はじめてみよう 地域でつながる オンライン会議

導入ガイド LINE・Zoom 編



名古屋市スポーツ市民局地域振興課

2020.8.21

はじめに オンラインでの会議って何?

■ 離れていても、姿が見える!

- 対面ではなく、インターネット回線を通じて、 参加者がお互いの映像(ビデオ)を見ながら 話します。
- 各々の自宅からなど、違う場所にいながら 参加できる会議の方法です。

■ 新しい生活様式に最適!

- コロナウィルスの出現により「3つの密」を 避ける、新しい生活様式が始まりました。
- 参加者が安心安全に集い、つながり続けるため、
 地域活動でもオンライン会議してみませんか?

■ でも…難しいんじゃない?

<u>ご安心ください</u> オンライン会議は、とても簡単!

この冊子は、「え?パソコン?オンライン会議なんて、無 理無理…」と、苦手意識を抱きがちな地域の担い手の方が、 少しだけパソコンに慣れている方の協力を得ながら、

「オンライン会議に一歩を踏み出すため」のガイドです。

■ 何から始めるの?

 この冊子では、身近なオンライン会議の道具として、 スマホでおなじみの「LINE」と、最近話題の 「Zoom」の二つを取り上げます。

■ とっておきの得策は、ズバリこれ!



ー歩が出たら、あとは試行錯誤でスキルがアップ さあ、一緒に**オンライン会議で地域をつなぎましょう**!

目次	
1.	LINEとZoom・インターネットは危険? 3
2.	あなたの環境診断 Yes/Noチャート 4
3.	はじめの一歩ガイド 5
4.	必見!『高齢者向けのZoomマニュアル』 … 6
5.	準備するものチェックリスト 7
6.	オンライン会議のスムーズな進め方 8
7.	便利な機能
8.	オンライン会議に役立つ基礎用語 11
9.	参考サイト
10.	困った時の問い合わせ先

1. LINEとZoomの紹介





	LINEライン	Zoom ズーム
会議の仕組み	アプリ内でトークグループを作り、メン バーがグループ内でビデオ通話をかけると、 お互いの映像を見ながら通話できる。	参加者の誰か1人がサービスに登録し、"ホスト" (主催者)として他の参加者を「ミーティング ルーム」に招待する。
利用登録	サービス利用者は電話番号でアプリに登録 が必要。登録後はスマホ、タブレット、パ ソコンなどで利用可能。	ホストになる人だけアカウント登録が必要。他の 参加者は、アプリをダウンロードし、招待を受け 取る。(パソコン、スマホ、タブレット対応)
費用	無料	・無料(時間制限あり) ・有料プランあり
時間制限	なし	無料プランの場合、3人以上で通話すると40分で 通話終了する。再接続可。
参加できる人数	・最大200人まで参加可能 ・一度に顔が見られるのはスマホで6人、 パソコンで16人まで	・無料版の場合、最大100人まで参加可能 ・一度に顔が見られるのはスマホで4人、 パソコンで25人まで

※ビデオ通話はデータ容量が大きいため、必ずご自身の通信契約の内容を確認してから利用してください。

インターネットは危険?

対策を学ぶ	<u>ウイルス対策</u>	対策・ルールを共有する
適切な対策が分かれば、 過度に恐れることはありま せん。ぜひこちらのサイト をご一読ください。 ●総務省『国民のための 情報セキュリティサイト』 https://www.soumu.go.jp/main _sosiki/joho_tsusin/security/	パソコン、Androidを 使っている方は ウイルス対 策ソフト のインストールを 忘れずに。 iPhoneの方はiOSを最新 に保つよう、 アップデート を忘れずに 行ってください。	地域活動でインターネットを使うにあたって、「どうすれば安全か」を活動参加者が共 有するのは、とても大切なことです。 役員さん同士で安全にインターネットを活 用するためのルールを話し合ったり、一緒に 学ぶ機会を設けることをお勧めします。



あなたのタイプ別からスタート 〜関係者の中でパソコン·スマホに一番慣れていそうな人 3.はじめの一歩ガイド に声をかけ、一緒に実践してみましょう!

