

Zoomご利用ガイド

Step1 Zoomアプリのダウンロード

■パソコンでご受講のお客様

① <https://zoom.us/>

【サインアップは無料です】からメールアドレスとパスワードを設定

②認証メール内の「アカウントを有効化する」ボタンをクリックしサインアップを完了

■スマートフォンやタブレットでご受講のお客様

①【android】をご利用の方はGoogle Play から
【iOS】ご利用の方はApp Storeから、Zoomアプリを検索
” Zoom -Workplace”という名前のアプリをインストール



②登録用のメールアドレスと名前を入力する。



③認証メール内の「アカウントを有効化する」というボタンをタップし、パスワードを設定してサインアップを完了させる

Step2 レッスンを受けてみよう

<https://online.yoga-lava.com/reserve/schedule/1/1/>
UCHIYOGA+ のサイトにログイン

- ①受講したいレッスンを選択
- ②【プランで予約する】をタップ
- ③ポップアップで表示された確認画面で【予約完了する】をタップ
- ④【予約が完了しました】と表示されたら約完了



- ⑤ **予約リスト** から、受けたいレッスンの【詳細へ】をタップ
 - ⑥【オンラインレッスンを受講する】をタップするとZoomミーティングルームへ接続される
- ※【オンラインレッスンを受講する】ボタンはレッスン開始30分前より表示されます

【オンラインレッスンを受講する】をタップした後に「**ウェブページにアクセスできません**」というエラーが表示される場合デフォルトで開くWebブラウザの設定をご確認ください。Google chromeで開きますと比較的安定しますのでお勧めします。Zoomの利用環境については下記ページをご確認ください。

▼ Zoomのご利用に必要な動作保証環境
(PC)

<https://support.zoom.us/hc/ja/articles/201362023>

(スマートフォン・タブレット)

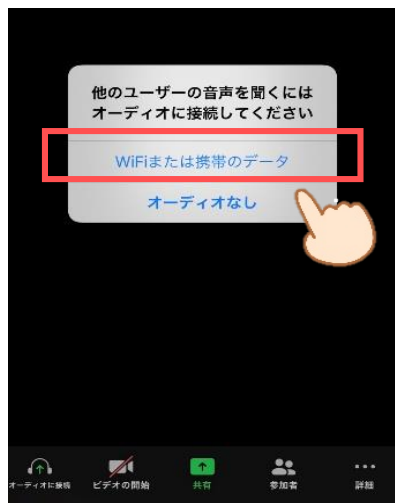
<https://support.zoom.us/hc/ja/articles/201179966>

こんな時は？

音声が聞こえません

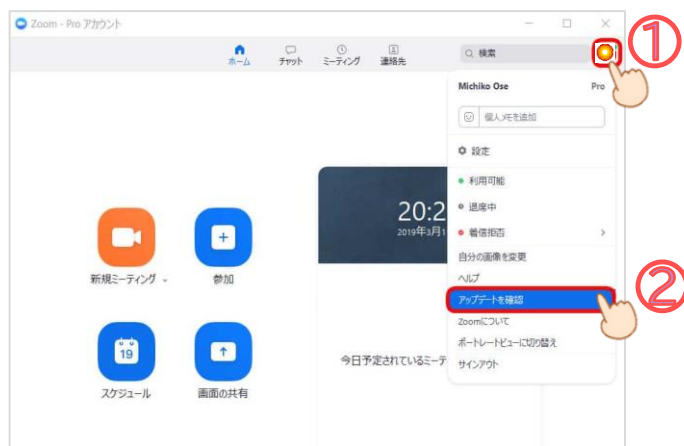
以下3つの原因が考えられます

①ルーム参加時に「オーディオなし」を選択した場合、一度ルームを退室してから再度入室し直します



②イヤホンを装着している場合は、イヤホンの再接続をお試しください
また、ご自身のBluetoothイヤホンが別の音声機器やスピーカーなどに自動接続されていないかご確認ください

