iPhone
スマートフォン初心者編

Zoomの使い方





Zoomの使い方

目　次

1-A オンライン会議とは ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P4
1-B Zoomの基本事項 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P5
1-C Zoomアプリのインストール ・・・・・・・・・・・・ P6
1-D ミーティングの参加方法 ・・・・・・・・・・・・・・・ P7
1-E ミーティングに参加する前に ・・・・・・・・・・ P8
1-F おすすめの事前設定 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P10
1-G ミーティングに参加してみよう ・・・・・・・・ P13
1-H ミーティング中の画面レイアウト ・・・・・・ P14
1-I ミーティング中の操作方法 ・・・・・・・・・・・・ P15



1

Zoomの使い方



1-A　Zoomの使い方
オンライン会議とは

オンライン会議とは？

オンライン会議とは、インターネットや電話回線を通じて、遠くにいる人とオンライン上でビデオ通話ができる仕組みのことです。研修や会議、イベント、オンライン飲み会等様々な場面で使われています。１対１で行う小規模な会議から、５００人以上も集まる大規模なイベント等、様々な行事に使われています。

主なオンライン会議システム
Zoom、Skype、Microsoft Teams等

今回は一番使用される頻度が高いと思われるZoomを使って、実際の参加方法等を説明していきます。



1-B Zoomの使い方 Zoomの基本事項

Zoomとは？



Zoomとはオンライン会議システムのひとつです。
パソコンでも使用できますが、iPhoneには元々カメラ・マイク・スピーカーがついているため、無料アプリをインストールすればすぐに使うことができます。
アメリカで作られたアプリのため、初めは聞きなれない言葉が出てくるかもしれませんが、少しづつ慣れていきましょう。

Zoomで使用される言葉の一例

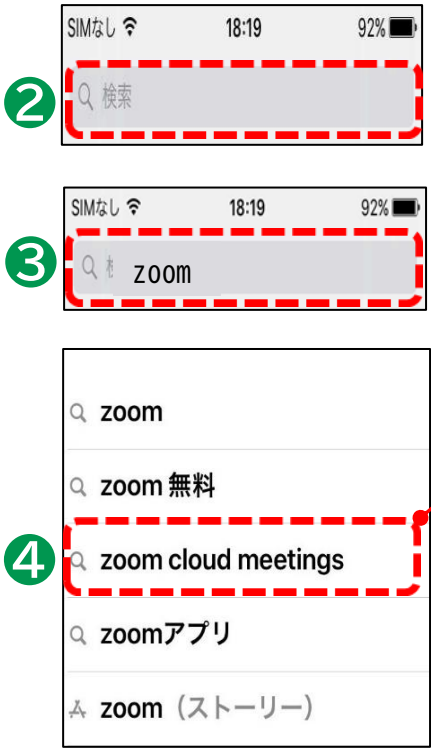
Zoomの言葉	意 味
ミーティング	オンライン会議のこと
ホスト、共同ホスト	会議の主催者、共同主催者
ミュート	自分のマイクの音を消す
オーディオに接続する	会議の音声に接続すること 接続すると会議の音声が聞こえるようになる

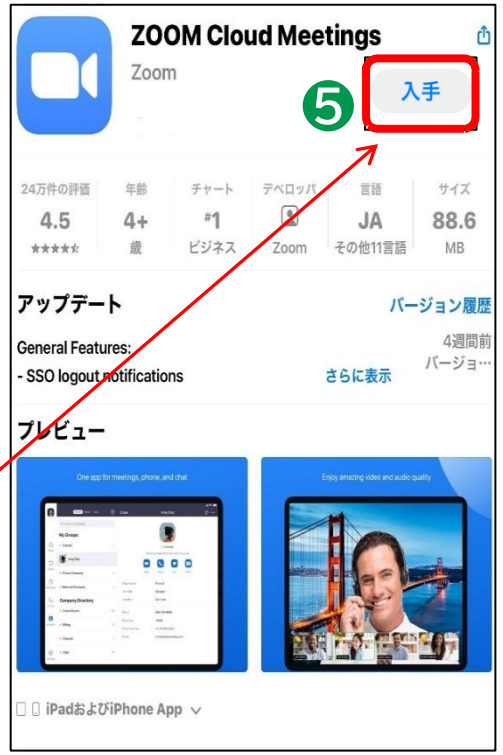
1-C Zoomの使い方 Zoomアプリのインストール

Zoomのアプリをインストールをしましょう。

1. 「App Store」をダブルタップ
2. 「検索」をダブルタップ
3. 「Zoom」と入力 平仮名やカタカナでも検索できます。
4. 「Zoom Cloud Meetings」というアプリをリスト一覧から見つけてダブルタップ
5. 「入手」をダブルタップ







