



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

2025 障がい者が学べる 「就職に向けた訓練科」 受講生募集!!

障がいをお持ちの方、ご家族の方へ

ビジネスマナーやコミュニケーション、
作業スキル、パソコンの基礎的なスキルを
身につけ、就職を目指します

受講料
無料!!

※教科書代等は
自己負担となります

【訓練内容】

職場をイメージした作業訓練

パソコン基本操作の習得に向けた講義や演習

就職活動に向けた履歴書作成や模擬面接

初心者・未経験者
大歓迎!!

募集期間：令和7年 **6月23日(月)~9月5日(金)**

訓練期間 (休講日)	令和7年 10月1日(水)~11月28日(金) (土・日・祝日はお休みとなります)	令和7年
受講場所	(株)総合キャリアトラスト SAKURA岡谷センター 受講会場：岡谷市本町1丁目5番6号 山崎ビル1階 (岡谷駅から徒歩2分)	
訓練時間	10:30~15:45(お昼休憩50分)	
訓練対象者	公共職業安定所に求職登録をした 障がい者で一般企業などへの早期就職を 希望する求職者。 ※入口、トイレ前と教室前に段差があります。	
定員	5名(募集締切時点で応募者が定員に満たない 場合は、開講できない場合があります。)	
	選考日時	9月18日(木) 13:30~
	選考場所	(株)総合キャリアトラスト SAKURA岡谷センター 岡谷市本町1丁目5番6号 山崎ビル1階 (岡谷駅から徒歩2分)
	問い合わせ先	長野県南信工科短期大学校 上伊那郡南箕輪村8304-190 電話：0265-71-5051



《受講相談・お申込みは、お住まいの地域のハローワークへ》

ハローワーク諏訪 ☎0266-58-8609

ハローワーク諏訪岡谷出張所 ☎0266-23-8609

ハローワーク伊那 ☎0265-73-8609

ハローワーク松本 ☎0263-27-0111

ハローワーク飯田 ☎0265-24-8609

履歴書を
書いてみよう



気持ちのいい
あいさつを
しよう



パソコンは
初めてでも
大丈夫



受講費用

受講費用は無料です。
但し、テキスト代 8,800円は自己負担となります。
テキスト代は、入校選考合格後にお支払いが必要となります。
(※入校選考合格後は、受講有無に関わらずお支払いが必要となります。)

職業訓練生総合保険

職業訓練生総合保険の加入は任意となります。
訓練中のケガなどの補償に対応いたします。
職業訓練生総合保険の金額は、2ヶ月で2,500円となっております。(※振込手数料は自己負担となります。)

訓練カリキュラム

学科	ビジネスマナー	ビジネスマナー、対人関係やコミュニケーションスキル、 職業人の倫理と道徳心、自己理解、仕事理解、職業意識	40h	
	就職支援	職業意識と心がまえの確認、履歴書、職務経歴書の書き方、 模擬面接、就職相談	40h	
実技	作業訓練	10種類以上の現場をイメージした作業訓練、 自分の得意なこと、苦手なことを自己理解する練習	30h	
	パソコン基礎	タイピング、文章入力、練習問題、各種課題	8h	
	ワード作成	文書作成方法、書式設定、文書の編集、図・表の作成、印刷、 装飾文字、ビジネス文書の作成	40h	
	エクセル作成	表作成方法、書式設定、計算式、関数、グラフ作成、印刷、 データベースの利用、自動計算・関数を利用した文書の作成	40h	
	その他	入校式・修了式	2h	
			総訓練時間	200h

実施機関・受講会場



くんれんぱしよ
訓練場所アクセス
かぶしき かいしゃ そうごう
株式会社総合キャリアトラスト
SAKURA 岡谷センター
おかやし ほんまち ちようめ ぼん ごう やまざき かい
岡谷市 本町 1丁目 5番 6号 山崎ビル 1階
TEL : 0266-21-1380

- お車の場合：ご相談ください
- 徒歩の場合：JR岡谷駅より徒歩約2分
ハローワーク 岡谷より徒歩約5分



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