

令和3年度 強度行動障害支援者養成研修

オンライン研修
受講者マニュアル

日時 令和3年8月18日（水）9：00～17：10
令和3年8月25日（水）9：00～14：50

認定 NPO 法人さわおとの森

I. 環境設定

1. 準備するもの

(1) パソコン ※カメラ機能、マイク・スピーカー付き

＜PCにカメラ、マイク・スピーカーがない場合＞

・外付け Web カメラ、ヘッドセット or 会議用マイク・スピーカー

※タブレットでも可能ですが、出来れば画面の大きいパソコンを推奨します。

2. 推奨環境

(1) 解像度と通信速度

【推奨】常時 20Mbps 以上であれば間違いなくスムーズに研修受講できます。

参考：zoom の公表値（最低動作環境）

720p HDビデオ：1.5Mbps / 1.5Mbps（アップ/ダウン）・・・通常の動画

1080p HDビデオ：2.5Mbps / 3.0Mbps（アップ/ダウン）・・・スマホ

＜通信速度の確認方法＞

左記の参考サイトで実計測してみてください <https://fast.com/ja/>

(2) CPU（処理速度）：プロセッサ

【推奨】デュアルコア 1GHz 以上

参考：zoomの公表値（最低動作環境）・・・シングルコア1GHz以上

(3) RAM（作業容量）：実装RAM

【推奨】8GB以上

参考：zoomの公表値（最低動作環境）・・・PC：4GB

＜CPUとRAMの確認方法＞

○ Windowsの場合：windowsマーク→設定→システム→バージョン情報で確認できます。

○ Macの場合：アップルマーク→このMacについて→概要で確認できます。

II. 受講環境

1. **場 所**：白い背景（壁・ホワイトボード等）で受講してください。

→ 映像の中の情報量をできるだけ抑えるため、生活感のある場所等での受講はお控えください。

2. **露 光**：できるだけ明るい室内で受講してください。

→ 顔が暗く映る場合は、電気スタンド等で前から照明を当てることで解消できます。

3. **音 声**：静かな室内での受講をお願いします。周辺の音は思いの外拾います。

→ ヘッドセットがあれば、周囲のノイズを相当カットしてくれます。

4. **映 像**：画面中央で、胸から上が映るようにカメラをセットしてください。

→ 理想はカメラの高さと目の高さがほぼ同じになる＝画面を見ながら話すると、カメラ目線になります。

III. メールアドレスの届け出

回線テスト前まで、研修事務局へ受講者氏名と法人・事業所名を記入したメールをお送りください。入室用URL（zoom開始アドレス）、ミーティングIDとパスワードを返信でお送りいたします。

研修事務局アドレス sawaoto-enchou@sawaoto.jp

IV. 回線テスト

下記の日程で回線テストを実施いたします。V. 操作方法と同じ方法で入室してください。

動画・音声等を流しておりますので、視聴が出来れば本番に問題はありません。回線テストを実施せず研修当日トラブル等になっても対応しかねますので、必ず実施してください。

