はじめてのスマホ 寺子屋講座







2022年4月版

特定非営利活動法人NPO福祉支援ゆうやけネット

はじめに

スマートフォンは、仕事や生活で欠かせない存在になりつつあります。社会のデジタル化 が地球規模で加速しており、インターネットやデジタル技術を使うことで、豊かな社会が 実現します。

スマートフォンの場合は、だれでも、簡単に操作できることが理想ですが、実際は、基本 操作やアプリなどの使い方、どのようなアプリを使ったら良いか、正しい情報を見つける ことは難しい場合が多いです。特に、インターネット検索で調べていると、正しいことで も営利行為による表現が多く、本当の知りたいことがわかりにくいのが現状です。

本書は、スマホの基本操作とよく使うアプリについて、なるべく無料で安心できるアプリ を紹介しています。

今後、このようなアプリを掲載・紹介して欲しいなどのご要望やご意見は、下記の連絡先 までご一報ください。皆さんのご意見・ご要望を反映した、なるべく実用的でわかりやす いスマホ操作入門書として公開をしていきます。

ご意見・ご要望の連絡先

〒210-0844 神奈川県川崎市川崎区渡田新町 1-4-9-201
特定非営利活動法人 NPO 福祉支援ゆうやけネット
デジタルボランティア・スマホ講座担当
電話: 044-220-1588 Fax: 044-272-9523
ホームページ https://yuuyake.or.jp
電子メール hodota@yuuyake.or.jp



本書の使い方

Android 版と iOS 版の2種類に対応したスマホ基本操作入門テキストです。

使用したスマホの環境は

• Android 版

Android バージョン11 使用機種(モトローラ moto g10)

● iOS 版

iOS バージョン 15.1 使用機種 (iPhone 11)

目	次

本書の	使い方2
概要	
用語の	説明
	ן רק
	テレフト マン
	7 = 1
	ゲノーム
	ロック画面
	$\nabla = 2$
	$t = l^{\prime} l^{\prime} h$
	4 - 7 - 5 - 10
	$\neg \neg \neg \neg \neg \neg - \mu$
	J = J = J
	デフォルト 6
	フォント 6
	$\mathcal{Y} \mathcal{Y} \mathcal{Y}$
	OP コード 6
	V = 1
	7 - 3 - 7
	$M = \Delta (-2)$
	Web 9-1 1、
	JJJJJ Bluetoeth (J) $L = h = -7$
	7/1-2
	ハノリ シンコノト
	$\Box \not \Box \not f \lambda^{\gamma} \cdot \bullet H \lambda^{\gamma} \lambda^{\gamma} $
	 ロノーク・シークーク
	$\sum FX H = 0$ SMS $(3 - 1 - 5)$
	5M3 (フヨードスクピーク)
	クラウドサービフ 8
_ / _	
アイコ	ンの説明
	動画やサウンド機能などで使うアイコン10
基太操	作13
	電源のオフ・強制終了 13
	スクリーンショットを撮る
	フクリーンショットの保友生 16
	ヘックーンショッドの休け元
	文字人力18
	テンキーフリックキーボードの設定
	キーボードの種類19
	テンキーキーボードで入力20
	画面操作

		新しい連絡先の作成	62
		電話をかける	64
		電話番号の登録	65
		お気に入りに追加	67
		電話の詳細設定	68
		便利な設定	69
便利な	機能		70
	インタ	ーネット検索	70
		音声で検索	70
	カメラ		72
		Google レンズ	72
		$QR \supset - F$	74
		バーコード	77
	動画の	再生	78
		YouTube	78
アプリ	の導入。	と削除	79
	ブラウ	ザ Chromo	79
	い スール		80
		Gmail	80
		Yahoo メール	81
	地図		82
		Google Maps	82
	電車の	時刻	83
	天気		84
	<u></u>	tenki.jp 日本気象協会の大気予報専門アプリ	84
	SNS(S	ocial Networking Service)	85 0E
		LINE	05
		l witter	85
		Instagram	86
	動画	立 ヴィーチョー ノーナー	87
			ØØ
	— <u> </u>	ホイスレコーター	89
	フジオ		90
		NULK 4-2 1-2 2-2 2-2 2-2 2-2 2-2 2-2 2-2 2-2 2	90
		民放 ラジコ(radiko)	91

