

# Zoomの使い方 <参加編>

Zoomで良く使う機能をまとめました。  
初めてZoomを使う方は  
Zoomの使い方<初めて編>をご確認ください。

株式会社ATEA

Zoom Ver 5.0.x

# もくじ

- **Zoomについて…2p**
  - Zoomを使うために必要な機器…4p
- **Zoomミーティングに参加する時の基本操作**
  - パソコン（Zoomクライアント）をご使用の方…5p
  - iPhone・iPadをご使用の方…22p
  - Androidご使用の方…38p
- **トラブルがおこったら…53p**
- **株式会社ATEAについて…66p**

免責について：

本書に記載されている内容に起因するトラブルに関して、当社は一切の責任を負いません。

心のカタチを整える。



# Zoomについて

# Zoomについて

Zoom（ズーム）とは、パソコンやスマートフォン、タブレットを使って、セミナーや講座、ミーティングにオンラインで手軽に参加できるサービスです。

Zoomはパソコンやスマートフォン、タブレットについているカメラやマイク、スピーカーを使って相手の顔を見ながら会話したり、画面の共有をしたりできます。

誰でも無料から使え、操作もとても簡単なので、参加者としてZoomを使うのであれば特に難しい準備はいりません。



## Zoomを提供している会社について



Zoomビデオコミュニケーションズ（ズームビデオコミュニケーションズ、英: Zoom Video Communications）は、アメリカ合衆国カリフォルニア州サンノゼに本社をおく企業である。通称はZoom（ズーム）。クラウドコンピューティングを使用したWeb会議サービスを提供している会社です。  
<https://zoom.us/>

# Zoomを使うために必要な機器

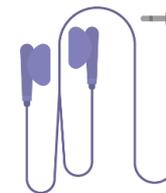
## ❖必ず使うもの

パソコン、スマートフォン、タブレットのうちどれか1つ。  
カメラやマイクがついている事を確認しておきましょう。



## ❖必要に応じて使うもの

外付けのマイク、イヤホン・ヘッドホン。  
集中したい場合や周りの雑音が気になる場合に便利です。



## ❖パソコンの場合の注意

パソコンの機種によっては、カメラやマイクが付いていないものがあります。  
この場合でも参加できない事はありませんが、自分の顔が映らなかったり、声が相手に届かなかったりします。  
参加型のイベントでは、何もできなくなってしまうので事前に使えるかを確認しておきましょう。

### どれを使ったらいいの？

聴講するだけのセミナーや講座であれば、スマートフォンがあれば大丈夫です。  
スライドを見ながらの説明や、自分の画面を共有したりする内容が含まれる場合にはパソコンからの参加をおすすめします。  
パソコンで参加すべきかどうかわからない場合には主催者に確認しておけば安心です。

# パソコン (Zoomクライアント) をご使用の方の基本操作



# Zoomミーティングに参加する

実際にオンラインセミナーや講座に参加するための方法について説明していきます。

Zoomミーティングには2つの参加方法があります。

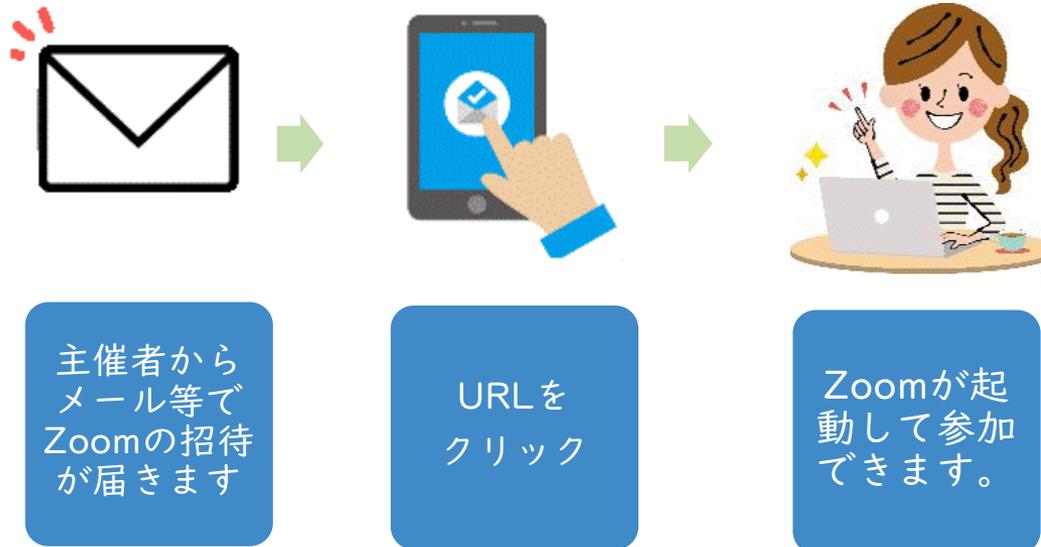
- ✓ 「招待のURL」から参加する (おすすめ)
  - ✓ 「ミーティングID」から参加する
- 簡単なのは招待のURLからの参加です。



