



NPO法人 **ITでマザル、ハタラク、拓き合う。**
札幌チャレンジド

HSK 札チャレ通信

札チャレ通信手話講座④ 間違える/誤解 ごめんなさい/すみません



間違える/誤解
右手をVサインにして目に当て、半回転させて手の甲を前に向けます。



ごめんなさい/すみません
眉間につまんだ右手の2指の指先を当てて頭を下げ、右手を相手に向かって立てます。

目次

- 02……………ICT講習のご案内
- 04……………ICT講習カレンダー
- 05……………就労移行支援グループメンバー募集
- 06……………コラム「パソコンQ&A」
- 11……………お知らせ
- 12……………ICT講習 参加申し込み用紙

昭和48年1月13日第3種郵便物承認 HSK通巻606号Vol.248
 発行：2022年9月10日発行（毎月10日発行）
 編集：〒060-0807 札幌市北区北7条西6丁目1番地北苑ビル2階
 NPO法人 札幌チャレンジド TEL: (011) 769-0843
 発行：HSK北海道障害者団体定期刊行物協会
 定価：30円（年会費に含まれる）



札幌市障がい者 I C T サポートセンター

2022年度 パソコン・タブレット講習受講者募集

今月は2022年11月の受講者を募集いたします！

障がいのある方を対象としたパソコン&タブレット講習会のご案内

この講習は、障がいがある方を対象として①パソコン、あるいは②タブレット—iPad（アイパッド）、Android（アンドロイド）—が学べます。例年、団体クラスと個別対応クラスを併設しておりましたが、今年度も昨年同様新型コロナウイルスの状況への対応を踏まえ、社会的距離を確保するために、講師と受講者の一対一での講習の個別対応クラスのみ用意しています。

1 対象者

- ①札幌市内にお住まいの、障がいがある方。年齢は問いません。
- ②講習内容で扱う、パソコン、タブレット—iPad（アイパッド）、Android（アンドロイド）に初めて触れる方をはじめ、入門者、初心者が対象です。

2 講習内容（この中から1科目選択ください。いずれも個別対応クラスのみです） 聴覚に障がいのある方には筆談サポート、あるいは手話通訳が対応し、受講いただけます。

(1) パソコン入門（Windows10のパソコンで講習します）

- ①パソコンの基本操作（電源の入れ方からマウスの操作など）
- ②文書の作成（文字の入力、文章の作成、ファイルの保存など）
使用するソフト:ワード（※視覚に障がいのある方の使用ソフト：マイエディット）

(2) iPad（アイパッド）基本

- ①電源の入れ方から始まり、基本的な機能と操作の入門です。
- ②視覚に障がいのある方には、画面の拡大機能、音声機能—VoiceOver（ボイスオーバー）、Siri（シリ）—が活用できます。

(3) iPad（アイパッド）アプリ

入門コースのおさらいから始まり、扱うアプリ（ソフト）の数が多くなります。

(4) タブレットとスマートスピーカーでIoT入門

タブレット（アンドロイド）の操作とスマートスピーカーの利用を学習し、情報アクセスツールを身につけることを目指します。

3 受講時間

1人あたり10時間（曜日毎4回×2時間30分の講習です）

4 募集定員等

2022年11月について募集します（詳しくは次ページの「10 講習日程」をご覧ください）。ただし、上肢などに障がいのある方についてはその状況により、こちらで用意している自助具等に適合するかなど、事前に機器の下見が必要となる場合があります。電話・FAXで下見についてご確認の上、お申し込みください。

5 講習会場

札幌市北区北7条西6丁目1番地 北苑ビル2階（札幌チャレンジ内）
札幌市障がい者 I C T サポートセンター 講習会場
[最寄駅] J R 札幌駅・地下鉄南北線さっぽろ駅・地下鉄東豊線さっぽろ駅

