

# オンライン会議システムを 使ってみましょう



# 目次

## 1. オンライン会議システムを知りましょう

- 1-A オンライン会議システムとは……………P2
- 1-B オンライン会議システムのメリット……………P3
- 1-C オンライン会議システムの利用方法……………P4

## 2. Zoomを使ってみましょう

- 2-A Zoomアプリのインストール……………P7
- 2-B 利用登録のしかた……………P12
- 2-C 招待された会議への参加のしかた……………P18
- 2-D 会議の開催のしかた……………P23

## 3. Microsoft Teamsを使ってみましょう

- 3-A Microsoft Teamsアプリのインストール……………P30
- 3-B 利用登録のしかた……………P35
- 3-C 招待された会議への参加のしかた……………P45
- 3-D 会議の開催のしかた……………P47

# 目次

## 4. Webexを使ってみましょう

- 4-A Webexアプリのインストール.....P51
- 4-B 利用登録のしかた.....P56
- 4-C 招待された会議への参加のしかた.....P61
- 4-D 会議の開催のしかた.....P66

## 5. Google Meetを使ってみましょう

- 5-A Google Meetアプリのインストール.....P77
- 5-B 利用登録のしかた.....P82
- 5-C 招待された会議への参加のしかた.....P94
- 5-D 会議の開催のしかた.....P98

# 1 オンライン会議 システムを知りましょう

インターネットに接続したPCやスマートフォン等を介し、遠隔地にいる相手と対面での会議が可能になるシステムです

### 例1: 会合や打ち合わせ



自治会の会合や各種の打ち合わせに活用できます

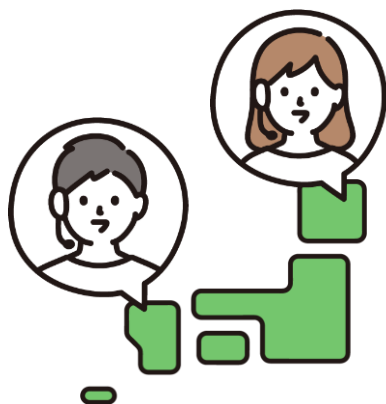
### 例2: 家族や友人との会話



離れたところにいる家族や友人等とも対面で会話ができます

オンライン会議利用時は画面に映っている背景や周囲の生活音などからプライバシーが流出しないよう、注意しながら利用しましょう

## メリット①

**遠方の相手でも  
対面での会話が可能**

遠方に住んでいる家族や  
親戚、知人等と、いつでも  
顔を見ながら会話を楽し  
むことができます

## メリット②

**会場の手配など  
準備の負担が軽減**

会場の確保や準備には手  
間や時間がかかりますが  
そのような準備をしなくて  
も会合の実施が可能です

## メリット③

**移動時間や交通費など  
の負担軽減**

来場者の移動による時間  
や交通費などの負担なく、  
会合を実施することがで  
きます

本講座では4つのオンライン会議システムをご紹介します

Zoom  
(ズーム)

Webex  
(ウェベックス/ウェブ  
エックス)

Microsoft Teams  
(マイクロソフト  
チームズ)

Google Meet  
(グーグルミート)

## 各アプリ利用方法ご説明の流れ

## アプリの利用準備

- ① アプリのインストール
- ② 利用登録



## オンライン会議の実施

- ① 招待された会議への参加(他の人が開いた会議に参加する場合)
- ② 自分で会議を開催(自分で会議を開く場合)

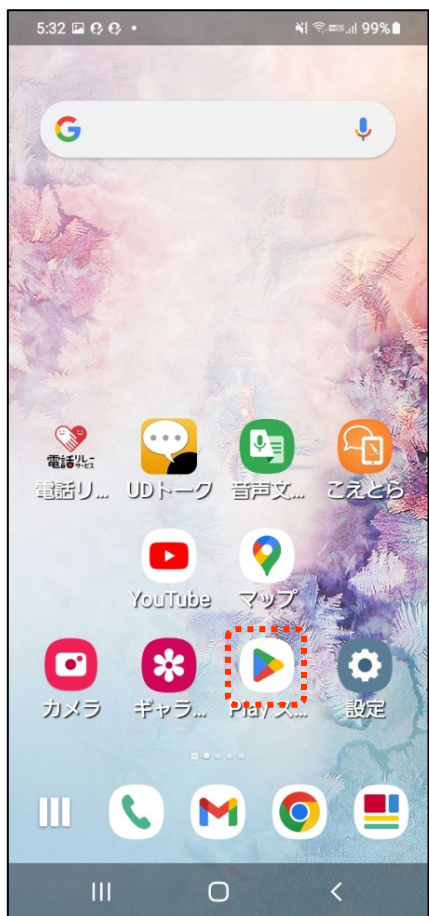
※本講座で扱うアプリは、使用されるスマートフォンの機種・OS、あるいはスマートフォンの設定により、表示や操作手順が多少異なる場合があります。また、予告なしにアプリの機能が更新され、内容が変更される可能性があります。

# 2 Zoomを 使ってみましょう

※バージョン6.1.11(45504)

## Zoomアプリをインストールします

- 1 Playストア  をタップします



## Androidの場合

- 2 「アプリやゲームを検索」をタップします



Zoomアプリをインストールします

③ 「ズーム」と検索します




Androidの場合

④ 「インストール」をタップします



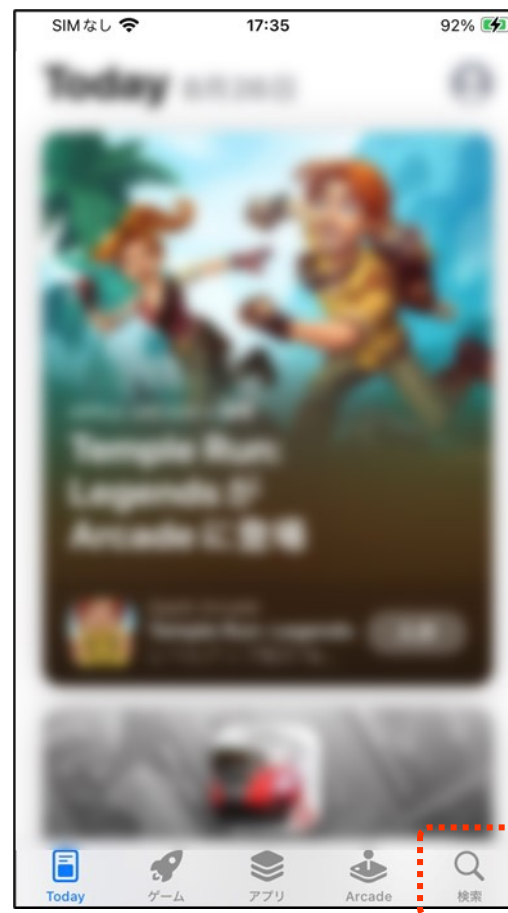
Zoomアプリをインストールします

iPhoneの場合

- 1 App Store  をタップします



- 2 「検索」をタップします



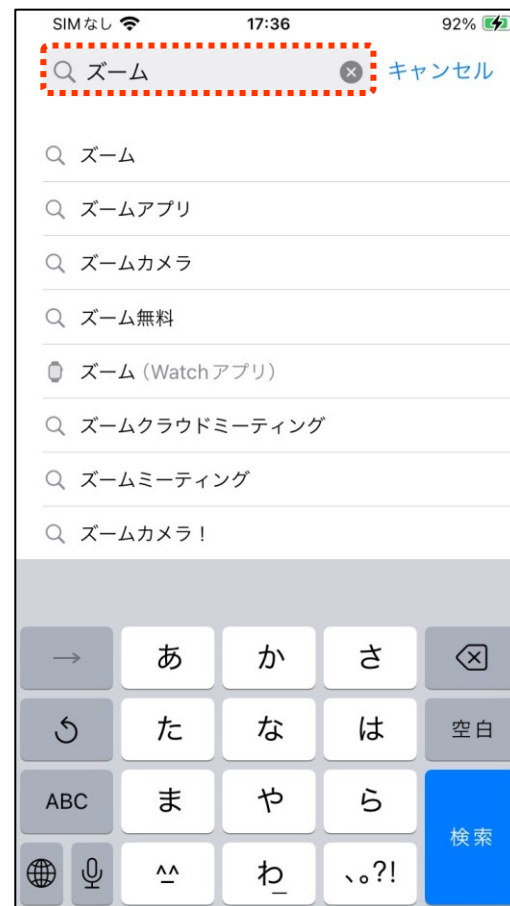
## Zoomアプリをインストールします

iPhoneの場合

③ 「ゲーム、App、ストーリーなど」を  
タップします



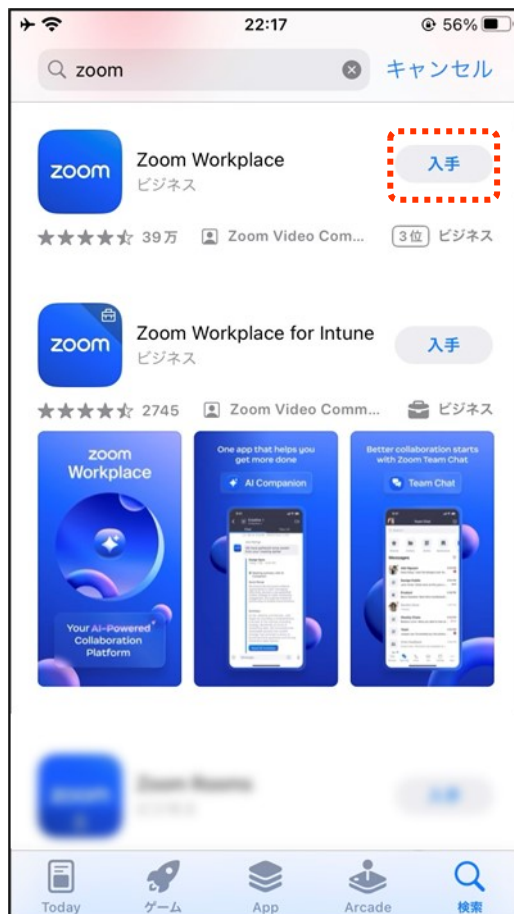
④ 「ズーム」と検索します



Zoomアプリをインストールします

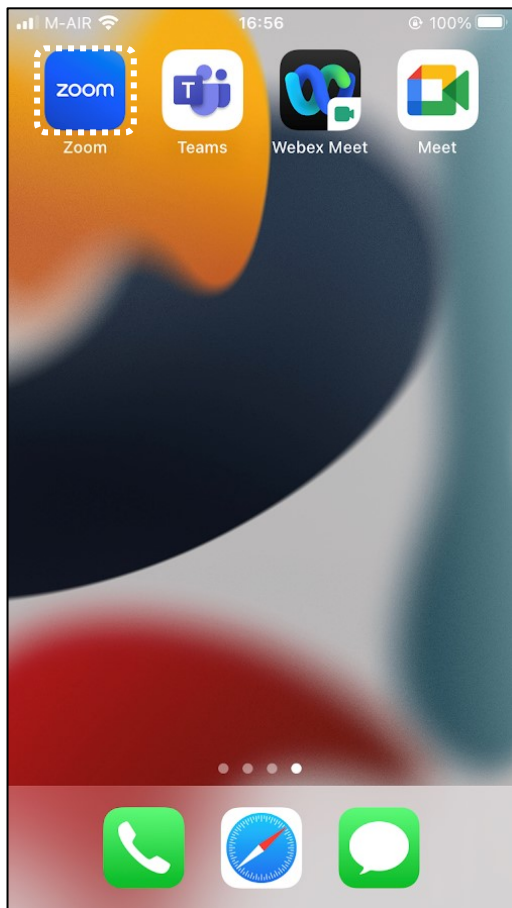
iPhoneの場合

5 「入手」をタップします



## 利用登録を行います

- 1 Zoom  をタップします



- 2 画面下部の「サインアップ」を  
タップします

※掲載の画像は  
iPhoneのものです



## 利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- ③ 生まれ年を入力し「続行」を  
タップします



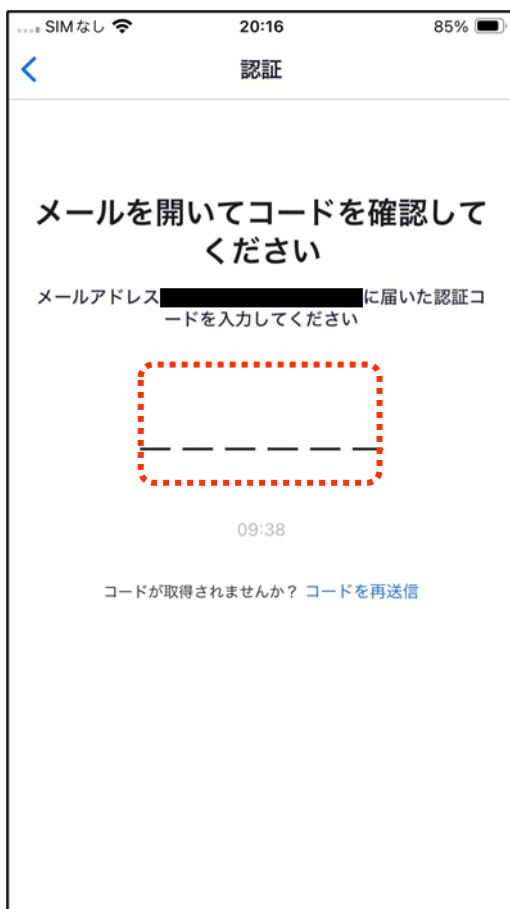
- ④ メールアドレスを入力し  
「続行」をタップします



## 利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 5 入力したアドレス宛に認証番号が届くので、時間内に入力します



- 6 登録する氏名とパスワードを設定し、「続行」をタップします



## 利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 7 カレンダーへのアクセスは「フルアクセスを許可」か「許可しない」を選択してタップします

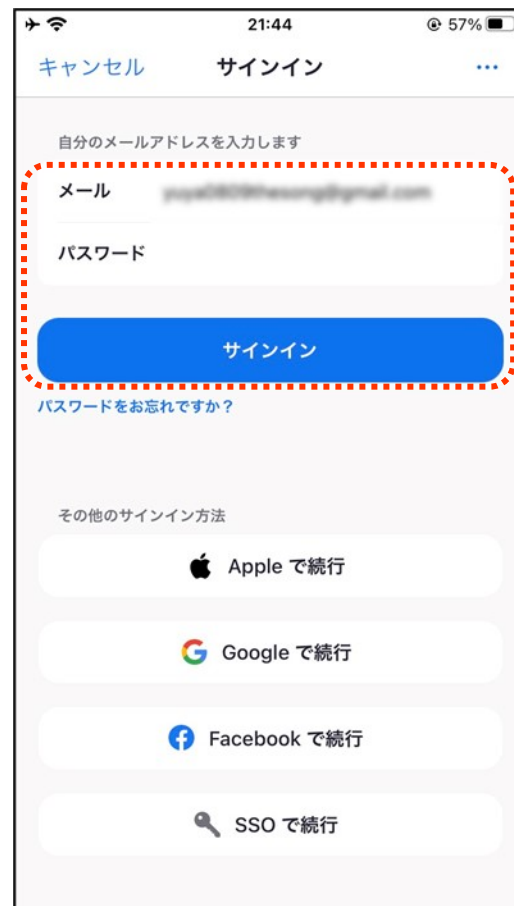


## サインインを行います

① 「サインイン」をタップします



② メールアドレスとパスワードを入力し、「サインイン」をタップします



※掲載の画像は  
iPhoneのものです

サインインを行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

### ③ サインインが完了します



ミーティングURLから直接参加する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

① メールを開き、  
「ミーティングURL」をタップします

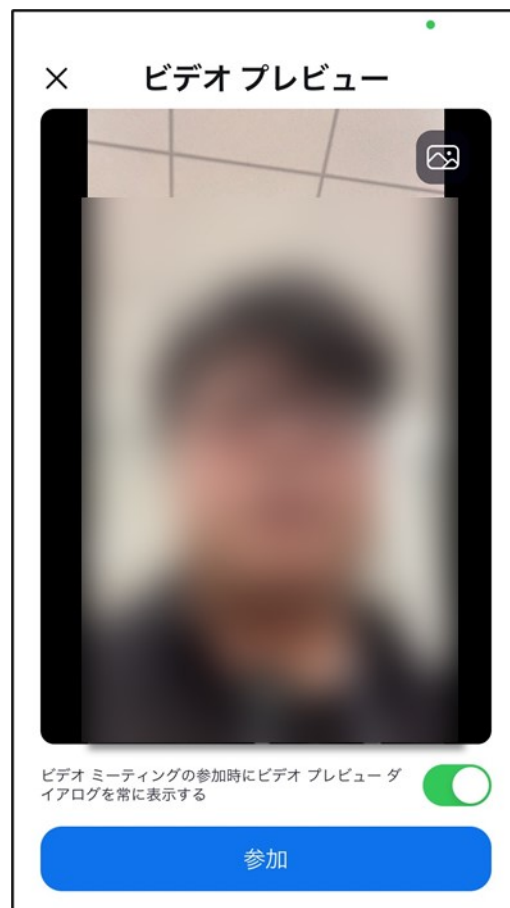
② パスコードに記載された文字を  
入力し、「続行」をタップします



ミーティングURLから直接参加する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 「参加」をタップして参加します