# Zoomミーティングへの参加は簡単

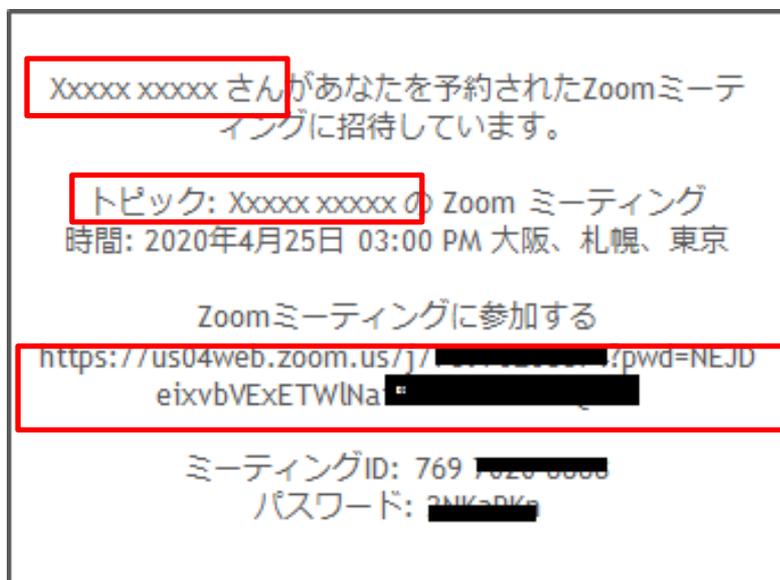
❖Zoomアプリを準備しておけばたった3ステップで参加！

招待のURLから参加するのが一番簡単です。



# 主催者からの招待

❖こんな招待が主催者から届きます



←誰からの招待かを確認しましょう

←トピックを確認しましょう

←開催日時を確認しましょう

←URL : ここをクリックして参加します

URLから参加する場合にはミーティングIDやパスワードは使いません。

ミーティングID : アプリやブラウザにIDを入れて参加できます。

パスワード : セキュリティ強化のため、パスワードだけ別に送られてくるケースもあります。

# 指定の時間がきたら

❖ 余裕を持って招待に記載されているURLをクリックしましょう。

① ブラウザが起動します。

「Zoomを開く」又は「Zoom meetingを開く」をクリックすると、Zoomアプリが起動します。



② 名前入力画面が出てきた場合には名前を入れて「ミーティングに参加」をクリックします。

※ 事前にサインインしている時にはスキップします。



③ 「ビデオ付きで参加」をクリックします。



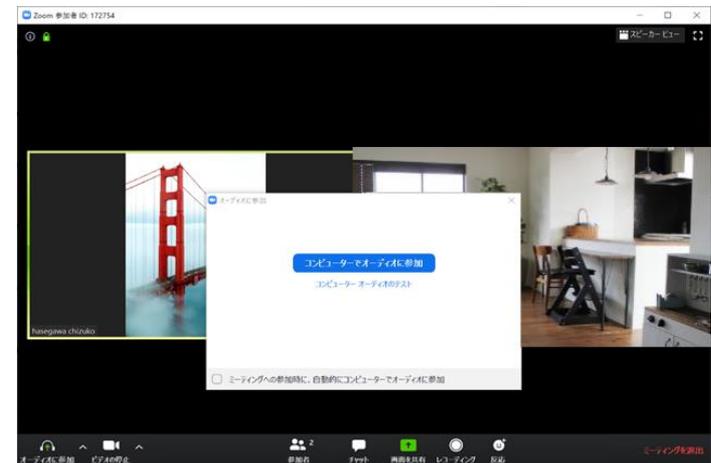
# 待機室（待合室）と参加完了

④ ミーティングに参加して、こちらの画面になった場合は【待機室】に入っている状態です。

主催者からの「承認待ち」の状態ですので、承認され次第ミーティングに参加できます



⑤画面上にこのメニューが出てきたら、「コンピューターでオーディオに参加」をクリックしてZoomミーティングに参加します。



# 開催中によく使う機能

Zoom参加中に良く使う操作や基本機能



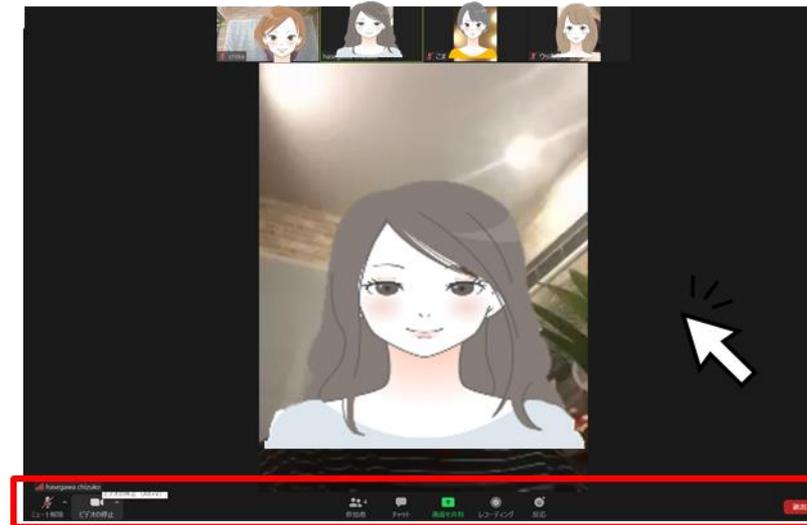
# Zoomの画面

## メニューバーの出し方

マウスカーソルを画面にのせる



画面最下段にメニューバーがあらわれる。



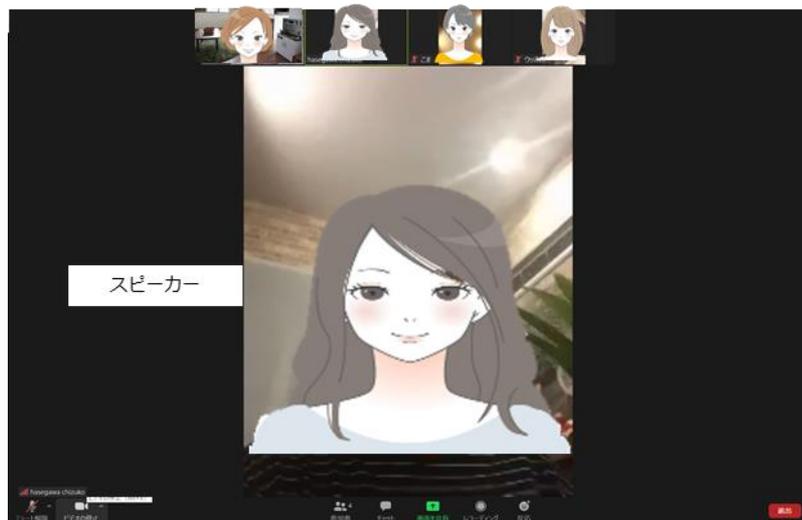
メニューバー

さまざまな機能のアイコン  
が表示されています。

# ビューについて

## スピーカービュー

## ギャラリービュー



### セミナー向き

その時に話している人が  
「スピーカー」として大きく映ります。

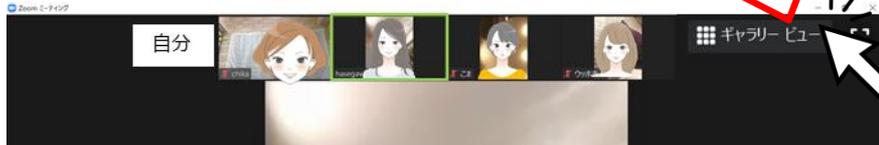
