

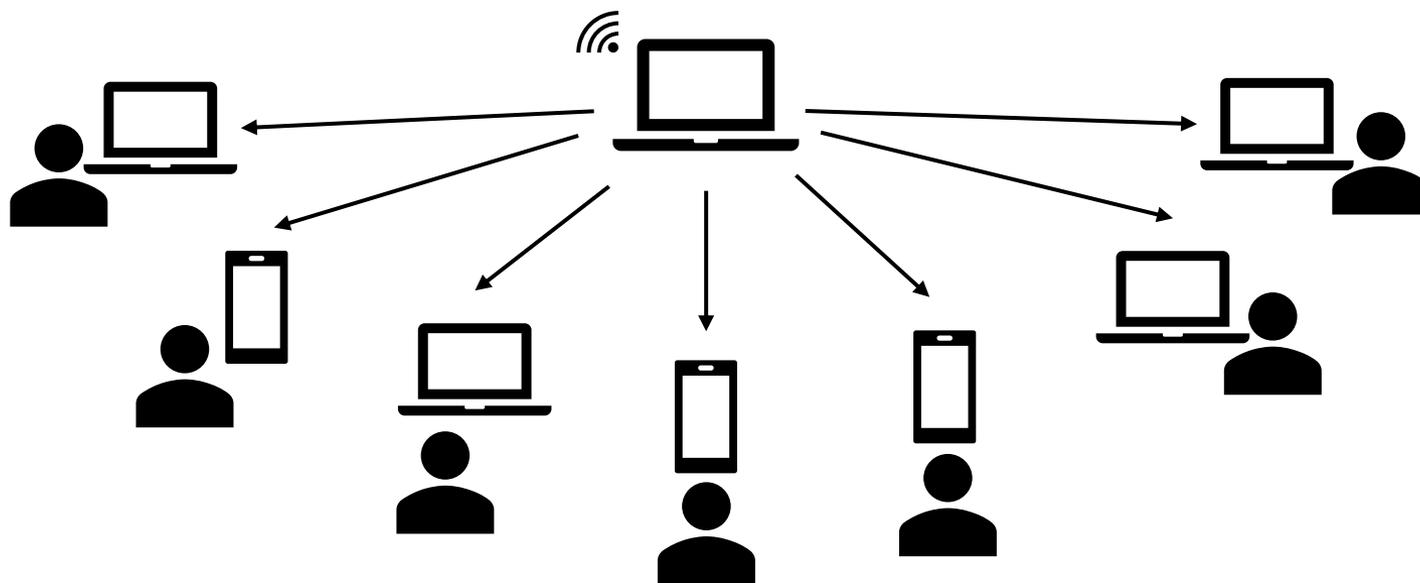
# Zoom（ズーム）を使用した オンライン会議のやり方

サブタイトル



## Zoom会議（チャット）とは？

- ZOOMとは、いつでも・どこでも・どんな端末からでも複数人での同時参加が可能なビデオ・web会議アプリケーションです。



- 誰でも無料で参加することができます！

## 会員の皆様とのコミュニケーションツール！

---



### 自宅でインストラクターと会話ができる！

自宅から出られない今だからこそ、インストラクターと顔を合わせて一緒に会話をしてみませんか？

インストラクターも皆さんの顔をみると安心できます。  
水泳に関する相談でも、世間話でもなんでもかまいません！



### 自宅でインストラクターと一緒に筋トレ！

現在、KITAJIMAQUATICSではYouTubeで筋トレを配信中です。  
そこで、Zoomで皆さんと一緒に筋トレをして、  
免疫力を高めるための体力づくりをしていきませんか？

## Zoom会議（チャット）の準備

---

### 必要なもの

---

#### ■ スマートフォン or パソコン

- 自分の姿を映すためのカメラおよびスピーカーが内蔵されているもの。
- Macintosh、Windowsなどパソコンをご利用される場合は、あらかじめアプリのインストールをお願い致します。