第1回：8月10日（火） 17：00～18：00

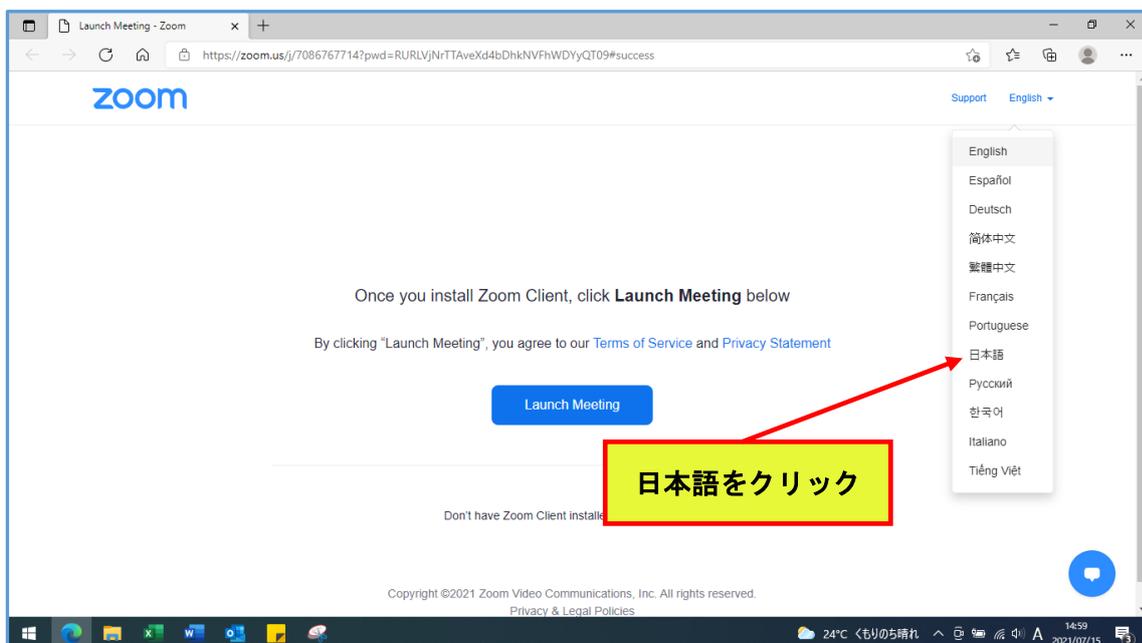
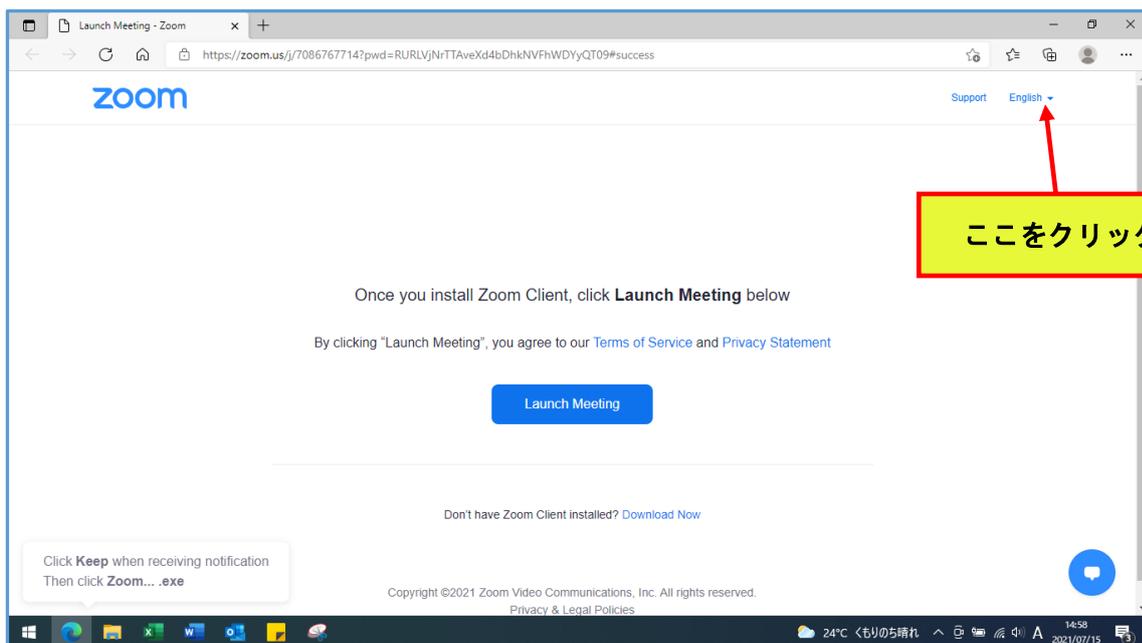
第2回：8月11日（水） 9：30～10：30

