



# かんたんガイドブック

公式サイトはこちら!  
お困りの場合はお問い合わせください



つどエールは、スマートフォンやタブレットを使って、現地で開催されている『集い』に別の場所からでも気軽に参加することができるアプリです。

参加者は、集いを開催する『グループ』の世話役と、つどエールで繋がることによって「感染が気になる」「体調がすぐれない」「現地に行く時間や手段が無い」といった様々な理由のために集いの現地に行けない場合でも、つどエールの映像を通して、集いに参加することができます。

『つどエール』で、好きな場所から『集い』に参加して、さらなる心身の健康を手に入れましょう!



- **集い(つどい)** .....仲間と交流する機会を意味し、集まりやイベント1回1回の機会のことを指します。
- **グループ**.....集いを開催する集団のことを指します。グループに入ることによって「集い」に参加できます。

## アプリを入手する

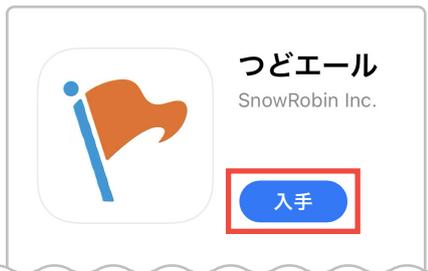
まずは、つどエールアプリをスマートフォンやタブレットに入れましょう!

アプリストアで「つどエール」を検索するか、カメラアプリで下記のQRコードを読み取ります。次に、表示された画面で【入手】または【インストール】をタップして進めてください。



※ タップとは、指先で画面をトンツと軽く叩くことです(機種によって軽く押し込む設定になっている場合もございます)。

iPhone



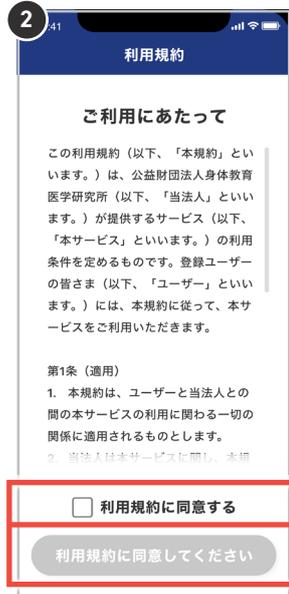
Android (シニア向けスマートフォンを含む)



## 準備を行う



[新規会員登録] をタップします。



利用規約を確認し、問題なければ [利用規約に同意する] をタップします。  
次に、ボタンをタップします。



お名前・生年月日・写真を設定します。  
次に [確定して、はじめる] をタップします。



準備が完了しました！  
※ お名前・写真は後から、わたし画面の [会員情報設定] より変更可能です。

## データ通信量について

- ビデオ通話や動画再生には多くのデータ通信を行うため、Wi-Fi環境でのご利用を推奨します。
- Wi-Fi環境以外でご利用いただく場合、携帯・通信キャリア各社にて通信料が発生します。
- 通信会社とのご契約内容によっては、データ通信量が一定の基準に達した時点で、通信速度制限が行われることがあります。
- なお、発生したデータ通信費用につきましては一切の責任を負いかねます。予めご了承ください。

### 通信量の目安

集いに1時間参加した場合 (※参加人数、通信環境によっても通信量は変わります)

	参加者	主催者
高画質	1.4 GB	1.5 GB
中画質	0.6 GB	0.8 GB
低画質	0.3 GB	0.6 GB

GB=ギガバイト

# 世話役 1-1 ~グループを作成する~

## 世話役になる



[世話役になる] をタップします。

※ この画面は、画面下部の [わたし] をタップすると表示されます。

お名前を確認し、[次へ] をタップします。

世話役用コードを枠内に映します。

※ 世話役用コードとは、団体(自治体など)から発行されるQRコードのことです。

世話役になりました!

[新しいグループを作成する] をタップして、次の **グループを作成する** ② へ進みます。

## グループを作成する



[+作成] をタップします。

※ この画面は、画面下部の [グループ] をタップすると表示されます。

グループ名を入力して、[作成する] をタップします。

※ グループ名は後からグループ管理画面の [グループ名] より変更可能です。

グループを作成しました!

