



# はじめての オンラインによる セミナー・学会参加

一般社団法人三重県理学療法士会  
事務局・働き方改革委員会

# はじめに

- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、セミナー・学会の開催も集合型ではなく、インターネットを利用したオンラインの開催が増えています。
- オンラインでのセミナー・学会には、遠方の参加者でも気軽に参加できる、自宅で気軽に参加できるなどのたくさんのメリットがあり、職場や仲間での研修、採用試験、コミュニケーションにも活用され、働き方改革にもつながっています。
- しかし、オンラインのセミナーや学会に参加したくても、何が必要で、どうやっていいかがわからず、不安に思っている方もいるのではないのでしょうか。
- ここではオンラインのセミナーや学会の参加にあたって、必要になるツールや押さえておきたいポイントについてまとめてご紹介します。

# オンラインセミナー・学会とは

- オンラインセミナー・学会とは、インターネットを利用して配信するセミナー・学会のことです。
- オンラインセミナーについてはウェブセミナーやウェビナーとも呼ばれます。
- オンラインセミナー・学会には、場所や人数に制約なく集まることができ、いわゆる3密を避けることができるため、今注目されています。
- オンラインセミナー・学会の配信方法には、大きく2つのパターンが挙げられます。

# 会場で実施されるセミナー・学会と Webセミナー・学会の違い

会場で実施されるセミナー・学会	Webセミナー・Web学会
実際に会場に足を運ぶ。	リアルタイムな配信の場合は配信時刻に合わせて、パソコンやタブレット、スマートフォンからWeb上で受講する。
日時や場所が決まっているため、遠方から参加する場合は移動のための手配や、スケジュール調整が必要。	録画した動画を視聴する場合は、いつでもどこでもWeb上から視聴できる。
質問はその場で講師に直接確認するか、開催後に行く。	質問はチャットや発言機能を使って行う。

# Webセミナー・学会の配信方法

Webセミナー・学会は、配信方法によって大きく分けて「ライブ配信」と「オンデマンド配信」の2種類があります。ライブ配信とオンデマンド配信を併用することもあります。

## ライブ配信

- ライブ配信は、リアルタイムで行われるWebセミナー・学会です。
- ライブ配信はインタラクティブなやりとりによって、セミナー・学会中に質疑応答やアンケートができるという特長があります。
- 会場で開催するセミナー・学会に近い形になります。

## オンデマンド 配信

- オンデマンド配信は、予め録画・編集した動画を配信するタイプのWebセミナー・学会です。
- 視聴者が自分の都合が良い時間帯を選んで視聴できるというメリットがあります。
- 繰り返し見ることができるので、動画を見て何度も学習することができます。

# Webセミナー・学会の参加者メリット

- ① 自宅や訪問先など、どこからでも参加できる。
- ② 対面では参加しにくかったセミナー・学会にも気軽に参加できる。
- ③ 会場までの移動時間や交通費がかからない。
- ④ 気軽に使えるチャット機能で、他の参加者や講師とコミュニケーションがとりやすい。
- ⑤ 当日参加できなくてもオンデマンド配信で参加ができる。
- ⑥ 見逃したり復習したい箇所を見返すことができる。

# Webセミナー・学会の参加環境

Webセミナー・学会専用の機材や専用線などは必要なく、パソコンに内蔵されたマイク、スピーカー、カメラで利用できます。またスマートフォン・タブレットでも利用できるサービスも多くあります。

## ①配信・受診するためのソフト・ツール

- Zoom、Cisco、Teams、Google Meet、Googleハングアウト、Skypeなど。
- インストールやダウンロードしなくても参加できるものもあります。

## ②インターネット環境

## ③パソコン・スマートフォン・タブレット(カメラ・マイクスピーカー)

# ①配信・受診するための ソフト・ツールの主な機能

機能	解説
音声 ビデオ通話	複数人数、あるいは1対1で音声やビデオを用いた通話(ビデオチャット)ができます。
テキストチャット	テキストベースでの会話(チャット)ができます。
ミュート	複数人で参加する場合、雑音が混じらないよう音声をミュートできます。
投票	参加者に対してアンケートをとったり、投票による多数決を行うことができます。
モバイルデバイス対応	モバイルアプリやモバイルデバイス用Webブラウザで、スマートフォンやタブレットからでも参加できます。
スライドショー	開催者がPowerPointなどのプレゼンテーションやスライドショーを参加者全員のPCへ表示し、操作できます。
デスクトップ アプリケーション画面共有	特定ユーザーのPC上のデスクトップやアプリケーションの画面を参加者全員のPCで共有できます。



