

# Zoom操作マニュアル

0. 研修当日の参加方法
  1. 「メインルーム」に入る（待機）
  2. マイク、カメラ（ビデオ）の設定
  3. 「表示名」の変更
  4. 「手を挙げる」機能
  5. 「チャット」機能
  6. Zoomのバージョンを確認する場合

※ 本マニュアルはZoomのPC版 **[バージョン5.17.11]** の画面をもとに記載しています。  
スマホやタブレットの場合は仕様が異なりますので、本マニュアルを参考に端末を操作してください。

## 0. 研修当日の参加方法

- インターネット通信がなるべく高速・安定した環境からご参加ください。
  - あらかじめ下記のURLの指示に従い、  
マイク/スピーカーの動作テストを行ってください。  
<https://support.zoom.us/hc/ja/articles/115002262083>
  - 可能であれば、Wi-Fi経由ではなく、  
LANケーブルで有線接続したPCの使用を推奨します。
  - 音声の入出力に関しては、ヘッドセットやイヤホンをご利用ください。  
マイク・スピーカーシステムをご利用になる場合は、  
エコーキャンセル機能付きのものをご利用ください。  
↑ハウリングや音声のはね返りを防ぐための機能です。  
この機能が付いていない場合、ご自身の環境では問題なくても、他の受講者の方の環境に影響が出る場合がございます。ご協力のほどよろしくお願いいたします。
  - 研修当日用のZoomのURL等はメールで通知しますので、  
通知されたURLをクリックしてZoomミーティングにご参加ください。
- ※お子様が一緒に参加される場合、他の参加者の方のご迷惑とならないよう  
ご配慮をお願いします。

研修当日までに接続テストを実施します。  
初めてZoomを使用される方や操作に不安がある方はぜひご参加ください。  
※接続テストの詳細は別途ご連絡します。

## 0. 研修当日の参加方法

### 【スマートフォン、タブレットでご参加の場合】

- Zoomアプリ「ZOOM Cloud Meetings」を下記よりインストールしてください  
※ 類似アプリが多数ありますためご注意ください

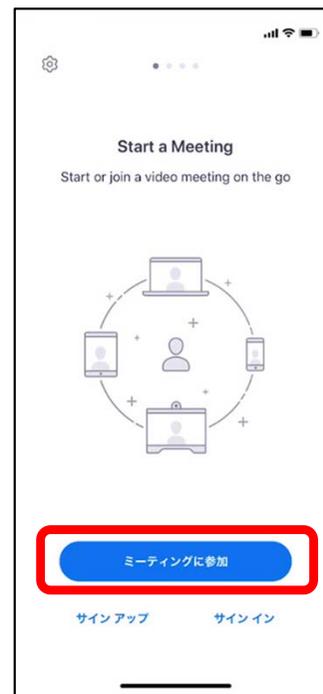


iOS版



Android版

- Zoomのアプリを開き、「ミーティングに参加」をクリックしてください
- 「ミーティングID」と「名前」を入力後、「参加」をクリックしてください
- 「パスコード(ミーティングパスワード)」を入力し、「続行」をクリックしてください



Zoom情報のうち「ミーティングID」を入力してください

講座参加中に表示されるお名前です。「フルネーム」で入力してください。

## 0. 研修当日の参加方法

### 【PCでご参加の場合】

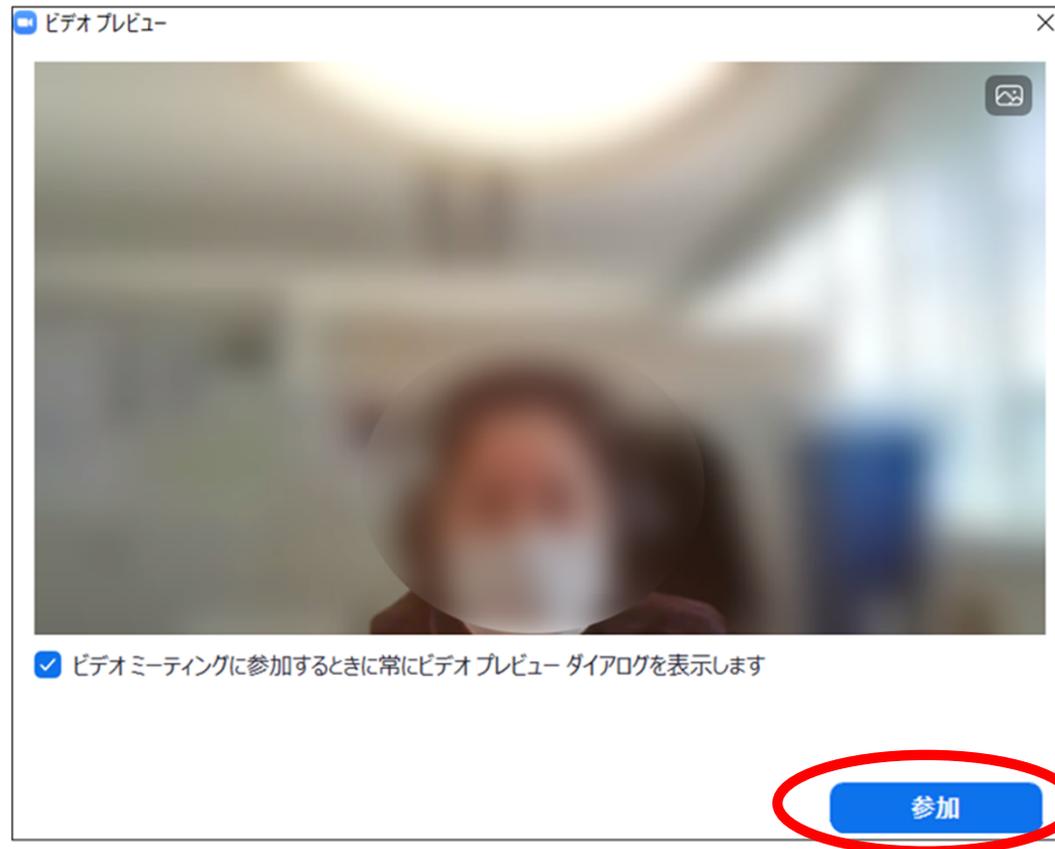
- ZoomのWebサイト (<https://zoom.us>) の最下部にある、「ダウンロード」をクリックしてください
- 「ミーティング用Zoomクライアント」をダウンロードしてください
- ダウンロードされたファイルをダブルクリックしてインストールしてください
- サインイン画面が表示されたら、インストールが完了です
- ミーティングに参加をクリックし、「ミーティングID」と「パスコード」を入力し、ご参加ください