### ディスカッション向き

参加者を一覧で表示します。  
枠で囲まれている方が  
現在話をしている人です。

# ビューの変更

ビューの切り替えメニューは画面上の右側

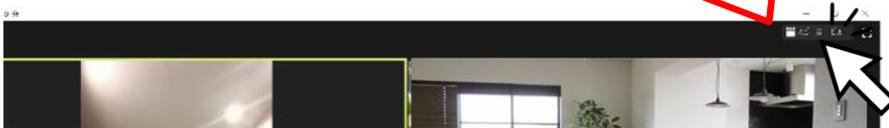
スピーカービュー



表示は**ビューとは逆の名称**になっているので注意！



ギャラリービュー



アイコンだけが表示されている場合もあります。



# 画面共有を使いやすくする

心のカタチを整える。



❖Zoomクライアントだけの機能です。

ここでビューを変えられます

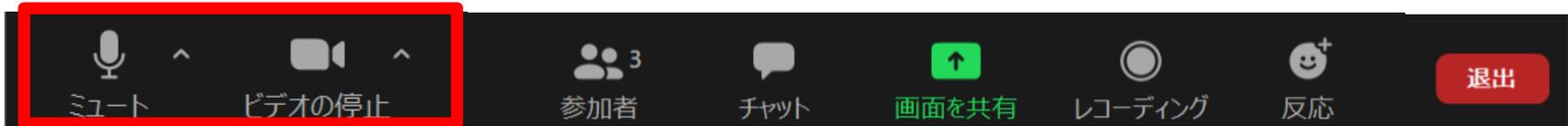


共有されている画面

ここをマウスで左右に移動して画面分割を変えられます。

# マイクとビデオ（カメラ）の操作

メニューバーの「マイク」「ビデオ」アイコン



赤くなっていたり、赤い斜線が表示されていたらOFF



白色や灰色の時はON

# チャットの使い方

メニューバーの「参加者」「チャット」アイコン



主催者とチャットをするには **チャット** のアイコンから機能を使います。

# チャットの相手に注意！

心のかたちを整える。



メニューバーの「チャット」アイコン  
をクリック



「送信先」横のプルダウンメニューから  
チャットする相手を選択。

**“ホスト” 又は “共同ホスト”  
を選択しましょう。**

“全員”を選択しないように！



メッセージを入力  
Enterで送信

# 自分の名前を変更する

メニューバーの「参加者」アイコン



メニューバーの「参加者」をクリック



参加者リストの中から、自分の名前を選択



「詳細」選択



「名前の変更」選択



新しい名前を入力して「OK」で変更完了

# 手を挙げる

心のカタチを整える。



メニューバーの「参加者」アイコン



メニューバーの「参加者」をクリック



参加者リスト画面の下段のメニュー中から「手を挙げる」



招待

ミュートを解除します

手を挙げる

参加者リスト画面の下段のメニュー中から「手を降ろす」

招待

ミュートを解除します

手を降ろす

# ホワイトボードの使い方

ホストが共有したホワイトボードに書き込みができます。



画面上部の「オプションを表示」をクリック  
 ↓  
 現れたメニューから「コメントを付ける」をクリック  
 ↓  
 専用ポップアップメニューが表示されます。  
 ルールに従って、書き込みましょう。