※音声のみでも参加可能です

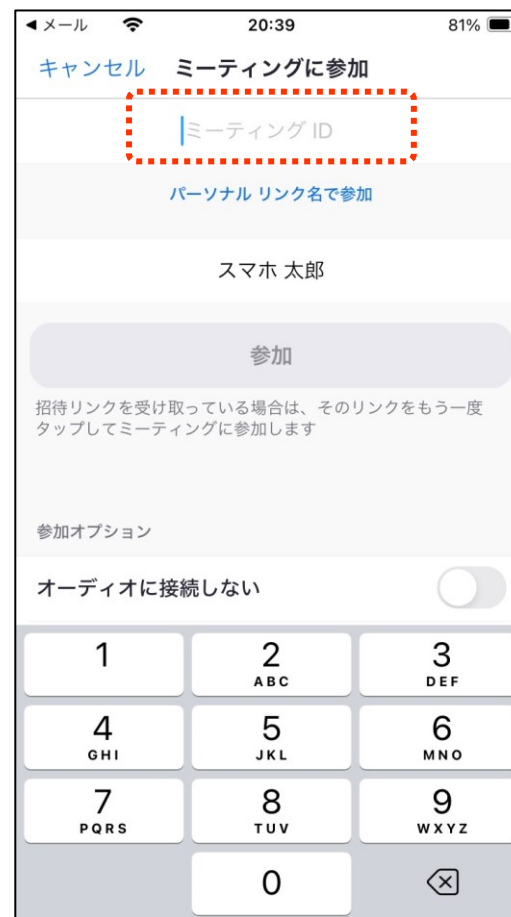
ミーティングIDを直接入力する場合の参加方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

① ミーティング画面で  
「参加」をタップします



② 「ミーティングID」を入力し、  
「参加」をタップします



ミーティングIDを直接入力する場合の参加方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- ③ 以降はp.18②以降と  
同じ手順になります



会議参加中に利用することのできる機能があります

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

1

カメラの切り替え  
カメラON/OFFが  
切り替えられます



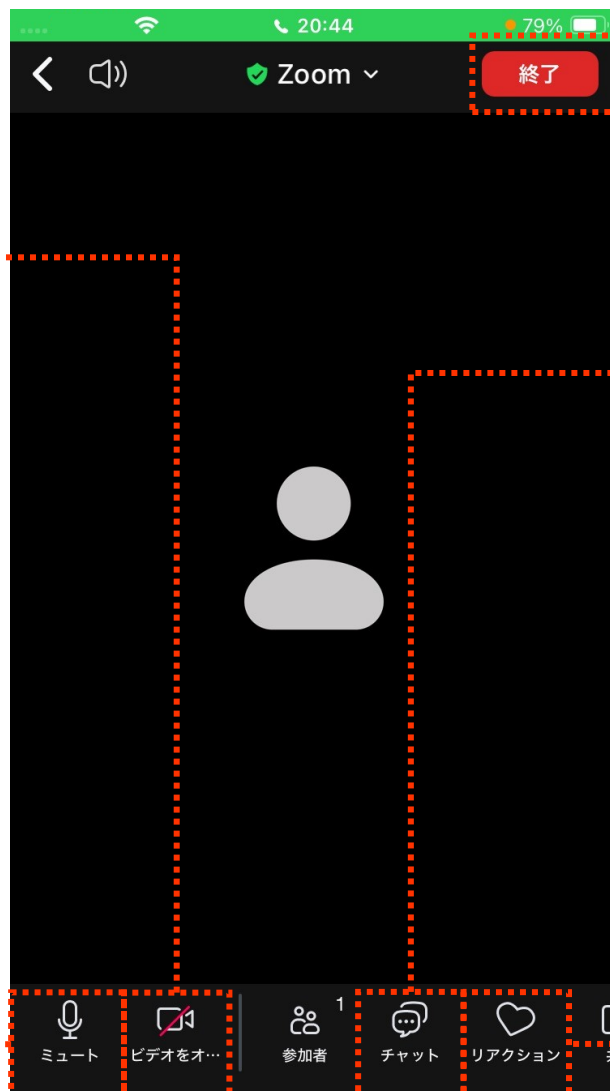
ON / OFF

2

音声の切り替え  
音声のON/OFFが  
切り替えられます



ON / OFF



5

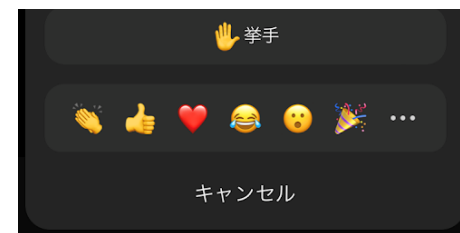
終了 会議から退出します

3

チャット  
文字でやり取りができます

4

リアクション 挙手や  
スタンプが使用できます



手を下げる場合は  
「手をおろす」をタップします

自分で今すぐ会議を開催する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- ① ミーティング画面で  
「新規ミーティング」をタップし



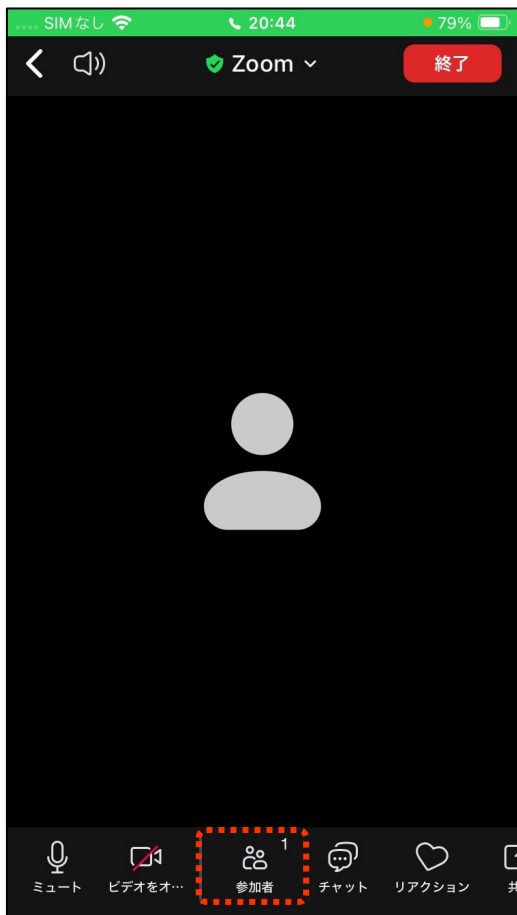
- ② 「ミーティングの開始」を  
タップします



自分で今すぐ会議を開催する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 「参加者」をタップします



④ 「招待」をタップします



自分で今すぐ会議を開催する方法です

5 「メールの送信」をタップします



6 相手のアドレスを入力し、メールを送信します



※掲載の画像は iPhone のものです

自分で会議をスケジュールする方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 1 「スケジュール作成」を  
タップします



- 2 「ミーティング開始」をタップし、  
日時を選択します



自分で会議をスケジュールする方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 「保存」をタップします



④ 「追加」をタップします



自分で会議をスケジュールする方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 5 会議を始めるときは  
該当するミーティングをタップし  
ます



# 3 Microsoft Teams を使ってみましょう

※バージョン6.15.1

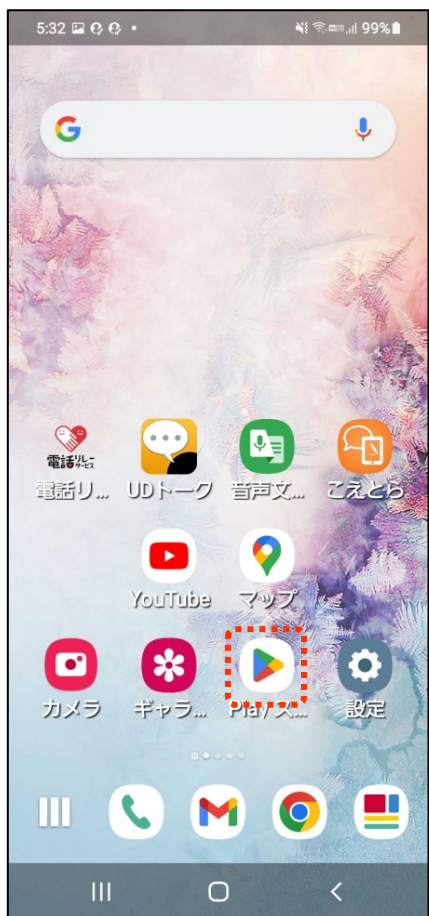
マイクロソフトの許諾を得て使用しています。

Microsoft Teamsは、米国Microsoft Corporationの米国およびその他の国における登録商標または商標です。

## Microsoft Teamsアプリをインストールします

Androidの場合

- 1 Playストア  をタップします



- 2 「アプリやゲームを検索」をタップします



## Microsoft Teamsアプリをインストールします

Androidの場合


③ 「チームズ」と検索します

④ 「インストール」をタップします

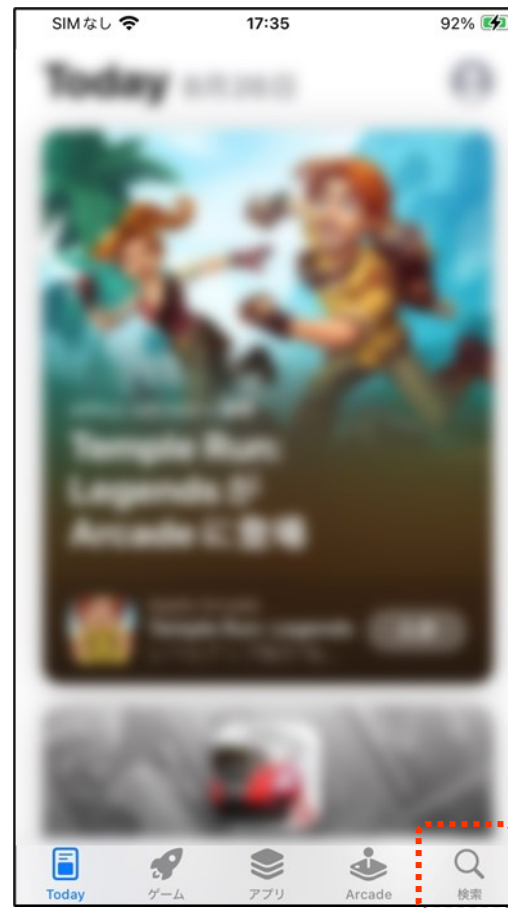


Microsoft Teamsアプリをインストールします

iPhoneの場合

1 App Store  をタップします

2 「検索」をタップします

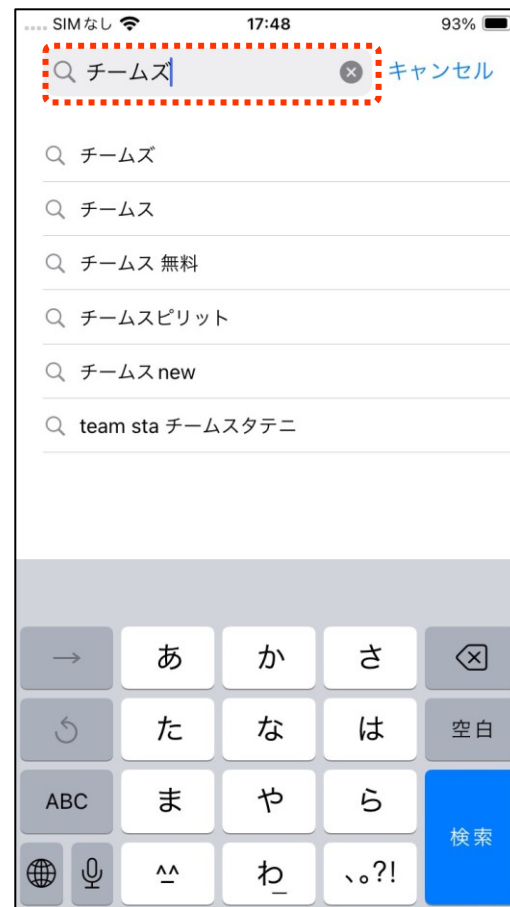


Microsoft Teamsアプリをインストールします

iPhoneの場合

③ 「ゲーム、App、ストーリーなど」を  
タップします

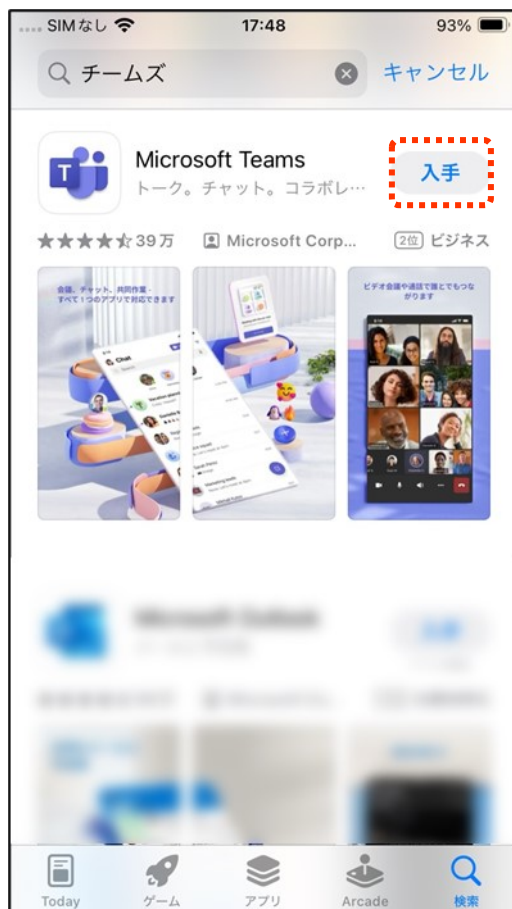
④ 「チームズ」と検索します



Microsoft Teamsアプリをインストールします


iPhoneの場合

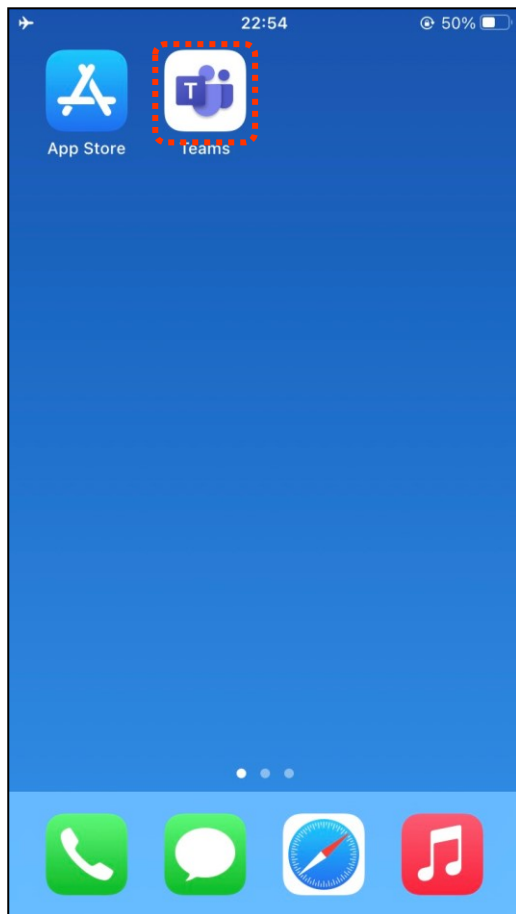
5 「入手」をタップします



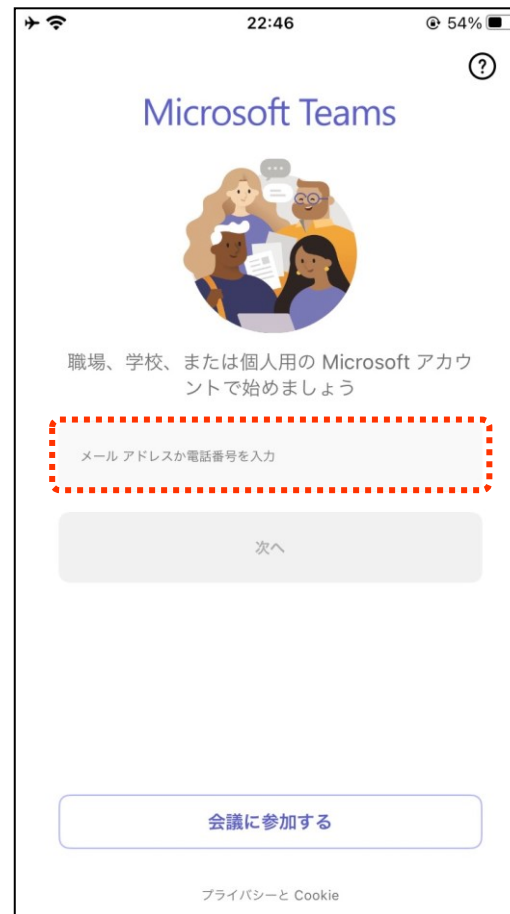
アカウント作成を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- ① ホーム画面からTeams  を  
タップします