## ②インターネット環境

- Webセミナー・学会では、映像データ、音声データ、資料の文書、画像データなどといった様々なデータのやり取りを行い、データ量が大きくなります。
- 自宅にインターネット環境がない場合、スマートフォンのデータ通信でも利用可能ですが、データ通信量に注意が必要です。
- カフェや携帯キャリアによっては、無料wifi(ワイファイ)を使ったインターネット接続サービスを提供している場合もあり、これを活用することもできます。

### データ通信量の目安

あくまでも目安の通信量です。実際にはこれよりも大幅に増えたり減ったりすることもあります。

アプリ別のビデオ通話	1時間	10時間
ZOOM	600MB	6GB
Google Meet	36MB	360MB
Skype	120MB	1.5GB
ハングアウト	1.5GB	15GB

## ③パソコン・スマートフォン・タブレット

- 現在広く使われている配信・受診するためのソフト・ツールは、そのほとんどが、パソコンだけでなく、スマホやタブレットにも対応しており、手軽にWeb会議に参加することができます。
- 主要な機能は、パソコンと同じように使用することができます。
- Webセミナー・学会参加するには、3つの機能が必要になります。どれもパソコン・スマートフォン・タブレットに内蔵されていることが多くなっています。内蔵されている場合は、別途ご用意いただく機器はありません。
  - ①ウェブカメラ:こちらの顔や映像を映すために必要な機能です。
  - ②マイク:こちらの声を相手に届けるために必要な機能です。
  - ③スピーカー:相手の音声を聴くために必要な機能です。

ここからは  
三重県理学療法士会が  
使用している  
Zoomミーティングの  
参加方法について  
紹介していきます

# Zoomミーティングの 参加方法

ZOOM(ズーム)とは、パソコンやスマートフォンを使って、ミーティングやセミナーにオンラインで参加できるアプリです。パソコンの場合、主催者から送られる「ルーム URL」をクリックすると、登録やアカウント作成無しで参加できます(初回のみ自動でアプリのインストールがあります)。

- Zoomを利用する機会が増えそうなら、アプリをインストールしておくとは便利ですよ。
- 会議の直前にインストールをして、設定を行っていると、会議に遅れてしまう可能性があるため、事前にZoomアプリインストールをして、設定を完了しておくとは良いですよ。
- 事前にZoomアプリのインストールが完了していれば、主催者から送られてきたURLをクリックして、表示されるブラウザの通知をクリックするとアプリが開き、会議に参加できます。

パソコン

Zoomミーティング  
参加手段

スマホ  
タブレット

したくない

アプリインストール

する

2

方法

1

3

# 1. パソコンにZoomアプリをインストールして会議に参加する方法

1-1 Zoomのサイトからアプリをダウンロードする

1-2 会議参加用URLからアプリをダウンロードする

# 2. パソコンのブラウザからZoomで会議に参加する方法 (Zoomアプリのインストールなし)

2-1 Zoomのサイトからブラウザで会議に参加する方法

2-2 会議参加用URLからブラウザで会議に参加する方法

# 3. スマートフォン・タブレットにアプリをインストールして Zoomミーティングに参加する方法

1

パソコンに  
Zoomアプリをインストールして  
会議に参加する方法



# 1-1

## パソコンにZoomアプリをインストールして会議に参加する方法

1. Zoomのサイトの最下部から「ダウンロード」をクリックします。



# 1-1

## パソコンにZoomアプリをインストールして会議に参加する方法

2. ミーティング用Zoomクライアントのダウンロードをクリックし、ダウンロードが完了したらファイルををクリックしてインストールします。

The screenshot shows the Zoom Download Center page. A red dashed box highlights the 'ダウンロード' (Download) button for the 'ミーティング用Zoomクライアント' (Zoom Client for Meetings). A red arrow points to this button with the text 'ミーティング用Zoomクライアントのダウンロードボタンをクリック' (Click the download button for the Zoom Client for Meetings). Below this, there is a section for 'Microsoft Outlook用Zoomプラグイン' (Zoom Plugin for Microsoft Outlook) with its own 'ダウンロード' button. At the bottom of the page, a red arrow points to the 'ZoomInstaller (1).exe' file in the Windows taskbar, with the text 'ダウンロードが完了したらファイルををクリックしてインストールする' (After the download is complete, click the file to install).

