

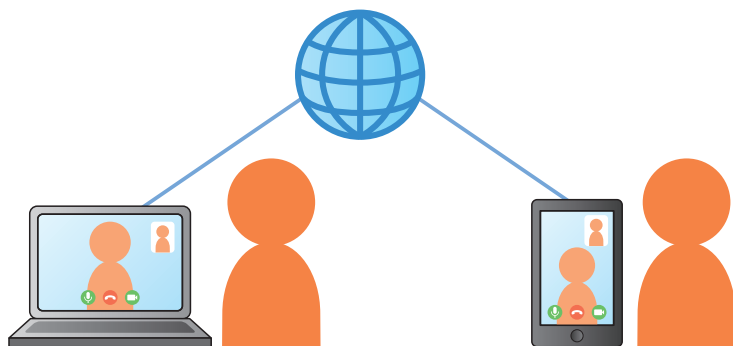
スマートフォンや タブレットで始めるビデオ会議

リモートワークでもっとも利用されているのがビデオ会議です。リモート会議とも呼ばれ、パソコンだけでなくスマートフォンやタブレットでも可能です。スマートフォンやタブレットなら、どこにいても会議を開催・参加できるメリットがあります。

スマートフォンで行うビデオ会議

パソコンやスマートフォンを使い、離れた場所にいるユーザーがオンライン上で集まり、会話や会議を行うことを、リモート会議、オンライン会議、あるいはテレビ会議などと呼んでいます。本書ではこれを「ビデオ会議」と総称します。新型コロナウイルスによってリモートワークが一般にも普及してきましたが、このリモートワークのなかでも最も利用されているのが、ビデオ会議です。

このビデオ会議は、パソコンで行うのが一般的ですが、スマートフォンでもアプリを利用して参加できます。



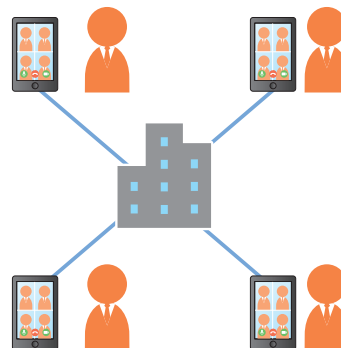
Memo

ビデオ会議のスマートフォンとパソコンとの違い

スマートフォンでビデオ会議を行うためには、スマートフォンのOS（オペレーティングシステム）に合ったアプリケーションが必要です。同じビデオ会議のアプリでも、パソコンで表示される画面とスマートフォンで表示される画面は異なり、操作も異なっています。

スマートフォンならではのメリット

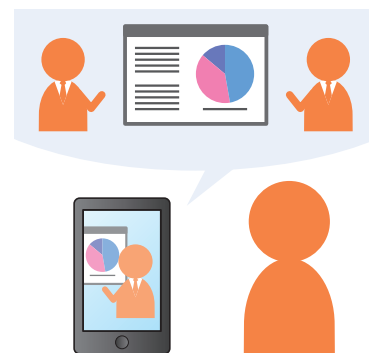
スマートフォンやタブレットでビデオ会議に参加する大きなメリットは、場所を選ばない点です。自宅からパソコンでビデオ会議に参加しようとする、高速なインターネットに接続していることが必要になりますが、スマートフォンならモバイル回線でインターネットに接続しているため、インターネットに接続するといった操作そのものが不要です。また、スマートフォンにビデオ会議用のアプリをインストールし、これを利用するだけです。パソコンより手軽にビデオ会議が行えます。パソコンの操作に不慣れだったり、インターネット接続環境が整っていなかったり、会社や自宅以外の場所、出張先などでもビデオ会議に参加したいといったケースでは、スマートフォンのほうがメリットが大きいのです。



