



「なるほど！総代教室」参加のご案内

「なるほど！総代教室」にお申込みいただきありがとうございます。

「なるほど！総代教室」は Zoom を利用してオンライン開催します。どうぞよろしくお願いいたします。

(※はじめて Zoom を利用する方はお送りしたメールに添付している「Zoom 使用方法について」をご覧ください。)

【日時】

10月9日(金) 10:00~11:00

・当日は 9:30 よりご入室いただけます。9:45 から簡単な事前説明を行います。操作に不安な方は早め入室してください。開始 15 分前までには全員ご入室をお願いします。

【ミーティング ID・パスワードお知らせ】

開催日前日 10月8日(木) にお申込み時にご記入いただいたメールアドレスへお知らせします。

【当日ご用意いただくもの】

- ・なるほど！総代ブック 2020(9 月上旬に郵送しています)
- ・開催前までに、A4 サイズの白紙を四つ折りにし、それぞれのマスに事前に下記の【自己紹介ワード】を黒サインペンで 4 つご記入されたものをご用意ください。(グループトークの自己紹介で使用します)

【自己紹介ワード】

- ①所属センターとお名前 ②総代何年目か ③Zoom経験あり or なし ④自己紹介ワード(好きな食べ物、趣味、興味のあることなど)

<記入例>

印西センター こんせん ぱるみ	総代2年目
Z o o m はじめて	パン作り



・事前に「なるほど！総代教室」動画をご覧ください。動画の URL は 10 月はじめにお知らせします。

Zoom 接続テストのご案内

初めて Zoom をご利用になる方、
接続に不安がある方へ

ご希望の方へ、下記日程にて Zoom 接続テストを行います。接続テストでは、カメラと音声の確認と簡単な基本操作説明を行います。問題がなければ 3~5 分程度で終了します。

<日時>

9月28日(月) ①17:00 開始 ②17:30 開始

10月6日(火) ①10:00 開始 ②10:30 開始

<お申込み方法> 下記フォームもしくは右記二次元コードよりお申し込みください。

<https://forms.gle/WiQneZUnhJ196Ect6>

<申し込み×切>

9月24日(木) 17:00

※お申込み頂いた方へ、接続テスト用のミーティング ID・パスワードを前日(月曜開催の場合は前週金曜日)にメールにてお知らせします。

※次ページ「1. 事前準備」「2. 通信環境」を事前にご確認の上ご参加ください。



次のページもご覧ください

1. 事前の準備

- ・当日使用する機器・環境はご自身でご準備ください。
- ・使用するPC・タブレット・スマートフォンに、あらかじめ「Zoom」アプリをインストールしてください。
- ・PCによってはカメラ、マイクが付いていない機種もあります。カメラ、マイクが付いていない PC の場合、外付けカメラ、マイクをご準備ください。
- ・スマートフォンやタブレットからご参加される方はあらかじめ十分な充電をお願いします。
- ・ミュートを解除すると、お話される声だけでなく、まわりの生活音も拾います。気になる方はマイク付きのヘッドホンやイヤホンマイクの使用をおすすめします。
- ・スマートフォンやタブレットからご参加される方は、機器を置くスタンドをご用意いただくことをおすすめします。

2. 通信環境

- ・事前に接続時の通信環境(通信速度やデータ通信料の上限、wi-fi 環境等)をご確認ください。
- ・通信環境が不安定な状態ですと、音声や映像が途切れてしまうことがあります。
- ・パソコンからご参加される方は有線 LAN に繋いでいただくことより安定するのでお勧めします。
- ・Wi-Fi 環境で接続する場合は受診しやすいお部屋(ルーターの近く)をおすすめします。
- ・開催中の通信料は各個人のご負担となります。



3. ミーティングにアクセス

- ・開催時のミーティング ID やパスワードを事前にお知らせします。
- ・開催時刻 30 分前からご入室いただけます。
- ・開催 15 分前より簡単な事前説明を行います。操作に不安な方は早め入室してください。
- ・開催時刻 15 分前までに全員ご入場いただけますようご協力をお願いします。
- ・ビデオはオンにし、お顔が映る状態でご参加いただくようお願いいたします。
- ・解除の案内があるまでマイクは「ミュート(マイクオフ)」にしてください。
- ・お名前は、①フルネーム(ひらがな)②所属センターを入力してください。(例:こんせん ぱるみ 印西センター)
※「参加者」からご自身のお名前を押して、名前の変更ができます。

4. 参加中

- ・基本的にはミュートにした状態でご参加ください。グループトーク時にはこちらの指示に従い、ご自身でミュート解除をお願いします。
- ・途中で退出してしまった場合や、画面が動かなくなってしまった場合は、ご案内しているミーティング ID、パスワードで再度入場してください。
- ・基本的にはチャット機能は使用しません。
- ・録音・録画・撮影はご遠慮ください。
- ・バーチャル背景設定は、自己紹介の紙が上手く映りませんので使用はお控えください。
- ・スマートフォンでご参加の方は「スピーカービュー」での画面表示をおすすめします。



実際に集まるのと異なり、リモートではちょっとした相槌などが相手に届きません。うなずいたり、「拍手」や「いいね」などのしぐさ、笑顔など、いつも以上のリアクションで楽しくご参加いただけますと幸いです。当日、お会いできるのを楽しみにしています！



ご都合が悪くなってしまったなどキャンセルの際は必ずご連絡をお願いします。

TEL:047-420-2605(月~金 9:00~17:00) メール:palchiba-kikan@pal.or.jp

当日の緊急連絡先 (当日の急な欠席や、開催中お困りのことがございましたらご連絡ください)

【開催1時間前より】090-2318-5182(組織・広報部)