6 受講料 2,000円

7 申し込み方法等

裏表紙（12ページ）の申込書に必要事項をご記入のうえ、期日までに郵送またはファックスでお申し込みください。

電話での申し込みも受け付けいたします。その際に必要事項を確認させていただきます。

（締め切り） ①2022年11月講習会：2022年9月30日（金）必着。

■申し込み記載事項

(1) 氏名（ふりがな） (2) 年齢 (3) 性別 (4) 住所 (5) 電話番号

(6) 障がいの種別及び状況

(7) ①受講希望月と曜日②希望する講習

（例）①2022年11月 火曜 ②パソコン入門

(8) パソコン、タブレットの操作歴

パソコン講習希望の視覚障がい又は盲ろうの方は、次の（9）、（10）についてもお知らせください。

(9) 「音声読み上げソフト」または「画面拡大機能」のどちらを使用するか

(10) 講習で使用する機器の文字の入力方法は、「6点入力」と「フルキー入力」のどちらで行うかの選択

8 申し込み及び問合せ先

〒060-0807 札幌市北区北7条西6丁目1番地 北苑ビル2階（札幌チャレンジ内）

札幌市障がい者ICTサポートセンター TEL:011-769-0841 FAX:011-769-0842

9 受講の決定

- 応募者が多数で定員を超えた場合は、抽選で受講者を決定します。
- 希望する受講日と内容によっては、日程調整の相談をさせていただくことがあります。
- 詳細は、応募後に当センターからお送りする「受講決定通知」でご確認ください。
- また、円滑な講習実施のため、事前に障がい状況等について確認の連絡をする場合がありますのでご了承願います。

10 講習日程

■2022年11月実施分（9月30日までに申し込み）

曜日	実施日	時間帯	定員
月曜	7日、14日、21日、28日	午前10時00分～ 午後0時30分	2名/1日
火曜	1日、8日、15日、22日		
水曜*	2日、9日、16日、30日	*11月23日（水）	
金曜	4日、11日、18日、25日	は祝日休講	

※入室の際はマスクの着用と手のアルコール消毒、体温測定をお願いします。

2022（令和4年）/September（9月）

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1 ㊟午前 ICT 講習 ①	2 ㊿午前 ICT 講習 ①	3
4	5	6 ㊿午前 ICT 講習 ①	7 ㊿午前 ICT 講習 ①	8 ㊟午前 ICT 講習 ②	9 ㊿午前 ICT 講習 ②	10
11	12	13 ㊿午前 ICT 講習 ②	14 ㊿午前 ICT 講習 ②	15 ㊟午前 ICT 講習 ③	16 ㊿午前 ICT 講習 ③	17
18	19 <u>敬老の日</u>	20 ㊿午前 ICT 講習 ③	21 ㊿午前 ICT 講習 ③	22 ㊟午前 ICT 講習 ④	23 <u>秋分の日</u>	24
25	26	27 ㊿午前 ICT 講習 ④	28 ㊿午前 ICT 講習 ④	29	30 ㊿午前 ICT講習 ④ <u>通信発送日</u>	

2022（令和4年）/October（10月）

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3 ㊿午前 ICT 講習 ①	4	5 ㊿午前 ICT 講習 ①	6 ㊟午前 ICT 講習 ①	7	8
9	10 <u>入林・ツツの日</u>	11	12 ㊿午前 ICT 講習 ②	13 ㊟午前 ICT 講習 ②	14	15
16	17 ㊿午前 ICT 講習 ②	18	19 ㊿午前 ICT 講習 ③	20 ㊟午前 ICT 講習 ③	21	22
23	24 ㊿午前 ICT 講習 ③	25	26 ㊿午前 ICT 講習 ④	27 ㊟午前 ICT 講習 ④	28 <u>通信発送日</u>	29
30	31 ㊿午前 ICT 講習 ④					

ITでマサル、ハタラク、拓き合う。

**就労移行支援グループでは、
企業で働きたい皆さんの就職活動をサポートします。**

～主な訓練内容～

1. PCスキルアップ訓練
2. コミュニケーション訓練
3. 就職活動に向けた準備
4. グループワーク
5. 実務訓練
6. 資格取得学習

これらをベースとした50以上のプログラムで「**社会人基礎力**」を身につけます！

※利用は体験講習のあと順次面談を行い、決定します。

《お問い合わせ・お申し込み》

NPO法人 札幌チャレンジド 移行グループ（大山・中川・金澤）

電話：011-769-0986（直通） FAX：011-769-0842

mail：challenged@s-challenged.jp

随時、見学受付中です！

お気軽にお問い合わせください



コラム「パソコン Q&A」 (参照「パソコンQ & A ブログ・ポポックルの部屋」 <http://pasoo9.blog95.fc2.com/>)

Q. 時間を足し算する方法 (6 : 00と入力したら隣のセルに18 : 00と自動表示したい)

※8月号の続き

●12時間から24時間に変換して自動表示させます●

★エクセルでは1日を24時間で表しているため、12時間制で入力した場合、関数を使用して24時間に変換する必要があります。

1. 使用する関数は、IF関数、VALUE関数、TEXT関数を組み合わせて使います。

セル「D3」に半角英数字で、

=IF(C3<0.5,C3,VALUE(TEXT(C3,"h:mm"))) と入力します。

●IF関数=【もしC3が午前 (0.5) であれば午前で表示、午後であれば午後に変換して表示】

(エクセルでは1日 (24時間) を「1」と表しているの、12時間は「1」の半分「0.5」となります)

