



【DX推進スキル標準対応の訓練コース】

# Officeも学べる

実践コース

## 社内ITサポート実践科



※IT化の知識と技術を習得し、ITパスポートの国家資格を目指そう！

### 会社で役立つ書類

が作れる！

パソコンの使い方の基本から始めて  
文書作成ソフト、表計算ソフトを  
活用し、企業で使用する  
書類の作成・編集・管理ができる  
ようになり、即戦力として  
活躍できるようになります。



### 就職に有利な資格

がとれる！

再就職に有利な資格取得  
(MOS：Word、Excel)  
国家資格ITパスポート試験  
をばっちりサポート！  
訓練終了後の早期就職と  
安定就労を目指します！



### VBAで作業自動化

ができる！

VBAを活用して、作業の自動化に  
挑戦！システムやネットワークも学び、  
ITに関する知識・技術を習得し  
IT関連の企業への就職に  
強い人材になります。



### 就職活動を全面 バックアップ

します！

国家資格キャリアコンサル  
タントが就職相談をお受け  
して、皆さんの就職活動の  
サポートをいたします。



夢を叶える  
第一歩！

訓練期間

2026年

1月13日(火) ～ 5月27日(水)

2026年

募集期間

2025年

11月5日(水) ～ 12月18日(木)

2025年

訓練時間

9:20 ～ 15:50 ※詳細は裏面のとおりです

### △コロナ対策実施中△

各教室ではコロナ5類分類以降も、可能な限り  
3密の回避・換気・アルコール消毒等を徹底し  
感染予防対策に取り組んでおります。  
講師や職員も毎朝健康管理を行っており安心して  
訓練に臨める環境のご提供に努めております。

IT化とは？楽しく学んで再就職を目指そう！

#### 募集要項

受講定員：15名

受講費用：無料

※半数に満たない場合は訓練中止の場合があります。  
※ただし、テキスト代：8,800円(税込)は自己負担です。

#### 訓練目標

企業の即戦力として、IT化を理解し、小規模な情報システムの構築・管理に係る基本作業、業務効率化ができる。

#### 選考要項

選考日：12月24日(水) 9:30開始 選考会場：第2大通ビル6F会議室 盛岡市中央通1-11-17(裏面参照)

選考方法：簡単な筆記試験と面接を行います。※筆記用具をご持参下さい。結果通知日：1月5日(月) 郵送にて通知

#### 訓練対象者

ハローワークに求職申込を行っている方。

ハローワークにおいて、キャリアコンサルティング等を受けて、求職者支援訓練の受講指示、または支援指示を受けた方。

#### 受講要項

訓練日：裏面訓練カレンダー参照。

駐車場：無し ※お車で通われる方は、近隣の駐車場をご利用ください。

#### 職業訓練 受講給付金

一定の要件を満たす場合に、職業訓練受講給付金：月額10万円と通所手当(上限あり) 給付金制度あり。

※詳しくはハローワークにお問合せください。

#### 修了後取得 可能資格

Microsoft Office Specialist (Word・Excel 365)：各12,980円(税込)

ITパスポート試験：7,500円(税込) ※任意受験、受験料は自己負担です。

お申込みは 令和7年12月18日(木)まで ハローワーク盛岡3番窓口へ！

☎ 019-624-8903 (遠方の方は最寄のハローワークにてお申込できます)