専用メニューがポップアップ  
表示されます。



# iPhone・iPad をご使用の方の基本操作

iPadの方は、iPhoneと一部画面配置は操作が異なる場合があります。

ご了承ください。



# Zoomミーティングに参加する

実際にオンラインセミナーや講座に参加するための方法について説明していきます。

Zoomミーティングには2つの参加方法があります。

- ✓ 「招待のURL」から参加する (おすすめ)
  - ✓ 「ミーティングID」から参加する
- 簡単なのは招待のURLからの参加です。



# Zoomミーティングへの参加は簡単

❖Zoomアプリを準備しておけばたった3ステップで参加！

招待のURLから参加するのが一番簡単です。



主催者から  
メール等で  
Zoomの招待  
が届きます



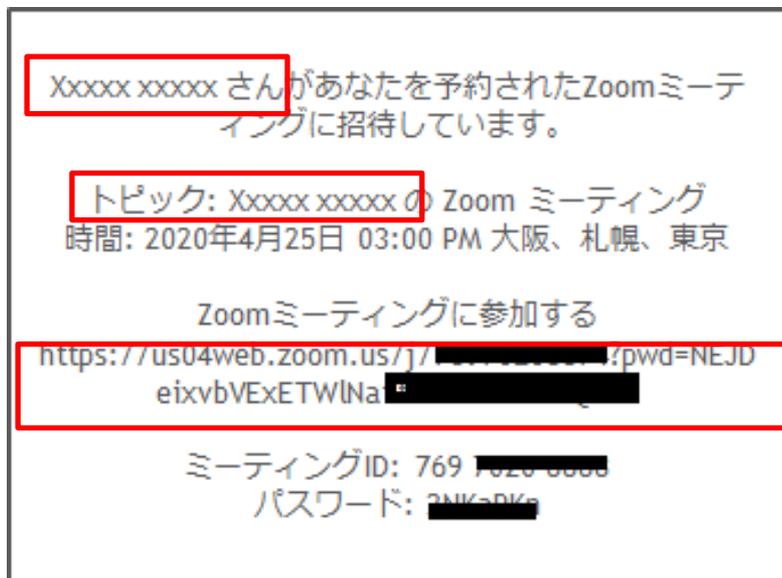
URLを  
タップ



Zoomが起  
動して参加  
できます。

# 主催者からの招待

❖こんな招待が主催者から届きます



←誰からの招待かを確認しましょう

←トピックを確認しましょう

←開催日時を確認しましょう

←URL : ここをクリックして参加します

URLから参加する場合にはミーティングIDやパスワードは使いません。

ミーティングID : アプリやブラウザにIDを入れて参加できます。

パスワード : セキュリティ強化のため、パスワードだけ別に送られてくるケースもあります。

# 指定の時間がきたら

❖ 余裕を持って招待に記載されているURLをクリックしましょう。

① 「参加」をタップ



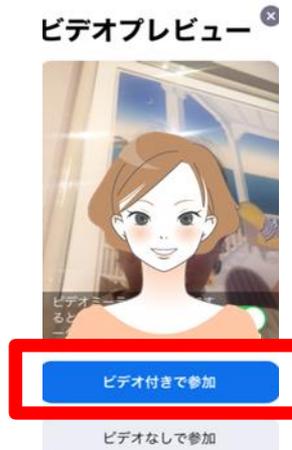
② 「開く」をタップ



③ 名前を入力して  
「ミーティングに参加」をクリック  
※サインインしているとスキップ



④ 「ビデオ付きで参加」をクリック

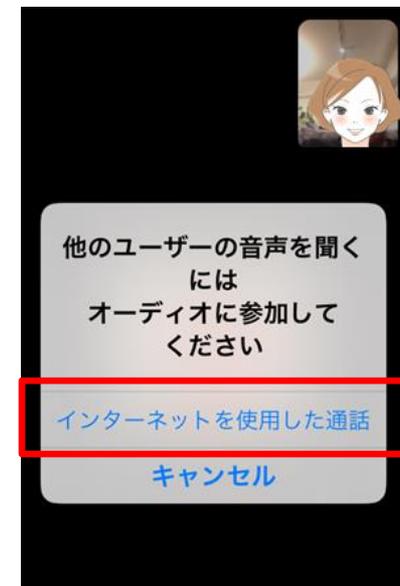


# 待機室（待合室）と参加完了

④ ミーティングに参加して、こちらの画面になった場合は【待機室】に入っている状態です。

主催者からの「承認待ち」の状態ですので、承認され次第ミーティングに参加できます

⑤画面上にこのメニューが出てきたら、「インターネットを使用した通話」をクリックしてZoomミーティングに参加します。



# 開催中によく使う機能

Zoom参加中に良く使う操作や基本機能



# Zoomの画面

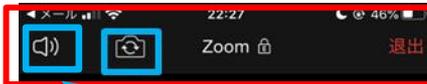
## iPhoneのメニューバーの出し方

画面をタップする。



画面最下段と最上段にメニューバーがあらわれる。

スピーカー



← メニューバー

カメラの向き



カメラの向きが  
逆になっていないか注意！

メニューバーには  
さまざまな機能のアイコン  
が表示されています。

← メニューバー

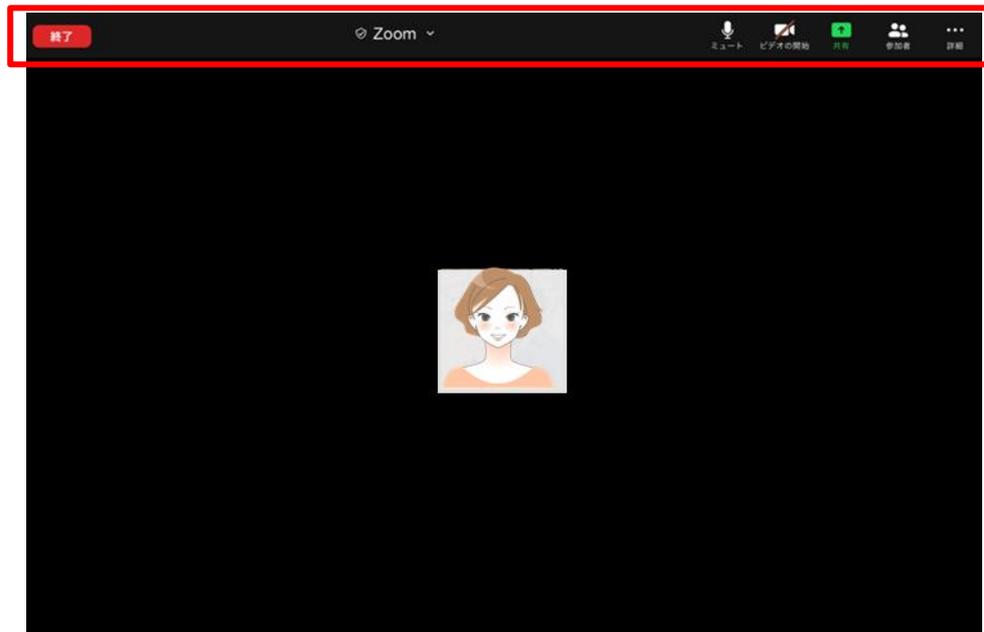
# Zoomの画面

## iPadのメニューバーの出し方

画面をタップする。



画面最上段にメニューバーがあらわれる。



← メニューバー

メニューバーには  
さまざまな機能のアイコン  
が表示されています。

# ビューの使い方

心のカタチを整える。



## スピーカービュー



### セミナー向き

その時に話している人が「スピーカー」として大きく映ります。

画面を左右にスワイプで  
ビューを変更



❖iPadの場合は画面に  
ビューを変更するアイコン  
が表示されます。

## ギャラリービュー



### ディスカッション向き

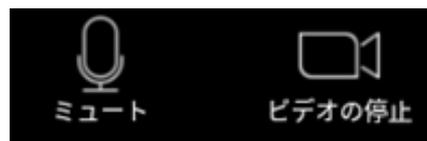
参加者を一覧で表示します。  
枠で囲まれている方が  
現在話をしている人です。

