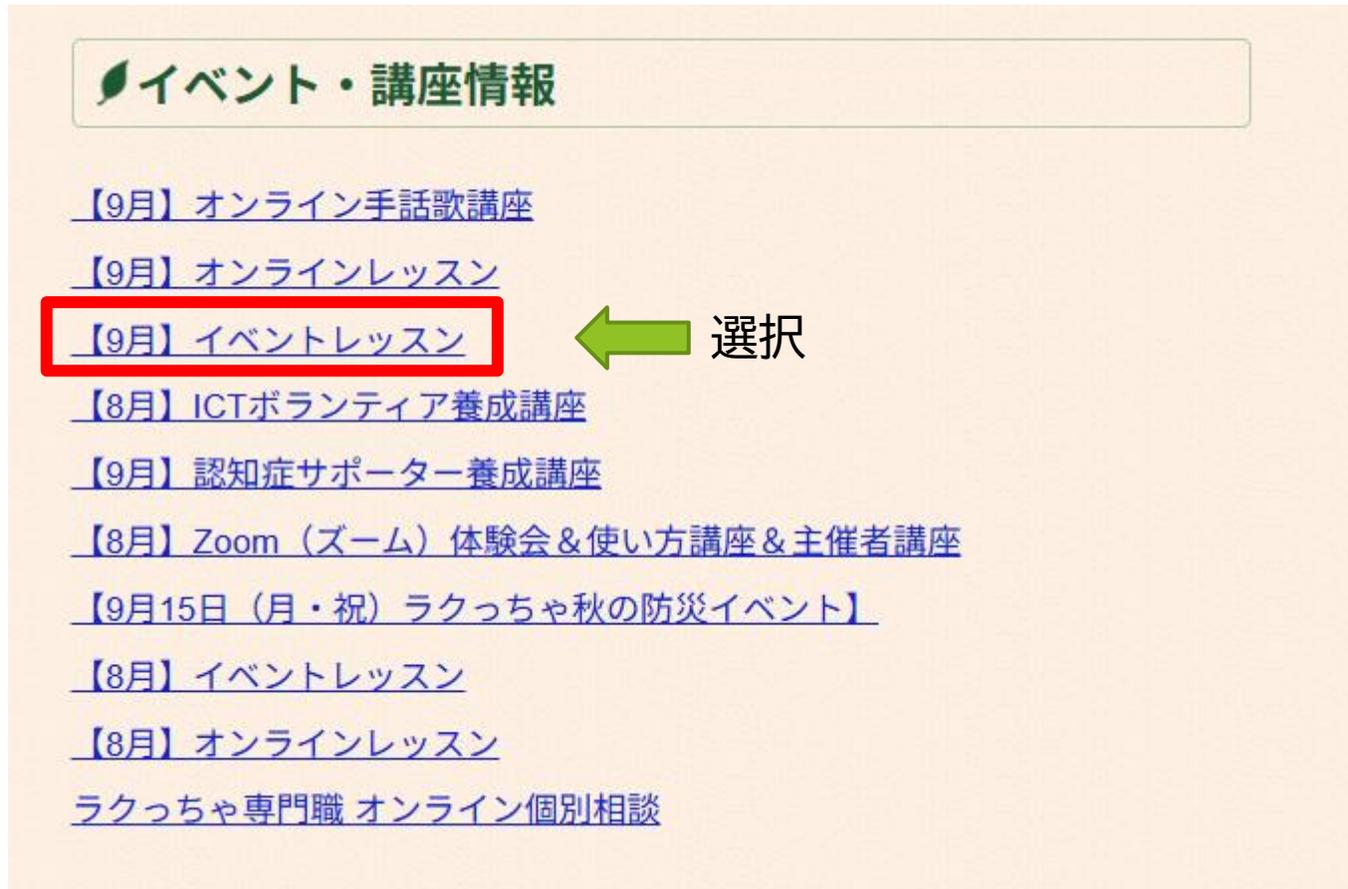


オンライン予約について

オンライン予約の方法①

- ▶ ラクっちゃんのホームページを開き、参加したいオンラインレッスンまたは講座を選択します。



🍃 イベント・講座情報

- [【9月】 オンライン手話歌講座](#)
- [【9月】 オンラインレッスン](#)
- [【9月】 イベントレッスン](#)** ← 選択
- [【8月】 ICTボランティア養成講座](#)
- [【9月】 認知症サポーター養成講座](#)
- [【8月】 Zoom（ズーム）体験会&使い方講座&主催者講座](#)
- [【9月15日（月・祝）ラクっちゃん秋の防災イベント】](#)
- [【8月】 イベントレッスン](#)
- [【8月】 オンラインレッスン](#)
- [ラクっちゃん専門職 オンライン個別相談](#)

オンライン予約の方法②

- ▶ 参加したい日付の「お申込みはこちら」を探し、選択します。※予約サイト(STORES)に移行します。

🌿 イスで動くコア

イスを使ったコアトレーニングを行います。基本をおさえたら、他の教室にも応用が効くエクササイズになります。ぜひご参加ください。

◇用意する物 安定したイス



才賀 文子インストラクター

9/8(日)13:30~14:30

[お申し込みはこちら ▶](#)



オンライン予約の方法③

- ▶ 希望のレッスンが表示されているか確認したら、『ゲスト予約』または『ログインして予約』を選択します。

The screenshot shows a reservation page for '港区立介護予防総合センター ラクっチャ'. A green arrow points to the '予約受付中' (Reservation accepted) status. Below it, the lesson details are: '【5/26】オンラインレッスン 春野菜のようにシャキッと背筋トレーニング'. There are two buttons: 'ゲスト予約' (Guest reservation) and 'ログインして予約' (Login to reserve), both highlighted with a red box. Below the buttons is a section for 'Zoom(ズーム)でおうちから参加しよう 5月【オンライン】レッスン'. It includes a table with lesson details:

日時	内容	担当
12日・26日 月曜日 [10:30-11:30]	春野菜のようにシャキッと背筋トレーニング 固まりがちな体幹部を柔らかくし、春に芽生えた植物のようにシャキッと背筋を伸ばすエクササイズをイスで行いましょう。	

『ゲスト予約』

予約の際に、毎回、氏名・メールアドレスなどを入力して申し込む方法

『ログインして予約』とは ⇒ 登録している人はこちらから申込
事前に予約サイト (STORES) に登録 (※) している人は
こちらから申し込み

※ログインには、メールアドレスの入力が必要です

※登録とは・・・

予約サイト (STORES) に事前に登録 (無料) しておく、
ログインのみで簡単に申し込むことができます。
登録方法は【別紙】をご覧ください。

お問い合わせ

こちらの表示の時は、予約開始前です

オンライン予約の方法⑤

STEP1 日時選択をする

戻る

港区立介護予防総合センター ラクっチャ

1.日時選択

2.お客様情報

3.アンケート



【8/29】オンラインレッスン タオルdeヨガ～夏に負けないカラダづくり～



STEP 1

日時選択

2025/08/29(全)

14:30 - 15:30

残り24



2025/08/29(全)

14:30 - 15:30

残り24



※こちらの表示のように☑がついてないと次の画面に移動できません

オンライン予約の方法⑥

STEP2 お客様情報を入力する

戻る

港区立介護予防総合センター ラクっチャ

1.日時選択 2.お客様情報 3.アンケート

必要事項を入力します

- ・氏名
- ・メールアドレス
- ・電話番号
- ・年齢
- ・ラクっチャの登録番号

氏名
港区立介護予防総合センター ラクっチャ

メールアドレス
rakuccha@xxx.co.jp

電話番号 (必須)
03-3456-4157

年齢 (数字のみ) (必須)
60

ラクっチャの登録番号
9999

オンライン予約の方法⑦

STEP3 アンケートに回答する

STEP 3 アンケート

対象：当てはまるものを選択してください。

回答内容 (必須)