The image shows a sequence of three screenshots from the Zoom website illustrating the download process:

- Top Screenshot:** The Zoom website homepage. A red box highlights the "ダウンロード" (Download) link in the footer. A red arrow points to it with the text "ここをクリック" (Click here).
- Middle Screenshot:** The "ミーティング用Zoomクライアント" (Zoom Meeting Client) download page. A red box highlights the "ダウンロード" (Download) button. Below it, the version number "バージョン4.4.53901.0616" is visible.
- Bottom Screenshot:** The Zoom Meeting Client installation window. A red box highlights the "ミーティングに参加" (Join Meeting) button. Below it, the "サインイン" (Sign In) button is visible. The version number "バージョン: 4.4.4 (53901.0616)" is shown at the bottom.

## 1. 「メインルーム」に入る（待機）

- メールで通知されたZoomのURLをクリック（またはミーティングIDとパスコードを使ってアクセス）してZoomミーティングに参加すると、下図の画面が表示されます。



「ビデオ付きで参加」をクリック

※バージョン等によっては、この画面が表示されない場合があります。  
その場合は次のページへお進みください。

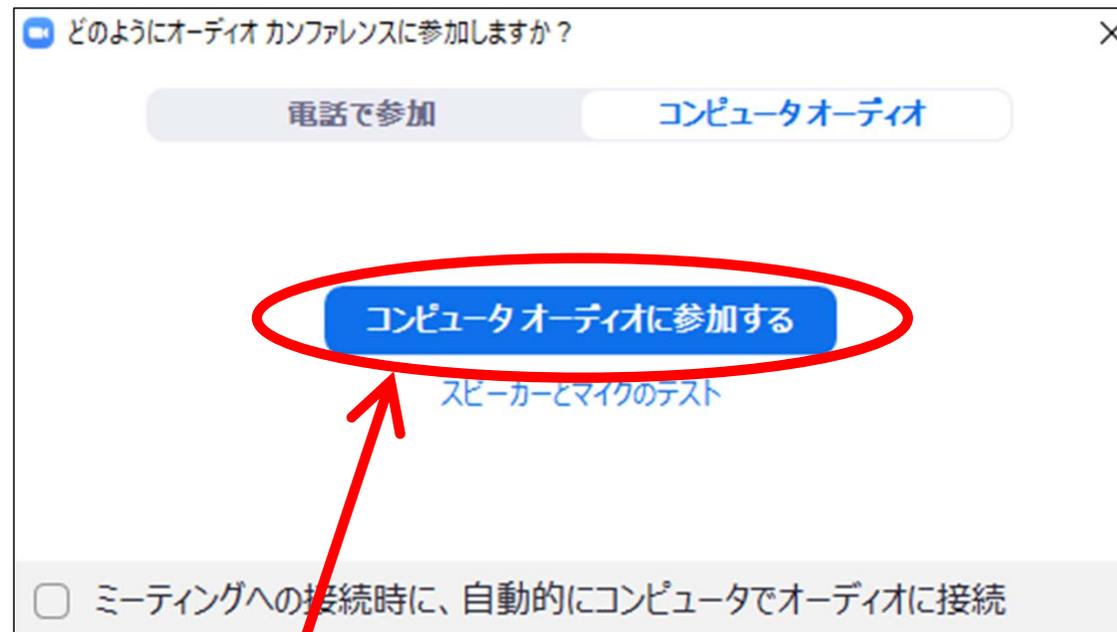
## 1. 「メインルーム」に入る（待機） つづき

- 前のページの操作後、下の画面が表示されます（「待機画面」と呼びます）。
- 事務局側で参加者のみなさまのお名前を確認後、順番に参加が許可されます。  
許可されるまでこの画面を表示したままお待ちください。（待機）