### 人によってあると便利かも？

---

- Bluetoothワイヤレスイヤホン（音を気にされる方）
- スマートフォン固定器具

## Zoom 利用上の注意点

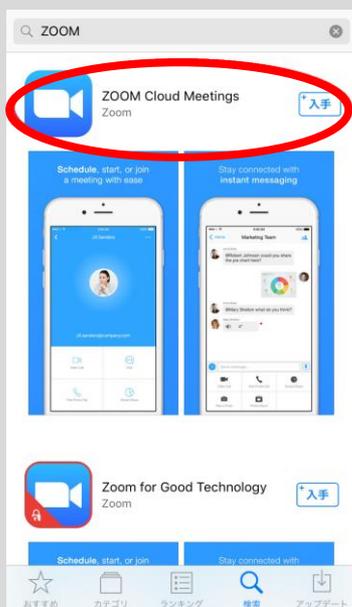


- Zoom会議（チャット）へご参加いただく前に、Zoomアプリをインストールしておいてください。（携帯、パソコンともに共通）
- カメラが目線の高さになるよう、機器の高さを調整してください。
- 参加される方の画面は、Zoomの仕様上参加される方全員に公開されます。自分の姿を他人に見られたくない時や、音声のみで参加される場合には、カメラをOFFにしてご参加ください。
- チャットでは、インストラクター、お客様両者の音声を使用します。
- 会話を録画することも可能ですが、操作は主催側のインストラクターしか行えません。万が一録画をした場合も、他の参加者の画面は録画されません。

# iPhoneで参加される場合

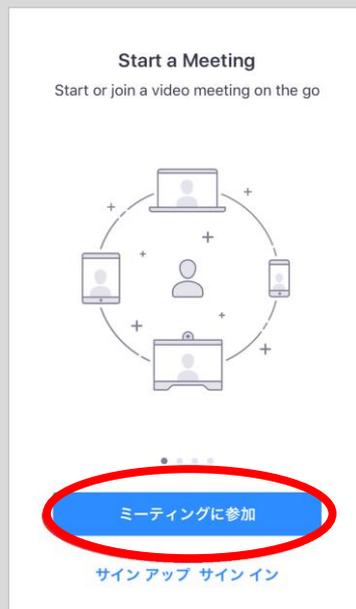
1

App Storeを起動し、  
検索欄に『zoom』と入力。  
**ZOOM Cloud Meetings**  
を選択してインストールする。



2

Zoomを起動。  
**ミーティングに参加**  
をタップする。



3

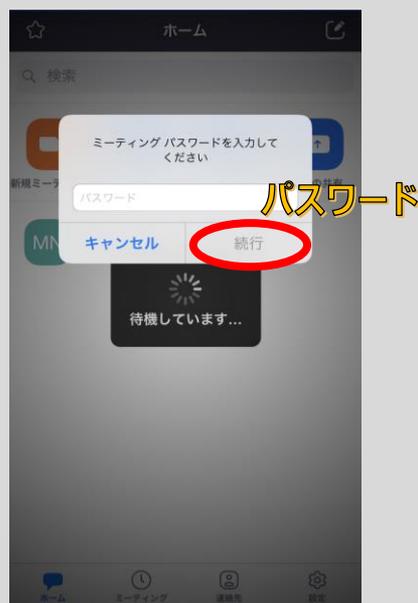
ミーティングIDの欄に送られたきたID番号を入力。  
スクリーン名欄には通常端末名が入っているので、自分の氏名に変更してください。



# iPhoneで参加される場合

4

参加をタップすると下記画面になるので、パスワードを入力。入力後、**続行**をタップする。



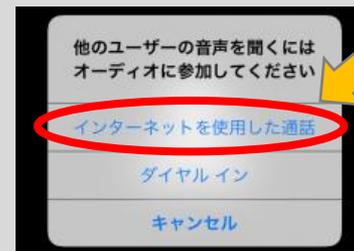
5

アプリに対してマイクやビデオの使用や通知を許可して下さい。



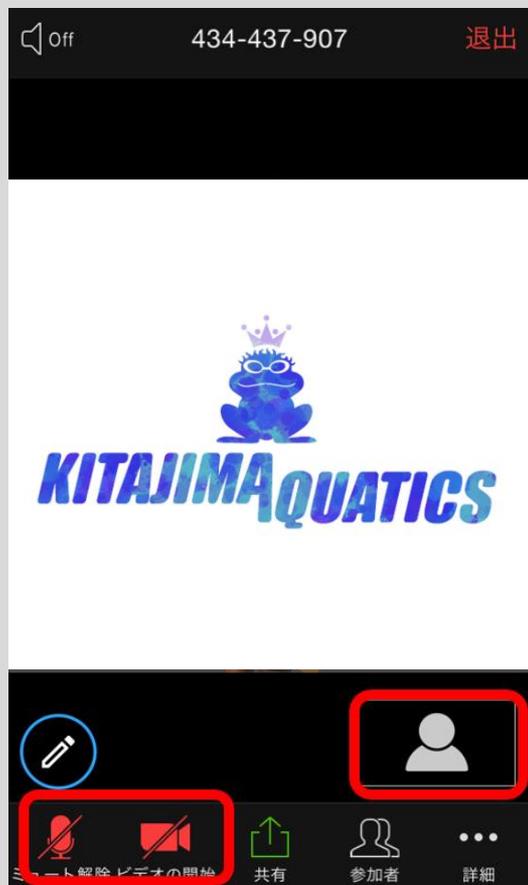
6

オーディオへの参加について表示されるので、**インターネットを使用した通話**をタップします。



## iPhoneで参加される場合

7



- 自分の姿は右下に表示されます。  
(端末によっては右上に表示されることもあり)
- 自分以外の参加者の画面を表示する場合は、右から左へスワイプして下さい。
- 音声や動画を一時的に中断したときは、左下のオーディオ・ビデオボタンをタップします。
- インストラクターからの音声を中断したいときは左上のスピーカーボタンをタップします。
- レッスンへの参加を終了するときは、右上の「**退出**」をタップします。

