

自宅でマスターシリーズ  
受講ガイド 【個人のお客様向け】 2026年度版

---

Web 通信講座 <Webテスト版>

# 『自宅でマスター Web 通信講座』

## 受講生の皆さまへ

この度は、TAC の『自宅でマスター Web通信講座』をお申込みいただきまして、誠に有難うございます。

本書は、TAC の『自宅でマスター Web通信講座』を受講する際のガイドブックです。

学習の進め方や修了テストの実施方法などを項目別にまとめて記載しております。

計画的かつ効率的に学習を進めるためにも、まずは本書の内容をご確認のうえ、学習を開始してください。

## Contents

学習プランの確認.....	2
受講の流れ.....	3
講義動画の視聴方法.....	4
修了テストの実施方法.....	13
TAC 受講ルール Q&A.....	16
学習を進めるうえでのご相談・お問い合わせ窓口 .....	17

## 学習プランの確認

毎日少しずつ学習を進めたり、週末にまとめて取り組んだり、ご自身のペースに合わせてスケジュールを作成してみてください。しっかりとしたプランとスケジュールづくりは、学習を効率的に進められるため、学習効果を高めます。

### 自宅でマスター 働き方を変える Copilot & Windows11 【改訂版】（標準 1 ヶ月）

- 【ダウンロード版】受講ガイド(本書)・・・1冊
- Web 講義動画・・・22回(総時間 約 4 時間)
- 修了テスト(Web テスト)・・・1回  
※ 教材の発送はありません。すべてWeb 上での学習となります。  
※ 質問サポート対象外

#### <標準学習プランとスケジュール>

	Web 講義動画	課題
1ヶ月目	全 22 回	修了テスト 【実施日： 月 日】

### 自宅でマスター Microsoft 365 Copilot 活用(標準 1 ヶ月)

- 【ダウンロード版】受講ガイド(本書)・・・1冊
- Web 講義動画・・・7回(総時間 約 5 時間)
- 修了テスト(Web テスト)・・・1回  
※ Officeは含まれておりません。  
※ 演習データは、TAC Biz School よりダウンロードします。

#### <標準学習プランとスケジュール>

	Web 講義動画	課題
1ヶ月目	全 7 回	修了テスト 【実施日： 月 日】

# 受講の流れ

「繰り返し学習」で知識を定着。テキストと講義動画で学習したら、修了テストを実施しましょう。

## ① テキスト&講義動画(TAC Biz School)で学習



テキストと講義動画を視聴して学習を進めましょう。講義動画では、初学者の方でも安心して学習を進めることができるよう解説していますので、まずは講義動画を視聴してみましょう。

※ 働き方を変える Copilot&Windows 11コースは、教材の発送はありません。



わからなくなったら・・・。

学習中にわからないことがあれば、そのままにせずに質問しましょう。  
TAC Biz Schoolからすぐに質問を送信できます。

※ 働き方を変える Copilot&Windows 11コースは質問サポート対象外です。

## ② 修了テストにチャレンジ



学習分野に対応した修了テストが用意されています。修了テストは必ず実施して定着度を確認しましょう。

※ Web 上で実施するテストです。

## ③ 修了テストの解説を確認



修了テストを実施すると、結果と解説が表示されます。必ず確認しましょう。

理解不足の部分は解説やテキスト、講義動画に戻って学習しましょう。  
復習を繰り返すことが学習効果を高めるポイントです。

## ④ 理解不足の部分は繰り返し復習



まんべんなく復習しておきましょう。

講義動画やテキスト、修了テストを振り返り、理解が不十分な箇所をしっかりと解消しておきましょう。

## ⑤ GOAL !

このコースで習得したスキルを実務に応用し、成果の向上を目指しましょう。

# 講義動画の視聴方法

講義動画は TAC Biz School のサイト上で視聴します。

## ■ 配信期限について

講義動画の視聴や修了テストの実施など、TAC Biz Schoolで利用可能な機能につきましては、会員証(e会員証)に記載されている有効期限を過ぎますと、利用することができなくなりますのでご注意ください。

TAC Biz School上の各講義につきましては、会員証(e会員証)に記載されている有効期限内であれば、繰り返し受講が可能です。期限を過ぎますとコースを受講できなくなりますので、有効期限(配信期限)内に、すべての学習を終了するようにしてください。

