

# 令和7年度 女性のデジタル人材育成講座 実践講座

(Officeテクニカルコース  
／WEBクリエイターコース)

## プレオリエンテーション

埼  
玉  
県

女性のデジタル  
人材育成講座

デジタルスキルで就活力アップ



# はじめに

実践講座は、就職・転職を目指す女性向けの講座となります。

実践講座のみの受講はできません。

基礎・応用講座の修了証を取得しているか、10月28日までに取得見込みである必要があります。(10月受講申し込みは9月25日まで)

実践講座のご受講はお一人様1回までとなります。「Officeテクニカルコース」と「WEBクリエイターコース」のどちらか一つを受講する形となり、両方のコースの履修はできません。

※令和6年度に実践講座受講済の方はお申込み頂けません。

# 実践講座の紹介

## Officeテクニカルコース

(1h×1回 + 3h×17回)

※キャリアカフェ(オンライン交流会)の時間を除く

ビジネスの現場ですぐに使えるデータ分析スキルや、Officeソフトによる資料作成スキルをさらに磨く発展的な内容になっています。更に、AIを使用した文章作成や画像生成方法など、多くのビジネスシーンで活かせる業務の時短方法も学ぶことができます。

## WEBクリエイターコース

(1h×1回 + 3h×17回)

※キャリアカフェ(オンライン交流会)の時間を除く

世界ナンバーワンシェアのCMS(コンテンツ・マネジメントシステム)であるWordPressを使ったWebページの構築の手法を学びます。講座ではWebページを公開するためのサーバの契約方法に始まり、一から自分のページを持つための方法を教えます。

※講座のカリキュラムや開催日程は、専用サイトの実践講座のページの「カリキュラム」の箇所をご覧ください。  
※講座内容やカリキュラムの一部を変更することがあります。

# 申込について

◆申込方法:以下のいずれかの方法でお申込みください。

研修システム>「コースの選択」>「実践講座申し込み」>「申込フォーム」

専用サイト>「講座紹介」>「実践講座」>「申込フォーム」

選考面接を経て参加者を決定します。面接日時が確定しましたら、申込当日～3営業日以内にメールにてお知らせいたします。

◆申込期間:10月1日(水)～10月11日(土)23時59分まで

◆面接実施期間:10月6日(月)～10月23日(木)

◆結果通知:11月4日(火) メールでご連絡

◆面接実施方法:Zoomオンラインで実施(カメラ・マイクオン)

◆面接所要時間:15分

# 受講要件

実践講座の「Officeテクニカルコース」を受講するためには、**10月28日(火)17時30分までに**以下のいずれかの要件を満たす必要があります。

令和7年度以下のいずれかの修了証を発行された方(または発行見込みの方)

## ①データ分析基礎・応用コース

R7年度 データ分析 基礎コース修了証



R7年度 データ分析 応用コース修了証

## ②データ分析基礎コース、及びOffice応用コース

R7年度 データ分析 基礎コース修了証



R7年度 Office応用コース修了証



PC総合の受講も  
忘れずに！

または、令和6年度データ分析スタンダードコース(基礎・応用講座)の修了証を発行された方

R6年度 データ分析スタンダードコース 修了証

※令和5年度の修了証は受講要件を満たしません。再度学習をお願いいたします。

※昨年度の修了証取得状況を確認したい方、受講要件を満たしているか念の為確認をされたい方は、[swcc@os.persol-bd.co.jp](mailto:swcc@os.persol-bd.co.jp)までお問い合わせメールをお願いします。

# 受講要件

実践講座の「WEBクリエイターコース」を受講するためには、**10月28日(火)17時30分までに**以下のいずれかの要件を満たす必要があります。

令和7年度 WEB基礎・応用コース の修了証を発行された方(または発行見込みの方)