## 1. 「メインルーム」に入る（待機） つづき

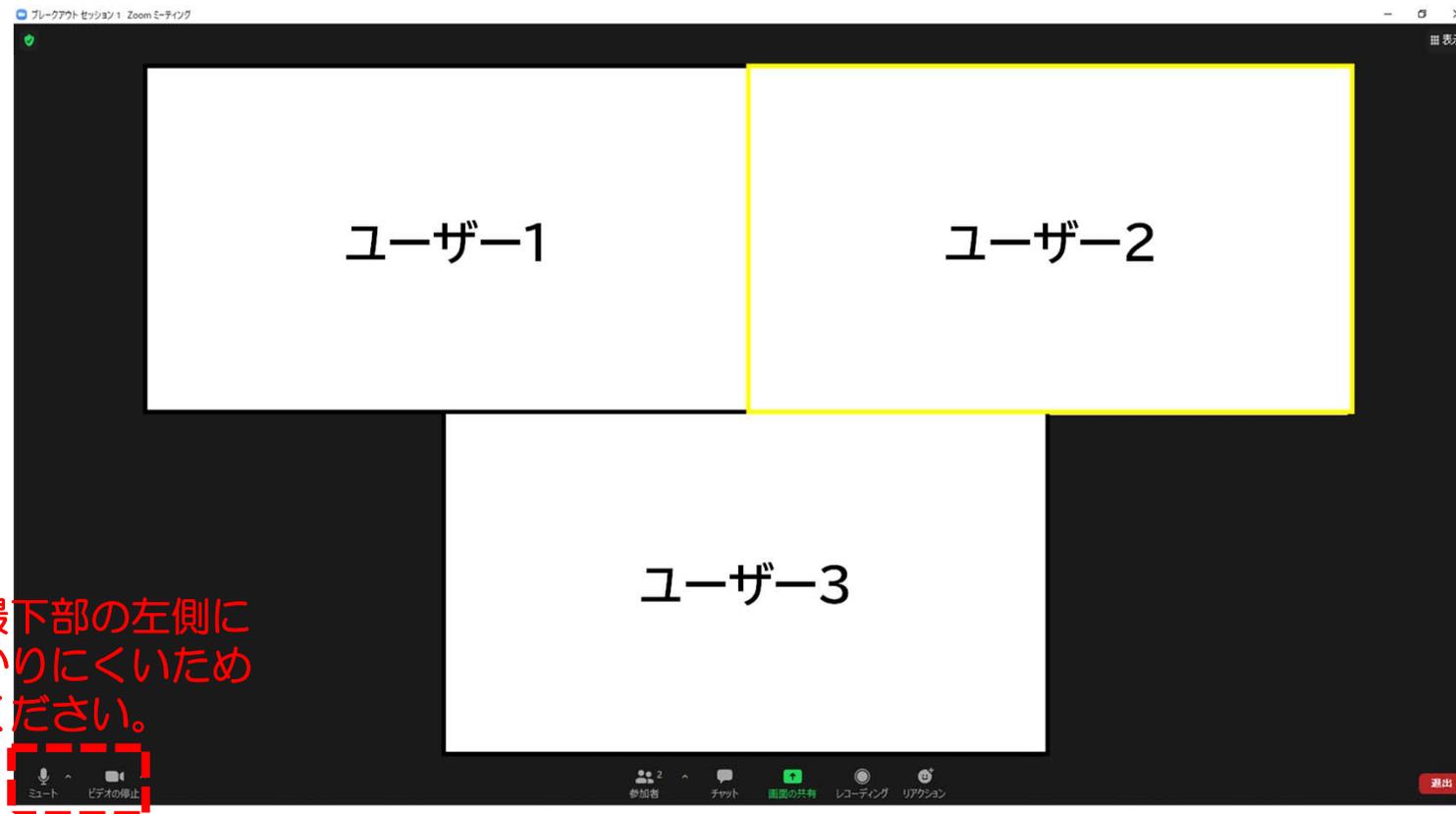
- 参加が許可されると下の画面が表示されます。
- 「コンピュータオーディオに参加する」をクリックしてください。  
ここでクリックしないと入室されても音声が聞こえません。ご注意ください。



