

リモートワーク時の Webex ベストプラクティス。

Webex は、リアルタイムのビデオ会議、1 対 1 またはチームへのメッセージ送信、ホワイトボード利用、画面とファイルの共有が可能なコラボレーションツールです。スムーズに利用開始するためのヒントをご紹介します。

ビデオをオンにする

ビデオの共有は、はじめは気が進まないかもしれませんが、カメラをオンにしておくことで会話がしやすくなり、同僚と常につながることができます。

背景を確認する

自宅にいる場合、自分の個人的な設営状態を相手と共有するのは信頼関係構築には良い手段ですが、共有するつもりではなかった私物が背景に映り込んでいないかをよく確認しましょう。

カメラの位置

お持ちのウェブカメラがどこにあるかを考え、目の高さにくるよう調節すると自然に見えます。照明も意識しましょう。明るい窓辺にいと、チームメートからあなたの姿がよく見えないことがあります。自然光を採り入れるか、近くに電灯を置きましょう。

自宅で使用するヘッドセット

音声品質を良くするには、ノイズを低減するヘッドセットを使いましょう。マイクが息の音を拾うのを避けるために、マイクが（口の前ではなく）あごの前にくるよう調節しましょう。イヤホン型のヘッドセットはバックグラウンドノイズを多少拾いますが、集中するには有効です。

音声をミュートする

発言していないときは自分の音声をミュートにすると、こちらのバックグラウンドノイズで他のミーティング参加者が気を逸らしてしまうことを避けられます。キーボード入力音、呼吸音、後ろの話し声などは、あなたが思うよりも他の参加者によく聞こえていることがあります。

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