

オンライン研修に向けた ZOOM環境準備～基本操作編～

～パソコン編～



静岡県介護支援専門員協会事務局



オンライン研修に必要な準備

WEBカメラ付きのパソコン
イヤホンマイク
インターネット環境

以上を用意しましょう



当協会のオンライン研修は

ZOOM (ズーム) という
オンライン会議のサービスを
使用いたします



パソコンでZOOMを始めるために

パソコンにZOOMのアプリを入れましょう

すでにアプリが入っている人は
ZOOMのアップデートをしましょう

研修前に最新のをダウンロードしておきましょう

ZOOMアプリのインストール

以下のURLからZOOMのインストール、アップデートが出来ます。

<https://zoom.us/download>

またはZoomのウェブサイトからも出来ます
(次からのページ参照)



zoom.us のウェブサイトを開き こちらのページの一番下までスクロール

ビデオ会議, ウェブ会議, ウェビナー, 画: X +

zoom.us

デモをリクエスト 1.888.799.9666 リソース サポート

zoom ソリューション プランと価格 営業担当へのお問い合わせ ミーティングに参加する ミーティングを開催する サインイン **サインアップは無料です**

Zoom 5.0にいますぐアップ デートしてください

～Zoomのセキュリティ対応、その他のブログ記事、ウェビナー
開催情報～

[詳細を見る](#)

満足度

Contender

Niche

11:48
2020/12/11

一番下までスクロールします

The screenshot shows the Zoom website homepage. At the top, there is a navigation bar with the Zoom logo and various links. Below this, there is a large red arrow pointing down to the 'ダウンロード' (Download) link in the footer. The footer is divided into several columns: '概要' (Overview), 'ダウンロード' (Download), '営業担当' (Sales), 'サポート' (Support), and '言語' (Language). The 'ダウンロード' link is circled in red. The browser's address bar shows 'zoom.us' and the page title is 'ビデオ会議, ウェブ会議, ウェビナー, 画面共有'.

ビデオ会議, ウェブ会議, ウェビナー, 画面共有

zoom.us

デモをリクエスト 1.888.799.9666 リソース サポート

zoom ソリューション プランと価格 営業担当へのお問い合わせ ミーティングに参加する ミーティングを開催する サインイン サインアップは無料です

このダウンロードをクリック

概要

- Zoomブログ
- お客様の声
- 弊社のチーム
- 採用情報
- インテグレーション
- パートナー
- 投資企業
- プレス
- メディアキット
- How to Video
- ブランドガイドライン

ダウンロード

- ミーティングクライアント
- Zoom Roomsクライアント
- ブラウザ拡張機能
- Outlook プラグイン
- Lync プラグイン
- iPhone/iPad アプリ
- Androidアプリ
- Zoom/バーチャル背景

営業担当

1.888.799.9666

- セールスへの問い合わせ
- プランと価格
- デモリクエスト
- ウェビナーとイベントリスト

サポート

- Zoomをテストする
- アカウントページ
- サポートセンター
- ライブトレーニング
- フィードバック
- お問い合わせ
- アクセシビリティ
- プライバシーとセキュリティ

言語

日本語

通貨

日本円

WordPress LinkedIn Twitter YouTube Facebook

Copyright ©2020 Zoom Video Communications, Inc. All rights reserved. 「プライバシーおよび法務ポリシー」 | 広告について | Do Not Sell My Personal Information | クッキー選択設定

https://zoom.us/download

11:48 2020/12/11

するとこのページが開きます

ダウンロードセンター - Zoom

zoom.us/download

デモをリクエスト 1.888.799.9666 リソース サポート

zoom ソリューション プランと価格 営業担当へのお問い合わせ ミーティングに参加する ミーティングを開催する サインイン **サインアップは無料です**

ダウンロードセンター

IT管理者用をダウンロード

ミーティング用Zoomクライアント

最初Zoomミーティングを開始または参加されるときに、ウェブブラウザのクライアントが自動的にダウンロードされます。ここから手動でダウンロードすることもできます。

ダウンロードをクリック

ダウンロード バージョン5.4.6 (59296.1207)

Microsoft Outlook用Zoomプラグイン

Outlook用ZoomプラグインをインストールするとMicrosoft Outlookツールバー上にボタンが表示され、1回のクリックでミーティングの開始や日程の設定を実行できるようになります。

11:48 2020/12/11

ダウンロードがスタートします

zoom.us/download

デモをリクエスト 1.888.799.9666 リソース サポート

zoom

ソリューション

プランと価格

営業担当へのお問い合わせ

ミーティングに参加する

ミーティングを開催する

サインイン

サインアップは無料です

ダウンロードセンター

IT管理者用をダウンロード

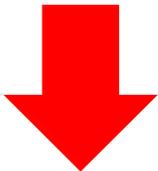
ミーティング用Zoomクライアント

最初にZoomミーティングを開始または参加される時に、ウェブブラウザのクライアントが自動的にダウンロードされます。ここから手動でダウンロードすることもできます。

ダウンロード

バージョン5.4.6 (59296.1207)

クリック



Microsoft Outlook用Zoomプラグイン

ZoomInstaller (15).exe

すべて表示



11:48
2020/12/11

ダウンロードセンター - Zoom

zoom.us/download

デモをリクエスト 1.888.799.9666 リソース サポート

zoom ソリューション プランと価格 営業担当へのお問い合わせ ミーティングに参加する ミーティングを開催する サインイン **サインアップは無料です**

ダウンロードセンター

IT管理者用をダウンロード

Zoom Installer

Installing...

24%

最初が自動的にダウンロードされます。ここから手動でダウンロードすることもできます。

ダウンロード バージョン5.4.6 (59296.1207)

10秒程度で終わります

これでZOOMのアップデートは完了です

Microsoft Outlook用Zoomプラグイン

Outlook用ZoomプラグインをインストールするとMicrosoft Outlookツールバー上にボタンが表示され、1回のクリックでミーティングの開始や日程の設定を実行できるようになります。