R7年度 WEB 基礎コース修了証



R7年度 WEB 応用コース修了証



PC総合の受講も  
忘れずに！

または、令和6年度WEBスタンダードコース(基礎・応用講座)の修了証を発行された方

R6年度 WEBスタンダードコース 修了証

※令和5年度の修了証は受講要件を満たしません。再度学習をお願いいたします。

※昨年度の修了証取得状況を確認したい方、受講要件を満たしているか念の為確認をされたい方は、[swcc@os.persol-bd.co.jp](mailto:swcc@os.persol-bd.co.jp)までお問い合わせメールをお願いします。

# 受講方法について

## 1. ライブ講座受講生

ZOOMにアクセスし、ライブ講座にご参加いただきます。

## 2. アーカイブ配信受講生

研修システムでアーカイブ配信をご視聴いただきます。

どちらの方法で受講するか、申込時にお選びいただきます。

課題に取り組んでいただき、期限までに提出してください。

テキストは、事前にご自宅へ送付します。

# 定員

---

1. ライブ講座受講生:50名

(Officeテクニカルコース25名、WEBクリエイターコース25名)

2. アーカイブ配信受講生:50名

(Officeテクニカルコース25名、WEBクリエイターコース25名)

# 注意事項

ご準備いただくもの

①操作するPC1台

【推奨スペック】

Windows11、メモリ8GB以上

Microsoft Office365(Word、Excel、PowerPoint)、Office2021以上

②安定したインターネット通信環境

ライブ講座受講生、またはアーカイブ配信受講生が期間中2回開催予定のキャリアカフェにご参加される場合は下記のものも必要です。

③Webカメラ・PC用マイク(オンライン講義でのコミュニケーション用)

④Zoomデスクトップクライアント

# 注意事項

## 共通の注意事項

使用するPC、Wi-Fiなどのインターネット環境、通信料等は自己負担でのご準備をお願いします。

修了証は、テクニカル講義40時間およびセミナー講義12時間の各8割以上をライブ配信またはアーカイブ配信にて受講し、演習課題を提出した場合のみ発行します。

# 注意事項

## ライブ講座受講生の注意事項

ライブ講座受講生が事情により講座を受講できなかった場合は、アーカイブ配信をご利用ください。アーカイブ配信はライブ配信後1か月間視聴できます。

講座終了後、アンケートにご回答ください。

利用証明書は、講座をリアルタイムで受講した場合のみ発行します。アーカイブ配信利用時には発行しません。

アンケート回答後、自動返信メールで利用証明書が送付されます。紙での利用証明書の発行はしていません。

視聴時間確認のため、ライブ講座受講生はZoomのカメラオンでのご受講をお願いします。

# 注意事項

---

## アーカイブ配信受講生の注意事項

アーカイブ配信は公開後1か月間視聴できます。

講座終了後、アンケートにご回答ください。

アーカイブ配信受講生には利用証明書を発行しません。

# よくある質問

Q.在職中の場合は応募できないのでしょうか。

A.在職中の方でも、転職や社内の配置転換を希望していれば可能です。

Q.ライブ講座受講生の場合、一度も欠席は許されないのでしょうか？

A.やむを得ない場合は欠席フォームから連絡の上、アーカイブ動画をご覧ください。  
アーカイブ動画の視聴期間は配信から1ヶ月です。

Q.Officeテクニカルコースを希望していますが、Office365への加入は必須ですか？

A.講座の中ではOffice2021以降のバージョンでのみ使用できる機能や関数を取り扱います。  
Office2019以前のバージョンではその箇所を実演することができません。  
講座への理解を深めていただくため、可能であれば講座期間中はOffice365への加入をお勧めしております。なお、Web版 Microsoft365はWebブラウザで利用できる無料のOffice製品となりますが、使用できる機能が限られているため、学習には不向きです。  
また、講座の中でCopilotを使用しますので、ご自身のPCで利用できる状態になっているかご確認ください。