クラス一覧にも受講期間の表示があります。合わせてご確認ください。



※ 緊急のサーバーメンテナンスなどで一時配信を停止する場合がございます。

その際は、TAC Biz School上でお知らせします。

※ 次ページ以降の TAC Biz School操作画面は仕様変更等により、表示が変更となる場合があります。

また、サンプル画面のため、実際にご受講のコースとは異なるコース内容となります。ご了承ください。

## (1) TAC Biz School にログインする

使用されるデバイスでインターネットに接続し、「TAC Biz School ログイン画面」にアクセスします。

ログインサイト→ <https://bs2.tac.biz/rpv/>



### ▶ログイン画面

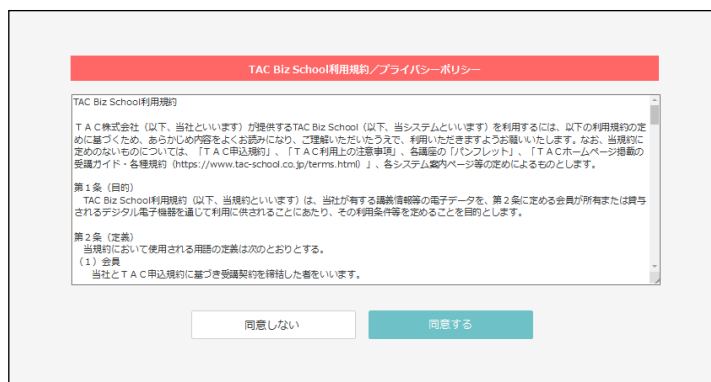
TAC Biz Schoolへのログイン画面です。

会員証 (e会員証) に記載の「接続用ID」と「パスワード」を入力し、「ログイン」ボタンをクリックします。

※ IDとパスワードは、**必ず**半角英数字で入力します。

※ IDとパスワードは、大文字／小文字を区別します。

正確に入力してください。



### ▶利用規約の確認

初めてログインするには

①利用規約の確認 ②メールアドレスの設定・変更 ③パスワードの設定・変更 が必要です。  
画面のメッセージに従って操作してください。

利用規約を確認の上、内容に同意される場合は画面下の[同意する]ボタンをクリックします。

登録するメールアドレス、パスワードを入力してください。

メールアドレスを登録（利用）する

上記ボタンのチェックを有効にすると、メールアドレスが入力可能となります。  
（※初期ログイン時には、お申し込み時の登録アドレスが表示されています。）  
 メールアドレスを登録（利用）したくない場合は、メールアドレスのチェックを無効にしてください。  
 ただし、メールアドレスを無効にした場合は、TACからのお知らせのメールが受信できなくなりますのでご注意ください。

メールアドレス

メールアドレスを入力してください。

メールアドレス(確認)

※ 確認のため、もう一度入力してください。

パスワード

パスワードを入力してください。

パスワード(確認)

※ 確認のため、もう一度入力してください。

### ▶登録情報の変更

- ・ メールアドレスを登録（利用）する：チェックをオンにすると、メールアドレスが登録できます。
- ・ パスワードの設定・変更：半角英数字8文字以上の任意のパスワードを入力します。
- ・ [確認] ボタンをクリックします。

※ メールアドレス、パスワードは上下ともに同一の内容を入力します。

※ 入力したパスワードを忘れないようにご注意ください。

下記の情報で更新します。よろしいですか？

メールアドレスを登録（利用）する

上記ボタンのチェックを有効にすると、メールアドレスが入力可能となります。  
（※初期ログイン時には、お申し込み時の登録アドレスが表示されています。）  
 メールアドレスを登録（利用）したくない場合は、メールアドレスのチェックを無効にしてください。  
 ただし、メールアドレスを無効にした場合は、TACからのお知らせのメールが受信できなくなりますのでご注意ください。

