

がん患者サロン「ひだまり」オンライン

サポートまとめ

～Zoomの設定編～

そもそも
Zoomって？



Zoomとは、アメリカのZoom Video Communications社が提供するネットを通じて遠隔地のユーザー間でコミュニケーションを行うオンラインミーティングツールです。Webカメラを利用したビデオ会議だけではなく、音声やチャットでのコミュニケーションも行えます。

がん患者サロン「ひだまり」オンラインは、このZoomを使って開催します。

必要なもの

デバイス(端末)

デスクトップパソコン

ノートパソコン

スマートフォン

タブレット



1人につき1つ、
いずれかの
デバイス
をご用意ください

パソコンの場合はWebカメラとマイクが
内蔵されている or 外付けのものがある

どちらかを確認してください。

カメラとマイクがなければ参加できません。

ない場合はカメラとマイクが付属しているデバイスを使用してください。



インターネット環境



用意したデバイスがインターネット環境に接続できることを確認してください。

サロンはZoom専用のソフト(アプリ)をインストールして利用します。

大量のデータ通信を伴うため、高額な通信費用が発生する場合があります。

Wi-Fi等に接続のうえでの参加を推奨します。

招待用のURL

オンライン がん患者サロン「ひだまり」

開催日時: 7月31日(土)10:00~11:30(9:45~参加可能)

☺ サロン当日はこちらから ☺
☺ ここからサロンに参加する

招待用URL: <https://us02web.zoom.us/j/86844592456?pwd=MERCbW5mVUZyYXNkdnlNackZGZ3VldzO9>

ミーティングID: 123 4567 8910

パスコード: 123456



参加申し込み後に、がん相談支援センターから送られてきた招待メールに記載されている、

- ◆ 招待用URL
- ◆ ミーティングID
- ◆ パスコード

が当日参加する際に必要になります。
メールは消去せず、大事にしてください。

スマートフォン/タブレット版



① Zoomアプリをインストールする

Zoomミーティングにスマートフォンやタブレットから参加する場合、Zoomのアプリをインストールする必要があります。

App StoreやGoogle Playで「ZOOM Cloud Meetings」をインストールします。

ユーザー登録をしなくともミーティングには参加できます。



Google Play Store

② 参加方法その1 – メール記載の招待URLから参加

Zoomミーティングに参加するには、ホスト(主催者)から招待用のURLを受け取る必要があります。

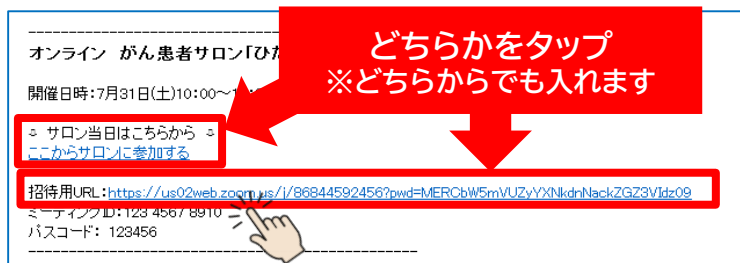
招待用URLは、大事なものなので失くさないようにしましょう。

サロン申込者にはがん相談支援センターから後日メールで送付します。

参加可能時間になったら、メールに記載された招待用URLをタップしてください。自動でアプリが開きます。

③ 参加方法その1 – 表示名を入力する

「名前を入力してください」と出るので、名前(あなたの表示名)を入力して、「続行」をタップします。



②' 参加方法その2 – Zoomアプリから参加

参加可能時間になったら、Zoomアプリを起動し、「ミーティングに参加」をタップします。

③' 参加方法その2 – ZoomミーティングのIDとパスコードを入力する

主催者から送付されたメールに記載されている、ミーティングIDとあなたの表示名を入力します。

続いて、ミーティングパスコード入力ポップアップが出ます。メールに記載されたパスコードを入力します。

アカウント登録済の人



アカウント未登録の人



オーディオとビデオは ONにします

④ 参加設定する

iPhoneの場合は「Zoom」がカメラへのアクセスを求めています・「Zoom」がマイクへのアクセスを求めています・「Zoom」は通知を発信します。よろしいですか?」等のメッセージがポップアップ表示されるので、すべてに許可をしてください。「他のユーザーの音声を聞くにはオーディオに参加してください」というポップアップが表示されますので、「インターネットを使用した通話」をタップします。

