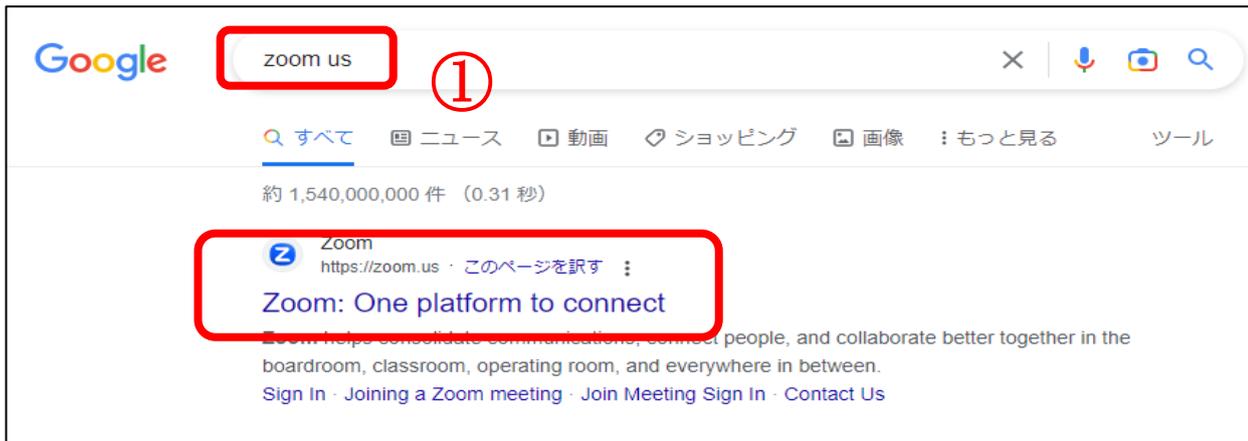


# Zoom 入室について

## (1) Zoom アプリのインストール方法

※アップデートも(1) ①~⑤ の方法で可能

### ①検索サイトで「zoom us」と検索をして、Zoom のサイトを押す



注意！検索後、「広告」と出ている検索結果は違うサイトに行ってしまうので、下の方を探してください

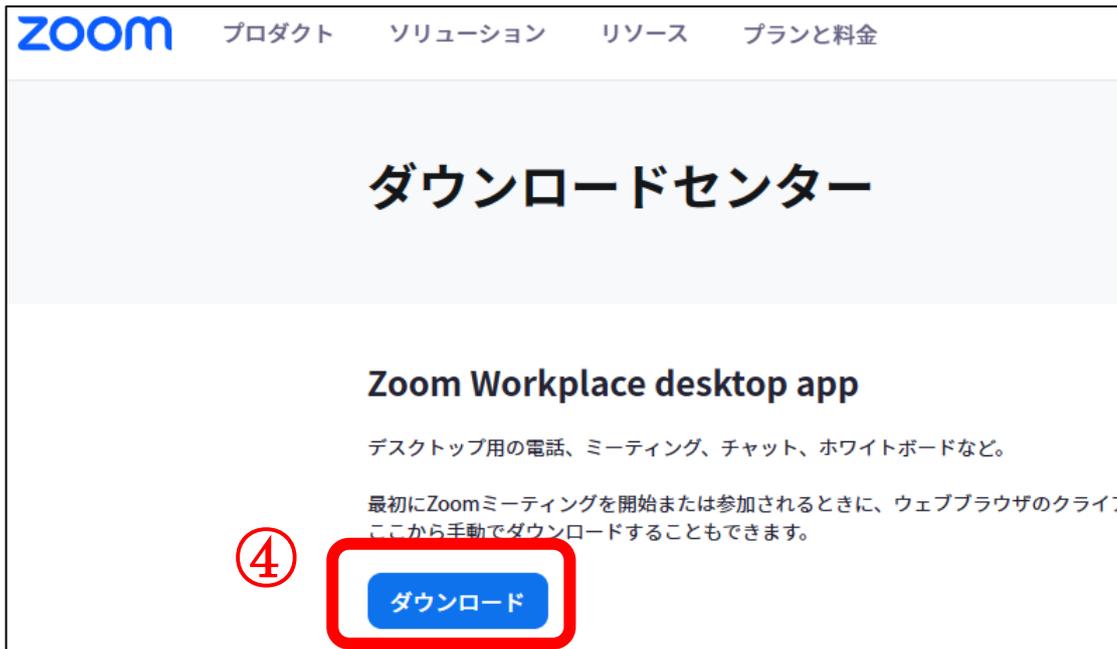
### ②Zoom のホームページの一番下までスクロール



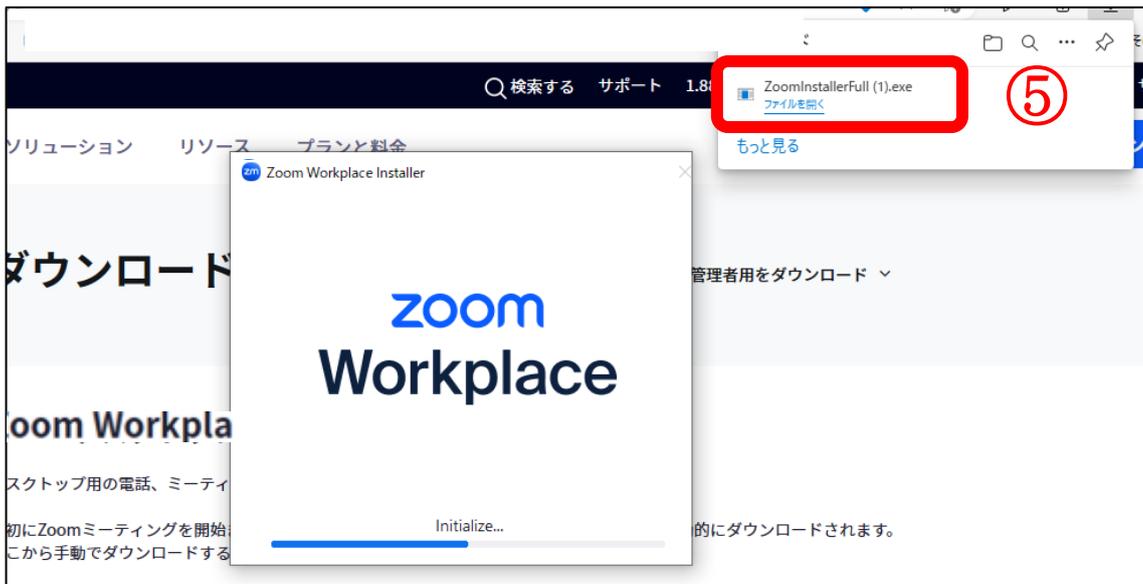