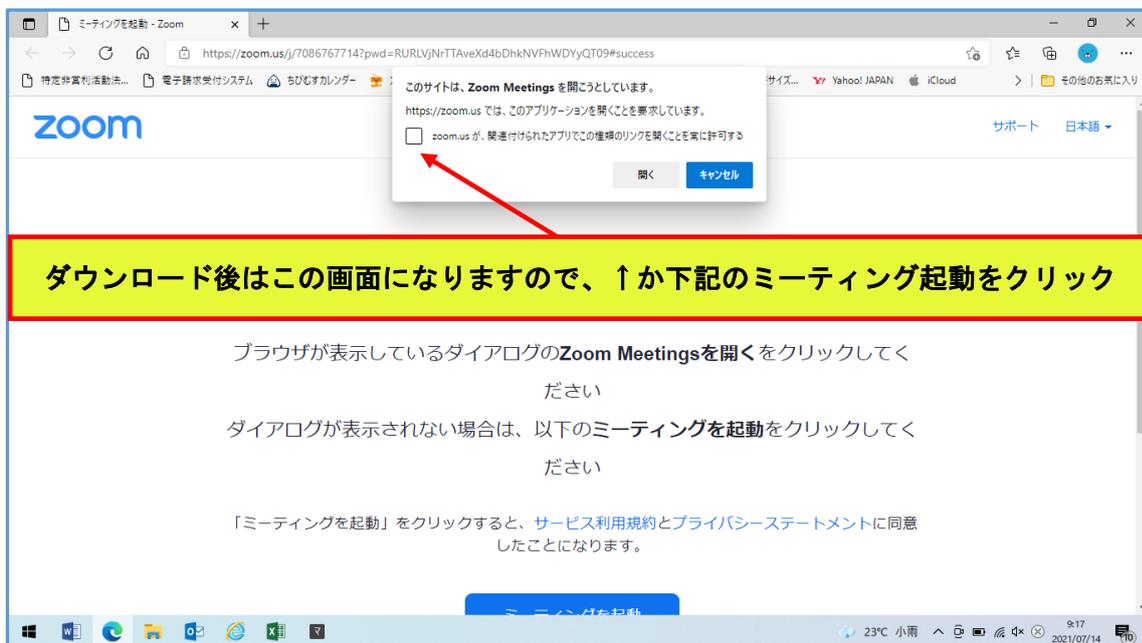
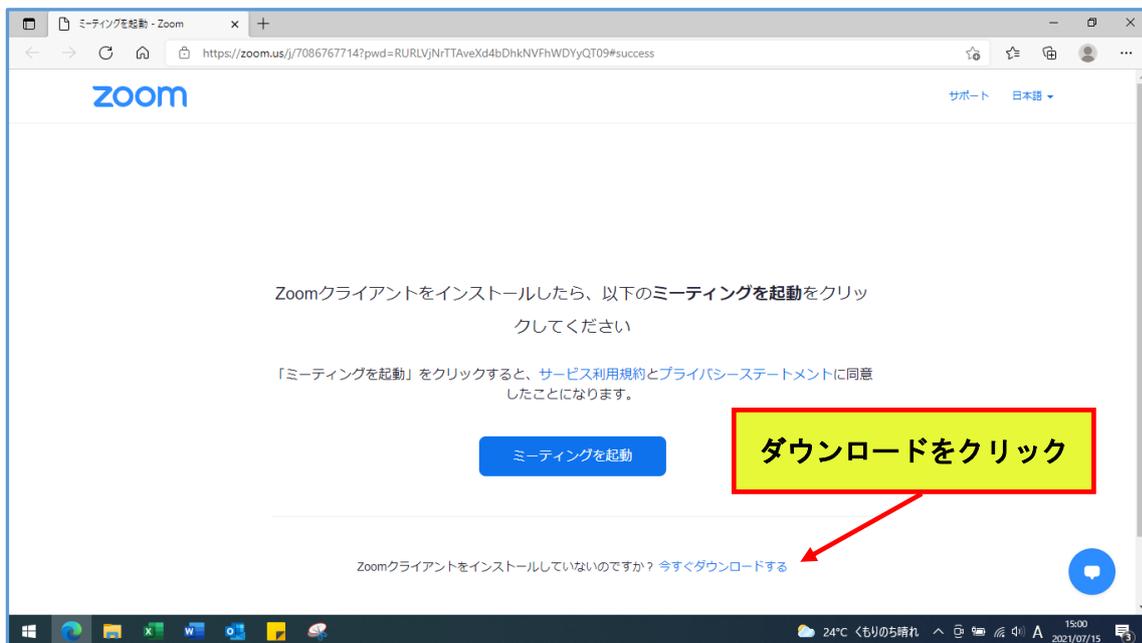
V. 操作方法