これで、Zoomミーティングへの参加は完了です。

パソコン版 ~アプリの場合~

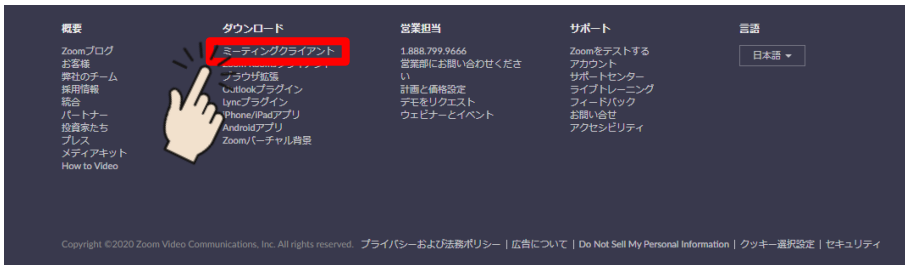


アプリをインストールして参加する場合

① Zoomアプリをインストールする

初めてZoomのミーティングに参加する場合は、Zoomのアプリをインストールします。すでにアプリをインストール済みであれば、手順③に進んでください。

- ◆ Zoomのインストーラーは、公式ホームページで配布されています。ホーム画面下部の「ダウンロード」から、「ミーティングクライアント」をクリックしましょう。「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すると、クライアントアプリのインストーラーがダウンロードされます。
- ◆ ダウンロードしたインストーラーを起動すると、インストールが始まります。Zoomはシンプルなアプリのため、インストール自体に時間はかかりません。
- ◆ なお、コンピューターにZoomをインストールできなかった場合は、ブラウザからミーティングに参加できます。ブラウザからZoomミーティングに参加する手順は、次のページでご説明します。



② アカウント取得

Zoomの利用にはアカウント取得は必須ではありませんが、ミーティングの主催などZoomの機能をフル活用するためにはアカウントを持っていることが望ましいでしょう。今後、ミーティングを主催する予定がある方は、ユーザー登録を行ってください。

③ Zoomミーティングの招待用URLをクリックする

Zoomミーティングに参加するには、ホスト(主催者)から招待用のURLを受け取る必要があります。招待用URLは、大事なものであるため失くさないようにしましょう。申込者にはがん相談支援センターからメールで送付します。参加可能時間になったら、メールに記載された招待用URLをクリックしてください。



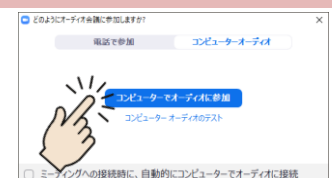
④ アプリを開く

招待用URLをクリックすると、ブラウザがいったん開き、「Zoom meetingを開きますか?」というポップアップが表示されるので、「Zoom meetingを開く」をクリックしてください。自動でアプリが開きます。



⑤ 「コンピューターオーディオに参加」をクリックする

ミーティングルームに参加できたら、右記の画面に遷移します。「コンピューターオーディオに参加」というボタンが表示されますので、クリックします。これで、Zoomミーティングへの参加は完了です。