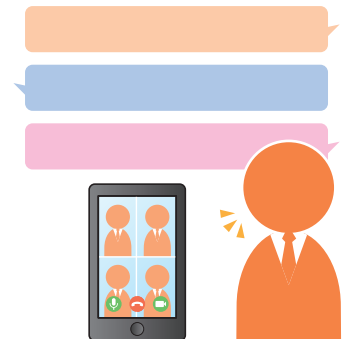
会社の打ち合わせや会議もどこにいても参加できます。



セミナーや授業もビデオ会議で行われることが多くなっています。



企業のイベントや製品発表会などどこからでも参加できます。



友人や同僚とのコミュニケーションにビデオ会議が活用できます。

ビデオ会議アプリの特徴と機能比較

スマートフォンで行うビデオ会議に参加するには、会議の主催者と同じアプリを利用する必要があります。スマートフォンで利用できるビデオ会議のアプリはいくつかありますが、ZoomとMicrosoft Teamsがよく利用されています。



ビデオ会議アプリの特徴

● Zoom

Zoomは、Zoom Video Communicationsが提供しているビデオ会議アプリで、リモート会議やビデオ会議でもっとも利用者が多いアプリです。無料で同時に100人まで会議に参加でき、40分間のビデオ会議が行えます。バーチャル背景やホワイトボードなども利用でき、会議の録画も可能です。

● Microsoft Teams

Microsoft Teamsは、Microsoftが提供する「Microsoft 365」に含まれるコミュニケーションツールです。Microsoft 365を契約していなくても使える無料版も提供されており、最大100人、60分までのビデオ会議が行えます。

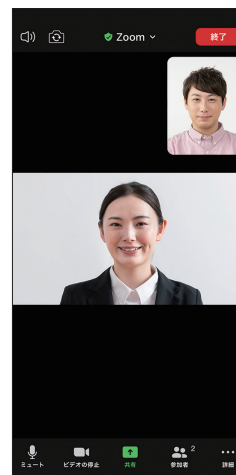
● そのほかのアプリ

現在、ZoomとMicrosoft Teamsが2大ビデオ会議アプリですが、他にもGoogleが提供しているGoogle Meet、メッセージングサービスのLINEが提供しているLINEミーティング、メタ・プラットフォームズ（旧Facebook）のメッセージングサービスの一部として提供されているMessenger Roomsなどのビデオ会議アプリがあります。

Memo

ビデオ会議に参加するには主催者と同じアプリを使用する

ビデオ会議に参加するには、主催者が使用するアプリと同じアプリを使用する必要があります。Zoomを利用して開催されたビデオ会議には、Zoomで参加し、Microsoft Teamsで開催されたビデオ会議には、Microsoft Teamsで参加する、といった具合です。そのため、複数のビデオ会議アプリを使い分ける必要があります。



ビデオ会議ではもっとも利用者が多いZoom



Microsoftが提供するMicrosoft Teams

● 主なビデオ会議アプリの特徴と機能比較（無料版）

アプリ名	同時参加数	制限時間	特徴
Zoom	100人	40分	無料版では最長40分。バーチャル背景、グループチャット、ホワイトボード、音声・動画の録画機能あり。アカウント登録せずに参加することも可能。回線状況を見ながら通信を最適化しているため、安定して使える。
Microsoft Teams	100人	60分	無料版では最長60分。ファイルの共有、ホワイトボード機能あり。Microsoftアカウントで参加できる。有料版はMicrosoft 365のツールの1つとして使えるため、Word、ExcelなどOffice製品とシームレスに連携し、共同編集も可能。
Google Meet	100人	60分	Googleアカウントで参加できるビデオ会議アプリ。音声の自動字幕起こしや会議の録画機能もある。
LINE ミーティング	500人	無制限	LINEアカウントで参加できるビデオ会議アプリ。背景設定や顔エフェクト機能などもあり、参加者同士でトークをしたりファイルを送信したりすることもできる。
Messenger Rooms	50人	無制限	メタ・プラットフォームズ（旧Facebook）が提供するビデオ会議アプリ。360度バーチャル背景やエフェクトといった機能もある。



