

Zoom利用ガイド ～準備編～



社会福祉法人 東京都社会福祉協議会
東京都福祉人材センター 研修室

～動画の流れ～

研修当日までの準備

1. 受講環境を整える
2. Zoomアプリのダウンロード
3. Zoom接続テストを行う



研修当日に使用する機能

1. 音声の設定方法
2. ビデオの設定
3. 名前を変更する
4. 画面表示の切り替え方
5. チャット
6. 画面共有
7. 研修当日の入室方法

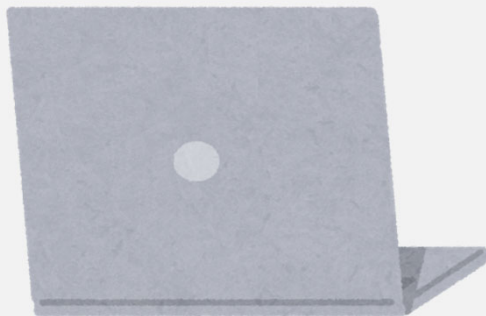


研修当日までの 準備





1. 受講環境を整える



1. 受講環境を整える

①カメラ・マイク機能付きパソコン（1人1台）

→ スマートフォンでの受講は推奨しません

※タブレットは、Zoom機能の利用に制限がある場合があります

※パソコン本体にカメラが内蔵されていない場合は、
外付けカメラをご用意ください

②インターネット環境

→ 有線接続が◎

※Wi-Fi等の無線接続の場合、研修中に回線が途切れてしまう
ケースが多くみられます

③周囲の音・声が入らない静かな環境

→ 状況に応じて、マイク付きヘッドフォンをご用意ください

※複数の人がいる部屋でご受講される場合は、ヘッドフォンを推奨します

2. Zoomアプリの ダウンロード

2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

Zoomミーティングの参加には、
「専用のアプリを事前にインストールする方法」

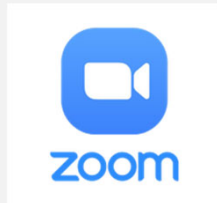
と

「WEBブラウザで参加」

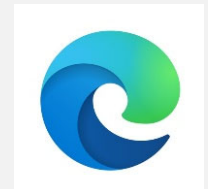
の2通りがあります

通信や操作が最適化されている**アプリ版**での参加を推奨します

<ZOOMアプリアイコン例>



<ブラウザアイコン例>



Google chrome
(グーグルクローム)

Fire Fox
(ファイヤーフォックス)

Microsoft Edge
(マイクロソフトエッジ)

2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

- 1 インターネットで「Zoom」と検索
- 2 検索結果に表示されたZoomのリンクをクリック

The screenshot shows a Google search for 'Zoom'. The search bar at the top contains the word 'Zoom'. Below the search bar, the first search result is circled in red. This result is titled 'Zoom Meetings - あらゆるデバイスに対応したWEB会議システム' and includes a description: 'ライブ メッセージとコンテンツ共有を備えた最新のビデオ通話をデスクトップとモバイルで利用できます。ミーティングのレコーディング、注釈の作成、投票による出席者 ...'. A red arrow points from the text 'このサイトをサインインをクリック' to the first search result. To the right of the search results, there is a knowledge panel for Zoom, showing the Zoom logo, a description of Zoom as a cloud computing-based video conferencing service, and a list of related questions.

Google

Zoom

すべて 画像 ニュース ショッピング 動画 ショート動画 ウェブ もっと見る ツール

Zoom
https://www.zoom.com › products › virtual-meetings

Zoom Meetings - あらゆるデバイスに対応したWEB会議システム
ライブ メッセージとコンテンツ共有を備えた最新のビデオ通話をデスクトップとモバイルで利用できます。ミーティングのレコーディング、注釈の作成、投票による出席者 ...

Zoom Workplace Zoom バーチャル背景 Zoom Team Chat - チャットで... Search

Zoom
https://zoom.us › signin

Zoom アカウントにサインインしてミーティングへの参加、プロフィールの更新、設定の変更などを行いましよう！

Zoom
https://zoom.us › download

Zoom Apps とプラグインのダウンロード センター
モバイルデバイス、デスクトップ、ウェブブラウザ、オペレーティング システム に、Zoom アプリ、プラグイン、アドオンをダウンロードしましょう。

関連する質問 :

Zoomはインストールが必要ですか？

Zoomアプリどれが本物？

Zoomの無料版で40分過ぎたらどうなりますか？

Zoomは無料で使えますか？

フィードバック

Zoom

ズーム
アプリケーション

zoom

Your AI-Powered Collaboration Platform

zoom

Zoomは、Zoomビデオコミュニケーションズが提供するクラウドコンピューティングを使用したWeb会議サービスの名称である。Zoomサービス内にミーティングルームを開設し、ミーティングIDやパスワードを共有するユーザー同士が多地点で同時にWeb会議を行うことができる。 [ウィキペディア](#)