11:49 2020/12/11

ZOOMの入室方法

ZOOMのアプリから入る方法を覚えましょう



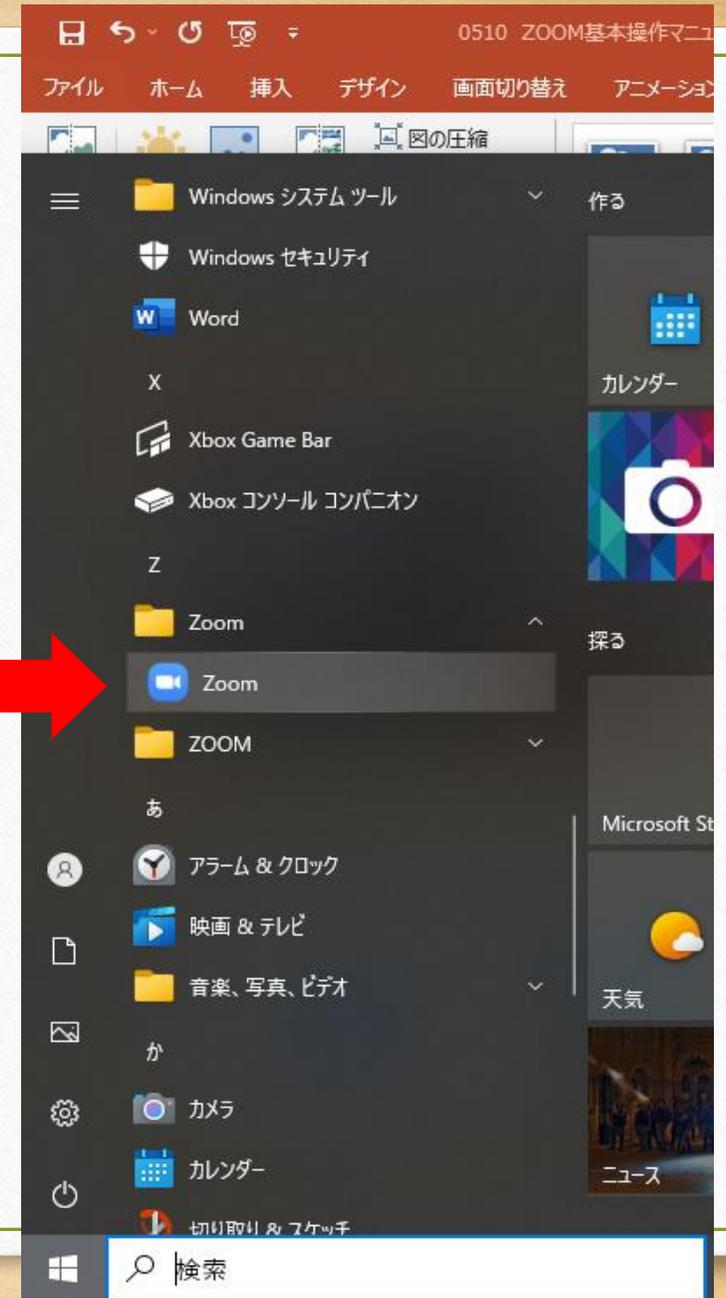
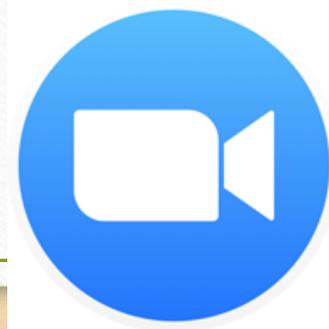
ZOOMのアプリを起動します