1-D　Zoomの使い方
ミーティングの参加方法

ミーティングに参加する方法は３つあります。

❶ 招待メールのURLからアクセスする方法

❷ アプリを開いてミーティングIDとパスワードを入力して参加する方法

❸ 電話からミーティングに参加する方法



招待メールとは、ミーティングに参加するための情報（開催日時、URL、ミーティングID、パスワード等）が書かれたメールのことです。通常、主催者から事前に送られてきます。

一番簡単なのは❶の招待メールからアクセスする方法です。

1-E Zoomの使い方 ミーティングに参加する前に（ログインしていない方）

ミーティングを始める前に設定の確認をしておきましょう。
一度設定をしておくと、次回も同じ設定が反映されます。





1. アプリ起動後、画面の左上「設定ボタン」をダブルタップします。
2. 右スワイプで「ミーティング」を選択し、ダブルタップします。

設定画面ではいくつかの設定項目がリスト状に並んでいます。

左右のスワイプで項目間を移動し、ダブルタップして変更を行います。

一部項目は、ダブルタップするとさらに選択項目が出てきます。

1-E Zoomの使い方 ミーティングに参加する前に（ログインしている方）

ミーティングを始める前に設定の確認をしておきましょう。
一度設定をしておくと、次回も同じ設定が反映されます。





1. アプリ起動後、画面の右下の「詳細」をダブルタップします。
2. 右スワイプで「ミーティング」を選択し、ダブルタップして設定を開きます。

設定画面ではいくつかの設定項目がリスト状に並んでいます。

左右のスワイプで項目間を移動し、ダブルタップして変更を行います。

一部項目は、ダブルタップするとさらに選択項目が出てきます。

1-F Zoomの使い方 おすすめの事前設定１



前頁「設定」内の「ミーティング」を開きます。

❶ オーディオを自動接続

会議に参加すると音声が聞こえるようになります。

＜設定方法＞
右スワイプで「オーディオを自動接続」を選択し
ダブルタップします。

右スワイプで「WiFiまたは携帯のデータ」を選択し
ダブルタップします。



1-F Zoomの使い方 おすすめの事前設定２



❷ 自分のマイクを常にミュート

入室時に自分のマイクが自動的にオフになります。
入室後にオンオフは切り替え可能です。
入室直後に意図しない音声がミーティングに流れるのを防ぐことができます。

＜設定方法＞
右スワイプで「自分のマイクを常にミュート」を選択しダブルタップしてオンオフを切り替えます。

❸ 自分のビデオを常にオフ

入室時に自分のビデオが自動的にオフになります。
入室後にオンオフは切り替え可能です。
入室直後に意図しない映像がミーティングに流れるのを防ぐことができます。

＜設定方法＞
右スワイプで「自分のビデオを常にオフ」を選択し、ダブルタップしてオンオフを切り替えます。

1-F Zoomの使い方 おすすめの事前設定３



❹ 常にビデオプレビューを表示

入室する前に自分がカメラにどのように映っているかを確認することができます。

初期の設定ではオンになっていますが、前述の自動接続をオン、ビデオプレビューをオフにすることで招待メールからの入室が簡単になります。

慣れるまではオフにしておくといいでしょう。

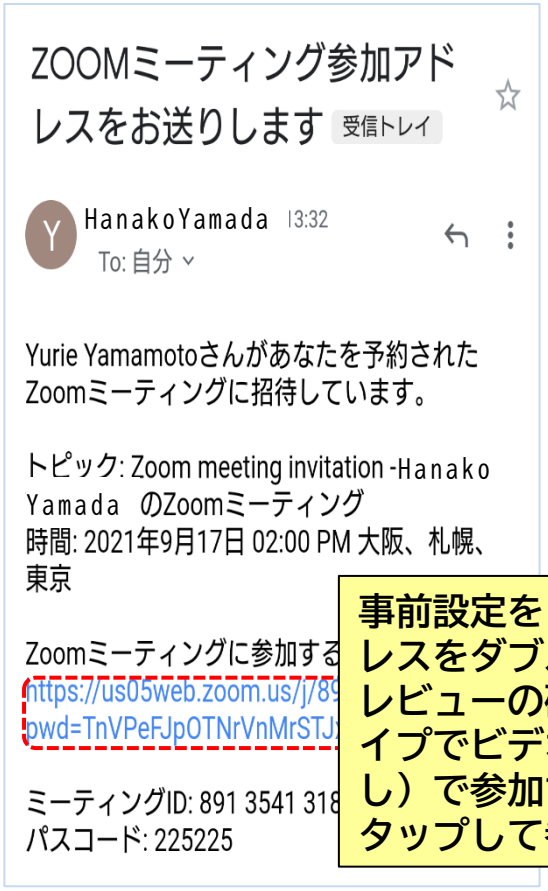
＜設定方法＞
右スワイプで「常にビデオプレビューを表示」を選択しダブルタップしてオンオフを切り替えます。