サロン参加前に、一度アプリを起動し、「新規ミーティング」からミーティングを試してみよう。操作方法や背景の設定等を確認しておく、当日余裕をもって参加できます。

パソコン版 ~ブラウザの場合~

コンピューターの「ブラウザ」から参加する場合



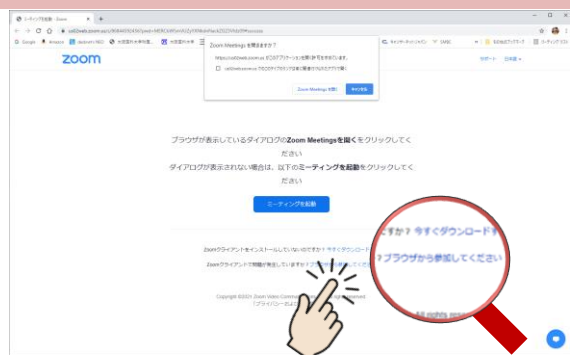
Zoomアプリをインストールできない場合は、ブラウザからそのままZoomミーティングに参加できます。Zoom公式は、ブラウザ版を利用する際のブラウザとして、Google Chromeを推奨しています。とはいえ、ブラウザ版での参加だと、Zoomの**一部機能を利用できない、うまく動作ができない等、不具合が生じる場合がある**ため、なるべく**アプリ版のZoomで参加することをおすすめ**します。

① Zoomミーティングの招待URLをクリックする

ブラウザでZoomミーティングに参加する際も、アプリ版のZoomと同様に、ホスト(主催者)から招待用のURLをもらう必要があります。申込者にはがん相談支援センターからメールで送付します。参加可能時間になったら、メールに記載された招待用URLをクリックし、Zoomミーティングに参加します。

② Zoomミーティングに「ブラウザから参加」を選択

Zoomのインストールがうまくできなかった場合は、画面下側に表示されている、「ブラウザから参加」をクリックします。



③ Zoomミーティングのパスコードと名前を入力する

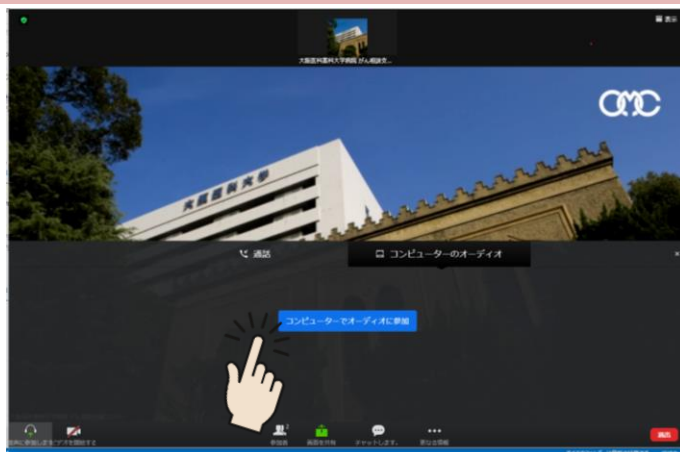
Zoomミーティングの招待URLとともに送られてきたミーティングパスワードと名前(あなたの表示名)を入力します。ここで入力した名前は、他の参加者から見える情報です。もし他の参加者に名前を知られたくない場合は、ニックネームでの参加も可能です。(ニックネームの場合は主催者に事前に申請してください)



④ 「コンピューターでオーディオに参加」をクリックする

Zoomのミーティングルームに参加できたら、右の画面に遷移します。「コンピューターオーディオに参加」というボタンが表示されますので、クリックします。

これで、Zoomミーティングへの参加は完了です。



オンラインサロン Q&A

難しく自分で設定できません。代わりにやってもらえますか？

がん相談支援センターでは設定方法のアドバイスは可能ですが、個別の設定操作は行っておりません。通信のことならご自身が契約されている、インターネット回線を提供している回線事業者や接続サービスを提供しているプロバイダ、機器の設定は携帯電話会社や製造メーカーのサポートセンター等でご相談ください。

オンラインサロンは費用がかかりますか？

Zoomのベーシックライセンスは無料です。ただし、通信料は自己負担になります。大量のデータ通信を伴うため、高額な通信費用が発生する場合があります。wi-fi等に接続のうえでの参加を推奨します。

