

キャリアも子育ても。  
わたしらしく働く力を

# 女性 デジタル応援 プロジェクト

受講費  
無料

2026年6月~9月/全11回<sup>1回3時間半</sup>  
※休憩有

自信を持って一步を踏み出していただくために!  
就職準備セミナーも実施!

恵庭市では、「新しく働きたい」「今の自分をステップアップさせたい」と考える女性を応援するため、実践的なデジタルスキルが身につく講座を実施します。

※講座の詳しい内容は裏面をご覧ください。

こんな女性におすすめ♪

## 受講生募集!



託児サービスあり!

### point1

子育てや  
ブランクがあって、  
再就職を考えている方

### point2

デジタルスキルを  
身につけて、  
スキルアップしたい方

### point3

実践で役立つ  
スキルを身につけて、  
一步を踏み出したい方

### point4

受講生同士で  
仲良く楽しく  
学びたい方

【講座内容】WordやExcel、Googleの便利なツール、チラシづくり、ホームページ更新など、「仕事で本当に使える」内容を学べます

【期間】2026年6月~9月(基本週1回開催)

【時間】13:00~16:30(3時間半/休憩有)

【形式】対面参加必須 ※オンライン参加不可、アーカイブ配信あり

【定員】10名 ※定員を超えた場合は、抽選で決定

【会場】アルファコート 緑と語らいの広場 えにあす  
(恵庭市緑町2丁目1-1)

※効果的に講座を実施するため原則対面での受講としますが  
体調不良などでやむを得ず講座を欠席する場合は  
アーカイブ配信もご利用いただけます。

【応募条件】以下のすべてに該当する方

☑恵庭市在住の女性

☑令和8年度中の就職・再就職を目指している方

☑Microsoft Officeの基本操作ができる方

基本操作の目安:新しい文書(案内文など)や  
表(売上一覧など)を作成できる程度

☑全11回の講座に対面で参加できる方

☑講座内で実施する受講者同士の交流会にご参加いただける方  
【その他】

◎子育て中の方もOK(無料の託児サービス有)

◎パソコンを持っていない方もOK(機材は貸出します)

オンライン事前説明会 開催! 説明会后に申し込み検討OK

5月15日(金) 13:30~14:30

講座の内容や参加にあたっての不安を解消できます。

★応募締切/5月14日(木) 12:00まで。右記よりお申し込みください。

オンライン事前説明会&  
受講申し込みはQRコードから

★受講申し込み4月20日(月)開始~

5月29日(金) 12:00まで

※抽選結果は締切から1週間以内にご連絡致します。



# 全11回講座内容



講師 ササキミチコ事務所 佐々木 身智子 氏 (ITコーディネータ)

	開催日	テーマ	主な講座内容
第1回	6月22日(月)	オリエンテーション パソコンの準備 Windows11基本	○オリエンテーション(連絡事項、注意事項説明、自己紹介) ○これから利用するパソコンの設定 (Wi-Fi、プリンタ、Google Chrome、Adobe Acrobat Reader) ○Gmail アドレス取得(今後の無料アプリのIDとして利用) ○Windows11基本(その他の設定、ファイル操作など)
第2回	6月30日(火)	文書作成ソフト Word	○スタイル設定(用紙サイズ、段組み) ○オブジェクトの挿入(図形、写真、表) ○印刷設定、差し込み印刷 ○目次の作成 ○校正ツール
第3回	7月6日(月)	表計算ソフト Excel	○表設定、表の体裁(枠線、合計) ○入力規則、シート連携 ○数式と関数(合計、カウント、条件式) ○グラフ作成、ピボットテーブル
第4回	7月14日(火)	プレゼン資料作成 PowerPoint	○基本的な作成(デザイン、オブジェクト挿入) ○プロジェクトとの接続、発表者ツールの使い方
第5回	7月21日(火)	Google Workspaceの 活用	Microsoft Officeとの違いを理解する ○Googleドキュメント ○Googleスプレッドシート ○Googleスライド ○Googleフォーム(アンケート作成・集計)
第6回	7月27日(月)	デザインソフトの利用 Canva	○基本操作(テンプレートの選択・修正) ○画像の修正(Canva、Paint) ○チラシの作成 ○名刺カードの作成
第7回	8月3日(月)	生成AIの活用 Gemini	生成AIの種類、プロンプトの与え方による結果の違い ○画像を調べる ○レシピの自動作成 ○文章を構成する ○英語メールの翻訳と要約 ○工程表の作成
第8回	8月10日(月)	簡易ホームページ作成 Jimdo	○テンプレートの使い方 ○各種ツールの意味と使い方 ○目的と必要項目の明確化 ○ページの設計 ○受講生交流会
第9回	8月18日(火)		○製作
第10回	8月24日(月)	就職準備セミナー	就職活動に役立つ実践的な内容です。 ○履歴書の書き方アドバイス ○面接対策 など
第11回	9月1日(火)	まとめ デジタル関連の法律 スキルアップについて	○情報発信に関する法律と事例紹介 ○知的財産権について ○DX関連の資格紹介 ○受講者のプレゼンテーション ○まとめ・アンケート・その他事務連絡など

※進行の状況により内容が前後する場合や変更になる場合があります。

## 講座終了後も、就職に向けたサポートを行います。

主催:恵庭市 運営受託者:HAJ 株式会社北海道アルバイト情報社

お気軽に  
お問い合わせ  
ください

HAJ 株式会社北海道アルバイト情報社 総合企画部 地域共創推進課

☎011-206-6844 月曜日～金曜日/9:00～17:00(土日祝除く)

札幌市中央区南1条西6丁目20番1 ジョブキタビル 3F