※ 会議中、VoiceOverでの音声が煩わしい場合はオフにするとよいでしょう。

1-G Zoomの使い方 ミーティングに参加してみよう

招待メールから参加してみましょう

❶ 招待メールを開き、スワイプでURLまで進みダブルタップすると、Zoomアプリが自動で起動します。



事前設定をしていない場合、アドレスをダブルタップ後、ビデオプレビューの確認が出ます。右スワイプでビデオあり（もしくはなし）で参加するを選び、ダブルタップして参加します。

❷ ホストがミーティングの参加を許可するのを待ちます。
※この画面が出ない場合もあります。

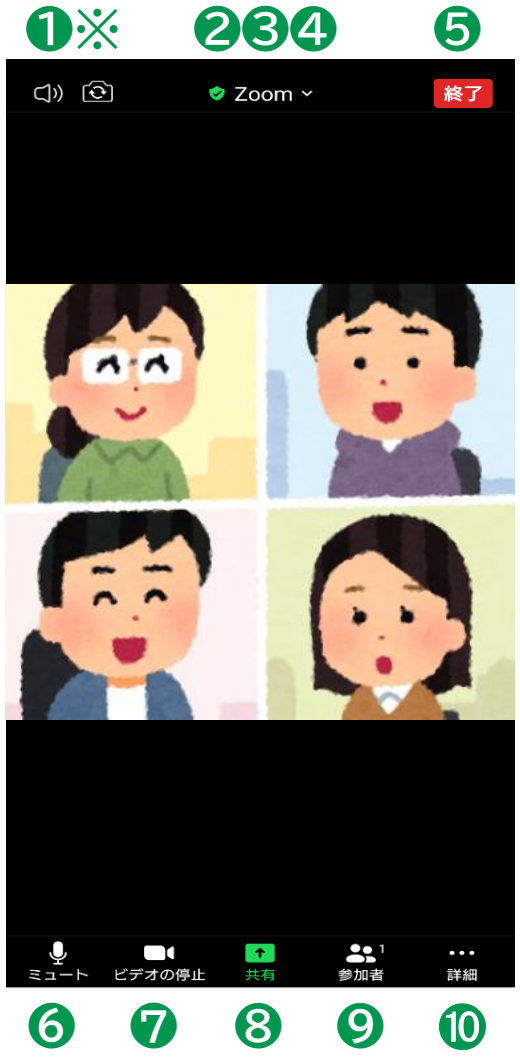


❸ ホストが許可すると、ミーティングに参加することができます。



事前設定をしていない場合、ホストの参加許可後にオーディオ接続についての選択が入ります。右スワイプでWiFiまたは携帯のデータを選び、ダブルタップで決定します。

1-H Zoomの使い方 ミーティング中の画面レイアウト



ミーティング中の画面レイアウト

画面上部のボタン

❶スピーカーフォンの切替 ❷強化暗号化 ❸Zoom
❹ミーティング情報 ❺退出
※カメラ切り替え（マイビデオがオフの場合はありません）

画面下部のボタン

❻オーディオをミュート/ミュートの解除
❼マイビデオの開始/停止 ❽共有 ❾参加者 ❿詳細

画面中央付近は参加者のビデオが映っています。

1-I　Zoomの使い方
ミーティング中の操作方法１



※ ミーティング中、各ボタンは左右のスワイプで移動します。
※ マイクがオンになっていても、初期設定では操作中のVoiceOverの読み上げ音は他の参加者には聞こえません。
※ ミーティングに参加中はSiriが使えなくなるので注意しましょう。
※ ミーティングをホストが録音する場合があります。
録音が始まると許可を求めるメッセージが出るので、右スワイプで進み、了解をダブルタップします。