メールアドレス eee@tac-school.co.jp

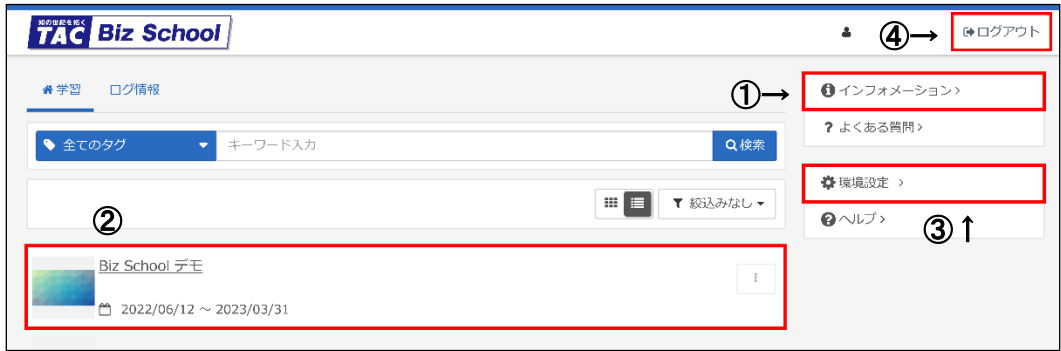
パスワード \*\*\*\*\*

設定内容の確認画面です。

- ・ [設定] ボタン：クリックすると内容が更新され、ホーム画面が表示されます。
- ・ [再編集] ボタン：クリックすると入力画面に戻ります。

## (2) ホーム画面 → お知らせの確認、受講講座の選択

▶クラストップ画面



ログイン直後に表示されるホーム画面です。

- ① TACからのお知らせを確認する → **インフォメーション**  
システムメンテナンスの予告など Web講座の利用者全体に関わるお知らせは、  
随時こちらでご案内します。  
ログインした際に、新規メッセージがないかを必ずご確認ください。
- ② 受講する講座を選択する  
画面左側に受講可能な講座(クラス)が表示されます。  
学習をする講座(クラス)名をクリック(選択)してください。  
講座(クラス)を選択すると講座メニュー(クラストップ画面)に移動します。  
⇒学習の開始
- ③ パスワードなどを変更する → **環境設定**  
パスワード、メールアドレスの変更を行います。
- ④ Web学習を終了する → **ログアウト**  
学習を終了する時には、画面の右上に配置されている[ログアウト]をクリックします。

### (3) クラストップ画面 ➡ お知らせの確認、受講講座の選択

ホーム画面で受講する講座(クラス)を選択すると、その講座で受講可能な教科名が表示されます。※ 教科の数は受講する講座によって異なります。

#### ▶クラストップ画面



#### ① ホーム画面に戻る ➡ **ホームタブ**

ホーム画面を表示する場合にクリックします。

#### ② 質問をする ➡ **メンタリングボックス(質問)**

学習に関する質問、受講に関する問い合わせをする場合に利用します。

[新規質問]ボタンをクリックすると質問の書き込みができます。

質問をすると質問のタイトルとステータス(回答状況)が表示されます。

※ 質問サポート対象コースにのみ表示されます。

#### ③ 学習する教科を選択する

講座内で学習すべき教科のタイトル一覧が表示されます。

タイトルをクリックすると教科ごとのメニュー(目次画面)に遷移します。

#### ④ 学習用データをダウンロードする ➡ **参考資料(学習データ)**

講座内で使用する学習用データや補助資料をダウンロードできます。

#### (4) 教科メニュー(目次) ➡ 講義(テスト)の表示・選択

クラストップ画面で教科を選択すると教科メニューが表示されます。教科は章と単元(講義やテスト)で構成されており、初期画面は、章タイトルのみが表示されます。

章タイトルをクリックすると、その章で学習可能な単元(講義/テスト)が一覧表示されます。もう一度章タイトルをクリックすると単元の一覧は非表示となります。

#### ▶教科メニュー

Microsoft365 Copilot 活用 講義 (ここをクリック)

- はじめに
- 第1章 Microsoft 365 Copilot 入門 概要と活用の
- 第2章 Word活用 Copilotを活用した文書作成
- 第3章 Excel活用 Copilotを活用したデータ分析 質問 履歴
- 第4章 PowerPoint活用 Copilotを活用したプレゼンテーション作成 質問 履歴
- 第5章 Outlook活用 Copilotを活用したメール作成 質問 履歴
- 第6章 Teams活用 Copilotを活用した共同作業の効率化 質問 履歴

修了テスト (ここをクリック)

