

圧縮ファイルを作成する方法

①PC 上にファイルをダウンロードして保存します。



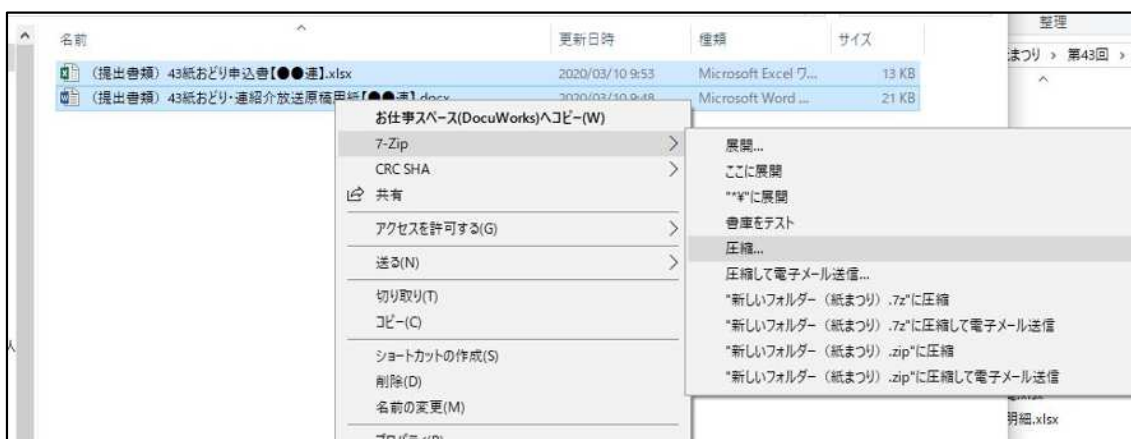
②それぞれに記入し、上書き保存します。

可能なら、ファイル名に自分の名前（団体名）を追加します。



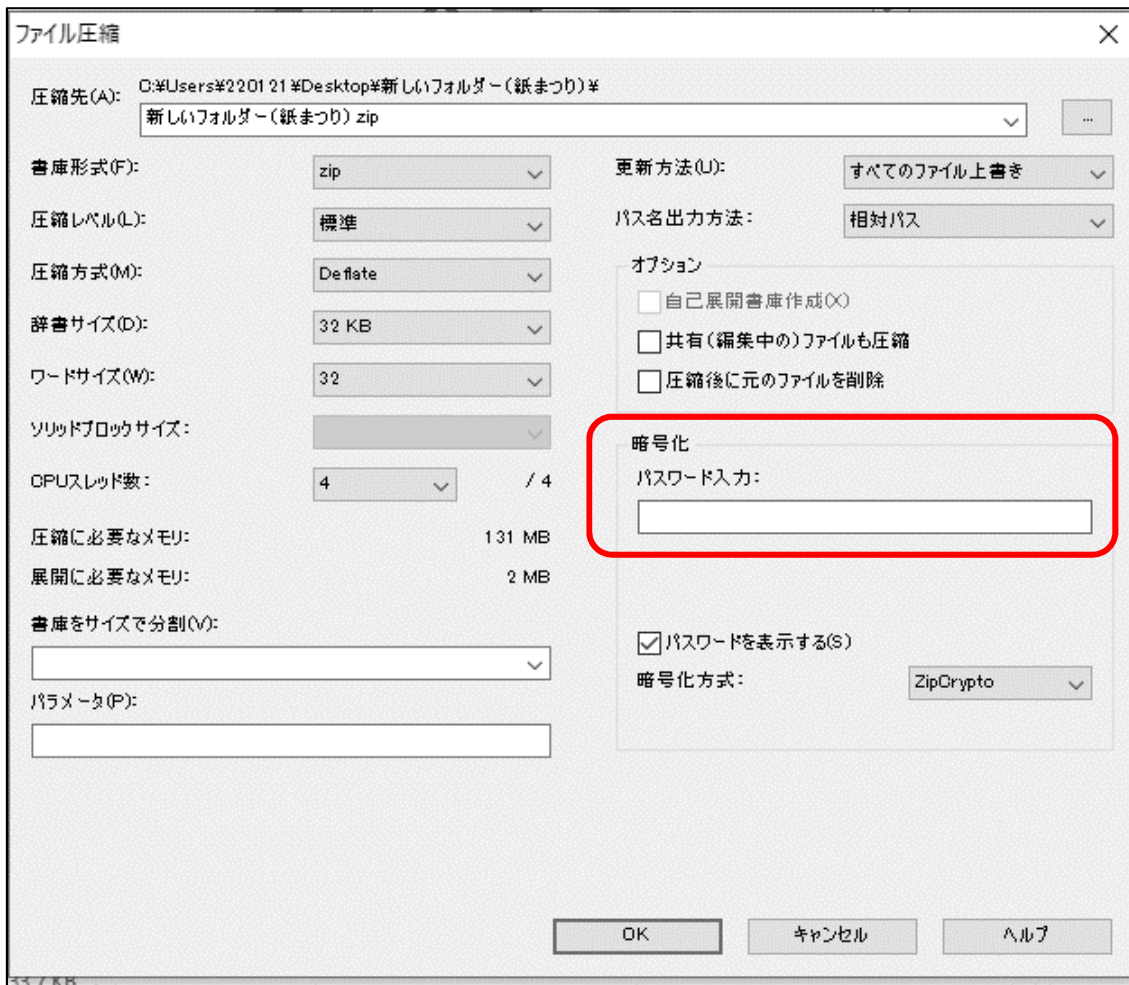
③圧縮したいファイルを選択し、

右クリック > 「7-Zip (圧縮ソフト)」を選択 > 「圧縮」を左クリック



圧縮ファイルを作成する方法

④パスワードを設定する（半角英数字）



⑤できたファイル（フォルダーにジッパーが付いたアイコンのファイル）をメールに添付して送信します。

