

**KKRオンラインセミナー参加マニュアル**  
**(オンライン子育てセミナー、  
介護総合セミナーのZoom設定について)**

令和7年5月

国家公務員共済組合連合会

委託事業者：ヒューマンライフケア株式会社

# KKRオンラインセミナー参加マニュアル

## INDEX

受講前準備-1～Zoomダウンロード方法～

受講方法-1～セミナー当日の参加方法～

受講中のお願い～ビデオとマイクの設定

受講中のお願い～Zoomチャットの使い方

よくあるご質問-1

よくあるご質問-2

よくあるご質問-3

KKRオンラインセミナー参加時の注意事項 1

KKRオンラインセミナー参加時の注意事項 2

# 受講前準備- 1 ～Zoomダウンロード方法～

## ◆Zoomのダウンロード方法について

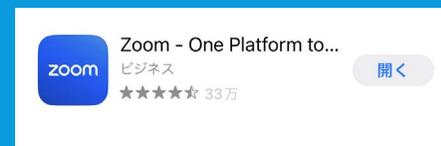
※セミナー参加予定のデバイスがパソコンの場合、この作業は必要ありません。

スマートフォン(AndroidやiPhone)から参加予定の場合、  
事前にアプリのダウンロードが必要になります。

**以下、スマートフォンで参加予定の方向けの事前作業です**

## 【アプリダウンロード方法】

①iPhoneの場合は「App Store」、Android端末の場合は「Google Play」  
を開き、検索欄に「Zoom」と入力し検索。



[App store](#)



[Google Play](#)

# 受講前準備- 1 ～Zoomダウンロード方法～

②Zoomアプリが表記されますので、手順に沿ってダウンロードしてください。



iPhoneで検索した時の画面

Android端末で検索した時の画面



③ご使用のスマートフォンのホーム画面にアプリが追加されていれば作業完了です。

# 受講方法-1～セミナー当日の参加方法～

## 【セミナーの参加に関して】

- ① 事務局から事前に配布されたURLをクリックしてください。  
(<https://zoom.us/j/xxxxxx>)
- ② 「ミーティングに参加」をクリック  
(ご利用の端末等の環境により、自動で開くこともあります)
- ③ スクリーンネーム(画面上に表示される名前です。事務局から事前に配布する参加者名を入力してください)、メールアドレスを入力してください。