ここを押して、「港区内在住者」を選択

STEP 3 アンケート

対象：当てはまるものを選択してください。

回答内容 (必須)
港区内在住者

すべての入力が完了すると、「予約確認」が青いボタンに変わります

▲対象：当てはまるものを選択してください。を入力してください

2025/08/29(金) 14:30-15:30



ここを押す

オンライン予約の方法⑧

▶ 予約内容を確認して、『予約確定』を押す。

この内容で予約しますか？



【8/29】オンラインレッスン タオルdeヨガ～夏に負けないカラダづくり～

予約を確定すると、STORES 予約の[利用規約](#)に同意したとみなします。キャンセルその他の販売条件は、[特定商取引法に基づく表示](#)をあわせてご確認ください。

予約日時

2025年8月29日(金) 14:30-15:30

注意事項

日程変更

予約日時まで

キャンセル

予約日時まで

予約確定



※これを忘れると予約されません

オンライン予約の方法⑨

港区立介護予防総合センター ラクっチャ

予約が確定しました



【5/26】オンラインレッスン 春野菜のようにシャキッと背筋トレーニング

2025/05/26(月) 10:30-11:30



カレンダー追加



同じ内容で予約



予約詳細を確認

TOPへ戻る

← この画面が出たら予約完了です

予約完了後、入力したメールアドレス宛に
全部で2通メールが届きます

- (1)予約確定メール(予約直後)
- (2)当日のご案内(レッスン開始の24時間前)

オンライン予約の方法⑩

- ▶ 予約完了後、入力したメールアドレス宛に、全部で2通メールが届きます

(1)予約確定メール(予約直後)

差出人: 港区立介護予防総合センター ラクっチャ <noreply@coubic.com>
件名: aaaaa aaaaa 様の予約が確定しました [港区立介護予防総合センター ラクっチャ]
日時: 2025/07/24 12:11 +09:00
To: event-tamachi@central.co.jp

[Googleカレンダーに追加](#)

◆ご予約サービス:
【7/30】オンラインレッスン たった3step!簡単サボリ筋トレーニング(床編)
<https://coubic.com/p-tamachi/4170370>

【お申し込み後の流れ】

- ・当日参加用のZoomのURLは、前日(レッスン開始時刻の24時間前)にメールでお送りします。
- ・当日は講座開始10分前からZoomに入室可能です。

【ご参加にあたって】

- ・バスタオルまたはマット・筆記用具をご準備ください。
- ・本講座は、ビデオON、マイクOFFでご参加ください。
- ・講座の撮影、録音、録画は禁止です。
- ・レッスン中のZoom映像を録画しホームページで公開する場合がございます。公開する映像に参加者は含まれませんのでご安心ください。

ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。
TEL: 03-3456-4157
email: event-tamachi@central.co.jp

◆ご予約内容の詳細確認、キャンセル・変更はこちら:
<https://coubic.com/rv/22a91ce98b09766939626a7db41a6ee0307f799283118f09f1525e8333cc9dd9>
※キャンセルポリシーによってはキャンセルできない場合があります。

◆ご予約先へのお問い合わせはこちら
<https://coubic.com/p-tamachi/contact>

確認事項:

- ・このメールは、STORES 予約 によって配信されています。
- ・このメールアドレスは、配信専用です。このEメールアドレスに返信しないようお願いします。

(2)当日のご案内(レッスン開始の24時間前)

差出人: 港区立介護予防総合センター ラクっチャ <noreply@coubic.com>
件名: 【当日のご案内】7/30 たった3step!簡単サボリ筋トレーニング(床編)
日時: 2025/07/24 12:20 +09:00
To: event-tamachi@central.co.jp

■講座名
たった3step!簡単サボリ筋トレーニング(床編)

■日時
7月30日(水) 10:30~11:30
※10分前から入室が可能です。

■参加方法
下記URLをクリックしてください。
<https://zoom.us/j/98584921306?pwd=H5jJMjKR9FrQWRf8irIdksEMcGgCTz.1>