1. zoomの起動準備 ※zoomをインストールしている方は（3）へ

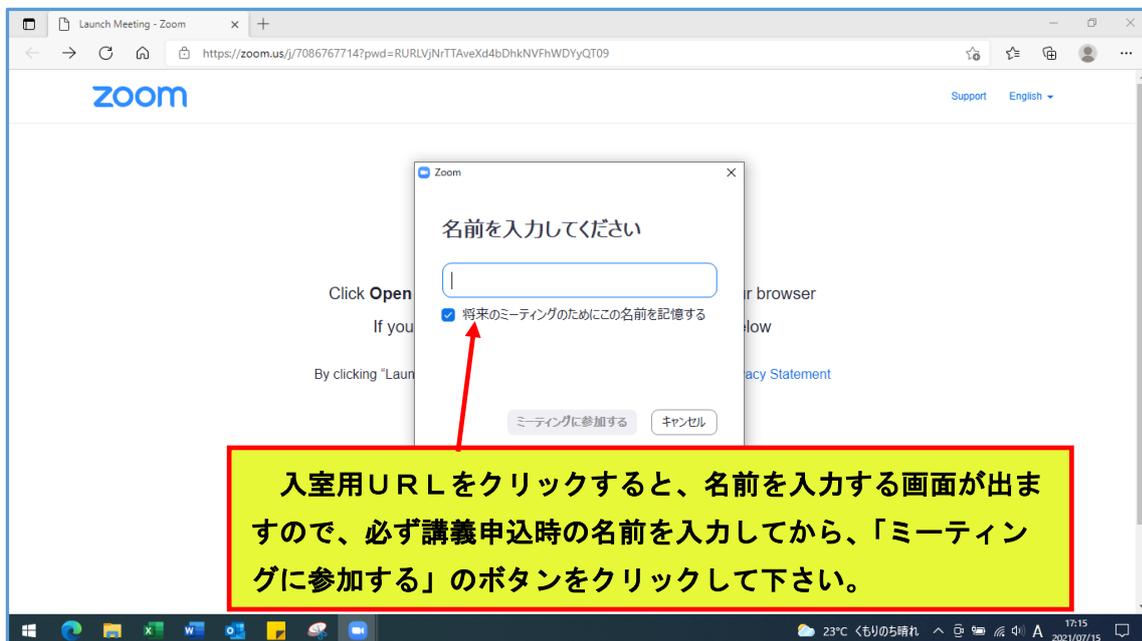
（1）研修事務局よりお送りしたメールの入室