### ③ダウンロードを押す



④Zoomのダウンロードセンターで「Zoom Workplace desktop app」をダウンロード



⑤画面の右上、もしくは左下に現れる「ZoomInstallerFull.exe」を押す



⑥Zoomアプリがインストールされ、以下の場所へ保存



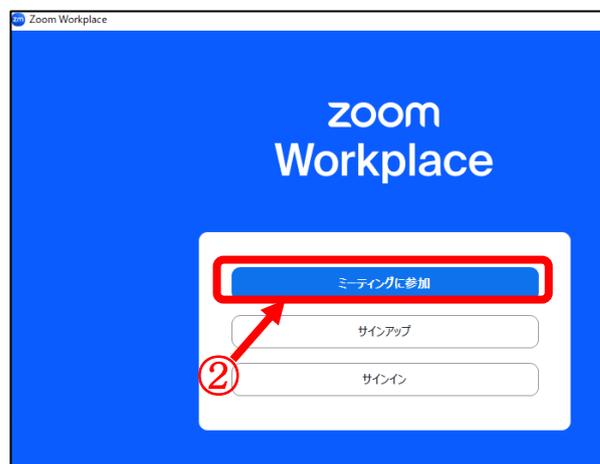
画面下の Windows   をクリック  
Windows10 Windows11  
↓  
「Z」の箇所の「Zoom」アイコン(マーク)

