


Webex Teams をはじめましょう。

デスクトップ用およびモバイル用アプリはこちらからダウンロードしてください：

<https://www.webex.com/downloads.html>


またはブラウザから Webex Teams にアクセスしてください：teams.webex.com

1 対 1 およびチームにメッセージを送る

1. + アイコン  をタップして、新しい 1 対 1 またはグループのスペースを開始するか、検索バーを使用して既存のスペースを見つけます。
2. テキストエディターでは、太字、ヘッダー、マークダウン記法を使ってメッセージの書式を整えることができます。
3. クリップのアイコンからファイルを添付し、他のメンバーと共有します。
4. スクリーンショットをとってチャットで共有すれば、自分の発言の前後関係を説明できます。



通話する

1. 通話する相手またはグループとのスペースを開きます。
2. 緑色の [通話] / [ミーティング] ボタン  をクリックします。
3. ダイアログが表示されたら [ビデオで開始] を選択します。

通話に加わる

誰かがあなたに通話をかけると、画面右下隅に表示されるポップアップから、「応答」または「拒否」を選択できます。

継続中のコールに参加するには：

ミーティング開始のダイアログが表示されたら [参加] をクリックします

または

緑色のミーティングタイマーをクリックして、メニューから「参加」を選択します。

開始するのにサポートが必要ですか。

help.webex.com をご覧ください


[Webex を今すぐダウンロードしましょう。](#)



Cisco Webex

Webex Teams をはじめましょう。

画面を共有する

ミーティング中にアイコン  をクリックして、**画面共有** または特定の**アプリケーション**を選択します。

自宅勤務時のチェックリスト：

- ☐ ノートパソコンやその他の必要な機器を会社から持ち出す際は、充電器も忘れずに。
- ☐ コンピューターとアプリが最新の状態であることを確認する。
- ☐ 自宅のインターネット接続を念入りに確認し、VPN をアップデートする。
- ☐ 人間工学に合った、快適で生産的な作業場を自宅に用意する。
- ☐ 相手の気を散らすような散乱したものや私物を背景から除く。
- ☐ 窓の方を向いて自然光を浴びるか、電灯を使用して、チームメートがビデオであなたの顔を明瞭に見られるようにする。
- ☐ 音声品質を良くするため、ノイズキャンセリングヘッドフォンまたはヘッドセットを使用する。
- ☐ ストリーミングビデオなど、帯域幅を多く使用する行為は控えるよう家族に注意する。

開始するのにサポートが必要ですか。

help.webex.com をご覧ください

[Webex を今すぐダウンロードしましょう。](#)



Cisco Webex