# マイクとビデオ（カメラ）の操作

メニューバーの「マイク」「ビデオ」アイコン



赤くなっていたり、赤い斜線が表示されていたらOFF



白色や灰色の時はON

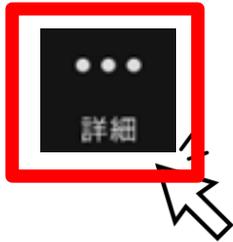
# チャットの使い方

## メニューバーの「詳細」アイコン



主催者とチャットをするには **詳細** のアイコンから機能を使います。

# チャットする相手に注意！



メニューバーの「詳細」アイコンをタップ



「チャット」をタップ



「送信先」横のプルダウンメニューから  
チャットする相手を選択。

**“ホスト” 又は “共同ホスト”  
を選択します。**

**“全員”を選択しないように！**



メッセージを入力  
送信をタップ



# 自分の名前を変更する

メニューバーの「参加者」アイコン



メニューバーの「参加者」をタップ

↓  
参加者リストの中から、自分の名前を選択

↓  
「詳細」選択

↓  
「名前の変更」選択

↓  
新しい名前を入力して「完了」で変更完了

# 手を挙げる

メニューバーの「参加者」又は「詳細」アイコン



どちらも  
できることは同じ

「参加者」タップ

↓  
自分を選択

↓  
「手を挙げる」 



自分を選択

↓  
「手を降ろす」

「詳細」タップ

↓  
「手を挙げる」 



「詳細」タップ

↓  
「手を降ろす」

# ホワイトボードの使い方

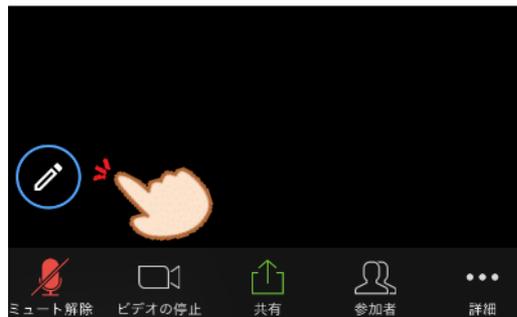
ホストが共有したホワイトボードに書き込みができます。



画面の左側にあらわれた  
専用アイコンをタップ



専用ポップアップメニューが表示されます。  
ルールに従って、書き込みましょう。



専用メニューがポップアップ  
表示されます。



# Android をご使用の方の基本操作



# Zoomミーティングに参加する

実際にオンラインセミナーや講座に参加するための方法について説明していきます。

Zoomミーティングには2つの参加方法があります。

- ✓ 「招待のURL」から参加する (おすすめ)
  - ✓ 「ミーティングID」から参加する
- 簡単なのは招待のURLからの参加です。



# Zoomミーティングへの参加は簡単

❖ Zoomアプリを準備しておけばたった3ステップで参加！

招待のURLから参加するのが一番簡単です。



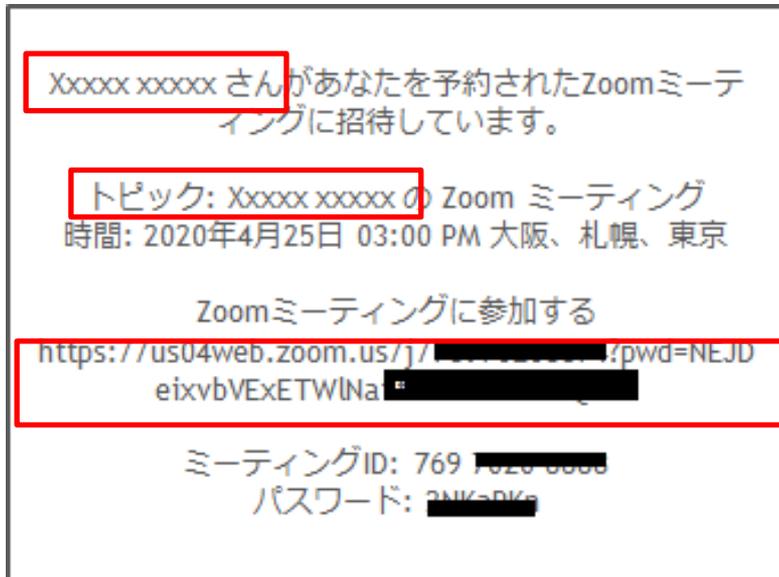
主催者から  
メール等で  
Zoomの招待  
が届きます

URLを  
タップ

Zoomが起  
動して参加  
できます。

# 主催者からの招待

❖こんな招待が主催者から届きます



←誰からの招待かを確認しましょう

←トピックを確認しましょう

←開催日時を確認しましょう

←URL : ここをクリックして参加します

URLから参加する場合にはミーティングIDやパスワードは使いません。

ミーティングID : アプリやブラウザにIDを入れて参加できます。

パスワード : セキュリティ強化のため、パスワードだけ別に送られてくるケースもあります。