ビデオ会議に参加しよう

Zoomでは、主催者から招待された会議に参加することができます。ここでは、主催者からURL（ミーティングURL）やID（ミーティングID）を教えてもらって会議に参加する方法を説明します。

ミーティングURLをタップしてビデオ会議に参加する

Zoomのビデオ会議の参加方法は、大きくわけて以下の2つがあります。

- ・ビデオ会議の主催者からメールで送られてきたミーティングURLをタップする
- ・ビデオ会議の主催者から教えてもらったミーティングIDをアプリ上で入力する

なお、Zoomのビデオ会議は、Zoomのアカウントを登録していなくても参加可能です。また、ミーティングURLやミーティングIDがわかっている場合は、誰でも参加できます。

- 1 メールなどの招待状に書かれているビデオ会議のミーティングURLをタップします。



- 2 「Zoom Cloud Meetings」アプリが起動し、指定されているビデオ会議に自動的に参加できます。図のような画面が表示されたら、カメラを使用する場合は「ビデオ付きで参加」を、カメラを使わない場合は「ビデオなしで参加」をタップします。



- 3 図のような画面が表示された場合は、主催者が参加が承認すると、ビデオ会議の画面が表示されます。

まもなくホストがミーティングへの参加を許可します
岩男 堅岡の Zoom ミーティング

ミーティングIDを入力してビデオ会議に参加する

- 1 「ZOOM Cloud Meetings」アプリを起動し、トップ画面で「ミーティングに参加する」をタップするか、「ミーティング&チャット」画面で「参加」をタップします。



- 2 ミーティングIDを入力し、ビデオ会議に表示される自分の名前を入力して、「参加」をタップします。



- 3 ビデオ会議にパスコードが設定されている場合はパスコードを入力し、「続行」をタップします。



- 4 P.38手順②～③を参考に操作を行うと、ビデオ会議の画面が表示されます。

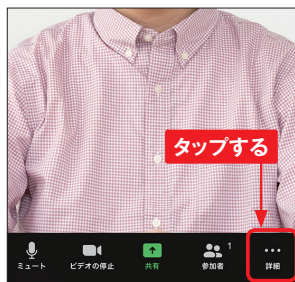


バーチャル背景や フィルターを設定しよう

Zoomでは、カメラがオンになっていれば、カメラで撮影している部分がビデオとして画面に表示されます。通常は自分の顔が映っているでしょう。その自分の背景を実際の背景ではなく別の画像などと合わせて合成することができます。

バーチャル背景を設定する

- ① ビデオ会議の画面をタップし、[詳細]をタップします。



- ② [背景とエフェクト] (Androidでは[背景とフィルター]) をタップします。なお、古い機種やスペックの低い機種ではメニューが表示されないの、その場合はバーチャル背景やエフェクトは利用できません。



- ③ [背景] をタップし、設定したい画像をタップすると、バーチャル背景が合成表示されます。プレビュー画面を確認して、問題なければ [X] をタップします。



Memo

背景を追加する

別の背景を利用したいときは、手順③の画面で[+]をタップし、スマートフォンに保存されている写真や画像を指定します。

フィルターを設定する

- ① 表示されるビデオにフィルターを追加することもできます。P.54手順③の画面で[フィルター]をタップし、設定したいフィルターをタップします。

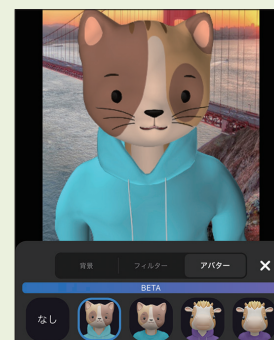


- ② 設定したフィルターが、ビデオ上に表示されます。フィルターによっては映っている顔の一部を隠したり、フレームを表示させたりすることもできます。



Memo フィルターの移動とアバター

設定したフィルターは、自分の動きに合わせて動いたりもします。また、iPhone/iPad版では自分の代わりにキャラクターを表示するアバターが利用できます。



Memo きれいに背景に溶け込むには

バーチャル背景を設定すると、設定した背景や画像によっては、顔や髪の毛の輪郭がぼやけたり光ったりすることがあります。バーチャル背景にきれいに溶け込ませるには、グリーンバックやクロマキーと呼ばれる緑色の布などを利用するとよいでしょう。ブルーの布などでも代用できます。

