

がん患者サロン「ひだまり」オンライン

サポートブック

～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、高額の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

【サロン案内】

開催日：2020年〇月〇日(土)10:00～12:00 (9:45から入室可能)
開催形式：Zoomを使ったオンライン開催
参加方法：当日9:45以降になったら、下の「サロンに参加する」をクリックしてください。

【Zoomに接続】

各々のサロン当日はこちから入室してください

[サロンに参加する](#)

招待用URL：<https://us02web.zoom.us/j/12345678910?pwd=VjBKOUJROGSYINmWDYwREVlcmZwdz09>
ミーティングID: 123 4567 8910
パスコード: 1234

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 メール記載の招待URLから参加

参加可能時間になったら、がん相談支援センターから送られたメールに記載されている、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。

「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。

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)

【サロン案内】
開催日：2020年〇月〇日(土)10:00~12:00 (9:45から入室可能)
開催形式：Zoomを使ったオンライン開催
参加方法：当日9:45以降になったら、下の

【Zoomに接続】
※サロン当日はこちらから入室してください

サロンに参加する

招待用URL <https://us02web.zoom.us/j/12345678910?pwd=VjBKOUlROG5YYlNmWDYwREVCMmZwdz09>
ミーティングID: 123 4567 8910
パスコード: 1234

どちらかをタップ
※どちらからでも入れます



③ 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。

待機室へ入ったら、主催者が承認するまでそのままお待ちください。

👉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

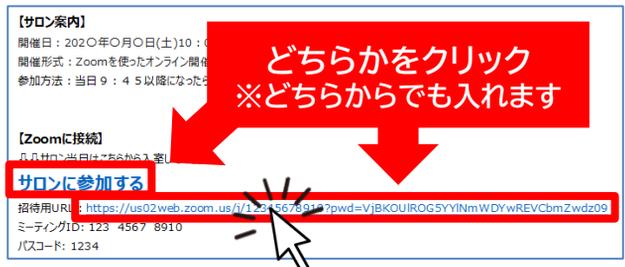
初めてZoomのミーティングに参加する場合は、Zoomのアプリをインストールします。すでにアプリをインストール済みであれば、手順②に進んでください。

- 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。
- 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の機能を活用するためにはアカウントを持っていると便利です。
- 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。



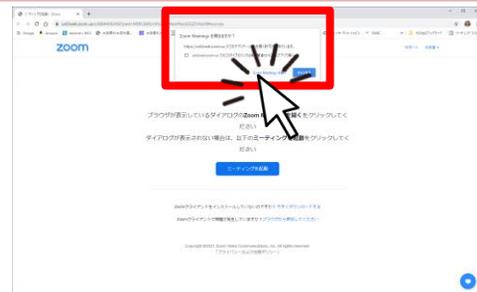
② Zoomミーティングの招待用URLをクリックする

参加可能時間になったらがん相談支援センターから送られたメールに記載されている、招待用URLをクリックしてください。



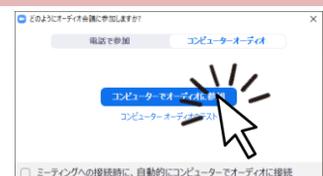
③ アプリを開く

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。



④ 「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。待機室へ入ったら、主催者が承認するまでそのままお待ちください。



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ましょう。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

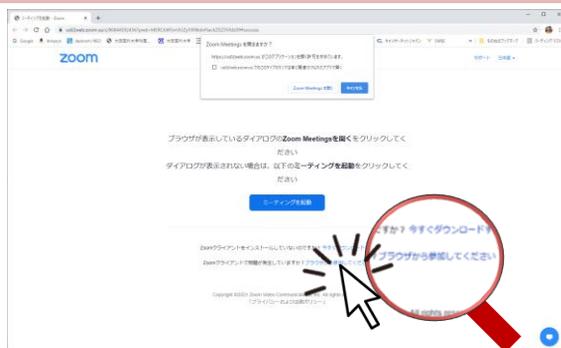
Zoomアプリをインストールできない場合は、ブラウザからそのままZoomミーティングに参加できます。Zoom公式は、ブラウザ版を利用する際のブラウザとして、Google Chromeを推奨しています。とはいえ、ブラウザ版での参加だと、Zoomの**一部機能を利用できない、うまく動作ができない等、不具合が生じる場合がある**ため、なるべく**アプリ版のZoomで参加することをおすすめ**します。

① Zoomミーティングの招待用URLをクリックする

参加可能時間になったらがん相談支援センターから送られたメールに記載されている、招待用URLをクリックしてください。

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。



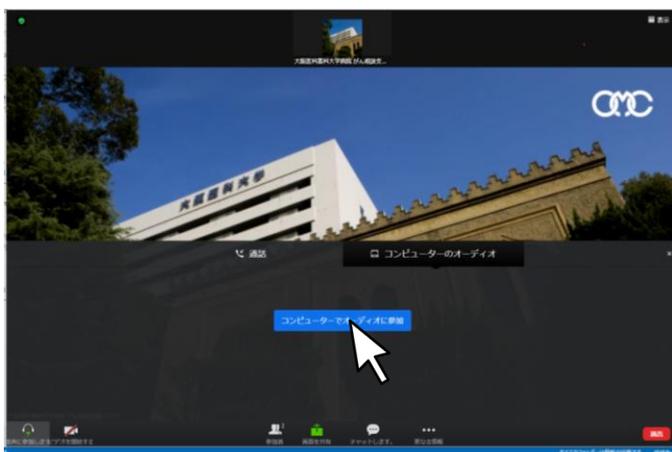
③ Zoomミーティングのパスコードと名前を入力する

Zoomミーティングの招待URLとともに送られてきたパスコードと名前(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。待機室へ入ったら、主催者が承認するまでそのままお待ちください。



