1. ファイルをダウンロードして解凍します。

E:¥k_yokoyama¥downloads¥m ×	- 🗆 X		
\leftarrow \rightarrow \uparrow C \square	mkmenu8_20250322の検 Q		
① 新規作成 ~ 3 CD 11	① プレビュー		
☆ ホ −ム	○ 名前 > ~ 今日		
▶ ギャラリー	🔽 🛂 mkmenut	8, 20250322 vlcm	
ドキュメント	*		
🛓 ダウンロード	*	▶ 開く Enter	
🔀 ピクチャ	*	╦ プログラムから開く >	
デスクトップ	*	❷ 共有	
🕑 ミュージック	*	☆ お気に入りに追加	
≥ ビデオ	*	▶ [7] 圧縮先 >	
s112.coreserver.jp		パスのコピー Ctrl+Shift+C	
🚞 syncFile		グ プロパティ Alt+Enter	
1 個の項目 1 個の項目を選択 70.9 KB	2023-01-22 18:00	Image: Notepad++ で編集 Image: メモ帳で編集 2.ファイルを右クリッ	クしてプロパティを表示させます
RELEASE-NOTES-bind-9.17.0.pdf	2020-03-18 0:00	6 その他のオプションを確認	







6.ファイルをダブルクリックして起動します

ページレイア	ウト 数式	データ 校閲	表示	いない そうちょう しょうしょう しょうしょう しょうしん しょうしん しょうしん しょうしん しょうしん しょうしん しゅうしん いいしん しゅうしん しゅうしゅう しゅうしゅう しゅう しゅう しゅうしん しゅう	ມプ Ωຼ	何をしま	すか					
I	fr T-Dist	入力フォーム										×
- J				°	÷#<					1		
С	D	カテユリ	タイン	〕 〕 〕	嚻(m) 4	一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一	サイクル	(m) (s	5) セット	、セッ	ット間レスト 1	AH
Туре	Distance	Up	- CH		150 -	3 🔻	3	• 0	• 1	- C	0 ▼ m 0 ▼ S 登録 クリア	
CH	150	אכאב 🗌								_	±	
			1								刖 ℓ	
SI	50	Cate	Туре	距離	本数	C分	C秒	セット	R分	R秒	אלאב	
SI	50	Up	CH	150	3	3	0	1	0	0		
SI	50	Kick	SI	50	4	1	20	3	1	0		
SI	50	Loosen	SI	50	1	2	30	1				
SI	50	Pull	SI	50	4	1	20	3				
SI	200	Loosen	SI	50	1	2	30	1				
		Down	SI	200	0	5	0	1				
		松吐用	COLOG		火公 見5 商件	225	0			. 1		
		称时间	60.00		祁心止已闲胜	235	um		印刷プレビ	<u></u>	保存終了終了	
			-								3 + 7 / /	