



JUMP

STEP

HOP



# はたらく森アカデミー

Hataraku Mori Academy

## 自分のペースで、働く力を育てる

はたらく森アカデミーは、就職に必要なスキルを身につけるためのオンライン学習プログラムです。

パソコンの基礎から、ビジネススキル、ITスキル、コミュニケーションまで、500以上の講座を通して幅広く学ぶことができます。

一人ひとりのペースに合わせて学習を進められるため、未経験の方やブランクのある方でも安心して取り組むことが可能です。

「働きたいけど自信がない」  
「何から始めればいいのかわからない」

そんな方でも、段階的にスキルを身につけながら、就職へとつなげていくことができます。

はたらく森アカデミーは、

あなたの「働きたい」をサポートします。

# HOP! 仕事就職お役立ち情報【33講座】

## キャリア・働き方

就職活動を始める前に キャリアってなんだろう？	働きながら学ぶには？リカレント教育・教育訓練給付制度について
就職活動を始める前に 新たな仕事に就き継続していくための6つのステップ	“はたらく”ってなんだろう？働く意味や働き方の種類を知る
特別な配慮を必要とする人の就職 一般就労(一般雇用と障害者雇用)と福祉就労について	

## 就活ノウハウ

おさえておきたい就活マナー 身だしなみについて	応募書類作成術 職務経歴書の書き方
応募書類作成術 応募書類基本3点セット入門	知って安心！面接対策ガイド
応募書類作成術 お悩み解決履歴書の作成は手書き？パソコン？	

## 実務のコツ

不動産ジツム講座① NEW	不動産ジツム講座② NEW
不動産ギョウカイ講座① NEW	不動産ギョウカイ講座② NEW

## 自己分析・発想法

思考を広げる発想法 イメージマップを作ってみよう	日常生活でも役に立つ！リフレーミング入門
転機をチャンスに変える！シュロスバーグの4S点検	自己理解を深め、コミュニケーション力を高めるツール ジョハリの窓
ひとりひとりが描き出す生涯の虹 “ライフキャリアインポー”でキャリアビジョンを見据えてみよう	仕事と個性のマッチング！「ホルンドの六角形モデル」で自分の強みを発見しよう

## 資格選び

資格選び第1回 資格とは？	資格選び第6回 独立・開業を目指そう！
資格選び第2回 資格取得のメリット	資格選び第7回 女性にオススメの資格はこれ！
資格選び第3回 資格選びのポイント	資格選び第8回 学習スケジュールの立て方
資格選び第4回 注目資格・有望資格	資格選び第9回 大学と資格試験予備校の違い
資格選び第5回 比較的とりやすい資格	

## その他

高等学校ってどんなところ？全日制・定時制・通信制の違いと高卒認定試験について	早期離職を防ぐために 入社後のストレス事例集&克服のヒント
社会資源の活用 就職・転職に関連の深い機関とは？	ビジネスマナー NEW

# HOP! ライフハック【全88講座】

## コミュニケーション

コミュニケーションのヒント 会話のネタ帳編	コミュニケーションのヒント 会話のコツ編
オンラインも可能 ビジネスゲーム研修	異文化コミュニケーションのイロハ
あなたとわたしの時間感覚	ビジネス教養としての異文化理解 やさしい日本語
日本と海外の鉄道事情	ナラティブとは① 概要編
ナラティブとは② ナラティブ・アプローチ基本編	ナラティブとは③ ナラティブ・アプローチ応用編

## ヘルスケア

5分間のチェアヨガ すきま時間にリフレッシュ	5分間のチェアヨガ 深い呼吸でリラックス
忙しいあなたにおススメ! 10秒でできるセルフケア	ストレスは敵か味方か?
のんびり続けやすいセルフケア 7選	ちょこっとお掃除&お片づけで簡単セルフケア效能編
ちょこっとお掃除&お片づけで簡単セルフケア実践編	メンタルヘルス・ワークライフバランス①~⑦ <b>NEW</b>