# 指定の時間がきたら

❖余裕を持って招待に記載されているURLをクリックしましょう。

①名前を入力して

「OK」をタップ

※サインインしているとスキップ



②ミーティングに参加して、こちらのコメントが表示されている場合は【待機室】に入っている状態です。

主催者からの「承認待ち」の状態ですので、承認され次第ミーティングに参加できます

ミーティングのホストは間もなくミーティングへの参加を許可します、もうしばらくお待ちください

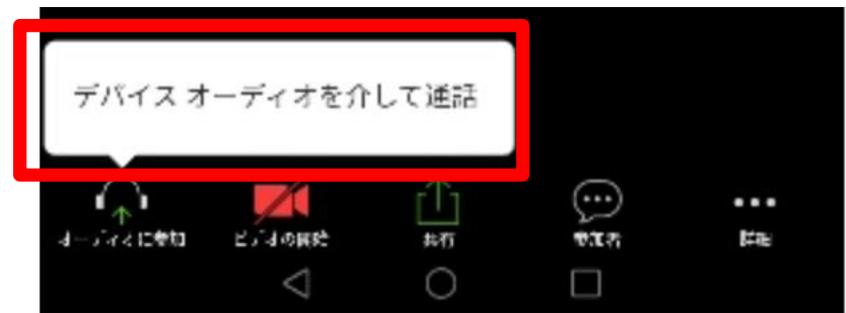
# 待機室（待合室）とオーディオ

②ミーティングに参加して、こちらのコメントが表示されている場合は【待機室】に入っている状態です。

主催者からの「承認待ち」の状態ですので、承認され次第ミーティングに参加できます

ミーティングのホストは間もなくミーティングへの参加を許可します、もうしばらくお待ちください

③「デバイスオーディオを介して通話」をタップすると、入室となります。



# 開催中によく使う機能

Zoom参加中に良く使う操作や基本機能



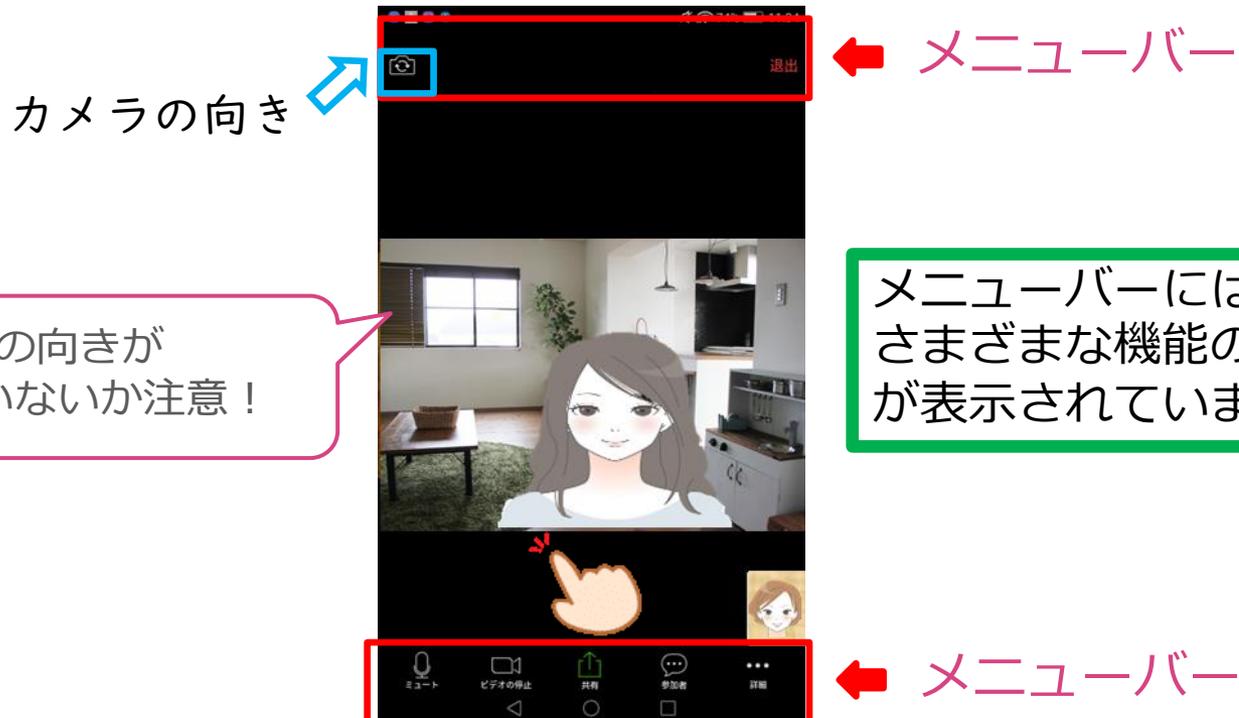
# Zoomの画面

## メニューバーの出し方

画面をタップする。



画面最下段と最上段にメニューバーがあらわれる。

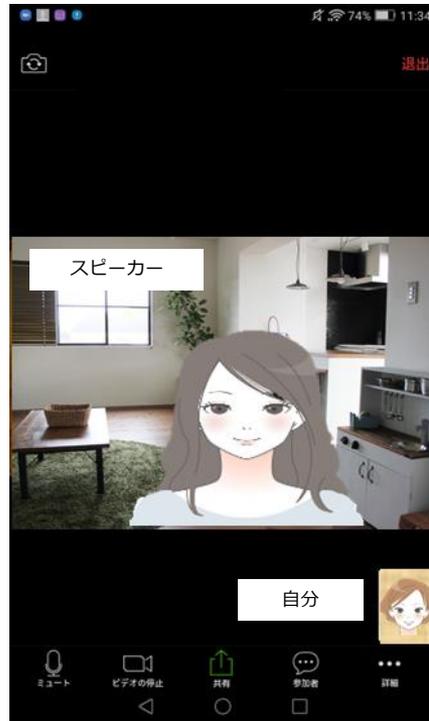


カメラの向きが  
逆になっていないか注意！

メニューバーには  
さまざまな機能のアイコン  
が表示されています。

# ビューの使い方

## スピーカービュー



画面を左右にスワイプで  
ビューを変更



### セミナー向き

その時に話している人が  
「スピーカー」として大きく映ります。

## ギャラリービュー



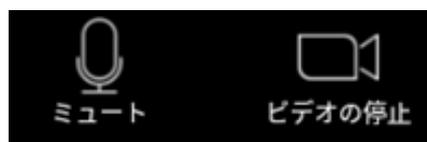
ディスカッション向き  
参加者を一覧で表示します。  
枠で囲まれている方が  
現在話をしている人です。

# マイクとビデオ（カメラ）の操作

メニューバーの「マイク」「ビデオ」アイコン



赤くなっていたり、赤い斜線が表示されていたらOFF



白色や灰色の時はON

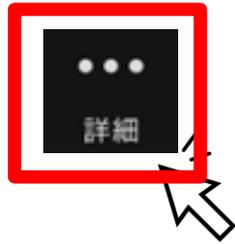
# チャットの使い方

## メンバーの「詳細」アイコン



主催者とチャットをするには **詳細** のアイコンから機能を使います。

# チャットする相手に注意！



メニューバーの「詳細」アイコンをタップ



「チャット」をタップ



「送信先」横のプルダウンメニューから  
チャットする相手を選択。

**“ホスト” 又は “共同ホスト”  
を選択します。**

**“全員”を選択しないように！**



メッセージを入力  
送信をタップ



# 自分の名前を変更する

メニューバーの「参加者」アイコン



メニューバーの「参加者」をタップ



参加者リストの中から、自分の名前を選択



「名前の変更」をタップ



新しい名前を入力して「OK」で変更完了

※左上の「閉じる」をタップして  
元の画面に戻ります。

# 手を挙げる

メニューバーの「参加者」又は「詳細」アイコン



