

Zoomでの研修受講方法

令和7年4月時点で確認している画面構成となります。
Zoomのバージョンアップ等で部分的に変更になる可能性があります。



目次

◆ 事前確認

1. 受講環境 . . . P2
2. 受講機器 . . . P3

◆ 研修日の前日までに準備するもの

1. 研修資料の準備 . . . P4

◆ 研修当日

1. PC（Zoomホームページ）からの研修参加 . . . P5
2. PC（Zoomアプリ）からの研修参加 . . . P8
3. タブレット端末からの研修参加 . . . P10
4. その他（困ったときの対処方法） . . . P11



事前確認

1. 受講環境（下記の環境をご準備ください。）

① 安定したネット環境

※ 光回線など高速かつ安定したインターネット回線を推奨します。また、無線LANよりも優先LANが望ましいです。

② 静かな環境

※ 個室や会議室等、周囲の音が入らない場所をご準備ください。



事前確認

2. 受講機器（下記の機器をご用意ください。）

	機器	Zoomが動作するためのシステム要件
PCで受講 ※推奨	<ul style="list-style-type: none">・ PC（Windows 11またはmacOS XとmacOS X(10.10)以降 推奨）・ WEB用カメラ ※ PCに内蔵されていない場合・ 音声通話可能なヘッドセット等（マイクヘッドホン一体型） ※ PCに内蔵されていない場合	<p>■ Zoomヘルプセンターのページ 以下のURLからご確認ください。</p> <p>https://support.zoom.com/hc/ja/article?id=zm_kb&sysparm_article=KBoo60761</p>
タブレットで受講	<ul style="list-style-type: none">・ タブレット端末・ 充電器・ 音声通話可能なヘッドセット等	<p>■ Zoomヘルプセンターのページ 以下のURLからご確認ください。</p> <p>https://support.zoom.com/hc/ja/article?id=zm_kb&sysparm_article=KBoo61746</p>

※ Zoomは最新バージョンへアップグレード/アップデートをお願いします。

※ スマートフォンでの受講はあまり望ましくないため、極力避けてください。



研修日の 前日までに 準備するもの

1. 研修資料の準備

- 研修をより効果的に受けていただくために、事前に研修資料のご準備（印刷）をお願いいたします。
- 研修資料のダウンロード方法（研修日3日前までに掲載予定）
受講者様宛にお送りしているご案内メール「受講決定のお知らせ」内に記載されている資料ダウンロードURLよりご確認ください。