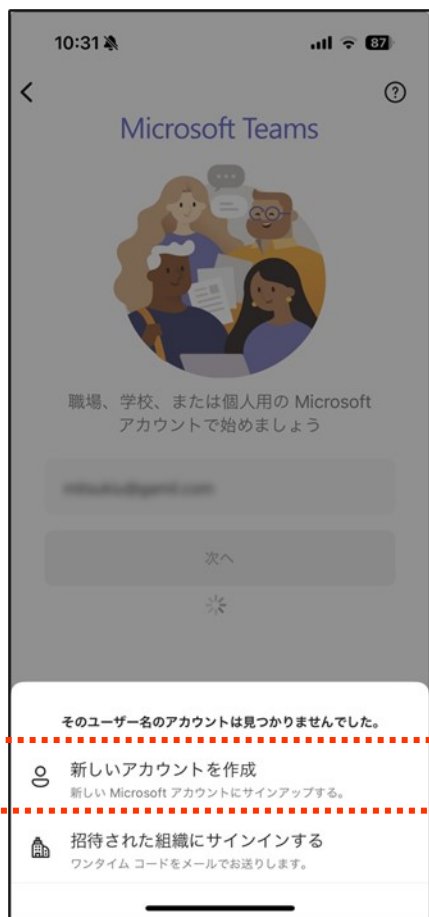
- ② 「メールアドレス」を入力します



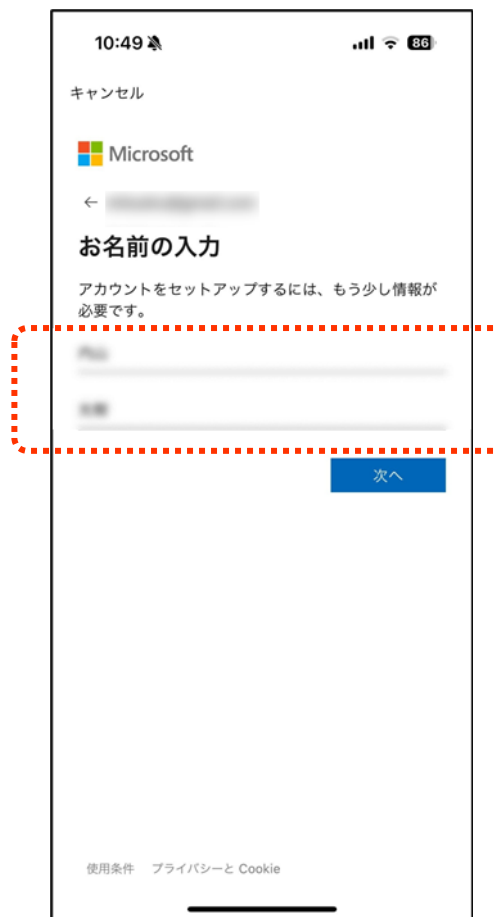
## アカウント作成を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- ③ 「新しいアカウントを作成」を  
タップします



- ④ お名前を入力します



## アカウント作成を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです5 お住まいの国または地域を  
選択します

10:49 86

キャンセル

Microsoft

←

生年月日の指定

お子様がこのデバイスを使用している場合は、生年月日を選択して、お子様のアカウントを作成します。

国または地域

日本

生年月日

年 月 日

お子様のアカウントを使用すると、プライバシーと安全性のために、保護者による制限を適用し、このデバイスの使用制限を設定できます。Family Safety アプリを使用して、これらの設定を管理できます。詳細については、<https://aka.ms/family-safety-app> をご覧ください

次へ

使用条件 プライバシーと Cookie



## 6 生年月日を入力します

10:49 86

キャンセル

Microsoft

←

生年月日の指定

お子様がこのデバイスを使用している場合は、生年月日を選択して、お子様のアカウントを作成します。

国または地域

日本

生年月日

年 月 日

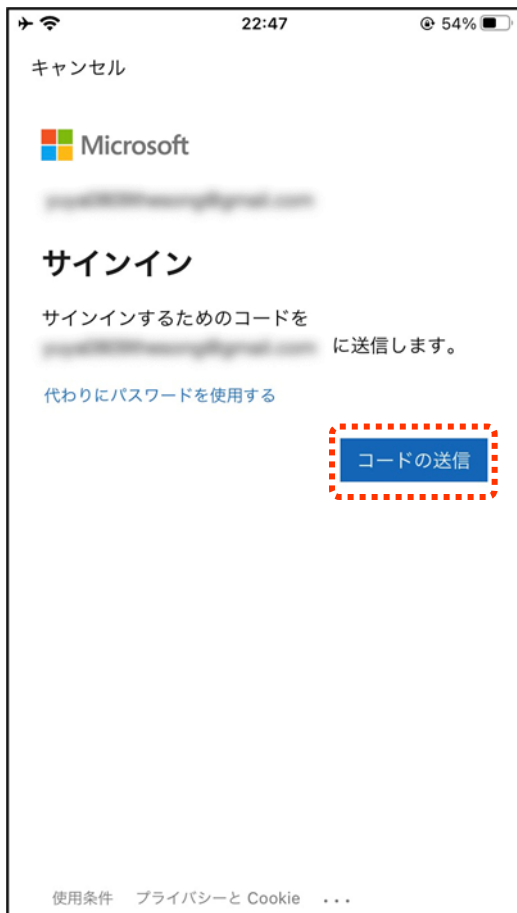
お子様のアカウントを使用すると、プライバシーと安全性のために、保護者による制限を適用し、このデバイスの使用制限を設定できます。Family Safety アプリを使用して、これらの設定を管理できます。詳細については、<https://aka.ms/family-safety-app> をご覧ください

次へ

使用条件 プライバシーと Cookie

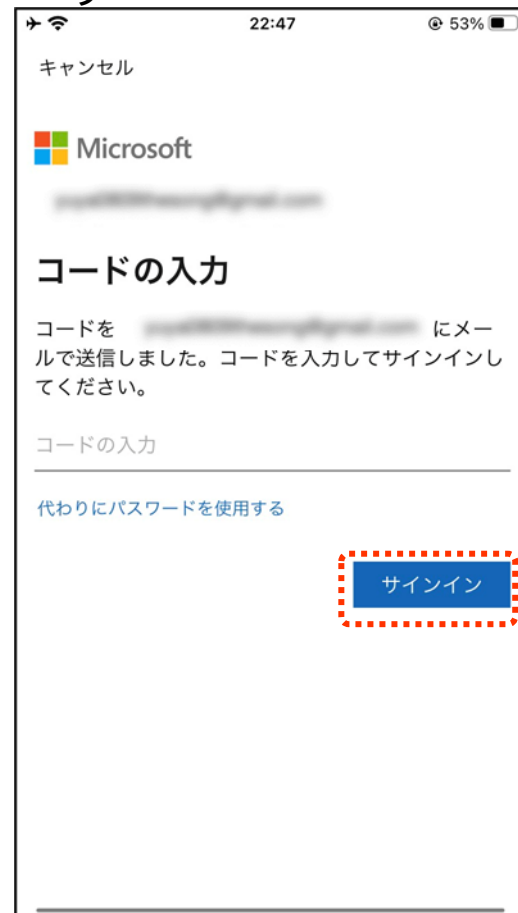
アカウント作成を行います

⑦ 「コードの送信」をタップします



※掲載の画像は  
iPhoneのものです

⑧ アドレスに届いたコードを入力し、「サインイン」をタップします



## アカウント作成を行います

- 9 生年月日と国籍を入力し、「次へ」をタップします

キャンセル

Microsoft

何歳ですか。

Microsoft サービスには、お住まいの場所に基づく年齢要件があります。

アカウントを健全な状態に保つには、生年月日が必要になります。

生年月日

国/地域

日本

キャンセル 次へ

利用規約 プライバシーと Cookie



- 10 「OK」をタップします

キャンセル

Microsoft

Microsoft アカウントに関する簡単なメモ

重要な情報はここにあります

サインインすると、連絡先、パスワード、お気に入り、閲覧履歴、写真やファイルなどが Microsoft 製品で利用できます。

お客様のプライバシーは Microsoft の優先事項です

お客様のデータを保護するために、暗号化やその他のセキュリティのベスト プラクティスを使用します。

お客様がコントロールできます

OK

※掲載の画像は iPhone のものです

## アカウント作成を行います

## 11 「許可」をタップします



※掲載の画像は  
iPhoneのものです

## 12 「開始する」をタップします



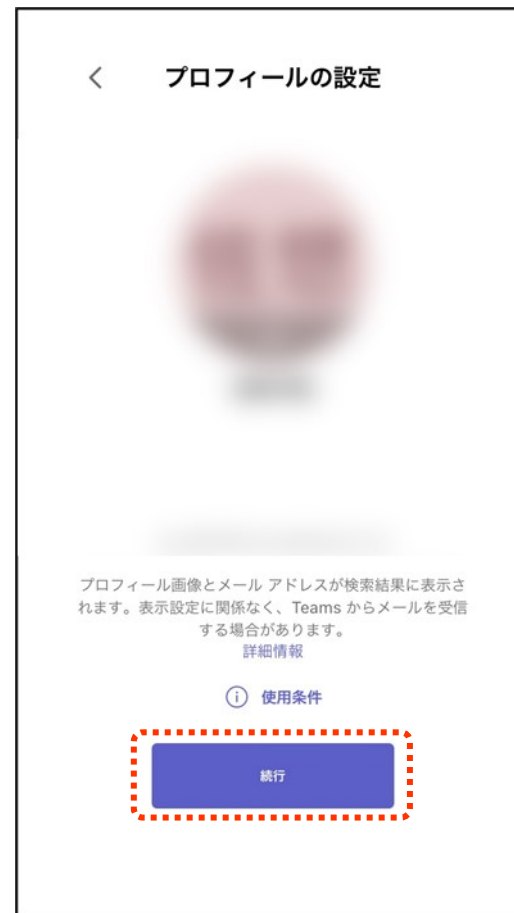
※掲載の画像は  
iPhoneのものです

## アカウント作成を行います

- 13 オプションの診断データに関して  
「承諾する」または「辞退」をタップします



- 14 「続行」をタップします



## アカウント作成を行います

- 15 連絡先を同期するか選択し  
「続行」をタップします




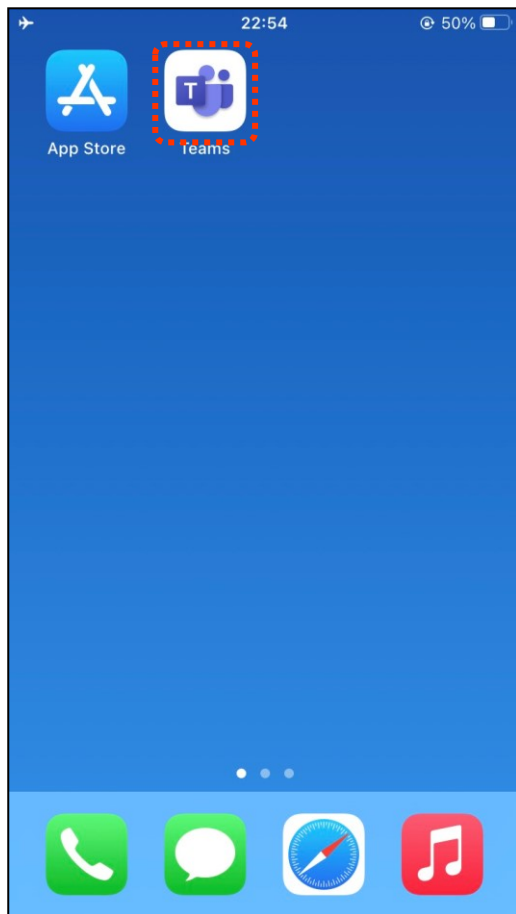
- 16 アカウント作成完了です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

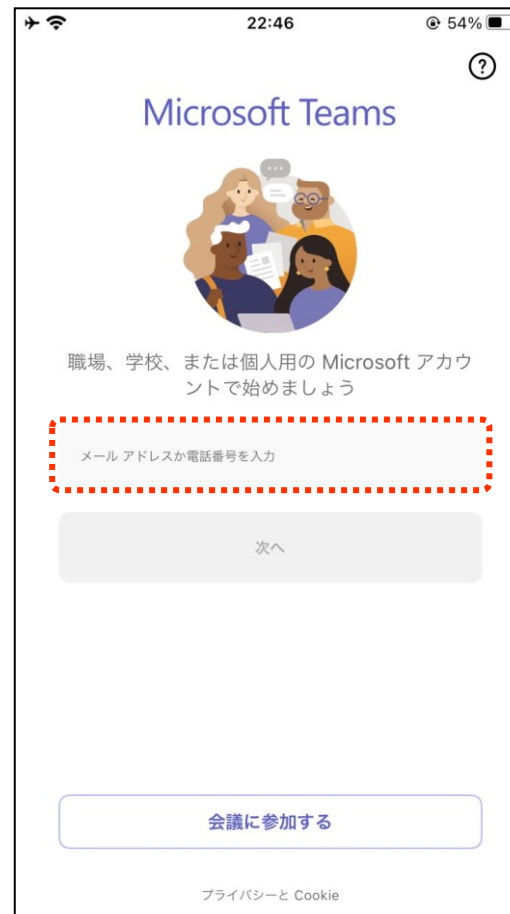


サインインを行います

- 1 ホーム画面からTeams  をタップします



- 2 「メールアドレス」を入力します



※掲載の画像は iPhone のものです

サインインを行います

③ 「次へ」をタップします



※掲載の画像は  
iPhoneのものです

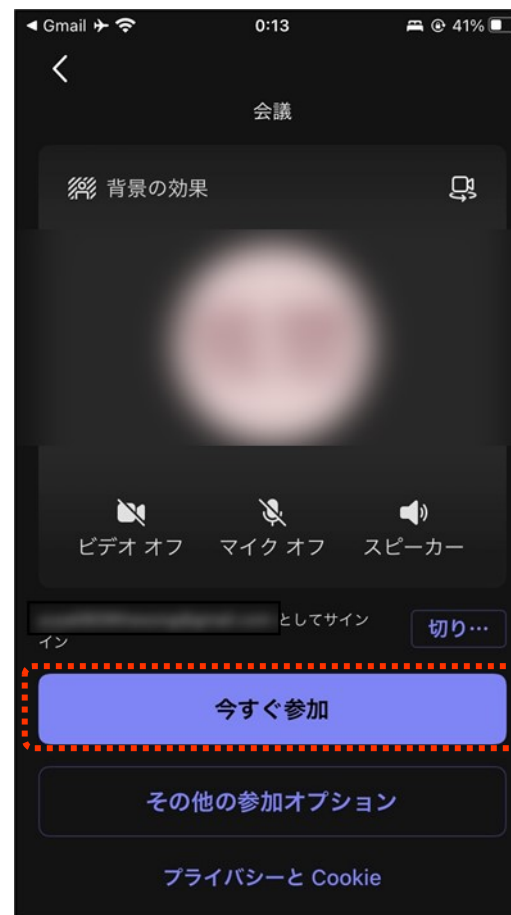
④ サインイン完了です



ミーティングURLから直接参加する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 1 メールを開き「ここをクリックして会議に参加してください」をタップします
- 2 「今すぐ参加」をタップします