対応言語: 16言語

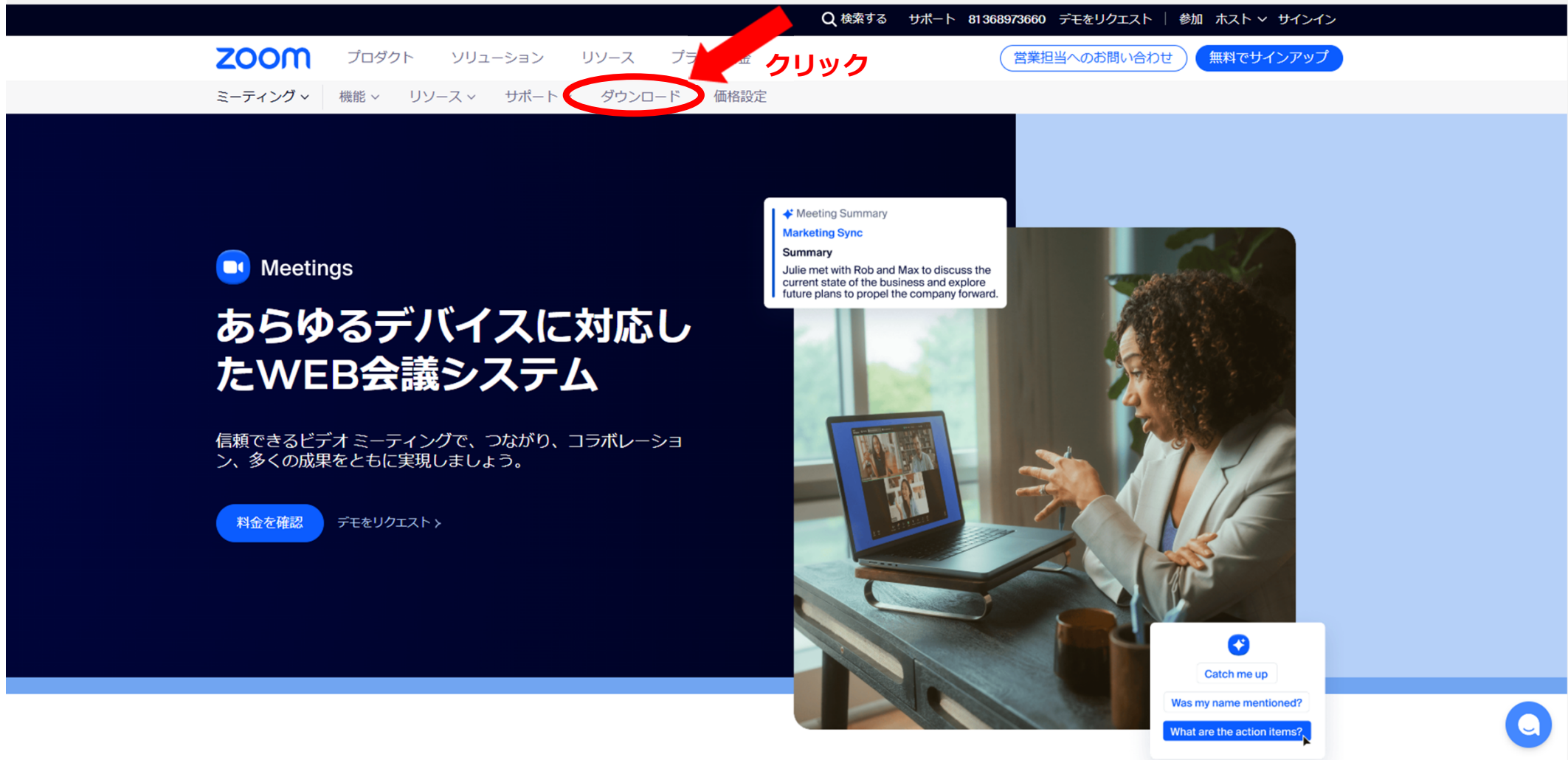
開発元: Zoomビデオコミュニケーションズ

他の人はこちらも検索

WhatsApp Messenger Signal Telegram Zoom

2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

Zoomサイトを開いたら「ダウンロード」メニューをクリックする



The screenshot shows the Zoom website homepage. At the top, there is a dark blue navigation bar with the Zoom logo and links for '検索する' (Search), 'サポート' (Support), '81368973660', 'デモをリクエスト' (Request Demo), '参加' (Join), 'ホスト' (Host), and 'サインイン' (Sign In). Below this is a white navigation bar with links for 'ミーティング' (Meetings), '機能' (Features), 'リソース' (Resources), 'サポート' (Support), 'ダウンロード' (Download), and '価格設定' (Pricing). A red circle highlights the 'ダウンロード' link, and a red arrow points to it with the text 'クリック' (Click). The main content area has a dark blue background on the left with the text 'Meetings' and 'あらゆるデバイスに対応したWEB会議システム' (Web conferencing system compatible with all devices). Below this is a button '料金を確認' (Check price) and a link 'デモをリクエスト' (Request demo). On the right, there is a large image of a woman in a meeting, with a 'Meeting Summary' overlay showing 'Marketing Sync' and a summary of the meeting. At the bottom right, there is a chat window with a 'Catch me up' button and two questions: 'Was my name mentioned?' and 'What are the action items?'.

zoom プロダクト ソリューション リソース プライバシー クリック

ミーティング 機能 リソース サポート **ダウンロード** 価格設定

Meeting Summary
Marketing Sync
Summary
Julie met with Rob and Max to discuss the current state of the business and explore future plans to propel the company forward.

Meetings

あらゆるデバイスに対応したWEB会議システム

信頼できるビデオ ミーティングで、つながり、コラボレーション、多くの成果をともに実現しましょう。

料金を確認 デモをリクエスト

Catch me up
Was my name mentioned?
What are the action items?

2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

ダウンロードセンターが開いたら 「ダウンロード（64-bit）」をクリックする

※最近のパソコンはほとんどが64-bitです。

検索する サポート 1.888.799.9666 デモをリクエスト | 参加 ホストサインイン

zoom プロダクト ソリューション リソース プランと料金 お問い合わせ 無料でサインアップ

ダウンロードセンター

アプリをダウンロードして、Zoom を最大限に活用しましょう



Windows 向け Zoom Workplace

バージョン6.3.11 (60501)