ミーティング ID: 985 8492 1306
パスコード: 897757

■準備するもの
・バスタオルまたはマット・筆記用具

■その他
・マイクOFF、ビデオONの状態でご参加ください。
・通信費は自己負担となります。接続の安定した状態でご受講ください。

■連絡先
港区立介護予防総合センター ラクっチャ
TEL: 03-3456-4157

・ご予約先へのお問い合わせはこちら
<https://coubic.com/p-tamachi/contact>

確認事項:
・このメールアドレスは、配信専用です。このEメールアドレスに返信しないようお願いします。
・配信停止設定はこちらから
<https://coubic.com/cu/c97444912541fba74885b601f0c4aaee>

当日、メールからZoomに参加する

- ▶ 主催者(ホスト)から届いた当日のご案内メールの ①URLをタップ(クリック)する
または
②ミーティングIDとパスコードを入力して参加する

※①か②いずれかの方法で参加する
(Zoom使い方講座テキスト①P.33～P.35②P.21～32参照)

Zoomミーティング 受信トレイ



自分 11:54

To ▾



介護予防総合センター ラクっちゃんさんがあなたを予約されたZoomミーティングに招待しています。

Zoomミーティングに参加する

<https://us02web.zoom.us/j/81502274626?pwd=VHFhMUZXV2V4M2dqQVpqd3hYajloUT09>

①

ミーティングID: 815 0227 4626

パスコード: 071894

②

予約キャンセルの方法①

差出人: 港区立介護予防総合センター ラクっチャ <noreply@coubic.com>
件名: aaaaa aaaaa 様の予約が確定しました [港区立介護予防総合センター ラクっチャ]
日時: 2025/07/24 12:11 +09:00
To: event-tamachi@central.co.jp

[Googleカレンダーに追加](#)

◆ご予約サービス:

【7/30】オンラインレッスン たった3 step!簡単サボリ筋トレトレーニング (床編)

<https://coubic.com/p-tamachi/4170370>

【お申し込み後の流れ】

- ・当日参加用のZoomのURLは、前日(レッスン開始時刻の2 4時間前) にメールでお送りします。
- ・当日は講座開始10分前からZoomに入室可能です。

【ご参加にあたって】

- ・バスタオルまたはマット・筆記用具をご準備ください。
- ・本講座は、ビデオON、マイクOFFでご参加ください。
- ・講座の撮影、録音、録画は禁止です。
- ・レッスン中のZoom映像を録画しホームページで公開する場合がございます。公開する映像に参加者は含まれませんのでご安心ください。

ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

TEL : 03-3456-4157

email : event-tamachi@central.co.jp

◆ご予約内容の詳細確認、キャンセル・変更はこちら:

<https://coubic.com/rv/22a91ce98b09766939626a7db41a6ee0307f799283118f09f1525e8333cc9dd9>

※キャンセルポリシーによってはキャンセルできない場合があります。



予約直後に届いた『予約確定メール』を開き
『◆ご予約内容の詳細確認、キャンセル・変更はこちら』
のURL(青文字)をクリック

メールや予約サイト (STORES) からのキャンセルは2日前まで可能です。
前日・当日のキャンセルはラクっチャへ直接ご連絡ください。

TEL 03-3456-4157

予約キャンセルの方法②

予約内容の確認

以下の内容でご予約を頂いております。予約日程や予約人数を変更するには、「日程を変更する」もしくは「日程・人数を変更する」を押してください。キャンセルする場合は、「キャンセルする」ボタンを押してください。予約内容についてのお問い合わせは、提供者までご連絡ください。

予約に関する注意事項

日程変更	予約日時まで
キャンセル	予約日時まで

日程を変更する

キャンセルする

予約番号	87313533
予約者の氏名	aaaaa aaaaa
ステータス	確定
予約内容	【7/30】オンラインレッスン たった3step!簡単サボリ筋トレーニング(床編)
提供者	港区立介護予防総合センター ラクっチャ
時間	2025年07月30日(水) 10:30