タップすると詳細が確認出来ます。

## 世話役 1-2 ～グループを作成する～

### グループに招待する



招待するグループをタップします。



右下にある [招待] をタップします。



表示された合言葉を招待したい方に教えます。こちらで招待は完了です！

※ 合言葉とは各グループに割り振られたひらがな4文字です。

# 参加者 1 ~グループに入る~

## グループに入る



[グループに入る] をタップします。

※ この画面は、画面下部の【グループ】をタップすると表示されます。

世話役から教えてもらったグループの合言葉を入力し、**【確認】** をタップします。

※ 合言葉…ひらがな4文字

グループを確認したら、**【このグループに入る】** をタップします。

※ **【入らない】** をタップすると、前の画面へ戻ります。

グループに入りました！  
タップすると詳細が確認できます。

## 世話役 2 ～集いを作成する～

### 集いを作成する



集いを作成したいグループをタップします。

画面下部にある [集い作成] をタップします。

詳細を入力して [作成する] をタップします。

※ 備考は入力しなくても作成可能です。

集いが作成されました！  
左の [予約0名] は、現在の参加予約人数です。

### 集いを取り消す



左上の [編集] をタップします。

内容を確認してから、  
[削除する] をタップします。

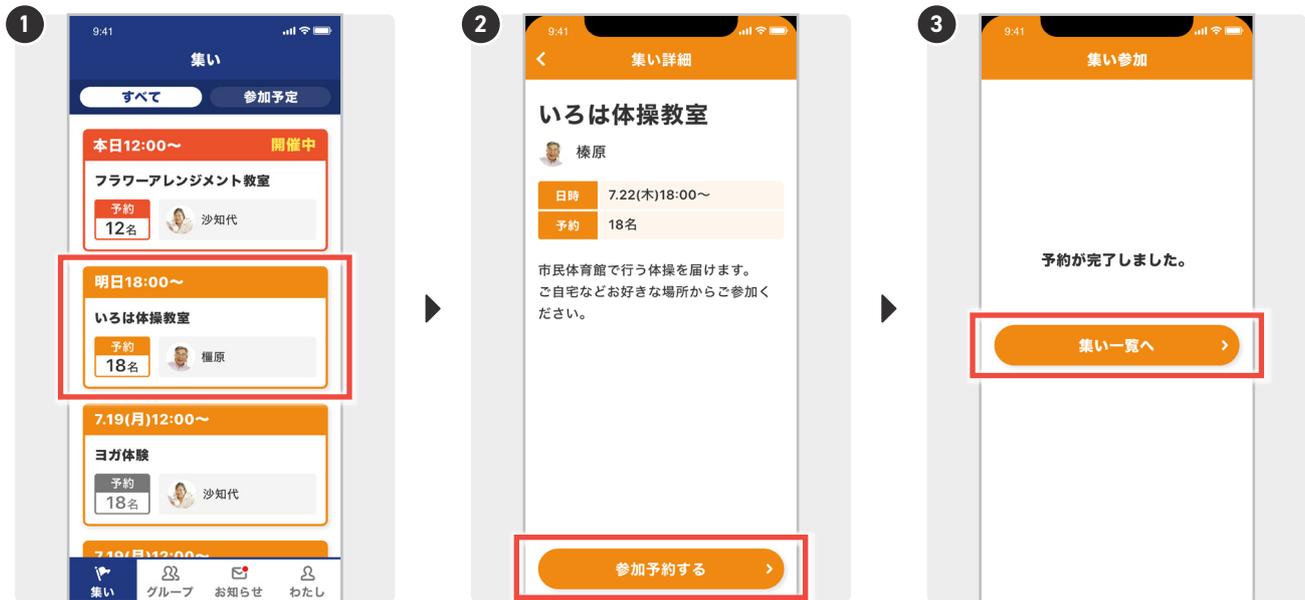
注意事項を確認し、[削除する] をタップします。

集いを削除しました。

## 参加者 2 ～集いを予約する～

### 集いを予約する

集いを予約しておく、始まる時に通知がくるようになります。

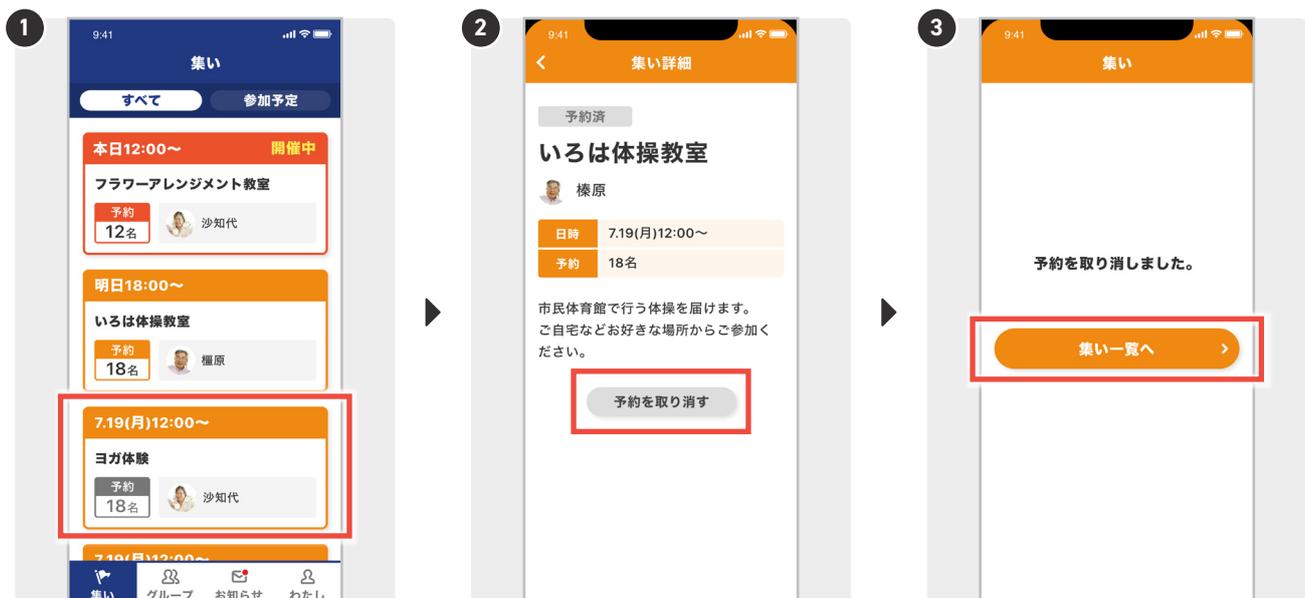


予約したい集いをタップします。

集いの詳細を確認し、[参加予約する]をタップします。

予約が完了しました！

### 集いの予約を取り消す



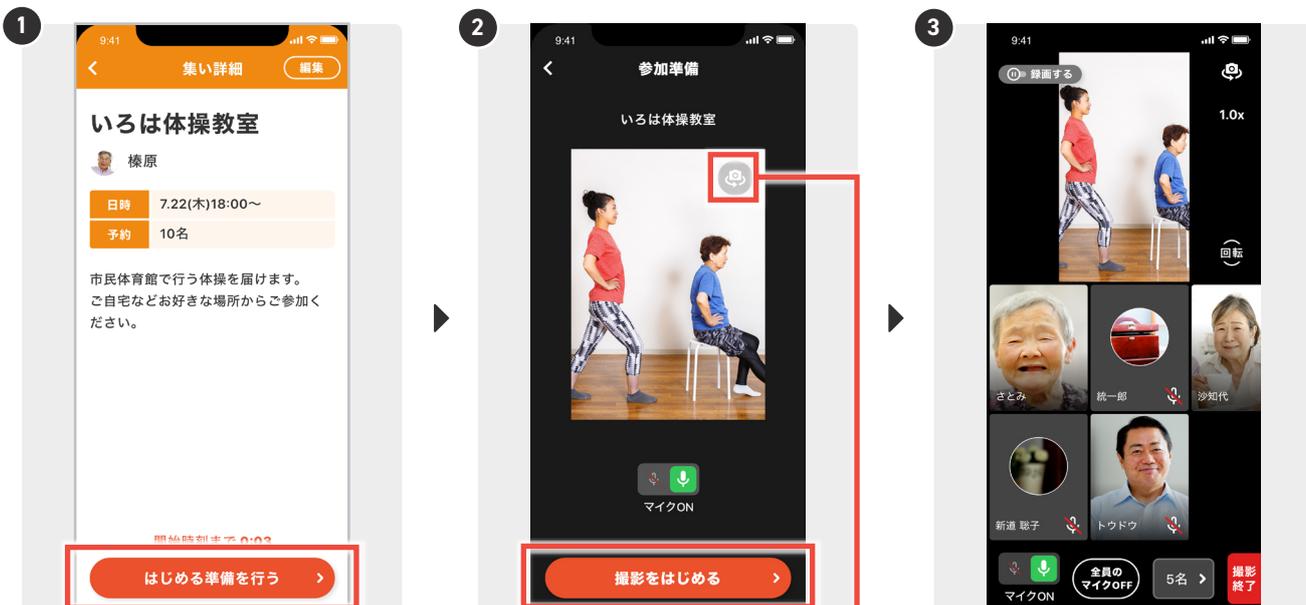
