

## オンライン研修受講で推奨するシステム要件

オンライン研修は Zoom を使用して実施します。具体的な受講手順については、講義開催前にオンライン視聴ガイドをお送りしますので、そちらをご覧ください。

オンライン講義の視聴環境は、推薦する事業者が責任をもって確保のうえ、お申込みください。当財団の責による事由以外で視聴できない場合は、いかなる理由でも修了は認められませんので、ご了承ください。

円滑な受講のため、事前に推奨環境の確認をよろしくお願いします。

### 1 システム要件

#### 【必須環境】

- インターネット接続：有線または無線ブロードバンド（3G・4G・5G/LTE）
- スピーカーとマイクー内蔵 USB プラグイン、またはワイヤレス Bluetooth
- ウェブカメラ、または HD ウェブカメラー内蔵、または USB プラグイン
- 受講状況を画面で確認いたします。また、演習はグループワークを行う予定ですので、受講の際は講義・演習とも必ずカメラ機能・マイク機能をご用意ください。

### 2 サポートされるオペレーティングシステム（OS）等

MacOS 10.7 以降を搭載の Mac OS X

Windows 8（8.1）またはそれ以降

Ubuntu 12.04 またはそれ以降

Mint 17.1 またはそれ以降

Red Hat Enterprise Linux 6.4 またはそれ以降 他

- 受講の際には、受講者ごとにパソコンをご用意ください。タブレット・スマートフォンは処理能力が劣り、研修の進行に支障が出ますのでお避け下さい。パソコン以外のデバイス（端末）で受講される場合は、不具合のお問合せに対応できません。

### 3 サポートされるブラウザ

- Windows：Firefox、Chrome、
- Mac：Safari5+、Firefox、Chrome
- Linux：Firefox、Chrome

#### 【補足】

- Windows Edge を経由した視聴の場合、画像・音声の一部が制限される場合があります。なお、Google Chrome は無料でダウンロードできますので、必要に応じてご準備ください。

#### 4 プロセッサおよび RAM の要件

最低		推奨
プロセッサ	シングルコア 1Ghz 以上	デュアルコア 2Ghz 以上 (i3/i5/i7 または AMD 相当)
R A M	該当なし	8Gb 以上

注意：Linux は、OpenGL 2.0 以上をサポートできるプロセッサまたはグラフィック  
スカード必要とします。

##### 【参考】 CPU と RAM の確認方法

Windows の場合：スタートボタン (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。

#### 5 帯域幅・通信量の目安

オンライン研修で使用する帯域幅は、視聴者のネットワークが 3G、Wi-Fi、または有線  
環境に応じて自動的に調整されますが、通信環境により音声・画像の質が影響 (タイムラ  
グ・カクツキ・フリーズ等) します。できる限り有線 LAN を準備してください。

受講に推奨される帯域幅：20Mbps/20Mbps (上り/下り)

##### 【参考】 通信速度の確認方法

研修を開催する時間帯に合わせて、通信環境の計測サイトで実計測してみてください。

(参考サイト) インターネット回線の速度テスト Fast.com <https://fast.com/ja/>

#### 6 受講確認方法について

当日の受講確認は参加者名で確認しますので、受講の際に表示する参加者名は、受講番  
号 (数字 4 桁) に設定してください。

また、事業所内で複数の受講者が同一日程で受講する場合は、必ず 1 人 1 端末ご用意  
ください。受講者ごとのログインがないと受講確認ができません。受講番号は、受講決定  
通知でお知らせします。