●VALUE関数=【文字列を数値に変換する】

(TEXT関数で得た文字列を数値に変換)

●TEXT関数=【数値を文字列にする】

	A	B	C	D	E	F	G
1							
2			12時間で入力	24時間自動表示			
3		タスク 1	9:00	=IF(C3<0.5,C3,VALUE(TEXT(C3,\"h:mm\")))			
4		タスク 2	6:00 PM				
5		合計					
6							
7							

2. 午前、または、午後の時間として認識されました。

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM		
5		合計			
6					

●オートフィル機能を使って関数の数式をコピーします●

1. (1) 入力したセルを選択（ここでは、セル「D3」を選択しています）し、右下にマウスポインタを移動します。マウスポインタの形が（+）に変わったら、

(2) マウスの左ボタンを押したまま下方向にドラッグします。

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM		
5		合計			
6					

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM		
5		合計			
6					

2. 関数の数式がコピーされました。

	A	B	C	D	E	F
1						
2			12時間で入力	24時間自動表示		
3		タスク 1	9:00	9:00		
4		タスク 2	6:00 PM	18:00		
5		合計				
6						

●時間を足し算します●

★数値を計算すると同じように、時間も計算することができます。足し算してみましょう。

1. 合計を出すセルを選択します。（ここでは、セル「C5」を選択しています）

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM	18:00	
5		合計			
6					

2. 「ホーム」タブの「編集」グループにある SUMアイコン（合計）をクリックします。



3. 合計するセル範囲が正しく選択されていることを確認し、エンターキーを押します。

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM	18:00	
5		合計	=SUM(C3:C4)		
6			SUM(数値1, [数値2], ...)		
7					

4. 時間が合計されました。(9:00 + 18:00 = 27)

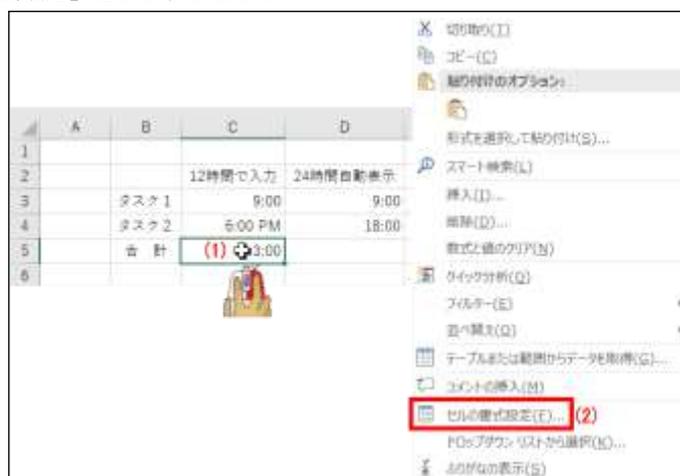
しかし、合計時間が24時間を越えてしまう場合、日にちが繰り上がって正しく表示されません。「シリアル値」が関係しています。

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM	18:00	
5		合計	3:00		
6					

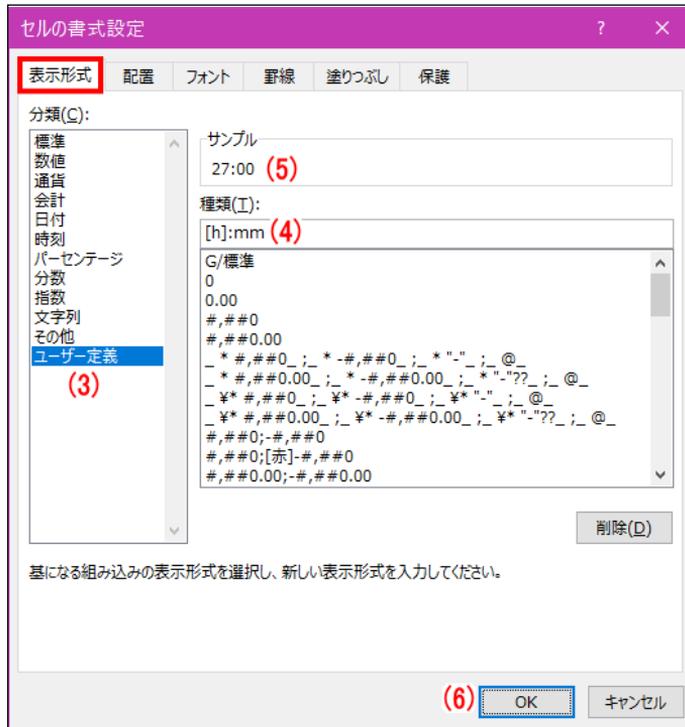
5. 合計時間を正しく時間表示するには、ユーザー定義の表示形式を変更します。

(1) 表示形式を変更するセルを選択し、右クリックします。(ここでは、セル「C5」を選択しています)