## ビジネス

声が枯れやすい原因と対策&改善エクササイズ	よく聞き返される人必見! 滑舌改善法
オンライン上のポイント紹介 第一印象をよくする方法	普段力®とは? 秘訣は普段のコミュニケーション
営業って押し売りとかお願いするの?	時間活用の3つのポイント
初対面の会話で意識するのはココだ①	初対面の会話で意識するのはココだ②
講師・コンサル・専門家はアドバイスをするな	失敗しても諦めず自分を信じる
ポータブルスキルって何?	ポモドーロ・テクニック
知ったク! ○○の法則 ビジネスパーソンにおすすめの法則	論理的思考(ロジカルシンキング)とは?
知ったク! ○○の法則 パレートの法則	5分でわかる! Word
5分でわかる! PowerPoint	5分でわかる! Excel

## ライフスタイル

お手軽再生野菜「リボバジ」でエコ生活	防災知識 準備前編 備蓄品、持ち出し品をチェック
防災知識 準備後編 0次の備えて何? 安心グッズ	防災知識 身近なものを活用前編 あかり・食事・防寒の知恵
防災知識 身近なものを活用後編 節水・トイレ・ゴミ対策	防災知識 実は危険? うっかりしがちな被災時の行動
万能 みかんの皮の使いみち	ひとり暮らしで自炊を続けるコツ
イミ消費にエシカル消費? さまざまな消費を知る	一般教養(旧高卒認定講座) 全9講座
ネットリテラシーの基本 基礎用語編	ネットリテラシーの基本 情報とコミュニケーション編
ネットリテラシーの基本 SNS との上手なつきあい方編	ネットリテラシーの基本 危ない! ここに気をつけよう 事例編
はじめてまなぶデザインの基本 グラフィックデザイン編	いざという時に役に立つ防災知識 避難情報のポイント編
日々の暮らしに欠かせない! お金との上手なつきあい方#01 お金の基本 <b>NEW</b>	日々の暮らしに欠かせない! お金との上手なつきあい方#02 お金の管理 <b>NEW</b>
日々の暮らしに欠かせない! お金との上手なつきあい方#03 お金の計画 <b>NEW</b>	

SDGs	
キホンを解説！SDGs 入門(前編)	キホンを解説！SDGs 入門(後編)
目標1 貧困をなくそう 編	目標2 飢餓をゼロに 編
目標3 すべての人に健康と福祉を 編	目標4 質の高い教育をみんなに 編
目標5 ジェンダー平等を実現しよう 編	目標6 安全な水とトイレを世界中に 編
目標7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに 編	目標8 働きがいも経済成長も 編
目標9 産業と技術革新の基盤をつくろう 編	目標10 人や国の不平等をなくそう 編
目標11 住み続けられるまちづくりを 編	目標12 つくる責任 つかう責任 編
目標13 気候変動に具体的な対策を 編	目標14 海の豊かさを守ろう 編
目標15 陸の豊かさも守ろう 編	目標16 平和と公正をすべての人に 編
目標17 パートナーシップで目標を達成しよう 編	SDG コンパス～SDGsを戦略的に使うアプローチ～
ロジックモデル ～インパクトの最大化を図る 目標を選定するフレームワーク～	