予約を取り消したい集いをタップします。

集いの詳細を確認し、[予約を取り消す]をタップします。

予約の取り消しが完了しました！

## 世話役 3-1 ～集いを開催する～

### 集いを開催する



[はじめる準備を行う] をタップします。

[撮影をはじめる] をタップします。

集いを開催しました！

📷 をタップするごとに、カメラの向きを内側・外側と切り替わられます。

### 参加者に関する操作を行う



参加者全員のマイクをオフにします。

※ 参加者の誰かがマイクをオフにし忘れていたり、こちらの音声のみ届けたい場合などご活用ください。

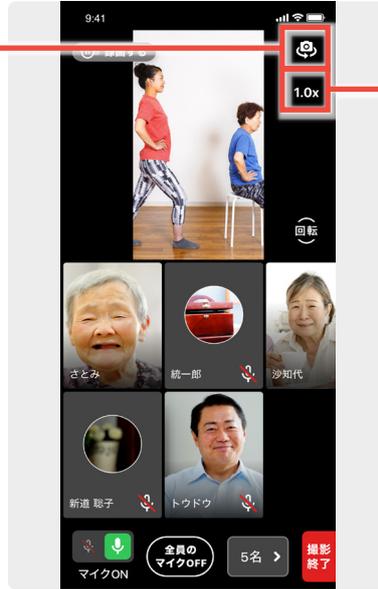
参加者全員を確認することができます。

## 世話役 3-2 ～集いを開催する～

### カメラの向き（内側・外側）を切り替える / 拡大・縮小を調整する

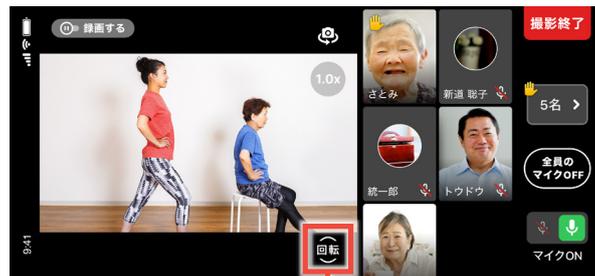


📷 をタップすると、内側のカメラに切り替わります。  
もう一度タップすると、外側に切り替わります。



1.0x をタップすると、撮影する倍率が変わります。  
何度かタップして、好みの倍率に調整しましょう。

### 撮影する角度（縦・横）を切り替える



🔄 をタップすると、横に切り替わります。  
もう一度タップすると、縦に切り替わります。

## 世話役 3-3 ～集いを開催する～

### 録画を開始する

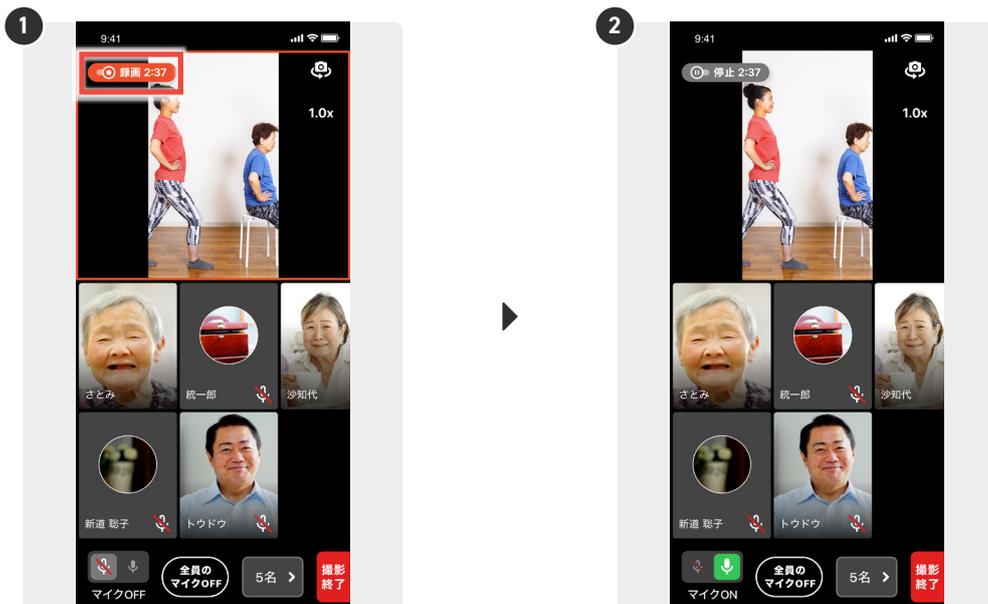


[録画する]をタップします。

注意事項を確認して、[録画開始]をタップします。

録画を開始しました！

### 録画を停止する



[録画]をタップします。

録画を停止しました！  
もう一度タップすると、録画を再開できます。

## 世話役 3-4 ～集いを開催する～

### 集いを終了する



[撮影終了] をタップします。

注意事項を確認して、[撮影終了] をタップします。