お使いの Zoom Meetings アカウントで、チームチャット、ホワイトボード、ノートなどを備えたフル スイートのコラボレーション機能を解放しましょう。

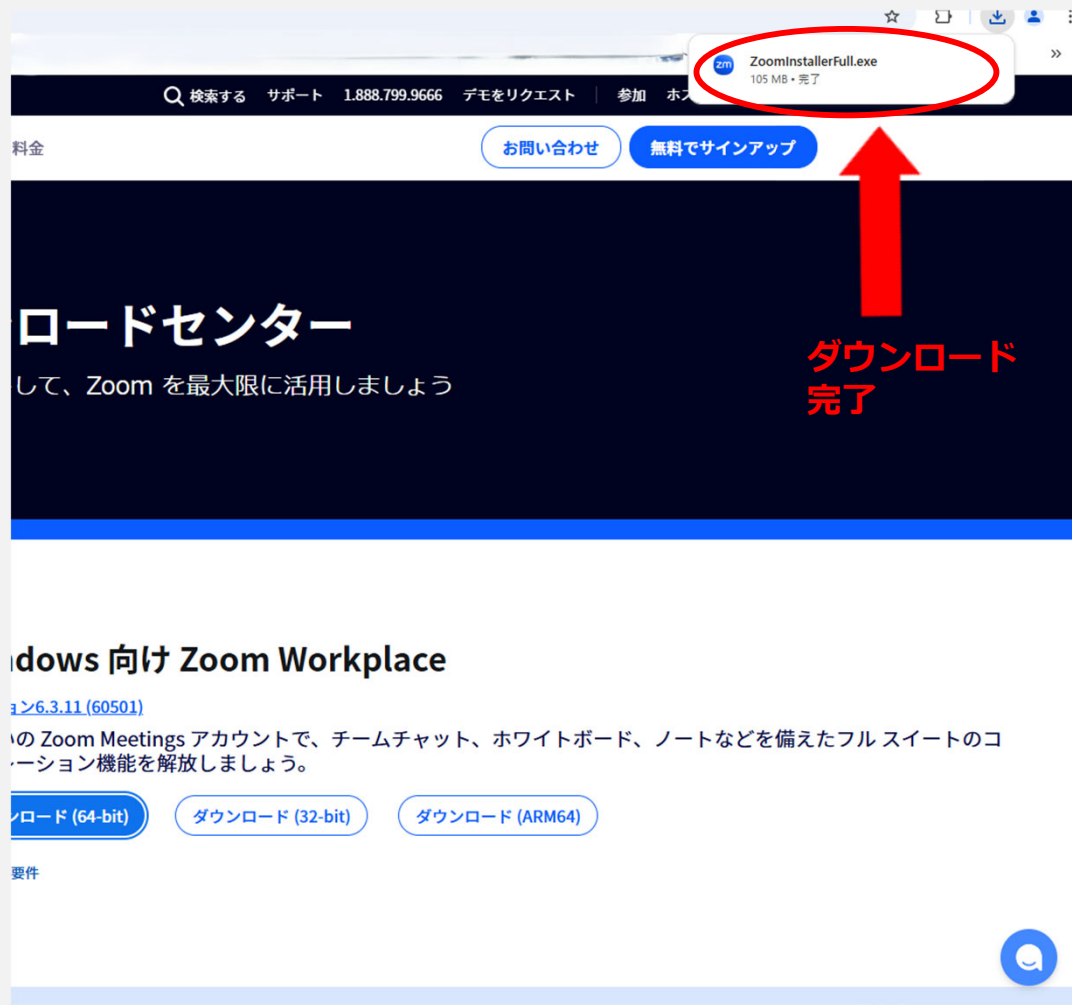
[ダウンロード \(64-bit\)](#) [ダウンロード \(32-bit\)](#) [ダウンロード \(ARM64\)](#)

システム要件

クリック

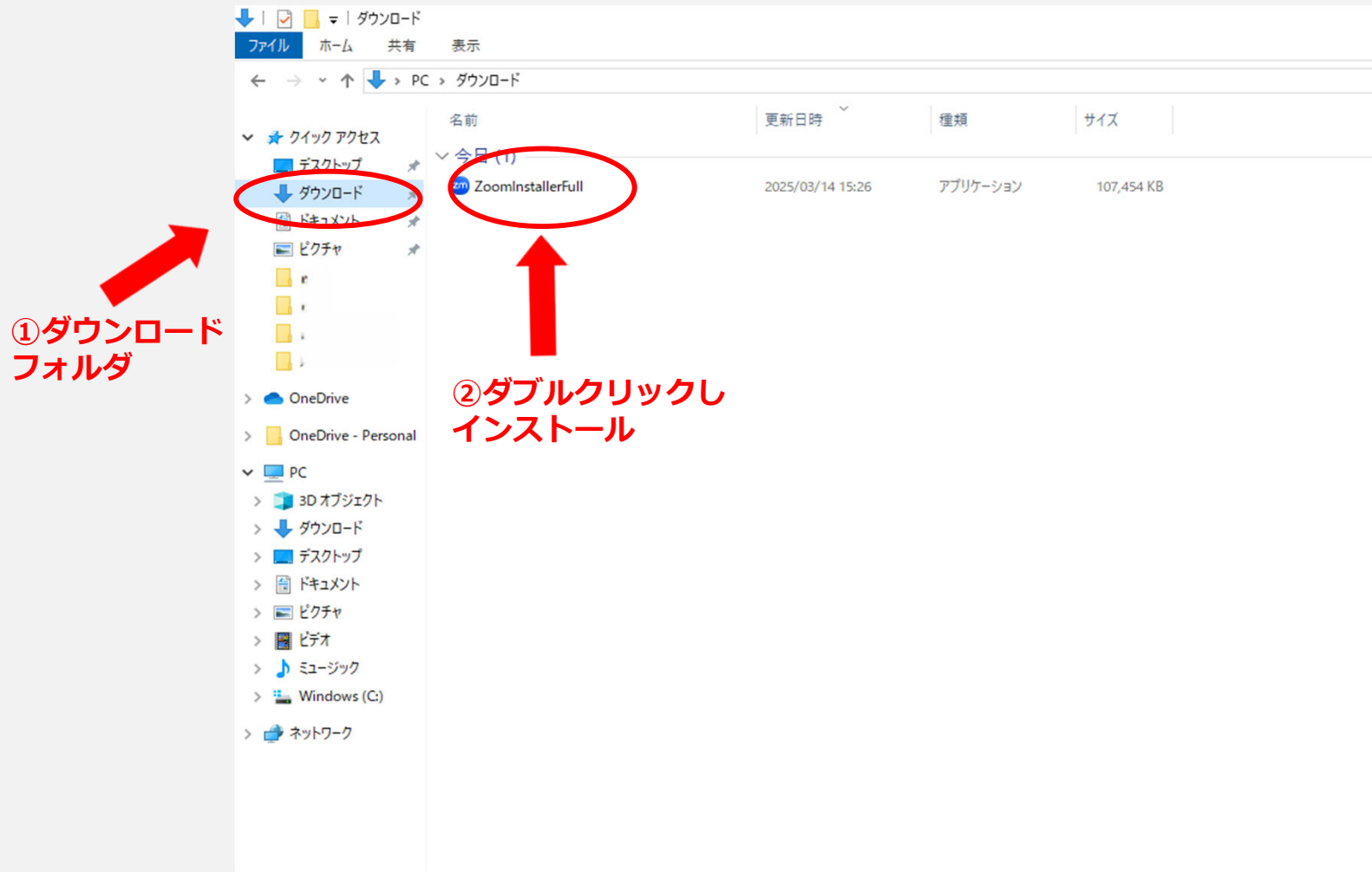
2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