「コンピュータオーディオに参加する」をクリック

## 2.マイク、カメラ（ビデオ）の設定

- 入室後、画面下部のメニューバーのマイクとビデオのアイコンを操作し、マイクは「ミュート」、ビデオは「ON」にしてください。



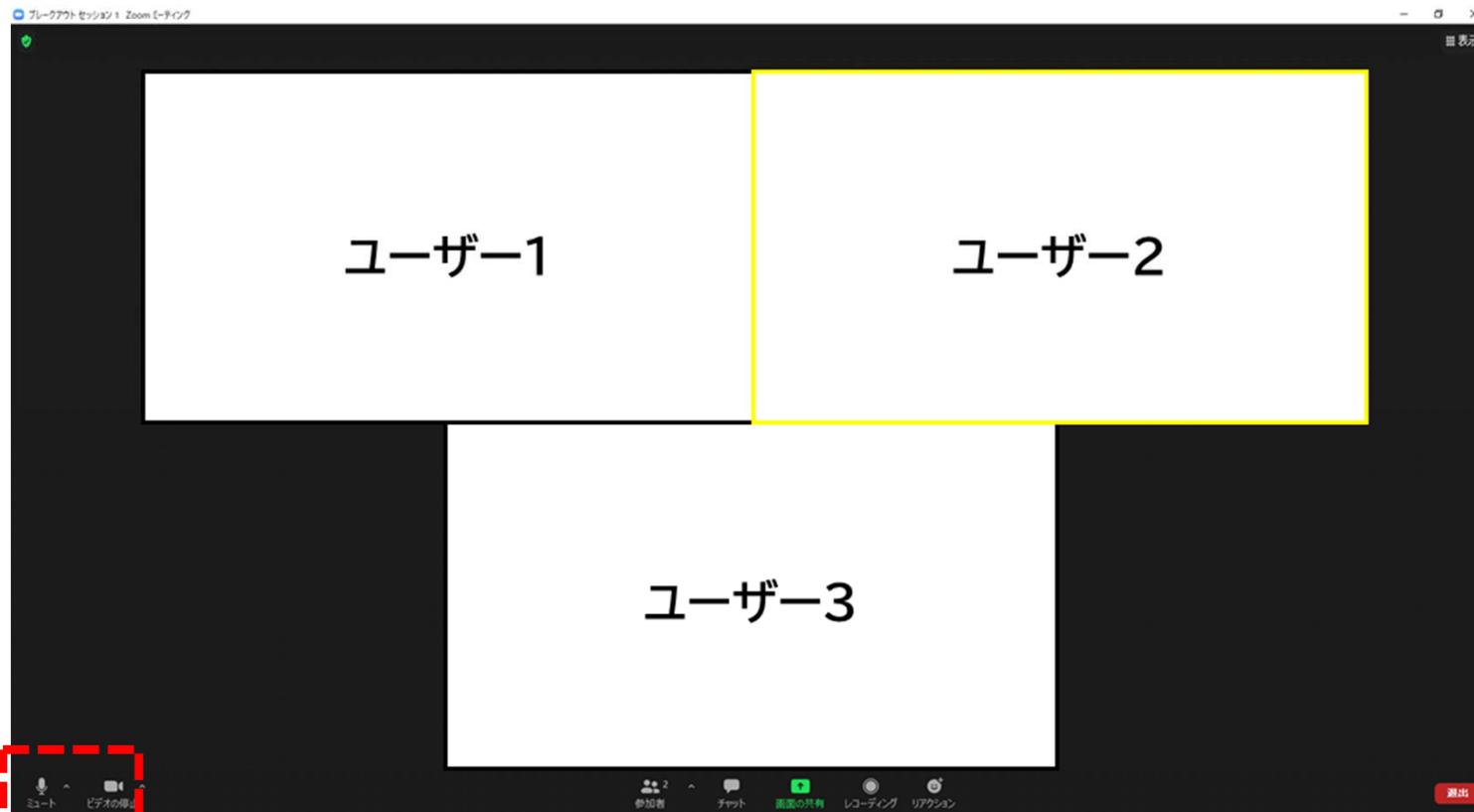
※画面の最下部の左側に  
あり分かりにくいため  
ご注意ください。



マイクミュート状態 ビデオON状態

