

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：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：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 10.13 以降を搭載の Mac OS X

Windows 10 またはそれ以降

- 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：Edge、Firefox、Chrome、
- Mac：Safari、Firefox、Chrome

【補足】

- ブラウザのバージョンが最新のものに更新されていることを確認してください。
- Microsoft 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

コンポーネント	最低	推奨
プロセッサ	デュアルコア 2GHz 以上	クアッドコア 2GHz 以上 (i5/i7/i9 相当)
R A M	4GB	16Gb 以上
CPU ビット	64	64 以上

【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
> バージョン情報または詳細情報 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 3-5G、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 : 3.8Mbps/3.0Mbps (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、オンライン研修参加中の視聴状況、アンケートの提出により確認しますので、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 台の端末をご用意ください。

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。