①ZOOMアプリを開く

ウィンドウからZOOMを選択

または

ZOOMのアイコンをクリック



② 「ミーティングに参加」 または 「参加」 をクリック



③ ミーティングIDと受講番号+名前を入力

※ミーティングIDは事前に事務局から送られます

受講番号(数字のみ)と名前(漢字フルネーム)を入力

例) 231 静岡花子

Zoom

ミーティングに参加する

ミーティングIDまたは個人リンク名を入力

名前を入力してください

将来のミーティングのためにこの名前を記憶する

オーディオに接続しない

自分のビデオをオフにする

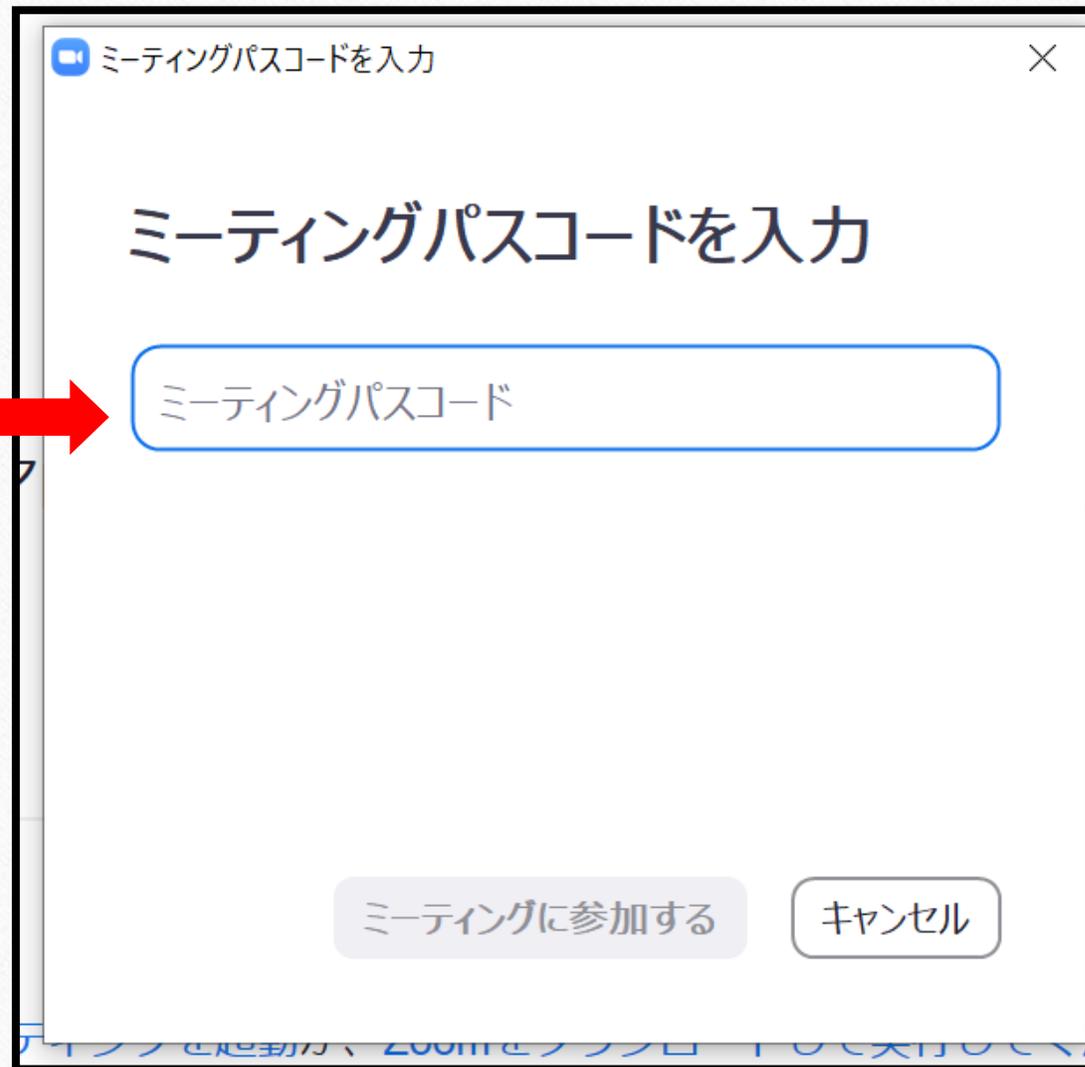
参加 キャンセル

を入れておくと
保存されます

④ パスコードを入力

※ パスコードは事前に
事務局から送られます

⑤ 参加をクリック



ミーティングパスワードを入力

ミーティングパスワードを入力

ミーティングパスワード

ミーティングに参加する

キャンセル

The image shows a screenshot of a meeting password input dialog box. The dialog box has a title bar with a camera icon and the text 'ミーティングパスワードを入力' (Enter Meeting Password) and a close button. The main content area contains the same text 'ミーティングパスワードを入力' and a text input field with a blue border containing the placeholder text 'ミーティングパスワード'. A red arrow points from the text '事務局から送られます' in the previous block to the input field. At the bottom of the dialog box, there are two buttons: 'ミーティングに参加する' (Join Meeting) and 'キャンセル' (Cancel).

重要!

この画面が出たら**ビデオ付きで参加**をクリック

4. WEB会議開始後にアクセスした場合はZOOMが起動します。



確認!
画面に顔が
写っていますか?

ビデオ付きで参加を
クリック

重要! この画面が出たら
コンピューターでオーディオに参加をクリック

🗣️ どのようにオーディオ会議に参加しますか? ×

電話で参加 コンピューターのオーディオ

コンピューターでオーディオに参加 ←

コンピューターオーディオのテスト

ミーティングへの参加時に、自動的にコンピューターでオーディオに参加



ZOOMにつながりました。順番に許可を出します
入室許可までしばらくお待ちください

5. 主催者側で参加が許可されるまで、以下の画面が表示されます。



待っている間に
コンピューターオーディオのテストをしておきましょう

5. 主催者側で参加が許可されるまで、以下の画面が表示されます。



コンピューターオーディオの
テストをクリック

重要！

「コンピューターオーディオのテスト」
「スピーカー&マイクのテスト」は
必ず受講前に済ませましょう



パソコン内蔵マイク&スピーカーを使うのか
イヤホンマイクやヘッドセットを接続して使うのか

自分のZOOMのマイクとスピーカーが
正常につながっているかを事前に確認する必要があります

「スピーカーとオーディオのテスト」の方法

The screenshot shows a meeting interface with the following elements:

- A top bar with a button labeled "コンピューターオーディオに参加" (Join Computer Audio) circled in blue.
- A button labeled "コンピューターオーディオのテスト" (Test Computer Audio) circled in red, with a red arrow pointing to it.
- A text box above the button: "他の人の声を聞けるには、「高音に追加する」ボタンをクリックしてください。" (To hear other people's voices, click the "Add High Tone" button.)
- A checkbox: "ミーティングへの参加時に、自動的にコンピューターオーディオに参加" (Automatically join computer audio when joining the meeting).
- A yellow callout box: "コンピューターオーディオのテストを押下すると、マイクとカメラのテストができます。" (Pressing the Computer Audio Test button allows you to test your microphone and camera.)
- Two test dialog boxes:
 - スピーカーをテスト中..** (Testing Speaker...)
 - Question: "着信音が聞こえますか。" (Can you hear the ringing tone?)
 - Buttons: "はい" (Yes), "いいえ" (No)
 - Speaker 1: "ヘッドフォン (Realtek High Definition...)"
 - Output Level: A slider bar.
 - マイクをテスト中..** (Testing Microphone...)
 - Question: "話してから話をやめます、返答が聞こえますか。" (After speaking, I will stop speaking. Can you hear the response?)
 - Buttons: "はい" (Yes), "いいえ" (No)
 - Microphone 1: "外付けマイク (Realtek High Definitio...)"
 - Input Level: A slider bar.