(2) 「セルの書式設定」をクリックします。



6. (3)「セルの書式設定」画面が表示されます。「表示形式」タブの【分類】項目にある「ユーザー定義」をクリックし、
- (4)「種類」項目のテキストボックス内をクリックし、[h]:mm ([h]が時で、mmが分を表す) と入力し、
- (5) サンプルの数値を確認し (ここでは27:00と表示される) 、
- (6)「OK」をクリックします。



7. 選択したセルの合計時間が24時間を超えても正しく表示されるようになりました。

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM	18:00	
5		合 計	27:00		
6					

●オートフィル機能を使って合計の数式をコピーします●

1. (1) 入力したセルを選択し（ここではC5）、右下にマウスポインタを移動します。マウスポインタの形が（+）に変わったら、

(2) マウスの左ボタンを押したまま、右方向にドラッグします。

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM	18:00	
5		合 計	27:00		
6					

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM	18:00	
5		合 計	27:00		
6					

2. 合計の関数の数式がコピーされました。これで完成です。

	A	B	C	D	E
1					
2			12時間で入力	24時間自動表示	
3		タスク 1	9:00	9:00	
4		タスク 2	6:00 PM	18:00	
5		合 計	27:00	27:00	
6					

お知らせ

平成28年1月11日より「札幌チャレラジオ通信」がスタートいたしました。このラジオ放送はNPO法人札幌チャレンジの活動内容をお伝えすることを目的として、1年間放送いたします。

三角山放送局 76.2MHz

札幌チャレラジオ通信のスケジュールです。

- ・ 9月24日（土） 14：00～15：00 総務G
- ・ 10月22日（土） 14：00～15：00 講習G
- ・ 11月26日（土） 14：00～15：00 移行G
- ・ 12月24日（土） 14：00～15：00 総務G
- ・ 1月28日（土） 14：00～15：00 就労G
- ・ 2月25日（土） 14：00～15：00 講習G
- ・ 3月25日（土） 14：00～15：00 移行G



会費・寄付の納め方

1. 郵便振替

郵便局においてある振替用紙でお納めいただく

（1,000円の場合は窓口手数料203円、ATM手数料152円）

<振込先> 口座番号 02750-5-1346

「特定非営利活動法人 札幌チャレンジ」

2. 銀行振り込み

（北洋銀行から1,000円を振り込む場合、手数料110円）

<振込先> 北洋銀行 札幌西支店 普通 3966083

「特定非営利活動法人 札幌チャレンジ 理事長 加納尚明」

3. 現金書留で送っていただく

4. 札幌チャレンジの事務所にお持ちいただく

5. 訪問講習を受けている方は、訪問講師にお預けいただく



札幌市障がい者ICTサポートセンター FAX番号:011-769-0842

障がいのある方を対象としたパソコン&タブレット講習受講申込書

ふりがな		年齢	性別
氏名			男・女
住所	〒 -		
電話	電話番号 () - ファックス番号 () -		
障がいの種別及び状況			
ご希望の日程と講習内容	※受講案内書「2 講習内容」「10 講習日程」を参照 (例) ① 2022年11月 火曜日 ② パソコン入門 ① 受講希望月と曜日: 2022年11月 曜日 ② 講習内容:		
操作の経験	1 無 2 有 (どちらかに○) → ・パソコン ・タブレット (どちらかに✓) <input type="checkbox"/> 習ったことがある <input type="checkbox"/> 少し使用した経験がある		
視覚に障がいのある方 (いずれかを○で囲んでください) ①使用機器: ・音声読み上げソフト ・画面拡大機能 ・両方 ②入力方法: ・6点入力 ・フルキー入力			
聴覚に障がいのある方 (必要な対応を○で囲んでください) ・手話通訳 ・筆談サポート			
その他特記事項等			

HSK 札幌チャレンジ通信
昭和48年1月13日第3種郵便物承認
発行: 2022年9月10日 (毎月10日発行) HSK通巻606号Vol.248

「札幌チャレ通信」
次号発送予定日
9月30日 (金)

