

練馬区在住で20歳未満のお子さんがいる

ひとり親家庭の保護者で3日間参加できる方

主催:練馬区

＼ひとり親家庭のための／

パソコン 講習会 初級

仕事や日常生活で役立つパソコンスキルを
3日間で習得します。

経験豊富な講師が丁寧にお教えします。
一緒に楽しく学び、可能性を広げましょう！

定員
20名
(申込順)

参加無料

保育付
1~6歳の未就学児
(申込順6名)



タイピングも
バツチリ習得！

※本事業は株式会社エイジェックが練馬区より受託して実施します。

令和8年

3/11(水)・3/12(木)・3/13(金)

講習内容

全日 9:30~16:30

3月11日(水)

パソコン基礎&Word初級

基本操作、文字入力(タイピング)、文書作成・文書編集表挿入、表への入力、表の編集、グラフィックスの利用

3月12日(木)

Excel初級

基本操作、データ入力、表編集、書式設定、行列の挿入削除、四則演算、基本関数、相対・絶対参照、グラフ作成編集、データベース機能、データ並べ替え抽出、印刷設定、印刷機能

3月13日(金)

実務応用編

ビジネス文書作成演習、履歴書作成、Excel練習問題

会場アクセス

男女共同参画センター えーる【3階研修室】
(練馬区石神井町8-1-10)



電話またはWEBにてお申込みください(申込順)

申込
期間

令和8年
2月1日(日)~3月4日(水)

WEB
申込は
こちら



練馬区
運営事務局

0120-992-432

【受付時間】月~金 9:00~18:00 (祝休日を除く)

<https://nerima-hitorioya.jp/2025pc-training-2nd/>

練馬区ひとり親家庭総合相談（生活福祉課ひとり親家庭支援係）

出張相談・法律相談・家計相談も受け付けています。

03-5984-1319 (月~金 8:30~17:15) 練馬区役所本庁舎10階（豊玉北6-12-1）<https://nerima-hitorioya.jp/>

