



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～

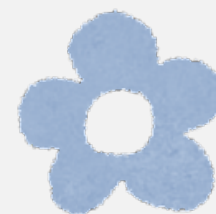
研修当日までの準備

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

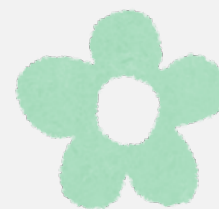


研修当日に使用する機能

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

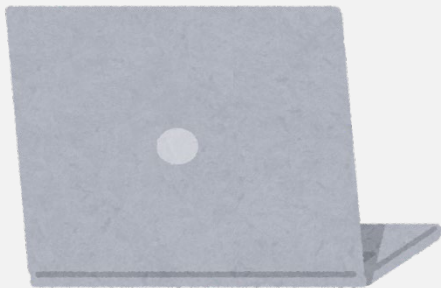


研修当日までの 準備





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

※複数の方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

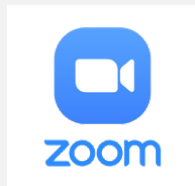
「WEBブラウザで参加」

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>



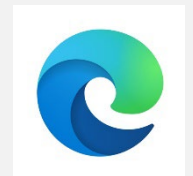
<ブラウザアイコン例>



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）

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



Meetings

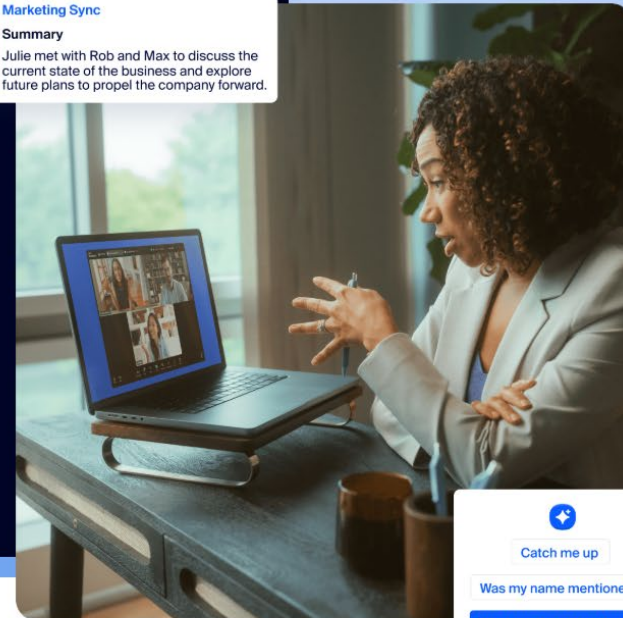
あらゆるデバイスに対応したWEB会議システム

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

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.



