

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

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

□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する。

□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...

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級合格率が高いコース!

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) 県内観光関係会社の営業職種(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ございますので、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

ハローワークー関 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



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。

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



Follow me!
Facebook



Follow me!
Twitter



Follow me!
Instagram

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



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

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
- 段落野線やインデント

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

書式設定を極める

- 一瞬で土日の色を設定! 必要な所にだけ、自動で野線設定
- 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
- 〇人、〇名、〇〇御中などは、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

データベースを極める

- ピボットテーブルで一気集計テクニック
- 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!

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

3.3

2026

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。

就職活動を成功させるために

変化に対応できる力が求められる

コロナ禍を経て、ビジネス環境は激変しました。この変化に対応できる柔軟性と適応力は、企業が最も重視する資質の一つです。特にリモートワークの普及に伴い、自律的に仕事を進める力や、新しいツールや業務フローにすぐに慣れる能力が評価されています。テクノロジーの進化が速い現代では、学び続ける姿勢が何よりも重要です。企業は、自己成長意欲が高く、新しい知識やスキルを積極的に吸収できる人材を求めています。

データ分析能力

プログラミングスキル

SNS運用・マーケティングスキル

職業訓練を受講することで、あなたの就活が一步リードできること間違いなしです！

再就職を希望する方のために、無料で受講できる職業訓練です。

対象者

公共職業安定所に求職手続をし、公共職業安定所長から職業訓練の受講あっせんを受けられる方で、訓練修了後3か月以内の早期就職を希望される方はどなたでも受講できます。

デジタルリテラシーの高い人材が求められる

デジタルリテラシーとは、ITスキルやデータ分析、SNS運用など、デジタルツールを効果的に使いこなす能力のこと。特に、以下のスキルが重要視されています。

遠野高等職業訓練校は、専門性の高い講師が常勤しているため、Microsoft Word・Excelの他にも、Excel VBAやAccessなどの自動化プログラミング、PowerPointを使ったチラシ作成、HTML&CSSによるホームページ作成、Adobe Illustrator・PhotoshopなどのDTPソフトまで、学びたいことが学べます！また、WindwsOSの他に、県内で唯一MacOSが学べます。オフィススペシャリスト科だからWord・Excelしか学べないと限定せず、学びたいことを贅沢に学んでください！



仕上がり像 PC・アプリケーション基礎から、事務処理の効率化まで学び、今の時代に必要なDX能力を高め、企業の課題に対応できるDX人材を目指します。

STEP.01(1ヶ月目)

PCスキル

基本操作習得
PC基本操作(起動、保存、フォルダ仕分け、コマンド操作)
入力操作(タイピング)、アプリケーション共通操作
ワード基本操作

就職支援

前職で培った職業能力の棚卸し
ソーシャルスキルトレーニングによる自己理解
キャリアカウンセリングによる方向性共有
エントリーシート、ジョブカードを作成して整理

STEP.02(2ヶ月目)

PCスキル

エクセル基本操作
関数を組み込んだデータ作成
データベースから様々な集計

就職支援

就職先である企業情報収集
自主的に体験しておきたいことを共有・支援
就職に向けての意思決定支援
ビジネスマナーや模擬面接等の行動変容支援

STEP.03(3ヶ月目)

PCスキル

エクセル応用操作
表計算(エクセル)2級の資格取得(任意)
エクセルの自動化(VBA)の体験

就職支援

就職先意思決定
就職の方向性支援
エントリーシート作成

その他
ソーシャルスキルトレーニングが、無料で受けられます。

こちらは
使用テキストの一例です



資格取得にチャレンジ! 任意での受験となりますが、試験対策のサポートも可能です。

- ☐ コンピュータサービス技能評価試験(ワープロ部門2級・表計算部門2級)
- ☐ Webクリエイター能力認定試験(エキスパート・スタンダード)
- ☐ Illustrator®クリエイター能力認定試験(エキスパート・スタンダード)
- ☐ Photoshop®クリエイター能力認定試験(エキスパート・スタンダード)

コンピュータサービス技能評価試験(表計算部門2級)に合格した方の感想
もちろん2級を取って良かったです!自信になりましたし、この歳でも、勉強すれば取れるんだと、新しい発見でした。皆さんののおかげでもあります。エクセルが、使いやすくなりました。再就職先でも、勉強したことが実務で活かされてると実感します。関数を使うことで、正確性と作業効率があがっています! (40代・女性)

これまでの受講生のみなさんからメッセージが届いています。

福祉団体に就職したMさん

訓練を受けた私の感想

毎日が楽しく、とても有意義で充実した、あっという間の3ヶ月間でした。プロのスキルを持った講師の方々の講義は『もっともっと学びたい!』と思うほど、毎日が刺激的でした。ここで学んだこと、過ごした時間は、私の人生をより豊かにしてくれた宝物です。学びたいことが凝縮され、一石二鳥どころではなく、私にとっては一石五鳥にも一石六鳥にもなりました。

これから学ぶ人たちへ、私からのメッセージ

講義内容が充実&凝縮されていて素晴らしいです!丁寧にわかりやすく教えてくださるので、初心者の方でも資格取得可能なスキルが身に付きますよ!また、現場を想定しての『小技』なども教えてくださり、再就職先でもとても役に立っています。この“出逢い”をチャンスととらえ、素敵な環境でぜひ学んでみてください!