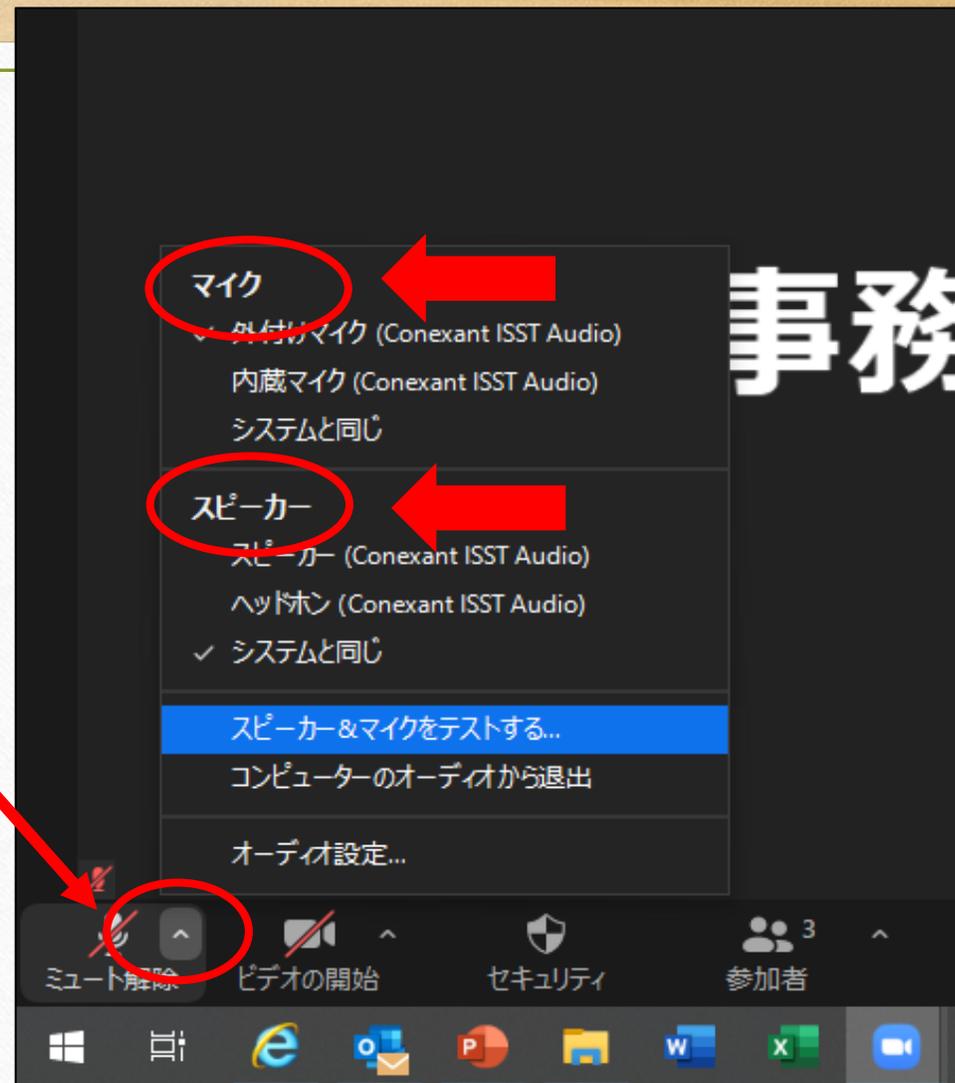


音が聞こえない
マイクが繋がっていない



マイクマークの横「^」を
クリックする

音が聞こえない→**スピーカー**
の選択 を替えて試してみる
声が聞こえてこない→**マイク**
の選択 を替えて試してみる



表示が出てこない場合は接続が悪いこともあるので接続を抜き差ししてみる！

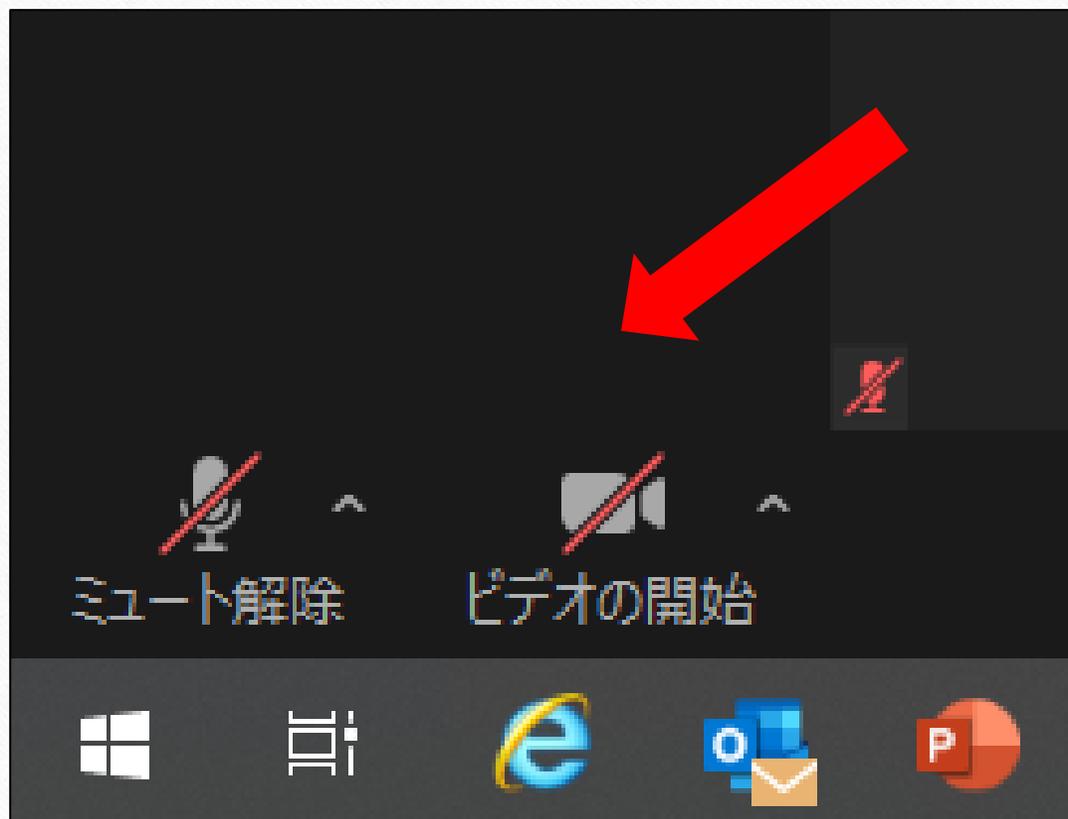
受講に必要なZOOMの基本操作を確認

- ① マイク・ビデオのON&OFF
- ② 名前の変更
- ③ 画面の切替



ミュートの切り替え、ビデオの開始&停止

画面の右下です



講義やセミナーなどは基本的にミュートで聞きます
グループワークなどは
ミュート解除
ビデオは指示通りに
開始・停止をしてください

名前の変更方法について

名前は先に説明したように
入室時に入力して変更してください

もし、何らかの理由で途中で
名前を変更しなければならない場合は
次の方法で変更してください



名前の変更方法 入室後に変更する場合

下の「参加者」ボタン
↓ クリック！

自分の名前の横の「詳細」
↓ クリック！

「名前の変更」を選択
名前を入力



The screenshot shows a Zoom meeting window. At the bottom, the '参加者' (Participants) button is circled in red, with a callout box pointing to it that says 「参加者」を押す. In the top right corner, the participant list shows the user's name and a '詳細' (Details) button, which is also circled in red. A callout box points to this button with the text 「詳細」を押し、「名前の変更」を選択. At the bottom of the window, a message reads 「開始までしばらくお待ちください。」.