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。

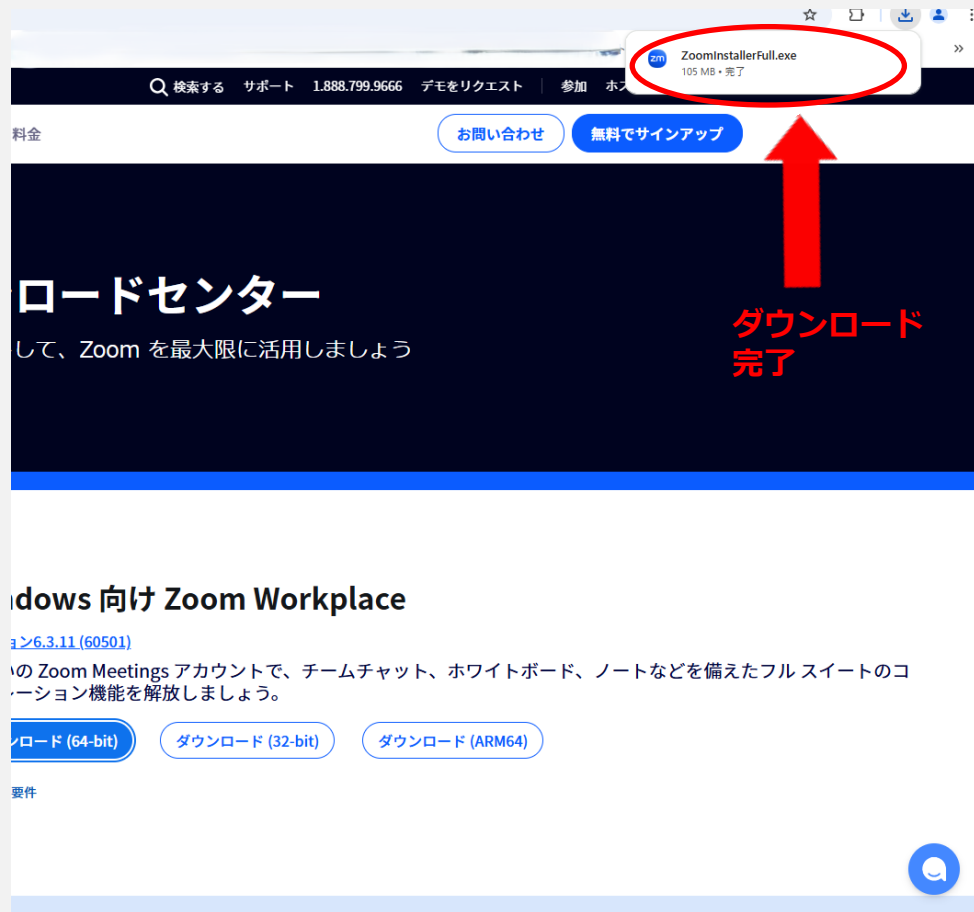
[ダウンロード \(64-bit\)](#) [ダウンロード \(32-bit\)](#) [ダウンロード \(ARM64\)](#)

