

2026.3.3開講

3ヶ月コース

会場 | 遠野高等職業訓練校

Win11、Office365で学べる!!

AIでどんどん変わるExcel

最新機能(Excel エージェントモード、コパイロット)の体験ができます。

初心者
大歓迎

今更
聞けないを
無くせます



ただいまオフィススペシャリスト科実施中

訓練見学随時受付中

オフィス スペシャリスト科

令和7年度 第4期受講生募集
DX推進スキル標準対応コース
訓練コース番号 5-07-03-133-03-0084

受講料
無料

学生の時にエクセルを学んだ方でも、ビジネスに応用するには知識不足、技術不足になりがちです。今回は、エクセルの「必ず守らなければならないルール」を学び、ビジネスに応用する知識、技術まで学べます。

1ヶ月目

タイピングの土台をつくる。またフォルダ作成や保存などもマスターし、Word、Excelのアプリケーション操作につなげます。

2ヶ月目

Excelで「何ができるか」を知る、学ぶ2ヶ月目が重要です。作表、関数、グラフ、データベースの操作をマスターします。

3ヶ月目

関数を使って、条件付き書式を使って、VBAを使って、**自動化!!**
実は...
AIでかんたんに作れちゃいます!!

基礎編

Wordを極める

- ☐ ビジネス文書が作れる
- ☐ 文字を揃えて美しく
- ☐ 段落罫線やインデント

Excelの入力を極める

- ☐ エクセルの入力の絶対ルール
- ☐ 時短入力テクニック
- ☐ 範囲選択を活かせば簡単入力

グラフを極める

- ☐ 数字を見える化する
- ☐ 報告書は分かりやすく複合グラフで加工

数式を極める

- ☐ 数式はこの手順! マスターすれば、一気に作業終了テクニック
- ☐ 範囲選択関数との組み合わせ
- ☐ 複数シートにまたがる数式も簡単に作業終了テクニック
- ☐ もっと簡単にしたいければ、データベース化!

その他

- ☐ 作表テクニック
- ☐ 表加工テクニック
- ☐ 印刷テクニック等

応用編

条件分岐型関数(IF)を極める

- ☐ IF関数の理屈マスター
- ☐ ROUNDDOWN関数と組み合わせる
- ☐ VLOOKUP関数 & HLOOKUP関数と組み合わせる
- ☐ OR関数 & AND関数で複数条件に一致するよう組み合わせる

データベースを極める

- ☐ ピボットテーブルで一気に集計テクニック
- ☐ 時間があったら色々な関数を実践してみよう!
- ☐ VBAへつながる知識を身につける

VBA

関数や応用内容をプログラムで自動化!! まずは体験しましょう!

書式設定を極める

- ☐ 一瞬で土日にも色を設定! 必要な所にだけ、自動で罫線設定
- ☐ セルの情報で書式を変動させる条件付き書式テクニック
- ☐ ○人、○名、○○御中などは、セルに入力しない? 必要な日本語を表示させるテクニック

VBAが
学べる

就職支援

訓練期間中はもちろん、修了後も3ヶ月間は、就職支援が受けられます。企業情報収集やエントリーシート、職務経歴書作成などをサポートします。

さらに!

遠野高等職業訓練校は、他者や組織と共生するソーシャルスキルトレーニング(SST)実施校です。

※ソーシャルスキルとは、職場や地域社会で多様な人々と協働して仕事をしていく力のことです。

訓練
期間

2026

2026

3.3 - 5.28

遠野高等職業訓練校

| 募集期間 | 12月22日[月]~2月12日[木]

| 選考会 | 2026年2月19日[木]9:30~

| 選考方法 | エントリーシート記入、筆記試験、面接(※筆記用具持参)

※教材15,000円、資格受験料など別途。※定員に達した際、早期締切。

定員
15名

コースの詳細は
こちらのQRから



随時見学可能です

実際に訓練の様子をご覧になりませんか?
お気軽に職業訓練校までご連絡ください。

お電話で
お問い合わせ
ください

☎ 0198-62-6310

✉ info-tonovts@tono-vts.ac.jp

【URL】http://www.tono-vts.ac.jp/

遠野 訓練

検索



詳しいカリキュラムは中面をご覧ください。

オフィススペシャリスト科

「Excelの達人」になりたい!を叶えるチャンスです。

カリキュラム〔総時間計 330時間〕

実技〔255時間〕

表計算ソフト実習 162時間

ワープロソフト実習 36時間

PC基本操作 30時間

アプリケーションソフトの連携 18時間

インターネット実習 9時間

学科〔75時間〕

アプリケーションソフト概論 3時間

ネットワーク概論 3時間

PC概論 2時間

安全衛生 1時間

接遇・ビジネスマナー 12時間

就職支援 54時間

- 効率の良いビジネス文書の作成ができる。
- 売上集計や在庫管理など時間がかかる集計作業を関数やピボットテーブルを使い短時間で処理できる。
- 企業の請求書、旅費精算書などを自動作成できるようになる。
- 売り上げなどのデータベース作成ができる。
- VBAで自動化を体験する。 etc...

