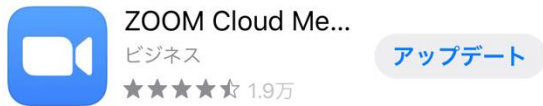
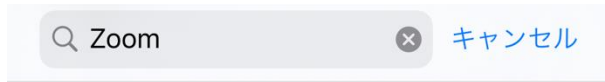


## オンライントレーニングの準備と操作方法について

### 【スマホをご利用の場合】

- ① Zoom のアプリをダウンロードをお願いいたします。



- ② 送られてきたリンクを押します (Safari か Chrome で開きます)



Safari か Chrome でリンクを開くと下記の画面になりますので、  
「ミーティングに参加する」を押してください。



JOIN

HOST



If Zoom app is installed, please click Join Meeting.

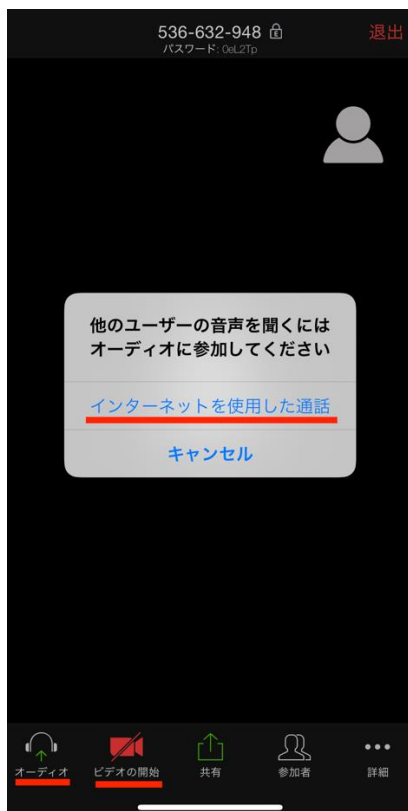
[Join Meeting](#)

First-time user, please download Zoom app from Apple App Store.

Enter ID: [953-113-508](#) after you install Zoom app.

[Download from AppStore](#)

- ③左下のオーディオを押して「インターネットを使用した通話」を選択する。  
ビデオも停止している場合は、ビデオのアイコンを押してオンにする。



- ④ 設定は以上で完了です。トレーニング頑張ってください！

#### 【PCをご利用の場合】

- ① トレーナーから送られてきたリンクを押します。
- ② Zoom のアプリが入っていない場合は「ダウンロード」を押して、アプリを取得します。  
※アプリを取得済みの方は④に進んでください。



③ アプリの取得が完了しましたら、トレーナーからのリンクをもう一度押します。

④ 左下の「ミュート解除」と「ビデオの開始」を押します。



⑤ 設定は以上で完了です。トレーニング頑張ってください！