# androidで参加される場合

1

Google Playを起動し、  
検索欄に『zoom』と入力。  
**ZOOM Cloud Meetings**  
を選択してインストールする。



2

Zoomを起動。  
**ミーティングに参加**  
をタップする。



3

ミーティングIDの欄に送られたきたID番号を入力。  
スクリーン名欄には通常端末名が入っているので、自分の氏名に変更してください。

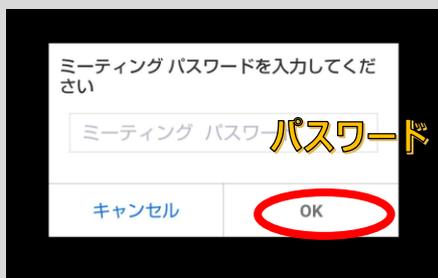


お使いの機種により、資料画像と異なる表示がある場合があります。  
お使いの機種により、資料画像と異なる表示がある場合があります。

## androidで参加される場合

4

参加をタップすると下記画面になるので、パスワードを入力。入力後、**続行**をタップする。



※お使いの機種により、資料画像と表示が異なる場合があります。

5

アプリに対してマイクやビデオの使用や通知を許可して下さい。



6

音声入力と出力の方法として、**デバイスオーディオを介して通話**をタップします。



## androidで参加される場合

7

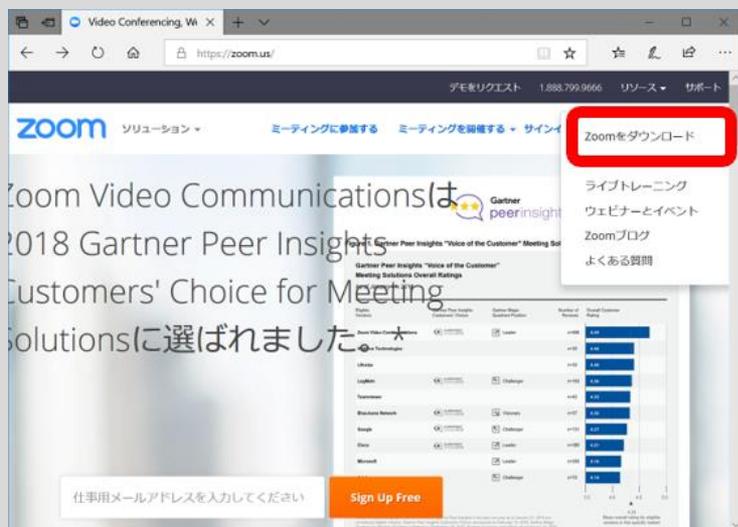


- 自分の姿は右下に表示されます。  
(端末によっては右上に表示されることもあり)
- 画面下のメニューアイコンを表示するには、一度画面をタップしてください。
- 音声や動画を一時的に中断したときは、左下のオーディオ・ビデオボタンをタップします。  
(音声は入室時にOFFになっています)
- インストラクターからの音声を中断したいときは左上のスピーカーボタンをタップします。
- レッスンへの参加を終了するときは、右上の「**退出**」をタップします。

# Windowsで参加される場合

1

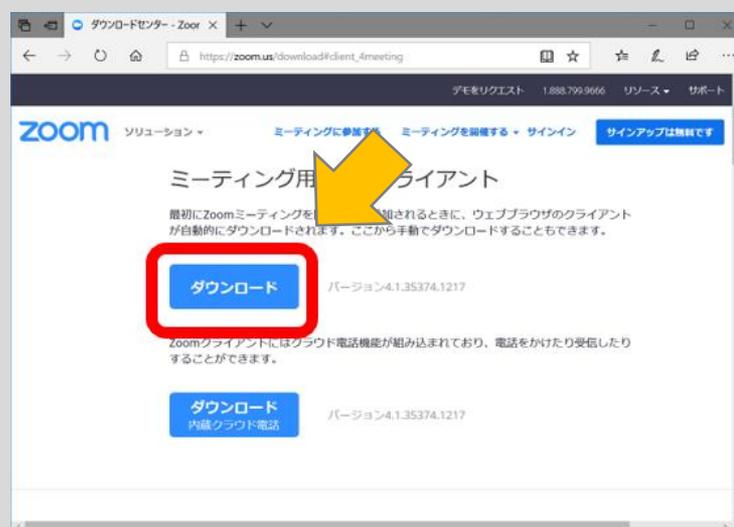
- Zoomのウェブサイトアクセスします。
- 日本語ページが表示されない場合は、ページの最後までスクロールし、言語ボックスを日本語に変更します。
- ページ右上の「リソース」から **Zoomをダウンロード**をクリックします。