撮影を終了しました！

### 集いの動画を公開する



グループ詳細の [動画] をタップします。

動画を公開したい集いをタップします。

[公開する] をタップします。

動画が公開されました！  
タップすると、動画が再生されます。

※ 公開をやめる場合、再生時に [非公開に戻す] をタップします。

# 参加者 3-1 ～集いに参加する～

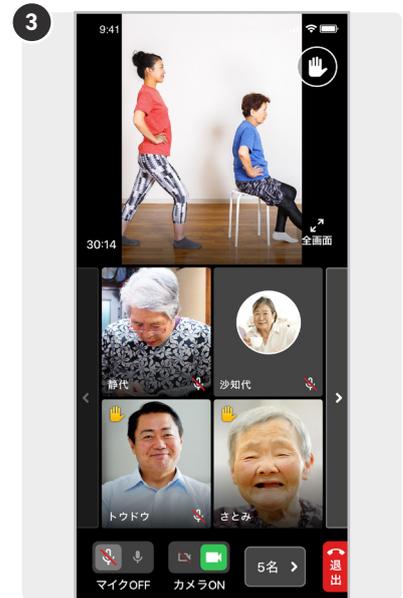
## 集いに参加する



【参加する準備を行う】をタップします。

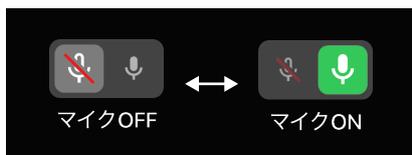


自分のマイク、カメラの状態を確認して【参加する】をタップします。



集いに参加しました！

## 自分のカメラとマイク (ON・OFF) を切り替える / 挙手する



マイクをタップで切り替えて、こちらの音声を相手へ届けるか設定します。



カメラをタップで切り替えて、こちらの映像を相手へ届けるか設定します。



手の挙げ下げをタップで切り替えます。相手へ何かを伝えたい時など、ご自由にご利用ください。

## 参加者 3-2 ～集いに参加する～

### 全画面で見る

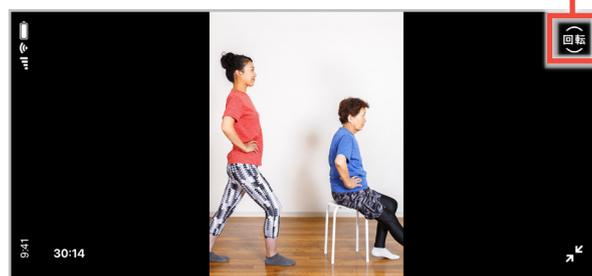


 をタップすると、  
全画面に切り替わります。



切り替わりました。  
 をタップすると、  
全画面が解除されます。

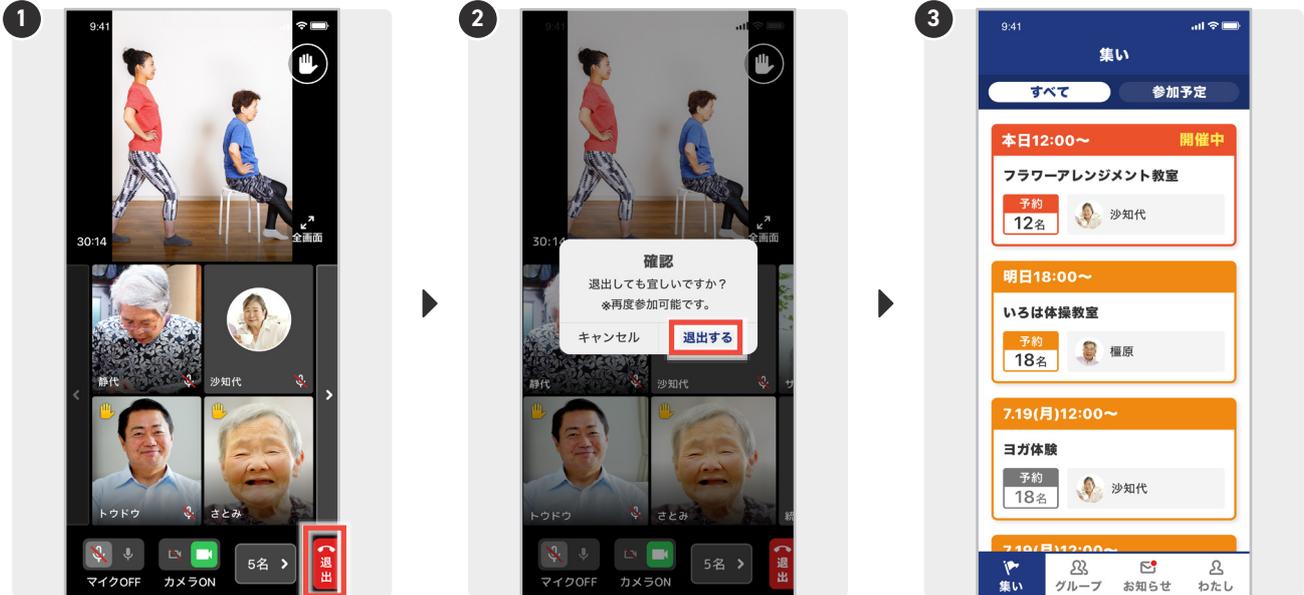
### 全画面で見る角度（縦・横）を切り替える



 をタップすると、横に切り替わります。  
もう一度タップすると、縦に切り替わります。

# 参加者 3-3 ～集いに参加する～

## 集いから退出する



1 [退出] をタップします。

2 確認事項を見て、[退出する] をタップします。

3 退出しました！

※ 集いが継続中の場合、集いをタップすると再度参加できます。

## 集いの動画を視聴する



1 グループ詳細の [動画] をタップします。