1. PC（Zoomホームページ）からの研修参加

- ① 「<https://zoom.us/ja/join>」にアクセスする。

ミーティングに参加する

ミーティングIDまたはパーソナルリンク名

ミーティング ID またはパーソナル リンク名を入

[参加] をクリックすると、当社の利用規約とプライバシー
ステートメントに同意したことになります

参加

H.323/SIPルームシステムからミーティングに参加する



1. PC（Zoomホームページ）からの研修参加

- ② 「受講決定のお知らせに」記載されている「ミーティングID」を入力し「参加」をクリック。
- ③ Zoomを「開く」をクリック。

研修当日 Zoomホームページ からの参加方法

②

ミーティングに参加する

ミーティングIDまたはパーソナルリンク名

000 000 0000 | ← ID入力

[参加]をクリックすると、当社の利用規約とプライバシーポリシーに同意したことになります

参加

H.323/SIPルームシステムからミーティングに参加する

③

このサイトは、Zoom Meetingsを開こうとしています。
https://zoom.usでは、このアプリケーションを開くことを要求しています。

zoom.usが、関連付けられたアプリでこの種類のリンクを開くことを常に許可する

開く キャンセル

ブラウザが表示しているダイアログの**Open Zoom Workplace app**をクリックしてください

ダイアログが表示されない場合は、以下の**ミーティングを起動**をクリックしてください

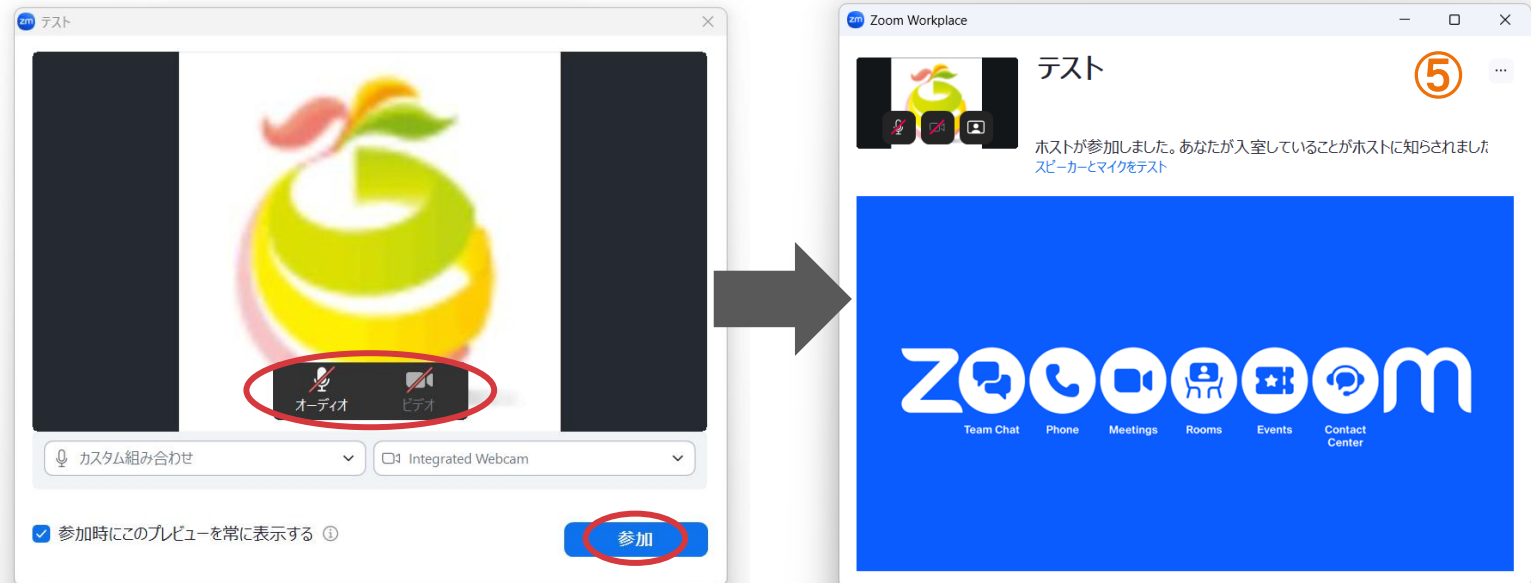
ミーティングに参加することにより、サービス利用規約とプライバシーポリシーに同意したことになります。

ミーティングを起動



1. PC（Zoomホームページ）からの研修参加

- ④ オーディオ、ビデオをオフ  の状態にして「参加」をクリック。
- ⑤ ⑤の画面になりましたら、画面が切り替わるまでお待ちください。



※ Zoomホームページから入室の場合は、入室後に「名前の変更」をお願いします。
受講番号と名前を入力（例：03 名介研 太郎）

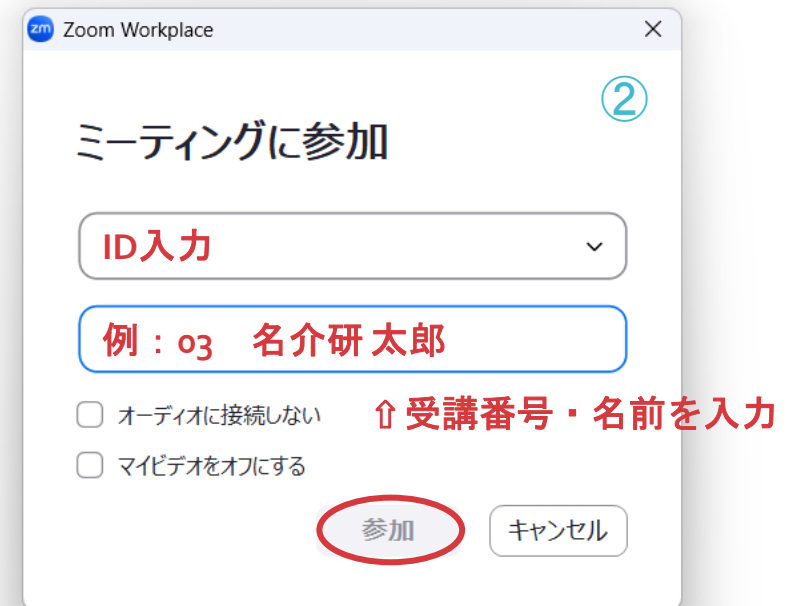
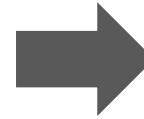


研修当日

Zoomアプリ からの参加方法

2. PC（Zoomアプリ）からの研修参加

- ① Zoomのアプリを起動して「参加」をクリックする。
- ② 「受講決定のお知らせ」に記載されている「ミーティングID」と「受講番号・名前」を入力し「参加」をクリック。