まずはインストールしよう！

2

- ミーティング用Zoomクライアントの **ダウンロード**をクリックし、保存をして アプリをインストールします。
- アプリのインストールが完了すると、自動的にアプリが起動します。



## Windowsで参加される場合

3

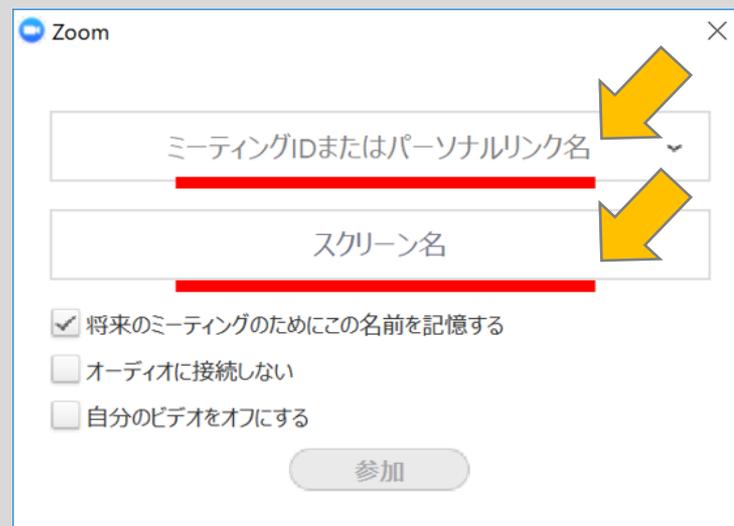
- アプリの起動が確認出来たら  
**ミーティングに参加** をクリックします。



ミーティングルームへいこう！

4

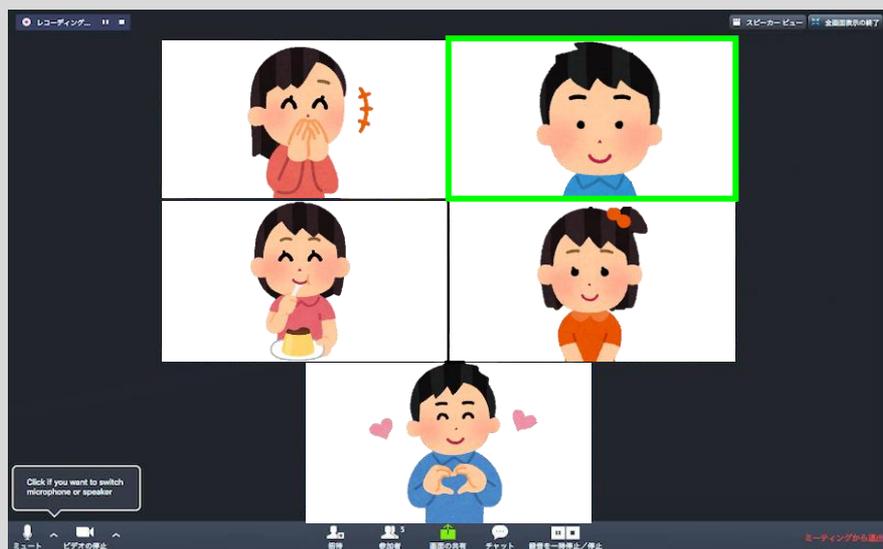
- ミーティングIDの欄に送られたきたID番号を半角で入力。
- スクリーン名欄には、自分の氏名を入力してください。
- オーディオ会議の参加確認ウィンドウが出てきたら**コンピューターでオーディオに参加**をクリックします。



## Windowsで参加される場合

チャットを開始してみよう！

5



- 画面下のメニューアイコンを表示するには、マウスカーソルを画面の上に動かして下さい。
- パソコンの場合は参加者全員の画像が表示されます。
- 音声や画像の送信を一時的に中断したいときは、左下のミュートボタンやビデオの停止ボタンをタップします。
- レッスンへの参加を終了するときは、右下の**ミーティングの終了**をクリックします。