2 終了した集いの中で、動画がある集いのみ表示されます。視聴したい集いをタップします。

3 動画をタップします。

4 再生ボタンをタップして動画を再生します。

## 世話役 4-1 ～グループ管理～

### お知らせを配信する



グループの[お知らせ作成]をタップします。



内容を入力して、[配信する]をタップします。



注意事項を確認して、[配信する]をタップします。



お知らせを配信しました！

## 世話役 4-2 ～グループ管理～

### グループの会員を外す



グループ詳細の [管理] をタップします。



[会員一覧] をタップします。



外したい会員をタップします。



[グループから外す] をタップします。



注意事項を確認して、[外す] をタップします。



外しました。

## お知らせを見る



入っているグループなどのお知らせを確認できます。

※ この画面は、画面下部の [お知らせ] をタップすると表示されます。

下にいくほど、過去のお知らせが表示されます。

## グループの会員を見る



グループ詳細の [管理] をタップします。

[会員一覧] をタップします。

会員一覧が表示されました。拡大したい方をタップします。

会員詳細が表示されました。

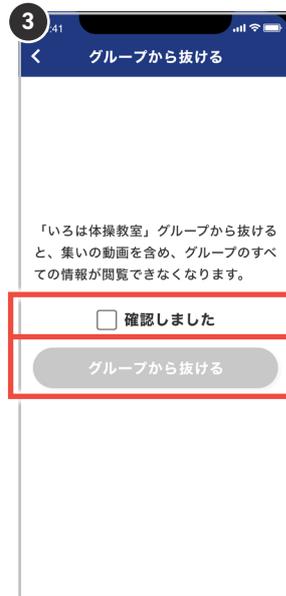
## グループから抜ける



グループ詳細の [管理] をタップします。



[グループから抜ける] をタップします。



注意事項を確認し、問題なければ [確認しました] をタップします。  
次に、ボタンをタップします。



グループから抜けました。

## 参加者 5-1 ～歩数計機能～

つどエールアプリ内の歩数計を使うには、事前の設定が必要になります。

### 歩数計機能を使う iPhone設定



1 **[歩数計機能を使う]** をタップします。  
※ この画面は、画面下部の **[わたし]** をタップすると表示されます。

2 箇所 **[歩数]** をON (緑色) にして、  
