

パソコンの場合 ZOOMダウンロード方法



- まず、Zoomアプリを入手します。
- **iPhone**では、App Storeを開きます。
- **Android**の場合は、playストアを開きます。

Zoomを**検索**します。

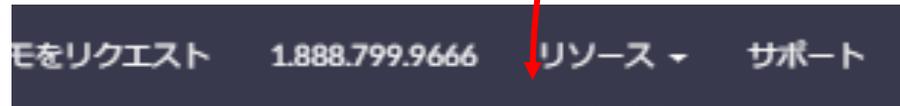
Zoom Cloud Meetingsで、「入手」や「インストール」をタップし、インストールできたら「開く」をタップしてください。

- **パソコン**の場合は、Zoomアプリをダウンロードします。

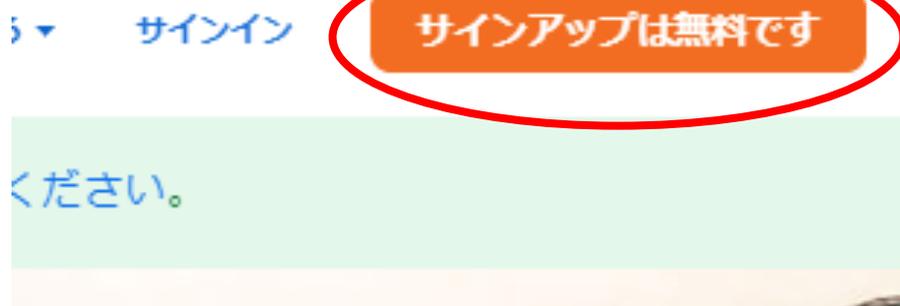
1-1.ZOOM設定：パソコンの場合



ZOOMをダウンロードします
<https://zoom.us/>を検索します。



「サインアップは無料です」を
クリックします。



1-1.ZOOM設定：パソコンの場合

無料サインアップ

仕事用メールアドレス

サインアップ

SSOでサインイン

Googleでサインイン

Facebookでサインイン

- 誕生日を入力します
- **サインイン**します。
Googleアカウント
Facebook
から連帯して参加できます。
- または「仕事用メールアドレス」
にアドレスを入力をします。

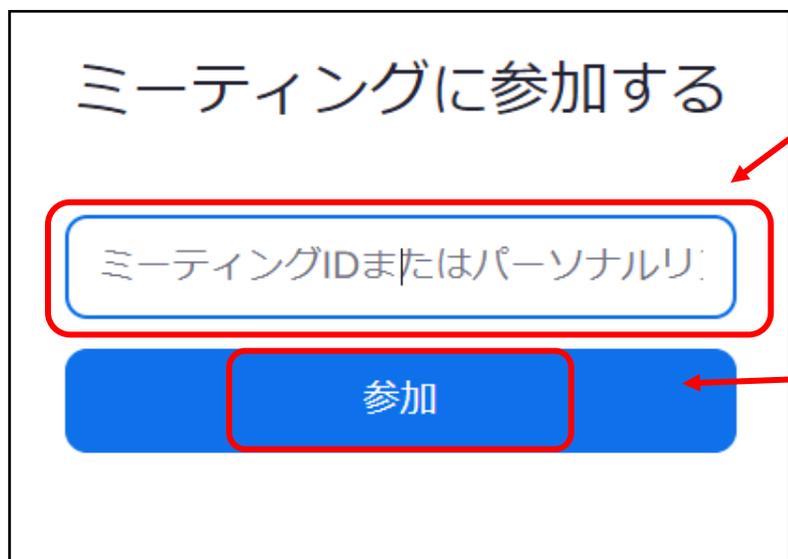
メールが届きますので手順通りに
に進んでご登録ください。

1-2.ZOOM レッスンへの入り方：パソコンの場合



- サインインが完了しましたら「**ミーティングに参加する**」をクリックします

ミーティングをスケジュールする **ミーティングに参加する** ミーティングを開催する



- ミーティングID**を入力します。
ミーティングIDは、招待URLの下9桁、もしくは、10桁の数字です。

例：<https://zoom.us/j/123456789>

- 最後に「**参加**」をクリックします。

1-2.ZOOM レッスンへの入り方：パソコンの場合



- 下部の「**参加者**」をクリックすると、右側に参加者が表示されます。
- その中から自分をクリックし、お名前の右側に表示される「**詳細**」をクリック
- 「**名前の変更**」を選ぶ
- 会員番号とお名前を入れる。
例：0001 櫻井淳子