画面の切り替え方法を知っておいてください

スピーカービュー と ギャラリービュー



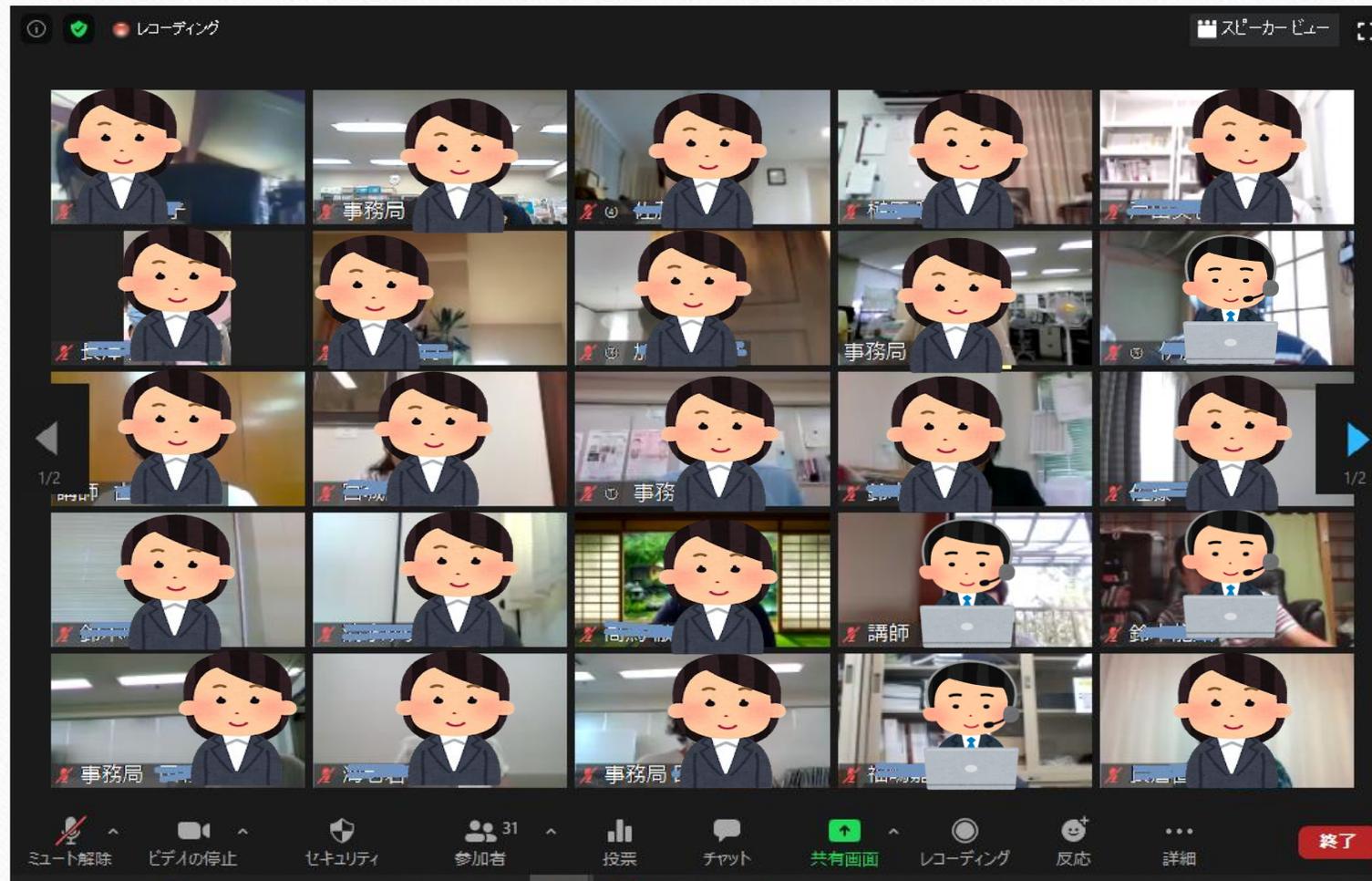
スピーカービューは、話している人が大きく見えます

ギャラリービューは、みんなが見えます

※ 資料が出ているとまた見え方が違います

※ ギャラリービューもスマホでは4人まで、タブレットも9名程度までなど、機器によって見え方が違います

ギャラリービューの見え方 (資料画面共有なし)



