

オンライン集合研修への参加における事前準備等（推奨環境）について

< 必須となるパソコン機器 >

- ・ Zoom 等のオンラインミーティングツールを用いた研修を行うため、各自参加者にてパソコンの準備が必要です。
- ・ 研修時には、出欠席確認およびワークショップを行うため、自身の顔が映るカメラ機能を ON にしていただきます。事前にカメラ機能があるパソコンをご準備いただくか、もしくは外付け WEB カメラを接続し、顔が写すことができる設定をお願いします。
- ・ 講師の声および参加者の発言が聞こえるように、事前にパソコンの音声機能が利用できるか、利用できない場合は、イヤホン・ヘッドフォン等の音声機器をご準備ください。

< 推奨されるパソコン機器 >

- ・ Zoom 等のオンラインミーティングツールを用いた研修を行うため、より快適な研修環境に向けて下記パソコン機器が推奨されます。
 - ・ 画面の大きいパソコン
 - ・ マウスの利用
 - ・ イヤホン・ヘッドフォン等の音声機器

< 推奨されるインターネット環境 >

- ・ 有線 LAN 接続または高速な Wi-Fi 接続を推奨いたします。
- ・ テザリング等のモバイル端末を利用したインターネット接続は推奨いたしません。
- ・ インターネットの快適な回線速度は、一般的に 10・30Mbps とされています。映像視聴および双方向のオンラインミーティング等においては、30Mbps 以上だと安定的です。
- ・ インターネットの接続速度を調べたい場合は、下記 URL にて確認が可能です。

<https://fast.com/ja/>

【確認事項一覧】

(必須)

- 個人 PC の準備
- WEB カメラ機能または外付け WEB カメラの接続
- 音声機能の確認 ※必要に応じて、 イヤホン・ヘッドフォン等

(推奨①)

- 画面の大きいパソコン
- マウス

(推奨②ネット環境)

- インターネットの回線速度
 - 1Mbps 未満 → ネット環境の整備を検討ください
 - 1Mbps-9Mbps → ネット環境の整備を検討ください
 - 10Mbps-30Mbps → 推奨
 - 30Mbps 以上 → 推奨