細かい手順は、く検索キーワード>をインターネットの検索エンジンに入力し、説明サイトや動画を見つけてチャレンジしましょう

- パソコンZoomタイプ Δ
- R パソコンZoom自画像なしタイプ
- ① 関係者の中でパソコンに一番慣れて いそうな人に声をかける
- 2 その方に、Zoomアカウント登録を お願いする

検索キーワード:Zoom アカウント登録

③ その方に、Zoomミーティングの木 スト(主催者)になってもらい、 参加者あてに招待URLをメールで 送ってもらう

検索キーワード:**Zoom 開催**

④参加者は、届いた招待メールに記載 されているURL(https://から始まる 数字や英文字の羅列) をクリック 指示に従いミーティングに参加する 検索キーワード: Zoom 招待URL クリック

スマホまたは С タブレットでZoomタイプ

- ■Zoomアプリを入手する 検索キーワード:スマホ Zoom 参加
- ① iPhoneでは、**App Store**を開く Androidでは、playストアを開く

 Zoomアプリを検索し インストールする

- ③関係者の中でパソコン・スマホに 一番慣れている人にホスト(主催 者)になってもらい、参加者あてに 招待メールを送ってもらう
- ④ Zoomアプリを開き、「ミーティン グに参加しを押す
- ⑤ ホスト(主催者)から送られてきた ミーティングIDとパスワードを **入力**し、ミーティングに参加する

- Wi-fi環境がないと、通信が重たくなり、 通信量も大量に使います
- 最初に顔合わせをしたら、ビデオ通話を やめて、音声だけの通話に切り替え、 ミーティングを続けるのもお勧めです

関係者の中で、パソコン・スマホに慣れている人が見つからない **⇒** コミュニティサポーターにご相談ください

5

地域は

これを見れば、簡単にできます! 4. 必見!『高齢者向けのZoomマニュアル』

(公財) ダイヤ高齢社会研究財団 主任研究員・澤岡詩野さん作成 Zoomマニュアル!



アプリの インストール 方法も解説! 機種別に解説あり



[参加者向1][windows]Zoomが初めての方(メールからのミーティング参加)版より一部抜粋

招待メールからの Zoom ミーティングに参加の仕方 (初回**未**インストール Windows PC 編)



ミーティング主催者から Zoom ミーティング招待状のメールが届いたらメー ル本文中の URLのリンク(上図で赤丸で囲った箇所)をクリックします。



「ビデオプレビュー」の画面が表示されるので「ビデオ付きで参加」をクリッ クします。



(オフの時にはマイクやビデオに/が付きます)

○マイクをオン/オフ (ミュート) することができます
 ② ビデオ (カメラ)をオン/オフすることができます
 ③ 参加者をタッブし、参加者を選択することで参加者向上でのチャットが可能です
 ◎ ミーティングを思出するには多の退出をタッブします

[参加者向3][スマホ]初めての方(インストールからミーティング参加)版より一部抜粋



iPhone では、App Store を開きます。

チェック

Android の場合は、Google play ストアを開きます。

https://drive.google.com/drive/folders/1BM WufqjXzKX8eBeyV4p8B0w90_SG7gdH 詳しい内容・URLは、 13ページにも掲載!

6

5. 準備するもの チェックリスト

①必要なもの

□ 端末
 □ メールアドレス
 □ インターネット環境

②確認しましょう

 契約中の通信容量
 アプリストアのアカウント (IDとパスワード)
 周囲は片付いているか

③あったら便利

□ マイク □ イヤホン □ カメラ

アプリのインストール

アプリのインストールには、 AndroidはGoogleアカウントID・ パスワード、iPhoneはApple ID ・パスワードが必要です。 もし、控えていない、見つか らない場合も再設定ができます。 あきらめないで!

ID・パスワードの扱い

アプリストアの利用やZoom の参加には、メールアドレスが 必要です。 新しく作成する場合は、必ず ID・パスワードを控えて下さ

い!