スピーカービューの見え方

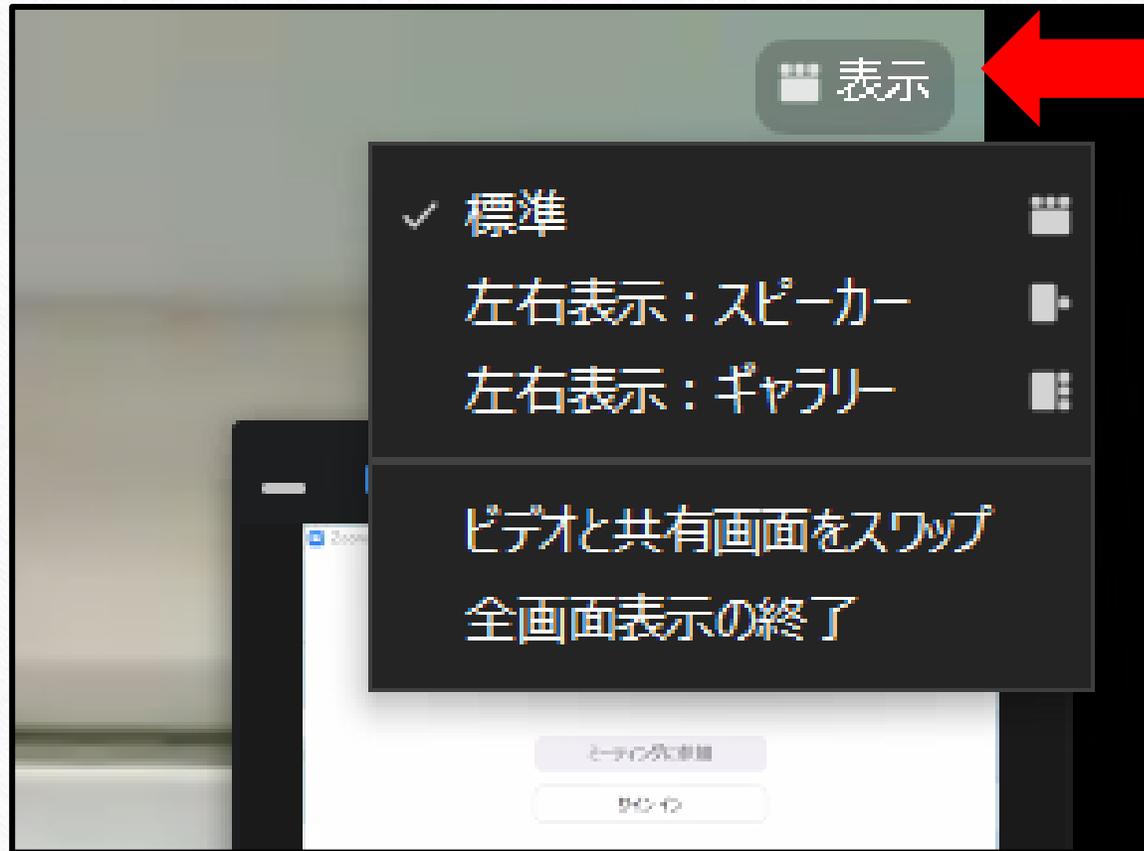


「表示」ボタンで
切り替え

話者（スピーカー）が
常に大きく
スポット表示される
講義などは講師が
ずっとスポットされる
ので便利

自分の音が出ていると
スポットされてしまう
可能性があるので注意

画面の見え方の切り替え パソコンの場合



画面の右上の
「表示」
をクリックし
ご自分の見やすい
表示に設定可能

Zoomブレイクアウトルーム機能 を使ったグループワークについて

オンライン研修ではグループワークも
オンラインで行います

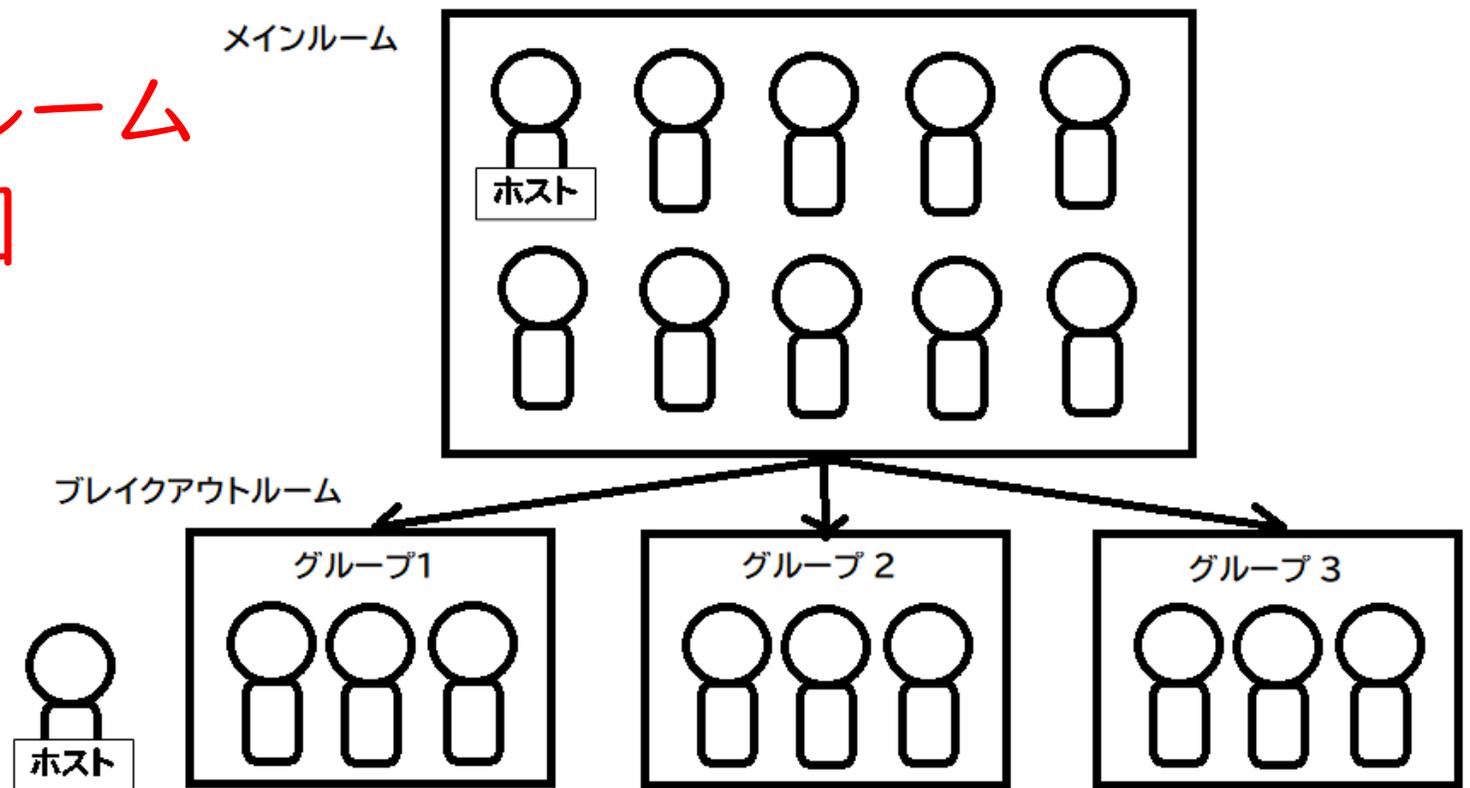


Zoomのブレイクアウトルームとは？

グループワークに必須のZoomの「ブレイクアウトルーム機能」

ブレイクアウトルーム のイメージ図

ブレイクアウトルーム
内のセッションを
ブレイクアウトセッション
と呼びます



ブレイクアウトセッションの参加方法

ホストがグループ分けをします。

ホストがグループ分けをスタートすると自動的にグループに分かれます。

基本的に参加者は何もせずに待っていてOK

(ホストの設定によっては多少変わります)