## 訓練カリキュラム

|     | 科 目                   | 科 目 の 内 容                                                                                                                                                               | 訓練時間 |
|-----|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 学 科 | 開講式等                  | 開講式(1H)・オリエンテーション(1H)、閉講式(1H)・ガイダンス(1H)                                                                                                                                 |      |
|     | 就職支援                  | 面接指導・模擬面接・履歴書の書き方・職務経歴書の書き方                                                                                                                                             | 5H   |
|     | 安全衛生                  | 心身の健康管理、整理整頓の原則、情報機器作業と安全衛生、メンタルヘルス対策                                                                                                                                   | 3H   |
|     | 情報システム概論              | 情報システムの構成、ハードウェア(パソコン、ネットワーク、サーバ等)の知識、ソフトウェアの知識(OS、アプリケーションソフト、独自ソフト)、ネットワークの基礎知識(LAN、インターネット)                                                                          | 36H  |
|     | 安全対策とシステムセキュリティ概論     | 安全対策の検討範囲(自然災害、機械故障、運用上の過失、犯罪等の意図的行為)、セキュリティ管理方針、セキュリティ対策の概要、セキュリティ対策事例                                                                                                 | 30H  |
|     | システム運用・保守概論           | 情報システムのライフサイクル、運用技術と運用方法、運用手順の概要、運用におけるコスト(コスト項目、コスト計算)、保守の要因と種類、保守技術と保守方法、保守作業の実施と影響範囲、保守対象と保守内容の決定に関する検討事項、保守契約の概要                                                    | 18H  |
|     | IT・プログラミング(VBA・マクロ)概論 | IT化とは、作業の自動化、マクロとVBAの関連性、マクロの実行方法                                                                                                                                       | 18H  |
| 実 技 | 文書作成実習                | Word基礎(日本語入力、文書の作成・編集・印刷、表の作成・挿入編集、図形・図表の活用法、その他頻用する機能の解説と実践)、文書作成演習(使用ソフト:Microsoft Office Word 365)                                                                   | 54H  |
|     | 表計算実習                 | Excel基礎(データ・数式の入力、表の作成・編集、関数の挿入、グラフの作成、データベース機能、条件付き書式の設定)、表計算演習(使用ソフト:Microsoft Office Excel 365)                                                                      | 54H  |
|     | 情報システム構築・技術演習         | システム構成の確認、データベースシステムの仕様確認、データベースシステム構築演習(テーブル、クエリ、フォーム、レポート、マクロ)、ネットワークシステムの仕様確認、ネットワークシステム構築演習(端末・機器設置、ネットワーク配線、ネットワーク設定)、システムの動作確認、運用マニュアル作成演習                        | 48H  |
|     | システム運用・保守演習           | 運用マニュアルの内容確認、演習システムの構成確認、マニュアルによる設定確認(ハードウェア、ソフトウェア、ネットワーク)、マニュアルによる運用演習、機能不足と欠陥の識別演習、システム変更時のマニュアル変更演習、保守作業の内容確認、影響範囲の検討、保護対策の検討、保守作業に伴うドキュメント作成、保守作業の実施、作業結果の確認、履歴の管理 | 24H  |
|     | 安全対策とシステムセキュリティ演習     | セキュリティ事例に基づく対策演習(災害、人、ハードウェア、ソフトウェア、ネットワーク)、セキュリティ情報の収集                                                                                                                 | 42H  |
|     | プログラミング(VBA・マクロ)実習    | 作業の自動化演習(マクロの記録と実行、VBAプログラム、フローチャート作成、コーディング、デバッグ)                                                                                                                      | 84H  |
|     | 職業人講話                 | 【テーマ内容】「企業に求められる人材とは」                                                                                                                                                   | 9H   |

## 訓練カレンダー

※キャリアコンサルティングは訓練修了後に3回実施します

1月

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |

2月

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    | 1  |
| 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |    |

3月

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    | 1  |
| 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 |    |    |    |    |    |

4月

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |
| 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |

5月

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

- 訓練日 09:20~15:50
- 訓練日 09:20~12:10
- 訓練休 スクールはお休みです

- ハローワーク来所日  
ハローワークへ来所いただきます  
※スクールはお休みです  
※6月17日(水)も来所日です

全ての訓練日において、訓練終了後1時間の自習時間を設けております

**訓練の復習**や**就職活動**などにご活用いただけます!

## スクール見学説明会実施中!

無料見学説明会を実施しております!お気軽にお問い合わせください!

訓練実施施設・選考会場

**トラパント  
コンテンツスクール**

岩手県盛岡市中央通 1-11-17第2大通ビル  
選考会場: 6F 会議室  
訓練教室: 3F 教室

受講申込書提出先・お問合せ先

スクール見学説明会実施中!お越しの際はご連絡ください!

**019-681-8259**

〒020-0021 盛岡市中央通1-11-17 第2大通ビル5F

担当者: 齊藤、阿部

トラパントコンテンツスクール

検索



お車で越しの方は近隣のリパーク等  
有料駐車場をご利用ください。



訓練実施機関

**株式会社トラパント**

<http://www.torapants.co.jp/>

Webコンテンツ制作会社、株式会社トラパントのノウハウを活かした、豊富なカリキュラムで、実践的なスキルアップをサポートします。