システム要件

クリック

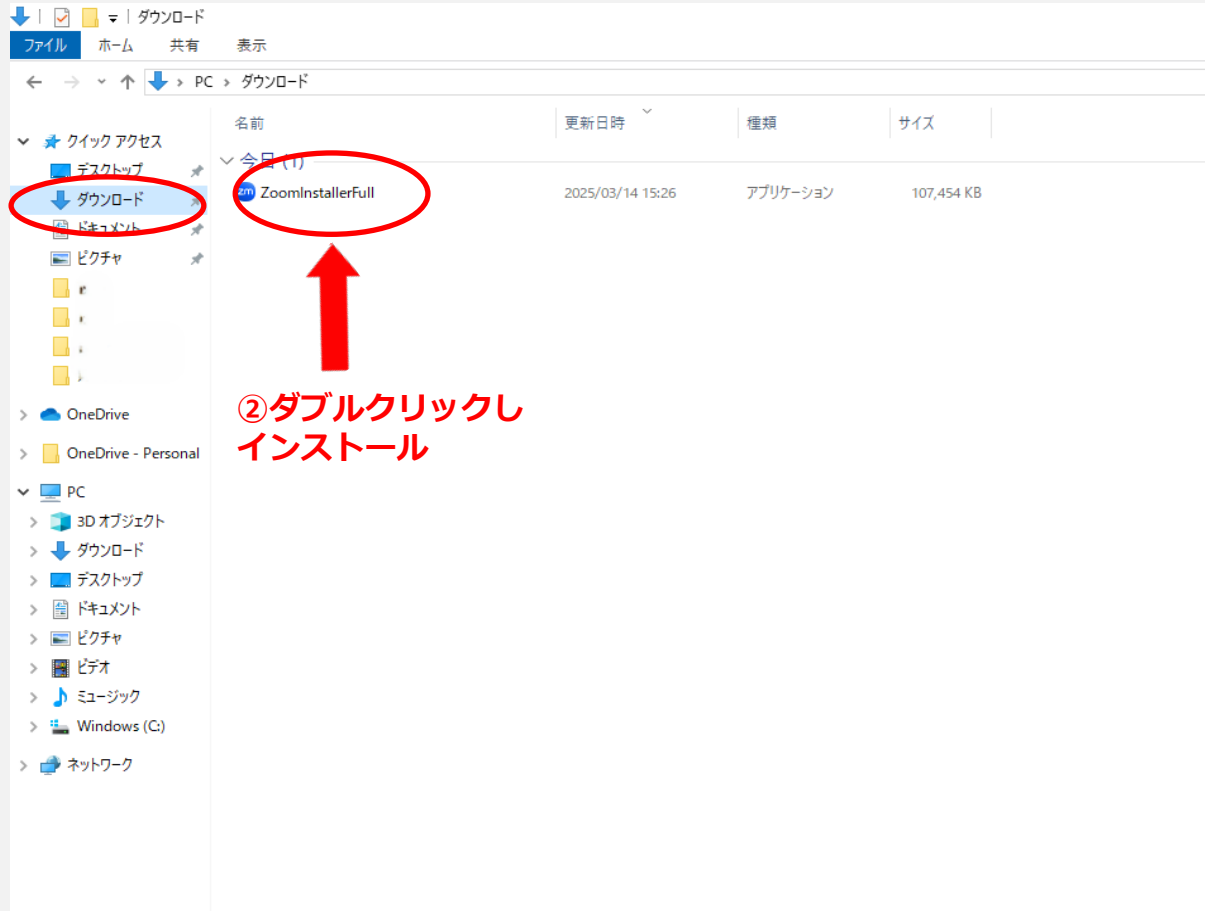
2. Zoomアプリのダウンロード（推奨）

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

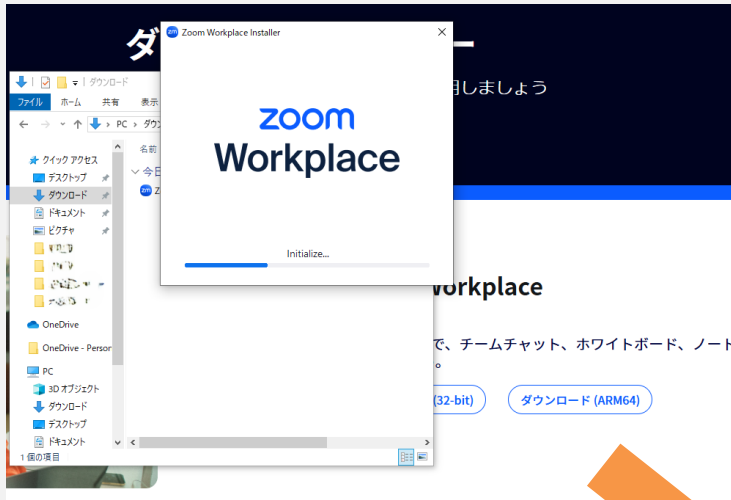


①ダウンロードフォルダ

②ダブルクリックしインストール

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

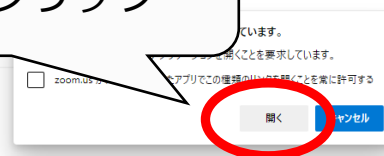
テストミーティングに参加してインターネット接続をテストします。

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

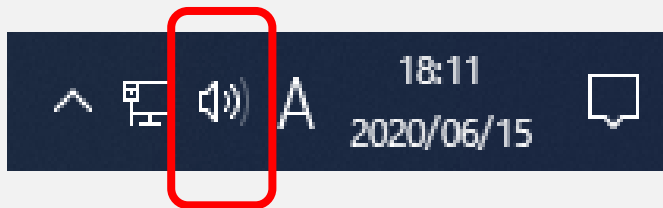
3. Zoom接続テストを行う

ATTENTION! 