## 2.マイク、カメラ（ビデオ）の設定 つづき

- 発言する際は、マイクの「ミュートを解除」してください。



※アイコンの横の  をクリックすると、  
マイク（オーディオ）また、  
カメラ（ビデオ）の設定が確認できます。

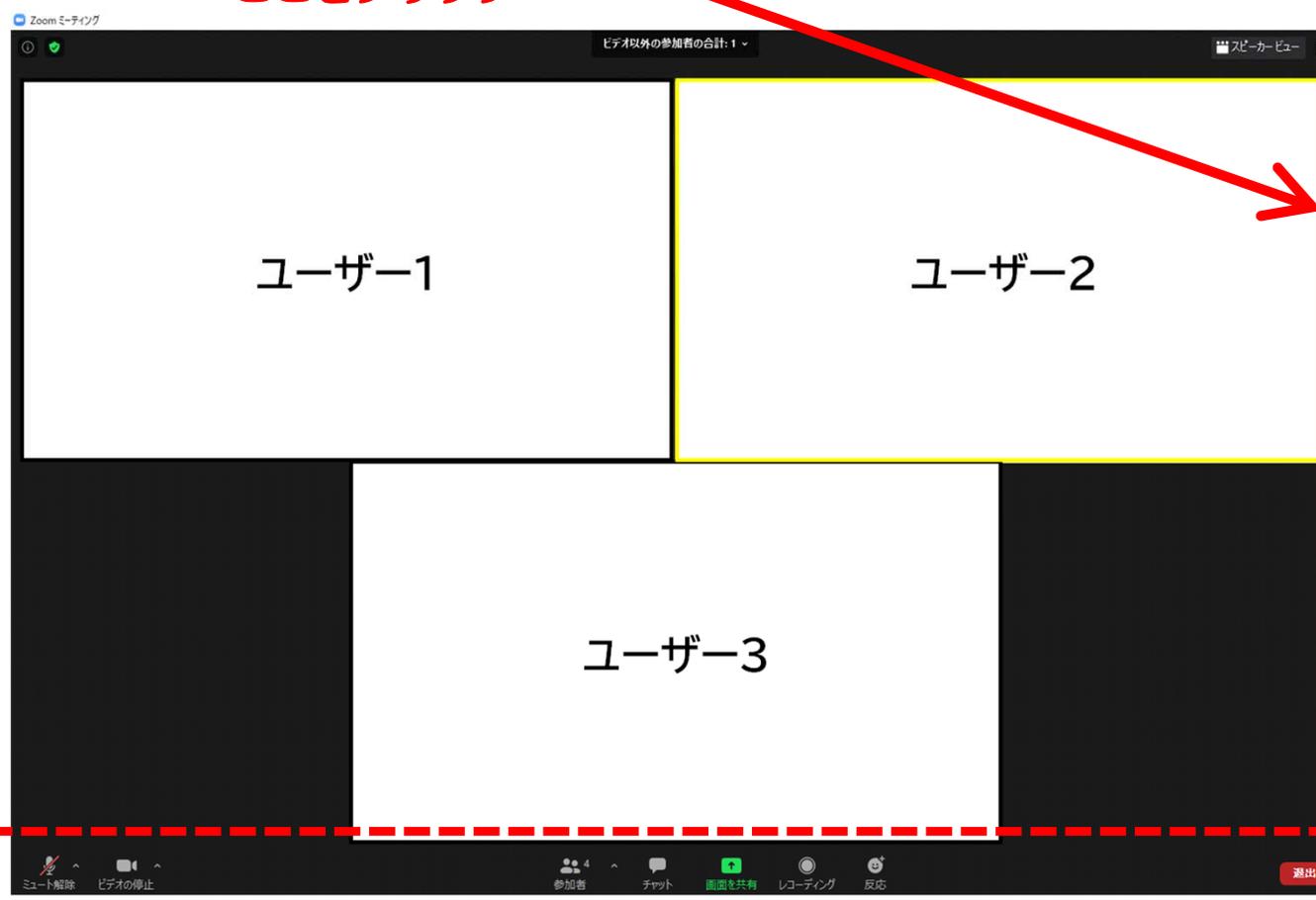
マイクミュート解除状態    ビデオON状態

### 3. 「表示名」の変更

- 「参加者」ボタンをクリックして、「参加者」欄を表示してください。



ここをクリック