参加者を招待しよう

ビデオ会議のスケジュールを設定したり、即座に会議を開催しても、会議の参加者はまだ自分だけです。会議を行うためには、参加者を招待する必要があります。参加者の招待にも、いくつかの方法があります。ここでは場面ごとに解説します。

ビデオ会議が始まる前に参加者を招待する

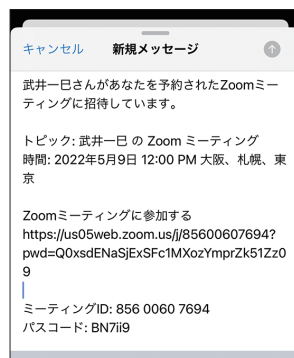
- ① Sec.21を参考にビデオ会議を予約し、P.63手順②の「ミーティングの詳細」画面で「予定参加者の追加」(Androidでは「招待」)をタップします。



- ② 招待方法の選択画面が表示されるので、ここでは「クリップボードにコピー」をタップします。



- ③ 招待状のテキストがコピーされます。メールやSNSの投稿画面などにペーストして投稿すれば、ビデオ会議の告知が行えます。



Memo SNSへのアップロードに注意

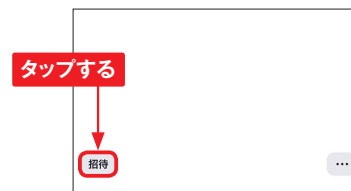
招待状には、ビデオ会議の日時やリンク (URL)、ミーティングID、パスコードが記載されています。これらを知っていれば、誰でもビデオ会議に参加できてしまいます。SNSなどで告知するときには、この点に注意してください。

ビデオ会議中に参加者を招待する

- ① ビデオ会議の画面をタップし、「参加者」をタップします。



- ② 参加者の一覧が表示されるので、画面左下の「招待」をタップします。



Memo 招待に利用できるツール

P.64手順②やP.65手順③で表示される招待方法の選択画面は、スマートフォンにインストールされているアプリによって異なります。MessengerやGmailのほか、Zoomに登録している連絡先なども利用できます。

- ③ 招待方法の選択画面が表示されるので、ここでは「メールの送信」をタップします。



- ④ メール の作成画面が表示され、本文に会議に参加するために必要な内容が書かれています。招待したい相手のメールアドレスを入力し、送信アイコンをタップすれば、招待メールが送信されます。



Memo ミーティングIDやパスワードを表示する

ビデオ会議のミーティングIDやパスワードといった情報は、ビデオ画面をタップし、上部中央の「Zoom」をタップすることでも表示されます。招待メールなどには、このビデオ会議の情報と同じ内容が入力されています。

ビデオ会議に参加しよう

Microsoft Teamsのビデオ会議に参加するには、会議のリンクをタップするなどいくつかの方法があります。なお、Microsoft Teamsにはビデオ会議のリンク（URL）がなく、ZoomのミーティングIDのようなビデオ会議のコードはありません。

リンクでビデオ会議に参加する

- ① メールなどで送られてきたビデオ会議のリンクをタップします。



- ② 「Microsoft Teams」アプリが起動するので、カメラ、マイク、スピーカのオン／オフの設定を行い、[今すぐ参加] をタップします。



- ③ ロビー（待機室）に移動します。



- ④ 主催者が参加を許可すると、ビデオ会議の画面が表示されます。

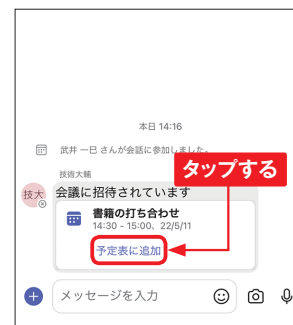


予定表からビデオ会議に参加する

- ① 会議主催者がビデオ会議の予定を作成し、自分が参加者に追加されると、チャットにビデオ会議の予定が表示されます。[チャット] をタップし、会議名をタップします。