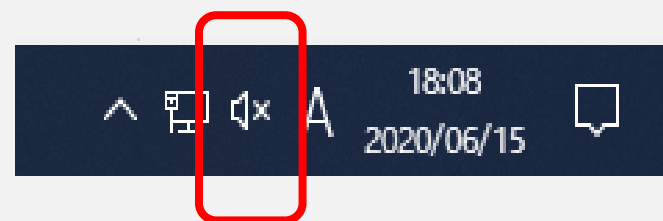
***お使いのPC等のスピーカーがミュート（消音）
になっていないかご確認ください**

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



自分自身が見えますか？

カメラを選択

LogicalHD Webcam 6379

自分が映ったら「はい」
をクリック

はい

いいえ、別のカメラを試す

自分が映らない・カメラが起動
しなければ
「いいえ、別のカメラを試す」

1-1 けんしゅう たろう

ミュート ビデオの停止

参加者 チャット 画面の共有 レコーディング リアクション アプリ

退出

★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



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))

はい

いいえ、別のスピーカーを試す

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

★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、返答が聞こえたらOKです。

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

デバイスは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... ✓)



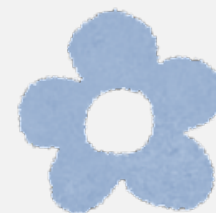
テストを終了

マイクに向かって話しかけます

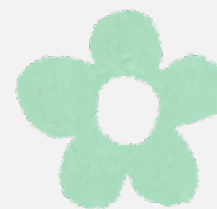
声が聞こえたら「**テストを終了**」を
クリック

★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



The screenshot shows a Zoom meeting window with a central text box and a settings menu. The text box contains the instruction: "この後の操作方法は、先ほどのZoom接続テストのスピーカー/マイクのテストと同じです！" (The operation method after this is the same as the speaker/microphone test in the previous Zoom connection test!). A speaker icon is next to the text. The settings menu is open, showing options for microphone and speaker. The option "スピーカー&マイクをテストする..." (Test speaker & microphone...) is circled in red. A callout box points to this option with the text "スピーカー&マイクをテストする...". The mute button in the bottom left corner is also circled in red.

この後の操作方法は、
先ほどのZoom接続テストの
スピーカー/マイクのテストと
同じです！

スピーカー&マイクをテストする...

マイク
✓ 内蔵マイク (Conexant ISST Audio)
システムと同じ

スピーカー
✓ スピーカー (Conexant ISST Audio)
システムと同じ

スピーカー&マイクをテストする...

電話のオーディオに切り替える...

コンピューターのオーディオから退出

オーディオ設定...

ミュート

ビデオの停止

参加者

チャット

画面を共有

レコーディング

反応

退出

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

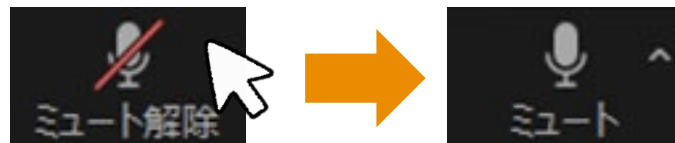


<グループワーク中の設定>

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

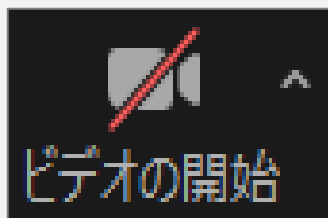


2. ビデオの開始/停止をする

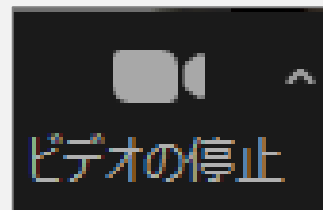
ビデオの切り替え方

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



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

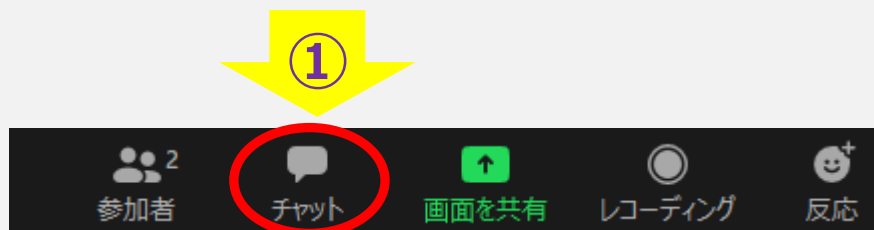


5. チャット (テキストメッセージ)



