



# 【公開講座】オンライン研修 受講マニュアル(在宅用)

**\*研修受講当日までに、1章、2章を確認し、  
事前の準備をお願いいたします。**

所属: \_\_\_\_\_

氏名: \_\_\_\_\_

# 目次

<b>1. オンライン研修受講の準備</b> .....	<b>2</b>
(1) 受講環境の準備 .....	2
(2) 機器の準備 .....	2
(3) 受講時のお願い .....	2
(4) 受講時および研修資料に関する禁止事項 .....	3
<b>2. Zoom アプリインストール</b> .....	<b>4</b>
<b>3. Zoom で研修に参加する(当日)</b> .....	<b>6</b>
<b>4. 音声</b> .....	<b>8</b>
(1) マイクとスピーカーの選択 .....	8
(2) マイクのON/OFF .....	9
(3) 音量調節 .....	9
(4) 音声に関する問題発生時の対処法 .....	10
<b>5. 映像</b> .....	<b>11</b>
(1) カメラのON/OFF .....	11
(2) 全画面表示 .....	11
(3) View の変更 .....	11
<b>6. トラブルシューティング</b> .....	<b>13</b>
【音声がかえらないときは】 .....	13
【接続不良のときは】 .....	15
【音声が届かないときは】 .....	15
【映像が見えないときは】 .....	16
【映像が届かないときは】 .....	16

# 1. オンライン研修受講の準備

## (1) 受講環境の準備

以下の受講環境を推奨しております。

- ・講師の声が聞き取りやすい静かな場所
- ・発表や受講者同士のグループディスカッションを伴う為、声を出せる環境
- ・受講者以外の映り込み NG

研修中はカメラの接続をお願いしておりますので、身だしなみや他映り込みなどにご注意下さい。

### ・ネット環境の確認

通信環境により、講義が聞こえづらくなる場合がございます。無線 LAN、ポケット Wi-Fi での受講も可能ですが、**有線 LAN での受講を推奨致します。**

## (2) 機器の準備

受講にあたり、下記の機器の用意をお願いします。

### ①受講者用 PC

### ②スピーカーとマイク

発表やグループディスカッションに伴い、音声をハッキリ視聴いただくために、PC に接続できるスピーカーとマイクのご準備をお願い致します。

\* ご用意が難しい場合は、PC に備えつきのスピーカー・マイクでの受講も可能です。

### ③カメラ

受講用 PC に備わっていれば、不要です。

万が一 PC にカメラの搭載がない場合は、USB カメラをご用意頂き、受講者様が確認できる位置に設置下さい。

### ④ビデオ会議アプリ「Zoom」のインストール

研修受講には、ビデオ会議アプリ「ZOOM」を使用致します。別紙添付の【受講者マニュアル～事前準備編】の(1)(2)までの準備をお願い致します。

### ⑤送付テキストの確認

お手元にあるテキストが、受講される研修のテキストでお間違いないか事前に確認下さい。

## (3) 受講時のお願い

受講にあたり以下ご協力をお願いします。

### ・頷きなど、ハッキリとした反応

オンライン研修では、会場での対面形式と違い、講師による受講者の方々の反応が掴み取りにくくなっております。円滑に研修を進めるにあたり、頷き、相槌など反応していただけますと講師も受講者の方々の理解度が掴みやすくなりますので、ご協力をお願いします。

#### (4) 受講時および研修資料に関する禁止事項

研修中、以下の事項を禁止としております。

- ・研修実施時の写真撮影、録画、録音、またはそれに準ずる行為
- ・研修で使用する資料につきましては、本研修受講やご本人様の復習以外の目的での使用
- ・研修で使用する資料ファイルを社内外の方に共有すること
- ・研修で使用する資料の画像などを公開すること
- ・研修で使用する資料の複写

#### (5) 当日の受講にあたって

- ①開始時刻の15分前にはビデオ会議アプリ「ZOOM」から参加する研修のミーティングIDとパスワードをご入力いただき、【組織名】氏名の順に名前を変更し参加してください。
- ②参加後はビデオをONにいただき、音声をミュートした状態でお待ちください。  
ビデオをONにしていただいた後は、ご自身の顔が映っているか確認をお願いします。
- ③9:30～よりオペレーターによるZOOMの動作・視聴確認を行います。使用方法にご不明点御座いましたら、オペレーターに従い確認をお願い致します。
- ④お手元にPCの他に、筆記用具・ノートのご準備をお願い致します。
- ⑤講義中は講師の指示に従うようにしてください。