# よくある質問

Q.PCはMacでも受講できますか？

A.受講は可能ですが講師の画面はWindowsで進行します。  
※OfficeテクニカルコースはWindowsのみとなります。

Q.PCのメモリが8GB以下ですが受講は可能でしょうか？

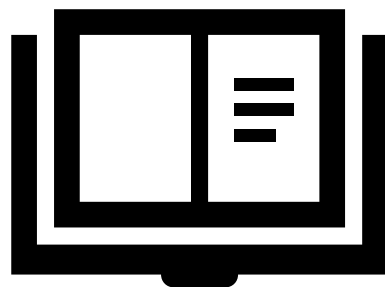
A.メモリは8GB以上を推奨しております。特にライブ講座受講生の場合はZOOMに接続しながら複数のアプリケーションを操作することになります。メモリが足りないと、動作が非常に遅くなり、講座の進行についていけなくなる可能性が高いです。

Q.PCのメモリはどのように調べればよいですか？

A.お使いのOSによって確認箇所が異なります。Web検索で方法をお調べください。

Q.講座の受講を途中でやめることはできますか。

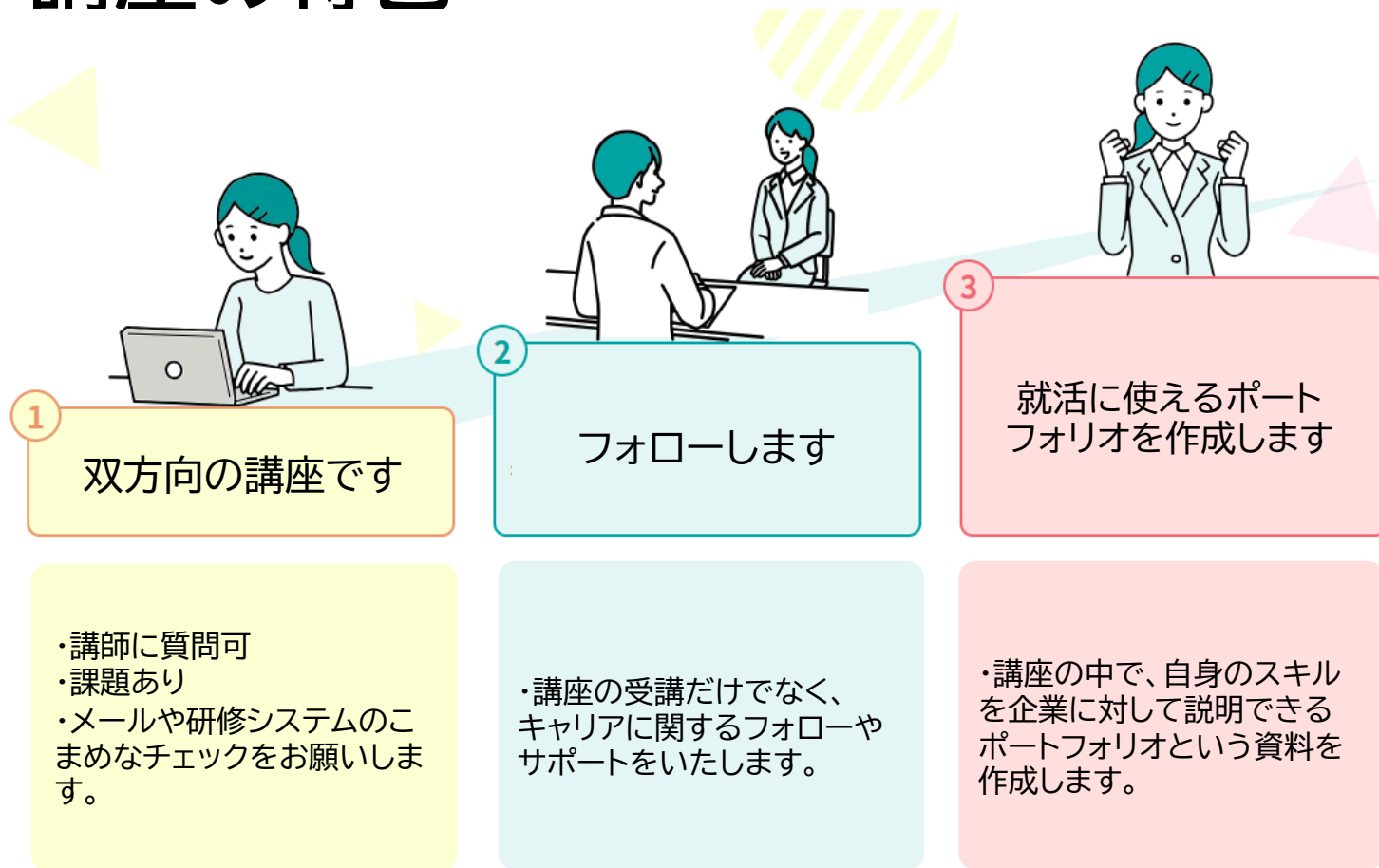
A.講座の受講を中止することは原則できません。



---

## 卷末資料

# 講座の特色



# 日程

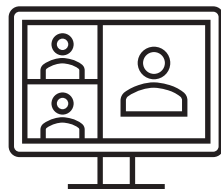
実践講座は11月11日～12月22日の期間の  
全18日程(+キャリアカフェ2日程)で行います。

| テクニカル講義(14日)                                           | セミナー講義(4日)                                                                                    | キャリアカフェ(2日)                                                                      |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 各コースに分かれ<br>テクニカルな内容を<br>学びます。<br>※講座の受講が修了<br>証の要件です。 | 就職活動やキャリア<br>アップに役立つ最新<br>の情報が聞ける他、<br>講師の一問一答など<br>コンテンツが盛り沢<br>山です。<br>※講座の受講が修了<br>証の要件です。 | 一緒に学ぶ仲間とグ<br>ループワークを行い<br>ながら、情報交換が<br>できる毎回好評の交<br>流会です。<br>※修了証の要件では<br>ありません。 |

各日程で行うより詳細な学習内容は、専用サイトに掲出するカリキュラムもご覧ください。  
※都合により一部変更の可能性があります。

# 受講方法

求職者に  
オススメ



## ライブ講座受講生

### 50名募集

Officeテクニカルコース：25名  