③Zoomアプリの古いバージョンを使用している可能性があります
下記の方法でアプリのアップデートを行ってください



画面にインストラクターを大きく映したい(PCでのご利用)

■ホストを「ピン」設定して画面を固定する方法

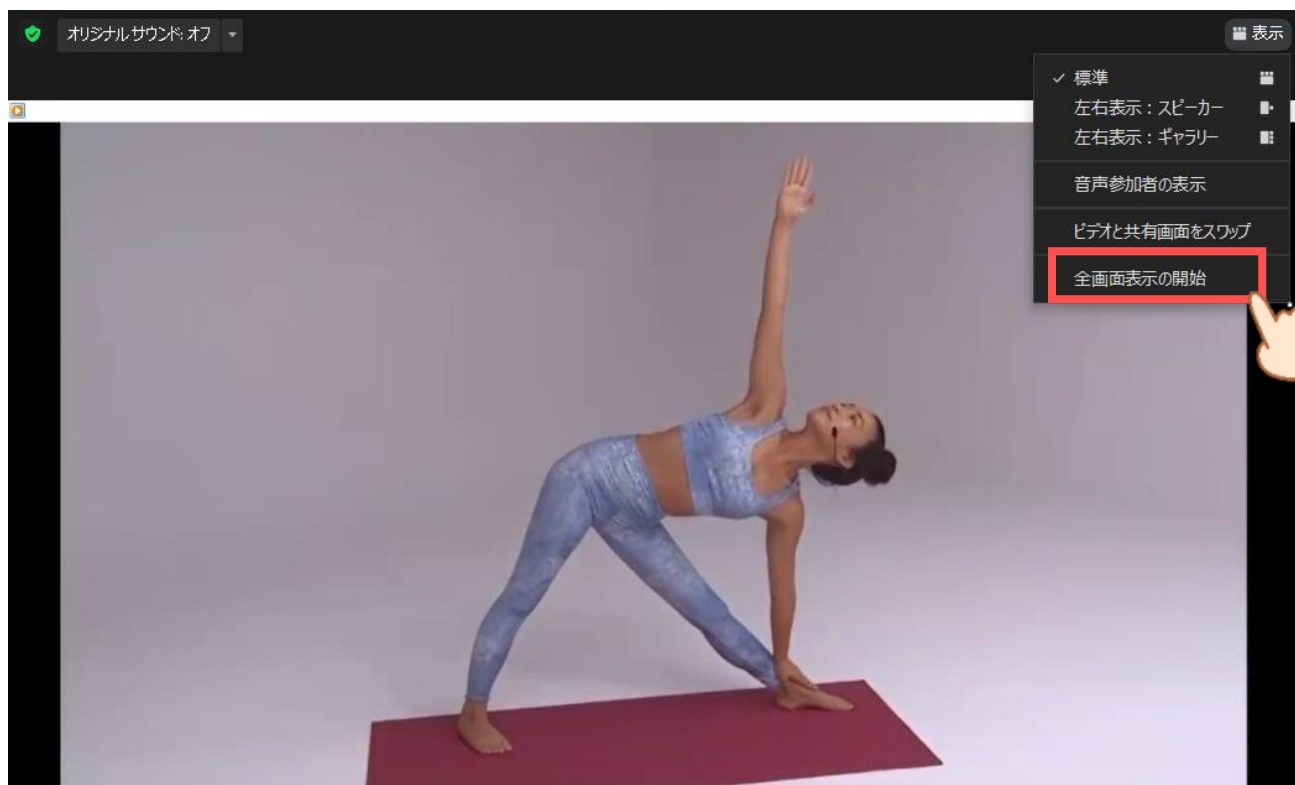
- ①インストラクターの画像上にカーソルを運びます
- ②右上に表示される「…」をクリックします
- ③「ピン」を選択

■画面を「全画面表示」にする方法

- ①画面右上の【表示】をクリックし、「全画面表示の開始」を選択
- ※画面オフの方が表示されている場合、他の参加者様の画面左上の「ー」(音声参加者の非表示)をクリックし非表示にできます