訓練目標

- PCを使った処理全般(ワープロ、表計算、インターネット)について、基本的・応用的な知識及びスキルを習得。
- 表計算(Excel)2級の取得を目指す。
- Microsoft Office Specialist-Expert資格の取得を目指す。

仕上がり像

- アプリケーションソフトの使い方を学び事務処理業務の効率化を習得。
- データ処理技術、情報収集及び情報の活用技術を習得する。
- 職場におけるコミュニケーション、接遇・ビジネスマナーを習得する。

訓練時間 9:10~15:50(1日6時間)

※昼休憩12:00~13:00

1時間毎に10分程度の休憩／土日祝・休講

遠野高等職業訓練校が実施する
オフィススペシャリスト科は、
Excel2級合格率高いコース!

過去実績平均 91.8%

年代別平均

(20代・30代) 100%

(40代~60代) 83.6%

—— これまでの就職実績例 ——

令和4年度OS科就職率 84.6%

令和5年度OS科就職率 85.7%

一般事務職、事務補助、会計事務、管理兼事務、医療事務など(19名)

県内製造関連職種(7名) 生活支援員・児童厚生員など(4名)

県内販売関連職種(4名) 県内図書館業務(1名)

コールセンター(1名) 県内観光関連会社の営業職種(1名)

第一次産業(1名) 県内観光関連会社のECサイト運営業務(1名)

県内学校技術員(1名) 県内福祉施設の調理関連職(1名)

他にも介護職などなど幅広い就職実績があります!

訓練中に受けられる給付金について

【雇用保険の受給手続きをされた方】

ハローワークの受講指示により、早期に公共職業訓練を受講する場合、訓練期間中に基本手当の受給ができるほか、受講手当(上限あり)、通所手当(距離に応じて)が支給されます。また、次のような利点もあります。(※一定の要件を満たす必要がありますので、お問い合わせください。)

- ①訓練受講中に支給終了になる場合は訓練修了日まで受給が延長になります。
- ②訓練開始日時時点で給付制限中の方は、訓練開始日より支給対象となります。
- ③訓練中の支給申請は、毎月月末に実施施設で行うため、訓練期間中の認定日にハローワークへ来所する必要がなくなり受講に専念することができます。

【雇用保険を受給できない方】

一定の要件を満たす場合、求職者支援制度に基づく職業訓練受講給付金(月額10万円)、通所手当が支給されます。

応募の方法について

最寄りのハローワークにお申し込みください

ハローワーク盛岡 tel.019-624-8903

ハローワーク釜石 tel.0193-23-8609

ハローワーク遠野 tel.0198-62-2842

ハローワーク宮古 tel.0193-63-8609

ハローワーク花巻 tel.0198-23-5118

ハローワーク関 tel.0191-23-4135

ハローワーク水沢 tel.0197-24-8609

ハローワーク北上 tel.0197-63-3314

ハローワーク大船渡 tel.0192-27-4165

ハローワーク二戸 tel.0195-23-3341

ハローワーク久慈 tel.0194-53-3374

ハロトレくん



新たなスキルアップにチャレンジする皆さんをサポートする公共職業訓練の愛称とキャッチフレーズです。

ハロトレくん

最寄りのハローワークにお申し込みください。

訓練に関するお問い合わせ先

職業訓練法人

遠野職業訓練協会

〒028-0502 岩手県遠野市青笹町中沢8-1-8 fax.0198-62-6366

随時見学可能です 実際に訓練の様子をご覧になりませんか? お気軽に下記までご連絡ください。

☎0198-62-6310

✉info-tonovts@tono-vts.ac.jp

【URL】http://www.tono-vts.ac.jp/

遠野 訓練 検索



委託機関: 岩手県立宮古高等技術専門校 〒027-0037 岩手県宮古市松山8-29-3 tel.0193-62-5606