1-I　Zoomの使い方
ミーティング中の操作方法２

ミーティング中によく使用する操作をご紹介します。



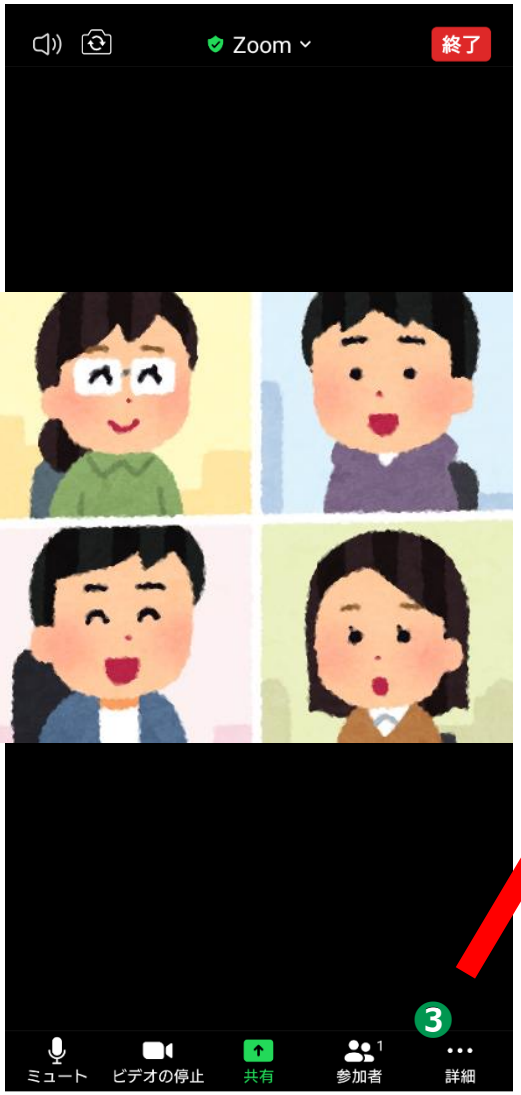
❶ オーディオミュートのオン/オフ

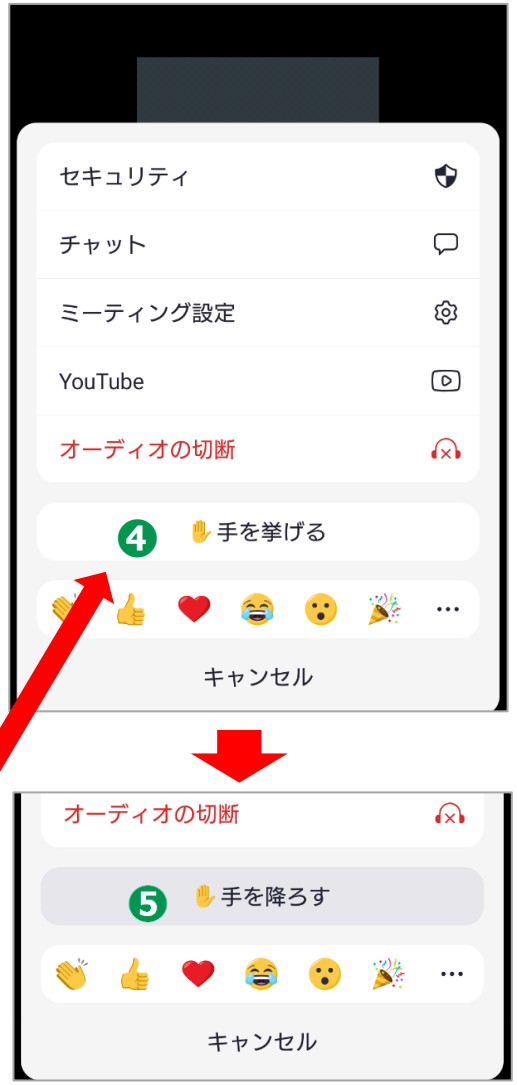
・画面左下の❶オーディオのミュートボタンをダブルタップ。
もしくは２本指で画面のどこかをダブルタップ。
・オーディオミュートをオンにすると、自分の声が相手に聞こえなくなり、オフにすると聞こえるようになります。
・相手の声はオンオフどちらの状態でも聞こえます。
・ミーティング中はミュートがオフになっていると、独り言や周囲の生活音も他の参加者に聞こえてしまいます。
聞かれたくない場合はミュートするようにしましょう。

❷ マイビデオの開始/停止

・❷のマイビデオの開始/停止のボタンをダブルタップすることで、オンオフを切替できます。
・マイビデオを開始すると、ビデオオンになり、自分の姿が相手の画面に映ります。逆に停止すると、ビデオオフになり、自分の姿は相手から見えません。

1-I Zoomの使い方 ミーティング中の操作方法３





❸ 手を挙げる

画面右下❸の詳細の設定ボタンをダブルタップして、詳細設定のメニューを開きます。右スワイプで手を挙げるボタンまで進み、ダブルタップで手を挙げることができます。
手を挙げると、ホストに手を挙げているという通知がいきます。
大勢が参加する研修会で質問をするときなどに使用します。