# STEP! ビジネススキルアップ研修【全289講座】

ジャンル	タイトル	ジャンル	タイトル
ベーシックスキル	ビジネス文書の書き方	法務・ コンプライアンス系	建設業法とは？
	ビジネスマナーを学ぶ		教えて、営業部長！下請業者との取引
	クレーム対応で企業力UPを目指す		下請法の基礎知識を学ぶ
	話し方・書き方が変わるロジカルシンキング		誰でもわかる正しい下請取引
	成果主義のための仕事の整理整頓法		下請法とは？
	誰でも身につく問題解決力		著作権のイロハを学ぶ
	問題解決力を高める		標識・デザインに関する知的財産の実務を学ぶ
	いまさら聞けない！営業職のイロハとは？		身近に潜む知的財産権の侵害を知る
	光る企画書の書き方		意匠法とは？
法務・ コンプライアンス系	改正民法－債権法の基礎知識－		商標法とは？
	従業員のためのコンプライアンス		著作権法とは？
	Essential コンプライアンス		特許法とは？
	人権問題の発生を防ぐ		不正競争防止法とは？
	30分で学ぶコンプライアンス		知的財産権とは何か？
	今さら聞けない「内部統制とは？」		教えて、営業部長！債権回収のポイント
	今さら聞けない「ライセンス契約とは？」		債権管理と回収の基礎を学ぶ パート1
	今さら聞けない「秘密保持契約とは？」		債権管理と回収の基礎を学ぶ パート2
	教えて、営業部長！秘密保持契約書のポイント		入門・倒産法
	刑事責任が追及される会社と従業員の行動とは？		Essential 債権回収と法律
	インターネット時代の商取引規制を学ぶ		Advanced 債権回収と法律
	企業の営業秘密管理法を学ぶ		基礎からわかる国際法務 パート1
	企業を取り巻くリーガルリスクを学ぶ		基礎からわかる国際法務 パート2
	企業取引規制の基礎を学ぶ		基礎からわかる国際法務 パート3
	製造業におけるコンプライアンス		国際取引契約の作成と進め方
	Advanced コンプライアンス		異文化コミュニケーションとは？
	顧客データ管理法を学ぶ		外国為替と国際取引の関係
	プロバイダ責任制限法とは？		基本用語50で読む英文契約書
	インターネット犯罪の対応を学ぶ		国際法務入門
	インサイダー取引とは何か	借地・借家トラブル解決の基礎知識を学ぶ	
	教えて、営業部長！ビジネス法の基礎	抵当権と競売の関係を知る	
	契約・取引と法律の関係を学ぶ	不動産担保権設定と管理の実務を学ぶ	
	ビジネス法入門	金融機関の窓口販売員に必要な法律知識とは？	
	情報セキュリティ	入門・マネーロンダリング防止法	
	カルテル・入札談合の具体事例を学ぶ	入門・金融サービス提供法	
	ケーススタディー不公正な取引方法とは？	入門・出資法	
	Essential 独占禁止法	金融法務とは？	
	Advanced 独占禁止法	入門・金融商品取引	

<p style="text-align: center;"><b>法務・ コンプライアンス系</b></p>	営業担当者のための請負契約書作成術	<p style="text-align: center;"><b>会計・財務系</b></p>	引当金の処理と財務諸表上の注意点を学ぶ
	営業担当者のための典型契約書の作成術		約束手形と為替手形の取り扱いを学ぶ
	営業担当者のための売買契約書作成術		業績アップに活かす財務諸表の見方
	営業担当者のための非典型契約書の作成術		連結会計を学ぶ
	株主代表訴訟と取締役・監査役の実務		はじめて学ぶ連結財務諸表入門
	監査役と監査役会の基礎知識・公開会社編		企業会計を取り巻く法制度とは？
	監査役と監査役会の基礎知識・非公開会社編		会社の監査がわかる講座
	監査役の実務とすべき責務とは？		金利係数表の活用術を学ぶ
	ケーススタディー取締役の実務とは？		事業承継に活かす生命保険の知識を学ぶ
	執行役の実務とすべき責務とは？		法人における生命保険の会計処理を学ぶ
	社外取締役の実務とすべき責務とは？		離婚と年金分割の仕組みと手続きを知る
	取締役の実務とすべき責務とは？		FP実務と倫理について学ぶ
	会社設立の経緯と方法を知る		税金のしくみを知る
	会社法に基づく機関設計のイロハとは？		相続税と贈与税の知識
	株主総会の基礎知識・非公開会社編		相続税の基礎知識と相続税対策
	株主総会運営者のための基礎知識を学ぶ		相続税対策としての不動産保有のメリットを知る
	役員・新株・定款の基礎知識を学ぶ		入門・消費税法
	Essential 会社法		会社と税金の関係を学ぶ
	Advanced 会社法		相続と税金の関係を学ぶ
	知っておきたい株式公開の実務		不動産と税金の関係を学ぶ
	Essential 環境法		だれでもわかる消費税の基本
	Advanced 環境法		よくわかる！会社を取り巻く税金
	何が不当表示に当たるのか？		「確定申告をすれば税金が還付される！」その概要とは？
	不当景品類及び不当表示防止法とは？		金融商品に関する税金の知識を学ぶ
入門・不当景品類及び不当表示防止法(景品表示法)	収入印紙と印紙税のイロハを学ぶ		
営業担当者のための個人情報保護法入門	管理者・リーダー必須の経営分析のイロハを学ぶ		
わかりやすい個人情報保護法入門	財務比率を使って決算書を読みよう		
Essential 製造物責任法	リーダーとしての利益思考の身につけ方		
Advanced 製造物責任法	管理会計の手法		
入門・食品安全基本法	原価計算の手法		
手形法・小切手法とは？	財務分析の手法		
<p style="text-align: center;"><b>会計・財務系</b></p>	ゼロから学ぶ簿記会計	<p style="text-align: center;"><b>金融系</b></p>	誰でも読めるキャッシュ・フロー計算書
	簿記会計の基礎		今日から使える経営分析の手法とは？
	決算書		企業における収益性の捉え方と高め方
	知識ゼロの人のための決算書入門		デリバティブ入門1:オプションとは？
	これから経理をめざす人のための企業会計を知る講座		金融マーケット入門Ⅰ-ゲーム理論入門
	うっかりしがちな経理実務の常識を知る		金融マーケット入門Ⅱ-デリバティブ/信用リスク入門
	減価償却の方法と実務上の注意点を学ぶ		
	固定資産の評価と財務諸表上の注意点を学ぶ		
交際費はどこまで認められるのか？			

