-5717

お申し込み受付後、電話で受付完了のご連絡をします。