ダウンロードが始まり、ダウンロードが完了する



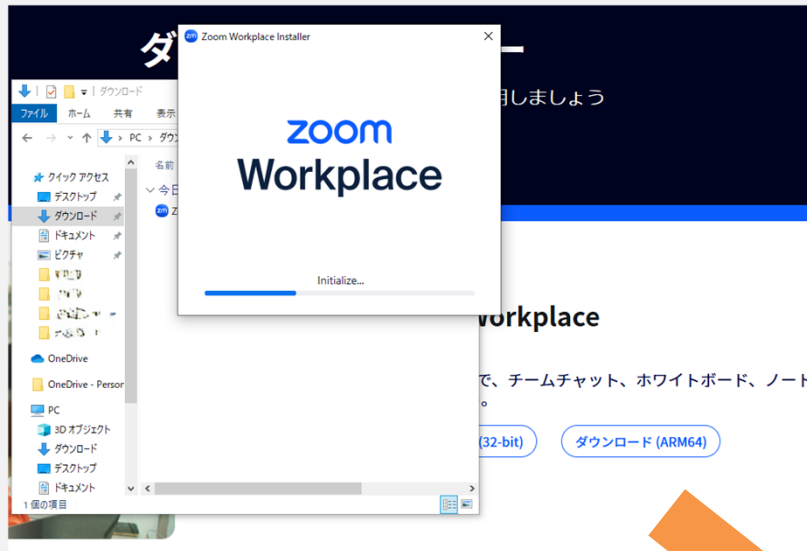
2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

ダウンロードフォルダに保存され「ZoomInstallerFull」をクリック



2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

Zoomアプリのインストールが始まる



Zoomアプリのインストールが完了！

3. Zoom接続テストを行う





**ここからは
画面の前の皆さんも一緒に
テストを実施してみてください**

3. Zoom接続テストを行う

★必ず当日使用するパソコン等を使用してください★

<http://zoom.us/test>

にアクセスし、テストミーティングを実施してください

ミーティングテストに参加

テストミーティングに参加してインターネット接続をテストします。

参加

ミーティングに参加できない場合、Zoomサポートセンターで有用な情報をご覧ください。

ポップアップが開いたら
「開く」をクリック



ブラウザが表示しているダイアログのZoom Meetingsを開くをクリックしてください

ダイアログが表示されない場合は、以下のミーティングを起動をクリックしてください

「ミーティングを起動」をクリックすると、サービス利用規約とプライバシーステートメントに同意したことになります。

ミーティングを起動

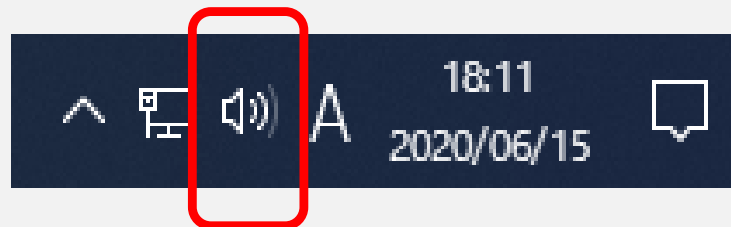
3. Zoom接続テストを行う

ATTENTION!

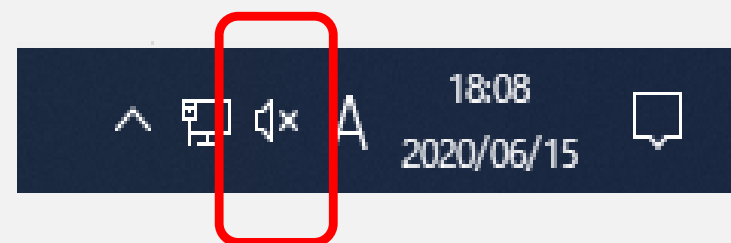
*** お使いのPC等のスピーカーがミュート（消音）
になっていないかご確認ください**

ミュート設定になっていると、この先の音声テストをしても音が出ません

〔音が出る〕



〔音が出ない〕



3. Zoom接続テストを行う

① ビデオの映像テスト



★必ずご自身の姿が映ることを確認してください

3. Zoom接続テストを行う

②スピーカーの音声テスト

The image shows a Zoom audio test dialog box. At the top, it asks '着信音が聞こえますか。' (Can you hear the incoming call sound?). Below this is a section 'スピーカーを選択' (Select speaker) with a dropdown menu showing 'システムと同じ (スピーカー (Realtek High Definition Audio))'. In the center, there are five square indicators: four dark grey and one light grey. At the bottom, there are two buttons: a blue 'はい' (Yes) button and a light grey 'いいえ、別のスピーカーを試す' (No, try a different speaker) button. Two callout boxes provide instructions: one points to the 'はい' button saying '音楽が聞こえたら「はい」をクリックして次へ' (If you can hear the music, click 'Yes' to go to the next step), and the other points to the 'いいえ、別のスピーカーを試す' button saying '聞こえない場合は「いいえ、別のスピーカーを試す」をクリック' (If you can't hear it, click 'No, try a different speaker').