インターネットラジオ	92
オンライン会議	93
Zoom	93
LINE	98
Google Meet	99
健康管理	103
歩数計	103
Windows との連携	105
マイクロソフト Authenticator(認証)	105
ネットの危険性インターネットとは	107 107
	107
厄快は事例	100
よくのる貝向	109
イットショッヒンクについて	109
スマホの基本操作について	111
自費出版について	111
電子メールの使い方	112
Zoom について	112
ヘッドホンやマイクの接続について	112
セキュリティ設定について	112
アプリにつて	113
災 舌 時 に 役 立 つ	114
フラスメッセージ(+メッセージ)	114
従来の無料伝言サービス	115

概要

スマホの基本操作を学びます。Android と iPhone に対応した説明になります。

システム環境:

Android バージョン 11 使用機種(モトローラ moto g10)



iOS バージョン 15.4.1 使用機種 (iPhone 11)



用語の説明

アプリ

スマホで使えるサービスや追加できる機能です。スマホ画面上のアイコンを押すと使えます。 地図、ゲーム、カメラ、LINE などもアプリの1つです

アイコン

アプリや基本設定などの内容を図や絵などでわかりやすく表した、マーク(電話、カメラ、メー ルなど)を指します。1つ1つがアプリというサービス・機能になっていて、押すと開いて利用 できる状態になります

アラーム

特定の時間に音やバイブレータで通知を行う機能のこと

ホーム画面

スマホの待受画面です。ロック解除後に最初に表示される、スマホのベースとなる画面

ロック画面

画面にロックがかかっている状態です。

スマホには、誤動作を防ぐため、およびセキュリティのために、一定時間以上経過するか画面点 灯をオフにすると、画面にロックがかかる機能があります

スリープ

画面が消灯している状態です。電源キーを押すと、ロック画面になります

マナー

電車内などで着信音を鳴らさないようにバイブレータの通知にする設定

キーパット

通話中に数字や記号を入力する画面

インストール

スマホにアプリを取り込んで機能を使用できる状態にすること。

アンインストール

アプリを削除して機能を使用できない状態にすることです。

ダウンロード

スマホにアプリやファイル、写真などのデータを取り込んで保存すること。

デフォルト

スマホやパソコンの用語としては、初期設定値になります。

フォント

パソコンやスマホで使う文字の書体デザインのこと。

Wi-Fi(ワイファイ)

自宅や店舗・施設などのインターネット回線(無線 LAN)に接続する機能です。

QR コード

四角い図形のバーコード。カメラや専用アプリで読み込むとサイトにアクセスできる。「QR」は Quick Response の頭字語、高速読み取りを目的の一つとした、バーコードよりも多くの情報(数 字だと最大 7,089 文字)を盛り込めるコードです。

バーコード

縞模様状の線の太さによって数値や文字を表すコードです。



Wikipedia



ホームページ

インターネット上で情報を公開する仕組みを、ホームページと言います。ホームページのコンテンツ(内容)は、インターネット上に点在する、Web サーバというホームページ公開専用のコン ピュータのなかに保存されています。スマホから、そのスマホに命令を出し、情報を送ってもら うことで、ホームページを見ることができます。



Webサイト

ホームページやそれに類する情報を公開する仕組みを Web サイトともいいます。

ブラウザ

インターネットの情報(ホームページなど)を表示するソフトウェアです。

Bluetooth(ブルートゥース)

無線通信の規格の一つで、スマホや PC などとデジタル機器を繋げるときに使用します。有効範囲は10m以内です。イヤホン、スピーカーなどと接続するときに、接続認識させる方法を「ペアリング」といいます。

スクリーンショット

画面のコピーを撮影する。一般的には PNG ファイルや JPG ファイルの画像データとなります。**画面キャプチャー**とも言います。

タップ

指先でスマホの画面に触れて操作すること。

ログイン・サインイン

サービスなどを利用するときに、ID 番号とパスワードを使って本人確認すること。

二段階認証

本人確認を2回行う方法です。最初にパスワードなどによって認証し、次に紹介するログイン 種類でもう一度認証します。2回目の認証方法は、パスワード、電話番号(携帯の場合は SMS)やメールアドレスに送られるコード、トークン(自動作成システム Google Authenticator やワンタイムパスワードなど)による発行番号、顔や指紋などの生体認証、な ど多種多様です。

SMS(ショートメッセージ)