人事・労務系	就業にともなう法律知識	人事・労務系	退職と解雇のポイントとは？
	労働基準法の基礎知識		非正規社員採用時のコンプライアンスとは？
	労働安全衛生法の基礎知識		派遣先のための労働者派遣法入門
	労働者災害補償保険法の基礎知識		ルールに基づく時間外労働の管理を学ぶ
	雇用保険法の基礎知識		労働基準法に基づく休暇と休日の与え方
	労働保険徴収法の基礎知識		労働契約・就業規則・労使協定の基礎を学ぶ
	健康保険法の基礎知識		労働時間・休暇・休日のイロハを学ぶ
	国民年金法の基礎知識		労働時間についての基本的な考え方とは？
	厚生年金保険の基礎知識		労働時間の管理・運用法を学ぶ
	男女雇用機会均等法の基礎知識		労働時間弾力化のイロハを学ぶ
	育児介護休業法の基礎知識		労働時間弾力化の制度設計と運用実務を学ぶ
	パートタイム労働法の基礎知識		労務管理とは？(基礎編)
	高年齢者雇用安定法の基礎知識		労務管理とは？(特別編)
	障害者雇用促進法の基礎知識		労務管理とは？(残業問題編)
	労働組合法、労働関係調整法の基礎知識		労務管理とは？(雇止め・雇入れ編)
	労働契約法の基礎知識		ハラスメントによる病の労災認定を知る
	介護保険法の基礎知識		派遣元のための労働者派遣法入門
	確定給付企業年金法の基礎知識		管理職のための評価面接の基礎知識
	確定拠出年金法の基礎知識		人事考課の基本的な考え方を学ぶ
	セクシャル・ハラスメントの対策を学ぶ 厳しい指導か？パワハラか？(指導とパワハラの境とは？)		目標管理制度が活きる。部下との対話法とは？
	セクハラ発生への対応策を学ぶ		業績アップのための目標管理制度のポイントを学ぶ
	セクシャルハラスメントの知識(初級)		目標管理の作り方と上手な運用法とは？
	セクシャルハラスメントの知識(中級)		OJT 計画の立案と実施を学ぶ
	セクシャルハラスメントの知識(上級)		現場の生産性を高める意識改革の方法とは？
	ハラスメント		成長する企業の人事戦略を知る
	企業における安全衛生管理体制の構築		ナレッジマネジメントのイロハを学ぶ
	企業における労働災害とその対策とは？		労使紛争リスク回避のポイント「懲戒処分に関して生じるリスクとは？」
	職業の安全・衛生管理の基礎を学ぶ		労使紛争リスク回避のポイント「セクハラ・パワハラにより生じるリスクとは？」
	メンタルヘルスのトラブル予防法とは？		労使紛争リスク回避のポイント「割増賃金支払に関して生じるリスクとは？」
	労働災害を防ぐ、安全管理体制の構築とは？		労使紛争リスク回避のポイント「人事異動に関して生じるリスクとは？」
	従業員が裁判官に選ばれた場合の会社の対応		
	ワークライフバランスとは何か		
	いまさら聞けない採用実務のイロハを学ぶ		
	いませんか？名ばかり管理職(管理職の処遇を学ぶ)		
裁量労働制とは？			
使用者が労働者に対して負う義務を学ぶ			
出向・転籍の留意点を学ぶ			
人材募集と採用の実際を知る			
直ぐに使える労務管理とは？			

