



ビジネスパソコン基礎(教室4)科

訓練実施施設	株式会社トトモ二新宿校 教室4		
訓練コース番号	5- 07-13-001-00- 0103	コース名	(○) 基礎 () 実践 コース
募集期間	2025年4月30日～2025年5月16日		

訓練内容	科目		科目の内容	訓練時間
	ビジネス テクニク	①②③④ビジネス素養	ワークライフバランス、社会保障制度概要、社会人対人スキル、CSR、労働法の概要、メンタルセルフケア、ロジカルシンキング、クリティカルシンキング、クリエイティブシンキング	36
		コンピューターとITの基礎	パソコンの仕組みと操作方法、周辺装置の知識、ハードウェアとOS、アプリケーションの基礎知識、ネットワークの概要、ファイルの概念と操作知識	6
		コンピューターの基本操作	パソコンの基本操作、キーボード・マウスの操作、ファイルの種類と管理、文字入力、メールの設定、アプリケーションの操作、ウイルス対策	30
	職業能力開発講習	⑤⑥円滑なコミュニケーション	コミュニケーションスキルとは、傾聴力、話し方、伝え方、指示の受け方、報告・連絡・相談、ファシリテーションスキル	12
		⑦⑧⑨⑩就職活動の仕方、求人動向と求人情報等の収集、応募書類準備	就職活動の流れ、有効求人・求職バランスシート、転職者実態調査、ハローワークインターネットサービスの利用、応募書類作成のポイントと作成支援	14
		⑪面接対策	面接時のマナー、よく聞かれる質問、キャリアコンサルタントとの模擬面接	8
	職業生活設計	⑫⑬キャリア・プラン、今後の目標と習得すべき能力	職業生活の振り返りと今後、ジョブ・カード制度の概要と作成、今後の目標と習得すべき能力	3
		⑭自己理解	自分の特徴などをみつまなおす就業経験の棚卸し、自分の強み、興味関心、価値観の振り返り	6
		⑮仕事理解、職業意識と勤労観	業界研究、企業研究、関連職種・希望職種に求められるスキル、職業意識と勤労観	5
	学科	情報コンプライアンスとセキュリティ	情報倫理、知的財産権、インターネットと法令、コンピュータウィルスの予防と対策ソフトの機能、インターネットからの脅威と予防、トラブル時対策	5
		安全衛生・VDT作業	VDT作業と安全衛生	1
	実技	文書作成基礎演習	Word2021の基本操作、ページ設定、書式設定、文字入力、文書の作成・編集、文書の印刷設定、ファイルの管理と操作、ビジネス文書の作成	30
		文書作成応用演習	表の作成・挿入、イラスト・写真の貼り付け、段組み、目次の作成、テンプレートの作り方、リーフレット、案内状、ファイルの取り込み、表現力のあるビジネス文書の作成	24
		表計算基礎演習	Excel2021の基本操作、セル・列・行の操作、データ入力、セルの書式設定、数式の入力、計算式作成と関数の使い方、データ集計中心のビジネス帳票の作成演習	42
		表計算応用演習	条件付き書式、複数の関数を使った書式、データの分析の仕方、インターネットのデータの取り込み方、表を利用した文書のレイアウト、分析を中心としたビジネスレポートの作成	60
		プレゼンテーション基礎演習	PowerPoint2021の基本操作、スライドのデザイン、文章の作成、描画操作、アニメーションの作成	18
	その他	【職業人講話】「ワークライフバランス、企業に求められる人物像等に関する講話」株式会社トトモ二		6

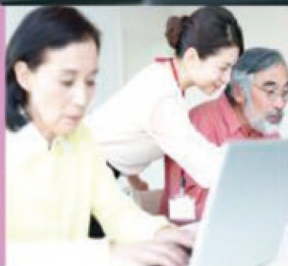
訓練対象者の条件	特になし		
訓練目標	経験だけでは得られないビジネススキルの理論を学ぶ。どんな職種にも共通する「文書の作成」「集計・計算・分析」「報告・発表」等の仕事をOAソフトで処理することが出来る。		
訓練期間	2025年6月18日～2025年9月16日	土日祝の訓練実施の有無	無
訓練時間	9:15～15:40 ※6月18日（水）開講式は12:50より行います		
定員	14名（受講申込者が募集定員の半数に満たない場合は、訓練の実施を中止することがあります）		
自己負担額(税込み)	教科書代 7,570円		
施設見学会 日程（要事前予約）	第1回目	随時	第2回目
	第3回目		第4回目
	予約制の為、お問い合わせの上お越しください。 ※お問い合わせ先（03-6908-6234）		

自信を持って「パソコンできます」と言えるようになる!



年齢制限は ありません

再就職を目指す方
育児がひと段落した方などが
多く受講されています



◆パソコン初心者・事務未経験でも安心!