## (2) 当日の準備（入室準備時に行う事）

① 「Zoom」のアプリを立ち上げる

② **ミーティングに参加** を押す

注意！「サインイン」、「サインアップ」ではない！

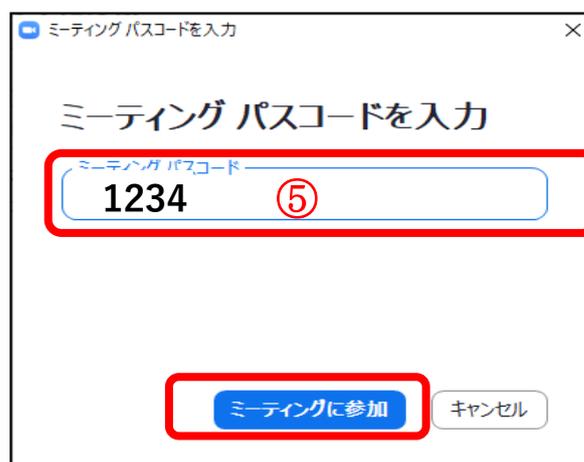


③ ミーティング ID(11桁数字) を半角数字で入力

④ 氏名(漢字) を入力し、**参加** を押す



⑤ パスコードを半角数字で入力し、**ミーティングに参加** を押す



注意！ビデオプレビューが出てきたら、

**ビデオ付きで参加** をクリック

※表示されない場合もあります

注意！



⑥ この画面が出たら、入室開始時刻まで待つ

お待ちいただく間に、

### スピーカーとマイクのテスト

をしましょう。ボタンを押してください。

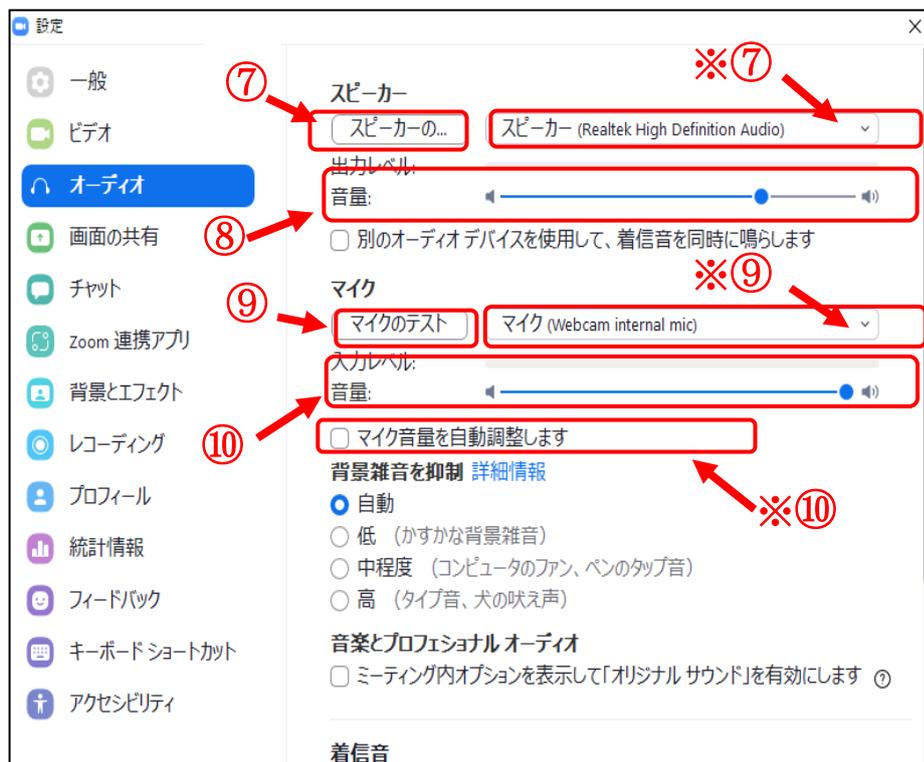


### “聞こえるか？”のテスト

⑦ **スピーカーの…**を押す  
音声が聞こえたら OK!