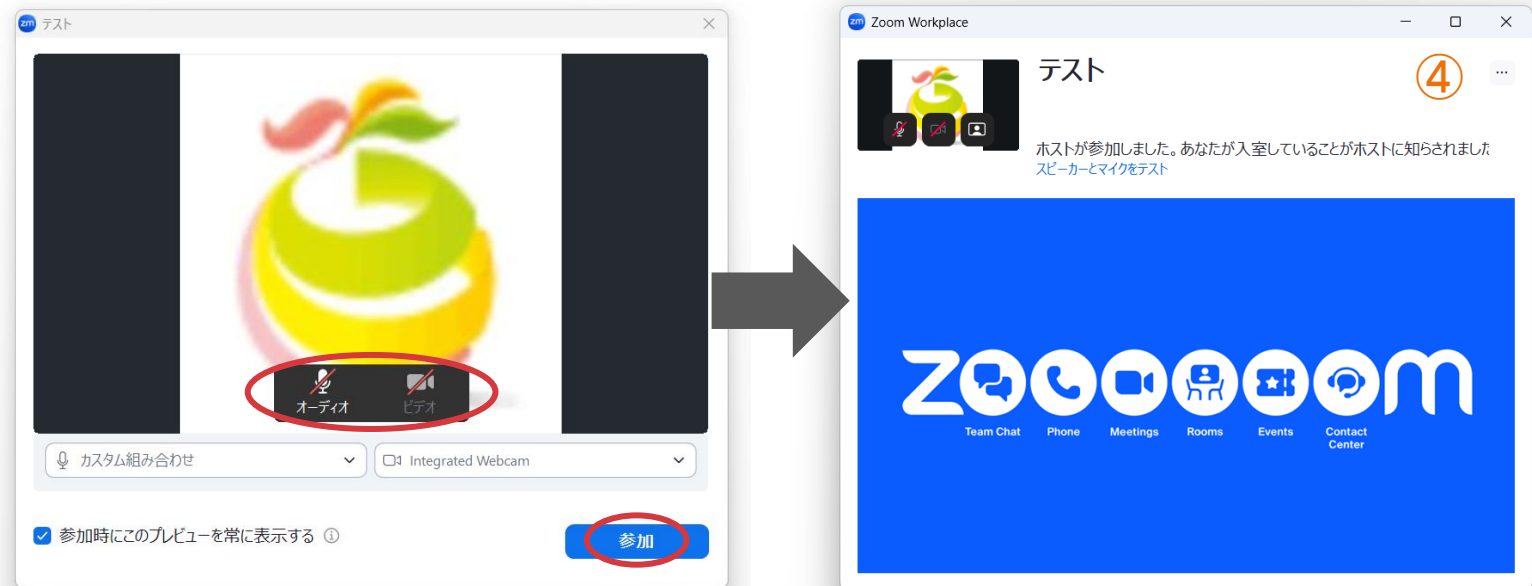


研修当日

Zoomアプリ からの参加方法

2. PC（Zoomアプリ）からの研修参加

- ③ オーディオ、ビデオをオフ  の状態にして「参加」をクリック。
- ④ ④の画面になりましたら、画面が切り替わるまでお待ちください。



研修当日 タブレット端末 からの参加方法

3. タブレット端末からの研修参加

- ① お使いの端末のアプリストアから「Zoom Workplace」をダウンロードする。
 - ② アプリ起動後、トップページにある「ミーティングに参加」を選択。
 - ③ 「受講決定のお知らせ」に記載されている「ミーティングID」を入力、スクリーン名の欄に「受講番号・名前」を入力し「参加」を選択。
 - ④ ④の画面になりましたら、画面が切り替わるまでお待ちください。
- ※ アプリを初めて使用する場合は、端末からカメラとマイクの接続許可が求められますので、それぞれ許可してください。



研修当日

4. その他（困った時の対処法）

- (1) ビデオが映っていないとき
ビデオが停止となっていないか



- (2) 音声が聞こえないとき
1. 「コンピュータオーディオで参加」を選択したか。



- イヤホン・スピーカーの接続はできているか。
- スピーカーの接続機器が使用しているものになっているか。
- PCのスピーカーがミュートになっていないか。

- (3) 自分の音声が相手に聞こえていないとき
マイクがミュートになっていないか



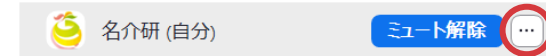
- (4) 誤って退出してしまったとき
再度、本資料5ページからの手順に沿って
入りなおしてください。

- (5) 名前の変更ができなかったとき
以下の手順に沿って変更してください。

- 画面下部のメニューバーから「参加者」をクリック



- 参加者一覧が表示されるので、自分の名前にマウスを合わせ「詳細」ボタン（または「…」）をクリック



- 「名前を変更する」をクリックして「受講番号・名前」を入力してください。



研修当日

4. その他（困った時の対処法）

【補足】PCの場合、Zoom画面左下の「オーディオに接続」または「オーディオ」の右の矢印をクリックして「オーディオ設定」からもZoomの音量等を設定できます。

