



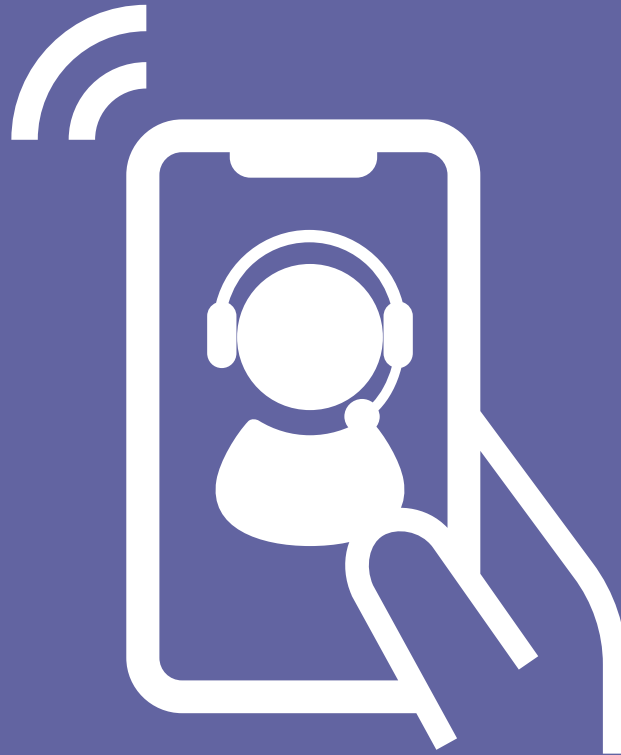
オンライン相談マニュアル

目次	p.1
オンライン面談の進め方	p.2
スマホで行う場合	p.3～9
パソコンで行う場合	p.10～16
Q&A	p.17～18

オンライン相談の進め方

- ネット回線、スマホやタブレット、パソコン環境によってイヤホン、（パソコンにカメラがついてない場合）Webカメラをご用意ください。
- オンライン相談は通常面談と同様に50分間です。
- オンライン面談は相談者1名、相談員2名体制で行います。
- スマホの場合、相談前日までにMicrosoft Teamsアプリをインストールをしてください。
- 個人情報の取り扱いは、当法人（NPO法人育て上げネット）の個人情報保護方針に準じます。 <https://www.sodateage.net/privacy/#kojin>
- インターネット電話サービス及びシステムの障害、国内外の政治情勢・自然災害等、提供するサーバー等の障害またはその他やむを得ない事由により当サービスの提供が困難な場合、予告なしに当サービスを中断することがあります。