※⑦聞こえない時は  
右端の **▼** 印を押し、  
別のスピーカーを選択

⑧ 「音量」は  
青い丸い玉を  
左右に動かし調整



### “自分の声が伝わるか？”のテスト

⑨ **マイクのテスト**を押す。

↓

**レコーディング**と表示が変更されたらマイクに声をかける

↓

声かけ後、再度 **レコーディング** を押す

↓

**再生中** と表示が変更され、自分の声が聞こえたら OK!

※⑨聞こえない時は右端の **▼** 印を押し、別のマイクを選択

⑩ 「音量」の青い丸い玉は、一番右端に設定（相手に聞こえやすくなる）

※⑩マイク音量の自動調節 にチェックがされていると、青い丸い玉は動きません

## “ビデオに映るか？”の確認方法

⑩設定→**ビデオ**を押す



あなたの胸から上が映るように、

カメラの位置を調整



逆光で顔が暗くならないようにする。

(カーテンを閉める、室内を明るくする等)



## (3)開始～入室後に行う事

① 入室開始時刻



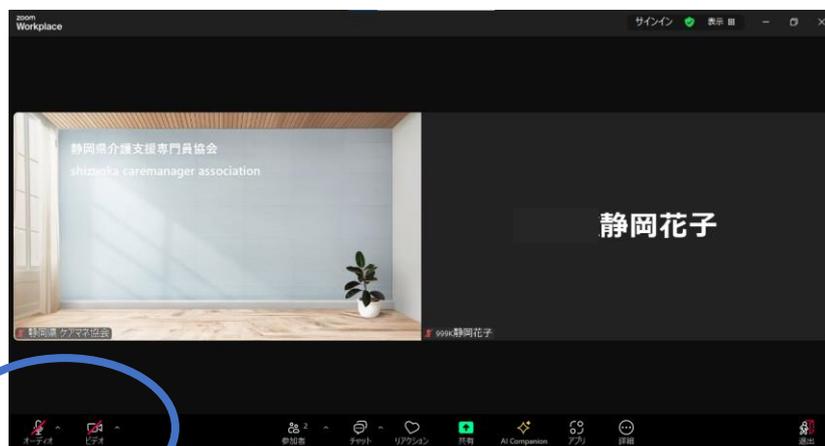
自動で入室許可



しばらく待つ



定刻に研修が開始される



② 音が出ないようにする為に、  
「オーディオ」を押す  
(赤斜線が付く)

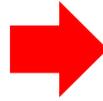
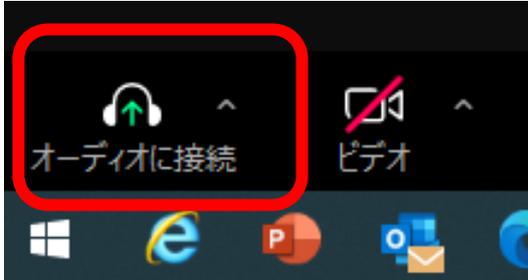
③ 画面に顔が映るように  
「ビデオ」を押す  
(赤斜線が消える)

この部分の  
拡大



※② 「オーディオ」ではなく、「オーディオに接続」と表示されている場合

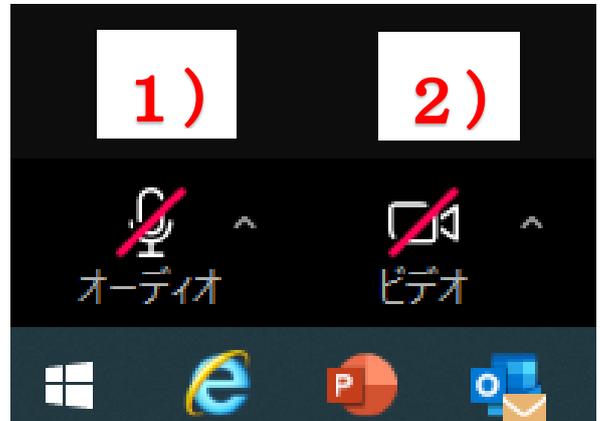
- 1) 「オーディオに接続」を押す
- 2) 「コンピュータオーディオに参加する」を押す
- 3) 「オーディオ」の表示に変わる