SMS(Short Message Service)は、電話回線を使って携帯の電話番号宛に文字のメッセージを送信するサービスです。 全角 670 文字まで送信でき、電話と同じで送信料金がかかります。 ドコモは SMS、au は C メール、ソフトバンクは SMS と呼びます。

クラウド

Cloud という英語の雲を意味し、一般的には従来からあるコンピュータデータセンターの機能 に、最新の技術により、システム開発者がより使いやすい環境をクラウドと表現しています。

クラウドサービス

従来は利用者が手元のコンピュータで利用していたデータやソフトウェアを、ネットワーク経由 で、サービスとして利用者に提供するものです。



アイコンの説明





動画やサウンド機能などで使うアイコン









セキュリティ対策のオフ



マイクビデオカメラ会議・電話終了(赤)

基本操作

電源のオフ・強制終了

機種ごとに異なります。詳細はインターネットなどで調べてください。

Xperia ソニー

- 電源ボタンと音量キーの上のボタンを同時に8秒ほど押し続ける
- 3回振動した後に指を離す
- 電源が強制的に落ちるので、電源ボタンを長押しして電源を入れる

Galaxy サムスン

- 電源ボタンと音量キーの上のボタンを同時に8秒ほど押し続ける
- 3回振動した後に指を離す
- 電源が強制的に落ちるので、電源ボタンを長押しして電源を入れる。

Arrows 富士通

- 右側面の「電源ボタン」と「音量を上げるボタン」を同時に10秒以上押す
- 画面が消えた後に手を放す

HUAWEI

- 電源ボタンを 10 秒ほど長押しする
- 電源ボタンを再度長押しして、再起動する

AQUOS シャープ

- 画面に「SHARP」と表示されるまで電源ボタンを長押しする
- 画面が消えて振動した後に、再度「SHARP」と表示されて再起動が始まる

iPhone

- 「電源ボタン(サイドボタン)」と「音量ボタン」を同時に長押しして、「スライドで電源オフ」を右に動かす
- iPhone SE(第2世代以降)/8/7/6の場合
- 「電源ボタン(スリープボタン)」を長押しして、「スライドで電源オフ」を右に動かす

スクリーンショットを撮る

機種ごとに異なります。詳細はインターネットなどで調べてください。

< Android >の場合

- 電源ボタンと音量ダウンボタンを同時に長押し
- 電源ボタンを長押しして「画面の保存」をタップ【Xperia・Pixel など】
- マルチタスク画面の「スクリーンショット」ボタンを使う【AQUOS・Xperia など】



スクリーンショットを撮影してみよう!

スマホの側面に付いている「電源ボタン」と「ボリュームボタン(下)」を同時に押します。



シャッター音がする、または画面が一瞬縮むなどのアクションがあれば撮影成功です。



モトローラ moto g10 の場合

スクリーンショットの撮影

スクリーンショットの保存先

Google フォトに保存されます





iPhone < iOS >の場合

iPhone でスクリーンショットを撮る

画面に映っているものをその場で保存しましょう。

iPhone 13 およびほかの Face ID 搭載モデルでスクリーンショット を撮る方法

1. サイドボタンと音量を上げるボタンを同時に押します。



2. すぐに両方のボタンを放します。

 スクリーンショットを撮ったら、サムネールが画面の左下隅にしばらく表示されます。サムネールをタップして開くか、左にスワイプ して閉じます。

Touch ID およびサイドボタン搭載モデルの iPhone でスクリーンショットを撮る方法

1. サイドボタンとホームボタンを同時に押します。



2. すぐに両方のボタンを放します。

 スクリーンショットを撮ったら、サムネールが画面の左下隅にしばらく表示されます。サムネールをタップして開くか、左にスワイプ して閉じます。

Touch ID およびトップボタン搭載モデルの iPhone でスクリーンショットを撮る方法

1. トップボタンとホームボタンを同時に押します。



スクリーンショットの保存先

写真 App を開いて、「アルバム」>「スクリーンショット」を表示してください。

文字入力

文字の入力にはソフトウェアキーボードを使用します。本製品には4種類のソフトウェアキーボ ードがあります。

※出典 以下の文字入力については、「au かんたんガイドブック(オンライン版)」 https://www.au.com/online-manual/guide/scv46/m_02_01_09.html から抜粋