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

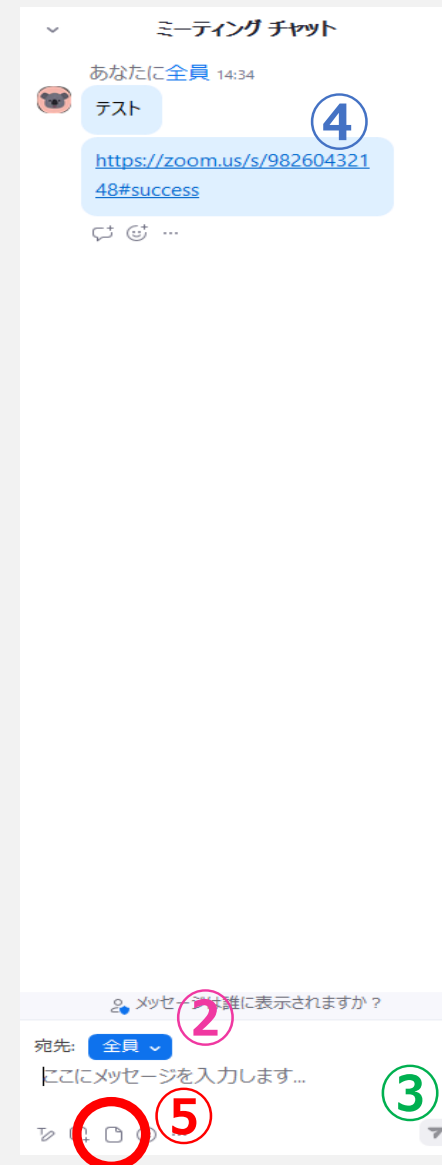


② 送信先をプルダウンで選択します
※「☆事務局」等を選択してください

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



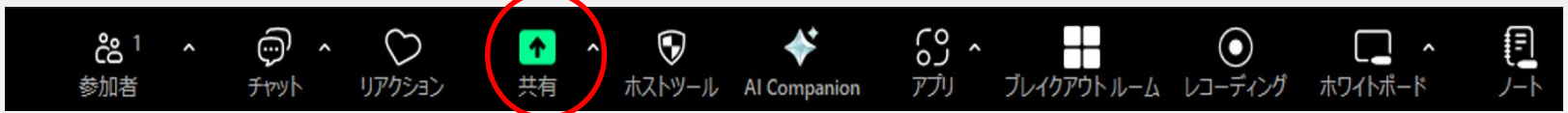
6. 画面共有の方法

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



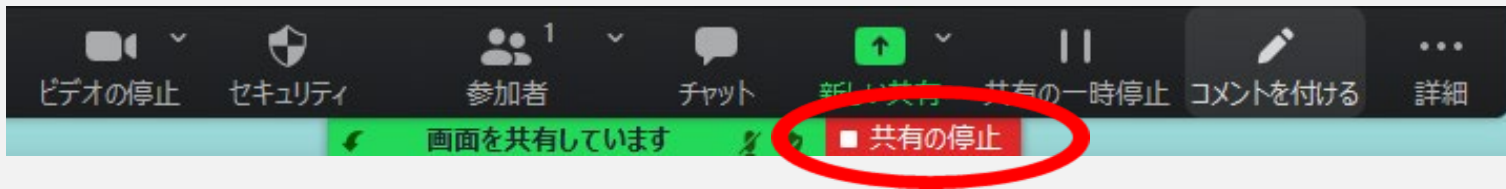
【準備】共有したいウィンドウまたはアプリを開いて最小化しておきます

【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

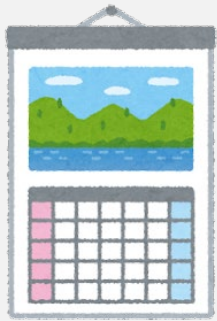


★全画面表示を終了するには、右上にある**全画面表示の終了**をクリックするか、**Esc**キーを押してください

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

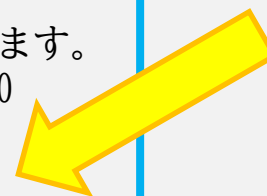


いつもお世話になっております。
東京都福祉人材センター研修室の〇〇です。

「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>

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>

- <https://zoom.us/ja/join>にアクセス
- 「ミーティングに参加する」をクリック
- 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