着信音が聞こえますか。

スピーカーを選択

システムと同じ (スピーカー (Realtek High Definition Audio))

音楽が聞こえたら
「はい」をクリックして次へ

聞こえない場合は
「いいえ、別のスピーカーを試す」
をクリック

はい いいえ、別のスピーカーを試す

★必ず音楽が聞こえることを確認してください

3. Zoom接続テストを行う

③マイクの接続テスト

聞こえなければ、違うマイクに設定を変えてみる

話してから話をやめます、返答が聞こえます。

マイクを選択

システムと同じ (マイク (HD Webcam C270))

入力レベル

声が返ってきたら「はい」をクリック

はい いいえ、別のマイクを試す

デバイスが正常に動作しています！

スピーカー: システムと同じ (スピーカー (Realtek...)) ✓

マイク: システムと同じ (マイク (HD Webca...)) ✓

テストを終了

マイクに向かって話しかけます

声が聞こえたら「**テストを終了**」をクリック

★必ず自分の声が返ってくることを確認してください



研修当日に 使用する機能



1. 音声の設定方法

1. 音声のテストをする



ミュートボタンの右上の「^」をクリックし、
「スピーカー&マイクをテストする」を選択

1. 研修中の音声設定

音声の切り替え方

マイクのアイコンをクリックすることでオン・オフの切り替えができます

<研修参加中の基本設定>

周りの雑音等が他の参加者に伝わらないように**ミュート状態**にします

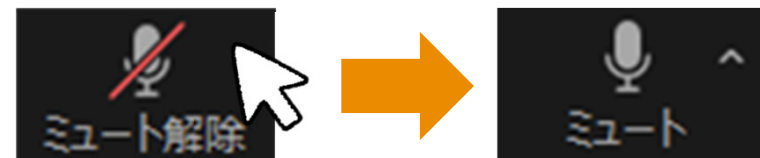


<グループワーク中の設定>

発言する時は下図の状態にします



クリックして切り替える



2. ビデオの設定



2. ビデオの開始/停止をする

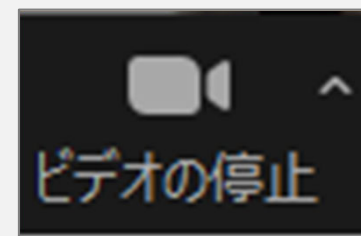
ビデオの切り替え方

ビデオのアイコンをクリックすることでオン・オフの切り替えができます

〔姿が映っていない〕



〔姿が映っている〕



研修中は
ビデオはオンにして
ご受講ください

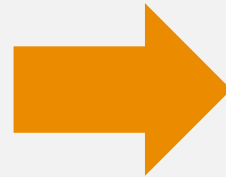
3. 名前を変更する

3. 名前を変更する

ご自身の画面上にマウスポインターを置き、
右クリック ⇒ 「**名前の変更**」を選択



右クリック



例) 研修 太郎 → けんしゅう たろう

ひらがなフルネームにご変更ください

※研修によっては、受講番号を入れてください

4. 画面表示の切り替え方

4. 画面の表示方法を変更する

スピーカービュー／ギャラリービューの設定



表示 アイコンをクリックすることで、画面を
2種類の表示方法に切り替えることが可能です

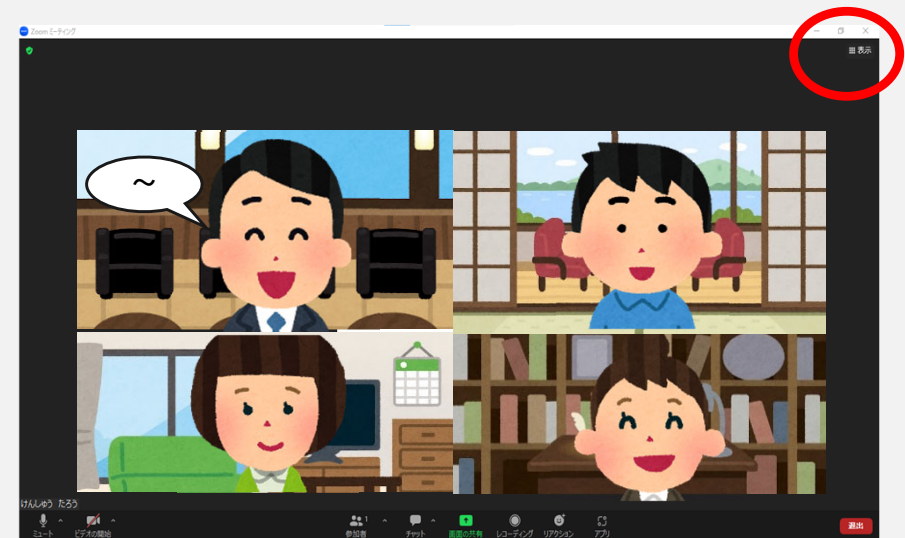
<スピーカービューの画面>

話している人を大画面で表示
話し手が変わると自動で切り替わります



<ギャラリービューの画面>

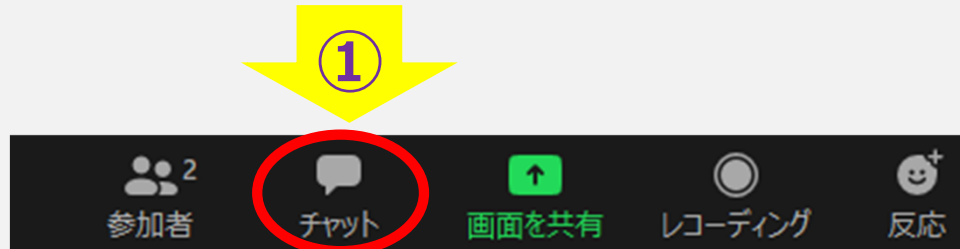
参加者全体を表示します



5. チャット (テキストメッセージ)