ビデオに顔を映さずに参加してもいいですか？

オンラインサロンという特性上、直接会ってお話ができない分、参加者に安心してご参加いただくために、皆さまに顔を映していただくようお願いしております。ビデオは必ずONにしてご参加ください。

参加中の様子を撮影してもいいですか？

オンラインサロンでは著作権や個人のプライバシー保護の目的から、撮影や録画行為を**禁止**しております。お守りいただけない方にはサロン参加をお断りさせていただいたり、場合によっては法的措置を取ることもございますので、ご遠慮ください。

サロンのことをTwitter等で発信してもいいですか？

SNS等を利用した、インターネット上で個人が特定、推測されるような内容や画像を拡散することは**禁止**しております。場合によっては法的措置を取ることもございますので、ご遠慮ください。

また、がん相談支援センターから参加者個人へ送付した招待用URLやミーティングID、パスコードは他者へ教えないでください。

ただし、がん相談支援センターのホームページのリンクを貼るといった、公開されている内容や、個人の感想を書くといった程度であれば問題ありません。

他の参加者と個別で連絡を取りたい。チャットで聞いてもいいですか？

オンラインサロンは、皆さままで自由にお話しいただく場を提供するものです。ただし、個別のやり取りを負担に感じる方もおられる可能性があるため、個人同士でのやり取りは推奨いたしません。

サロン参加中、操作を誤って退室してしまった。どうしたらいい？

途中で退室されてしまった場合でも、再び参加する方法は始める時と同じですので、慌てず最初と同じ手続き方法を取って再入室してください。

参加中に機器のトラブルが起きたので、電話で相談してもいい？

通信や機器等の不具合といった理由で接続できなくなった、うまく動作ができないといった場合に関しては、がん相談支援センターでは対応できませんので、お電話やチャットでご相談することはお控えください。個人で対応することが難しい場合は、各契約会社等のサポートセンターへご相談ください。また、その場合でもサロンは通常通り進行させていただきますので、ご了承ください。

その他、わからないことがあればがん相談支援センターへお問い合わせください

TEL…代表)072-683-1221

受付…平日 9:00~16:00

👉 Zoom基本操作編

参加者が最低限知っておきたいZoomの基本操作をご紹介します

マイクの操作

Zoom参加中に、マイクのミュート(消音)設定やミュートの解除ができます。
参加中は、常にミュートに設定して、必要な時だけ解除してください。

ビデオの設定

画面下の「ビデオの開始」から、カメラに写っている映像を相手に共有できます。
参加中はビデオを常にONにして参加してください。

チャット

Zoomでは、「チャット」機能を使って、任意の相手もしくは参加者全員にメッセージを送ることができます。相手から送られてきたメッセージもここから閲覧できます。
参加中に途中退室する場合、主催者にチャットで連絡しましょう。Zoomのチャットは、デフォルトの宛先が「参加者全員」になっているため、個人情報を送信する際は注意が必要です。主催者へチャットしたい場合は「送信先」から選択しましょう。

※サロン参加者同士による、個別のチャットは推奨いたしません。

※開催中、機器や通信に関するトラブルが発生し、チャットでご相談いただいても、がん相談支援センターでは個別の相談には対応できません。そのまま進行させていただきますのでご了承ください。

バーチャル背景

カメラに自分の部屋を映したくないときなどに背景を変更することができます。ご自身で好きな画像をダウンロードして、背景に設定することもできます。

手を挙げる

サロン参加中、発言したい場合は「手を挙げる」機能を使い、ミュートを解除してから発言してください。
※操作が難しい場合は、直接画面上で参加者が手を挙げてアピールしても大丈夫です。

退出方法

サロン終了後、画面下(スマホは右上)メニューの「退出」ボタンでミーティングから退出します。



スマホ メニュー(画面下部)

The image shows two smartphone screens from a Zoom meeting. The left screen displays the bottom control bar with icons for Mute, Video Off, Share, Participants, and More. The right screen shows the settings menu that appears after tapping the 'More' icon, with options like 'Raise Hand', 'Security', 'Chat', 'Meeting Settings', 'Minimize Meeting', and 'Background & Filter'.