用URLをクリックしてください。

（2）初めてzoomを起動した場合、ブラウザで下記の通り立ち上がりますので、コメントの通り操作してください。

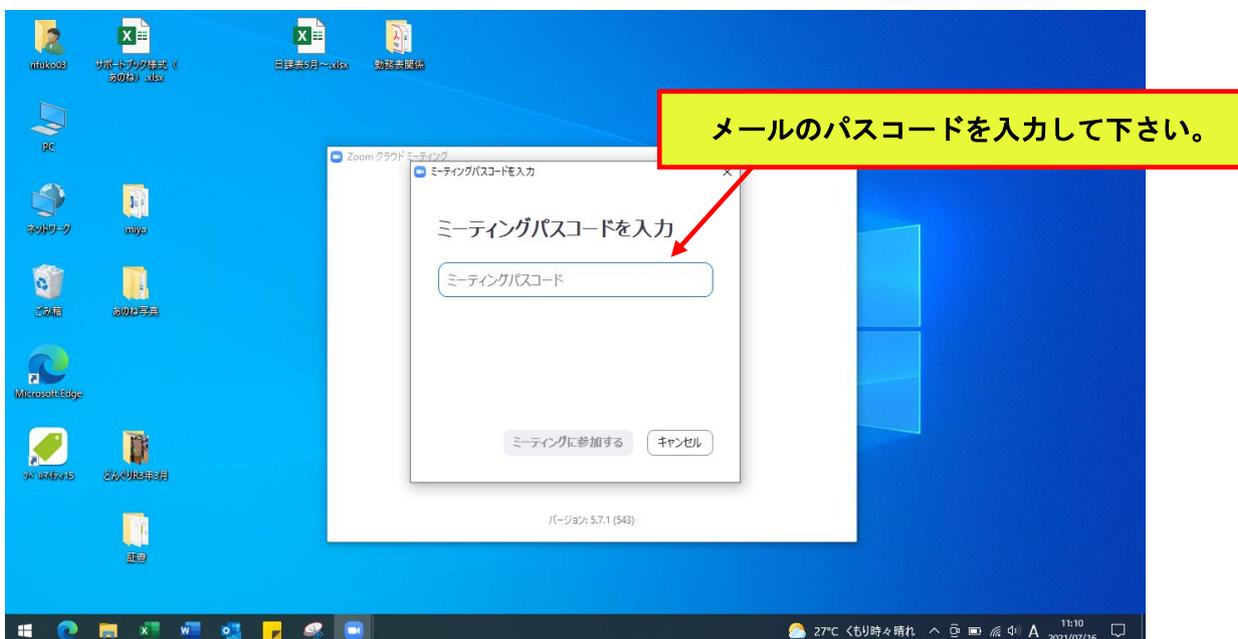