右上の **[許可]** をタップします。

3 設定が完了しました！  
過去1週間分の歩数が反映されます。

### 歩数計機能を使う Android設定 1



1 **[歩数計機能を使う]** をタップ  
します。

2 身体活動データへのアクセス  
を **[許可]** をタップします。

3 位置情報を **[正確]** を選択※  
して、**[アプリの使用時のみ]**  
をタップします。  
※端末により無い場合もござ  
います。

4 **[ご利用されているアカウント名]**  
をタップします。

## 歩数計機能を使う Android設定 2

前のページの続きです。



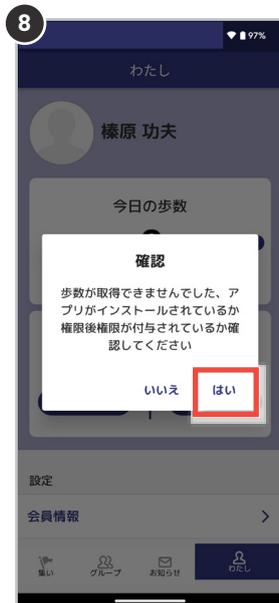
[すべて選択]をタップします。タップすると、下の2項目にチェックがつかます。



下にスクロールして[続行]をタップします。



[今日の歩数]をタップします。



「歩数が取得できませんでした。」という表示が出た場合は、[はい]をタップします。



Google Fitアプリの[インストール]をタップします。



[開く]をタップします。



[ご利用のアカウント名で続行]をタップします。



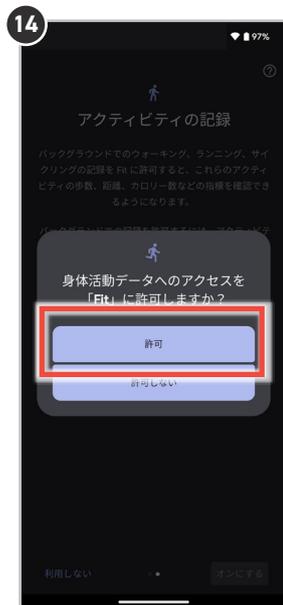
[次へ]をタップします。

## 歩数計機能を使う Android設定 3

前のページの続きです。



[オンにする] をタップします。



[許可] をタップします。



Fitとヘルスコネクを同期するの [始める] をタップします。



[後で] をタップします。



つどエールアプリに戻り、[今日の歩数] をタップします。



歩数計画面が開けば設定完了です。

### 歩数計機能に関するご注意事項

- ご利用の端末の設定および、つどエール以外のアプリの状況等により、設定方法が手順通りではない場合がございます。
- 歩数計の設定が完了した時点では、最大過去7日分の歩数がアプリに表示されるようになります。