WEB打刻 Yahoo! JAPAN

coubic.com の内容

本当に予約をキャンセルしますか？

OK

キャンセル

予約内容の確認

以下の内容でご予約を頂いております。予約日程や予約人数を変更するには、「日程を変更する」もしくは「日程数を変更する」を押してください。キャンセルする場合は、「キャンセルする」ボタンを押してください。予約内容についてのお問い合わせは、提供者までご連絡ください。



※これを忘れるとキャンセルされません

予約キャンセルの方法③



← キャンセル手続き後、メールが届きます

キャンセルしたのにメールが届かないという場合は、ラクっチャへお問合せください。
TEL 03-3456-4157

【別紙】

新規無料登録について

新規無料登録①

港区立介護予防総合センター ラクっチャ ♡ 7

予約受付中

【5/26】オンラインレッスン 春野菜のようにシャキッと背筋トレーニング

★★★★★

ゲスト予約 **ログインして予約**

こちらを選択 ↓

Zoom(ズーム)でおうちから参加しよう

5月【オンライン】レッスン

オンラインツール Zoom(ズーム)を使って、色々なレッスンを配信します
ご自宅からレッスンが受けられるのでオススメです！

日時	内容	担当
12日・26日 月曜日 [10:30-11:30]	春野菜のようにシャキッと背筋トレーニング 固まりがちな体幹部を柔らかくし、春に芽生えた植物のようにシャキッと背筋を伸ばすエクササイズをイスで行いましょう。	

新規無料登録②

- ▶ 『アカウントをお持ちでない方はこちら』を選択します。



かんたん予約

かんたん予約(旧Coubic)アカウントを無料登録すると、予約情報の入力を省略できたり、お支払い方法で月謝・回数券を利用できます。

ログイン

メールアドレス

パスワード

[パスワードをお忘れですか？](#)

[アカウントをお持ちでない方はこちら](#)

Facebookログインは、2025年2月25日をもって提供終了しました。以降のご利用にはパスワード設定が必要です。🔗



ログインできない場合

新規無料登録③

- ▶ 必要事項を入力し、登録します。



かんとん予約

新規無料登録

姓
山田

名
花子

メールアドレス
example@example.com

パスワード設定
半角英数字及び一部記号のみ

氏名は基本非公開ですが、予約者の氏名は予約を行なったサービス提供者に開示されます。なお、ご登録いただくメールアドレスは gmail や Yahoo メールなどの、携帯メールアドレス以外のメールアドレスをご登録することを推奨しております。携帯メールアドレスの場合は、@coubic.com からのメールを受信許可するように設定ください。

登録する場合、[利用規約](#) と [個人情報の取扱い](#) に同意したとみなします。

登録する

かんとん予約アカウントをお持ちですか? [ログインする](#)

- ・姓
- ・名
- ・メールアドレス
- ・パスワード

登録したメールアドレス・パスワードは
ご自分でわかるように管理しましょう。

新規無料登録④

- ▶ ①前頁(3ページ)の『登録する』を選択するとこの画面になりメールが届きます。
- ②メールのURLを選択する。
- ③この画面が表示されたら登録完了です。

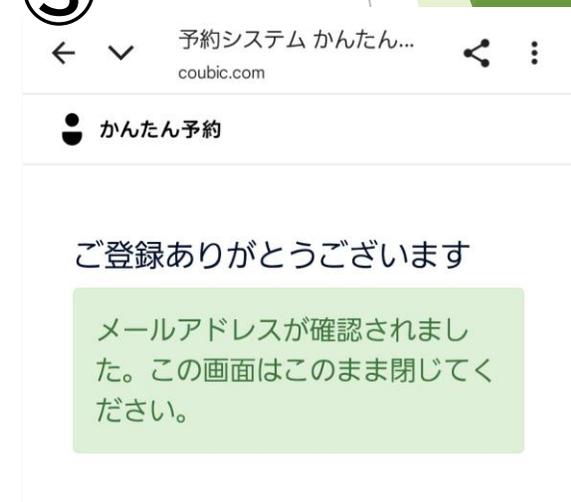
①



②



③



これを忘れると登録されません