重要! 自分のルーム番号を知っておく

ブレイクアウトルーム終了後、講師より
「〇グループの書記の方、発表してください」と
指名されることもあります。

自分のグループ番号を
必ずメモしておきましょう。

重要！

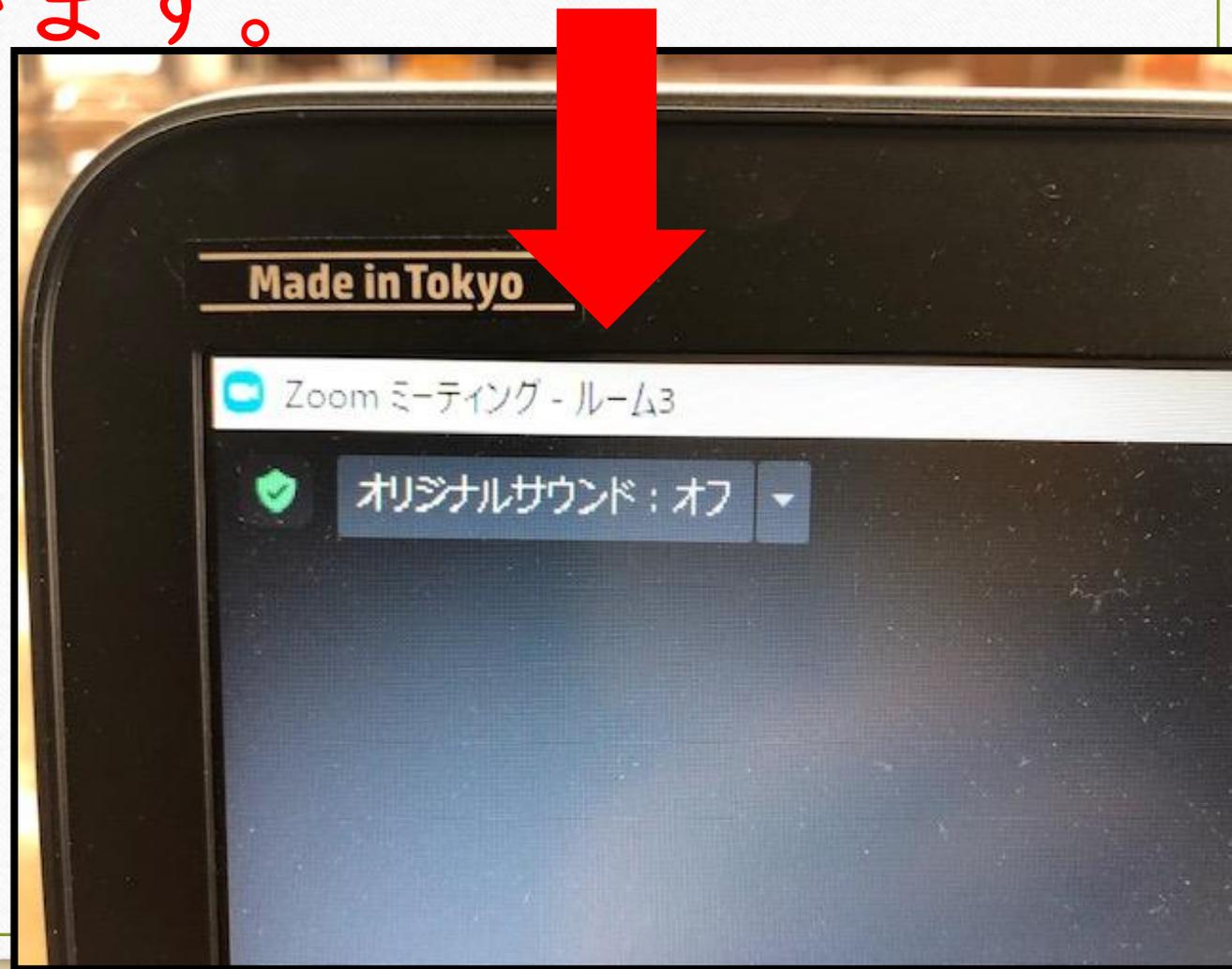
ブレイクアウトに自動で移動中
自分のグループ番号が**数秒間**表示されます
必ずメモしておきましょう！



ブレイクアウトルーム中は
左上に表示されています。

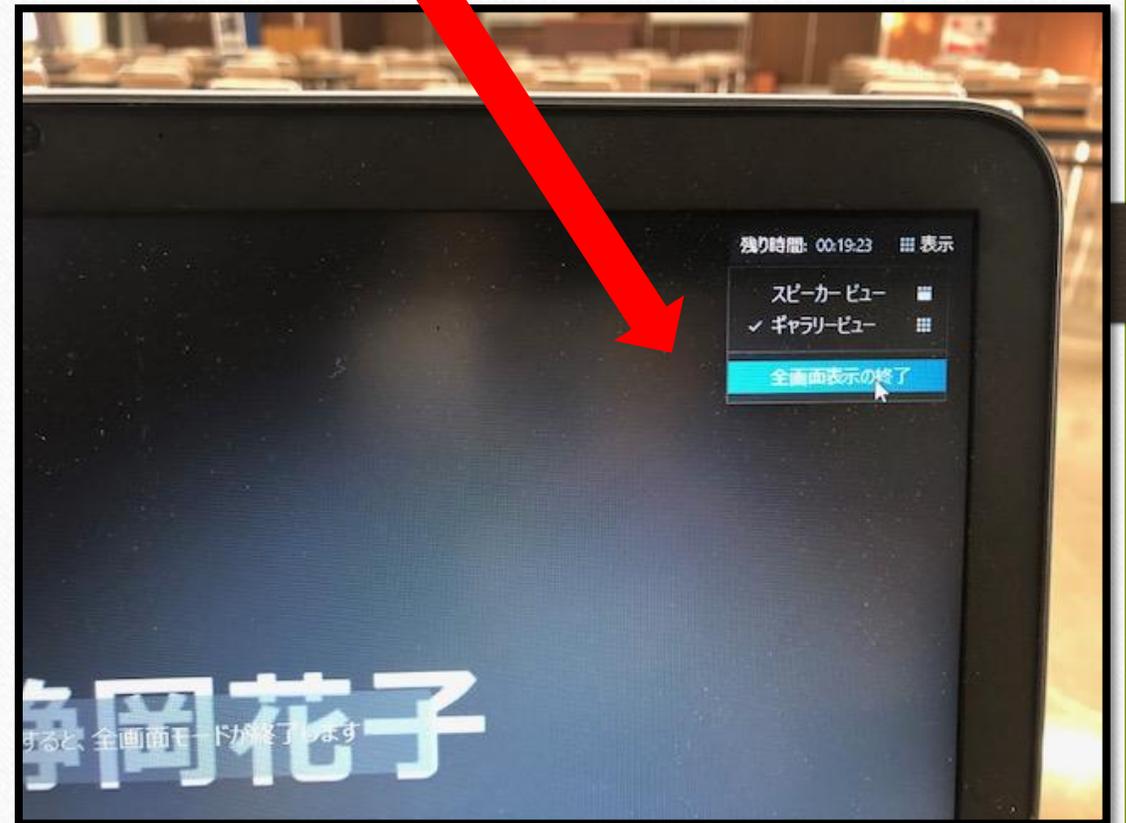
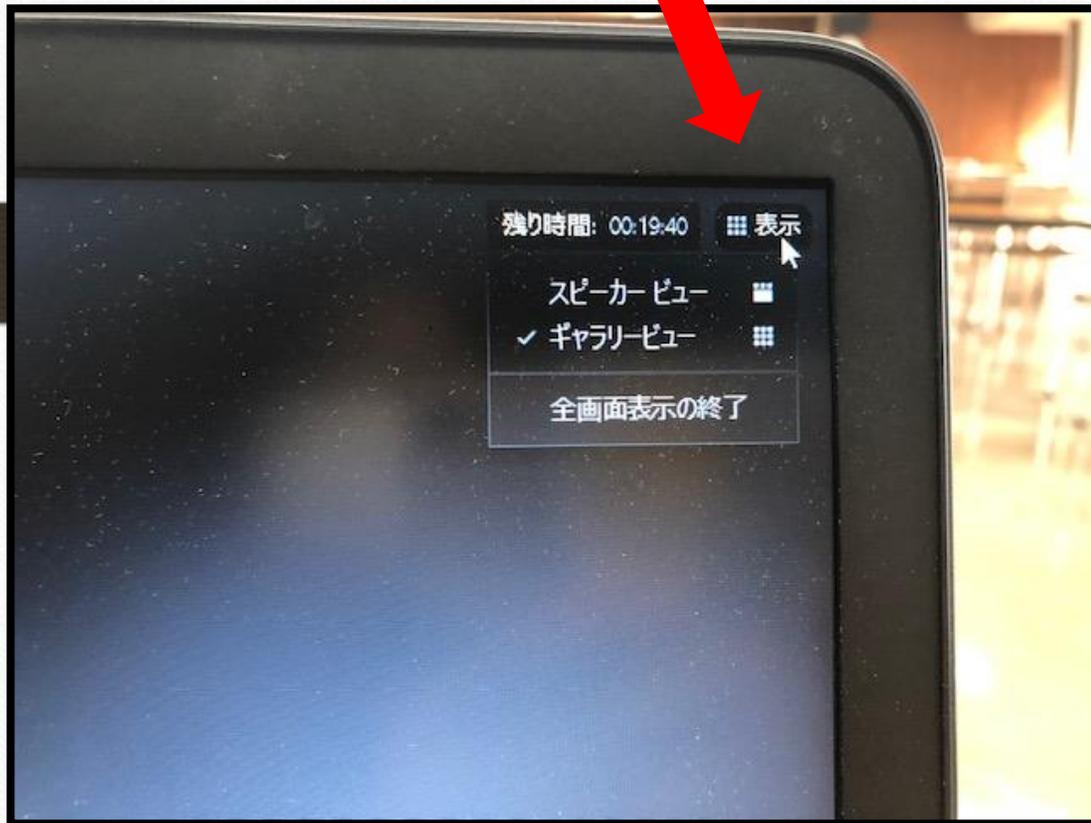
ブレイクアウトルームが終了すると
グループ名は見れません
ルームに移動したら
メモする習慣をつけましょう！

