

(Japanese followed by English)

JSS Easy Yoga for Seniors: Liability Release

Please read below statements carefully and register by filling the registration form if you agree to it.

Potential Risks:

1. The program is provided through Zoom (virtual platform), however, there is always a risk of compromise.
2. JSS will not make a recording of the Easy Yoga for Seniors sessions.
3. The team who is running this program/session may be working from home. Although they will try their best to control their environment, accidents may happen time to time, such as a child interrupts, a family member accidentally walks in, or fire alarm rings.

Safety / Confidentiality:

1. Understand your limitations, and move according to your ability. No yoga moves the instructor shows/inspires you is mandatory to follow. Consult your family doctor if you are not sure.
2. Refrain from doing moves if you are not well or where you feel pain or pinch.
3. Refrain from sharing the communication or Zoom invitation from JSS with non-participants.
4. Refrain from asking your co-participants or volunteers of their personal information (e.g. contact, address).
5. Treat any personal information confidential (including the stories that can identify a person) if it comes out in the sessions.
 - *JSS will do the same, however, there are times that JSS has to break the confidentiality. Below examples are only the cases where JSS breaks the confidentiality when:
 - a. we call 911 and/or your emergency contact, on behalf of yourself,
 - b. there is an intention and/or a reasonable suspicion to seriously harm to yourself or someone else,
 - c. a court order is issued to release the information, or
 - d. the team seeks supervision from the JSS staff and/or supervisors.
6. Have your name display on the Zoom, such as Hanako Smith, or Hanako S. Avoid using nickname, initials only, or device names (e.g. iPad, Samsung Galaxy).
 - *If you don't know how to change the display name, join the session little early to ask the coordinator.
7. Follow the video/microphone rules as below during the session:
 - a. Having the video on (= we can see you). *Let us know if your device does not have the video
 - b. Mute your microphone when there is a noise in your environment (you can talk or ask question anytime via microphone).
 - c. No recording or taking photo of the session.
 - d. Obtain a permission from the coordinator/instructor before you share any digital contents.
8. JSS team will try our best to inform you before, if we recognize that we have to cancel or reschedule the session. JSS has no control over any service disruption or problems caused by the Zoom system/provider end.
9. Your emergency contact must be aware that you are taking part in the online Yoga session and that the JSS staff have your most recent emergency contact.
10. Inform the JSS team of your departure should you have to leave the session early.

By submitting the registration form, I agree to the sentences below and give my consent to participate the JSS Easy Yoga for Seniors.

- I read above sentences and the rules of the JSS Easy yoga for Seniors and will follow them. I understand I may be declined my participation if I break any of them.
- I understand the risks of participating the JSS Easy Yoga for Seniors.
- I am fully aware that my participation to this program or its activity is completely up to my own free will. I know I can withdraw my participation anytime I wish, regardless of the reason.
- I release and forever discharge Japanese Social Services (JSS), its staff, board members, volunteers, service users, supporters and individuals/organizations/groups in collaboration with Japanese Social Services, from all liability, costs related to bodily injury and/or property damage which potentially arises from participation in the mentioned program and/or its activity. I agree to accept financial responsibility for the costs related to this emergency treatment and give my confirmation of the same by filling out this document.

This consent shall remain in effect from the date noted on the item #2 ("Today's Date") of the registration form.

[Japanese Translation 日本語訳]

JSS やさしいシニアヨガの会：免責

以下の文章をよくお読みいただき、承諾できる場合のみ、登録書に記入および提出をしてください。

潜在的なリスク:

1. このプログラムはズーム（オンラインプラットフォーム）を使用して行われます。よって、常に情報漏洩のリスクが伴います。
2. JSS は「やさしいシニアヨガの会」の録音・録画は行いません。
3. このプログラムやセッションを運営する担当者は自宅勤務を行っている可能性があります。担当者は最善を尽くしますが、場合によって予想できない事態（子供が邪魔をする、他の家族が画面上に写る、火災報知器がなる、等）が発生する可能性があります。

安全と守秘義務：

1. 自分の身体的な限界を理解し、体に無理のない動きをしてください。必ずしも講師が指導したポーズを取らなければいけないと言うことはありません。不明な場合は主治医に相談してください。
2. 身体の調子が良くない場合、痛みや違和感を感じた場合は、動きを止めてお休みして下さい。
3. このプログラムに参加していない人へ情報を共有したり、ズームリンクを共有しないで下さい。
4. プログラムの参加者や講師・担当者への個人情報を含む質問（連絡先・住所など）を控えて下さい。

5. プログラム中に知り得た個人情報、また個人を特定できるような内容を含んだ会話に関して、守秘義務があります。※ JSS にも同様に守秘義務がありますが、以下の事例においてのみ、個人情報の開示をすべき場合があります。

- a. あなたに代わり、私たちが 911 もしくは緊急連絡先へ電話をする場合。
- b. あなた自身や他の人に深く危害を加える意思もしくは妥当な疑いが見られた場合。
- c. 裁判所の命令で情報開示が下された場合。
- d. 担当者が JSS のスタッフ・スーパーバイザーに相談する必要が生じた場合。

6. ご自分の本名が画面に表示されるように設定します（Hanako Smith、Hanako S など）。ニックネームやイニシャルのみ、デバイスネーム（iPad や Samsung Galaxy など）は避けましょう。

※ 変更できない場合お手伝いしますので、早めにログインしてスタッフまでお知らせ下さい。

7. カメラとマイクの使用について、以下のルールを守りましょう。

- a. カメラはオンの状態にして、担当者からあなたが見えるようにします。デバイスにカメラ機能が付いてない場合はお知らせ下さい。
- b. あなたの周りの騒音が気になる場合は、マイクをミュートにしてください。
- c. クラスの録音・録画や写真を撮ることはご遠慮下さい。
- d. クラス中にスクリーンシェアをしたい場合、事前にスタッフへ内容を相談し、許可を得て下さい。

8. プログラムをキャンセルまたは延期しなければならない場合、なるべく早く事前にお知らせします。ズームのシステムや、インターネットプロバイダーによって起きた、サービスの停止や問題に関しましては、JSS は制御することができません。

9. 緊急連絡先へあなたがオンラインヨガセッションに参加している事を必ず知らせてください。また、最新の緊急連絡先を JSS にお知らせ下さい。

10. セッションを途中退出する際は、必ずチームへお知らせ下さい。

この登録フォームを提出することで、以下の文章に同意し、JSS「やさしいシニアヨガの会」への参加に同意します。

- 私は JSS「やさしいシニアヨガの会」のルールを読み、そのルールを守ります。ルールに従わない場合、参加を取り消されることを承諾します。
- 私は JSS「やさしいシニアヨガの会」へ参加することで起こるリスクを理解します。
- 私はこのプログラムやその活動に私の完全な自由意思で参加することを十分に理解します。どんな理由に関わらず、私はプログラムへの参加をいつでも取り止めることができます。
- 私はジャパニーズソーシャルサービス（JSS）とそのスタッフ、ボードメンバー、ボランティア、サービス利用者、サポーター、そしてジャパニーズソーシャルサービスと協力している個人、団体、グループを、このプログラムまたは活動へ参加に起因して発生する責任、損失、怪我、器物破損等に対して有する権利一切

を棄権し、免責とします。私はこの同意書にサインすることによって、救急治療の費用負担の責任があることに同意することとします。

この同意は登録書に記載されている日時（「今日の日付」として登録フォーム#2 で選択されたもの）より有効となります。

※ 原文（英語）と翻訳文（日本語）に相違点があった場合、原文を“正”とします。