どちらも  
できることは同じ

「参加者」タップ

↓  
自分を選択

↓  
「手を挙げる」 



自分を選択

↓  
「手を降ろす」

「詳細」タップ

↓  
「手を挙げる」 

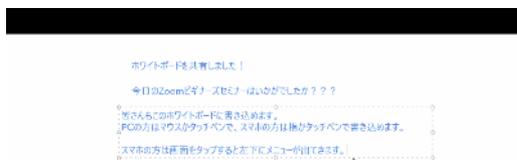


「詳細」タップ

↓  
「手を降ろす」

# ホワイトボードの使い方

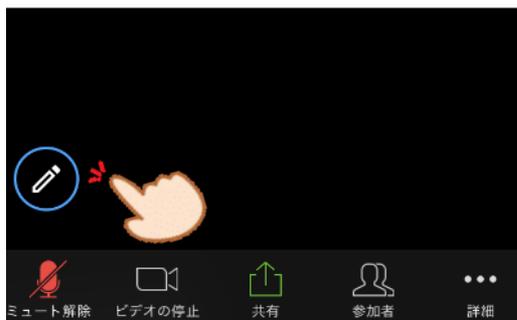
ホストが共有したホワイトボードに書き込みができます。



画面の左側にあらわれた  
専用アイコンをタップ



専用ポップアップメニューが表示されます。  
ルールに従って、書き込みましょう。



専用メニューがポップアップ  
表示されます。



心のカタチを整える。



# トラブルが起こったら



# Zoomアプリが立ち上がらない

## ● 立ち上がらない、先に進めない

➤ **ネットワーク環境**が悪いかもしれません。下記要件に合わせましょう。

✓ パソコン：有線またはブロードバンド（3Gまたは4G/LTE）

安定してインターネットに接続できている環境を推奨します。  
他のアプリケーションやWebを停止しておきましょう。

✓ iPhone/iPad/Android：WiFi

安定してアンテナが全て立っている環境を推奨します。

✓ iPhone/iPad/Android：ワイヤレス

安定して3Gまたは4G/LTEの表示がされている環境を推奨します。

# Zoomアプリが立ち上がらない

## ● 立ち上がらない、先に進めない

### ➤ アプリのバージョンが古いかもしれません。

- ✓ パソコン：最新バージョンへの「更新」を促すメッセージが表示されていれば、「更新」しましょう。
- ✓ iPhone/iPad：App storeでZoomアプリを検索して、「開く」をタップしたあと「アップデート」を促すメッセージが表示されれば、「アップデート」しましょう。
- ✓ Android：Google Play（Playストア）でZoomアプリを検索して、「開く」をタップしたあと「アップデート」を促すメッセージが表示されれば、「アップデート」しましょう。

# Zoomアプリが立ち上がらない

## ● 立ち上がらない、先に進めない

➤ **OSのバージョン**が古いかもしれません。確認して下記要件にあわせましょう。

✓ パソコン：ほとんどのWindowsバージョンに対応しています。

✓ iPhone/iPad：iOS7.0以上

「設定」アイコン→「一般」→「情報」とタップを進めて「システムバージョン」を確認しましょう。

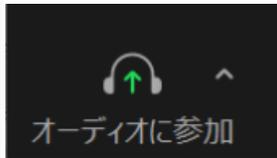
✓ Android：Android 4.0x以上

「設定」アイコン→「端末情報」又は「タブレット情報」とタップを進めて「Androidバージョン」を確認しましょう。

# スピーカー・マイク・オーディオ

## ● 音が聞こえない、自分の声が出ない

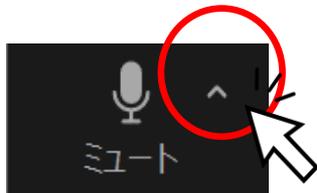
- **Zoomアプリのオーディオ設定**が未参加またはOFFまたはミュートになっていませんか？確認して設定しましょう。



