

ズーム  
前田美恵子の「Zoom」  
健康講座



1.2月

開催日程

2022年1月27日(木) 13:30~14:45

2022年2月26日(土) 13:30~14:45

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](mailto: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](mailto:info@aooaova.jp)



お申込みフォーム

## 免疫力と花粉症

皆様、希望の中で新たな年をお迎えのことと存じます。

少しずつ日が長くなって春に向かうこの時期、寒さに備えている体から温かい季節への変化に対応するため、色々な症状が現れます。

季節に先駆けて体のことを知ることで、いやな症状を最低限にする準備をしておきましょう。今回のZOOM講座では免疫の働きを復習し、免疫の働きと関連する花粉症についてもお話させていただきます。

画面越しですが、皆様にお会いできることがとても楽しみです。お気軽にご参加くださいませ。

### 講師 前田 美恵子



日本免疫研究会 常務理事 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・グイェット・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3-4-11 ジーエフビル  
TEL. 03-3941-1100 FAX. 03-5976-1422

<http://www.nichimenken.org/> E-mail: [info@nichimenken.org](mailto: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 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。

▽ 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/](https://zoomy.info/manuals/what_is_zoom/)



zoom の使い方



## 当日の「Zoom 健康講座」参加方法です！

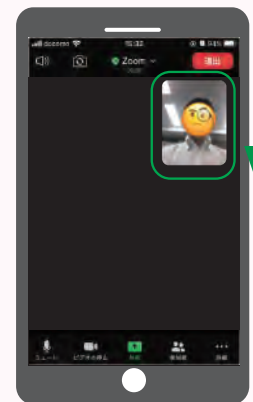
### 【スマートフォンでの操作】

- 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。
- 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)** の画面に切替わります。
- 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。

「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。

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。

この画面になれば **参加完了** です！

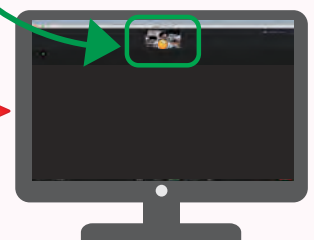
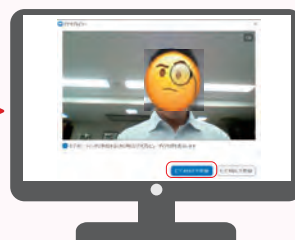
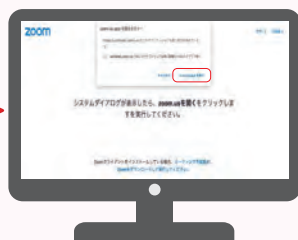
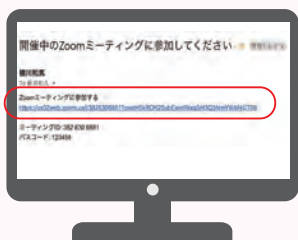


参加者の画面

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！



お手元のパソコンに「カメラ」と「スピーカー」の機能があることをご確認ください。