会議参加中に利用することのできる機能があります

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

①

カメラの切り替え  
カメラON/OFFが  
切り替えられます



ON / OFF

②

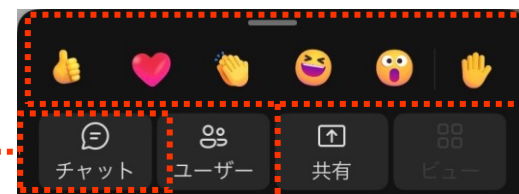
音声の切り替え  
音声のON/OFFが  
切り替えられます



ON / OFF

③

チャット  
文字でやり取りができます



④

リアクション 挙手や  
スタンプが使用できます

⑤

終了(会議から退出します)

## 3-D

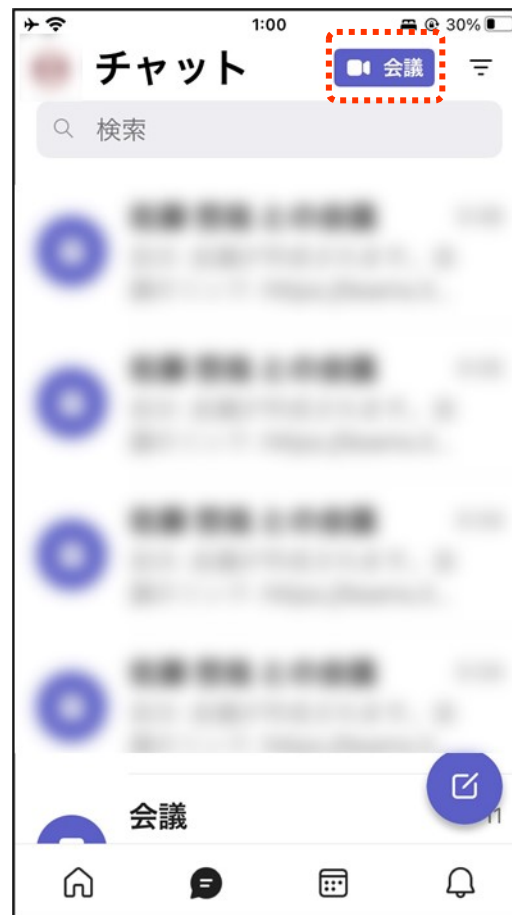
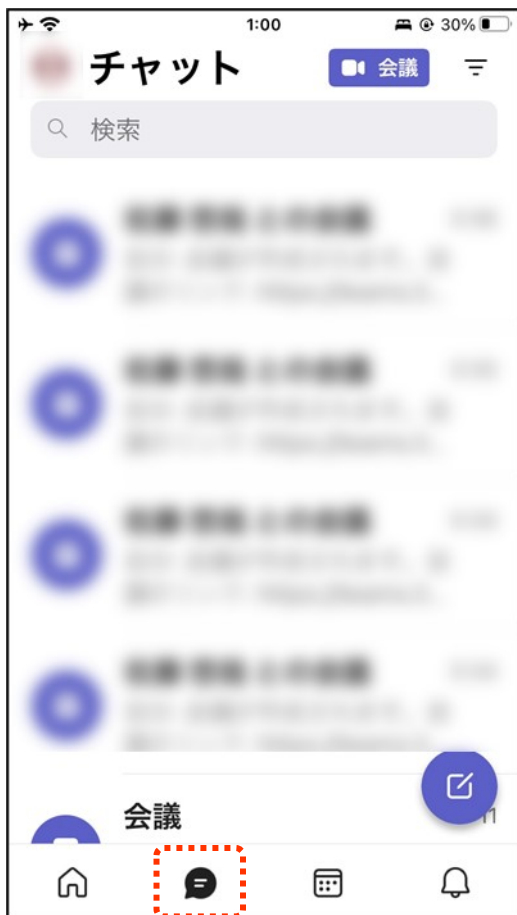
# 会議の開催のしかた

自分で今すぐ会議を開催する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

①  をタップします

② 「会議」をタップします



自分で今すぐ会議を開催する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 「今すぐ会議」をタップします