※画面の見え方

1) 「オーディオ」 \*画面左下のマイクのマーク

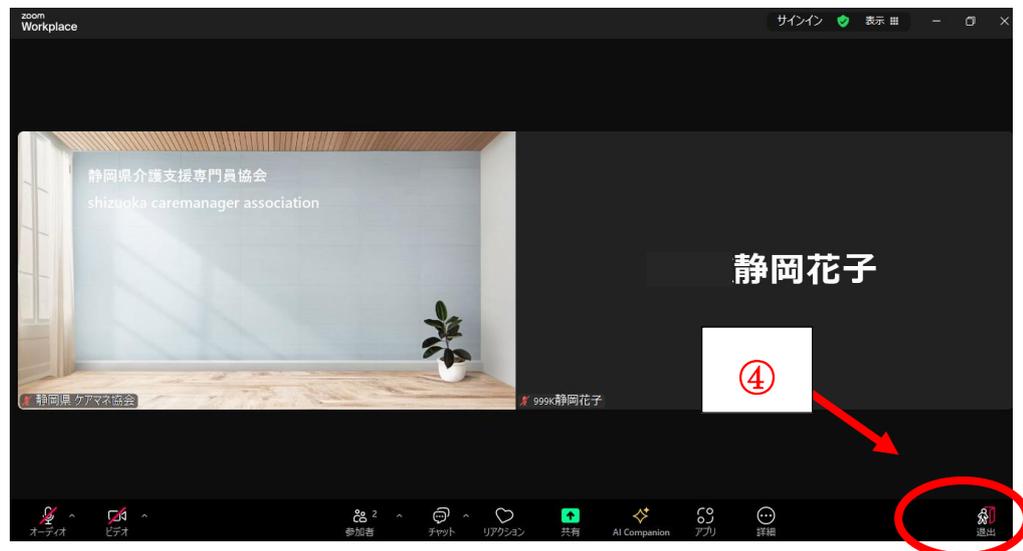
- ・「オーディオ」に赤斜線 → 音が出ない  
(マイク使用不可)
- ・「オーディオ」に赤斜線なし → 音が出る  
(マイク使用可)