5. チャット：テキストメッセージ・ファイル送信

①「チャット」をクリックします

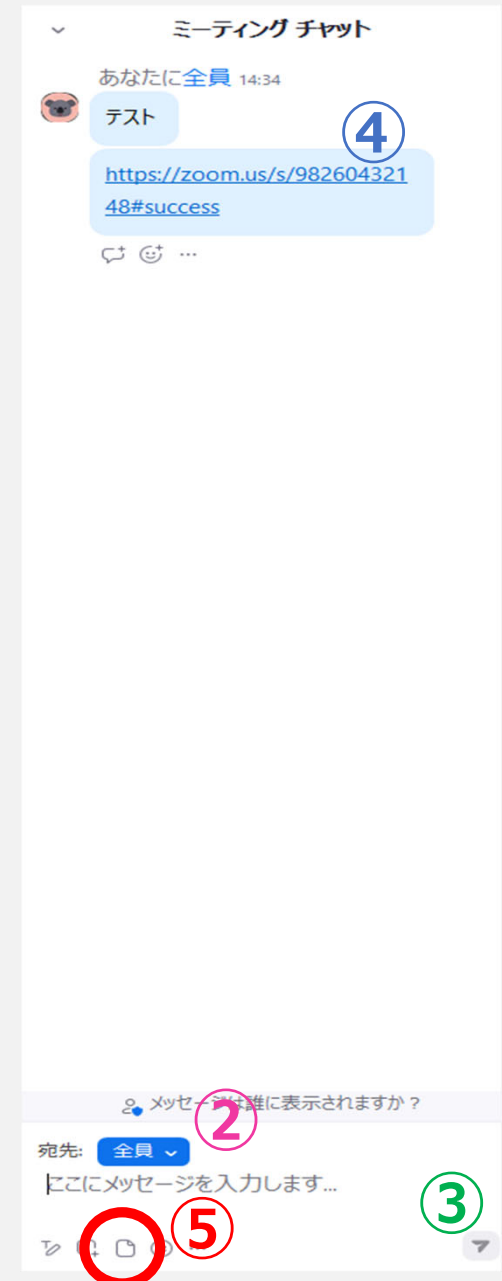


②送信先をプルダウンで選択します
※「☆事務局」等を選択してください

③メッセージを入力して
エンターキーを押してください

④ウィンドウに送信メッセージが表示されます

⑤ファイルを送信する場合は
ファイルマークより送信したいファイルを選択して、
エンターキーを押してください
※デスクトップにあると選択しやすいです



6. 画面共有

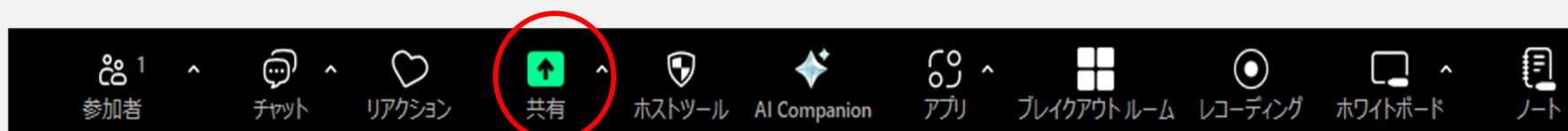
6. 画面共有の方法

すでに開いているファイルを画面共有することができます

【準備】共有したいウィンドウまたはアプリを開いて最小化しておきます

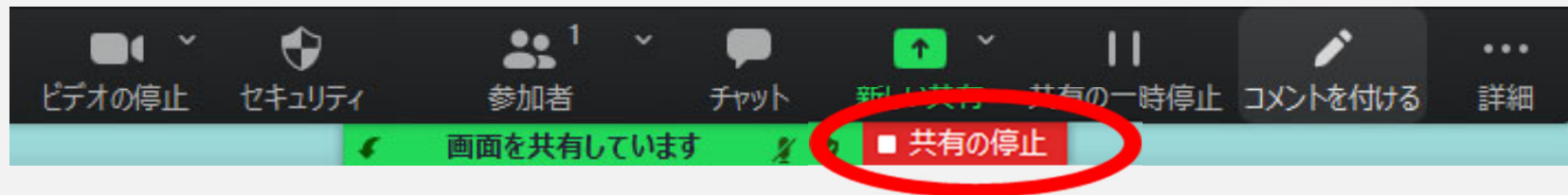
【画面の共有をする】「共有」を選択すると、ご自身の画面が共有されます

ポイント!!