メニューにこのアイコンが表示している場合は、オーディオ未参加状態です。クリック/タップして参加状態にしましょう。参加できるとマイクのアイコンが表示されます。



マイクのアイコンに赤い斜線が入っていたら、ミュート状態でマイクがOFFになっています。クリック/タップしてONにしましょう。



マイクのアイコンから斜線が消えたら、オーディオメニューからスピーカー&マイクをテストしましょう。^をマウスでクリック/タップするとメニューを表示できます。

# スピーカー・マイク・オーディオ

## ● 音が聞こえない、自分の声が出ない



- **端末本体のサウンドデバイス**が機能していないかもしれません。確認して設定しましょう。

### ✓ パソコン：

- 音量設定が0 又はOFFになっていませんか？
- サウンドデバイスが未設定になっていませんか？  
Windowsインジケータメニューのスピーカーアイコンが下図の状態であれば、設定が必要です。スタートメニュー「設定」→「サウンド」→「サウンドデバイスで管理する」とクリックを進めて出力デバイスと入力デバイスの設定を確認し正しく設定しましょう。

スピーカーまたはヘッドホンが接続されていません。



# スピーカー・マイク・オーディオ

## ● 音が聞こえない、自分の声が出ない



➤ **端末本体のサウンドデバイス**が機能していないかもしれません。  
確認して設定しましょう。

✓ 音量設定が0 又はOFFになっていませんか？

✓ マイクの使用が未許可設定になっていませんか？

### ● iPhone/iPad :

ホーム画面「設定」アイコン→「プライバシー」→「マイク」とタップを進め、Zoomへのマイク使用を確認し、未許可であれば許可にしましょう。

### ● Android :

ホーム画面「設定」アイコン→「アプリ」→「Zoom」→「権限」とタップを進め、マイク使用を確認し、未許可であれば許可にしましょう。

# ビデオ・カメラ

## ● 自分の顔が映らない

- Zoomアプリに「**ビデオ付きで参加**」していないか、ビデオがOFFになっていませんか？確認して設定しましょう。



メニューのビデオ（カメラ）のアイコンに赤い斜線が入っていたら、ミュート状態でマイクがOFFになっています。クリック/タップしてONにしましょう。

- カメラの向きが、前後（Front/Rear）逆になっていませんか？
- カメラに蓋（カバー）がついたままではありませんか？

# ビデオ・カメラ

## ● 自分の顔が映らない

➤ **端末本体のカメラデバイス**が機能していないかもしれません。確認して設定しましょう。

✓ パソコン：

- スタートメニュー「カメラ」をクリックして確認
- 又はスタートメニュー「設定」→「デバイス」→接続しているカメラデバイスをクリックして確認

※確認したうえで不具合があるようなら、パソコンメーカーのヘルプを参照するか販売元にお問い合わせください。またオプションカメラを購入している場合には、そのカメラのメーカーや販売店のサポートにお問い合わせ下さい。

# ビデオ・カメラ

## ● 自分の顔が映らない

- **端末本体のカメラデバイス**が機能していないかもしれません。確認して設定しましょう。

- ✓ パソコン :

- ✓ iPhone/iPad :

ホーム画面「設定」アイコン→「プライバシー」→「カメラ」とタップを進め、Zoomへのカメラ使用を確認し、未許可であれば許可にしましょう。

- ✓ Android :

ホーム画面「設定」アイコン→「アプリ」→「Zoom」→「権限」とタップを進め、カメラ使用を確認し、未許可であれば許可にしましょう。

# ビデオ・カメラ

## ● 自分の顔が映らない

- **他のアプリと競合**しているかもしれません。他のアプリを一旦停止しましょう。
  - ✓ カメラや音声を使うアプリ
  - ✓ 端末のリソース（メモリやCPU）を消費するアプリ
  - ✓ ネットワーク通信をするアプリ
  - ✓ ブラウザで開いている無関係なサイト

# 遅延

- 映像や音声の届くタイミングが遅い
  - Zoom利用中に様々な要因で起こる現象です。  
参加者として、良い環境でZoomを使用しましょう。
    - ✓ 良い通信ネットワーク環境
    - ✓ 他のアプリを停止する
    - ✓ 必要以上にZoomを操作しない

心のカタチを整える。



# 株式会社ATEAについて





「龍使い」になれる本  
詳しくはこちら



龍神カード  
詳しくはこちら



「神旅」のはじめ方  
詳しくはこちら



龍神の音霊CD



「龍神の音霊CD」は、世界遺産・屋久島の自然の音を収録しています。緑豊かで美しい大自然のなかを流れる小川のせせらぎや滝の音、野鳥の声などの自然音を、ヒーリング効果を得られるように構成しています。

神様に捧げる参拝 お神酒「龍使い®」



龍神伝説の地である信州安曇野の蔵元で、龍使い®お神酒を作っていただきました。  
このお神酒は龍神の力をお借りする意味で、『龍使い®』と名称をつけています。  
龍神は生き物の成長を助け、森羅万象がより良い状態に整うための調整を行います。  
龍神の力を借りたお神酒を捧げることで、捧げた神様の成長を促すことにつながり、同時にお神酒をいただくあなたの成長になります。



金の龍神茶



平安時代から約850年も続く神事として、毎年多くの参拝者が訪れる歴史深い神社にて、龍神茶はご祈禱しております。  
龍神の英気で、心を整え、変動する時代の流れにスムーズに乗っていくための龍神茶です。



心のかたちを整える。