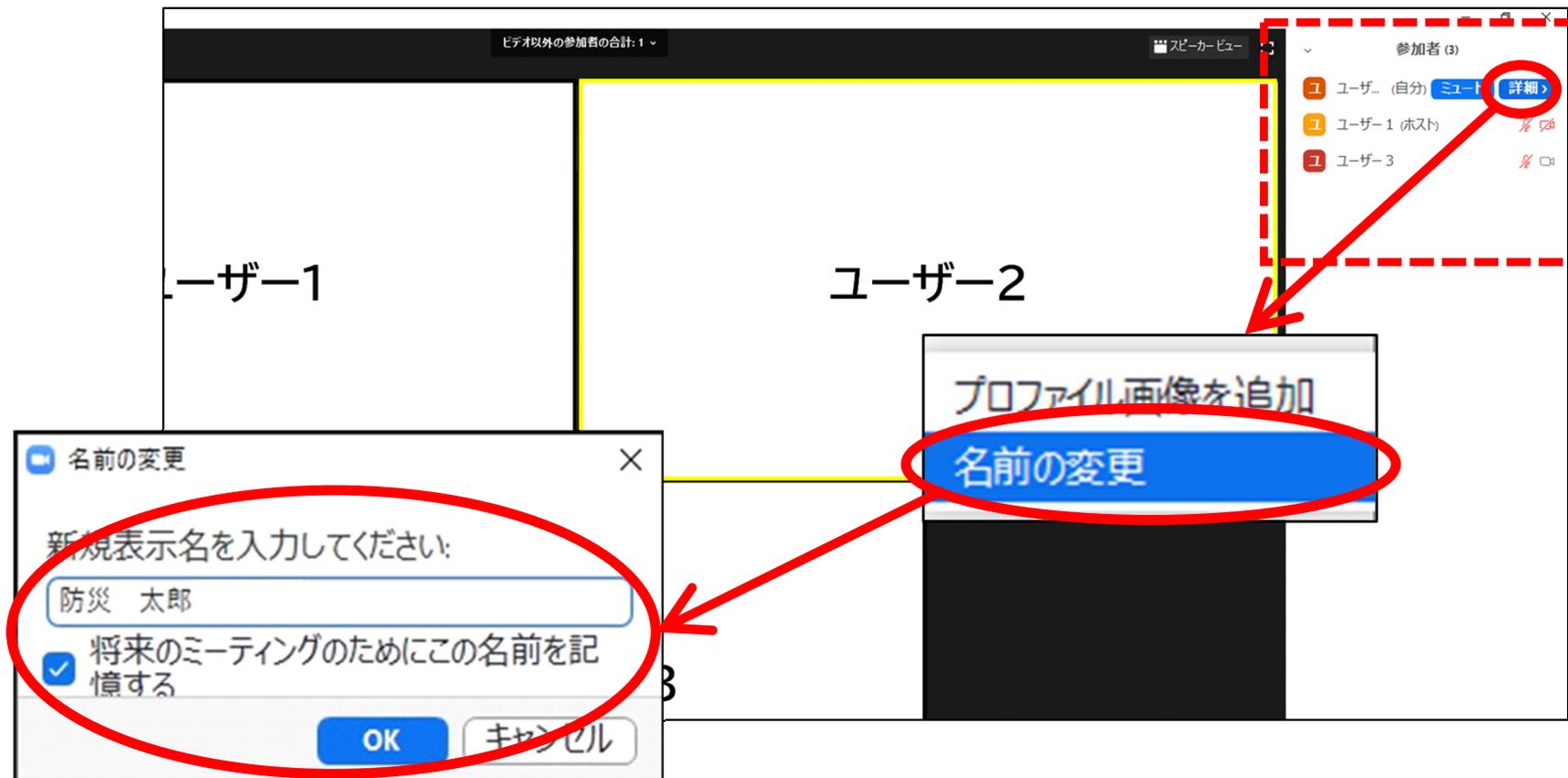


「参加者」欄  
が表示  
されます



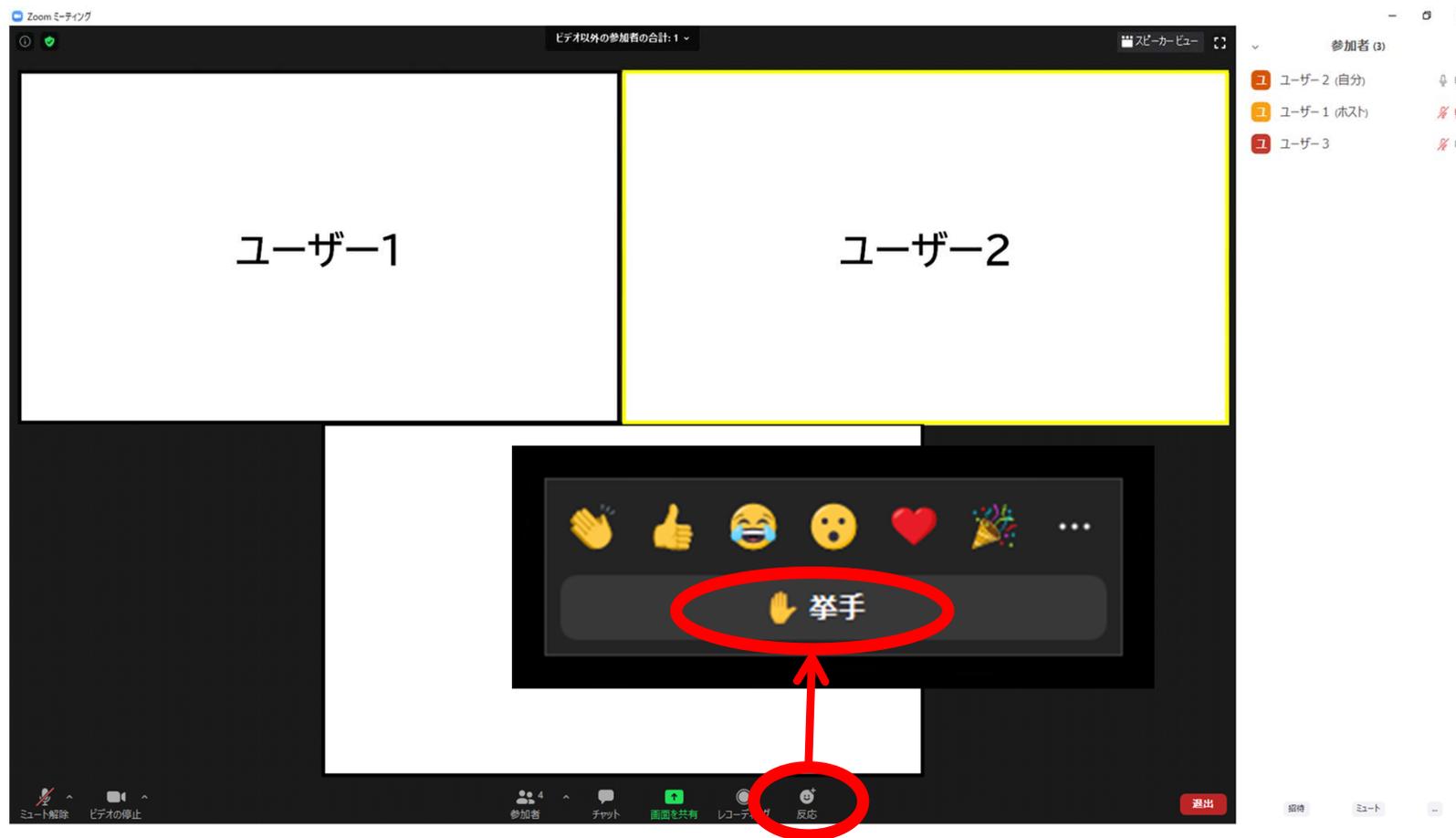
### 3. 「表示名」の変更 つづき

- 「参加者」欄の自分の名前の表示名の右にある【詳細】をクリックし、表示されるメニューの【名前の変更】をクリックします。
- 「名前の変更」画面で「氏名（漢字フルネーム）」に変更し「OK」ボタンをクリックしてください。