- ② 「会議に招待されています」の[予定表に追加] をタップします。



- ③ ビデオ会議の予定が予定表に追加されます。[その他] をタップし、[カレンダー] をタップします。



- ④ 予定されたビデオ会議が表示されます。会議の時刻になったら[参加] をタップし、P.88手順②以降を参考にビデオ会議に参加します。



バーチャル背景を設定しよう

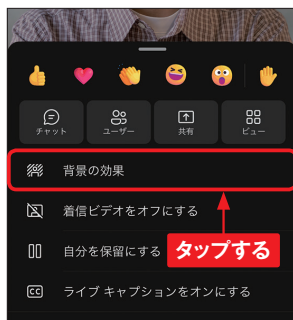
Microsoft Teamsでは、自分が映っているビデオの背景を変更できます。背景に部屋の様子が映るのが心配だったり、背後に会社のロゴを表示したい、といったときは背景そのものをバーチャル背景や用意したロゴなどに変更するとよいでしょう。

背景を変更する

- ① 画面下の [...] をタップします。



- ② [背景の効果] もしくは [背景の変更] をタップします。



- ③ 設定したい背景をタップし、[完了] (Androidでは [×]) をタップします。



- ④ 背景が変更されます。



ビデオ会議が始まる前に背景を変更する

- ① P.88手順②の画面で [背景の効果] もしくは [背景を変更] をタップします。



- ② 設定したい背景をタップし、[完了] (Androidでは [×]) をタップします。



- ③ [今すぐ参加] をタップしてビデオ会議に参加すると、背景が変更されます。



Memo

背景を追加する

独自の背景を追加したい場合は、P.104手順③やP.105手順②の画面で [+] をタップし、設定したい写真や画像、ロゴなどをタップして選択します。



ビデオ会議を開こう

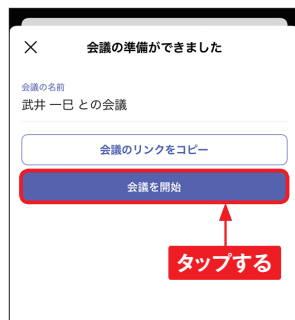
「Microsoft Teams」アプリでビデオ会議を開催するには、「会議」画面で「今すぐ会議」をタップします。そのほか、「チャット」画面からビデオ会議を開催したり、組織で使用している場合はチャンネルから開催したりすることもできます。

すばやくビデオ会議を開催する

- ① 画面下の「会議」をタップし、「今すぐ会議」をタップします。



- ② 「会議を開始」をタップします。



- ③ ビデオ会議が開催されます。Sec.46を参考に参加者を招待します。



Memo 会議のリンクをコピー

手順②の画面で「会議のリンクをコピー」をタップすると、クリップボードに会議のリンクがコピーされます。これをメールやSNSなどに貼り付けて送れば、このリンクをタップしたユーザーは会議に参加できます。

「チャット」画面からすばやくビデオ会議を開催する

- ① 画面下の「チャット」をタップし、画面上のビデオ会議アイコンをタップします。
- ② メニューが表示されるので、「会議を開始」をタップするとビデオ会議が始まります。



Memo ビデオ会議の設定を変更する

上の手順②の画面で「○○との会議」をタップするとビデオ会議の名前を修正することができ、「会議のオプション」をタップするとマイクやカメラの許可をオン/オフするなどのビデオ会議の詳細設定が行えます。