製造業に就職したAさん

訓練を受けた私の感想

結論は、この訓練を受けて良かった!です。何が良かったのか以下になります。

- ①Word、Excelの資格を2級まで取ったことで希望の就職先に入社出来ました。
- ②資格を取ったことで自分に自信がつかしました。
- ③アサーションを学んだり、自分自身の考え方の特徴等を学んだりすることで、自分の事を冷静に俯瞰して見れる時間が増えました。

想像以上に充実し、とても有意義な3ヶ月でした。

これから学ぶ人たちへ、私からのメッセージ

訓練に興味を持つ方の年齢層は広いです(私の時は20代~60代の方が参加していました)幅広い年代の中で、自分と向き合い、周りの人と協力し生活したという経験は、自分の対人面のスキルを確実に上げてくれます!周りの方と助けあって目標達成してください! 応援しています!!



製造業に就職したYさん

訓練を受けた私の感想

学生の頃を思い出してしまうほど、3ヶ月間は訓練校に行くのが楽しい日々でした。年齢層も幅広いクラスでありながら、みんなで分らないことは教えたり、教わったり、時には笑いのある時間を過ごしたことは貴重な経験だったと感じています。先生方も丁寧に教えてくださるので、自分の目標に向かって取り組める環境でした。就職してから訪問するほど愛着のある訓練校です。先生方やクラスのみんなに助けられ、さらに楽しみながら学べたのが、再就職に繋がったと感じています。

これから学ぶ人たちへ、私からのメッセージ

先生方やクラスの方々と一緒に学ぶことで、自分の今までの視野、考え方もチェンジでき、就職する良いきっかけになります。自分のスキルアップにも繋がり、学べて良かったと実感できますよ。



運送業に就職したKさん

訓練を受けた私の感想

今回は、Excelの資格を取って仕事に役に立っているかどうか。そちらをお答えしたいと思います。結論から言えば、めっちゃ役立ちます。私は今、東京から青森まで31拠点をもち、会社の総合事務員として働いていますが、社内データをまとめるのはExcelを使っています。Excel2級を取得すれば、社内で使われているExcelの【関数】が何を示しているのか。どこを参照し、どう反映されているのか。そこを理解でき、胸を張ってExcelを使えると言えます。

これから学ぶ人たちへ、私からのメッセージ

オフィススペシャリスト科で、丁寧に教えてくれる講師、聞いたら一緒に考えてくれ高めあえる仲間。そんな環境で学ぶことで、自分に出来る事が爆発的に増えます。私は、オフィススペシャリスト科で学び、自分の可能性を広げて最高です!



担当する講師からメッセージ

離職した今だからこそ、オフィススペシャリスト科で「Excelの達人」になりましょう。

Excelやパソコン業務に難しさや苦手意識を感じている方はいらっしゃいませんか? これまでに通学した受講生の平均年齢は44歳。以前の仕事でパソコンを使わなければならなくなり自信を無くし辞めた方、パソコンに触れるチャンスがなく、パソコンに苦手意識があった方など、多くの方が在職中にパソコンを専門的に学ぶ機会がなく、デジタルリテラシーが求められる現在、パソコンができないことが仕事に直結し離職した方々でした。**このコースはExcel2級合格率が91.8%を誇っています。年代別 | 20~30代 | 100%、 | 40代~60代 | 83.6%** オフィススペシャリスト科は「デジタルリテラシーの学び直し」に役立っていることが上記のデータからも分かります。受講生のほとんどの方はPC初心者ですが、資格を取得にはげみ、これだけの合格率につながり、さらに早期就職に繋がっているのは、高いスキルを習得できるオフィススペシャリスト科だから。就職率はおおむね80%を超え、高い就職率を誇っています。講師はITの専門性だけでなく、全員がキャリアコンサルタント有資格者!人間関係トレーニングが含まれる訓練は県内で遠野高等職業訓練校だけ!学びは「何を学ぶか」の他に「誰から学ぶか」も重要な要素です。訓練期間の3ヶ月間、専門性の高い講師から、わがままに、おもいっきり学んでみませんか?



佐藤 沙也香