#### (6) 不具合やお問合せについて

研修参加に際して、不具合が発生し、復旧できなくなったり、研修参加の続行が難しくなった場合は、以下までご連絡下さいませ。

お問合せ先:03-5259-0071 (株式会社インソース・公開講座部)

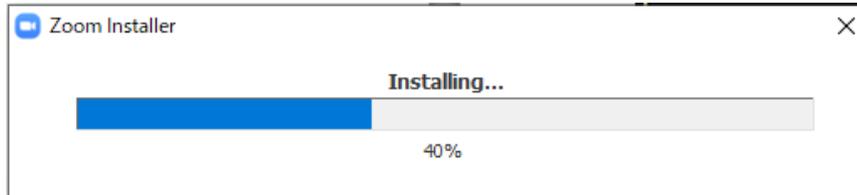
## 2.Zoom アプリインストール

1.PC で下記の URL から Zoom インストーラーをダウンロードします。

<https://zoom.us/download>

ダウンロード後、「ZoomInstaller.exe」ファイルを実行し、インストールします。

※ダウンロードに多少時間がかかることがあります。



2.実行後、下記のサインイン画面が表示されればインストールが完了です。



※サインインは特に不要です。

3.インストール後、テスト接続を行なうため、下記の URL にアクセスします。

<https://zoom.us/test>

4.下記の画面から「参加」を選択します。



5.下記のウィンドウから「Zoomを開く」を選択します。



6.カメラが接続されている場合、下記の画面が開かれますので、「ビデオ付きで参加」を選択します。



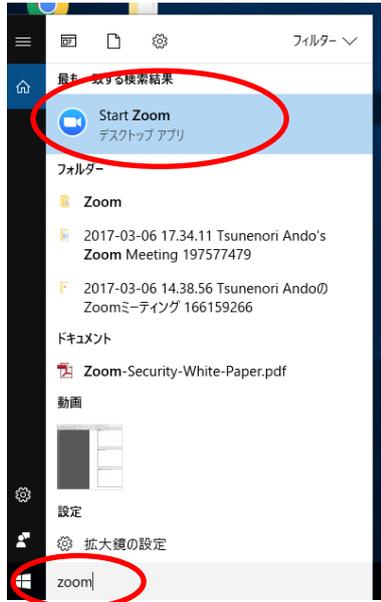
7.ビデオミーティングに参加できましたら、4章以降の操作の確認をお願いします。

### 3.Zoom で研修に参加する(当日)

1.zoom アプリを立ち上げます。(下記のアイコンを選択します。)