2026年3月現在

営業・マーケティング	交渉力を高める(初級)	マネジメント・その他	内部告発制度の構築と対応を学ぶ
	交渉力を高める(中級)		業務分析の手法と業務の可視化とは？
	BtoBのマーケティングとは？		現場が活性化させる情報化の推進法とは？
	ビジネスに活かすマーケティング入門		コミュニケーション能力で高める組織マネジメントを学ぶ
	ケースで学ぶマーケティング入門		システム開発の標準手順とその応用を学ぶ
	マーケティングとは？(入門)		生産管理の柱、生産計画と生産統制を知る
	マーケティングとは？(初級)		マネジメント・プロセスとは？
	マーケティングとは？(中級)		プロジェクトマネジメントとは？
	顧客満足管理とは？(初級)		モチベーションのコントロール法を学ぶ
	顧客ニーズの発掘と拡大を学ぶ(初級)		コミュニケーションスキルを学ぶ
	顧客とのパートナーシップの考え方を学ぶ(初級)		物流センター業務を知る
	製品企画のキーポイントとは？		建設業界の動向を理解する
	マネジメント・その他		事例で学ぶコーチング入門
新入社員の教育法		経営戦略から見た情報化戦略を知る	
入門・部下の育て方		SWOT分析の活用法を知る	
パート・アルバイトの育成法を学ぶ		成長ベクトルモデルの活用法を知る	
部下のストレス対策を学ぶ		入門・企業の組織再編とM&A	
部下のモチベーションアップ術を学ぶ		会社のしくみを知る	
部下・後輩の「叱り方&育て方」とは？(初級)		ゲーム理論とは？ I	
部下・後輩の「叱り方&育て方」とは？(中級)		ゲーム理論とは？ II	
部下・後輩の「叱り方&育て方」とは？(上級)		IPOって何だろう？	
メンバーの育成方法を学ぶ		バランス・スコアカード入門	
効果的な部下の指導法を学ぶ		CSR(企業の社会的責任)入門	
部下が育つ上手なほめ方・しかり方とは？		わかりやすい環境知識と環境ISOを学ぶ	
リーダーシップの発揮法を学ぶ		経済指標を学ぶ	
リーダーシップとは？(初級)		女性のためのキャリアアップ(初級)	
リーダーシップとは？(中級)		女性のためのキャリアアップ(中級)	
リーダーシップのノウハウを知る		プレゼンテーション力養成講座	
あなたがやらねばならない内部統制の知識		ポジティブシンキングとは？(初級)	
内部統制における評価と報告を学ぶ		ポジティブシンキングとは？(中級)	
従業員のための内部統制入門		ポジティブシンキングとは？(上級)	
やさしい内部統制の基礎		ストレスマネジメントとは？(初級)	
リスクマネジメントとは？(初級)	ストレスマネジメントとは？(中級)		
リスクマネジメントとは？(中級)	メンタルヘルス不調者発生時対処法を学ぶ		
	メンタルヘルス		

