

# 表計算ソフトを活用した 業務改善

～Excelを活用した業務効率向上の基礎～

こんな方におすすめ！



- Excelで表の作成や四則演算の入力の経験がない方・経験の浅い方
- 「オートSUM」を使ったことがない方、あまり使っていない方
- 日本語入力、マウス操作ができる方

Excel  
初級

開催日時

令和7年7月16日(水)  
9:30～16:30 (計6時間)

受講料

2,200円  
(税込)

基本項目	主な内容	時間
■表計算ソフト 概要と基本操作	・Excelの概要と特徴 ・簡単な計算式の入力 ・データの入力方法 ・ショートカットキーの使い方	1h
■文書作成ソフトと 表計算ソフトの用途の違い	・表作成ソフト(Excel)の得意分野 ・文書作成ソフト(Word)の得意分野 ・データベースソフトとの違い	1h
■ワークシート活用	・計算式の作成(合計,平均) ・表の作成(罫線) ・グラフの種類と選択 ・グラフの作成と編集	3h
演習	・売上表作成とグラフ作成	1h

会場

仙南地域職業訓練センター  
宮城県柴田郡柴田町船岡照内1番地の9 TEL: 0224-57-1501

対象者

Excelをこれから初めて使う方、使い始めて日が浅い方  
※個人での受講はできません。企業（事業主）からの指示による在職者のお申込みに限ります。  
(事業主ご自身の受講は可能です。)

定員

10名（最少催行人数3名）

使用ソフト

Excel

申込方法

受講申込書（裏面）に必要事項をご記入の上、FAXまたは電子メールにて、申込期限までにお申し込みください。電子メールの際はポリテクセンター宮城ホームページに掲載された受講申込書（Excel形式）を使用して、mail: [miyagi-seisan@jeed.go.jp](mailto:miyagi-seisan@jeed.go.jp)にお申し込みください。

申込締切

令和7年6月26日（木）

ポリテク宮城 生産 申込 検索

講師

伊藤 一実 (いとう かずみ)

仙南地域職業訓練センター講師

講師歴30年。プログラム開発業務に携わった後、ITインストラクターとして在職者・求職者対象に、Officeアプリケーションを中心とした研修を年間を通し担当している。

■主催■

独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構 宮城支部

ポリテクセンター宮城 生産性向上人材育成支援センター

TEL:022-362-2604 mail: [miyagi-seisan@jeed.go.jp](mailto:miyagi-seisan@jeed.go.jp)



FAX 022-364-2651

※送り間違いにご注意ください

ポリテクセンター宮城 生産性向上支援訓練担当 行

受講申込書

コース名 表計算ソフトを活用した業務改善

【コース番号：25-04-12-100-004】  
【開催日：R07.07.16】

会社名

TEL

FAX

所在地 〒

法人形態  企業 (株式会社、有限会社、合同会社、工業法人 又は 個人事業主)  
(いずれかに✓)  その他 (学校法人、医療法人、社会福祉法人、一般社団法人、NPO法人、公益法人 等)

会社規模 (該当箇所○) A~29人 B~99人 C~299人 D~499人 E~999人 F1000人~

業種 (該当箇所○) 01建設業 02製造業 03運輸業 04卸売・小売業 05サービス業 06その他

申込のきっかけ 01当センターホームページ 02商工会議所等団体からの案内 (団体名： )  
03当センターからの案内・リーフレットの送付 04その他 ( )

申込担当者

氏名

部署等

連絡先

(例)受講者氏名

ふりがな

みやぎ たろう  
宮城 太郎

性別： 男 ・ 女 年齢：40歳

就業状況： 正社員  非正規雇用  その他 (自営業等)

※性別は任意です。受講者の方の就業状況を選択してください。なお、非正規雇用とは、パート、アルバイト、契約社員などが該当しますが、様々な呼称があるため、貴社の判断で差し支えありません。

1. 受講者氏名

ふりがな

性別： 男 ・ 女 年齢：

就業状況： 正社員  非正規雇用  その他 (自営業等)

2. 受講者氏名

ふりがな

性別： 男 ・ 女 年齢：

就業状況： 正社員  非正規雇用  その他 (自営業等)

3. 受講者氏名

ふりがな

性別： 男 ・ 女 年齢：

就業状況： 正社員  非正規雇用  その他 (自営業等)

(※) 就業状況 (該当に)

## 注意事項

- 個人での受講はできません。企業（事業主）からの指示による申込みに限ります。
- 本訓練を実施する機関（企業）の関係会社（親会社、子会社、関連会社等）の方は受講できません。
- 本申込書が当センターに到着後、申込担当者様に受講料支払い手続きについてご連絡いたします。
- 受講申込をキャンセルする場合は、当センターに連絡の上、速やかに「受講取消届」をFAXにてお送りください。訓練開始日の7日前までに届出がない場合は、キャンセル料として受講料の全額をお支払い頂きますので、ご注意ください。
- 最少催行人数を設定している訓練コースにあつては、受講申込者数が最少催行人数に達しない場合は、訓練が中止又は延期されますので、あらかじめご了承ください。
- 訓練実施状況の確認等のため、訓練中に写真撮影を行う場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 受講者を変更又は追加したい場合は、当センターに連絡の上、指示に従って手続きを行ってください。
- 受講取消（キャンセル）・受講者変更に係る様式はポリテクセンター宮城ホームページにてご確認ください。

## 研修会場のご案内

### 仙南地域職業訓練センター

宮城県柴田郡柴田町船岡照内1番地の9

TEL: 0224-57-1501

※受講者用無料駐車場あり

ポリテク宮城 生産 申込 検索



## 【当機構の保有個人情報保護方針、利用目的】

- 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構は「個人情報の保護に関する法律」（平成15年法律第57号）を遵守し、保有個人情報を適切に管理し、個人の権利利益を保護いたします。
- ご記入いただいた個人情報については、訓練の実施に関する事務処理（訓練実施機関への提供、本訓練に関する各種連絡、訓練終了後のアンケート送付等）及び業務統計に使用するものであり、それ以外に使用することはありません。