## 歩数計機能を使う



[今日の歩数]とグラフが表示されます。

[週]と[月]の表示が切り替わります。月には月間の歩数が確認できます。

1日の平均歩数と、設定した1日の目標歩数を達成した日数が表示され、目標を達成した日にはバッジがつきます。

## 歩数計機能を使う 目標歩数の設定



[設定] をタップします。

目標歩数 [5000歩] をタップします。  
※最初は5000歩が1日の目標歩数に設定されています。

目標にしたい歩数を選択して [確定] をタップすると、設定完了です。

# 参加者 6-1 ～わたしの歩み (年表)～

## わたしの歩み 設定

わたしの歩み機能をご利用いただくには、携帯番号での認証が必要となります。



[これまで>] をタップします。



ご利用中の携帯番号を入力して、  
[確認する] をタップします。



携帯電話のショートメールに届いた、  
4桁の数字を入力します。



SMS認証が完了しました。と表示されれば、登録完了です。  
[次へ] をタップしてください。



[生年月日] を選択し、[確定して、はじめる>] をタップします。



[これまでの歩み]画面がひらきます。  
下にスクロールすると生誕年まで  
遡ることができます。

# 参加者 6-2 ～わたしの歩み(年表)～

## わたしの歩み これまでの歩みを投稿する 1

これまでの出来事を書き残すことができます。これまでの出来事はグループの管理者や世話役の方に共有することもできます。



[これまで>] をタップします。



右下の[+追加] をタップします。



投稿したい[日付] を選択し [内容] 欄に出来事を記入してください。



[写真を追加] から投稿に写真を追加できます。



[写真を撮る]か [アルバムから選択] で端末に保存されている写真をお選びください。



投稿の共有範囲を[非公開] (ご自身の端末のみ) か、参加グループの [世話役/管理者] に共有するかを選択できます。

## 参加者 6-3 ～わたしの歩み(年表)～

### わたしの歩み これまでの歩みを投稿する 2

前のページの続きです。



