

該当動画の視聴方法 1

①アプリ画面上部をタッチし、左へスライドをする

②「エクササイズ」のタブをタップ

③「動画を探す」をタップ



該当動画の視聴方法 2

④「西東京市」を入力し、右の「検索」ボタンをタップする

⑤「オーラルフレイルとは？」「お口のエクササイズ動画」をタップし、動画が出てきたら視聴する



該当動画の視聴方法 3

★次回の視聴を楽にする方法★

⑤のところでは該当動画の右側の✓をタップしておくと、エクササイズ動画のトップ画面でお気に入り表示されます！右画像を参照



次回から「エクササイズ」のタブをタップするとお気に入りの欄に動画が表示されます！



ご不明点ございましたら下記へご連絡ください。

西東京市健康課 (042-438-4037) または、

株式会社グッピース (03-5908-3883)