チャットの履歴からビデオ会議を開催する

- ① 画面下の「チャット」をタップし、チャットの履歴から開催したいビデオ会議名をタップします。
- ② 「参加」をタップします。



特定の参加者を固定して大きく表示しよう

Microsoft Teamsでは、主催者が特定の参加者を固定して大きく表示する「スポットライト」という機能があります。Sec.36で紹介したピン留め機能とは異なり、主催者と発表者のみが利用でき、全参加者の画面に反映されます。

スポットライトを設定する

- ビデオ会議の開催中にスポットライトを設定したい参加者を長押しします。



- 「全員にスポットライトを設定」をタップします。



- 「スポットライトを設定」をタップします。



- 指定した参加者が大きく固定表示されます。



- 再度手順①の操作を行い、別の参加者を長押しして「スポットライトを追加」をタップします。



- スポットライトを設定する参加者が追加されます。スポットライトを停止したい参加者を長押しします。



- 「スポットライトを終了する」をタップすると、スポットライトの設定が解除されます。



Memo スポットライトを設定した参加者の確認

画面右上の参加者の表示アイコン  をタップすると参加者の一覧が表示され、スポットライトが設定されている参加者にはスポットライトアイコン  が表示されます。



ビデオ会議の接続がうまくいかない場合は？

ビデオ会議を行おうとしても、うまく接続できないことがあります。原因として考えられるのは、Wi-Fiやモバイル回線の不具合です。まずは、それらの接続状況を確認してみましょう。

Wi-Fi接続を確認する

- ステータスバーにWi-Fiのアイコンが表示されていれば、Wi-Fiに接続されています。Wi-Fiに接続されていない場合は、ホーム画面で「設定」をタップします。



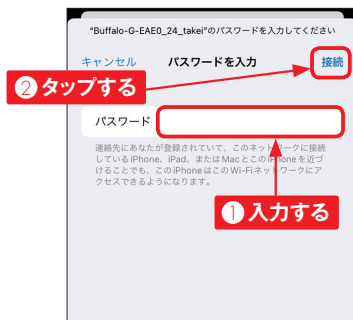
- iPhoneでは「Wi-Fi」をタップします。Androidでは「ネットワーク」とインターネット」などネットワークに関する設定項目をタップします。



- 「Wi-Fi」のスイッチがオフになっている場合は、タップしてオンにします。オンになっていても接続できないときは、表示されているネットワークのなかから利用するネットワークをタップして選択します。

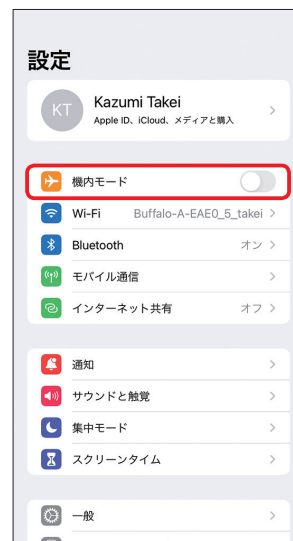


- 利用するWi-Fiのパスワードを入力して、「接続」をタップします。



モバイル回線の接続を確認する

通常、スマートフォンはモバイル回線に接続されているので、Wi-Fiに接続されていなくてもモバイル回線でビデオ会議に参加できます。しかし、電波が弱かったり届かなかったりする場所では、ビデオ会議に参加できないことがあります。また、モバイル回線がオフになっていないか、すべての電波の使用を止める機内モードがオンになっていないか確認してみるとよいでしょう。



機内モードがオンになっていたり、モバイル回線がオフになっていないか確認します。

接続できない理由は複数ある

スマートフォンは通話やデータ通信が行えるよう設定されており、インターネットが利用できるのであれば、ZoomやMicrosoft Teamsでビデオ会議も行えるはずです。そもそも通話やデータ通信が行えない場合は、以下の点も確認してみてください。

- ・SIMカードが正しく装着されているか
- ・Wi-Fiの設定は正しく行われているか

そのほか、接続しているWi-Fiのルーターを再起動してみたり、アプリやOSをアップデートしてみたり、スマートフォンを再起動してみたりするのもよいでしょう。