WEBクリエイターコース：25名

講義はリアルタイムで参加のZoom講義にて行います。**10時～13時に実施。課題の作成サポート時間があります。**やむを得ない事情で参加できない場合、研修システムから視聴できるアーカイブ配信をご覧ください。

在職者に  
オススメ



## アーカイブ配信受講生

### 50名募集

Officeテクニカルコース：25名  
WEBクリエイターコース：25名

Zoom講義の様子を収録したアーカイブ動画を視聴します。講義期間中1か月間は、**いつでも視聴でき、メールで質問可能。**ライブ講座と同じスケジュールで課題の提出が必要です。

# 受講方式ごとのメリット

| ライブ講座受講生                                                                                                                                                                                | アーカイブ配信受講生                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>◆講師・カウンセラーからのフォローが手厚い</li><li>◆Zoom内で課題制作を行う自習時間がある(講師への質問も可能)</li><li>◆雇用保険受給に使える利用証明書を発行</li><li>◆アーカイブ配信も見られるので復習できる(ライブ講座への出席が前提です)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>◆自分でスケジュールを決めて学習できる(課題の提出期限は同じなので注意)</li><li>◆アーカイブ配信なので、一時停止や巻き戻して再生などが可能</li><li>◆講師にはメールで質問可能</li></ul> |
| 早期就職を希望する<br>求職者におすすめ！                                                                                                                                                                  | 働きながらスキルを身に着けたい<br>在職者におすすめ！                                                                                                                     |