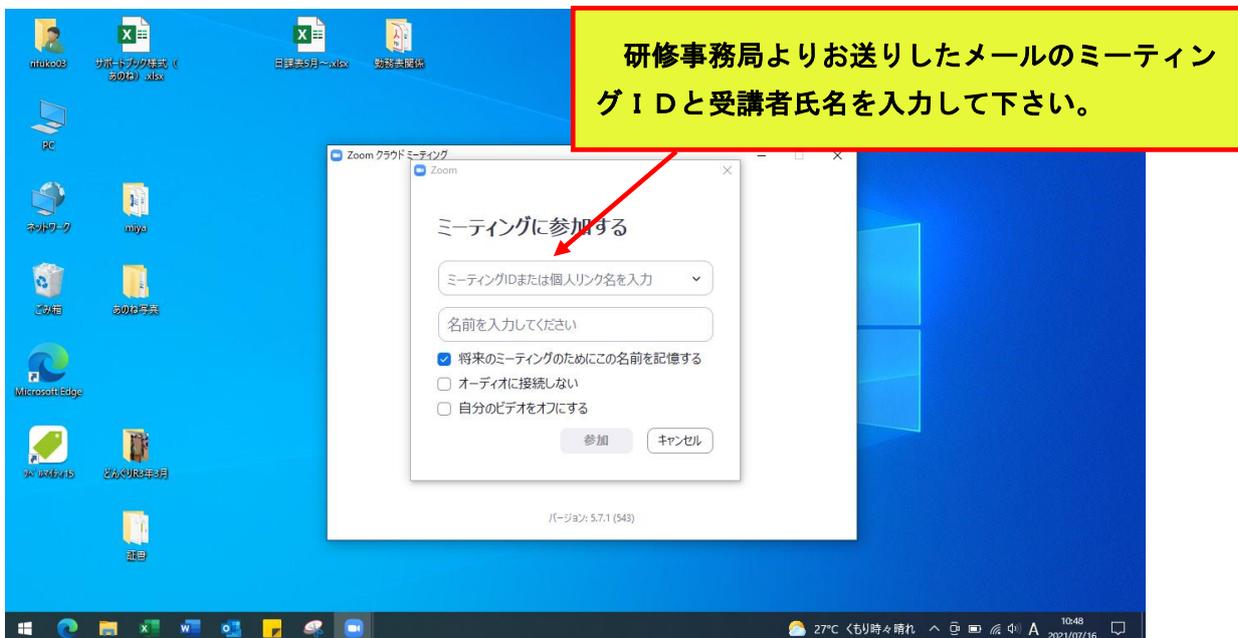
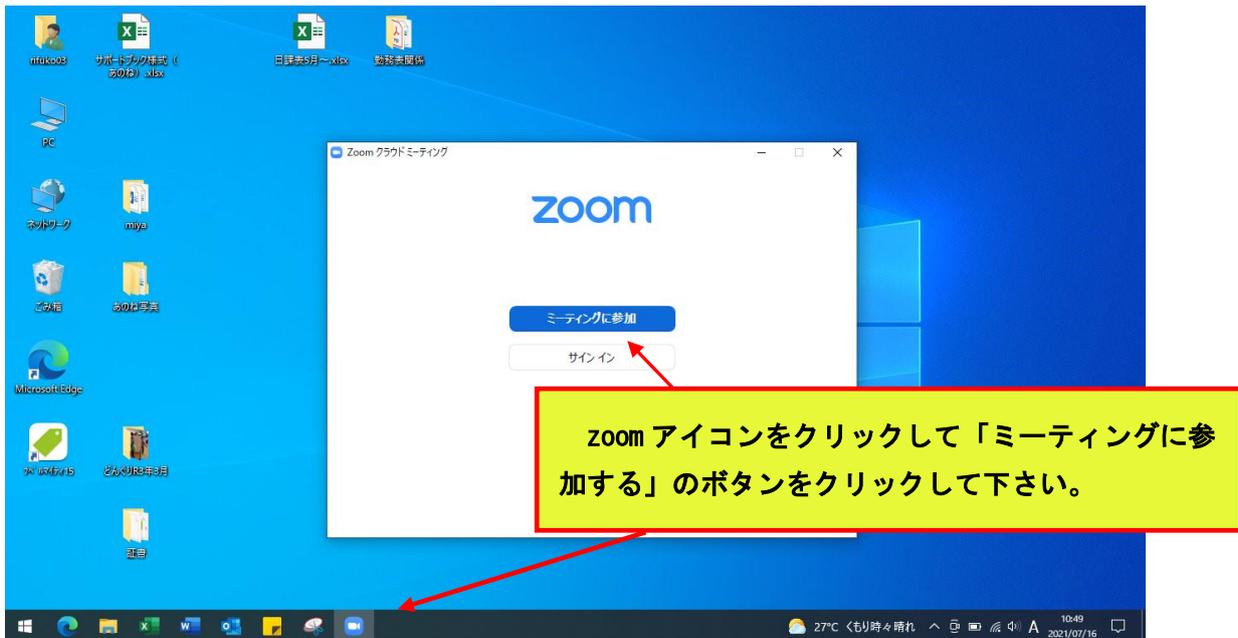