スマートフォンの場合 ZOOMダウンロード方法

Start a Meeting

Start or join a video meeting on the go



• Zoomアプリが開いたら、

「サインイン」または「サインアップ」をタップ。

サインイン→Facebook、Googleアカウントからサインインできます。

サインアップ→新規登録が必要になります。（無料）

2-1.ZOOM レッスンへの入り方：スマートフォンの場合



- 「ホーム」画面から
- 「参加」をタップ

2-1.ZOOM レッスンへの入り方：スマートフォンの場合

キャンセル ミーティングに参加

ミーティング ID

会議室名で参加

ピラティスボディ

参加

招待リンクを受け取っている場合は、そのリンクをもう一度タップしてミーティングに参加します

参加オプション

オーディオに接続しない

自分のビデオをオフにする

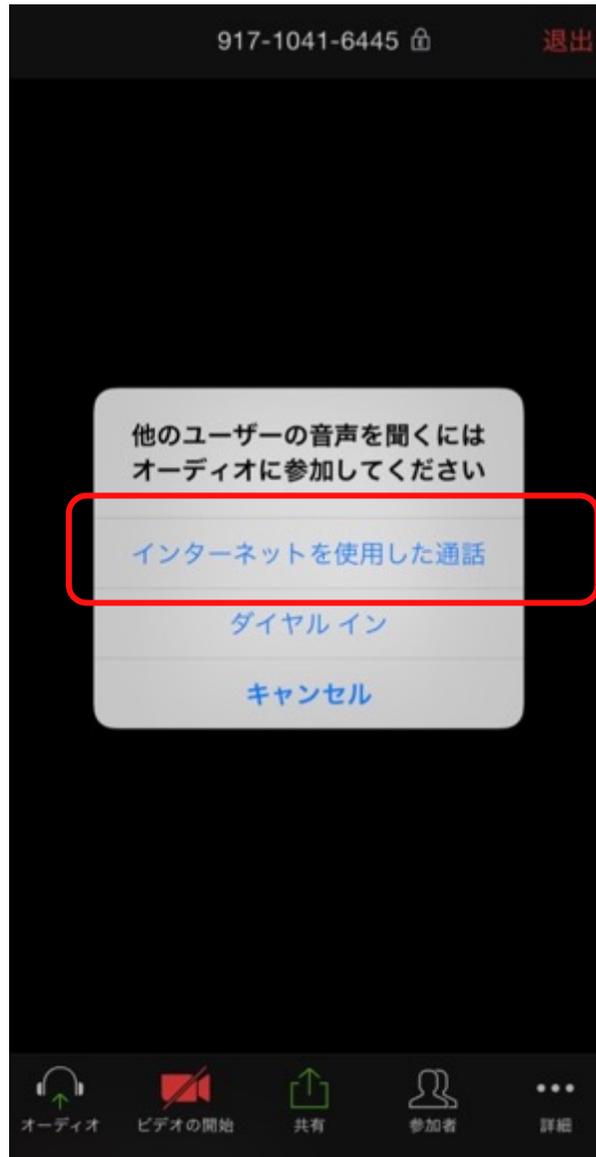
- ここで、ミーティングIDを入れます。ミーティングIDは、招待URLの**下9桁**、もしくは、**10桁**の数字です。

例：<https://zoom.us/j/123456789>

- **名前の変更をお願いします。**
安全管理のため、よろしくお願ひいたします。
(パソコンでの名前の変更は次のページへ)

最後に「参加」をタップ

2-1.ZOOM レッスンへの入り方：スマートフォンの場合



- iPhoneでは、「他のユーザーの声を聞くにはオーディオに参加してください」と表示されたら、「インターネットを使用した通話」をタップします。

- Androidでは、「デバイスオーディオを介して通話」をタップします。

これで、Zoomミーティングに参加することができます。

～補 足～

- iPhoneでは、「Zoomは通知を送信します。よろしいですか?」というメッセージが表示されるので、「許可」をお願いします。
- Androidでは、「ズームへのアクセスを許可してください」と表示されるので、「了解」をお願いします。

3.ZOOM：ビデオ・マイク（ミュート）解除方法



ミュートオン（ご自身の声が他の方にも聞こえる状態）
カメラオン（ご自身の姿が他の方にも見える状態）



ミュートオフ（ご自身の声が他の方にも聞こえない状態）
カメラオフ（ご自身の姿が他の方にも見えない状態）

スタジオオンラインレッスンでは、自動的に「お客様の声はミュート（お客様の声は外部には聞こえない設定）」、[カメラはオフ]になっています。

- レッスン開始時に、出席を取るためにスタジオにてミュートを一時解除いたします。レッスンが始まりましたら、再びスタジオにてミュートに戻します。

このタイミングで、皆様のカメラをオンにさせていただきます。

※オンにしたいくない方は、オフのままで大丈夫です。



スマートフォンイメージ

注意事項

- **5分前**になりましたら参加をお願いします。
- オンライングループレッスンのURLは毎月変わります。対象会員様に、毎月メール及びオンライン用ラインにてご案内いたします。
- 必ず「**サインイン**」をお願いします。「**サインイン**」をしていないと参加できません。

その他

- バーチャル背景設定について
ご自身のお部屋などが表示されないように、背景を変更することができます。
※パソコンやスマートフォンのバージョンによっては変更できません。
- パソコンは、ビデオマークスぐの横の「ハ」を押すと、バーチャル背景設定メニューが表示されます。
- スマートフォンは、画面右下の「詳細」メニューを押すと、バーチャル背景メニューが表示されます。

つながらない場合は事前にスタジオからご案内致しますのでお電話いただけたらと思います。
TEL：055-926-4402

またZoom使い方をスタジオでもご案内させていただきます。スタジオまでご連絡ください。
皆様のご参加お待ちしております！！