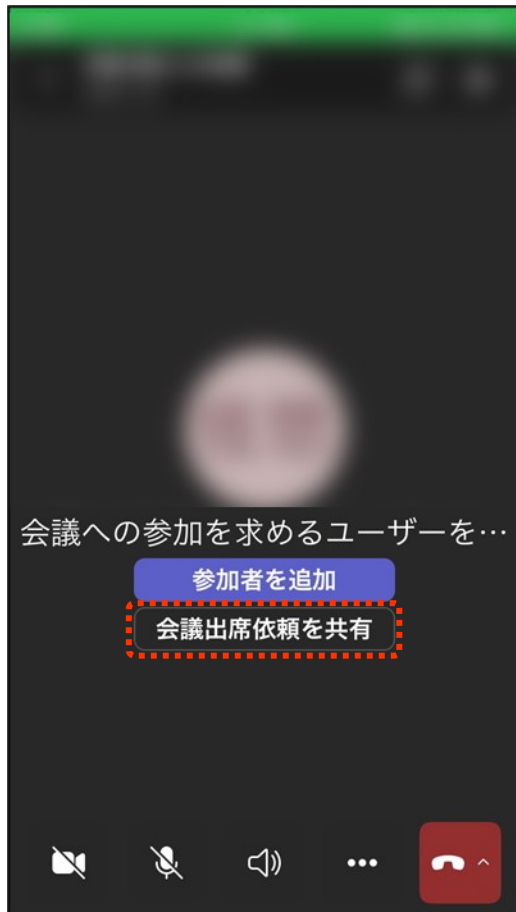


④ 「会議を開始」をタップします

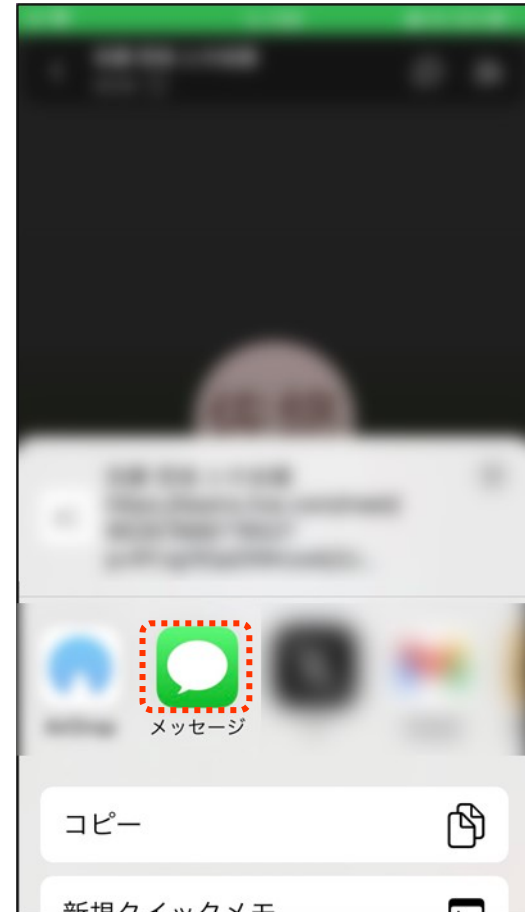


自分で今すぐ会議を開催する方法です

- 5 「会議出席依頼を共有」を  
タップします



- 6 メッセージアプリ等、会議の情報を  
送付するツールを選択します



※掲載の画像は  
iPhoneのものです

# 4 Webexを 使ってみましょう

※バージョン44.7.1

## Webexアプリをインストールします

Androidの場合

- ① Playストア  をタップします



- ② 「アプリやゲームを検索」をタップします



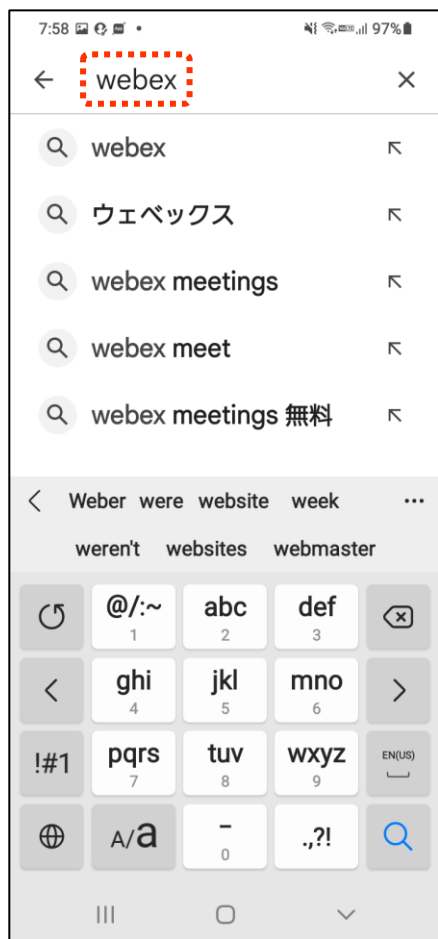
# 4-A

# Webexアプリのインストール

## Webexアプリをインストールします

Androidの場合

③ 「webex」と検索します




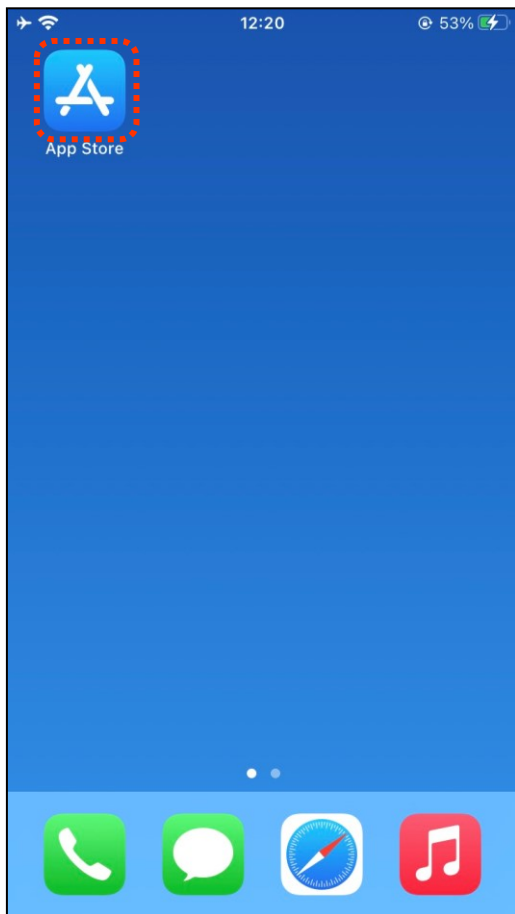
④ 「インストール」をタップします



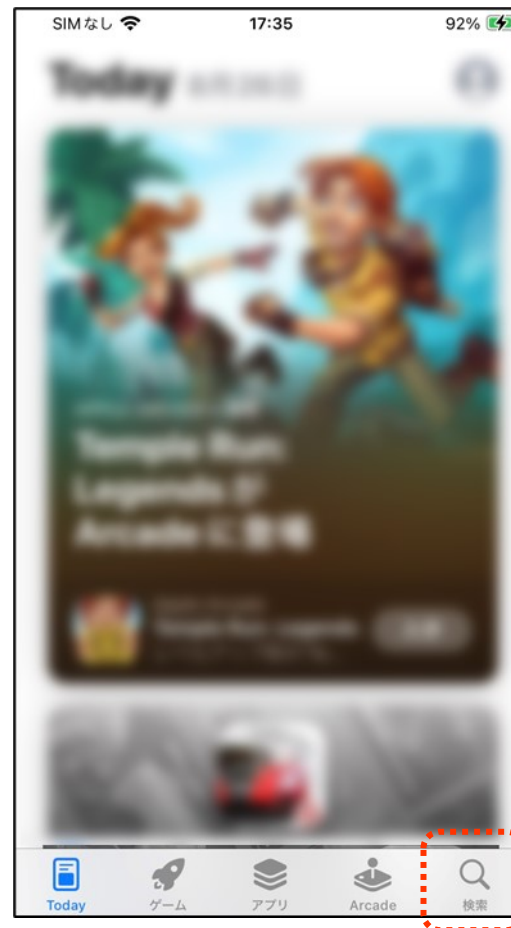
Webexアプリをインストールします

iPhoneの場合

- ① App Store  をタップします



- ② 「検索」をタップします



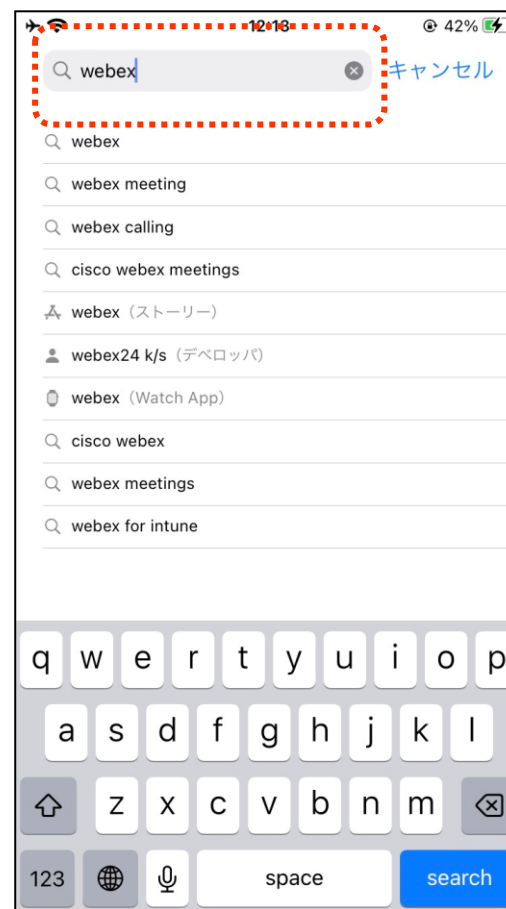
## Webexアプリをインストールします

iPhoneの場合

- ③ 「ゲーム、App、ストーリーなど」と記載された検索窓をタップします



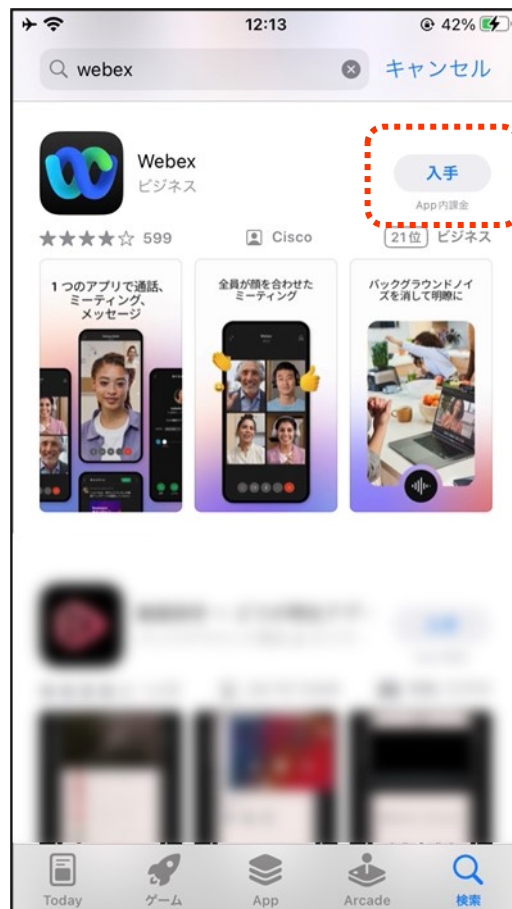
- ④ 「Webex」と検索します



Webexアプリをインストールします

iPhoneの場合

5 「入手」をタップします



## 利用登録を行います

- ① Webex  をタップします



- ② 「新規アカウントを作成」をタップします

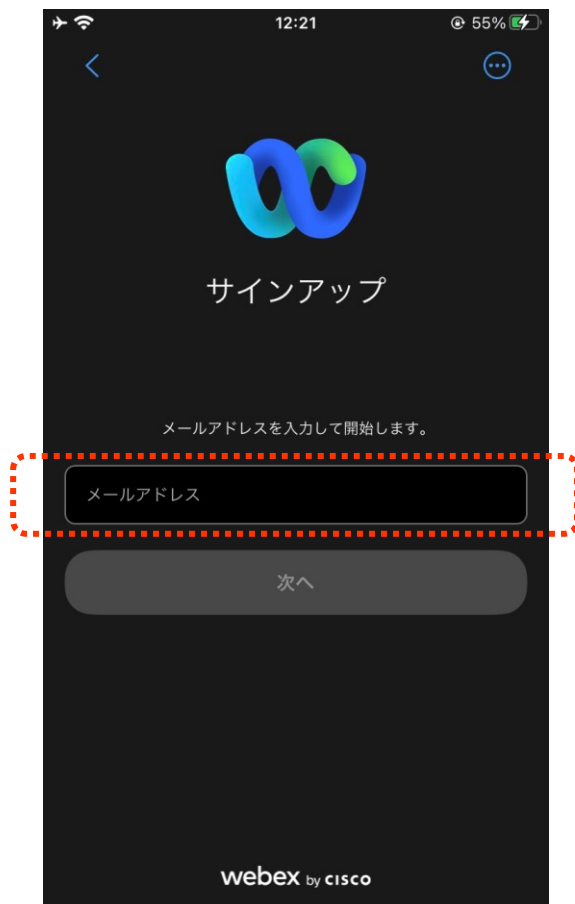


※掲載の画像は  
iPhoneのものです

## 利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- ③ メールアドレスを入力し、  
「次へ」をタップします



- ④ 「サインアップ」をタップします



## 利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 5 メールで受信した  
6桁のコードを入力します



- 6 パスワードを入力し、  
「作成」をタップします

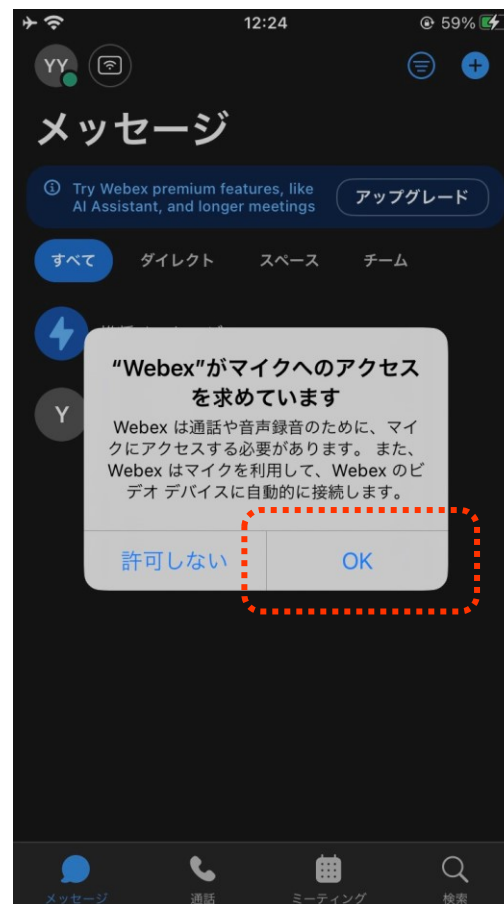


## 利用登録を行います

- 7 名前を入力し、  
「入力」をタップします



- 8 マイクへのアクセスは  
「OK」をタップします

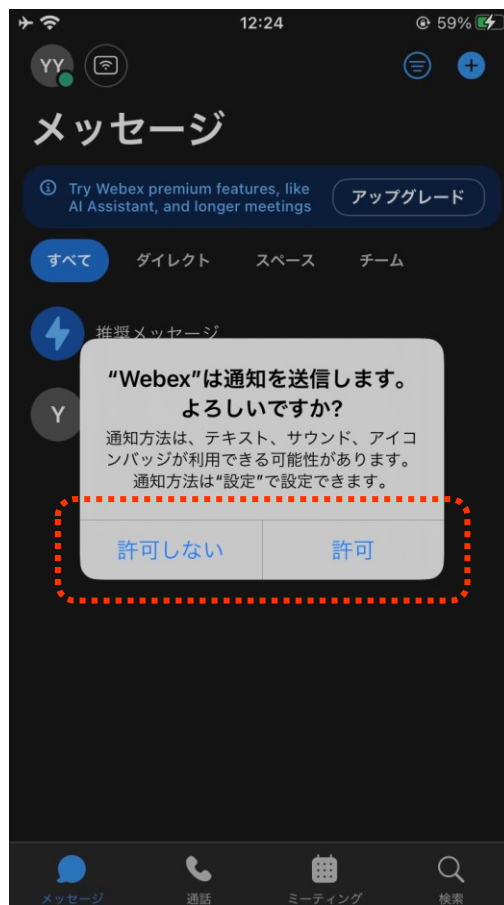


※掲載の画像は  
iPhoneのものです

利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 9 通知は「許可しない/許可」の  
どちらかをタップします

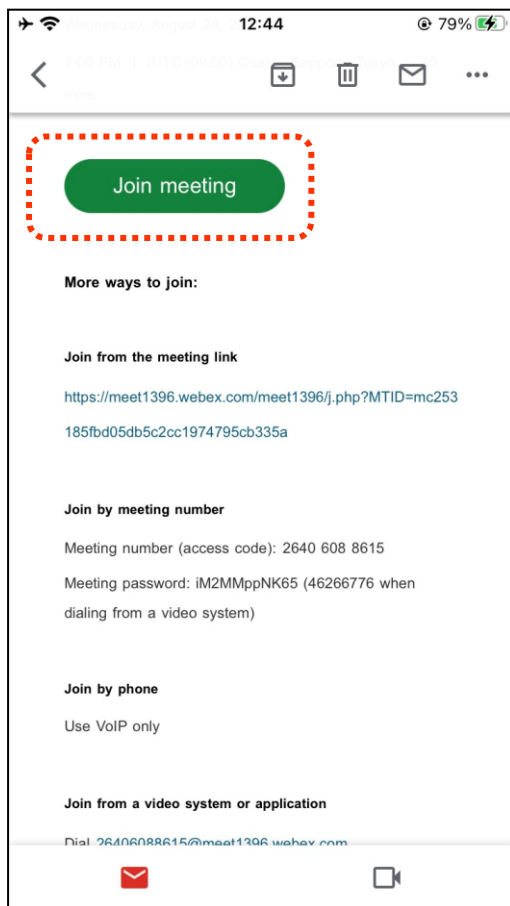


招待されているメールから直接参加する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

① 招待メールを開き  
「Join meeting」をタップします

② 「ミーティングに参加」を  
タップします

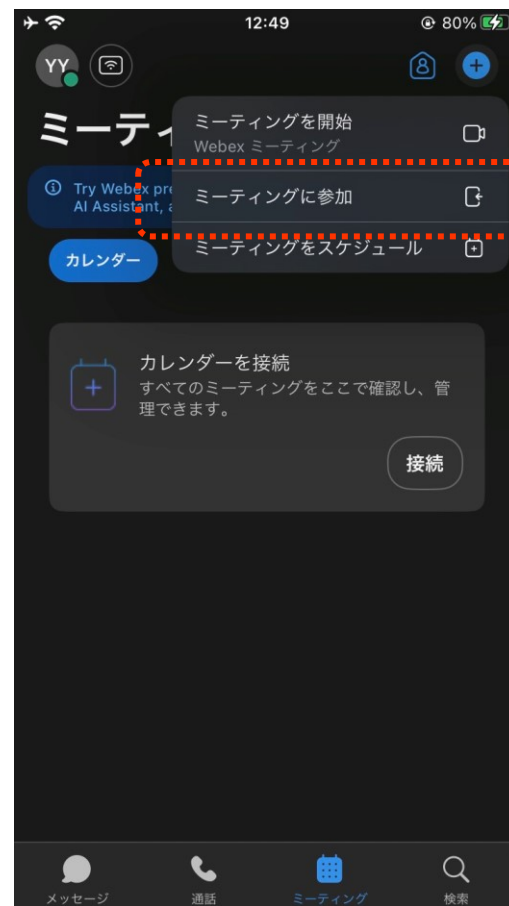


ミーティング番号を直接入力する場合の参加方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

① 右上の「+」をタップします

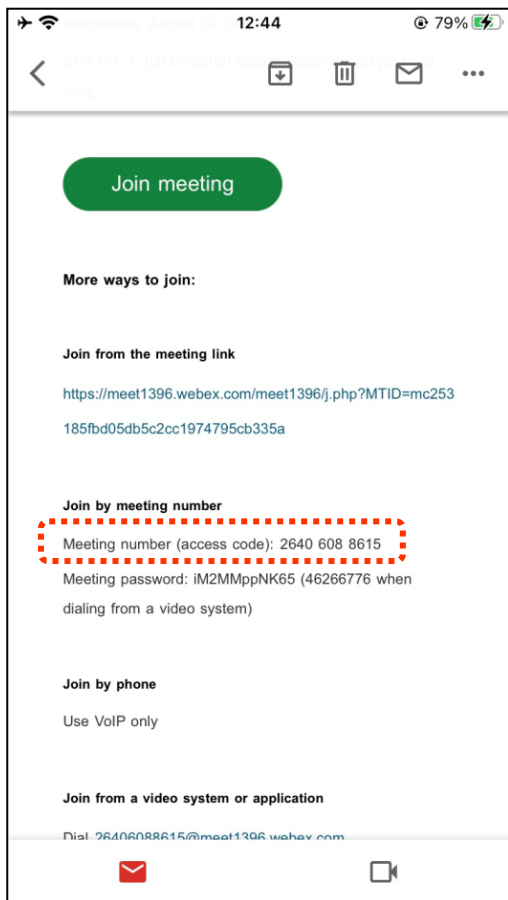
② 「ミーティングに参加」を  
タップします



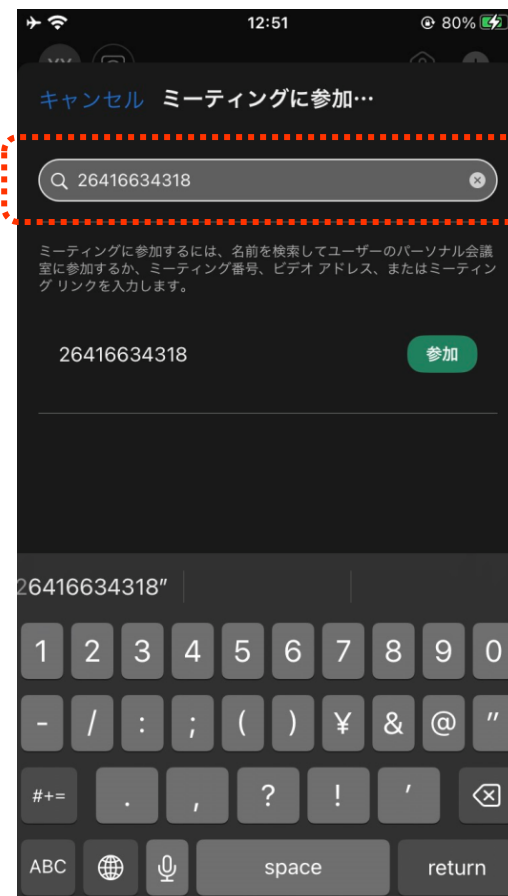
ミーティング番号を直接入力する場合の参加方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 招待メールを開き「Meeting number」を確認します



