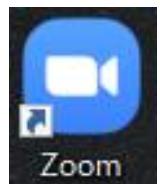


北新宿第二地域交流館 オンライン講座予定表 9月後半

日	月	火	水	木	金	土
9月 12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
Zoom復習講座 (午後2時～3時)		脳トレ教室 (午後1時～ 1時半)	30分体操 (午前10時半～ 11時)		ゆったり 体操 (午前10時～11時)	
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
		脳トレ教室 (午後1時～ 1時半)	トリム体操 (午前10時半～ 11時半)		ゆったり 体操 (午前10時～11時)	
26日	27日	28日	29日	30日		
Zoom復習講座 (午後2時～3時)		脳トレ教室 (午後1時～ 1時半)	30分体操 (午前10時半～ 11時)	北新宿図書館コラボ お話し会 (午後1時～2時)		

ご自身のパソコン・スマートフォン・タブレットから
「Zoom」アプリを使用し、ご自宅で講座を受講できます！

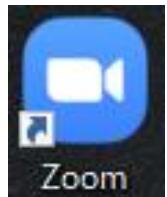


- ご参加希望の方は当館までご連絡ください。オンライン講座のIDとパスコードをお伝えいたします。使い方等もお気軽にお問合せください。
※受講は無料ですが、通信料がかかりますのでWi-Fi環境下での受講をおススメいたします。

【お問い合わせ】 北新宿第二地域交流館 指定管理：社会福祉法人奉優会
北新宿3-20-2 ☎03-5348-6751 FAX:03-3369-0081

オンライン講座参加の流れ

※PC(パソコン)、スマホ(iPhone・Android)によって表記等異なります



※事前に「Zoom(ズーム)」アプリのインストールが必要です。

※ご参加希望の方は事前に当館までご連絡ください。

オンライン講座の「ミーティングID」と「パスコード」をお伝えいたします。

① 開催時刻前にZoomを起動
「ミーティングに参加」を押す



「ミーティングに参加」を押す
(PCの場合はクリック)

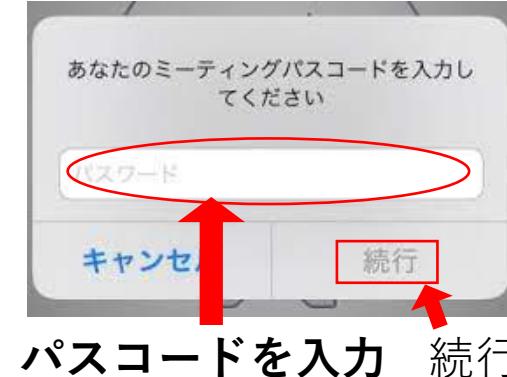
② 「ミーティングID」と
名前を入力し、「参加」を押す



ミーティングID
(数字10桁)を入力
自分の名前を入力
(ニックネームでもOK)

「参加」を押す

③ 「パスコード」を入力し
「続行(参加)」を押す



パスコードを入力 続行

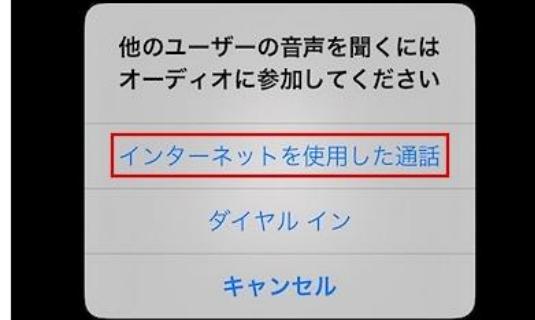
④ ビデオ付きか
ビデオなしを選んで押す



自分の顔が
相手に見える
見えない

どちらかを押す(設定は後で変えられます)
できれば、皆さんのお顔が
見えた方が嬉しいです！

⑤ 音声を選択する
※これを選択しないと講師の声が聞こえません



iPhone ⇒ 「インターネットを使用した通話」
Android ⇒ 「デバイスオーディオを介して通話」
を選んで押す！