zoom ソリューション プランと価格 営業担当へのお問い合わせ ミーティングに参加する ミーティングを開発する

ダウンロードセンター 管理専用をダウンロード

ミーティング用Zoomクライアント  
最初にZoomミーティングを開始または参加される時に、ウェブブラウザのクライアントが自動的にダウンロードされます。ここから手動でダウンロードすることもできます。

ダウンロード バージョン4.6.7 (18176.0301)

↑ ミーティング用Zoomクライアントのダウンロードボタンをクリック

Microsoft Outlook用Zoomプラグイン  
Outlook用ZoomプラグインをインストールするとMicrosoft Outlookツールバー上にボタンが表示され、1回のクリックでミーティングの開始や日程の設定を実行できるようになります。

ダウンロード バージョン4.8.17303.0117

ウェブ上でOutlookアドオンとしてZoomを追加

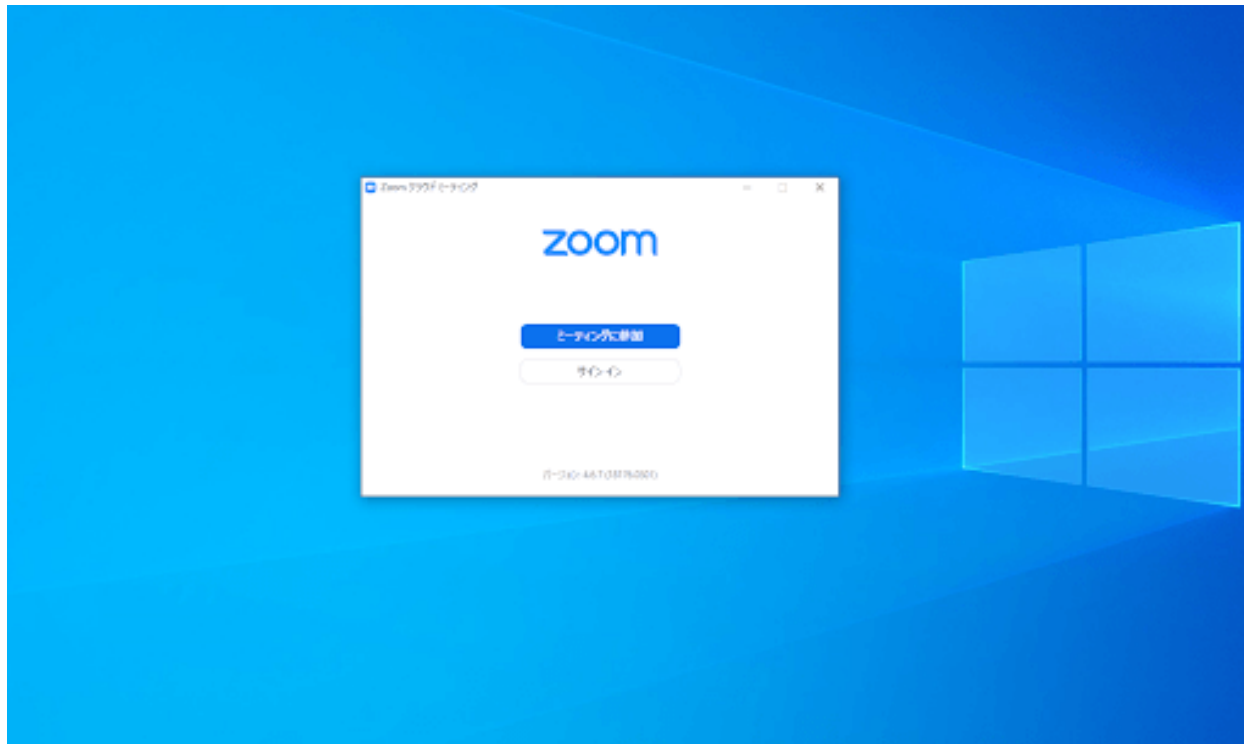
ダウンロードが完了したら  
ファイルををクリックしてインストールする

ZoomInstaller (1).exe