※参加後はセミナーの開始までお待ちください。



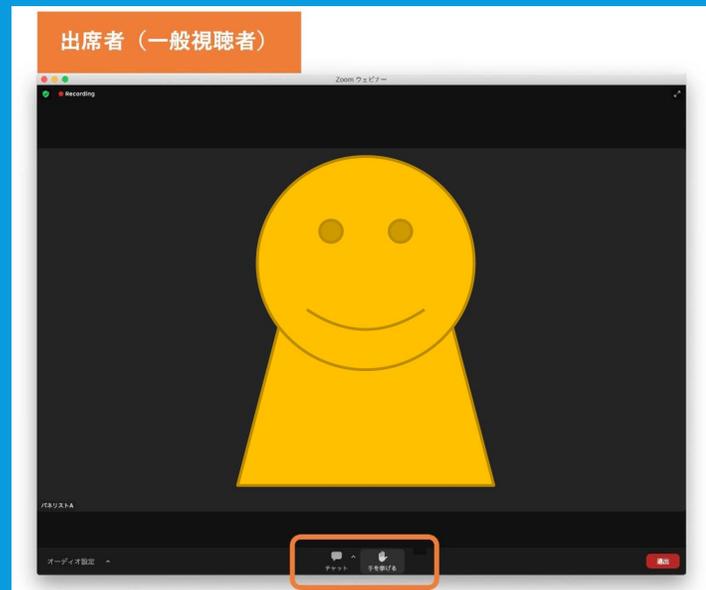
# 受講中のお願い～ビデオとマイクの設定

## ◆受講にあたってのお願い

セミナーは基本的に**片方向の講義形式**となっております。

参加者の顔や声を出す機能はありません。

カメラにご自身の顔が映ることはありませんのでご安心ください。



参加時は講師のみが画面上に表示される左のような画面となります。

# 受講中のお願い～Zoomチャットの使い方

## ◆受講にあたってのお願い

☑事務局へのお問い合わせ・講師への質問は**チャットにて**お願いします。

講師への質問は、講義終盤に質疑応答の時間を確保しております。

質疑応答のお時間で順次、回答いたします。

※お時間の都合上、すべての質問に回答できない場合がありますのでご了承ください。

※質問は一般的な内容のみ回答いたします。個人に係る質問についてはお答えできません。

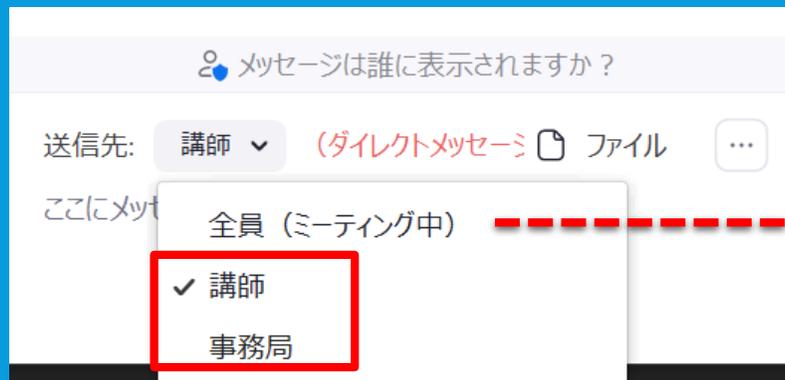
# 受講中のお願い～Zoomチャットの使い方

## ◆Zoom チャットの使い方

①ツールバーの中にある「チャット」を選択



②送信先を「講師」または「事務局」に変更しメッセージを送付する



**※全員を選択すると全体へ  
質問内容が共有されてしまいますので  
ご注意ください。**

※講師への質問は「講師」を選択、事務局への質問は「事務局」を選択しメッセージを送付してください

# よくあるご質問-1

Q1 : スマートフォンからでも参加できますか？

A : スマートフォンやタブレットでも視聴ができます。

事前にZoomのアプリをダウンロードしておくこととスムーズに視聴ができますので本マニュアルの手順に沿って事前準備をお願いいたします。

Q2 : Wi-Fi環境がなくても大丈夫ですか？

A : スマートフォンのモバイルデータ通信でもZoomの参加は問題ありませんが、長時間の視聴には大きな通信料金がかかる場合が御座います。そのため、**Wi-Fi環境での視聴**を推奨いたします。

また、ご加入の料金プランによっては通信速度制限がかかる場合がありますのでご注意ください。接続環境が悪い場合、Zoomの音声途切れたり画面が固まるなどトラブルが発生する場合がございます。予め、自宅等の通信環境を確認しご参加ください。

Q3 : ミーティングに参加するにはどうすればよいですか？

A : ご案内メールに記載のZoomミーティングID(URL)からご参加ください。

例) [https://zoom.us/j/\\*\\* \\*\\* \\*\\* \\*\\*](https://zoom.us/j/** ** ** **)

# よくあるご質問-2

Q4 : 有料のZoomアカウントを持っていません。有料の登録をしないと参加できませんか？

A : 有料の登録をしないでも、そのままご参加いただけます。

Q5 : 音が小さく聞こえないのですが。

A : 音量を小さく設定している、または音量がミュート(無音)になっている可能性があります。お使いのPC、スマホ、タブレットで音声の設定をご確認ください。また、Zoomで適切なマイクやスピーカーが選択されていない場合がありますのでご確認ください。それでも改善しない場合は、再度ログインをお願いします。

Q6 : 音がハウリングして(二重になって)聞こえてしまいます。

A : マイクはイヤホンマイクのご利用を推奨いたします。デバイスのマイクやスピーカーをそのまま使用すると、音声トラブルが発生する場合がありますのでご注意ください。

# よくあるご質問-3

---

Q7：他の参加者に自分の顔や名前が見えてしまいますか？

A：ビデオはオフの状態でご参加いただきます。

そのためほかの参加者からは顔が見られない状態となりますので  
ご安心ください。

# KKRオンラインセミナー参加時の注意事項1

## ■ 注意事項

- ① オンラインでの参加となります。開始時間までに事前にお伝えするURLより、ご参加ください。
- ② 参加にあたりZoomのご準備をお願い致します。スマートフォンで参加を予定されている方は事前準備としてアプリのインストールが必要です。本マニュアルを参考に準備をお願い致します。  
(PCにて参加予定の方はアプリのインストールは不要です。)
- ③ やむを得ず欠席される場合、セミナー前日までは以下までご連絡ください。  
**【連絡先】 国家公務員共済組合連合会 特定事業部 保健・情報サービス課**  
**【メールアドレス】 [tokutei.hoken@kkor.or.jp](mailto:tokutei.hoken@kkor.or.jp)**  
当日の欠席連絡は不要ですが、**原則ご参加**いただきますようお願いいたします。
- ④ セミナー動画の録音、録画はご遠慮ください。

# KKRオンラインセミナー参加時の注意事項2

## ■注意事項

- ⑤スクリーンネームは別途「KKRオンラインセミナー参加時の注意事項」記載の「7. KKRオンラインセミナー参加時のルールについて 2)」に準拠の上、ご参加をお願いいたします。
- ⑥アンケートは、セミナー終了後にzoomの退出ボタンを押すと起動致します。  
回答にご協力お願い致します。
- ⑦質疑応答に関して  
事務局・講師への質問、お問い合わせはチャットにてお願い致します。講師への質問は、セミナー終盤に設ける質疑応答の時間にて順次、回答いたします。  
質問・問い合わせ先の設定については本マニュアル「[受講中のお願い～Zoomチャットの使い方](#)」を必ずご一読の上、メッセージを送付してください。

その他、参加にあたっては別途「**KKRオンラインセミナー参加時の注意事項**」を必ずご確認ください。