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、皆さまにお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などの、公開されている内容や、個人の感想を書く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、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、慌てず最初と同じ方法で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

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。

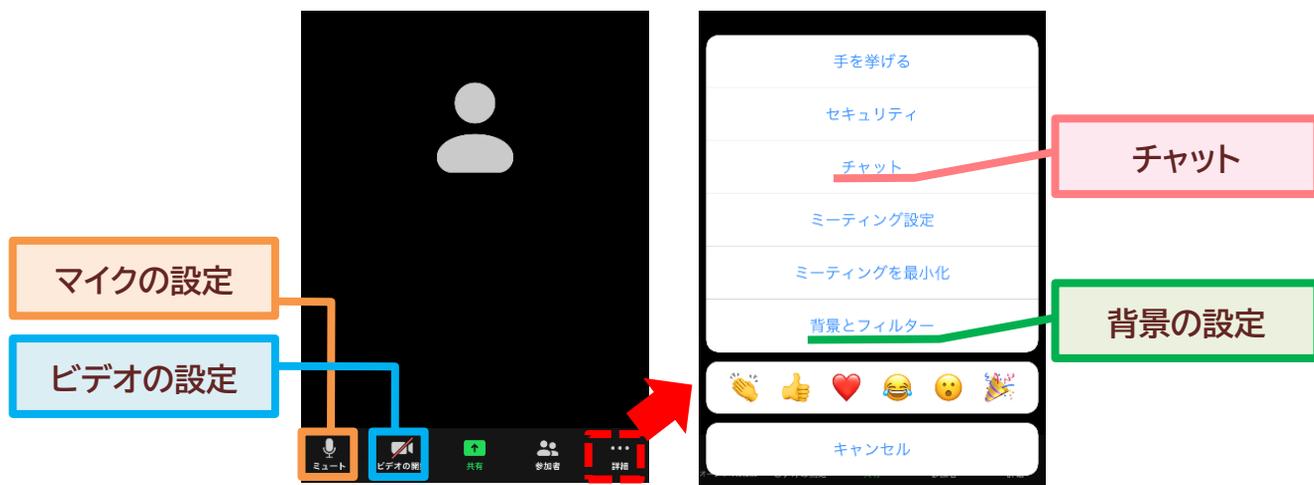
※サロン参加者同士による、個別のチャットは推奨いたしません。

※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。

背景の設定

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。

スマホ メニュー（画面下部）



パソコン メニュー（画面下部）



名前の変更

Zoom参加中に名前を変更したい場合は、以下の方法で変更できます。

スマホ / タブレット



① 「参加者」をタップ
② 自分の名前をタップ
③ 「名前の変更」をタップ
④ 名前を入力して「完了」

閉じる 参加者 (1)
② (ホスト、自分) 名前変更

③ ミュート解除
名前の変更
キャンセル

④ 名前の変更
キャンセル 完了

パソコン



① 「参加者」をクリック
② 自分にカーソルを合わせる
③ 「詳細」ボタンをクリック
④ 「名前の変更」をクリック
⑤ 名前を入力して「OK」

③ 参加者 (1)
大 (ホスト、自分、参加者ID : 25) 詳細

④ 参加者 (1)
大 (ホスト、自分、参) プロフィール画像を追加
名前の変更

⑤ 名前の変更
新規スクリーンネームを入力してください
OK キャンセル

画面表示の切り替え

Zoomにはスピーカービュー / ギャラリービューという2種類の画面表示方法があります。自分が見やすい表示方法に変えてみましょう。

開始時は、発言者が大きく表示される、スピーカービューに設定されています。

誰かが発言するたびに自動的に切り替わるので、発言者の顔が見やすくなるのがメリットです。

しかし、参加者全員の顔が見れないというデメリットもあります。

ギャラリービューは参加者全員の顔が見れるので、他の人がどんな反応をしているのかがわかりやすいのがメリットです。ただし、スマホから参加している人は最大4名までしか表示されません。

主催者が発言者を大きく表示する操作をした場合は、自動的にスピーカービューに変更されることがありますので、その都度設定し直しが必要です。

スマホ / タブレット



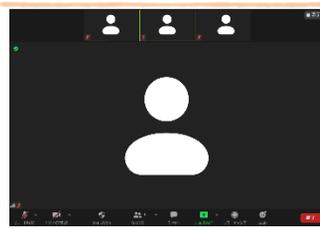
矢印方向にスワイプ

パソコン



スピーカービュー
✓ ギャラリービュー
全画面表示の終了

スピーカービュー



ギャラリービュー



発言するとき



サロン参加中、発言したい場合は直接画面上で参加者が手を挙げてアピールするか、「手を挙げる」機能を使ってください。司会者にあてられたらミュートを解除して発言してください。

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、申し込み後にか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とパスコードからサロンに参加する

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