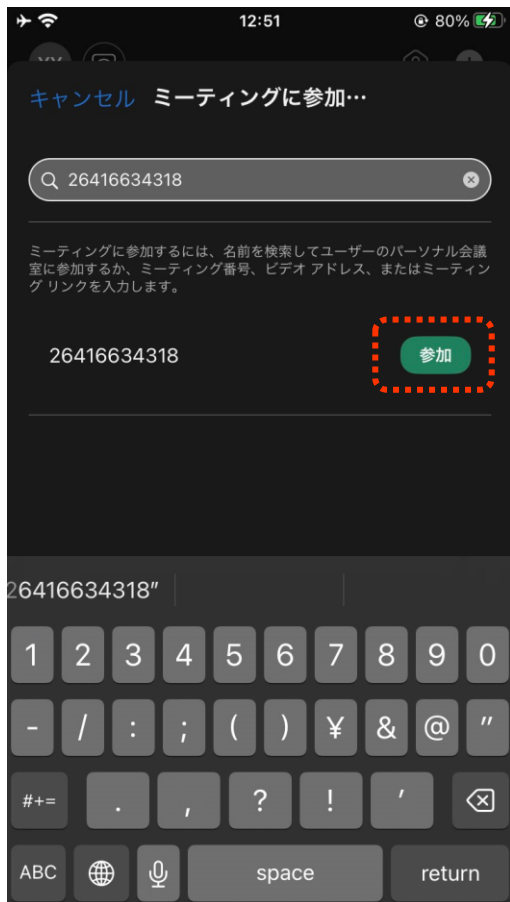
④ 「Meeting number」を入力します



ミーティング番号を直接入力する場合の参加方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

5 「参加」をタップします



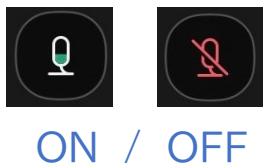
6 「ミーティングに参加」を  
タップします



会議参加中に利用することのできる機能があります

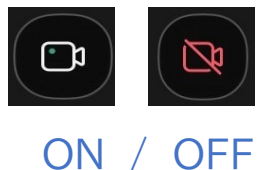
### ① 音声の切り替え

音声のON/OFFが切り替えられます



### ② カメラの切り替え

カメラON/OFFが切り替えられます



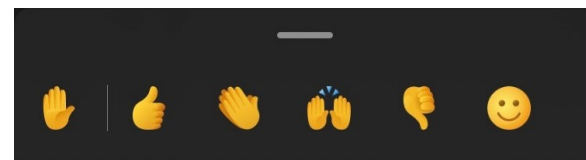
### ③ スピーカー（音声の出力方法を切り替えられます。）

### ④ チャット

文字でやり取りができます

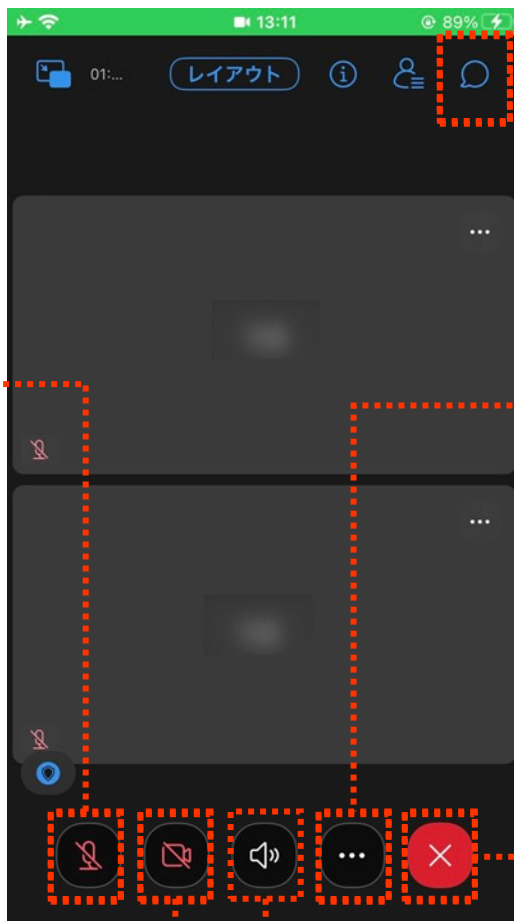
### ⑤ リアクション 挙手や

スタンプが使用できます



### ⑥ 終了

会議から退出します



## 4-D

# 会議の開催のしかた

自分で今すぐ会議を開催する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

① 右上の「+」をタップします

② 「ミーティングを開始」を  
タップします

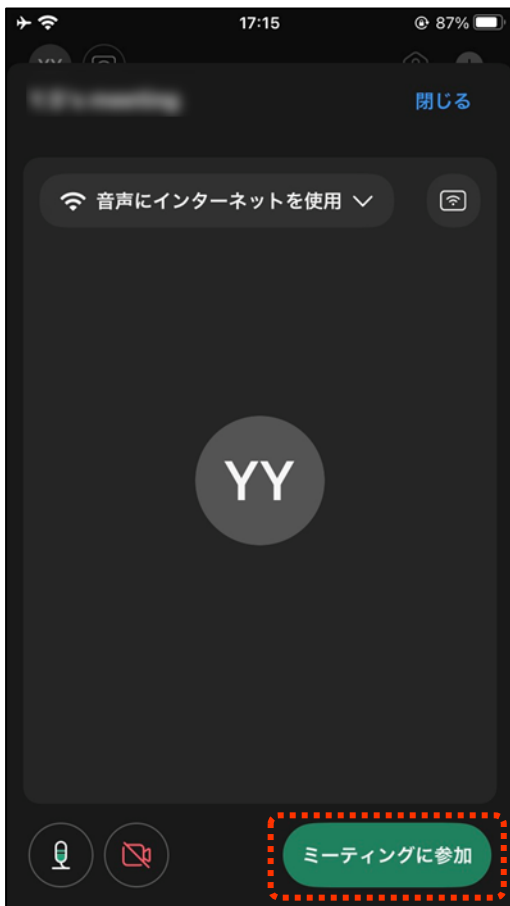



## 4-D

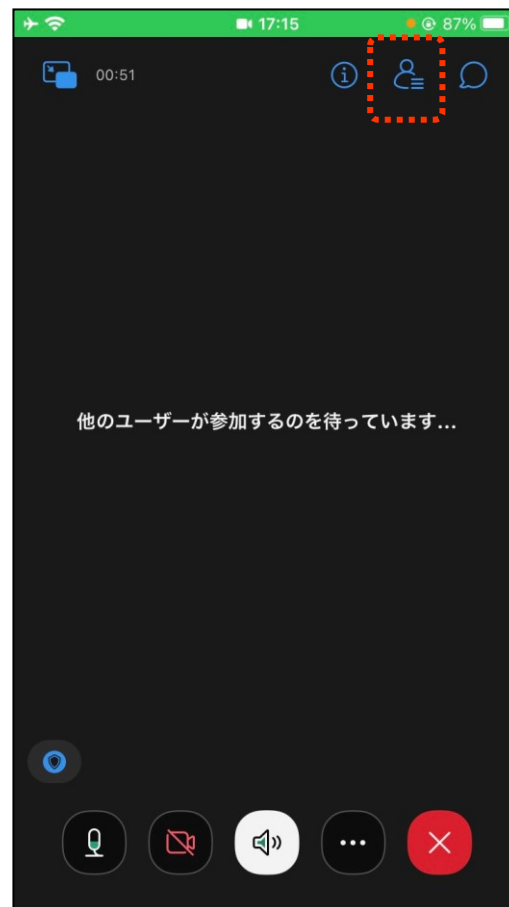
# 会議の開催のしかた

自分で今すぐ会議を開催する方法です

- ③ 「ミーティングに参加」をタップします



- ④  をタップします




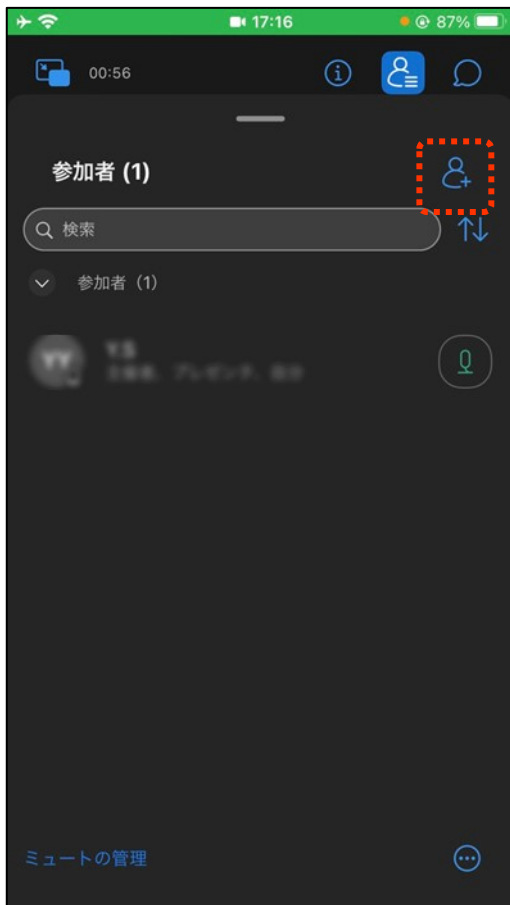
※掲載の画像は  
iPhoneのもので

## 4-D

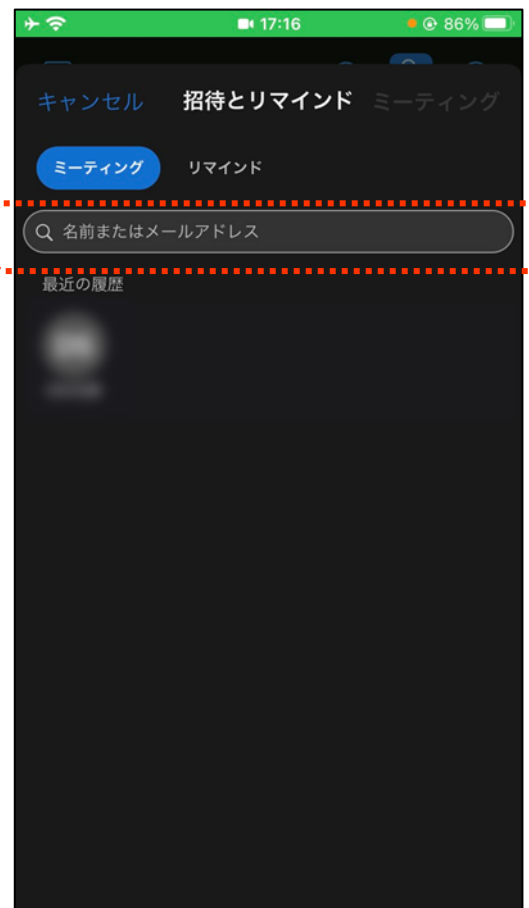
# 会議の開催のしかた

自分で今すぐ会議を開催する方法です

5  をタップします



6 「名前またはメールアドレス」を  
タップします



※掲載の画像は  
iPhoneのものです

自分で今すぐ会議を開催する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 7 招待したい人の  
メールアドレスを入力します



- 8 「ミーティング」をタップします

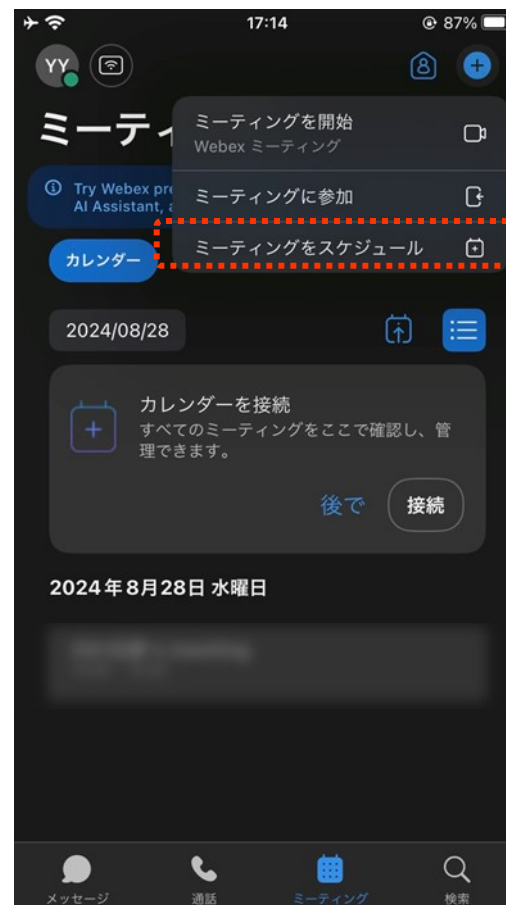


自分で会議をスケジュールする方法です。

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

① 右上の「+」をタップします

② 「ミーティングをスケジュール」を  
タップします

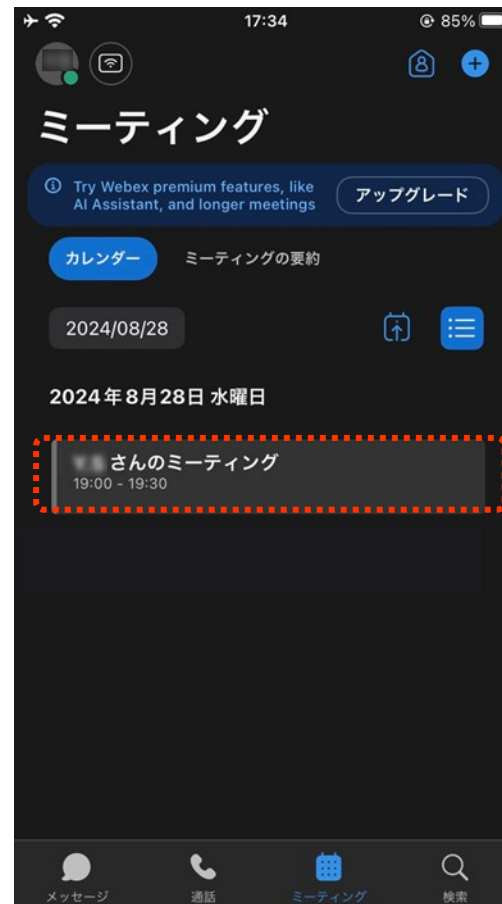


自分で会議をスケジュールする方法です。

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 会議タイトル、日時、パスワードを入力し「スケジュール」をタップします