準備のポイント、忘れずに

データの通信容量

スマホを利用する場合、①携帯の通信 網(4G)、②自宅等のWi-fiを使用する、 の2つの接続方法があります。 契約によっては通信量が高額になるこ ともあるので、<u>必ずご自身の契約内容を</u> 確認してください。

見られて困る物はありませんか?

ビデオ会議では、自分の顔だけではな く背後の部屋の様子などが写り込んでし まいます。

個人情報やプライバシーを守るため、 <u>背後が壁やカーテンなどになっている場</u> <u>所で通話することをお勧め</u>します。 カメラ

スマホやノートパソコンにはマイ クやカメラが内蔵されている物が多 いですが、<u>カメラがなくても「声」</u> <u>だけで参加できます</u>。

イヤホン・ヘッドフォン

会話が聞き取りにくい場合は、 イヤホンやヘッドホンが便利。 スマホの場合は、機種によってイ ヤホンジャックが使用できないもの があります。分からない時はお店の 人に相談してみましょう。

マイク スマホ・パソコンのスピーカー機 能は周囲の音をよく拾うため、人数 が多い会議では、外部マイクを使う こともお勧めです。

6. オンライン会議のスムーズな進め方①

メリット・デメリットを理解してから始めましょう

オンライン会議のメリット

スマホやタブレットから気軽に参加できる!
いつでも、どこでも気軽につながることができます。

> 3つの無駄が省ける!

- <u>時間</u>:移動の時間が不要
 <u>労力</u>:会議に関わる労働力が軽減
 ③運営費:交通費、会場費などの経費が不要
- ③<u>
 庄白夏</u>:又過夏、五笏夏なこの相負が引き

> ウイルス感染を回避できる!

対面ではないので、今一番の心配事を回避できます。

オンライン会議のデメリット

インターネット環境に左右される! ネット環境が不安定だと、途中で画像や音声が 途切れてしまい、会の進行に支障が出る場合が あります。

表情や雰囲気が読み取りにくい! 実際に会って話す場合と比較すると、相手の表情や 場の雰囲気が読み取りにくくなります。

気軽に開催しがちになる? 思い立ったら「オンライン会議」と、頻繁に開催されると、かえって無駄な会議を増やすことになってしまいます。

会議開催までに…



会議を始める5分前に…

接続テストを実施しましょう 少し早めにログインし、音は聞こえるか、 出せているか、映像は見えているかなどを、 相互に確認しましょう。

6. オンライン会議のスムーズな進め方②

いよいよ、オンライン会議を開催することになりました。そんな時に気をつけておくと よいことを以下に挙げました。どうぞ、ご参考にしてください。



7. 便利な機能

Zoom、LINEで、こんなこともできちゃう! 便利な機能を紹介します。

Zoom

詳しくは、「Zoomヘルプセンター」:<u>https://support.zoom.us/hc/ja</u>を要チェック!

画面共有ができる!

話し合いながら、参加者全員と共有したい資料を 画面上に表示することができます。この機能によ り、資料を印刷する手間がはぶけます。

ホワイトボード機能が使える!

ホワイトボードのように、参加者が自由に文字や 線、記号、絵などを画面上に描くことができます。 ※ iPhoneではこの機能が使えません

小グループに分かれることができる!

「ブレイクアウトルーム」という機能で、参加者 を複数の小グループに分けて話し合いができます。

録画ができる!

ボタン一つで簡単に録画ができます。保存した ものを後で再生して確認したり、会議当日に 参加できなかったメンバーへの共有が可能です。 ※スマホの場合、有料プランでなければこの機能は使えません

チャットができる!

話し合いの最中でも、中断することなく、全員または特定の参加者にメッセージを送ることができます。

バーチャル背景を設定できる!

任意の画像を背景に設定することができます。 背景に映り込んでしまう部屋の様子を見せたく ない時は、とても便利です。

LINE

画面共有ができる!

資料や動画などを参加者で 共有しながら話ができます。

背景を設定できる!

画面上で仮装や背景を 選んで楽しめます。 詳しくは、 「ラインみんなの使い方ガイド」 https://guide.line.me を要チェック!