- 修了テスト 質問 履歴

講義やテストを受講する ➡ **タイトルをクリック**

(5) 学習データをダウンロードする

学習データをダウンロードするには、クラストップ画面の右にある「参考資料(学習データ)」からダウンロードします。

▶ クラストップ画面



受講するコースの学習用データや補助資料をダウンロードできます。

▶ 参考資料画面



学習用データや補助資料をダウンロードできます。  
Zipファイルの場合は、任意のフォルダーに解凍してからご利用ください。

## (6) Web 講義を視聴する

講義を受講するには、教科メニューで受講したい講義単元のタイトルをクリックします。

### ▶ 講義タイトルを選択



講義単元は、タイトルの前にテキストアイコンが表示されています。

### ▶ 受講開始画面



- ① 講義の受講を開始(動画再生) → [開始する]ボタンをクリック
- ② 質問をする → [質問]ボタンをクリック
- ③ 過去の受講履歴を表示する → [履歴]ボタンをクリック

受講開始画面で[開始する]をクリックすると再生画面が表示されます。

## ▶受講開始画面

Microsoft 生成AI

# Microsoft 生成AIの進化

Microsoft Copilot

Bing AI Bing Chat

Copilot in Windows

00:07:10 第1章-1Copilot概要

00:07:09 第1章-2Copilot使用する  
には?

00:13:42 第1章-3Copilotの使い  
方は?

① ② ③ 00:03:00 00:07:10 ④ ⑤ ⑥ ⑦

⑧ ⑨

中断 視聴完了

キーボードショートカット

再生/一時停止 スペース	巻き戻し ←	早送り →	再生速度アップ ↑
再生速度ダウン ↓	全面画面表示 F	前のチャプターへ Shift + ←	次のチャプターへ Shift + →

- ① しおりから再生・・・クリックすると、しおりの位置から再生できます。
- ② しおりをはさむ・・・クリックすると、しおりをはさむことができます。
- ③ 30秒巻戻し/10秒巻戻し・・・クリックすると、30秒/10秒巻き戻して再生されます。
- ④ 再生・・・クリックすると動画が再生されます。
- ⑤ 10秒早送り/30秒早送り・・・クリックすると、30秒/10秒早送りして再生されます。
- ⑥ 再生速度の変更・・・クリックすると、再生速度を変更することができます。
- ⑦ 全面画面表示・・・クリックすると、全面画面表示に切り替えることができます。
- ⑧ 中断・・・クリックすると、履歴を保存して動画を中断することができます。
- ⑨ 視聴完了・・・クリックすると、動画視聴を完了することができます。

# 修了テストの実施方法

修了テストは以下の要領で実施してください。

なお、修了テストは何度でも実施できますが、1回目の実施結果が成績に反映されますので、ご注意ください。

## ■ 修了テストの実施方法

- (1) TAC Biz School にログインします。(スマートフォン・タブレットでも実施可能)
- (2) クラストップ画面を表示します。
- (3) 実施するテスト名をクリックします。


### ▶ 修了テストの実施



クラストップ画面です。  
コースを選択すると必ずこの画面が表示されます。  
実施するテスト名をクリックします。



テスト名称をクリックすると  
テスト開始画面が表示されます。



修了テスト

開始する

お知らせ

働き方を変える Copilot & Windows 11 コースの修了テストです。  
動画での学習が完了したら、【開始する】ボタンをクリックしてテストを実施してください。