パソコン操作が初めての方でも安心して学べる内容を提供しています。ファイル管理やインターネット・メールの使い方をはじめ、Word、Excel、PowerPointの基本的な操作をゼロから学べます。

段階的にステップアップしながら、実務に役立つスキルを習得できます。さらに、Microsoft社のMOS(Microsoft Office Specialist)資格にも対応しています。パソコンスキルを証明するためにチャレンジされる方の多い資格です。使用するソフトは、最新版の「Office365」を使用します。

◆職業能力開発講習で仕事に直結するスキルを習得

例えば、無駄な会議を減らす「ファシリテーションスキル」を学ぶことで、チームワークの向上や業務の進行をスムーズに行えるようになります。又、ロジカルシンキング、クリティカルシンキング、クリエイティブシンキングなど、「考える力」を養うことができます。これにより、ビジネス上での意思決定や問題解決能力が強化され、業務を効率的に進める力を身につけることができます。

◆就職を強力に支援!

訓練修了後も引き続きキャリアコンサルティングを無料で提供いたします。さらに、パソコンをお持ちでない方への就職支援の一環として、卒業後もキャリアコンサルティングの予約をいただければ、パソコン(Word・Excel・PowerPoint、インターネットの使用可能)の利用が可能です。(※パソコンの持ち出しはできません。)

【有料職業紹介事業許可番号 13-U-304992】

◆HPより日程表(日別計画表)を ダウンロードできます。

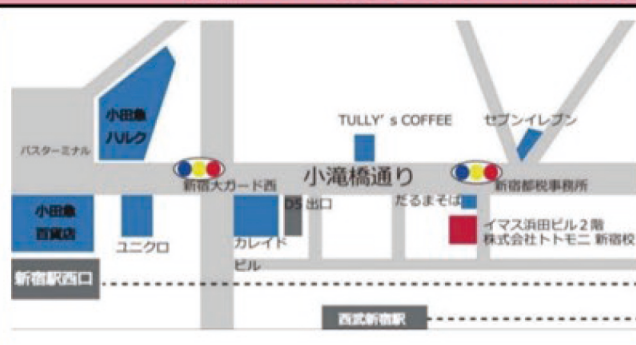
見学会でも配布しています。

修了後に取得できる資格		受験時期	受験料
Microsoft Office Specialist Office Excel 365 (一般)	任意受験	令和7年9月頃	12,980円
Microsoft Office Specialist Office Word 365 (一般)	任意受験	令和7年9月頃	12,980円
Microsoft Office Specialist Office PowerPoint 365 (一般)	任意受験	令和7年9月頃	12,980円

※受験料については、変更されることがあります。

選考日	2025年5月30日
選考予約先(電話番号)	03-6908-6234
時間	上記に必ず予約の電話をしてください。選考時間は予約時にお知らせします。
持ち物	特になし
選考結果発送日	2025年6月5日
選考方法	面接
選考会場の住所	〒160-0023 東京都新宿区西新宿7-4-7 イマス浜田ビル2階
最寄駅	各線 新宿駅

最寄駅から選考場所までの地図



訓練実施施設名	株式会社トトモニ新宿校 教室4
訓練実施施設の住所	〒160-0023 東京都新宿区西新宿7-4-7 イマス浜田ビル2階
TEL番号 (問い合わせ先)	03-6908-6234
FAX番号	03-6908-6237
メールアドレス	job@totomoni.com
お問い合わせ担当者	山本・佐久間
最寄駅	各線 新宿駅

最寄駅から訓練実施施設までの地図

同上

※募集期間終了間際になりますとハローワークの受付窓口が大変混雑いたしますので、お早めの受講申込み手続きをお勧めいたします。

日 別 計 画 表

訓練実施機関名 株式会社トモニ

訓練科名

ビジネスパソコン基礎(教室4)科

※天災等により日程が変更になる場合がございます

※入火等により日程が変更になる場合がございます																																																																										
		月/日	6/18	6/19	6/20	6/21	6/22	6/23	6/24	6/25	6/26	6/27	6/28	6/29	6/30	7/1	7/2	7/3	7/4	7/5	7/6	7/7	7/8	7/9	7/10	7/11	7/12	7/13	7/14	7/15	7/16	7/17																																										
		曜	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木																																										
1ヶ月目		訓練内容	水開講式・オリエンテーション(2H)			⑩キャリア・プラン、今後の目標と習得すべき能力(3H) / ⑬自己理解①(3H)			⑤⑥円滑なコミュニケーション①			⑤⑥円滑なコミュニケーション②			①②③④ビジネス素養①			①②③④ビジネス素養②			①②③④ビジネス素養③						①②③④ビジネス素養④			①②③④ビジネス素養⑤			①②③④ビジネス素養⑥			①③自己理解②(3H) / ⑭仕事理解、職業意識と勤務観①(3H)			コンピュータとITの基礎									⑦(学科)安全衛生・VDT作業(1H) / (学科)情報コミュニケーションとセキュリティ(5H)			コンピュータの基本操作①			コンピュータの基本操作②			コンピュータの基本操作③			コンピュータの基本操作④						コンピュータの基本操作⑤			キャリアコンサルティング①					
						○			○			○			○			○			○			○						○			○			○			○						○																													
		能開講習						○	○	○	○	○			○	○	○	○	○				○	○	○	○			○																																													
		成績考査等																○																																																								
		時間	0H		6H			6H	6H	6H	6H	6H			6H	6H	6H	6H	6H			6H	6H	6H	6H	6H			6H		0H																																											
		時間小計	102H																																																																							