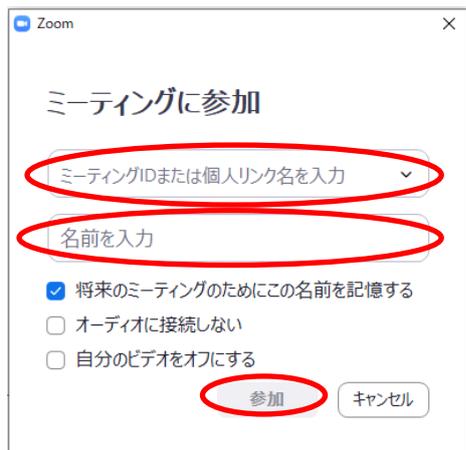
無ければ、検索より「Start Zoom」を選択します。



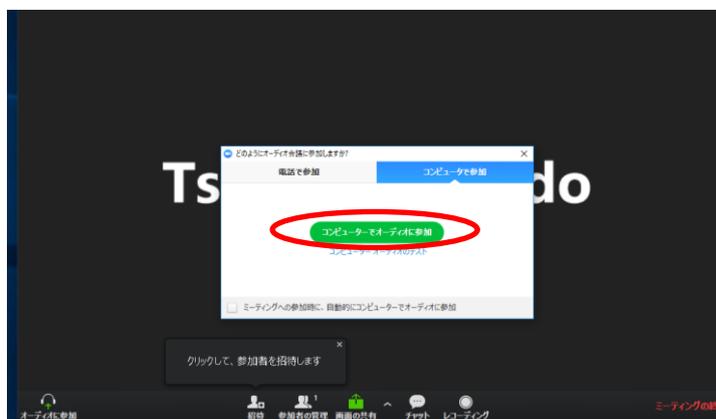
2.下記の画面の「ミーティングに参加」を選択します。



3.下記の画面にメールにてご案内している「ミーティング ID(9桁の数字)」を入力し、その下に「ご自身の会社名」を入力し、「参加」を選択します。



4.下記の画面が表示されるので、「コンピュータでオーディオに参加」を選択します。



5.退出時は、画面右下の「ミーティングを退出」を選択します。



## 4. 音声

### (1) マイクとスピーカーの選択

1.画面左下のミュートの右の「^」を選択して、その中の「スピーカー&マイクをテストする」を選択します。



2.下記の画面が表示されるので、案内に従い、正常に使用できるスピーカー、マイクを選択します。  
(USB 端末や PC 備え付けなどスピーカー、マイクがあります)



また、手動で画面左下の「^」より、zoom で用いるマイク、スピーカーの選択も可能です。



下記から使用するマイク、スピーカーを選択します。



## (2) マイクのON/OFF

画面左下の「ミュート」を選択します。



下記のようになれば、ミュートになっている状態です。

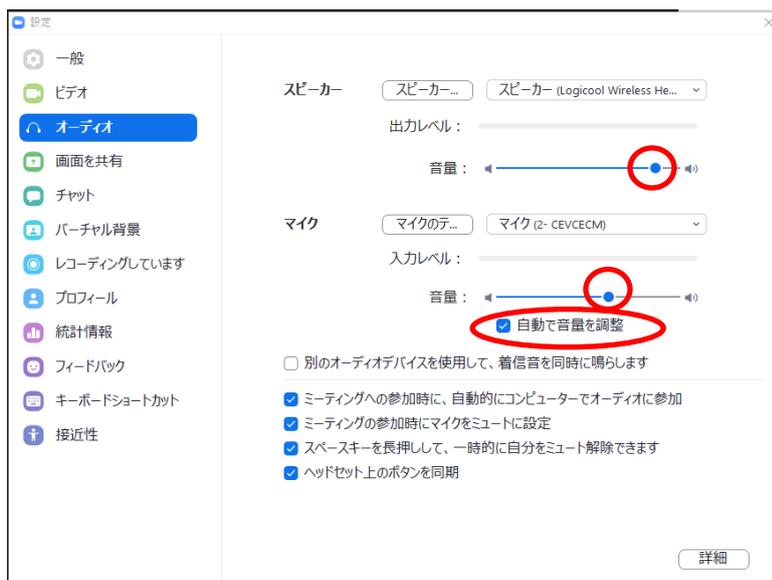


## (3) 音量調節

1.画面左下の「^」を選択して、その中の「オーディオ設定」を選択します。



2.下記の画面で、それぞれの音量を調整します。



※マイクの音声を調整したい場合は「マイクを自動調整」のチェックをはずしてから、調整します。

#### (4) 音声に関する問題発生時の対処法

1.画面左下のミュートの右の「^」を選択して、その中の「スピーカー & マイクをテストする」を選択します。



2.下記の画面が表示されるので、案内に従い、正常に使用できるスピーカー、マイクを選択します。



## 5.映像

### (1) カメラのON/OFF

画面左下の「ビデオの停止」を選択します。

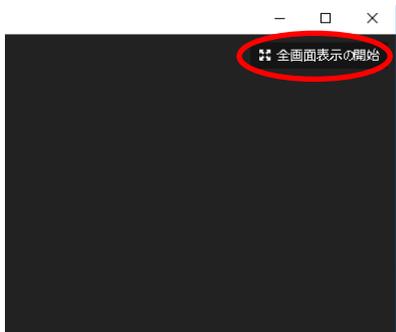
下記のようになり、画面がアイコン表示されれば、カメラがOFFになっている状態です。



