

# アイルキャリアカレッジ オンライン研修 利用ガイド



皆さまに安心してご受講いただき、効果的な学びができる環境を整えるため、下記留意事項に関してご確認ください

## ▼留意事項▼

- ① オンライン研修には、Web会議システムZoomを使用します。  
インターネット接続可能なパソコン、タブレット、スマートフォンなどで必ず、Webカメラでお顔を出してご受講ください。

※資料をご覧いただきやすいパソコンからのご参加をおすすめいたします。また、講座によっては、課題演習を行うためパソコンでの参加をお願いする場合がございます。  
※画面にお顔が出ていない場合、他の受講者様の安心・安全な環境を整えるため、事務局側で退席の操作をさせていただく場合がございますので、ご了承ください。

- ② 集中できる場所・環境で、イヤホンをご使用ください。

※講師や他受講者様の声を聞き取りやすくするためです。

- ③ 事前にお送りしたテキストは、お手元に印刷してご用意ください。  
筆記用具と、テキストとは別に白紙用紙を3枚ほどご用意ください。

※どうしても印刷が難しい場合は、白紙ノートと筆記具をお手元にご用意ください。

- ④ お申込時のお名前(フルネーム)でご参加ください。

- ⑤ 研修中、受講者様同士のグループワークを行う場合がございます。  
積極的にご参加ください。

- ⑥ 必ずはじめから最後までご参加ください。休憩時間以外での離席は極力ご遠慮ください。

※やむを得ず途中離席される際は、事務局あてにチャット機能にてお知らせください。

- ⑦ 本研修は著作権保護により、録音録画は禁止とさせていただきます。

※事務局側では品質向上およびネットワーク障害に備えて録音録画を行っておりますのでご了承ください。



## Zoomを使用したことがある・インストールしている

⇒ そのまま研修参加可能です

## Zoomを初めて利用する

⇒ 以下のチェックにお進みください

### インターネット接続が安定しているか

接続が不安定な場合、画像や音声途切れる原因となります

### パソコンに必要な設備

講師や他の参加者の声を聞いたり、コミュニケーションを行うために、必要な設備です

①カメラ：自分の顔を映すため必要です

②マイク：自分の声を相手に届けるため必要です

③スピーカー：相手の声を聞くため必要です

※聞こえやすくするためにイヤホンをご利用ください

### Zoomをインストールする [手順へ](#)

ご受講の前に、マイクやビデオのテストを行うことができますので、受講予定の環境にてお試してください。

ミーティングテストに参加：<https://zoom.us/test>

▼オンライン研修は「Zoom」にて開催します。

開催日までに、Zoomクライアント(※無料)のインストールをお済ませいただくとスムーズにご参加いただけます。

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、研修やセミナー、ミーティングをオンライン上で実現するアプリケーションです。オンライン研修ではパソコンでのご受講をお願いしております。

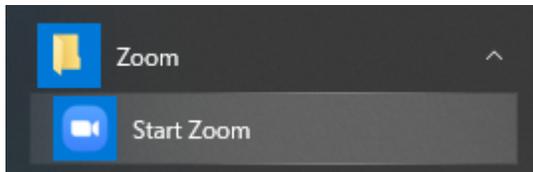
1. <https://zoom.us/download> にアクセスします。
2. アクセス後に表示された画面の「ダウンロード」ボタンをクリックします。



3. 画面左下に表示される「Zoominstaller.exe」をクリックします。



4. 「このファイルを実行しますか?」と表示されましたら「実行(R)」をクリックすると、インストールが開始されます。インストールが完了すると、Windowsのスタートメニューに以下のような起動アイコンが追加されます。



※オンライン研修への参加に「アカウント作成」は必要ございません。

※ご受講の前に、マイクやビデオのテストを行うことができますので、ご受講予定の環境にてお試しください。  
ミーティングテストに参加：<https://zoom.us/test>