2) 「ビデオ」 \*画面左下のビデオカメラのマーク

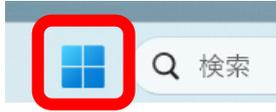
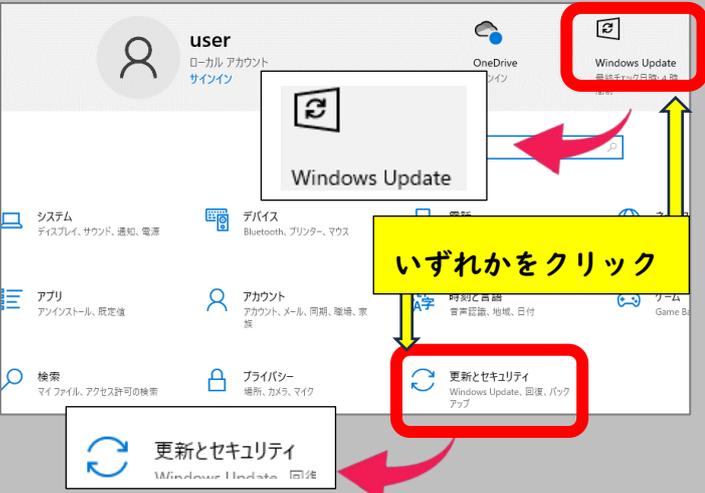
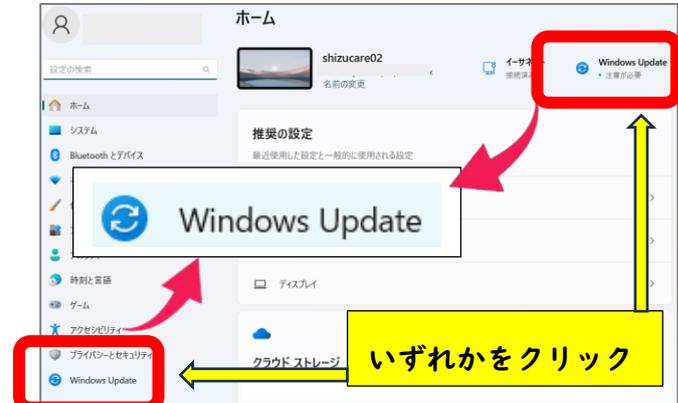
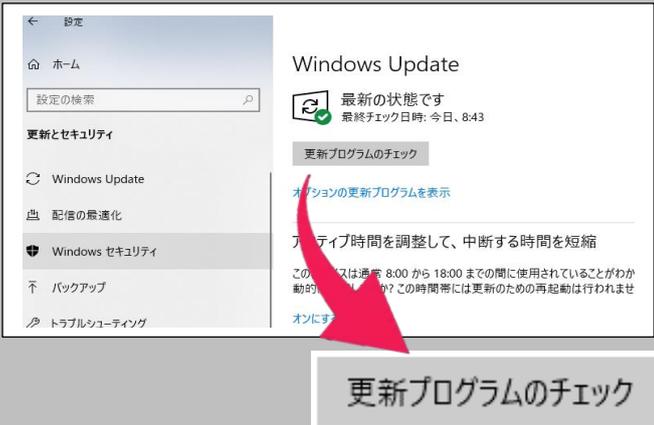
- ・「ビデオ」に赤斜線 → 自分の顔が映らない  
(相手に見えていない)
- ・「ビデオ」に赤斜線なし → 自分の顔が映っている  
(相手に見えている)

④ Zoomを終了したい時は、  
右下の **退出** を押す



## (4) 使用する前日の準備

### ア、パソコンのアップデートについて

Windows 10	Windows 11
<p>①画面左下の <b>Windows</b> をクリック</p> 	<p>①画面下の <b>Windows</b> をクリック</p> 
<p>②表示された画面左下の <b>設定</b> をクリック</p> 	<p>②表示された画面の <b>設定</b> をクリック</p> 
<p>③画面下部の <b>更新とセキュリティ</b>、 もしくは画面右上の <b>Windows Update</b> をクリック</p> 	<p>③画面左下、もしくは右上の <b>Windows Update</b> を クリック</p> 
<p>④画面上部の <b>更新プログラムのチェック</b> をクリック</p> 	<p>④画面上部の <b>更新プログラムのチェック</b> をクリック</p> 

⑤アップデートが終わったら、もう一度③まで行う



⑤アップデートが終わったら、もう一度③まで行う



⑥使用中パソコンの不具合が出ないように更新を一時停止するため、**更新を7日間一時停止**をクリック



更新を7日間一時停止

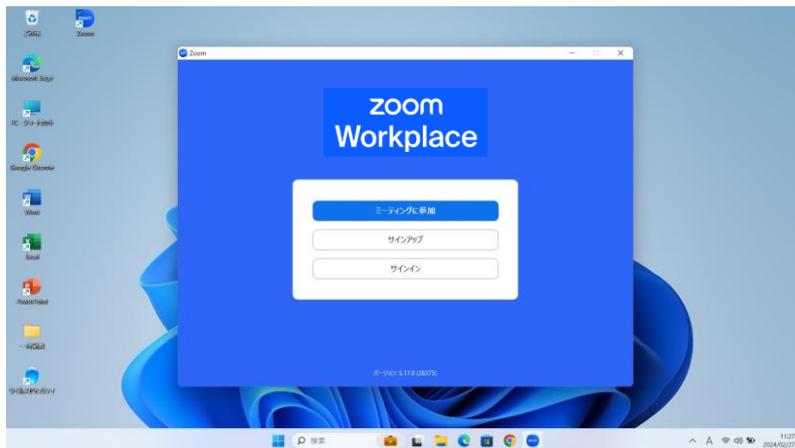
⑥使用中パソコンの不具合が出ないように更新を一時停止するため、**1週間一時停止する**をクリック