スマホで相談

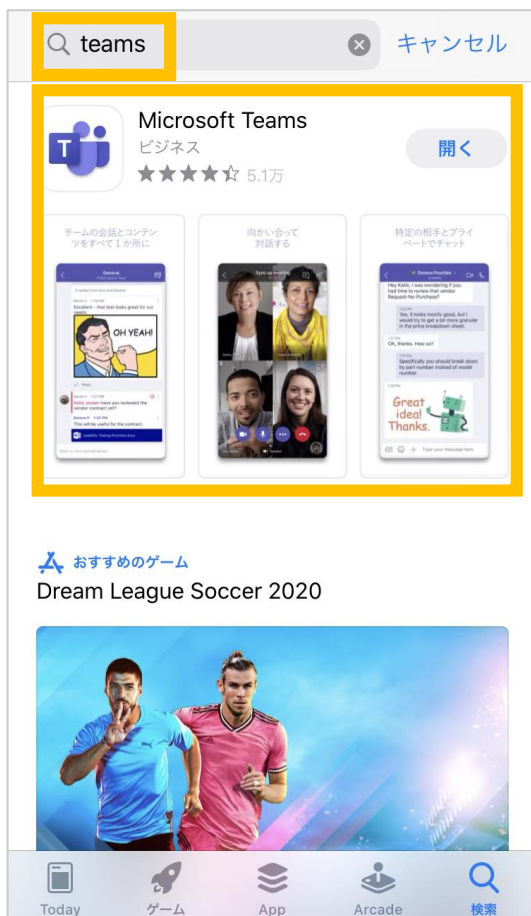


オンライン相談の手順【スマホ版】

前日までの準備

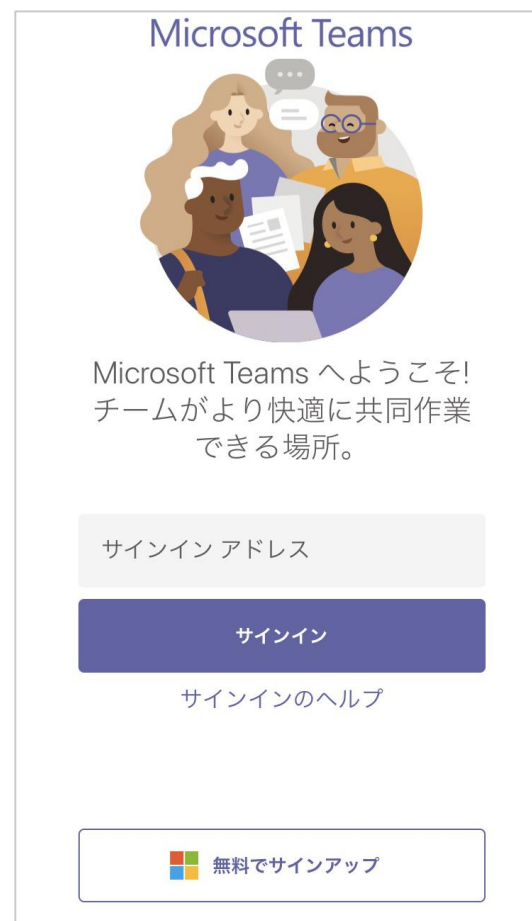
01

Microsoft Teams アプリを
インストールする



02

アプリを起動する
ここまででOK



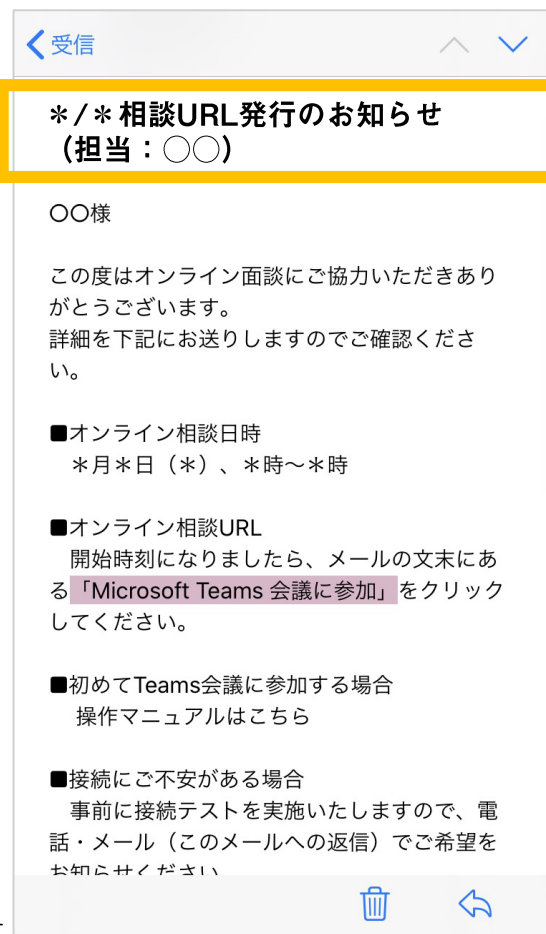
準備
完了

オンライン相談の手順【スマホ版】

面談当日

01

サポステからの
メールを開く



※メールの件名や内容は
若干異なる場合があります。

02

一番下までスクロールし、
会議に参加をタップする



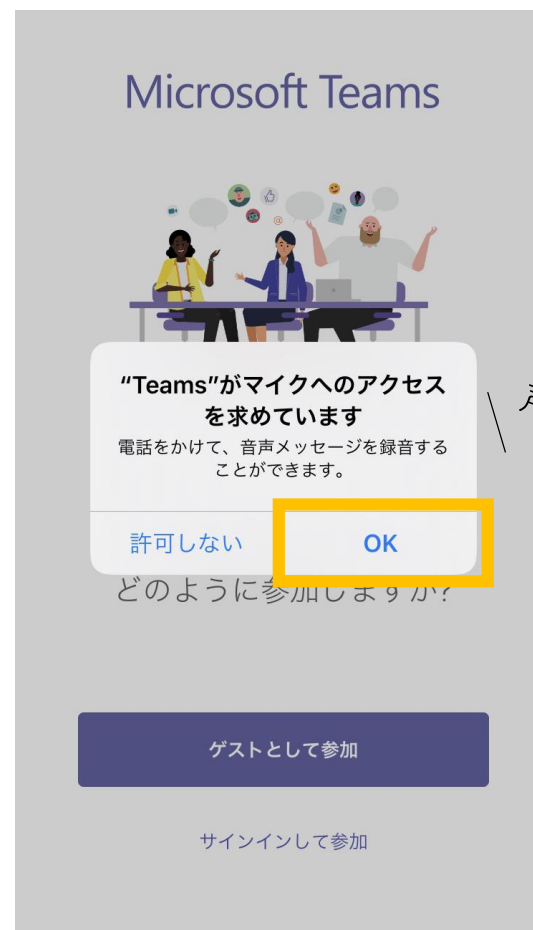
オンライン相談の手順【スマホ版】

面談当日

03 「ゲストとして参加」をタップ



04 マイクへのアクセスは「OK」をタップ



オンライン相談の手順【スマホ版】

面談当日

05 名前をフルネームで
入力してください

06 招待されるのを待ちます

<



自分の名前を入力し、[会議に参加] を選択します。

さとうはなこ

会議に参加

* 全角で入力できない場合は、
半角ローマ字で入力してください。

名前をフルネームで！

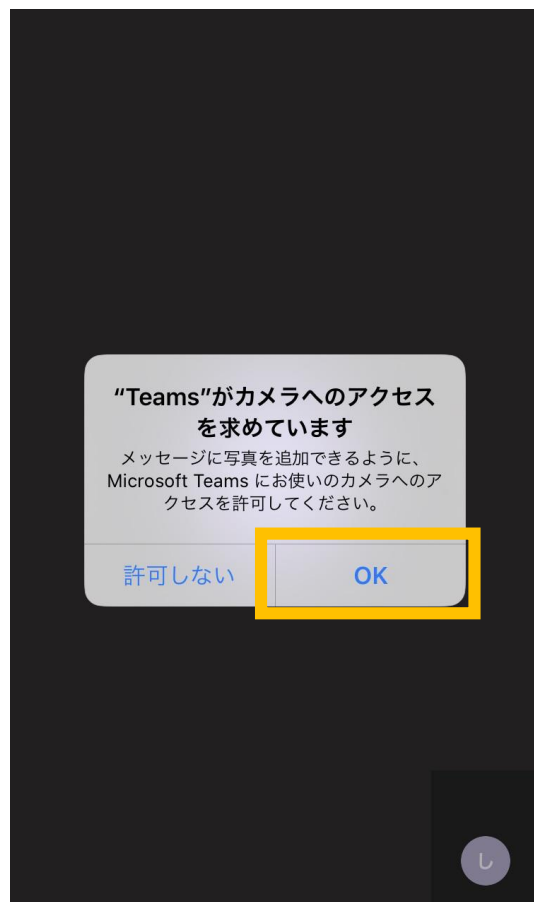


オンライン相談の手順【スマホ版】

面談当日

07

カメラへのアクセスも
「OK」にします



顔を
見て話
ができます！

08

相談スタート！

お部屋の中が気になる場合は、
壁側での通話がおススメ！