## STEP! ビジネス会話力研修 (KIBI ラーニング)

KIBI ラーニングでは、日本式のビジネス習慣やマナーを通じて、機微力=人の気持ちの些細な変化を察する能力(場の空気を読む力)を学ぶことができます。

豊富な練習問題、テスト、漫画で学べるコーナーや、社会人機微力が測定できる診断など、様々なコンテンツをご用意しております。

# STEP! IT・語学講座【全41講座】

IT	
VBA 基礎(操作編)	Word 入門
プログラミング基礎(Java)	MOS Excel 対策講座
プログラミング基礎(VB.NET)	MOS Word 対策講座
SQL 基礎	Ruby 基礎
HTML5基礎	C 言語基礎
Javascript 基礎	PHP 基礎
CSS 基礎	Web アプリケーション開発(PHP)
Web アプリケーション開発(Java)	Python 入門
Git 入門	AWS 入門
Excel 入門	AWS 応用(Java のデプロイ)
VBA 基礎(プログラム編)	Linux システム管理
JavaBronze SE 7/8 試験対策	ネットワーク基礎
JavaSilver SE 8 試験対策	情報セキュリティ入門
JavaSilver 試験対策 一問一答	IT パスポート【一般試験対策講座】
現役デザイナーの Photoshop	現役デザイナーの Illustrator
ネットワーク応用	AWS CodeCommit 入門
Linux ネットワークとサービス	Unity 基礎
PowerPoint 入門講座 <b>NEW</b>	Word 入門講座 <b>NEW</b>
5分でわかる! PowerPoint【ライフハック】	5分でわかる! Word【ライフハック】
5分でわかる! Excel【ライフハック】	

語学	
短期集中 TOEIC500 点	短期集中 TOEIC700 点
短期集中 TOEIC900 点	TECC(中国語コミュニケーション)【一般試験対策講座】

# JUMP! 試験免除プログラム【全40講座】

## コミュニケーション

コミュニケーション基礎	コミュニケーションリーダー
ビジネスプレゼンテーション基礎	ビジネスコミュニケーション基礎
ビジネスファシリテーション検定 基礎	ビジネス会話能力基礎研修【ビジネススキルアップ】

## IT・AI

生成 AI パスポート	
-------------	--

## 財務・会計・法務

ビジネス会計基礎	給与計算検定3級
ビジネス法務基礎	

## 福祉・環境

ピアカウンセラー	金属アレルギーマイスター
メンタルヘルス基礎	カビ・ダニ測定士
環境アレルギーアドバイザー	日本幼児食協会認定ベーシッククラス
トコジラミ適正管理主任者	日本幼児食協会認定マスタークラス
発達障害子育て支援アドバイザー	化学物質過敏症サポーター
空気環境アドバイザー	カーボンニュートラル検定 <b>NEW</b>
任意後見ベーシック <b>NEW</b>	

## 人事

障がい者雇用推進者研修	外国人雇用管理主任者 <b>NEW</b>
合理的配慮民間アドバイザー <b>NEW</b>	カスタマー・ハラスメント・ベーシック <b>NEW</b>

## 不動産・建築

敷金診断士 <b>NEW</b>	住宅建築コーディネーター <b>NEW</b>
太陽光発電アドバイザー <b>NEW</b>	シックハウス診断士
民泊適正管理主任者	住宅ローン診断士補
サブリース建物取扱主任者	ペット共生型住環境アドバイザー
マンション防災推進アドバイザー	

## 販売・営業

住宅販売士補	小売電気アドバイザー
移動販売コーディネーター	ジュースマイスター

## その他のビジネススキル

緊急時避難誘導員	ビジネススキル検定【ビジネススキルアップ】
----------	-----------------------

# JUMP! 試験対策講座【全19講座】

## ビジネス系検定・適性検査

ビジネス実務マナー3級	秘書検定3級
秘書検定2級	秘書検定準1級
秘書検定1級	SPI

## 財務・会計

日商簿記検定3級	FP技能士3級
----------	---------

## IT

ITパスポート <b>NEW</b>	MOS Excel【IT講座】
MOS Word【IT講座】	Jazva Bronze SE7/8【IT講座】
Jazva Silver【IT講座】	Jazva Silver SE8【IT講座】

## 医療・福祉

医療事務認定実務者®(医療事務講座)	公衆衛生士
--------------------	-------

## デザイン

色彩検定3級	
--------	--

## 不動産・建築

宅地建物取引士(宅建)	競売不動産取扱主任者
-------------	------------

## 販売・営業

お客様対応専門員(CAP)	登録販売者 <b>NEW</b>
QC検定	危険物取扱者乙種4類

## 語学

TECC(中国語コミュニケーション検定)	TOEIC【語学講座】
----------------------	-------------