1週間一時停止する

## イ、Zoom アプリのアップデートについて

① Zoom アイコン(マーク)から、Zoom アプリを開く ※(2)Zoom アプリインストール方法 ⑥を参照



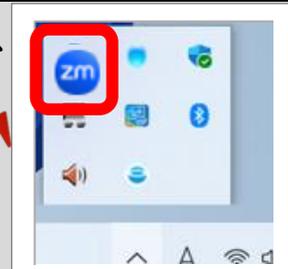
② (ア) もしくは(イ)にて、Zoom アイコンを右クリック

(ア) 画面右下の Zoom アイコンを右クリック

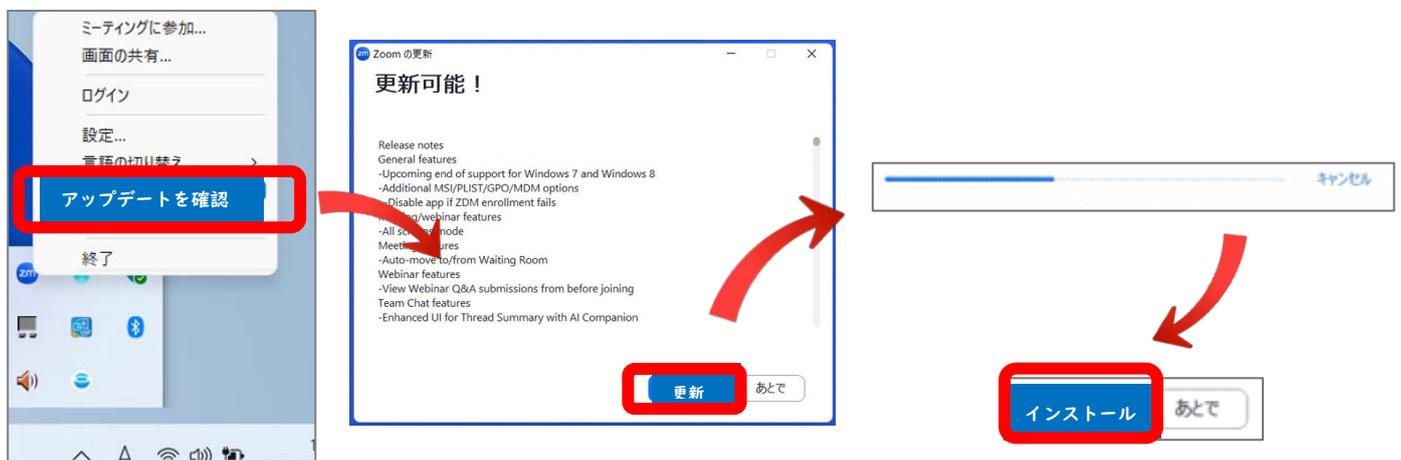


(イ) 画面右下の上矢印をクリックし、

Zoom アイコンを右クリック



③ アップデートを確認 をクリックし、更新 をクリック。最後に インストール をクリック。



※ 「(1)Zoom アプリインストール方法」 ①～⑤を行っても、同様にアップデートができます。

注意！パソコンや Zoom のアップデートがされていない場合、以下のような不具合が起きます。

- ・ Zoom 使用時に音が聞こえない、マイクが途切れる、画面が映らない
- ・ パソコンが固まる、再起動してしまう…等

**※使用する前日に必ずアップデートを行ってください**