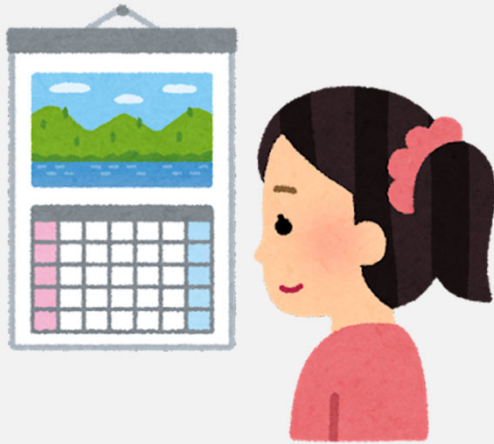


★全画面表示を終了するには、右上にある**全画面表示の終了**をクリックするか、**Esc**キーを押してください

6. 画面共有の停止方法



「**共有の停止**」を押してください
共有していた画面が停止します



7. 研修当日の入室方法

7. 研修当日の入室方法1

<招待用URLから参加の場合>

事務局より指定メールアドレス宛に届く
招待用URLのリンクをクリックして入室

いつもお世話になっております。
東京都福祉人材センター研修室の〇〇です。

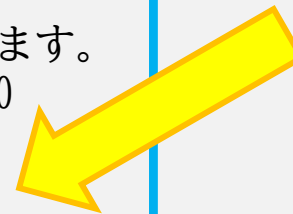
「〇〇〇研修」の招待用URLをお送りいたします。
日時：令和〇年〇月〇日（〇）10:00~17:00

ZOOMミーティングに参加する

<http://zoom.us/j/123456789?kensyushitukensyusu>
[itu](#)

ミーティングID: ●●● ●●● ●●●

パスコード: ●●●●●



7. 研修当日の入室方法2

<事前登録確認メールから参加の場合>

※一部研修のみ

事前登録が完了すると登録確認メールが届くので
「**ミーティングに参加**」をクリックして入室

PC、Mac、iPad、または Android から参加する

ミーティングに参加



上記のボタンが機能しない場合は、このリンクをブラウザに貼り付けてください。

[https://zoom.us/j/98797874270?](https://zoom.us/j/98797874270?tk=onCyBHMPPrZd6MVmo7Cvuzanf0VANboy4zYQtSYjKsOc.DQMAAAAXAM_sXhZRdnhoRVdpeFJNU25KZ2JQOHNVL)

[tk=onCyBHMPPrZd6MVmo7Cvuzanf0VANboy4zYQtSYjKsOc.DQMAAAAXAM_sXhZRdnhoRVdpeFJNU25KZ2JQOHNVL](https://zoom.us/j/98797874270?tk=onCyBHMPPrZd6MVmo7Cvuzanf0VANboy4zYQtSYjKsOc.DQMAAAAXAM_sXhZRdnhoRVdpeFJNU25KZ2JQOHNVL)

このミーティングの安全性を維持する必要があるため、このリンクは公に共有しないでください。

ありがとうございます！

7. 研修当日の入室方法3

<ミーティングID・パスコードから参加の場合>

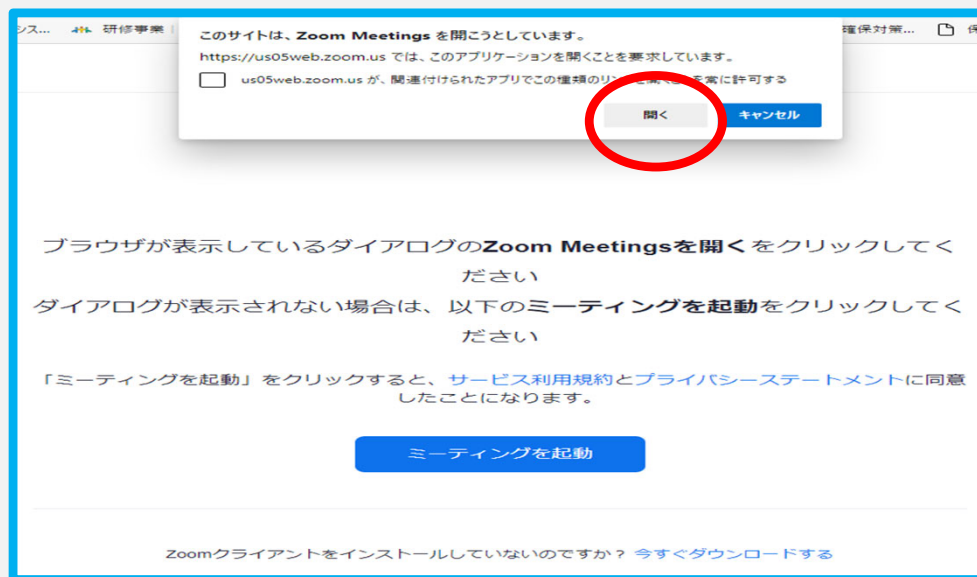
- a. <https://zoom.us/ja/join>にアクセス
- b. 「ミーティングに参加する」をクリック
- c. メールに記載されたミーティングIDとパスコードを入力し
「参加」をクリック



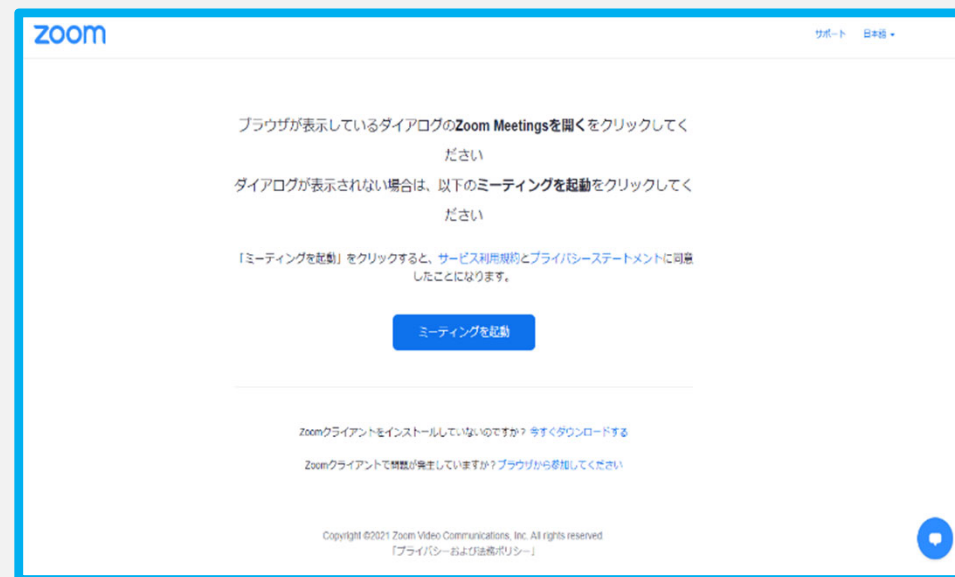
The screenshot shows the Zoom web interface for joining a meeting. The URL in the browser is <https://www.zoom.com.cn/join>. The main heading is 「ミーティングに参加する」 (Join Meeting). Below it, there is a label 「ミーティングIDまたはパーソナルリンク名」 (Meeting ID or Personal Link Name) and a text input field containing 「ミーティング ID または個人リンク名を入力して」 (Enter Meeting ID or Personal Link Name). A yellow arrow points to the 「参加」 (Join) button. Below the button, there is a disclaimer: 「「参加」をクリックすると、当社のサービス利用規約とプライバシーステートメントに同意したことになります」 (By clicking 'Join', you agree to our Service Terms and Privacy Statement). At the bottom, there is a note: 「あなたを特定するには、ミーティングの参加中に電話番号の確認を行う必要があります。」 (To identify you, we need to verify your phone number during the meeting). The footer text is 「H.323/SIPルームシステムからミーティングに参加する」 (Join Meeting from H.323/SIP Room System).