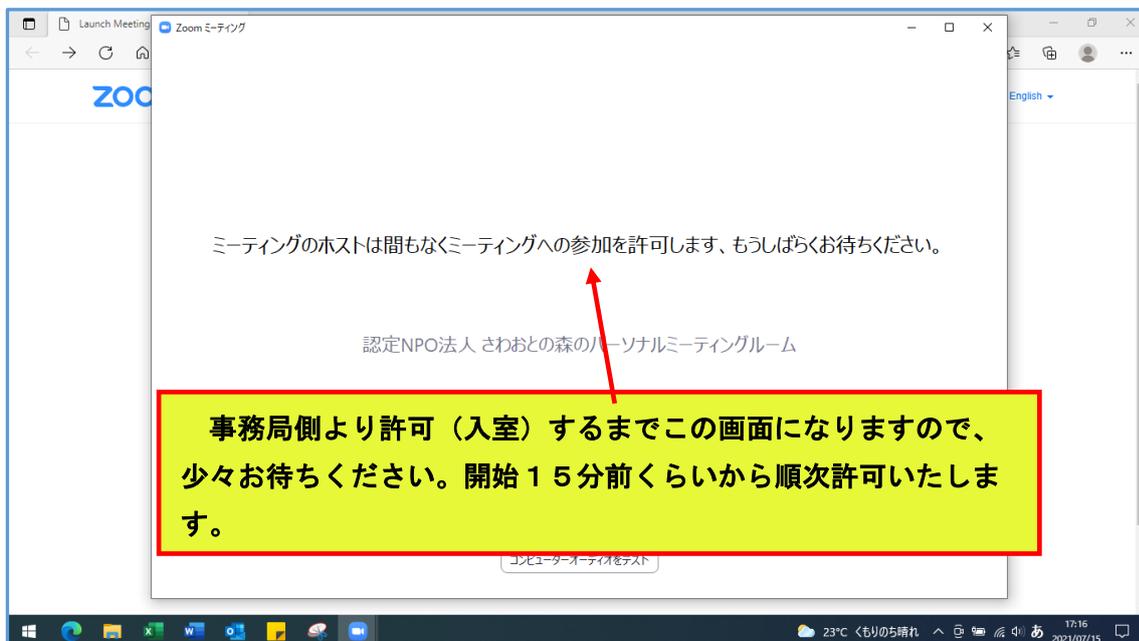


2. 本番時の操作

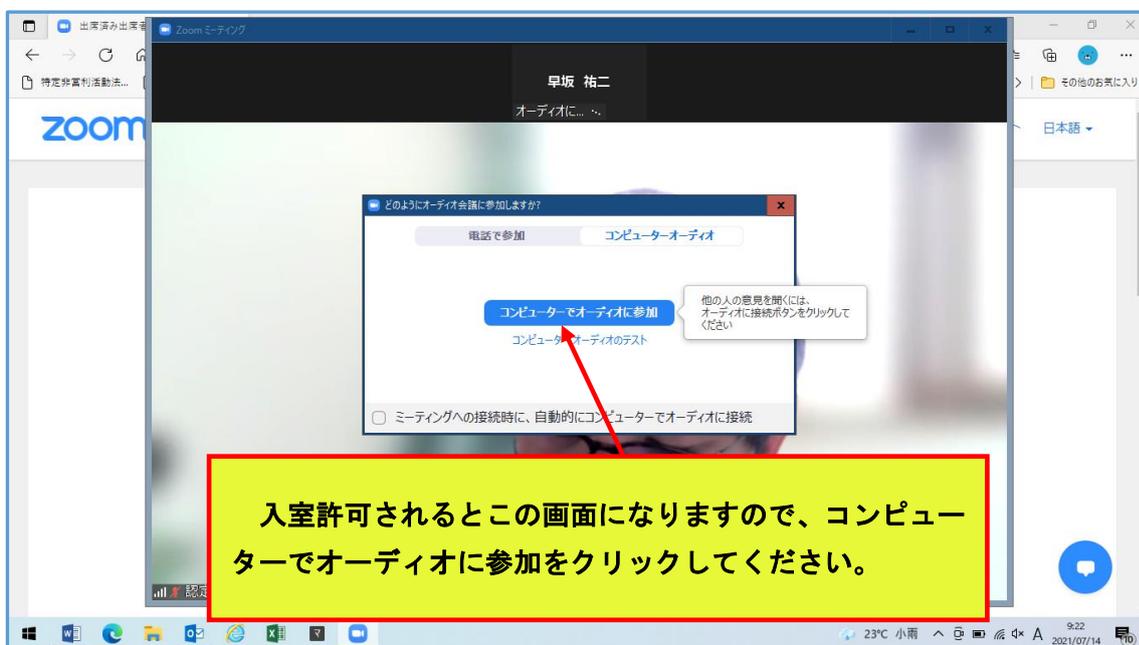


(3) zoom をインストールしている場合

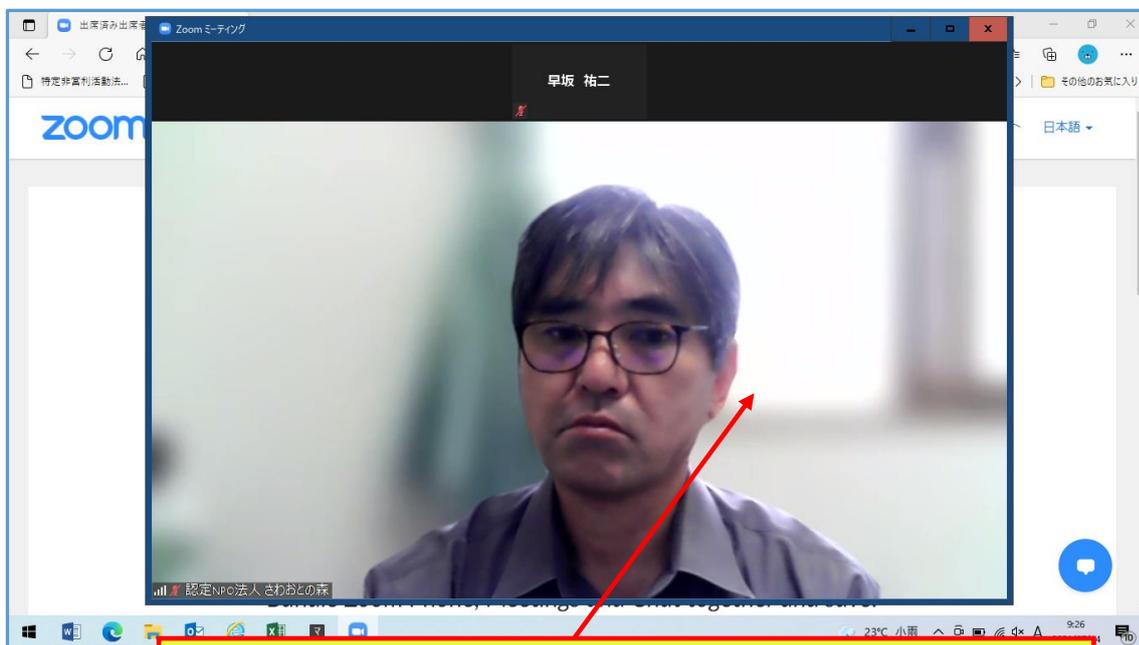




事務局側より許可（入室）するまでこの画面になりますので、少々お待ちください。開始15分くらいから順次許可いたします。



入室許可されるとこの画面になりますので、コンピューターでオーディオに参加をクリックしてください。



画面をダブルクリックすると全画面モードになります。



カーソルを下にもっていくとバーが現れます。

- **マイク**：クリックすると on と o f f に切り替わります。受講時は必ず o f f にして下さい。
- **ビデオ**：クリックすると on と o f f に切り替わります。受講時は必ず o n にして下さい。
 - ・必ず顔が見えるようにしてください。トイレ等どうしても離席される場合はチャットでお知らせの上、ホスト側で承認されてからの離席をお願いいたします。
- **参加者**：クリックすると入室中の参加者一覧が出ます。

自分の名前が研修受講名でない場合は、自分のパソコン名にカーソルを持っていくと「ミュート解除」と「詳細」が出るので「詳細」をクリックして「名前の変更」で受講者氏名にしてください。
- **チャット**：講師に伝えたいことがある場合は、送信先を「認定 NPO 法人さわおとの森」を指定してから送って下さい。
