



大阪開催
S219



オンライン開催
S220

スマホ世代もベテランも、明日から即実践!

オンラインLIVEセミナー同時開催

事務担当者のためのITスキル向上セミナー

—— 日々の業務を効率化して生産性を高める ——

●セミナーのねらい

生成AIが進化し業務の自動化が進む今こそ、土台となるPC基本スキルの質が成果を左右します。

自己流の操作やデータ探しによる時間のロス、依然として生産性を阻む大きな課題です。

このセミナーは、事務担当者のITスキルの底上げを目的とし、Excel・Wordの正しい操作やショートカットキーによる「微の集積」で日常業務を加速させます。加えて、的確なビジネスメールの型や、情報資産としてのデータ整理術を習得。次世代ツールを真に活かすためにも不可欠な、デジタル基礎体力を高めます。

講師

株式会社ビジネスプラスサポート
人財育成プロデューサー

もり た たみ
森田 圭美 氏



大学卒業後、大学講師秘書・学会事務を経て、人材教育企業に勤務にて、IT (Microsoft製品のオフィシャルトレーナー) 分野より講師業をスタート。「分かりやすい、すぐ使える」インストラクション技術を習得したうえ、コミュニケーション能力開発・就職支援と分野を広げた。現在は、株式会社ビジネスプラスサポート 人財育成プロデューサーとして従事し、コミュニケーションやチーム活性化などのヒューマンスキルをはじめ、事務改善・IT業務改善と守備分野は広い。また、コンサルティング分野では、「業務マニュアル」の作成・活用を軸に、組織と人の力を引き出す支援を行っている。

講師著書進呈

在宅勤務にも活用できる！
今さら聞けないパソコン仕事の効率アップ50

※セミナーは、講義とデモンストレーション画面にて進行します。セミナーで使用するExcel、Word等のデータは、受講後にダウンロードいただけます。テキストに沿って復習することで、日常業務の改善を明日から実践できるセミナーです。

●対象者

ミスゼロ仕事を実現し、業務効率を高めたい皆さま

開催日時	2026年6月16日(火) 10:00am~5:00pm	
会場	ハービスOSAKAオフィスタワー 19F	オンライン会議システムZoom
定員	50名	50名
受講料	SQUET特別会員：35,200円 SQUET一般会員：38,500円 会員以外：44,000円	
※テキスト代 消費税等を含みます。		

●カリキュラム

※録音・録画はご遠慮願います。受講時にはご自身のカメラをONにしてご受講ください。

1. PCスキルは改善のファーストステップ

- 1) 生成AI時代に求められる“デジタル基礎体力”
- 2) 「遠回り」と「チカラワザ」を手放す業務設計

2. 最短・最速でExcelを使う

- 1) 入力規則と書式設定で“データの質”をつくる
- 2) テーブルでデータを構造化する
- 3) ピボットとXLOOKUPで“チカラワザ”をやめる
- 4) キーボード主体で再現性を上げる

3. コミュニケーションツールとしてのビジネスメール

- 1) 脱! 自己流、本文の「型」を押さえる
- 2) 件名は“検索ワード”で書く
- 3) 返信の迷いと回数をへらす

4. 思考の道具としてWordを使いこなす

- 1) Enterとスペースで整えない
- 2) スタイルで“構造化”する文書作成
- 3) 目次はWordに作らせる
- 4) Word×Excelでデータを活かす

5. テンプレートとショートカットキーで時短する

- 1) テンプレートで上書きミスを追放する
- 2) これだけ覚える厳選ショートカット

6. 探す時間をゼロにするデータの整理整頓

- 1) デスクトップを業務の起点にしない
- 2) 検索に強いファイル名と情報管理

※プログラムの詳細は変更となる場合がございますので、ご了承ください。

お申込み方法	STEP1	STEP2	STEP3	STEP4
	MUFGビジネスセミナーのWebサイトにアクセス MUFGビジネスセミナー 検索	受講を希望するセミナーの申込フォームへ入力	入力内容の確認と送信	会場 マイページから受講証をダウンロード オンライン 開催の3営業日前(土/日/祝日を除く)にご案内メールをお送りします。 ※いずれの場合も請求書は発行いたします。

受講料のお支払い方法

- ①銀行振込の場合…請求書に記載されている期日までにお振込みください。振込手数料は御社でご負担ください。
 - ②SQUET-DC法人ゴールドカードの場合…カードご精算日にご指定の口座より引き落としとなります。
 - ③三菱UFJ銀行「口座振替」…当社指定日にご登録された口座より引き落としとなります。
- ※なお、いずれも領収証は発行いたしません。

受講キャンセル

【会場形式の場合】セミナー開催の前営業日(土/日/祝日を除く)17:00まで
【オンラインLIVEの場合】セミナー開催の4営業日前(土/日/祝日を除く)17:00まで
入金済みの受講料を全額ご返金いたします。それ以降のキャンセルについては、ご入金の有無にかかわらず受講料を申し受けます。なお、他のセミナーへのお振り替えもいたしかねますのでご了承ください。ただし、代理の方にご出席いただくことは可能です。

*反社会的勢力と判明した場合には、セミナーへのご出席をお断りいたします。 *諸事情を考慮の上、セミナーへのご出席をお断りさせていただく場合がございます。

お申込・照会先 三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社 MUFGビジネスセミナー事務局
〒530-8213 大阪市北区梅田2-5-25 ハービスOSAKAオフィスタワー19F TEL (06) 7637-1410 e-mail:seminar-o@murc.jp