# 1-1

## パソコンに Zoomアプリをインストールして 会議に参加する方法

3. インストールが完了すると、Zoomのサインイン画面が表示されます。



# 1-2

## 会議参加用URLから アプリをダウンロードする方法

1. 主催者から会議参加用URLを受け取り、会議参加用URLをクリックします。

ミーティングの招待

三重県理学療法士会さんがあなたを予約されたZoomミーティングに招待しています。

トピック: 第1回●●●●●●●●●●

時間: 2020年7月16日 07:00 PM 大阪、札幌、東京

Zoomミーティングに参加する

**会議参加用URL**

<https://us02web.zoom.us/j/84230548144?pwd=eDVYeJNNMEITek82bEZpSDJ6U2Vsdz09>

ミーティングID: 842 3054 8144

パスワード: 671307

# 1-2

## 会議参加用URLから アプリをダウンロードする方法

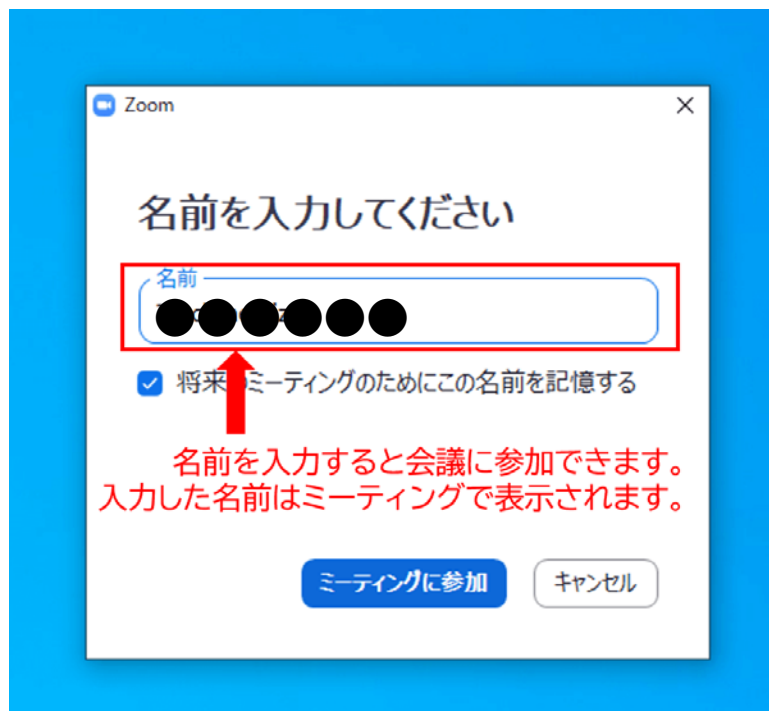
2. Zoomの起動中という画面の右下にある「Zoomをダウンロードして実行」をクリックして、ダウンロードが完了したらファイルをクリックしてインストールします。