もし左上に
出ていない場合は
全画面表示を終了すると
表示されます



全画面表示の終了の方法

右上の「表示」 → 「全画面表示の終了」 クリック



ブレイクアウトセッションの終了

グループワーク終了予定時間が近付くと、グループワーク終了のお知らせと同時にカウントダウンが始まります。**そのままお待ちください。**
カウントダウン後に自動的にもとの全体のセッションにもどります。

「ルームを退出」ボタンで全体に戻ることもできますが、間違い防止のため、自動で元に戻るまでそのままお待ちください。

グループワークがスタートしたら



- ・グループ番号をメモしておく
- ・グループに分かれたらまずミュートを解除
- ・画面表示は ギャラリービューがおすすめ
- ・うなづき、拍手などのリアクションはおおげさに
積極的にグループワークに参加しましょう

ブレイクアウトよくあるトラブル

Wifi使用などで、電波状態が良くないと

以下のようなトラブルが起こる可能性があります

グループに飛ぶ&帰るのに時間がかかる

ミーティングから落ちてしまう

ZOOMから落ちてしまったら

慌てず、再入室して下さい





その他 注意事項など

同じお部屋で2台以上で同時にZOOMに入る場合は、イヤホンマイクなどを使用しないと

音がハウリングします

その際は全員がイヤホンマイクを必ず使用してください

途中でオーディオが切れてしまった?!

マイクのマークがヘッドホンのマークになってしまっている!

ヘッドホンマークを
クリックすると
マイクマークに戻り
オーディオが繋がります



重要! 一人でZOOMをテストする方法

1. <http://zoom.us/test>にアクセスします。
2. ブルーの**参加**ボタンをクリックして、Zoomを起動します。

マイク&オーディオのテスト、
ビデオ接続テストなどを一人で確認できます。



その他、ZOOMの際の注意事項など

音が途切れる・画像が固まる
ZOOMから落ちてしまう

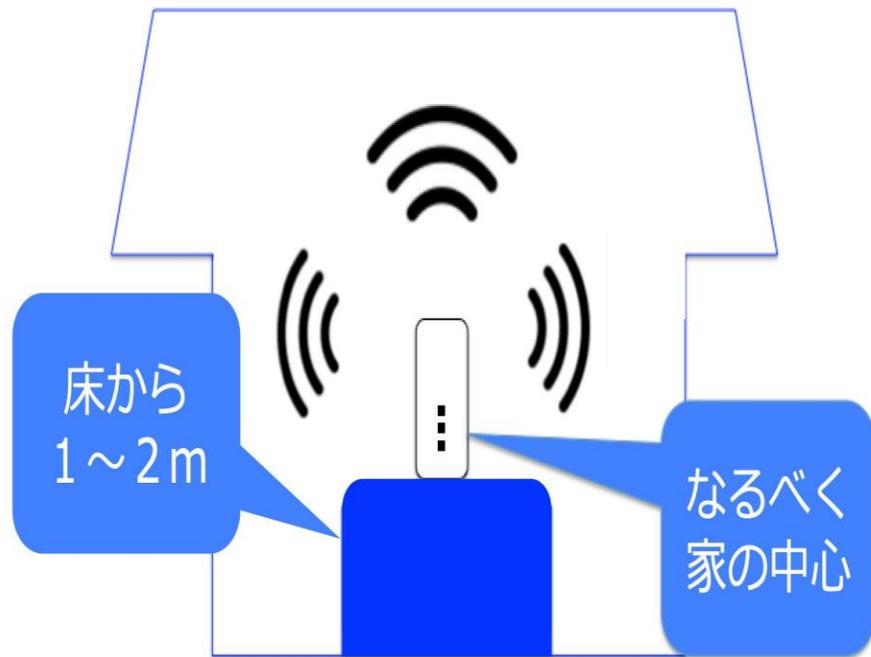


ネット環境がよくないかもしれません

Wifiよりも有線ケーブルの方が安定します



Wifiの電波状態が悪い方は Wifiのルーターの設置位置を確認しましょう！



- なるべくWi-Fiルーターの近くで
- 間に金属、コンクリートを挟まない
- 家電、水から離して設置
- 中継機を使用する
- ネットの契約内容(容量)確認

その他、ZOOMが安定する工夫

デスクトップ上を整理する

ZOOMを始めるまえにデスクトップ上に
広がった不要なファイルを閉じておく、
また、パソコンを再起動をしておくと
ZOOMの動きがスムーズになるようです



ZOOM環境整備～基本操作編～
パソコン編

ご覧いただきありがとうございます
ぜひ事前準備をしっかりと
研修当日に臨んでください
どうぞよろしくお願ひ致します

よろしくお願ひします