ミュートの切替
タップして
ON/OFFを設定します

ビデオの切替
タップして
ON/OFFを設定します

手を挙げる
発言したいときにON
司会者に当てられたら
OFFにしましょう

チャット
途中退室等何かあれば
ここから主催者へ
メッセージが送れます

背景の設定
背景画像を設定します

パソコン メニュー(画面下部) ※アプリ版

The image shows the PC Zoom meeting interface using the app. It features a video grid at the top and a bottom control bar with icons for Mute, Video Off, Participants, Chat, Share, Recording, Reactions, and Exit. A separate window shows the 'Raise Hand' button that appears when the Reactions icon is clicked.

ミュートの切替
クリックして
ON/OFFを設定します

ビデオの切替
クリックして
ON/OFFを設定します

背景の設定
「バーチャル背景...を選択」
をクリックして
背景画像を設定します

チャット
途中退室等何かあれば
ここから主催者へ
メッセージが送れます

手を挙げる
発言したいときにON
司会者に当てられたら
OFFにしましょう

パソコン メニュー(画面下部) ※ブラウザ版

注: ブラウザ版の場合はリアクションボタンがありません。「手を挙げる」機能を使う場合は、「参加者」ボタンをクリックすると、別の画面に「手を挙げる」ボタンが出てきます。

The image shows the PC Zoom meeting interface using a browser. The bottom control bar includes icons for Mute, Video Off, Participants, Share, Chat, and More, along with an Exit button. A callout box points to the 'Participants' icon with the text '手を挙げる'.

手を挙げる

参加手順は
これだけ！

サロンに申し込む

スマートフォン/
タブレットから参加

パソコンから参加

【iPhone】
App Storeから
Zoomアプリを
インストール

【android】
Google Playか
らZoomアプリを
インストール

アプリから参加
Zoomのホーム
ページからアプリ
をインストール

ブラウザから参加

サロン当日、参加可能時間になったら、申し込み後にごん相談支援センターから送られてきたメールに記載されている、招待用URL、またはミーティングIDとパスワードからサロンに参加する

サポートブック内 用語解説集

インストール	インターネット上にある様々なコンテンツ(画像・動画・ゲーム・音楽ファイル)やアプリ等を、自分のスマホやパソコンに保存し、スマホやパソコンの中でちゃんと使える状態にすること。
ブラウザ	パソコンやスマホを使ってインターネットに接続し、ネット上で公開されているWebページやネットのシステムなどを閲覧・操作するときに使うソフトウェアのこと。ブラウザにはいくつか種類があり、「Internet Explorer(IE)」「Microsoft Edge」「Google Chrome」「Safari」「Firefox」「Opera」などがよく使われている。
ポップアップ	ポップアップとは、Webブラウザの画面上で自動的に別のウィンドウが立ち上がる仕組みのこと、または、そのようにして自動的に立ち上がったウィンドウのこと。
タップ・クリック	タップとはスマホ画面を軽く叩くようにして、一瞬だけ画面に触れる操作のこと。クリックに相当。クリックとはマウスのボタンを1回押して離す操作のこと。
アプリをインストールする方法の補足(スマホ)	App StoreやGoogle Playのアプリを開き、Q検索ボックスに「ずーむ」と入力すると、検索項目に該当するアプリが表示されるので、その中から「ZOOM Cloud Meetings」を開き、「入手」あるいは「インストール」をタップ。パスワード等で承認すると、自動的にアプリがインストールされる。

大阪医科薬科大学病院
がん相談支援センター

代表) 072-683-1221

平日 9:00~16:00