修了テストは何度でも実施できますが、1回目の実施結果が成績に反映されますので、ご注意ください。

受講時間制限 00:10:00


閉じる

テスト開始画面です。

← [開始する] をクリックするとテストが開始されます。

↑ [閉じる] をクリックするとウィンドウが閉じて前頁の画面に戻ります。

---



残り時間 | 00:09:34

Microsoft Copilot の主な機能として間違っているものはどれでしょうか。

1: AI による文章生成を行う

2: AI による情報検索を行う

3: AI によるファイル管理を行う

4: AI による画像生成を行う

中止 次へ

← 残り時間が表示されます。


← 青枠が問題です。

← 赤枠が選択肢です。

← [次へ] をクリックすると次の問題へ進みます。

↑ [中止] をクリックするとテストの実施を中止します。

---



以下の情報でテスト解答を送信いたします。  
よろしければ「採点」ボタンをクリックしてください。

NO	解答	戻る
1	3	戻る
2	2	戻る
4		戻る
6		戻る
9	1	戻る
10	3	戻る

中止 戻る 採点

← [戻る] をクリックするとその設問の回答画面に戻ります。

← すべての設問に回答したら [採点] をクリックします。

# 実施回 1回  
 📅 実施日 2025/03/30 15:09:28  
 ⌚ 実施時間 00:09:17  
 ☆ 得点 70点 / 100点  
 ● 得点率 70%

設問	解答	正解	正誤	配点	問題	解説
1	3	3	✔ 正解	10	問題	解説
2	2	2	✔ 正解	10	問題	解説
3	4	4	✔ 正解	10	問題	解説
4	3	3	✔ 正解	10	問題	解説
5	2	2	✔ 正解	10	問題	解説
6	1	1	✔ 正解	10	問題	解説
7	3	4	✖ 不正解	10	問題	解説
8	2	2	✔ 正解	10	問題	解説
9	1	2	✖ 不正解	10	問題	解説
10	3	1	✖ 不正解	10	問題	解説

閉じる

終了すると、すぐに結果が表示されます。  
 得点や不正解の問題を確認しましょう。

←[解説]をクリックすると  
 問題ごとの解説が表示されます。

Q1  
 Microsoft Copilot の主な機能として間違っているものはどれでしょうか。

1: AI による文章生成を行う

2: AI による情報検索を行う

3: AI によるファイル管理を行う

4: AI による画像生成を行う

答え: 3  
 Microsoft Copilot の主な機能は、AI による検索やサポートを提供することです。

閉じる

←解説を確認します。

↑ [閉じる]をクリックするコースのトップ画面に戻ります。

📁 働き方を変える Copilot&Windows11 講義 (ここをクリック)

🔧 修了テスト (ここをクリック)

📝 修了テスト 履歴

📄 アンケート

←[履歴]をクリックすると  
 実施日や得点を確認できます。

## TAC 受講ルール Q&A

TAC 通信講座を進めるときに必要な諸手続と、予想されるアクシデントについて Q&A 方式でまとめました。スムーズに受講するための参考にしてください。なお、ここにはない事柄については、各窓口までお問い合わせください。

---

Q. 登録内容に間違いがありました。

---

A. お名前、ご住所、お電話番号などに間違いがあった場合は、お手数ですが、「変更届出書」をご記入の上、校舎窓口へのご提出／郵送／FAX 3つのうちいずれかの方法で、TACにご提出ください。

「変更届出書」は以下のページよりダウンロードしてご利用ください。

<https://faq.tac-school.co.jp/support/list/web/knowledge830.html>

※ 個人情報保護法の規範に準じまして、電話やメールでの変更は承っておりません。  
必ずご本人が記入・申請をしてください。

Q. 届いた教材が破損していたのですが。

---

A. テキスト・副教材などの品質管理には万全を期していますが、万一、不良品や破損などの不備があった場合は、ただちに新しいものとお取替えいたします。  
お手数ですが、次ページに記載の「TAC 通信カスタマーセンター」までご連絡願います。

Q. 講義/テキスト内容でわからないところがあります。どこに質問すればよいですか。

---

A. ご質問は、メンタリングボックス(TAC Biz School)、E-mailで受け付けています。(詳細は次ページ参照)

なお、受講期間を過ぎた場合や本講座の教材に関する内容以外はお答えできませんので、予めご了承ください。

※ 質問サポートは対象のコースのみとなります。

## 学習を進めるうえでのご相談・お問い合わせ窓口

各種ご相談・お問い合わせは、下記の窓口までご連絡をお願いします。

### TAC 学習内容ご相談窓口

#### ●TAC Biz School メンタリングボックス

<https://bs2.tac.biz.rpv/>

Webサイトからご質問される方は、こちらにアクセスしてください。

クラストップ画面に表示される「メンタリングボックス」からご質問いただくことができます。

サポートメール [mous@tac-school.co.jp](mailto:mous@tac-school.co.jp)

E-mailでご質問される方は、こちらに送信してください。

その際は件名か本文に必ず「TAC会員番号」「氏名」「受講コース」を明記してください。

また、どの教材のどの部分か具体的にお問い合わせ願います。

### TAC お問い合わせ窓口

#### ●教材の不備等●

お届けした教材の送付もれ・落丁・破損等に関する窓口

個人の方

TEL 0120-509-194 (TAC 通信カスタマーセンター)

(受付時間: 月～土曜日・祝日 10:00～17:00 ※日曜日、年末年始等を除く)

自宅でマスター Web 通信講座  
受講ガイド<Webテスト版>

資格の学校  
**TAC**