# 1-2

## 会議参加用URLから アプリをダウンロードする方法

3. インストールが完了すると、ミーティングに参加するために名前を入力する画面が表示されますので、名前を入力して「ミーティングに参加」をクリックします。



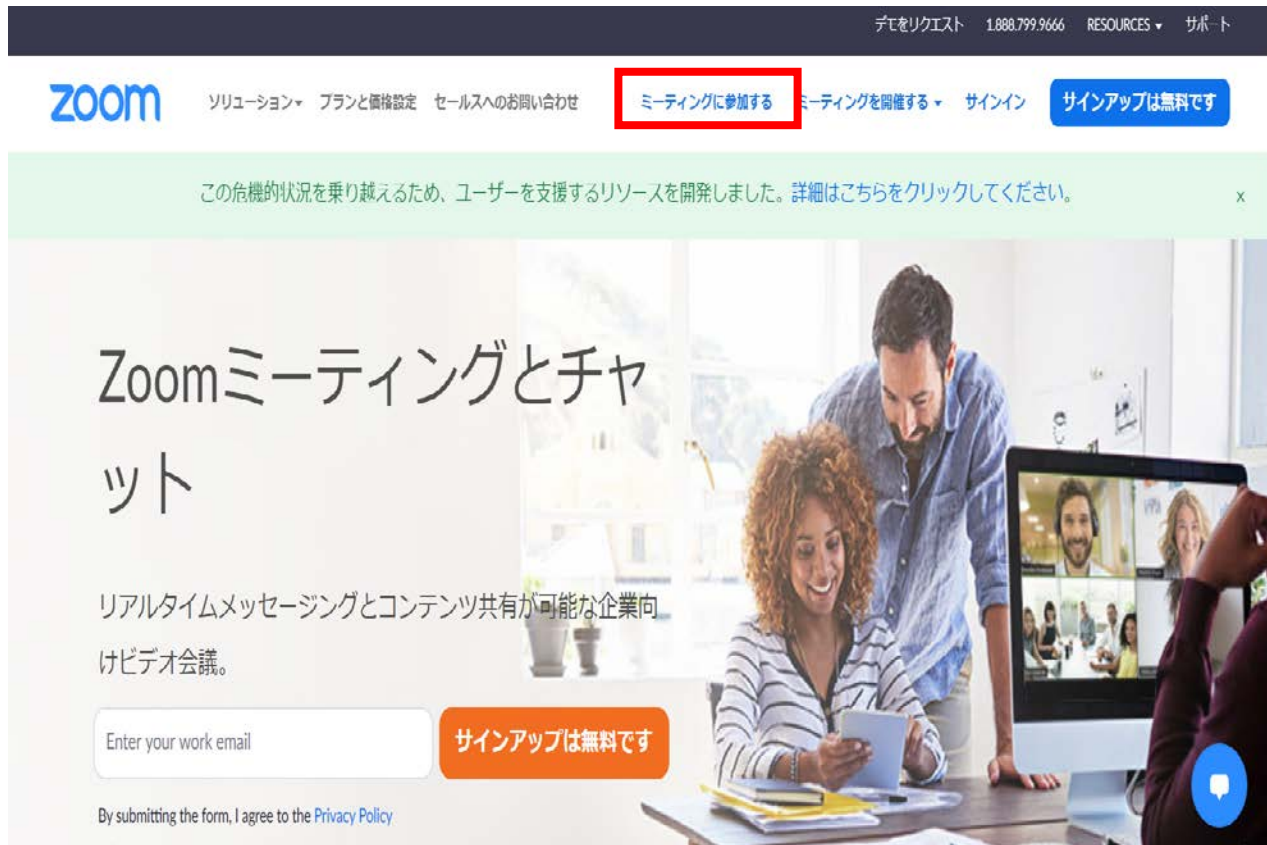
2

# パソコンのブラウザから Zoomで会議に参加する方法

# 2-1

## Zoomのサイトから ブラウザで会議に参加する方法

1. Zoomのサイトの最上部から、「ミーティングに参加」をクリックします。



The screenshot shows the Zoom website homepage. At the top right, there are links for 'デモをリクエスト' (Request Demo), '1.888.799.9666', 'RESOURCES', and 'サポート' (Support). The main navigation bar includes 'zoom' logo, 'ソリューション' (Solutions), 'プランと価格設定' (Plans and Pricing), 'セールスへのお問い合わせ' (Contact Sales), 'ミーティングに参加する' (Join a Meeting - highlighted with a red box), 'ミーティングを開催する' (Host a Meeting), 'サインイン' (Sign In), and a blue button 'サインアップは無料です' (Sign up is free). Below the navigation bar is a green banner with a message: 'この危機的状況を乗り越えるため、ユーザーを支援するリソースを開発しました。詳細はこちらをクリックしてください。' (To overcome this crisis, we have developed resources to support our users. Click here for details.). The main content area features the heading 'Zoomミーティングとチャット' (Zoom Meetings and Chat) and the text 'リアルタイムメッセージングとコンテンツ共有が可能な企業向けビデオ会議。' (Real-time messaging and content sharing possible video conference for businesses.). Below this is a form with the placeholder text 'Enter your work email' and an orange button 'サインアップは無料です' (Sign up is free). At the bottom left, there is a link: 'By submitting the form, I agree to the Privacy Policy'. The background image shows a woman sitting at a desk with a laptop, looking at a tablet, while a man stands behind her, pointing at the screen. A computer monitor in the foreground displays a Zoom meeting grid with several participants.