カメラがONに
できない時は、
一度Teamsを落として、
再度試して
みてください！

←相手は大きく

←自分は小さく

全部ONに！

オンライン相談の手順【スマホ版】

面談当日

09 | 通話を終了します



＼お疲れさまでした！／

パソコンで相談

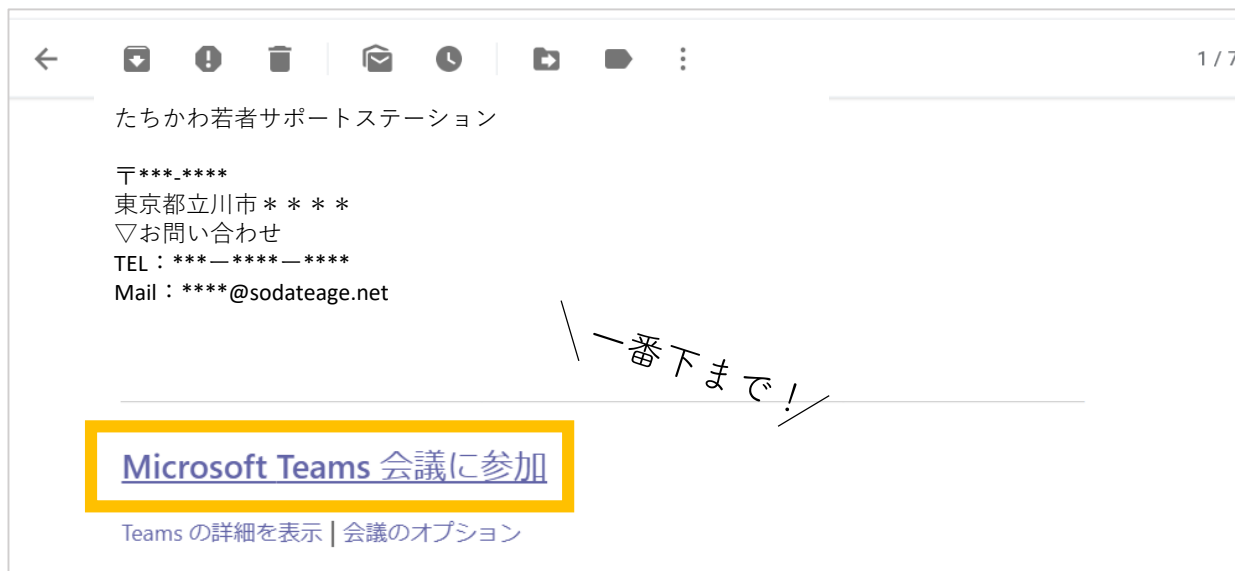


オンライン相談の手順【パソコン版】

前日までの準備

01

サポステからのメールを開いて一番下までスクロールし、
Join Microsoft Teams Meeting をクリックする。



※メールの件名や内容は
若干異なる場合があります。

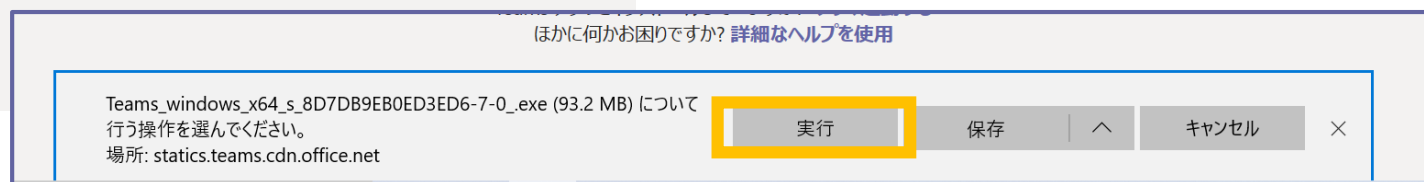
オンライン相談の手順【パソコン版】

前日までの準備

02 「Windowsアプリをダウンロード」をクリック



03 「実行」をクリック



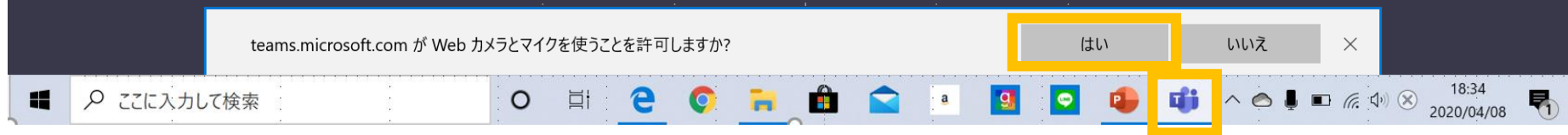
オンライン相談の手順【パソコン版】

前日までの準備

03

「Webカメラとマイクを使うことを許可しますか？」を「はい」にします。

「はい」をクリックすると、他の人が
会議中にあなたの顔を見たり声を聞
いたりすることができます。



＼アプリをインストールしたのでココに表示されます！／

準備
完了

オンライン相談の手順【パソコン版】

面談当日

＼ 前日までの準備と同じ！ ／

01

サポステからのメールを開いて一番下までスクロールし、
Join Microsoft Teams Meeting をクリックする。



一番下まで！
[Microsoft Teams 会議に参加](#)

Teams の詳細を表示 | 会議のオプション

02

名前をフルネームで入力して、
「今すぐ参加」
カメラとマイクはON!



オンライン相談の手順【パソコン版】

面談当日

03 背景効果を適用し、相談スタート！（表示しなくてもOK）



The screenshot shows a video conferencing interface. A menu is open, displaying various settings. The option '背景効果を表示する' (Show background effects) is highlighted with a yellow box. An arrow points from this option to a separate window titled '背景の設定' (Background settings). This window displays a grid of background options, including a 'ぼかし' (Blur) option, several indoor room scenes, and colorful balloon patterns. The main interface also shows a toolbar at the bottom with icons for video, audio, chat, and other functions. A yellow box highlights the 'More options' icon (three dots) in the toolbar.