7. 研修当日の入室方法(1・2・3共通)

「ミーティングを起動」をクリック後、
下図のようなポップアップ画面が出たら
「開く」か「ブラウザから参加してください」をクリック



＜アプリ版＞

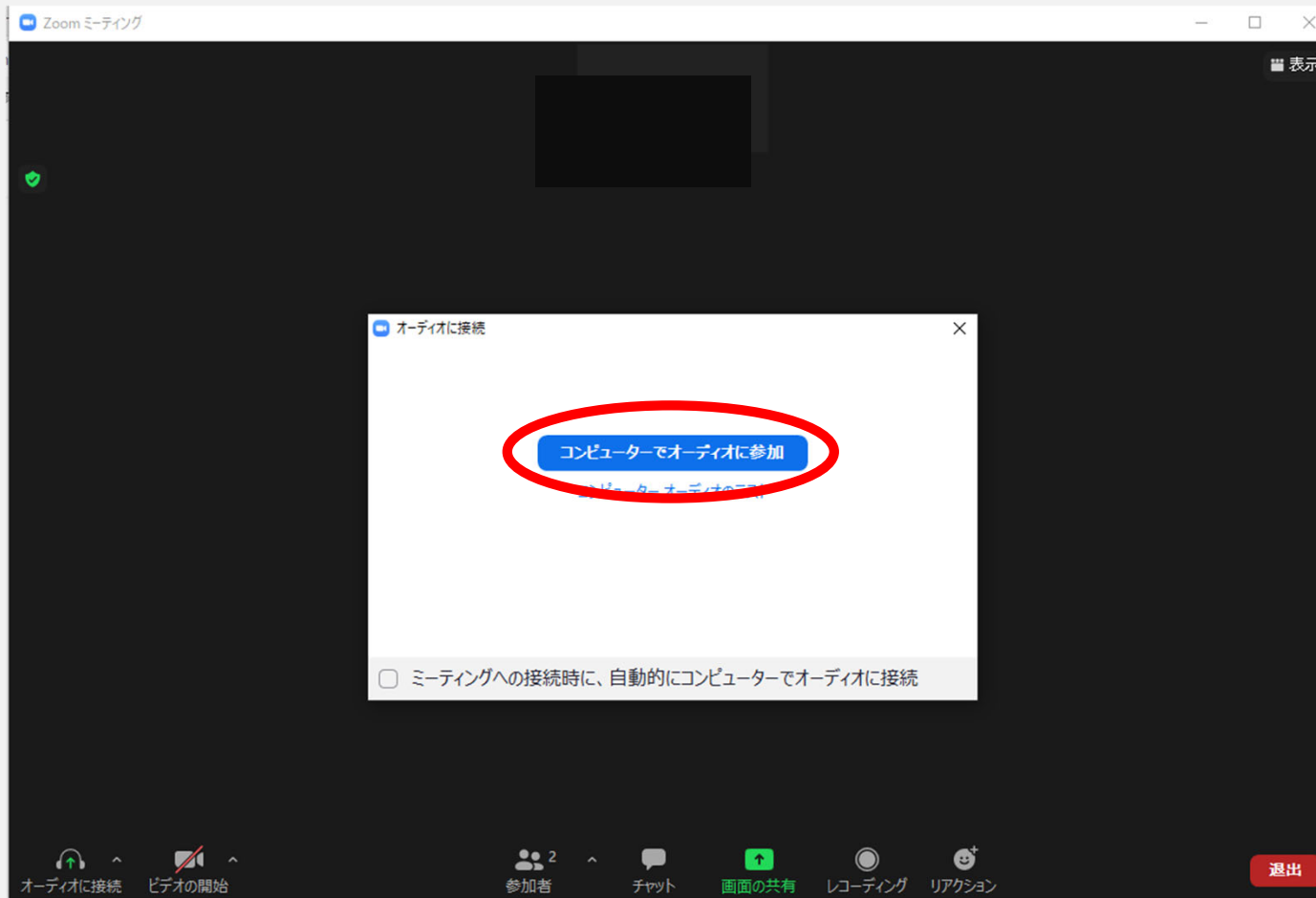


＜ブラウザ版＞

★ホスト（研修室事務局）がミーティングを開始していない場合は
「ホストがこのミーティングを開始するのをお待ちください」と
表示が出ますので、そのままお待ちください

7. 研修当日の入室方法(1・2・3共通)

入室が許可されると、画面が切り替わります
→ **「コンピューターでオーディオに参加」**をクリック





ご視聴ありがとうございました

**研修受講に関してのご質問は、
東京都福祉人材センター研修室（☎03-5800-3335）
までお問い合わせください**