https://www.zoom.com.cn/join

ミーティングに参加する

ミーティングIDまたはパーソナルリンク名

ミーティング ID または個人リンク名を入力して

「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

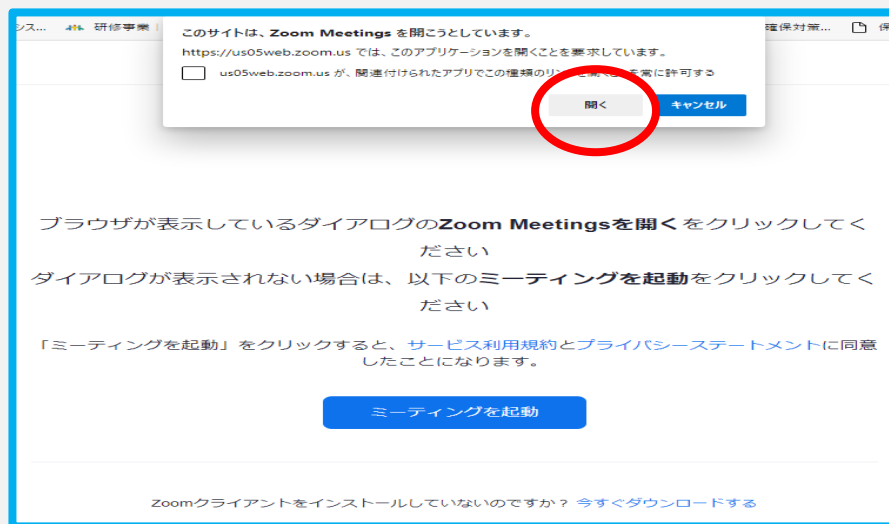
参加

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。

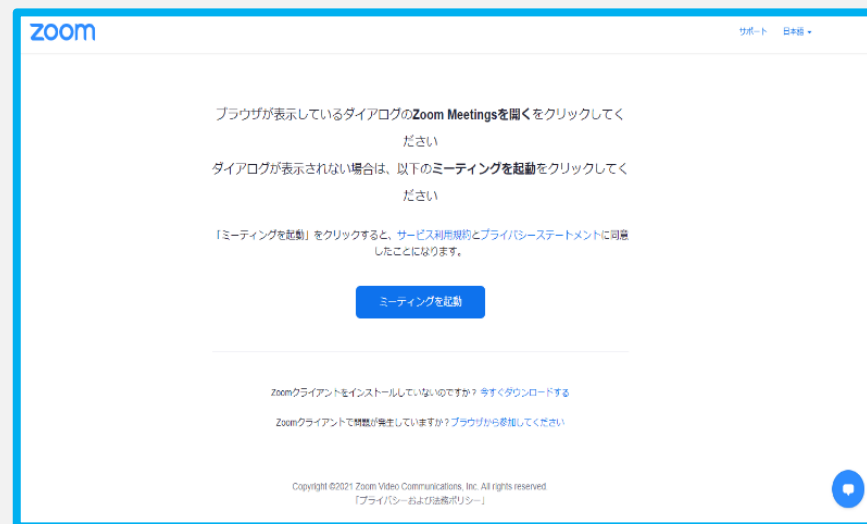
H.323/SIPルームシステムからミーティングに参加する

