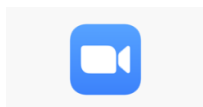


## オンライントレーニングの準備と操作方法について

### 【スマホを利用される場合】

- ① ZOOM アプリのダウンロードをお願いします。



- ② <トレーニング当日>

メールの添付されたURLを押します。

次に矢印のマークを押し、「Safariで開く」を押します。



- ③ 「ミーティングに参加する」を押します。
- ④ 「ビデオ付きで参加」を選択します。
- ⑤ 「インターネットを使用した通話」を選択します。  
ビデオが映らない場合は、左下の「ビデオの開始」を押してください。

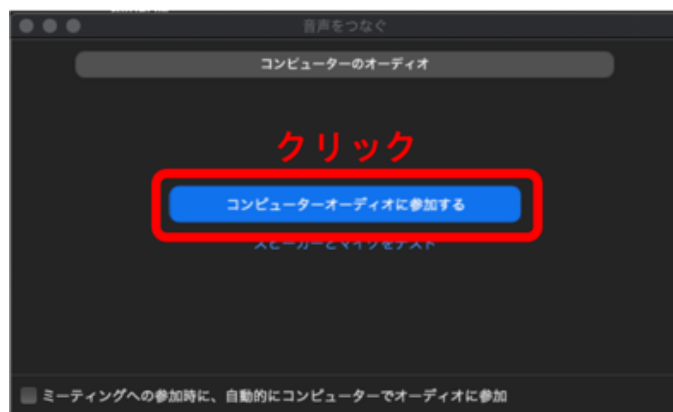
以上で設定完了となります。

## 【PC を利用される場合】

- ① <トレーニング当日>  
メールに添付された URL をクリックします。
- ② ZOOM のアプリが入っていない場合は、手順に従ってダウンロードをお願いします。
- ③ ダウンロードが完了しましたら、再度送られてきた URL をクリックします。
- ④ 「zoom.us.app を開きますか？」と表示されるので、「zoom.us.app を開く」を選択します。



- ⑤ 「コンピューターオーディオに参加する」を押します。



- ⑥ 左下の「ミュート解除」「ビデオの開始」を押します。

以上で設定完了となります。