

熊本地域リハビリテーション広域支援センター 熊本機能病院  
— Zoomによるオンライン介護予防体操の実施概要と視聴手順 —

1. 実施概要

実施期間：2022年2月18日（金）より毎週金曜日

※2022年3月25日（金）までの開催予定です。

開始時間：午前10時から40～60分

※10時までに「3. 当日の参加方法」を参照のうえ準備を行って下さい。

実施方法：Zoomを使用したオンライン開催

2. 事前準備

- (1) 当日参加するインターネット端末に、事前にアプリケーション（Zoom）をダウンロードしておいて下さい。  
※ゲスト側（参加者）はアカウントを作成する必要はありません。

①パソコンの場合：

- 1) 検索エンジン（YahooやGoogleなど）で「Zoom」と検索し、公式サイトにアクセス。  
[「https://zoom.us/download?zcid=1231」](https://zoom.us/download?zcid=1231)
- 2) 公式サイト上の「ミーティング用Zoomクライアント」のダウンロードボタンをクリック。
- 3) ダウンロード完了後、アプリケーション（Zoom）をインストール。  
(ダウンロードされたデータファイルをクリック、または、自動的にインストール開始。)
- 4) インストールが完了し、Zoomのログイン画面が表示されれば、参加前の準備は以上です。

②スマートフォン、タブレットの場合：

- 1) Zoom Cloud Meetingsのアプリをインストール。  
①Apple Store  
[「https://apps.apple.com/jp/app/zoom-cloud-meetings/id546505307」](https://apps.apple.com/jp/app/zoom-cloud-meetings/id546505307)  
②Google Play  
[「https://play.google.com/store/apps/details?id=us.zoom.videomeetings&hl=ja」](https://play.google.com/store/apps/details?id=us.zoom.videomeetings&hl=ja)
- 2) アプリケーション（Zoom）のインストールが完了すれば、参加前の準備は以上です。

### 3. 当日の参加方法

(1) 開始時間 10 分前頃から開始時間までに 1 ~ 5 をお済ませ下さい。

1) Zoom を開き、「ミーティングに参加する」をクリック。

2) 以下の開催日ごとのミーティング ID を入力し、「参加」をクリック。

※2月18日のID: 81946045800

※2月25日のID: 86305780124

※3月4日のID: 86437357252

※3月11日のID: 89212611900

※3月18日のID: 82546162099

※3月25日のID: 86876207591



3) 名前とミーティングパスコード入力が求められます。

#### ●名前の欄

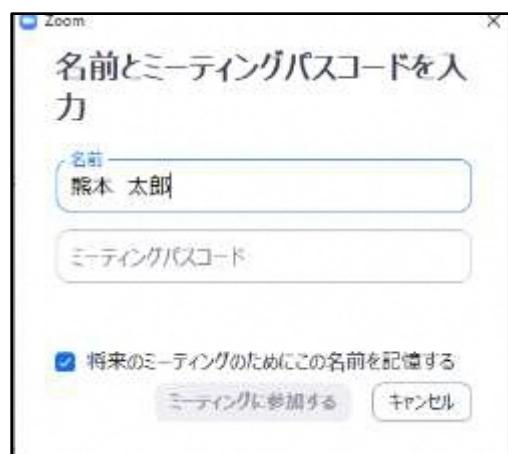
参加者本人の名前を漢字で入力（1つの端末を2人以上で見る場合は、名前入力欄に、全員の苗字を入力）。

#### ●ミーティングパスコードの欄

以下のミーティングパスコードを入力。

※ミーティングパスコード: 0511

（全日程共通のパスコードです）



4) 名前とミーティングパスコード入力後、下にある「ミーティングに参加する」をクリックして下さい。

4) ホスト側（熊本地域リハ広域支援センター事務局担当者）が、アクセスが確認できた参加者から入室許可を承認していきますので、そのままの画面でお待ち下さい。

5) ビデオ画面に切り替われば入室完了です。

### 3. その他

(1) 予め使用されるインターネットの契約条件（通信データ量や契約上限を超えた場合の条件等）をご確認下さい。

(2) 同じ部屋で複数回線の接続をすると、各端末が音声を拾いあってハウリングする可能性があります。

(3) 参加中は、基本的にはマイクをミュートにして下さい。

(4) 無線（Wi-Fi）での接続は、フリーズする可能性があります。インターネットの環境により映像や音声が途切れたり、通信が切断されることもあります。通信が切断された場合は、再度参加の手順に沿ってご参加下さい。

※皆様の御協力をよろしくお願いします。