

Excel行列操作マスター ショートカットキー早見表

基本選択ショートカット

操作内容	ショートカットキー	補足/注意点
行全体を選択	Shift + Space	IMEがオフ（半角英数入力モード）であること。オンだと半角スペースが入力される場合がある。
列全体を選択	Ctrl + Space	
選択範囲を拡張（連続した複数行/列）	起点を選択後、Shift + ↓ / ↑ / → / ←	行全体/列全体選択後にも使用可能。
離れた複数の行/列を選択	最初の行/列を選択後、Ctrl を押しながら他の行/列ヘッダーをクリック	

行/列の挿入と削除

操作内容	ショートカットキー	補足/注意点
新しい行を挿入（選択した行の上に） / 新しい列を挿入（選択した列の左に）	Ctrl + Shift + +	複数行/列を選択して実行すると、選択した数だけまとめて挿入可能。テンキーの+なら Ctrl + + のみで可の場合も。
選択した行/列を削除	Ctrl + -	複数行/列を選択して実行すると、まとめて削除可能。

便利な日付・時刻入力

操作内容	ショートカットキー	補足/注意点
今日の日付を入力	Ctrl + ;	
現在時刻を入力	Ctrl + :	

ステップアップショートカット

操作内容	ショートカットキー	補足/注意点
リボンコマンドの実行 (例: ホームタブから行挿入)	Alt → H → I → R	リボン上のコマンドに順次アクセス。最初の Alt でキーヒントが表示されます。覚えると便利。
非連続の複数セルを選択	Ctrl を押しながら対象のセルを順にクリック	グラフ作成のためのデータ選択などにも活用できます。