④ ミーティング画面に予定が表示されます



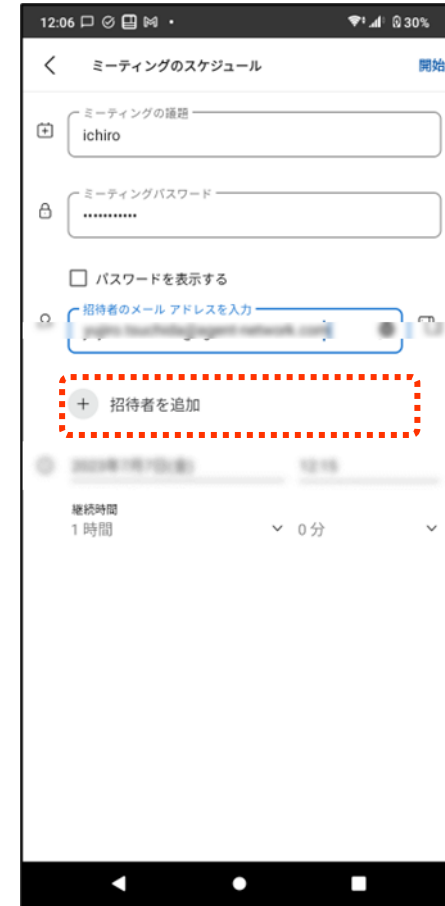
## 参加者を招待します

- 1 招待者のメールアドレスを入力します



## Androidの場合

- 2 招待者を追加したい場合は、「招待者を追加」をタップします



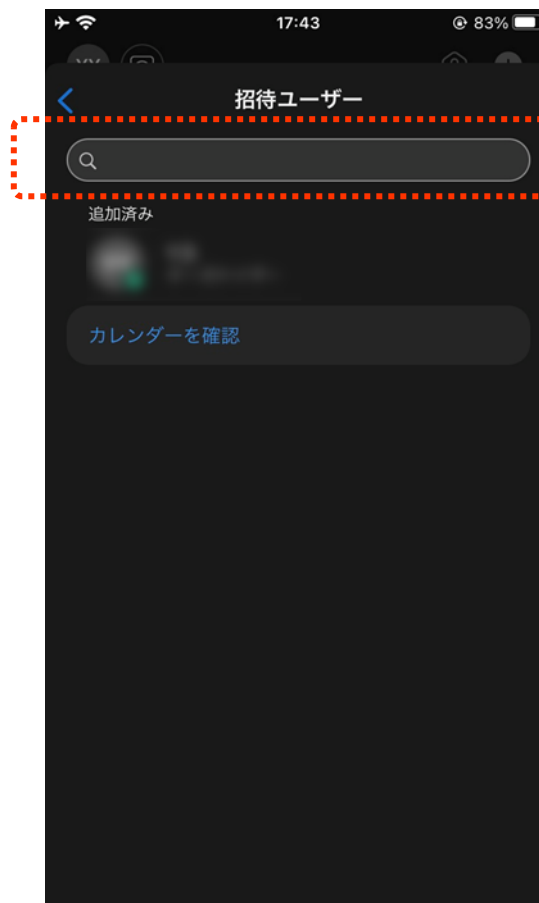
## 参加者を招待します

- 1 招待者を追加したい場合は、「招待者ユーザー」をタップします



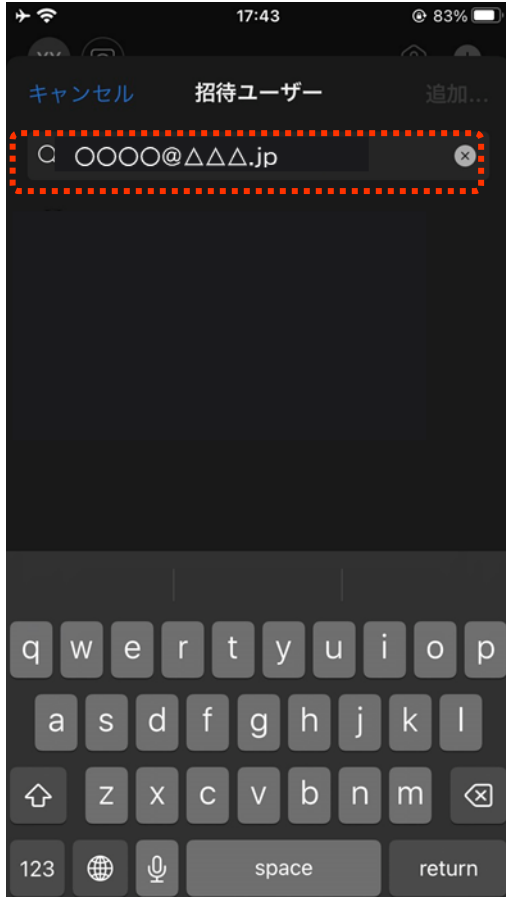
## iPhoneの場合

- 2 画面上部の入力ボックスをタップします

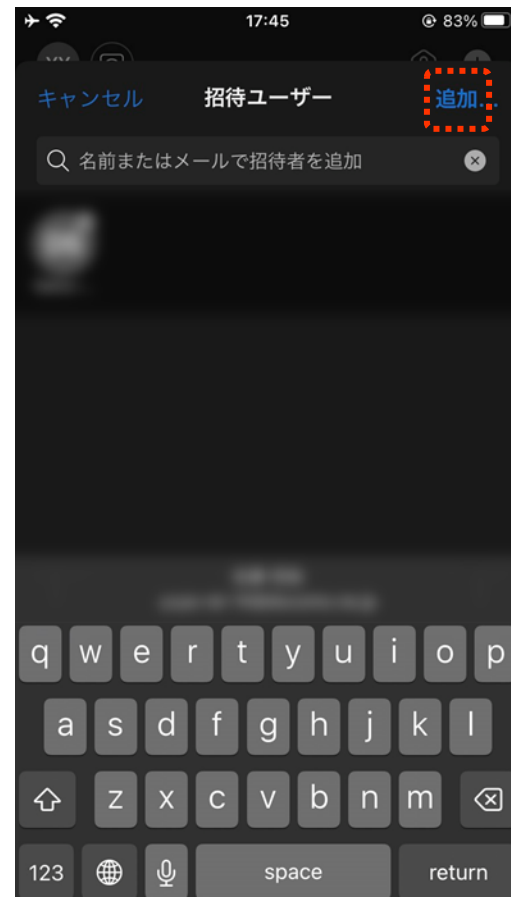


## 参加者を招待します

③ メールアドレスを入力します



④ 「追加」をタップします

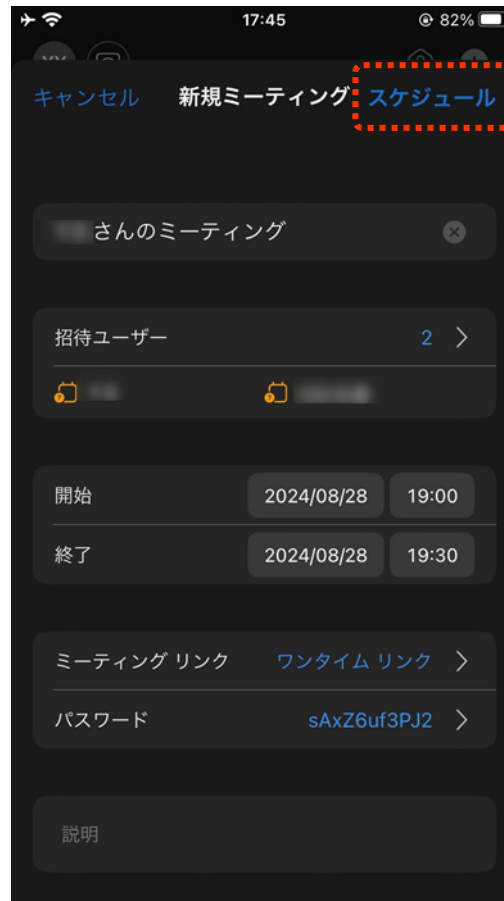


iPhoneの場合

参加者を招待します

iPhoneの場合

5 「スケジュール」をタップします



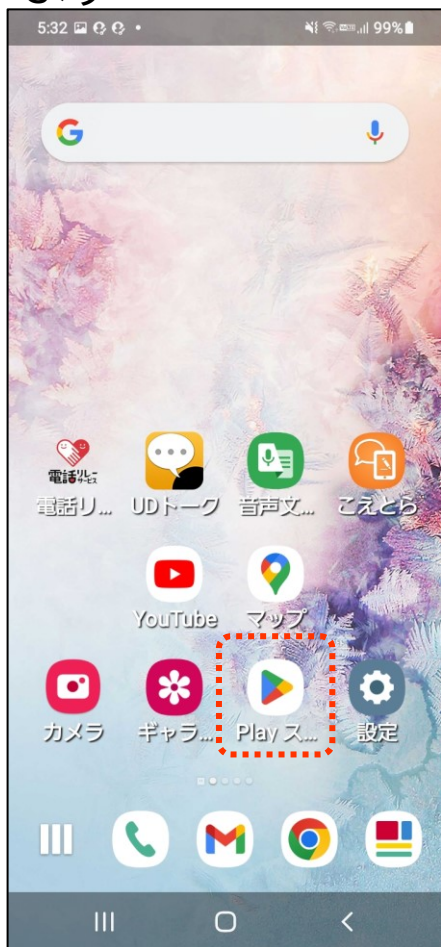
# 5 Google Meetを 使ってみましょう

バージョン260.0

## Google Meetアプリをインストールします

Androidの場合

- ① Playストア  をタップします



- ② 画面上部の検索ボックスをタップします



## Google Meetアプリをインストールします

Androidの場合

③ 「ぐーぐるみーと」と検索します




④ 「インストール」をタップします

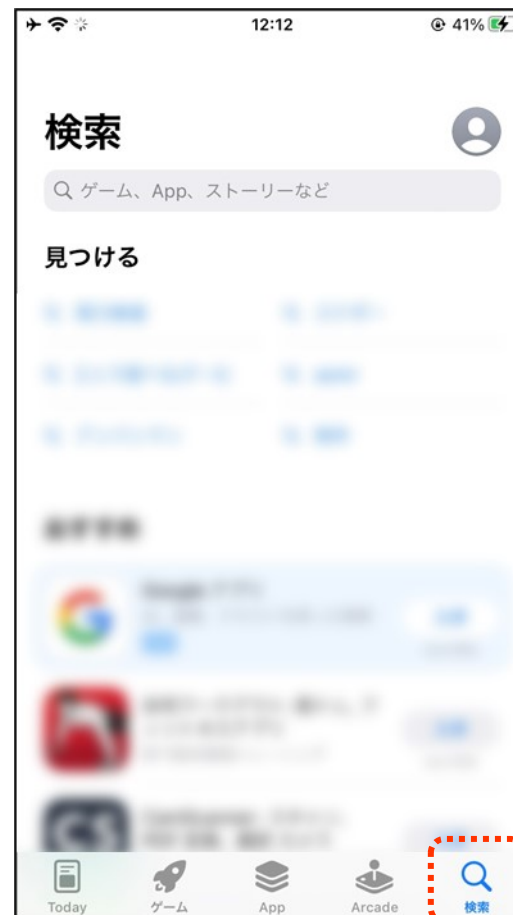
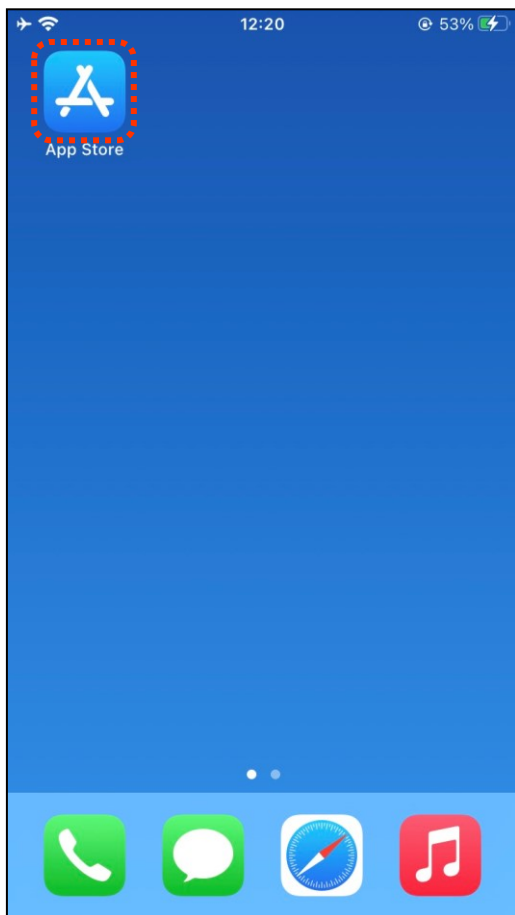


Google Meetアプリをインストールします

iPhoneの場合

① App Store  をタップします

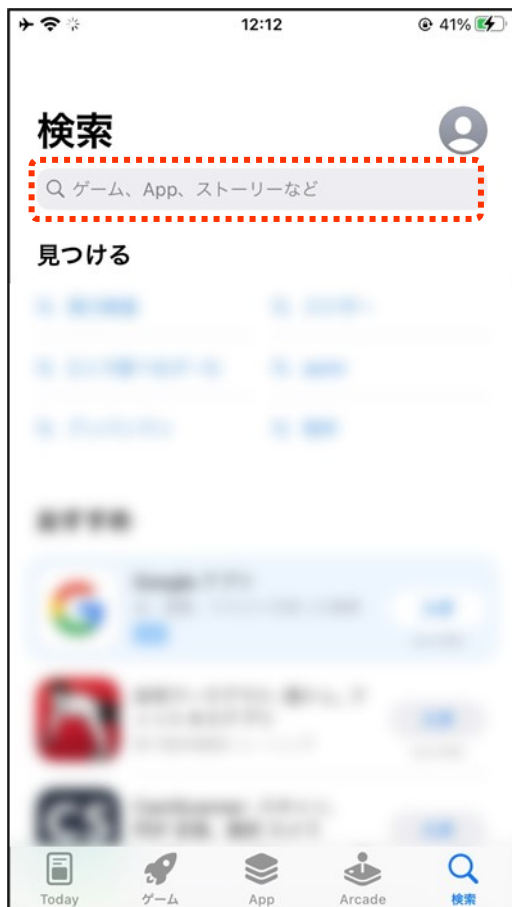
② 「検索」をタップします



## Google Meetアプリをインストールします

iPhoneの場合

- 3 画面上部の検索ボックスを  
タップします



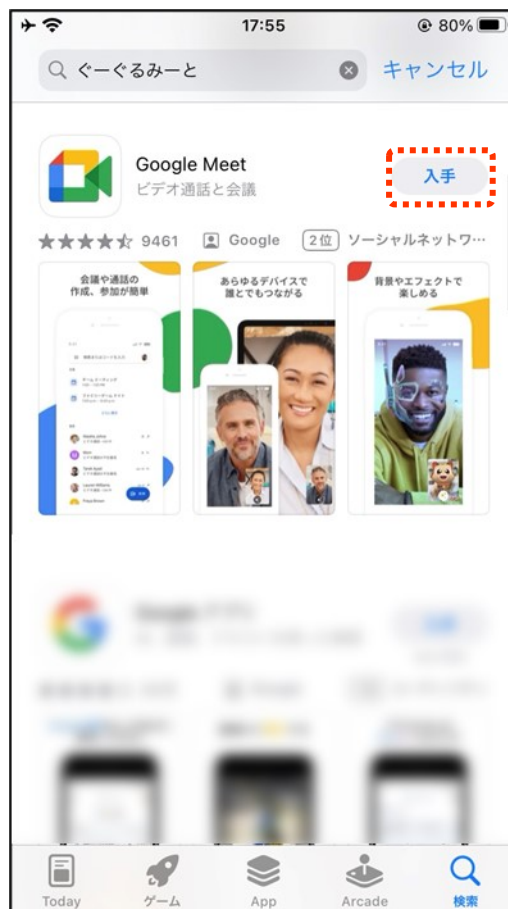
- 4 「ぐーぐるみーと」と  
検索します



Google Meetアプリをインストールします

iPhoneの場合

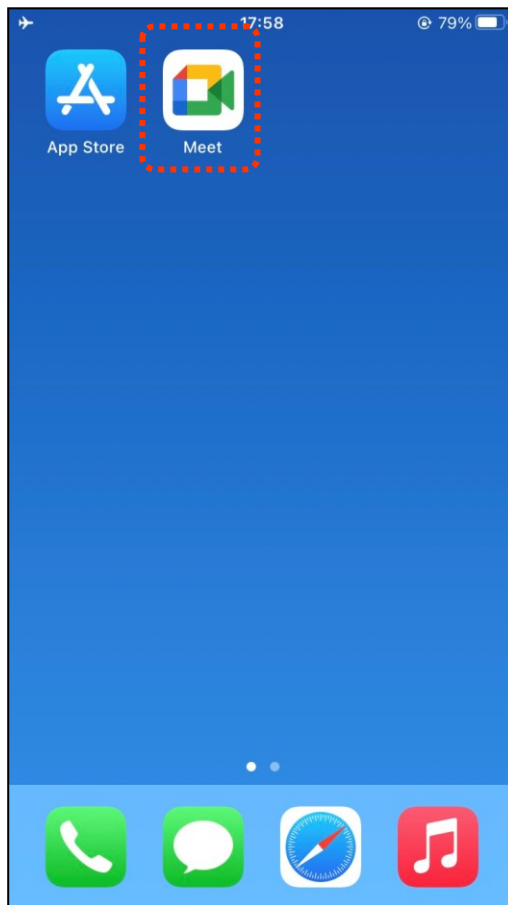
5 「入手」をタップします



利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 1 Google Meet  を  
タップします



## 利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

2



をタップします



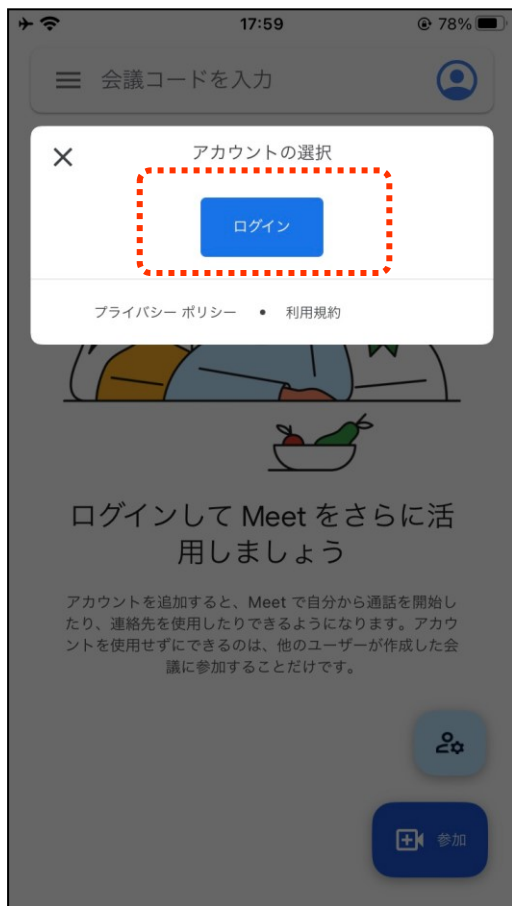
※他者が作成した会議に参加する場合には利用登録は不要です  
共有されたURLをクリックするか、  
会議コードを入力するだけで会議に  
参加できます

但し、自ら会議を主催する場合には、  
利用登録が必要です

## 利用登録を行います

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 「ログイン」をタップします



④ 「続ける」をタップします



## Googleアカウントを取得します

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 1 「アカウントを作成」をタップします

※④～⑫は、Google  
アカウントを新規で取得  
する手順となります。

既にあるアカウントを取得  
している場合は、p90  
の手順からになります。



## Googleアカウントを取得します

② 「個人で使用」をタップします



③ 名前を入力し、  
「次へ」をタップします



※掲載の画像は  
iPhoneのものです

## Googleアカウントを取得します

- 4 生年月日と性別を入力し、「次へ」をタップします

18:49 75%

キャンセル counts.google.com ああ

**G**

## 基本情報

生年月日と性別を入力してください

年 月 日

性別

生年月日と性別の入力をお願いする理由については、ブラウザで [g.co/age-gender](https://g.co/age-gender) にアクセスしてご確認ください