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＞



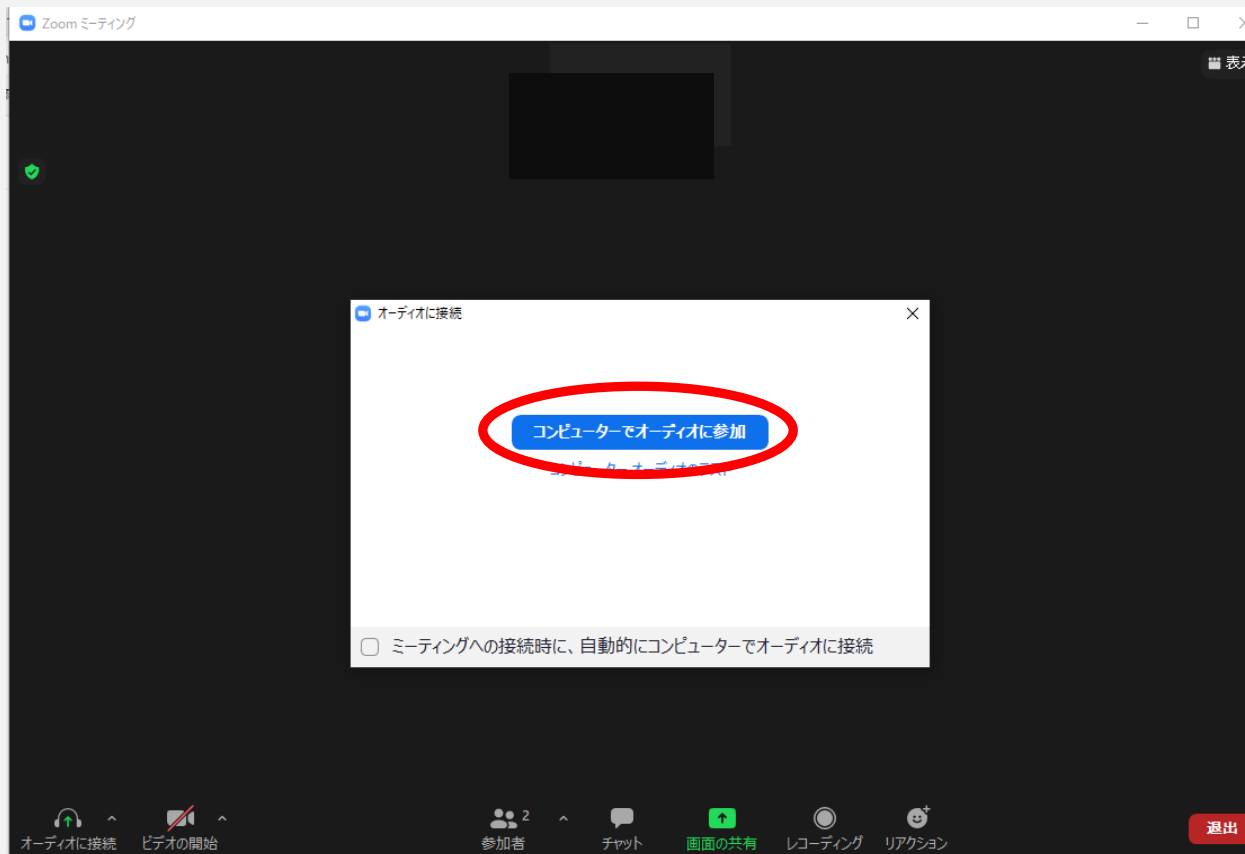
＜ブラウザ版＞

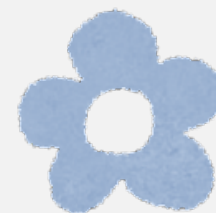
★**ホスト（研修室事務局）がミーティングを開始していない場合は「ホストがこのミーティングを開始するのをお待ちください」と表示が出ますので、そのままお待ちください**

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**

