

ズーム
前田美恵子の「Zoom」
健康講座



参加費
無料

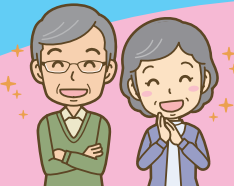
全国どこからでも
スマホやパソコンで
ご参加いただけます。

友達とお家で
一緒に受けられる！

Zoomって難しそう
だけど、やってみたら
意外と簡単！！

家族にもぜひ
聞いてもらいたい！

お家で受けられる
から安心！



Zoomでの参加方法

- Step ① メールにて参加申込
info@aooaova.jp
・参加日・電話番号
・会員番号・お名前
- Step ② アオバより詳細メールが届いたら申込完了
- Step ③ 開催日の数日前に参加URLのメールが届く
- Step ④ 参加URLにアクセスしてアプリを起動
- Step ⑤ 「ミーティングに参加」で開始

※ Zoomアプリのダウンロードや、詳しい参加方法につきましては、裏面をご覧ください。

お申し込み・お問い合わせは下記までお願いします

(株)エーオーエーアオバ
TEL 03-5976-1411
info@aooaova.jp



お申込みフォーム

4.5月

開催日程



【第1回】 2021年4月13日(火) 18:30~19:30

【第2回】 2021年4月22日(木) 13:30~14:30

【第3回】 2021年5月15日(土) 13:30~14:30

【第4回】 2021年5月25日(火) 13:30~14:30

春がきて気持ちが少し上がる感じ、素敵ですよ。

寒さで硬くなっていた心と体を開放して、笑顔になれたらもっと楽しい日々になりそうです。

さて、4月・5月のZoom健康講座のメインテーマは

「自律神経を整える」と、病気と老化にかかわる

「活性酸素とSOD」をプラスしてお届けします。

春から初夏にかけて起きる、体調不良や肌トラブルの原因の一つに自律神経の乱れがあります。

少し難しいテーマに聞こえますが、できるだけわかり易くお伝えしようと思います。

4回とも同じ内容で、曜日や時間帯を変えてお届けしますので、ご都合の良い日にお気軽にご参加ください。

講師 前田 美恵子



日本免疫研究会 常任理事 専任講師 実践健康経営指導士

日本予防医療協会 ADVANCE 予防医療診断士
ドクターズ ネット・インストラクター

日本健康生活推進協会 健康マスター・普及認定講師

日本栄養医学食養協会 Digestion Meister 認定

一般社団法人日本免疫研究会

東京都文京区目白台3-4-11GFビル3F
TEL.03-3941-1100 FAX.03-5976-1422

<http://www.nichimenken.org/> E-mail: info@nichimenken.org

Zoomが初めての方も、
お気軽にご参加ください！



まずは「Zoom アプリ」をダウンロードしましょう！

「Zoom アプリ」ダウンロード方法



zoom ダウンロード



<https://zoom.us/download> にアクセスし、「ミーティング用 Zoom クライアント」

ダウンロード

をクリック。

ダウンロードセンター zoom

検索

iPhone の場合は「App Store」・Android の場合は「Google Play」を開いて「Zoom Cloud Meetings」を「インストール」または「入手」を押してください。

▽ Zoom の使い方のわかりやすいサイトはこちら ▽

https://zoomy.info/manuals/what_is_zoom/



zoom の使い方

Zoom が初めてでちょっと不安という方は、こちらのサイトをご参考にしてください。



当日の「Zoom 健康講座」参加方法です！

【スマートフォンでの操作】

① お申込みメールアドレス宛に、下図のようなご案内メールが届きます。

「Zoom ミーティングに参加する」の下にある **参加 URL** (青色文字) をクリック。

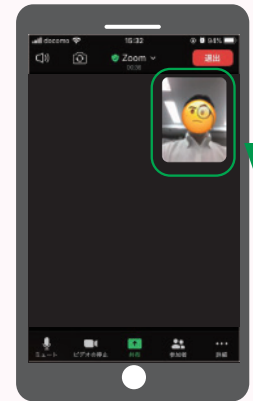
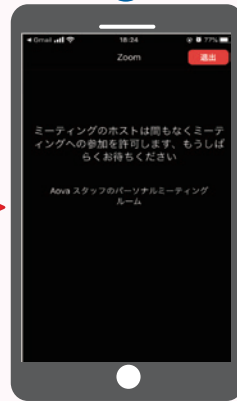
② 画面が切り替わり、**A** の画面が表示され、**ミーティングに参加** をクリック。

そのあとすぐに **B** の画面に切り替わります。

主催者側が参加許可の操作をしますので、その画面のままお待ちください。

③ セミナーへの参加許可の操作が完了すると、下図のような画面が表示されます。

この画面になれば **参加完了** です！



参加者の画面

画面にご自身の映像が写れば OK !

【パソコンでの操作】

① お申込みメールアドレス宛に届いた **参加 URL** (青色文字) をクリック。

② 下記画面が表示されたら「**zoom.us を開く**」をクリック。

③ **ビデオ付きで参加** をクリック。

③ セミナーへの参加許可の操作が完了すると、下図のような画面が表示されます。これで **参加完了** です！