投稿内容が宜しければ[追加する>]をタップします。



「登録しました」の表示が出ますので[OK]をタップして投稿完了です。



設定した日付の位置に投稿が表示されるようになります。

## 参加者 7 ～わたしの歩み（目標）～

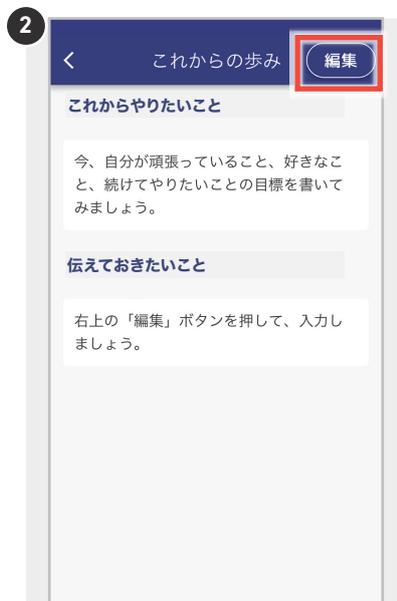
### わたしの歩み これからの歩みを投稿する

これからしたいことを書き残すことができます。登録した内容は、グループの管理者や世話役の方に共有することもできます。

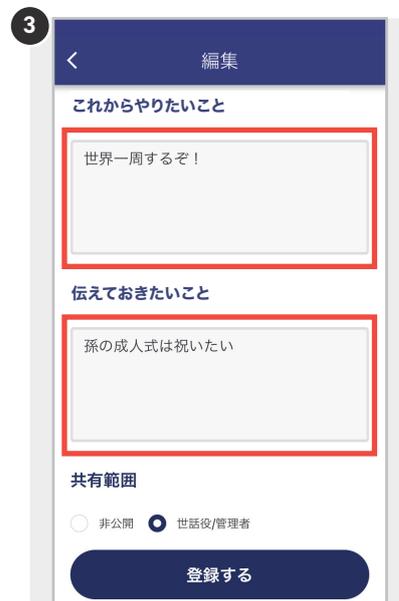


[これから>]をタップします。

※ この画面は、画面下部の[わたし]をタップすると表示されます。



右上の[編集]をタップします。



内容を入力します。

※いずれか1つでも構いません。



投稿内容が宜しければ[共有範囲]を選択して[登録する>]をタップします。



入力した内容が表示されれば投稿完了です。

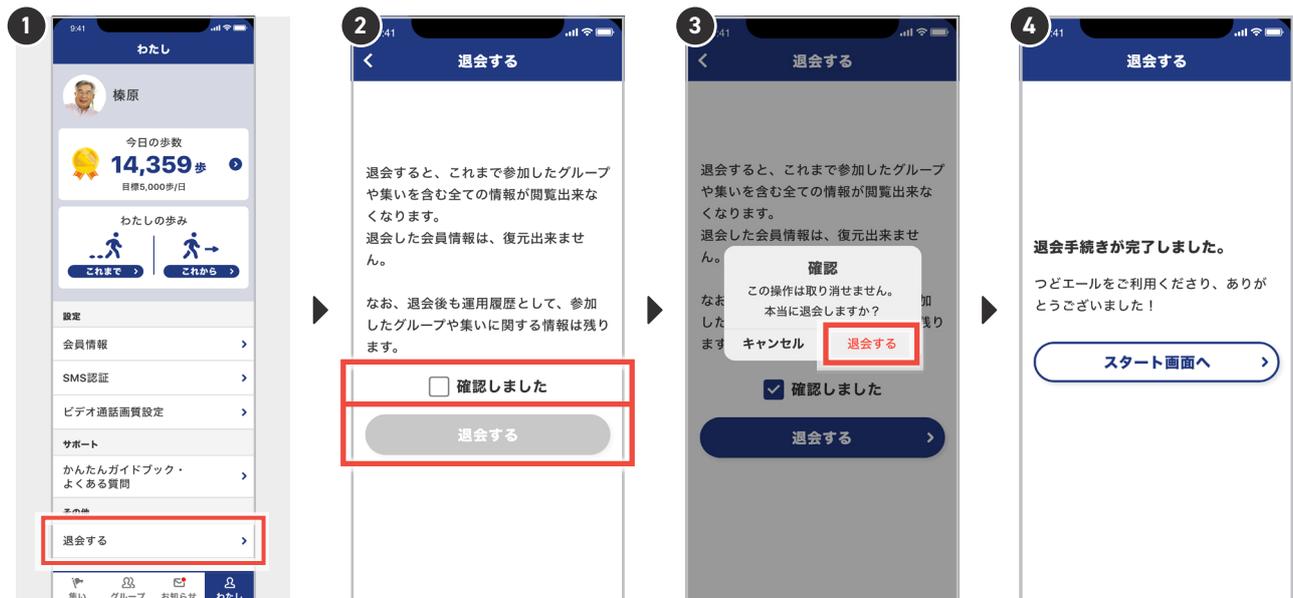
## ビデオ通話の画質を設定する



**[ビデオ通話画質設定]** をタップします。  
 ※ この画面は、画面下部の **[わたし]** をタップ  
 すると表示されます。

ご希望の画質を選択し、設定完了です。

## 退会する



**[退会する]** をタップします。

注意事項を確認し、問題なければ **[確認しました]** をタップ  
 します。  
 次に、ボタンをタップします。

最終確認をして、**[退会する]**  
 をタップします。

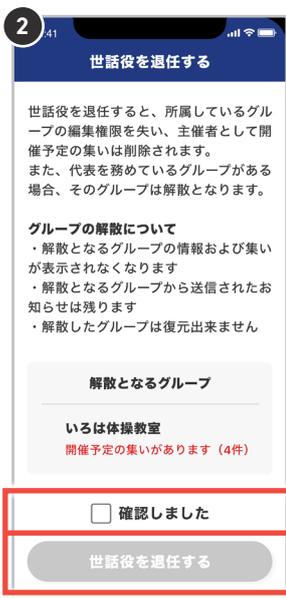
退会しました。

# 世話役 5 ～その他～

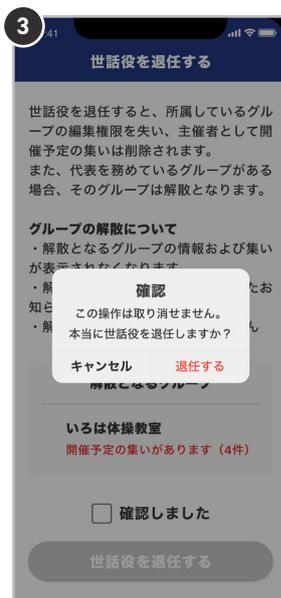
## 世話役を退任する



[世話役を退任する]をタップします。



注意事項を確認し、問題なければ[確認しました]をタップします。  
次に、ボタンをタップします。



最終確認をして、[退任する]をタップします。



世話役を退任しました。