- **リアクション**：講師のモニターに様々なアイコンを送れます。出来れば、ただ視聴するのではなく、同感のとき、いいと思ったとき、なるほどと思ったときなど、これを多く使っていただくと講師のやる気にもなります。
- **表示**：スピーカービュー ⇒ 話している人の画面が大きくなります。受講者はこちらで視聴願います。

ギャラリービュー ⇒ 皆均等の大きさになります。
- **ミーティング情報**：現在のミーティングルームの情報（ミーティング ID やホスト（主催者）名等）が見られます。
- **退出**：ここをクリックするとミーティングルームから退出となります。
 - ・受講途中で退出されると研修終了とみなすことができなくなる恐れがありますので、受講

終了後に指示があるまで退出しないようにご注意ください。

- ・ 誤って退出してしまった場合や接続切れが起こった場合は再度承認が必要となりますので、入室までの手順をもう一度行っていただき、待機画面でホストの承認をお待ちください・

VI. アンケート

研修終了後にアンケートを提出していただきます。**特にオンライン研修では、このアンケートの提出も出席確認のひとつとさせていただきます。**事前にこのマニュアルのあったホームページからアンケートをダウンロードして印刷して記入し、基礎・実践研修それぞれ集合研修時に提出して下さい。

ご不明な場合等は研修事務局へお問い合わせ下さい。

強度行動障害支援者養成研修事務局

(利府こども発達センター内)

担当：高橋繁夫・竹内倫明・早坂祐二・渡部龍樹・佐藤 祥

TEL：022-290-3567 FAX：022-290-6678

Eメール：sawaoto-enchou@sawaoto.jp