背景の設定

背景効果を表示する

ぼかし

リゾート

綺麗な部屋

01:04

* パソコンによっては背景効果機能が
使えない場合があります。
お部屋の中が気になる方は壁側
での通話がおススメです！

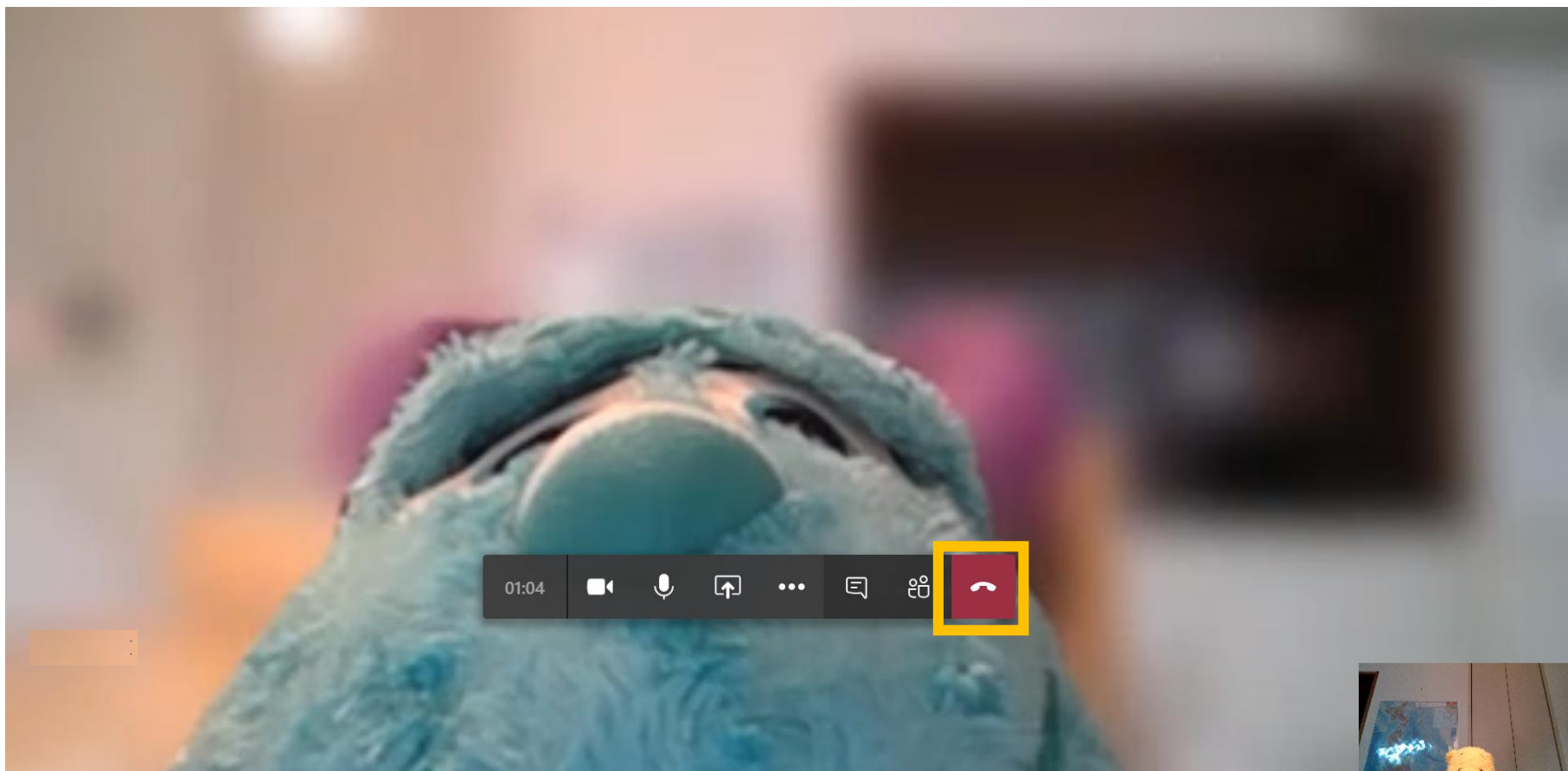
オンライン相談の手順【パソコン版】

面談当日

04

相談が終わったら通話を切ります。

＼ お疲れさまでした！ ／



Q & A

オンライン相談のQ&A

Q. 顔を映したくありません。どうしたらいいですか？

A. お顔を見てお話したいので、できればカメラをオンにさせていただきたいですが、どうしてもという方はスタッフに相談してみてください。

Q. イヤホンにした方がいいですか？

A. どちらでも大丈夫ですが、ある方はイヤホンの方が話しやすいです！

Q. 当日うまく繋がるか不安です。

A. テスト接続ができるので、事前にお電話かメールでご連絡ください。

Q. 当日繋がらなかったらどうしたら良いですか？

A. お電話かメールでご連絡ください。サポート致します。

たちかわ若者サポートステーション

TEL : 042-529-3378

E-mail : info.tachikawa@sodateage.net