## 4. 「手を挙げる」機能

- 質疑応答などで挙手する際は、画面下の「リアクション（反応）」の、「挙手」をクリックしてください。  
(バージョンにより相違)



「リアクション（反応）」の「手のマーク」をクリック

## 4. 「手を挙げる」機能 つづき

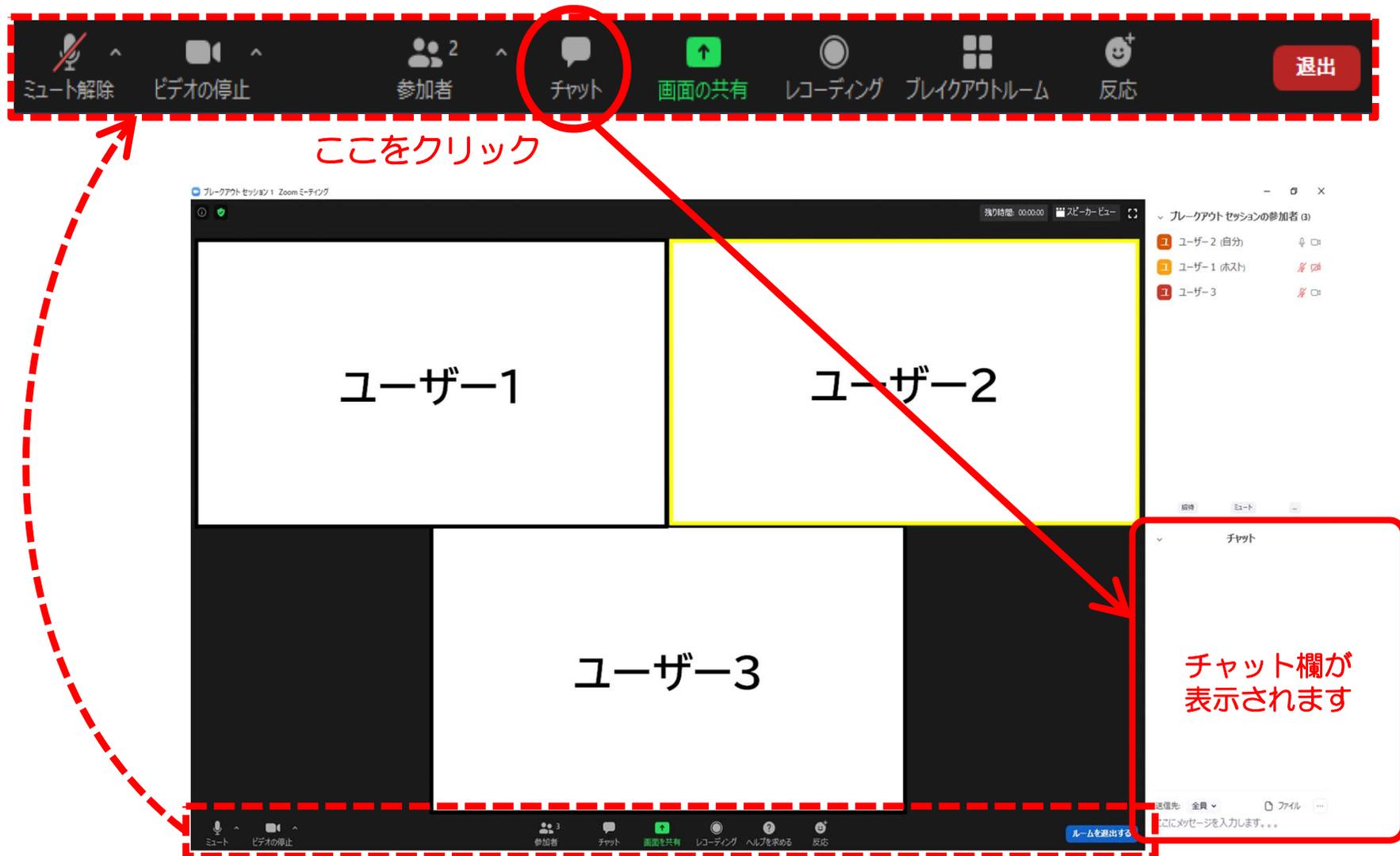
- 「挙手」すると、自分の名前の横と顔の左上に「手のマーク」が表示されます。
- 指名されたら、マイクの「ミュートを解除」して発言してください。



質疑応答など発言の際は、ミュートを解除

## 5. 「チャット」機能

- 「チャット欄」へ記入（又は閲覧）する場合は、「チャット」ボタンをクリックして「チャット」欄を表示し、記入してください。



## 6. Zoomのバージョンを確認する場合

- Zoomミーティング中にバージョンを確認する場合は、「設定」の「統計情報」から確認できます。

The screenshot shows the Zoom settings window. The '統計情報' (Statistics) menu item is circled in red. The main content area shows system information including CPU (2.8GHz, 4 cores), Memory (15.67 GB), and network details. The 'バージョン' (Version) is listed as 5.17.11 (34827) and is also circled in red.