次へ



- 5 Gメールアドレスを選択するか独自のアドレスを入力します

18:50 75%

キャンセル counts.google.com ああ

## Gmail アドレスの選択

Gmail アドレスを選択するか、独自のアドレスを作成することができます

Gmail アドレスを選択

独自のアドレスを作成

自分で Gmail アドレスを作成

Gmail アドレスを作成 @gmail.com

半角英字、数字、ヒョウトを使用できます。

次へ

※掲載の画像は iPhone のものです

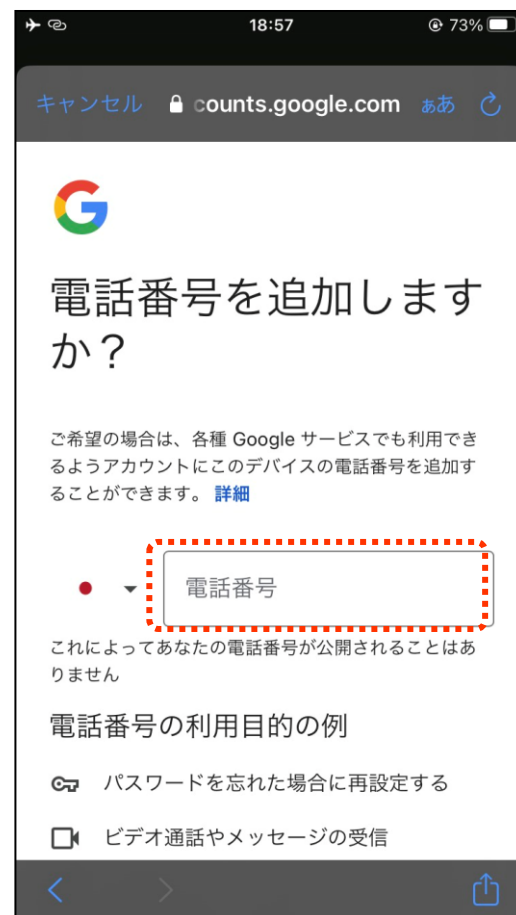
## Googleアカウントを取得します

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 6 パスワードを入力し、  
「次へ」をタップします



- 7 電話番号の追加画面で  
下へスクロールします



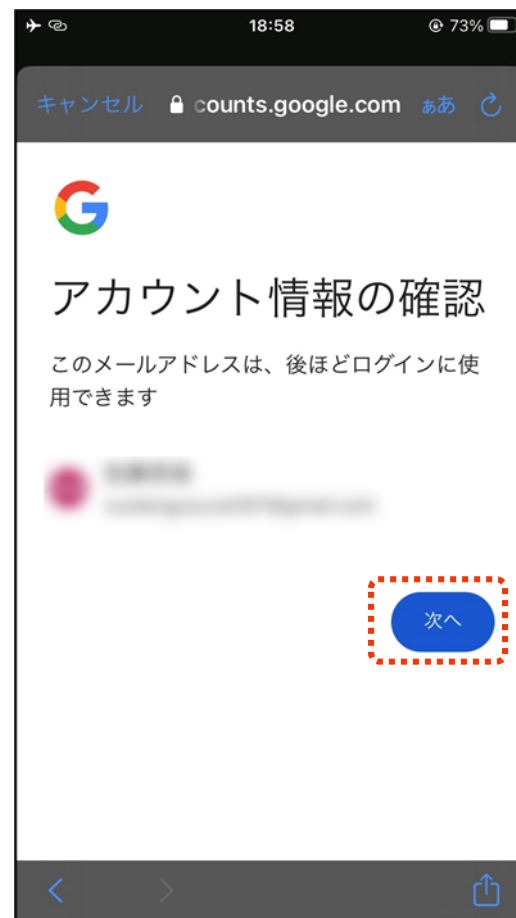
## Googleアカウントを取得します

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

⑧ 「スキップ」をタップします



⑨ 「次へ」をタップします



## Googleアカウントを取得します

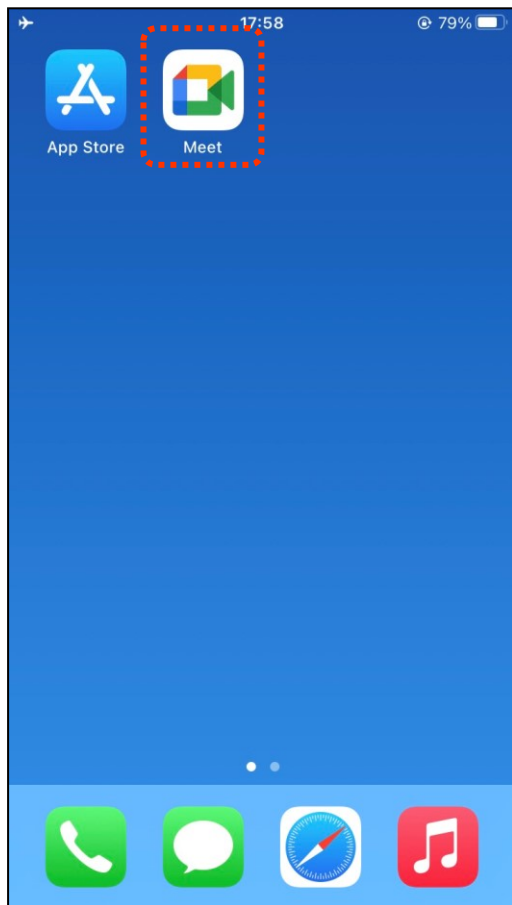
※掲載の画像は  
iPhoneのものです


- 10 利用規約等を確認し、  
「同意する」をタップします



Google アカウントにログインします

① Google Meet  を  
タップします



②  をタップします

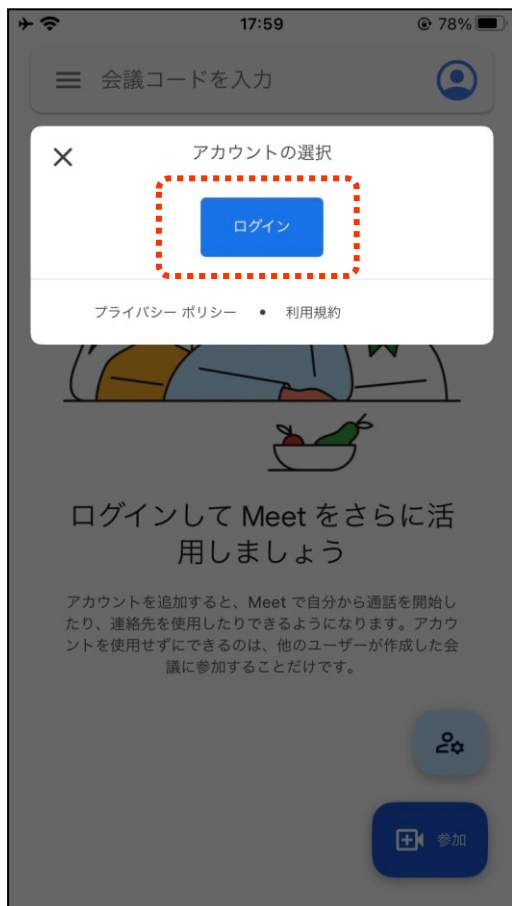


※掲載の画像は  
iPhoneのものです

## Google アカウントにログインします

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

③ 「ログイン」をタップします



④ メールアドレスを入力します



Google アカウントにログインします

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

5 パスワードを入力します

6 「次へ」をタップします



# 5-C

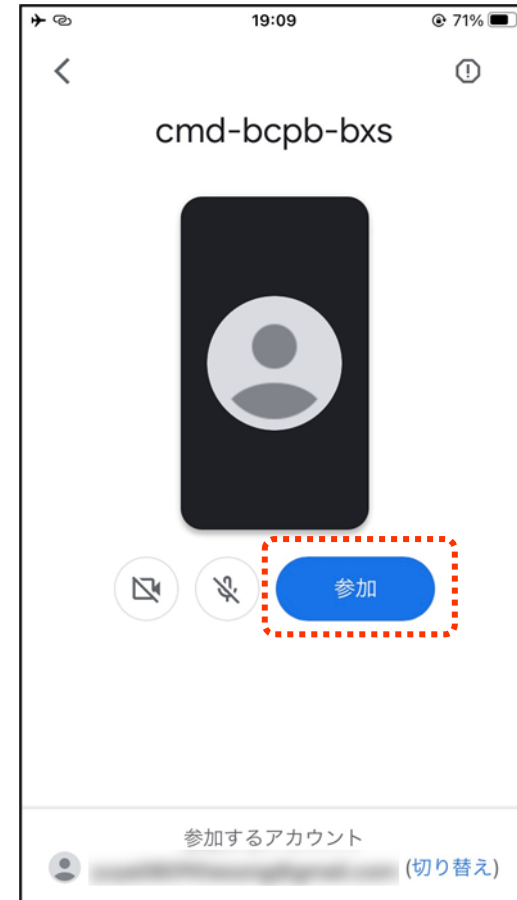
## 招待された会議への参加のしかた

メールで会議に招待されている場合の参加方法です

※掲載の画像は iPhone のものです

① 招待されたメールを開き、「会議に参加」のURLをタップします

② 「参加」をタップします



コードを直接入力する場合の参加方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

① 「会議コードを入力」を  
タップします



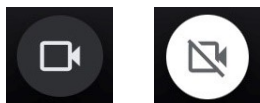
② 会議コードを入力します



会議参加中に利用することのできる機能があります

1

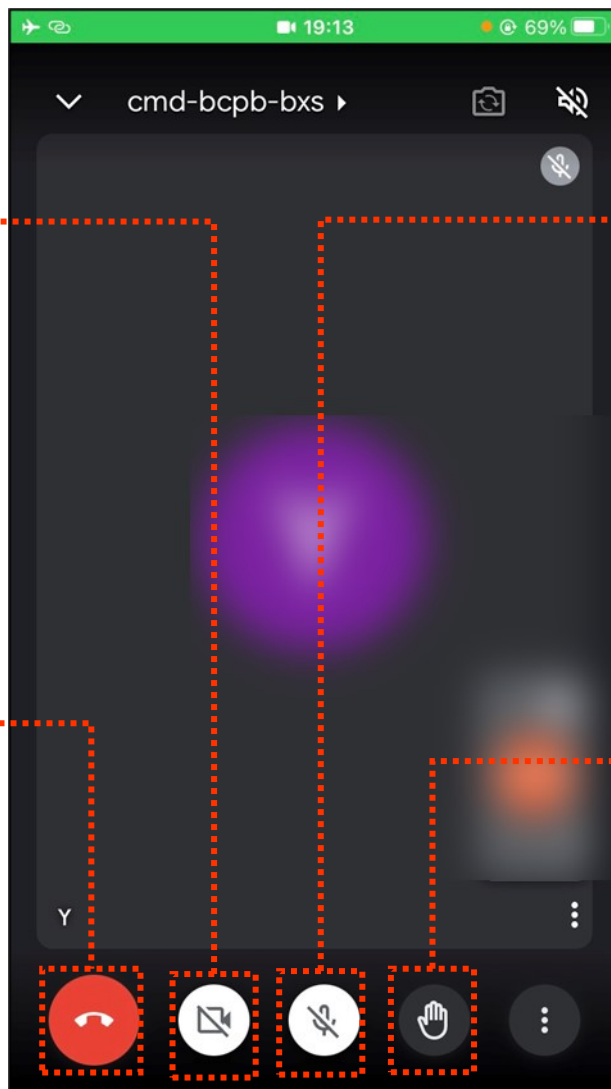
カメラの切り替え  
カメラON/OFFが  
切り替えられます



ON / OFF

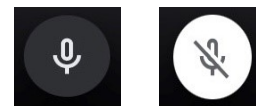
3

終了  
会議から退出します



2

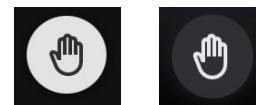
音声の切り替え  
音声のON/OFFが  
切り替えられます



ON / OFF

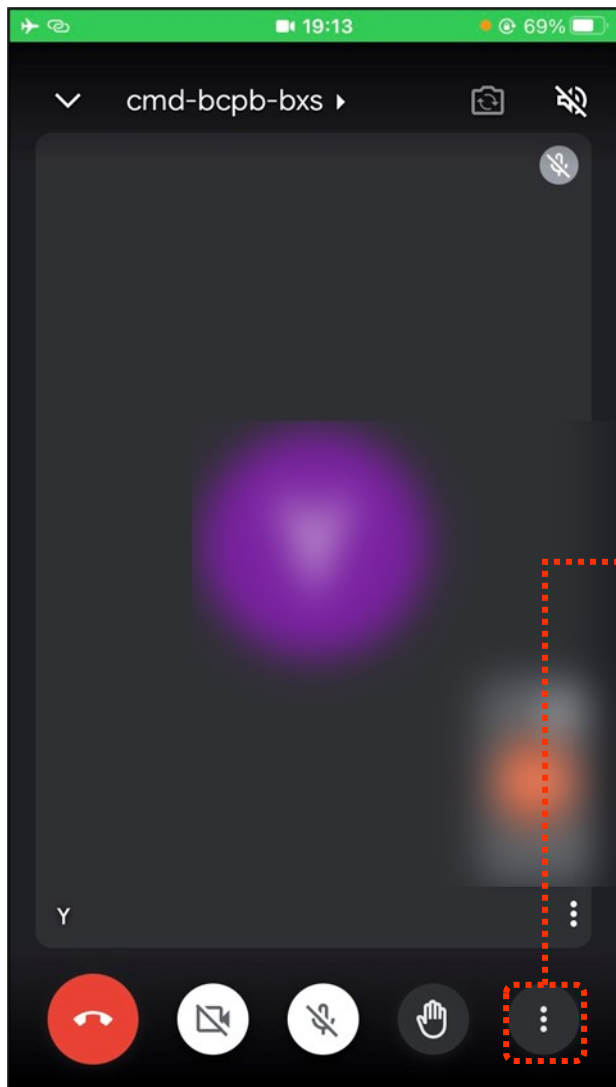
4

挙手  
挙手のON/OFFが  
切り替えられます



ON / OFF

会議参加中に利用することのできる機能があります



5 画面上部をタップすると  
通話画面に戻ります

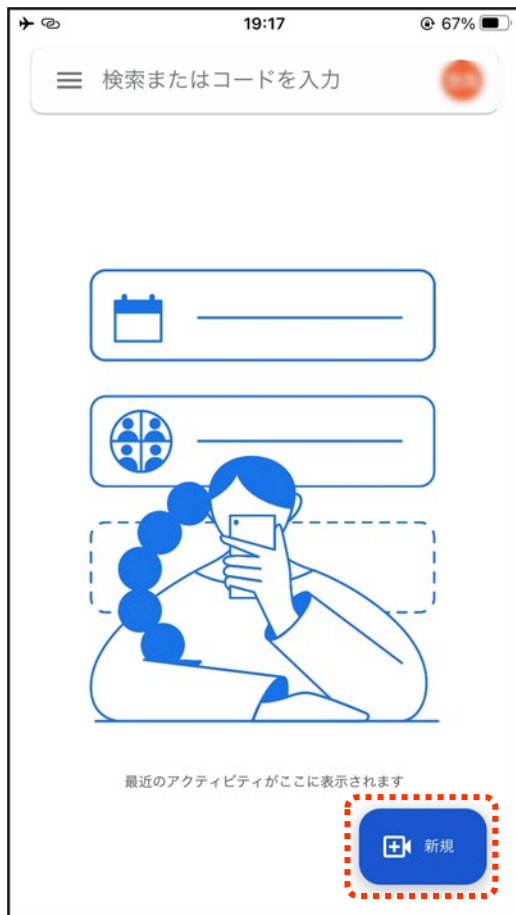
6 チャット  
文字でやり取りができます



7 リアクション  
スタンプが使用できます

自分から会議を開催する方法です

① 「新規」をタップします



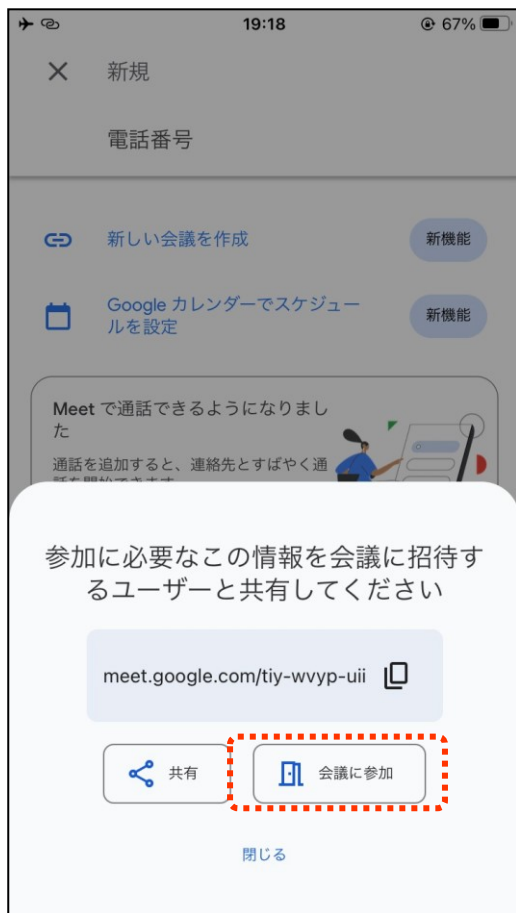
② 「新しい会議を作成」をタップします



※掲載の画像は iPhone のものです

自分から会議を開催する方法です

③ 「会議に参加」をタップします



④ 招待者を追加したい場合は、「共有」をタップします



※掲載の画像はiPhoneのものです

自分から会議を開催する方法です

※掲載の画像は  
iPhoneのものです

- 5 メッセージアプリ等、会議の情報を送付するツールを選択し、案内を送付します