<全画面表示の終了方法>

キーボード【Esc】キーをクリックし解除となります



レッスンを受ける際のZoomの表示名を変更したい

■Zoom入室後に名前を変更する方法（入室時に毎回変更が必要です）

- ①Zoomミーティングに参加する
- ②画面下部にある”参加者”をタップ
- ③自分の名前を選択
- ④「名前の変更」をタップ
- ⑤表示したい名前に変更して完了



■永続的に名前を変更する方法（一度設定すると永続的に使用できます）

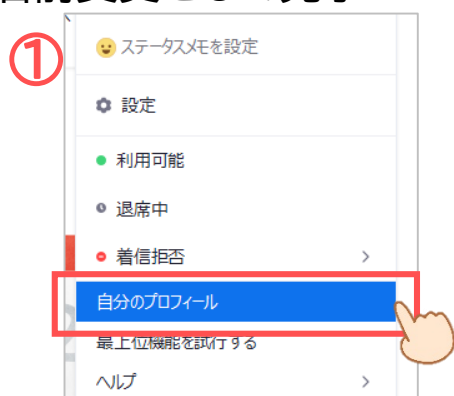
【スマートフォンやタブレットでのプロフィール設定方法】

- ①Zoomのアプリを立ち上げる
- ②画面右下部の”設定”をタップ
- ③名前の右側にある>をタップ
- ④“表示名”という項目を確認
- ⑤名前変更をして完了



【PC版のプロフィール設定方法】

- ①Zoomのデスクトップアプリを立ち上げ画面の右上の自分のアイコンをクリックし「自分のプロフィール」をクリック
- ②ブラウザが立ち上がり、Zoomのサイトが開きます
- ③メールアドレス、パスワードを入力しログイン
- ④名前の右上の「編集」をクリック
- ⑤名前変更をして完了



カメラオンにした時の画面の背景を変えたい

「ビデオの開始」を選択されますと、ご自身の映像がインストラクターから見える状態となります。(他の受講者には表示されません)
入室後にご自身のご希望に合わせて、ビデオ設定ON/OFFを変更していただくことが可能です。

【PCの場合】 ※ミーティング入室前から背景設定できます

- ①パソコンでZoomにサインイン
- ②右上の「設定」を押す
- ③「背景とエフェクト」を選択
- ④好きな背景にしたい場合は「+画像を追加」
- ⑤アップロードしたい画像を選んで「開く」
- ⑥背景設定画面で画像を選択します



※画像の設定以外にも背景をぼかす「ぼかし」という機能もございます。

【スマートフォンの場合】 ※ミーティング参加した後に背景設定します

- ①画面の右下の詳細「…」を押します
- ②「背景とフィルター」を選択します
- ③「背景」から好みの背景設定する画像を選択します



テレビの画面に映して受講したい

スマートフォンとテレビを専用のケーブルや無線で接続し、
テレビ画面に映してご受講いただく方法もございます。

詳しくは[こちらのUCHIYOGA+FAQページ](#)をご確認ください。

※ご利用中のデバイスにより接続方法が異なり一部対応外の場合もございますので詳しくはご利用中のデバイスのサポートセンターまでお問い合わせをお願いいたします。

その他 お役立ち情報

Zoomのご利用方法が記載されているサイトをご紹介します。
UCHIYOGA+ではご利用いただけない機能もございますので
ご了承くださいます様よろしくお願いいたします。

◆Zoomヘルプセンター◆

<https://support.zoom.us/hc/ja>

UCHIYOGA+についてのご不明点はこちらから

◆UCHIYOGA+Q&Aサイト◆

http://lava.okbiz.okwave.jp/?site_domain=uchiyoga

UCHIYOGA+のブログやお知らせはこちらから

◆UCHIYOGA+お知らせ◆

<https://onlineyoga-lava.blogspot.com/>