受講開始までの操作はここまでです。

ご受講日までに「研修参加用URL」を記載したメールをお送りいたしますのでお待ちください。

# Zoom利用ガイド ～ 受講当日のご参加方法

▼研修会場へのアクセスには、専用のURLとパスワードが必要です。  
事務局よりお送りいたします<参加方法についてのメール>をお手元にご用意ください。

1. 「研修参加用URL」にアクセスします。  
ブラウザが立ち上がりまますので、Zoomを起動します。



2. お名前(フルネーム)・ミーティングパスワードを入力し、「ミーティングに参加」をクリックします。  
※必ず申込時に登録したお名前をご入力ください。入力されたお名前を事務局にて確認させていただきます。



3. オンライン研修ではお顔を出してご受講いただきます。ビデオプレビューは「ビデオ付きで参加」をクリックします。



4. 「コンピューターでオーディオに参加」をクリックします。研修会場に入室可能になるまで少々お待ちください。





## 1. 「ミュート」

自分のマイクの音声をクリックでON・OFFにします。OFFの場合は、他の受講者に自分の音声が聞こえなくなります。



※オンライン研修中は講師、事務局にてON・OFFを切り替えさせていただく場合がございます。

## 2. 「ビデオ」

自分のカメラの映像をクリックでON・OFFにします。OFFの場合は、他の受講者に自分の映像は見えなくなります。



※オンライン研修中は講師、事務局にてON・OFFを切り替えさせていただく場合がございます。

## 3. 「チャット」

クリックすると画面左側にメッセージを入力できる画面が表示されます。メッセージは参加者全員に表示されます。

※特定の受講者にメッセージを送る機能は制限しております。

## 4. 「ミーティングを退出」

オンライン研修が終了しましたら、「ミーティングを退出」をクリックします。

確認のメッセージが表示されますので、再度「ミーティングを退出」をクリックして終了します。

## ▼よくあるトラブル対処法

### 1. 音声が聞こえない

対処①「ミュート解除」横のボタンからZoomのオーディオ設定をご確認ください。

対処②パソコンの音量調整がOFF、または小さい設定になっている場合がございます。パソコンの音量をあげてください。

対処③「skype」など他アプリにログインしている場合がございます。Zoom以外のアプリからログアウトをしてください。

対処④一度退室し、再度「研修参加用URL」をクリックして、会場に入りなおしてください。

※その際、必ず「コンピューターでオーディオに参加」をクリックしてください。



### 2. 音や映像が不安定、途切れ途切れになる

対処①通信状態がよくない可能性がございます。通信状態のよい場所へ移動する。

対処②Wi-Fiではなく、有線(LANケーブル)をつなげる。

対処③一度退室し、再度「研修参加用URL」をクリックして、会場に入りなおしてください。

### 3. 接続が切れてしまった、画面を閉じてしまった

対処①再度「研修参加用URL」をクリックして、会場に入りなおしてください。

うまく入室できない場合は、オンライン研修事務局(0120-147-396)にご連絡ください。

ミーティングへの参加時に、自動的にコンピューターでオーディオに参加

## ▼システム要件

インターネット接続 – 有線または無線ブロードバンド（3Gまたは4G/LTE）  
スピーカーとマイク – 内蔵、USBプラグイン、またはワイヤレスBluetooth  
ウェブカメラまたはHDウェブカメラ – 内蔵またはUSBプラグイン  
あるいは、ビデオキャプチャカード搭載のHDカムまたはHDカムコーダー

## ▼サポートされるオペレーティングシステム

MacOS 10.7以降を搭載のMac OS X  
Windows 10  
Windows 8または8.1  
Windows 7  
SP1以降を搭載のWindows Vista  
SP3以降を搭載のWindows XP  
Ubuntu 12.04またはそれ以降  
Mint 17.1またはそれ以降  
Red Hat Enterprise Linux 6.4またはそれ以降  
Oracle Linux 6.4またはそれ以降  
CentOS 6.4またはそれ以降  
Fedora 21またはそれ以降  
OpenSUSE 13.2またはそれ以降  
ArchLinux（64ビットのみ）

その他詳しい要件に関しては、Zoomヘルプセンター<https://support.zoom.us/hc/ja>をご確認ください。

※ご受講の前に、マイクやビデオのテストを行うことができますので、ご受講予定の環境にてお試しください。  
ミーティングテストに参加：<https://zoom.us/test>



※その他Zoomに関する不明点、疑問点はZoomヘルプセンター <https://support.zoom.us/hc/ja> をご確認ください。

