

受講生！
募集！

AIも味方に、もっとスマートに働こう！

在職者のための OAスキルアップ講座



訓練目標

業務を効率的かつ正確に遂行することができる、AIを活用したOAスキルを身につけます。
また、ビジネスマナーやコミュニケーション力を身につけます。



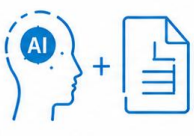
訓練内容

ビジネスマナー・コミュニケーション



- ・ビジネスマナーの基本
- ・職場の環境、チームワーク
- ・アクティブリスニング 等

OAとAI活用 (基礎)



- ・AI時代のOA事務
- ・生成AIの活用方法
- ・文書作成、契約、管理 等

Word×AI (応用)



- ・長文作成、スタイル設定
- ・差し込み印刷
- ・AIで構成案や文案を作成・成形

Excel実習 (基礎)



- ・関数の基本と組合せ
- ・手入力でしっかり学習

Excelデータ×AI デバッグ (応用)



- ・請求書・集計表の作成
- ・データ整理・重複チェック
- ・AIでエラー原因を確認・修正

AIを活用して、資料作成・データ処理を効率化！

時間の短縮

ミスの削減

生産性の向上

訓練内容



訓練施設	株式会社ソフトアカデミーあおもり 青森市第二問屋町4丁目11番18号 電話017-731-9002	
訓練期間	令和8年10月6日（火）～11月24日（火）（訓練日数13日）	
訓練時間	9：00～12：00 （平日1日3時間 1週間2日程度（火曜日・木曜日））	
受講料	・入学金、受講料は無料です。（パソコンは訓練施設で準備します。） ・交通費、テキスト代 2,640円（税込み）は自己負担となります。 （受講決定通知後、受講を辞退されたときはテキスト代の支払いが発生する場合があります。） ・駐車場利用の場合、月額4,510円が必要です。 （受講決定後、改めてご案内します。） ※職業訓練生総合保険(任意)に加入する場合、保険料2,500円が必要です。	
応募方法	対象者及び定員：企業等で働いている障がいのある方対象で定員は6名 応募方法 ：裏面をご覧ください。（QRコードからも詳細を確認できます） 選考方法 ：先着順となります。受講の可否は後日郵送でお知らせします。 ※受講希望者の応募状況等により訓練が実施されない場合もありますので、 予めご了承ください。	
実施主体及び お問合せ先	青森県立青森高等技術専門校 〒030-0122	電話017-738-5727 青森県青森市大字野尻字今田43-1

■応募方法

①応募書類：受講申込書及び障害者手帳の写し

※受講申込書は、青森高等技術専門校、青森公共職業安定所、障害者就業・生活支援センター
すこやかに備え付けてあります。また、ホームページからダウンロードできます。

②応募方法：上記応募書類を青森高等技術専門校に郵送してください。

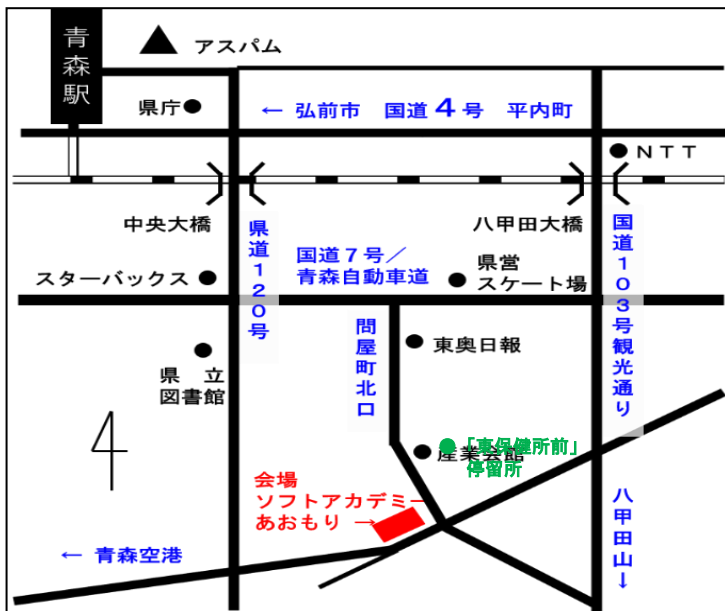
※持参する場合は、土日祝を除いた平日の8:30～16:30の間で青森高等技術専門校へ提出してください。

③応募期間 令和8年8月26日（水）～9月25日（金）

■訓練カリキュラム

教 科 名		教 科 の 内 容	時間
1	ビジネスマナー	ビジネスマナーの基本、職場の環境、チームワークの重要性、ロールプレイング	3
2	コミュニケーションスキルアップ	アクティブリスニング、明確な表現と伝え方	3
3	OAとAI活用（基礎）	・ AI時代のOA事務、生成AIの活用方法と留意点 ・ 効果的なプロンプト作成法 ・ 実践演習：メール等のひな形文書作成、文書要約 ・ ファイル管理、PDF化などの文書・情報管理	6
4	Word×AI（応用）	・ 長文作成、スタイル設定、セクション区切り、差し込み印刷 【AI活用】 AIに「ビジネス文書の構成案」や「時候の挨拶を含んだ文」をプロンプトで指示、Wordに読み込ませ、成形する実務ワーク	9
5	エクセル実習（基礎）	・ 関数の基本（関数の入力方法と関数の組合せ） ※じっくり手入力で基本を学習	3
6	Excelデータ × AIデバッグ（応用）	・ 請求書の作成（データの検索と総額の計算） ・ データの集計（外部データの取り込みと集計表） 【AI活用】 数式バーのエラーをAIにデバッグ（原因究明・修正）後に確認	14
		・ 住所録の作成（データの表記方法と重複データの表示や削除） ・ 賃金計算書の作成（日付の自動入力と時間の計算） 【AI活用】 住所録の表記揺れ・データ重複などの問題をExcelの関数や機能で対処していた箇所を、AIにプロンプトで質問することで整理、確認する方法を習得	
合 計			38

■交通機関のご利用



- ・ 車
青森駅から約20分
- ・ バス
青森駅から約30分
「問屋町」行きに乗車し、「東保健所前」
停留所で下車、そこから訓練施設まで徒歩1分