知っておくと安心 8. オンライン会議に役立つ用語集 基礎編





Wi-Fi(ワイファイ) スマホやパソコン、タブレット、 ゲーム機、プリンターなどを無

る一ム機、クラクターなとで、 線で接続する技術のこと。



タブレット

スマホを大きくした様な形。ス マホと同じ様に画面をタッチし て操作する。パソコンと違って キーボードが付いていない機器。



ソフト ソフトウェア。コンピューター を動作させるためのプログラム やデータのまとまり。







OS(オーエス) コンピューター全体を動かすソフ トウェアのこと。パソコンなら WindowsやMac OS、スマホ・ タブレットならAndroidやiOSが ある。

知っておくと安心 8. オンライン会議に役立つ用語集 基礎編



アプリ

企業などが提供するサービスを 利用するためのソフトのこと。



ダウンロード インターネット上からソフトや 画像を端末にコピーすること。 パソコンは、ダウンロード後に インストールする作業が必要。 スマホは、ダウンロードからイ ンストールまで自動で行われる。



インストール

ダウンロードしたソフトを自分 の端末で使えるようにすること。 iPhoneはapp store、Android はPlayストア、パソコンは希望 するソフトのwebサイトからイ ンストールできる。

URL

address

インターネット上の住所。 「http://」から始まる。Webサイ トや、ビデオ会議など、ネット上 で見ているものにはすべてURLが ある。

さらに

詳しく!

ホスト

Zoom会議の主催者。 Zoomに登録し、「会議を開始」 「会議を設定」などを行うことで、 ビデオ会議にアクセスするための URLを取得することができる。

URLでより詳しく! 9. 困ったときは、ぜひご参照ください

Zoom関連

●『zoomヘルプセンター』 https://support.zoom.us/hc/ja/categories/200101697

●zoom公式Youtube(英語)「How to Zoom」 https://www.youtube.com/playlist?list=PLKpRxBfeD1kEM_I1 IId3N_XI77fKDzSXe

LINE関連

- ●『LINE公式使い方ガイド』<u>https://guide.line.me/ja/</u>
- [LINE Customer Care Japan] https://www.youtube.com/channel/UCZ5hhRLc_Y-Epc8bcj9yZKg

セキュリティ関連

●総務省 『国民のための情報セキュリティサイト』 https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/security/ index.html

― 「個人情報の公開の危険性」

https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/security/ enduser/attention/02.html

『高齢者向けのZoomマニュアル』

(<u>https://drive.google.com/drive/folders/1BMWufqjXzKX8eBeyV4p8</u> <u>B0w90_SG7gdH</u>)制作・提供: 公益財団法人ダイヤ高齢社会研究財団

- ●【最初に読んでください】手引きの使い方
- ●【参加者向1】【Windows】 Zoomが初めての方(メールからのミーティング参加)
- ●【参加者向2】【Windows】 Zoomを使ったことがある方(メールからのミーティング参加)
- ●【参加者向3】【スマホ】 初めての方(インストールからミーティング参加)
- ●【参加者向4】【スマホ】 Zoomを使ったことがある方(アプリからミーティング参加)
- ●【参加者向5】【スマホ】 Zoomを使ったことがある方(招待メールからミーティング参加)
- ●【参加者向6】【スマホ】 Zoom音の途切れ対策マニュアル

こちらのマニュアルについては、詳しくは以下をご覧下さい。

【出典・紹介】

公益社団法人長寿社会文化協会『全国コミュニティカフェ・ネットワーク』 「高齢者向けのZoomマニュアル制作される」 https://blog.canpan.info/com-cafe/archive/854

インターネットに接続できない等お困りのときは、ご契約の通信会社へお問い合わせください。¹³

ここまで来れば、きっと大丈夫! 10. お困りのときは…

お近くの若い世代や、パソコンやスマホの操作に詳しい 方にも声をかけてみてください。地域の輪が広がります。

もしくは、お気軽に… コミュニティサポーターにご相談ください。

お問合せ先

名古屋市役所 スポーツ市民局地域振興部 地域振興課 052-972-3120