# 学習の進め方 [一日の流れ例①]

現在専業主婦で、転職活動中のAさんの場合：ライブ講座受講生

## 講習のある日の1日の過ごし方

|                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| 8:00                | 起床                   |
| 10:00<br>～<br>13:00 | 実践講座Zoom講座           |
|                     | 求人情報収集<br>家事等        |
| 21:00<br>～<br>23:00 | アーカイブ配信で復習・次<br>回の予習 |
| 23:30               | 就寝                   |

## 講習のない日の1日の過ごし方

|                     |            |
|---------------------|------------|
| 8:00                | 起床         |
| 11:30<br>～<br>12:15 | 女キャリZoom相談 |
| 14:00<br>～<br>15:00 | 企業面接       |
|                     | 家事等        |
| 20:00<br>～<br>23:00 | 次回の予習・課題   |
| 23:30               | 就寝         |

講習のある日はZoomライブ講座に参加し講座の内容を行います。手が空いた夕食後以降アーカイブ配信を使って予復習をします。講習のない日は就職活動をベースに行います。女キャリで担当カウンセラーと面接練習を行ってから、いざ企業の面接へ！帰宅後次回の予習や課題に着手します。

# 学習の進め方 [一日の流れ例②]

現在在職中のBさんの場合：アーカイブ配信受講生

## 平日の1日の過ごし方

|                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| 6:30               | 起床                 |
| 7:30<br>～<br>8:30  | 通勤電車の中で<br>テキストを読む |
|                    | 仕事                 |
| 20:00              | 帰宅                 |
| 23:00<br>～<br>0:00 | アーカイブ配信視聴          |
| 0:00               | 就寝                 |

## 休日の1日の過ごし方

|                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| 7:30                | 起床                     |
| 9:00<br>～<br>14:00  | アーカイブ配信でまとめて<br>視聴(倍速) |
|                     | 外出                     |
|                     | 家事等(合間にアーカイブ<br>視聴)    |
| 21:00<br>～<br>23:00 | 次回の予習・課題               |
| 0:00                | 就寝                     |

Bさんはフルタイムで働いており、帰宅は20:00以降になります。通勤電車の中でテキストを読んだり、就寝前にアーカイブ配信を視聴したり、スキマ時間で効率的に受講を進めていくスタイルです。質問があればお問合せフォームから質問を送信して回答を読んで課題を進めます。休日はアーカイブ配信をまとめて視聴します。研修システムの機能で1.5倍速や2倍速に早めて動画を視聴できるのでその機能を活用しています。夜少し時間を取り、次回の予習と課題に取り組みます。Bさんは講座修了後本格的な転職活動を開始しようと考えているため、カウンセラーとの相談を土曜日に予定しています。

# 学習の進め方 [一日の流れ例③]

幼稚園と小学校のお子さんがある育休中のCさんの場合：ライブ講座受講生

## 講習のある日の1日の過ごし方

|                     |                             |
|---------------------|-----------------------------|
| 5:30                | 起床                          |
| 5:30<br>~<br>7:00   | アーカイブ配信を視聴して<br>前回の復習・今日の予習 |
|                     | 子どもたちの支度                    |
| 10:00<br>~<br>13:00 | 実践講座Zoom講座                  |
|                     | 家事等                         |
| 22:00               | 就寝                          |

## 講習のない日の1日の過ごし方

|                   |                 |
|-------------------|-----------------|
| 5:30              | 起床              |
| 5:30<br>~<br>7:00 | 復習・課題           |
|                   | 家事等(合間にアーカイブ視聴) |
|                   | 子どもたちの用事        |
| 22:00             | 就寝              |

Cさんはお子さんが寝ている早朝に朝活することによって勉強時間を確保しています。お子さん達が起床しだす6:00以降は子供たちの支度をします。お子さんが出かけた後にZoom講座を受け、夜は早めに就寝します。ライブ講習がない日も生活リズムを保つため、5:30起床し復習と課題を行います。お子さんの看病や用事等がある際は、欠席フォームから連絡を入れ、うまくアーカイブ配信を視聴しながらスキマ時間を使って学習時間を確保しています。