16
1時間
小計
102H

19

		月/日	7/18	7/19	7/20	7/21	7/22	7/23	7/24	7/25	7/26	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31	8/1	8/2	8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	8/8	8/9	8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15	8/16	8/17	
		曜	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	
2ヶ月目		訓練内容					ハローワーク来所日①	(実技)文書作成基礎演習②	(実技)文書作成基礎演習③	(実技)文書作成基礎演習④				⑭仕事理解、職業意識と勤務観②(2H) / ⑦⑧⑨⑩書類準備①(2H) / ⑮面接対策①(2H)		(実技)文書作成応用演習①	(実技)文書作成応用演習②	キャリアコンサルティング②			(実技)文書作成応用演習③	(実技)文書作成応用演習④	⑦⑧⑨⑩就職活動の収集、応募書類準備②	(実技)表計算基礎演習①	(実技)表計算基礎演習②			⑩面接対策②	(実技)表計算基礎演習③	(実技)表計算基礎演習④	(実技)表計算基礎演習⑤			
		能開講習													○									○										
		成績検査等																				○												
		時間	6H					6H	6H	6H				6H	6H	6H	0H				6H	6H	6H	6H				6H	6H	6H	6H			
		時間小計	102H																															

3
1時間
小計
102H

18

月/日		8/18	8/19	8/20	8/21	8/22	8/23	8/24	8/25	8/26	8/27	8/28	8/29	8/30	8/31	9/1	9/2	9/3	9/4	9/5	9/6	9/7	9/8	9/9	9/10	9/11	9/12	9/13	9/14	9/15	9/16	9/17
曜		月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
3ヶ月目	訓練内容	ハローワーク来所日②	(実技)表計算基礎演習⑥	(実技)表計算基礎演習⑦	(実技)表計算応用演習①	⑦⑧⑨⑩就職活動の仕方、求人動向と求人情報等の収集、応募書類準備③			(実技)表計算応用演習②	(実技)表計算応用演習③	(実技)表計算応用演習④	(実技)表計算応用演習⑤	(実技)表計算応用演習⑥			(実技)表計算応用演習⑦	(実技)表計算応用演習⑧	(実技)表計算応用演習⑨	(実技)表計算応用演習⑩	(実技)プレゼンテーション基礎演習①			(実技)プレゼンテーション基礎演習②	(実技)プレゼンテーション基礎演習③	キャリアコンサルティング③		職業人講話				修了式(1H)	
	能開講習					○																										
	成績検査等		○																◎													
	時間		6H	6H	6H	6H			6H	6H	6H	6H	6H			6H	6H	6H	6H	6H				6H	6H	0H		6H			0H	
時間小計 <td colspan="31">102H</td>		102H																														

1
2時間
小計
102H

19

[illegible]

※各月において、ハローワーク来所日相当日として、1日、空白日を設定すること(具体的な来所日は、認定時に機構が指定する)。

区分	受講時間
1限目	9:15 ~ 10:05
2限目	10:15 ~ 11:05
3限目	11:15 ~ 12:05
4限目	12:50 ~ 13:40
5限目	13:50 ~ 14:40
6限目	14:50 ~ 15:40
質疑応答	15:40 ~ 16:40

	実施期間		備 考
1回目	令和7年6月20日	～ 令和7年7月16日	設定日以外は、15:40以降行方
2回目	令和7年7月18日	～ 令和7年8月14日	設定日以外は、15:40以降行方
3回目	令和7年8月19日	～ 令和7年9月12日	設定日以外は、15:40以降行方

時間合計	306H
------	------

能開講習 設定日数	20日
--------------	-----

※キャリアコンサルティングは、訓練時間に含まれません。

	来所日	備 考
1回目	令和7年7月22日	
2回目	令和7年8月18日	
3回目	令和7年9月19日	
4回目		
5回目		

※ハローワーク来所日は、訓練時間に含まれません。

※機構處理欄

実施期間	訓練時間	暦日数
1か月目 令和7年6月18日 ~ 令和7年7月17日	102時間	30
2か月目 令和7年7月18日 ~ 令和7年8月17日	102時間	31
3か月目 令和7年8月18日 ~ 令和7年9月16日	102時間	30
4か月目 ~	時間	
5か月目 ~	時間	
6か月目 ~	時間	

合計 306時間