※アイコンがない場合は、カメラのハードがないと認識されています。

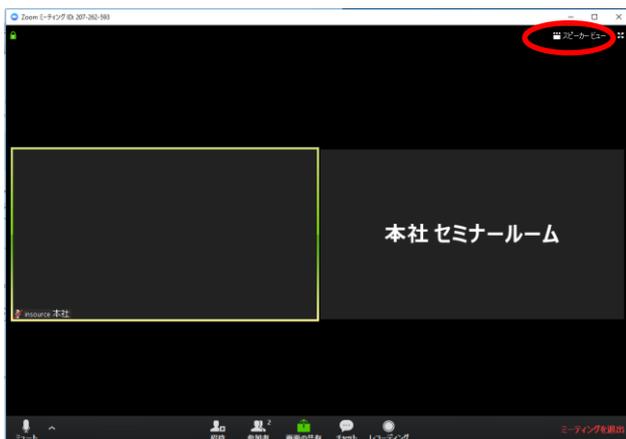
### (2) 全画面表示

画面右上の「全画面表示の開始」を選択します。

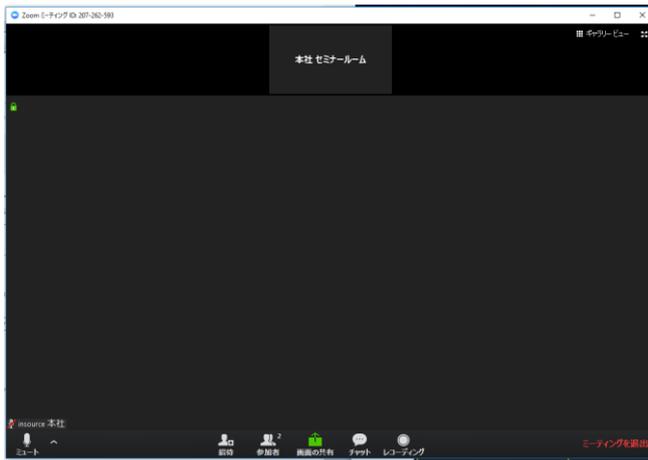


### (3) View の変更

通常は下記のギャラリービューです。画面右上の「スピーカービュー」を選択すると、「スピーカービュー」に変わります。



ギャラリービューは全ての参加者の方が均等に分割された画面を見ることが出来ます。



スピーカービューは話している人の画面が大きく表示して見ることが出来ます。

## 6.トラブルシューティング

【音声が届かないときは】

1.イヤホン、スピーカーの接続、電源を確認

イヤホン、スピーカーがPCに接続されており、電源が入っていることを確認します。

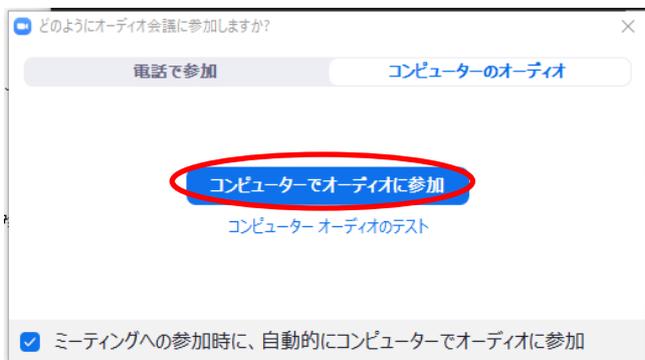
2.Zoomの「オーディオに参加」の設定確認

「コンピュータでオーディオに参加」しているかを確認します。

→画面左下が「オーディオに参加」になっている場合は選択します。



次に「コンピュータでオーディオに参加」を選択します。



3. Zoomのスピーカーの選択確認

スピーカーの接続機器が、使用しているイヤホン、スピーカーになっているかを確認します。

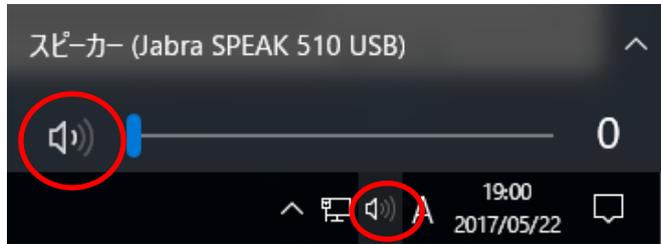
→画面左下の「^」から、使用している機器名を選択します。



#### 4. PC のスピーカーのミュート設定確認

イヤホン、スピーカーがミュートになっていないかを確認します。

→ミュートになっていれば、ノート PC 画面右下のスピーカーを選択して解除します。



#### 5. 開催開催地のマイクを確認

開催地のマイクがミュートになっているなどの可能性がありますので、**主催開催地**にマイクの確認をお願いします。

【音声が聞こえづらい、割れているときは】

##### 1.スピーカーの選択確認

スピーカーの接続機器が使用しているイヤホン、スピーカーになっているかを確認します。

→画面左下の「^」から、使用している機器名を選択します。



##### 2.スピーカーの音量調整

使用している機器の音量調整を確認します。機器の「+」や「-」ボタンで音量の調整をします。

##### 3.開催地のマイク確認

開催地のマイクの調子が悪い場合がありますので、開催地にマイクの確認をお願いします。

【接続不良のときは】

- ・LAN 接続の確認