項目	値
CPU	2.8GHz コア: 4
メモリ	15.67 GB
Zoom	0%
Zoom	803 MB
全体	1%
全体	11.91 GB (中)

帯域幅	1043 kb/s (送信)	411 kb/s (受信)
ネットワークの種類	有線	
プロキシ	-	
接続の種類	クラウド	
データセンター	米国 (PAO) にあるデータセンターを介して Zoomグローバルネットワークに接続されています	
自分の暗号化アルゴリズム	AES-256-GCM	
バージョン	5.17.11 (34827)	

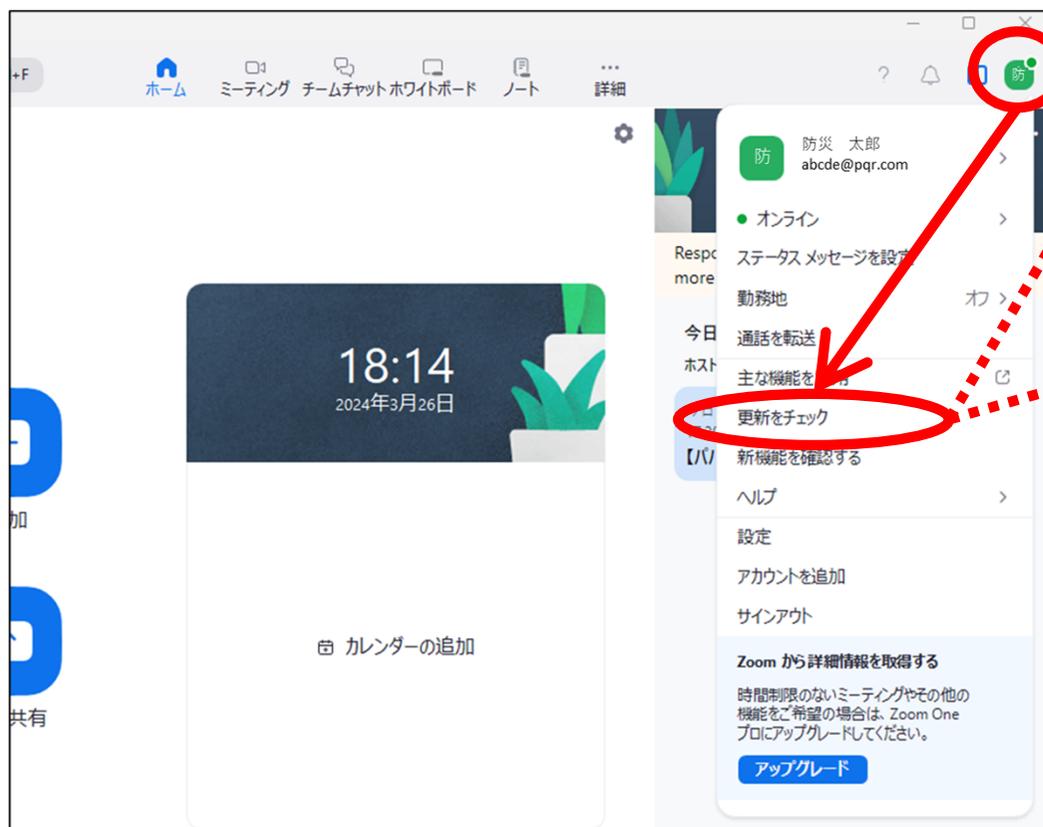


※アイコンの横の  をクリックし、オーディオ設定（またはビデオ設定）をクリックすると設定画面を表示できます。

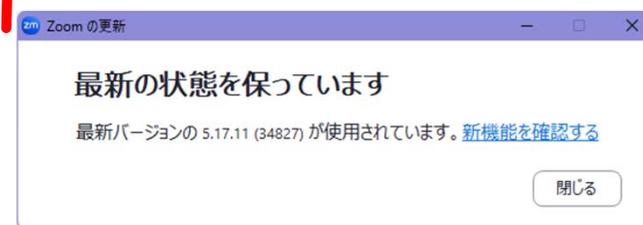
## 6. Zoomのバージョンを確認する場合 つづき

- バージョン情報は、Zoomのデスクトップアプリからも確認できます。
- デスクトップアプリの右上のアイコンをクリックし、「更新をチェック」をクリックすると、現在のバージョン情報が表示されます。

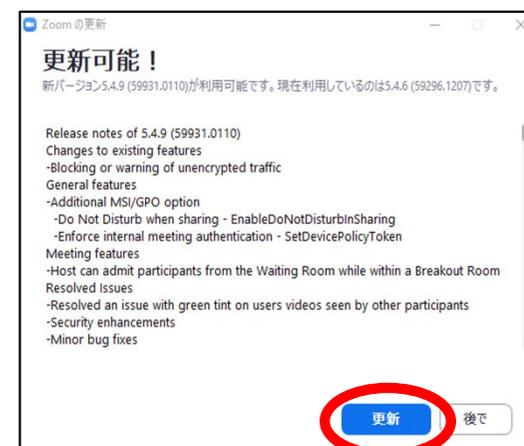
※アイコンの色は  
人によって変わります。



### 最新バージョンの場合



### 最新バージョンではない場合



「更新可能!」の表示が出たら  
更新してください。