

仲間と会えない時間もつながるために
「Zoom (ズーム) 交流会」を開いてみよう！

手引きの使い方

趣味や同好会、地域活動で定期的に会っていた仲間。
電話をするほどではないけれど、みんなで顔をあわせて話したい！
会えない時間も、このつながりを大事にしたい！！

そんな想いを実現できるのが、
スマートフォンやパソコン画面から顔をあわせて会話できるテレビ会議、
これが「Zoom (ズーム)」です。

難しそう、うちのメンバーには無理
そんなことはありません。
無線で通信 (Wi-Fi) できるスマートフォンやパソコン、
タブレットを持っている人に限定されますが、
電話などで個別に手助けしていけばつながることができます！
(パソコンにカメラ機能がなくても、音声だけの参加も可能です)

Zoom を使ってみたグループの感想

「久しぶりに家族以外と話せて、気持ちが前を向いた」
「画面に姿が映るので洋服を気にしたり、生活にメリハリがでてきた」
「仲間がマスクを作っていると聞いて、自分もなにかやろうと思った」
「集まれなくなってなにもできないと思っていた、
これでなにかできそう」
「身体が大変になっても、会の仲間とつながり
続けられるとうれしくなった」



■はじめる前の5つのポイントと準備■

- ポイント①：失敗するのは当たり前という気持ちが大事、
みんなで笑い合いながら、やってみてください。
- ポイント②：Zoom を使う知り合いや家族に声をかけて、
まずはあなたが失敗と面白さを体験してください。
- ポイント③：大人数だと喋れない人が出たり司会進行役も大変に、
話し方のペースを知っている3~4人位での交流が疲れません。
- ポイント④：基本的に無料で使えるのは1回40分、
飲み物片手に近況を交換するくらいからはじめましょう。
- ポイント⑤：あなたがZoomに詳しくなる必要はありません、
気軽にわからないことを相談できる人をおきましょう。



■交流会を開催するための手引きの一覧■

・Zoom 交流会の主催者になるための手引き

- [主催者向 1]-[Windows 向] Zoomで初めて主催の方(インストールからミーティング主催)
- [主催者向 2]-[Windows 向] 主催二回目以降の方
- [主催者向 3a]-[android 向] 初めて主催の方(インストールからミーティング開催)
- [主催者向 3i]-[iphone 向] 初めて主催の方(インストールからミーティング開催)
- [主催者向 4a]-[android 向] 主催二回目以降の方
- [主催者向 4i][iphone 向] 主催二回目以降の方

・交流会にお誘いする際に相手に渡す手引き

- [参加者向 1]-[windows]Zoomが初めての方(メールからのミーティング参加)
- [参加者向 2]-[windows]Zoomを使ったことがある方(メールからのミーティング参加)
- [参加者向 3]-[スマホ]初めての方(インストールからミーティング参加)
- [参加者向 4]-[スマホ]Zoomを使ったことがある方(アプリからミーティング参加)
- [参加者向 5]-[スマホ]Zoomを使ったことがある方(招待メールからミーティング参加)
- [参加者向 6]-[スマホ]ZOOM音の途切れ対策マニュアル

■では、はじめてみましょう■

お茶会や懇談会からグループの打合せでも、基本的な流れは一緒です。

詳しい人に手引き一式を事前に渡しておき、わからないことが起きた時は、手引きのページや番号を知らせながら相談してください。

まずは肩の力を抜いて深呼吸。

みんなで Zoom で盛り上がることを想像してください！

- 手順 1 グループの仲間で LINE（ライン）などを使っていたり、これまでメールでやり取りしてきた相手を 2～3 名思い浮かべてください。
- 手順 2 一番有望な方に、電話かメールで「ワタシもできたのだから、まずはやってみない？」と楽しさを前面に誘ってください。
- 手順 3 前向きな返事が返ってきたら、空いている時間を聞き、交流会を開催する時間を決めて下さい。

次に相手の端末（スマートフォン／パソコン／タブレット、Zoom が初めて／やったことがある 等）にあった【参加者向け】手引きを渡してください。

- 手順 4 あなたにあった【主催者向け】手引きを確認しながら、Zoom を開き、開催する日時で「ミーティング」を開設してください。

主催者になるのは、パソコンの方が操作はラクといわれています。

- 手順 5 あなたから相手にメールや LINEなどで「招待」を送り、電話と一緒に【参加者向け】手引きを追いかけながら手順を確認してください。
- 手順 6 相手とあなたの二人で Zoom 交流会を楽しんだ後は、手順 1 で思い浮かべたなかで 2 番目に有望な方に手順 2 からの流れを繰り返し、Zoom 仲間を増やしていきます。
- 手順 7 参加者が 3～4 名まで増えたら、みんなで Zoom〇〇会（お茶会、歴史研究会、懇談会など）を開催してください。

企画・監修／公益財団法人 ダイヤ高齢社会研究財団 澤岡詩野

制作／teraya 工房 改変禁止 再配布可

※お使いのソフトウェアや OS のバージョンにより内容が適さない場合があります