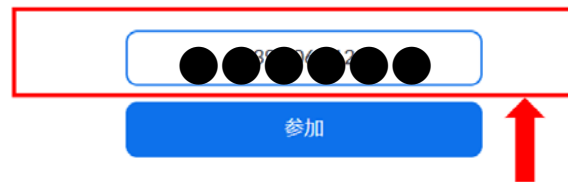
# 2-1

## Zoomのサイトから ブラウザで会議に参加する方法

2.ミーティングIDを入力する画面が表示されますので、主催者から共有されたミーティングIDを入力し、「参加」をクリックします。



ミーティングに参加する



ミーティングIDを入力して「参加」をクリックします。  
主催者から共有された会議参加用のURLの末尾の数字列がミーティングIDです。

# 2-2

## 会議参加用URLから ブラウザで会議に参加する方法

1. 主催者から会議参加用URLを受け取り、会議参加用URLをクリックします。

ミーティングの招待

三重県理学療法士会さんがあなたを予約されたZoomミーティングに招待しています。

トピック: 第1回●●●●●●●●●●

時間: 2020年7月16日 07:00 PM 大阪、札幌、東京

Zoomミーティングに参加する

**会議参加用URL**

<https://us02web.zoom.us/j/84230548144?pwd=eDVYeJNNMEITek82bEZpSDJ6U2Vsdz09>

ミーティングID: 842 3054 8144

パスワード: 671307

# 2-2

## 会議参加用URLから ブラウザで会議に参加する方法

- 2. Zoomの起動中という画面の下部中央にある「ここをクリック」をクリックすると「ブラウザから参加する」が表示されるのでクリックします。



# 2-2

## 会議参加用URLから ブラウザで会議に参加する方法

zoom サポート 日本語

起動中...

システムダイアログが表示されたら [Zoomミーティングを開く] をクリックしてください。

ブラウザが何も表示しない場合、**ここをクリック**し、ミーティングを起動するかZoomをダウンロードして実行します。

**「ここをクリック」をクリックします。**

Copyright © 2020 Zoom Video Communications, Inc. All rights reserved.  
「プライバシーおよび法務ポリシー」

サポート 日本語

起動中...

システムダイアログが表示されたら [Zoomミーティングを開く] をクリックしてください。

ブラウザが何も表示しない場合、[ここをクリック](#)し、ミーティングを起動するかZoomをダウンロードして実行します。

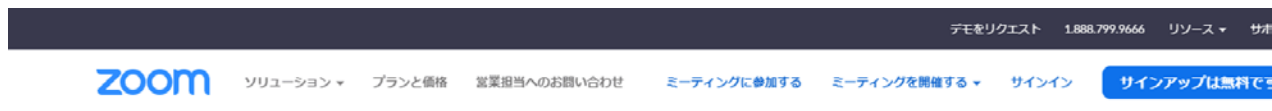
アプリケーションをダウンロードまたは実行できない場合は **ブラウザから参加** してください。

**「ブラウザから参加」をクリックします。**

Copyright © 2020 Zoom Video Communications, Inc. All rights reserved.  
「プライバシーおよび法務ポリシー」

# 2-2 会議参加用URLから ブラウザで会議に参加する方法

3. ミーティングに参加するために名前を入力する画面が表示されますので、名前を入力して「参加」をクリックします。



ミーティングに参加するには、名前を入力してください

お名前

名前を入力すると会議に参加できます。  
入力した名前はミーティングで表示されます。

# 3

スマートフォン・タブレットに  
アプリをインストールして  
Zoomミーティングに参加する方法

# 3

## スマートフォン・タブレットに アプリをインストールして Zoomミーティングに参加する方法

- Zoomはパソコンだけでなくスマートフォンからも利用することができます。
- AppStoreまたはGooglePlayからアプリをダウンロードします。
- 主催者から会議参加用URLを受け取り、会議参加用URLをクリックするか、Zoomのサイトの最下部の「ダウンロード」をクリックすると、AppStoreまたはGooglePlayのダウンロード画面が表示されます。

# 3

## スマートフォン・タブレットに アプリをインストールして Zoomミーティングに参加する方法

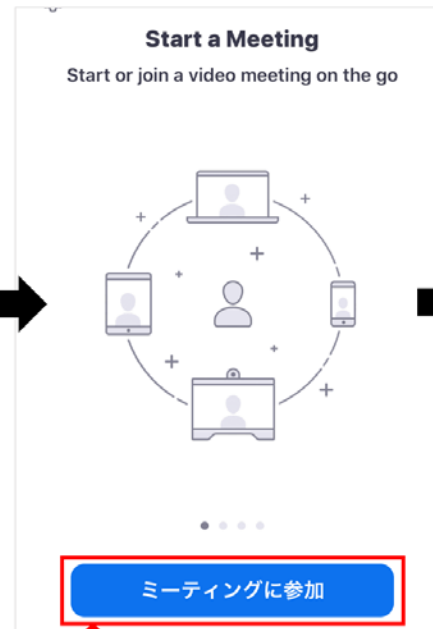
### iOSの場合



クリックしてAppStoreからアプリをダウンロードします。



アプリのダウンロードが開始します。



「ミーティングに参加」をクリックします。



ミーティングIDと参加者の名前を入力します。



# 3

## スマートフォン・タブレットに アプリをインストールして Zoomミーティングに参加する方法

### Androidの場合