使用している PC に有線 LAN が接続されているかを確認します。

有線ネットワークに接続をしているかを確認します。

【音声が届かないときは】

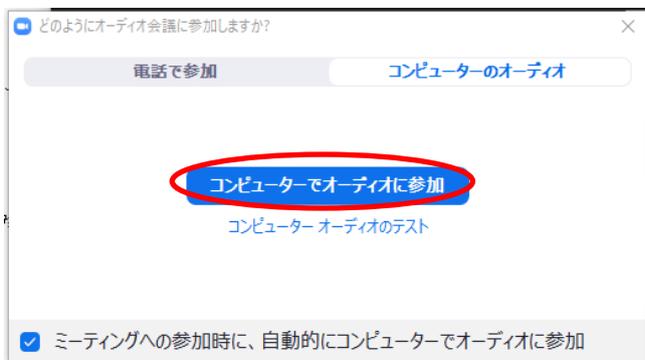
1. 「オーディオに参加」の設定確認

「コンピュータでオーディオに参加」しているかを確認します。

→画面左下が「オーディオに参加」になっている場合は選択します。



次に「コンピュータでオーディオに参加」を選択します。



2. マイク音声のミュート設定確認

音声「ミュート」になっていないかを確認します。

→画面左下が「ミュート解除」になっている場合は選択し、ミュートを解除します。



### 3. マイクの選択確認

マイクの接続機器が使用している機器になっているかを確認します。

→画面左下の「^」から、使用している機器名を選択します。



### 4. 開催地スピーカーのミュート確認

開催地スピーカーの音声が「ミュート」になっているなどの可能性がありますので、開催地にスピーカーの設定確認をお願いします。

#### 【映像が見えないときは】

##### 1. ディスプレイの接続確認

PC にディスプレイが接続されているかを確認します。

##### 2. 開催地のカメラ設定確認

開催地のカメラの調子が悪い場合がありますので、開催地にカメラの設定確認をお願いします。

#### 【映像が届かないときは】

##### 1. USB カメラの接続確認

USB カメラが接続されているかを確認します。

##### 2. ビデオの設定確認

ビデオが停止していないかを確認します。

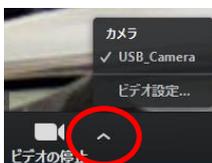
→画面左下が「ビデオの開始」になっている場合は選択し、ビデオを開始します。



##### 3. カメラの選択確認

カメラの接続機器が使用しているカメラになっているかを確認します。

→画面左下の「^」から、使用している機器名を選択します。



【当日のトラブルに備えて】

当日、不測の事態により、前述のような事態が起こってしまう可能性がありますので、PCやネットワーク機器につきましては、予備の機器をご準備いただく事を推奨いたします。

【トラブルにより研修参加が出来なくなった場合】

トラブルが発生し、トラブルシューティングに基づいて復旧を目指したものの、研修参加の続行が難しくなった場合は、以下までご連絡くださいませ。

TEL:03-5259-0071 (株式会社インソース・公開講座部)

MAIL: seminar@insource.co.jp (株式会社インソース・公開講座部)