手を降ろすときは、❺の手を降ろすボタンをダブルタップします。
手を挙げている状態のみ、手を挙げるボタンの代わりに出現します。

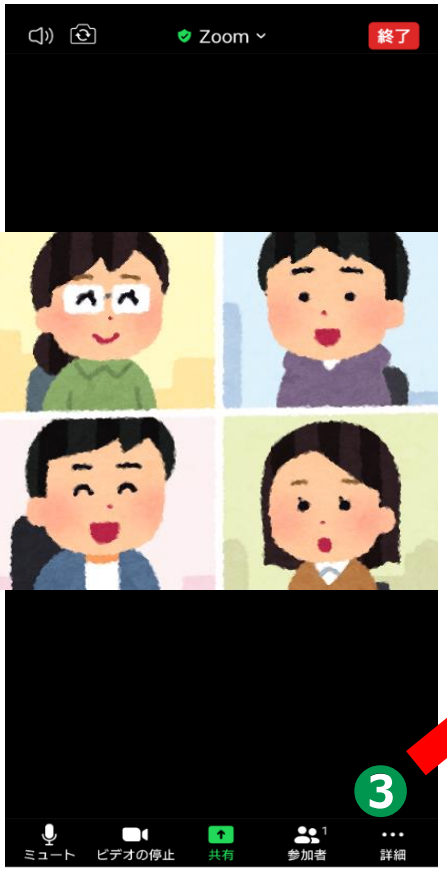


手を降ろすまでずっと挙げている状態です。

1-I　Zoomの使い方 ミーティング中の操作方法４

❹ バーチャル背景の設定

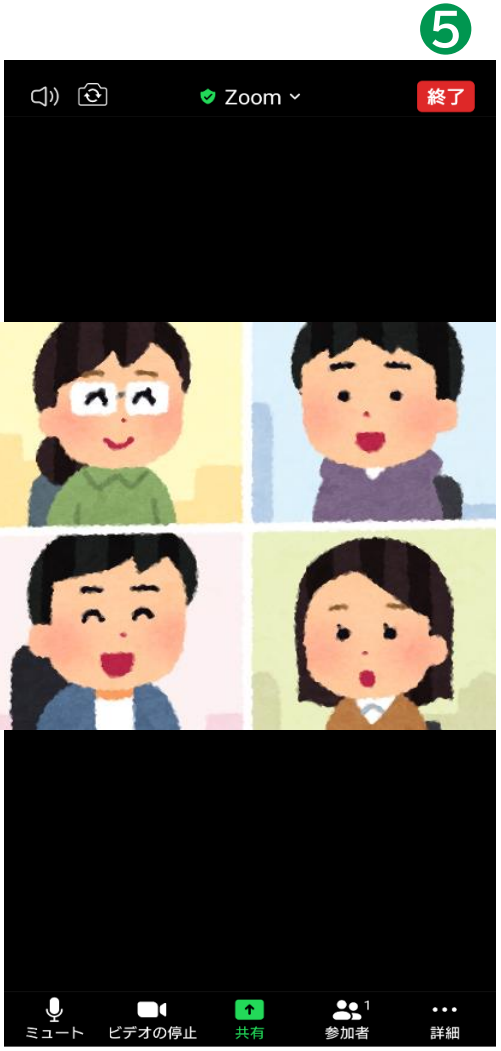
バーチャル背景は、ビデオに映る背景を変更できる機能です。
Zoomではカメラとの角度・距離によっては顔だけでなく、その後ろの様子まで映ってしまいます。バーチャル背景を使うと、自宅で会議に参加する際など、背景を気にせず参加できます。





＜設定方法＞
画面の右下❸の詳細の設定ボタンをダブルタップして、詳細設定のメニューを開きます。
右スワイプで背景とフィルターボタン（バージョンによってはバーチャル背景ボタン）まで進み、ダブルタップします。
背景がいくつか出てくるので、右スワイプで好きな背景を選んでダブルタップします。

1-I　Zoomの使い方
ミーティング中の操作方法５



❺退室する

ミーティングを退出するには、❺退出ボタンをダブルタップします。
ミーティングが終わり、ホストがミーティングを閉じる場合もあります。その場合は特別に操作する必要はありませんので、そのままアプリを閉じましょう。

最後に・・・
Zoomを使いこなすことができれば、コロナ禍でも気兼ねなく友達と会話出来たり、普段は参加できないような遠方の施設のイベントにも参加できたりと、生活の幅が広がります。
ぜひZoomを練習して色々なイベントに参加してみてください！

