

文書も表も、サクサク仕上げ！

半日

オンラインLIVEセミナー

パソコンスキル講座【Word&Excel入門編】

●セミナーのねらい

ビジネスに欠かせないWord、Excelですが、生成AIが当たり前になった今だからこそ、この基本操作の土台が改めて重要になっています。基本を知らずに場当たり的な使い方に陥ったまま、遠回りでチカラ技の使い方が身についてしまうと、PC作業のムダから脱するのは至難のワザです。

このセミナーは、Word、Excel初心者の方はもちろん、基本を学ぶチャンスを逃してしまったベテラン社員の方にもおすすめです。この機会に"仕事に必要なPC作業の基本"を身につけて、毎日の業務効率をアップしましょう。

本セミナー受講のゴール

- ・ビジネスの基本要件を満たす文書を作成するWordスキル
- ・セルのルールを踏まえた表作成と基本の式を入力するExcelスキル
- ・仕事で効率よくPC操作するためのショートカットを使った時短スキル

●対象者

Word、Excel初心者の方、
業務でこれからWord、Excelを使用する方

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

森田 圭美 氏



開催日時 2026年10月15日(木) 1:00pm～5:00pm

会場 オンライン会議システムZoomで開催

定員 50名 ※参加者が少人数の場合等、中止または延期することもございますので、ご了承ください。

受講料 SQUET特別会員：26,400円
SQUET一般会員：29,700円
※テキスト代 消費税等を含みます。
会 員 以 外：35,200円

◎筆記具をお持ちください。 ◎録音、録画はご遠慮願います。
◎オンラインLIVEの際は、カメラをできる限りオンにしてご参加ください。

●カリキュラム

1. Word：基本と文字列の入力

- (1) 文字入力と変換の高速化
- (2) 変更しておくべき初期設定
- (3) 入力を効率化するポイント

2. Word：効率のよい文書作成

- (1) 『段落』を理解して範囲選択する
- (2) メリハリで読ませる書式設定
- (3) データのコピペと書式のコピペ

3. Word：表とオブジェクトを利用する

- (1) 表を作成して情報を整理する
- (2) 写真・図を自由にレイアウトする

4. Excel：基本とデータの入力

- (1) Excelの画面構成とデータの種類の
- (2) セル範囲の選択と効率よい編集
- (3) 連続データの埋め込み入力（オートフィル）

5. Excel：数式の基本と関数の入力

- (1) 四則演算子を使って式を入力する
- (2) 関数の書式と入力
- (3) 数式のコピーと相対参照／絶対参照

6. Excel：書式設定で伝わる表を作る

- (1) 視認性を高める書式設定のコツ
- (2) 数値・日付データを見やすくする

7. Excel：目的に応じたグラフを作る

- (1) グラフは種類で使い分ける
- (2) 印刷イメージを確認して印刷する

実際にパソコンを操作しながら進めていく講座ではありません

※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

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

STEP2

受講を希望するセミナーの
申込フォームへ入力

STEP3

入力内容の確認と送信

STEP4

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。

※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…ご請求書に記載の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

セミナー開催前4営業日(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
〒461-8516 名古屋市中区東区葵1-19-30 マザックアートプラザ TEL (052) 307-1105 e-mail:seminar-n@murc.jp