テンキーフリックキーボードの設定



- 1 絵文字/顔文字/記号の一覧を表示します。
- 2 スタンプの一覧を表示します。
- 3 音声入力に切り替えます。
- 🙆 キーボード設定をします。
 - キーボードの種類等を変更できます。
- ⑤ カーソルの左側にある文字や記号などを削除します。
- うーソルを左/右に移動します。文字入力中/変換時は文字の区切りを変更します。
- スペースを入力したり、入力した文字を漢字など に変換します。
- 8 操作状態や選択中の入力欄に対応したキーが表示 され、入力した文字の確定や、改行、次の入力欄 への移動などができます。
- 9 タップやフリックで文字を入力します。
- ⑩ 濁点や半濁点の入力、大文字/小文字の切り替え を行います。
- 🕕 日本語/英語を切り替えます。
- 😢 数字/記号一覧を表示します。
- 18 確定前の文字を、キーをタップしたときと逆順に 切り替えます。
 - (フリック入力時は切り替わりません)
 - (例) う→い→あ ※通常: あ→い→う



※テンキーフリックなしキーボード、テンキーフリックキーボード、テンキー8フリックキーボードの3 種類があります。

テンキーキーボードで入力

テンキーキーボードで入力する(「今月」と入力)

2+25	Aa 🌮	f	保存 《	> :
(*9)	D			
91	トル			
XE				
8	:= :=		. = .	т
				<u> </u>
(7)	•	100	\$ \$	t
5	あ 1 ©/:12	か ABC	t DEF	•
4	た	な	は	
-	4 GHI 5	5 JKL	6 MNO	<u> </u>
123 10#	T PQRS E	tuv e	Б wxyz	日本語
•	…小	わ	、。?l	4

アキスト	Aa <>	ぞ ブラシ	保	存《	9 :
(#3)t	D				
91	トル				
Ξh					
	i=	:=		F .	T
ن ن	こんにき	5は こ	んぱんは	は今	ek
4	∋日は	今晩は	今回	今度	
5	1 1	₽/: 2	ABC 3	さ DEF	
+	1 to	ані 5	JKL 6	は ^{MNO}	+
英数カナ	7 PQ	RS 8	5 TUV 9	Б wxyz	察察
•	il)₀ *	2.	?!	ок

「か」を5回タップ、「わ」を3回タップ
 ・ [こん] が入力されます。

2 「か」を4回タップ、 *** をタップ
 ・ [げ] が入力されます。

アキスト	Aa <2 5	% 759	保	存《	9 :
(*91	D				
91	トル				
260	£				
	=	:=	лî т	E .	T
(i) e	9月 今	月中	今月末	今月	ę
	∋月分	権現前	権現	堂 相	지
6	あ	ħ	N	t	
2	1 @/	2	ABC 3	DEF	
+	4 GH	5	JKL 6	は MNO	→
25,85.5+	ŧ	*		6	210
>30007	7 PQR	S 8	TUV 9	WXY2	
⊕	…小	. t.	· .	?!	ок

2+25	Aa 9 ベン フ	8 79	保存 《	9 :
(未分計	D			
91	トル			
今月				
	=	t. ≡	* F*	Т
(L) d	∋月 9月	こんげ	2	
:	コンゲツ	327.2		
5	あ 1 @/:	2 ABC	さ 3 DEF	
+	た 4 GHI	な 5 JKL	6 MNO	-
英数対	7 PQRS	р 8 тол	6 9 WXYZ	変換
•	…小	, р .	、。?l	ок

3 「た」を3回タップ、「変換」をタップ

・ [今月] と変換されます。

④ 「OK」をタップ

テンキーキーボードで英数字を入力する(「Test01」と入力)



保存 🖉 : (未分類) タイトル хŧ 😑 😑 🖾 🕶 🖃 🛨 <u>T</u> (7) 🙂 🔛 ... 🕸 🌵 끎 ABC DEF @/:~ 5 • 3 2 MNO GHI JKL --6 5 PQRS TUV WXYZ EN(US) 123 !@# 7 8 \square 9 4 \oplus .,?! A/a 0

●をタップし、半角英字入力に切り替え

- 「TUV」をタップ、「def」を2回タップ、「pqrs」を4回タッ プ、「tuv」をタップ
 - ・ [Test] が入力されます。

テキスト	Aa 9	9 92	保存 〈	0:
(*91	D			
91	トル			
Test				
-			_	
	:= :	=I	* E *	<u>T</u>
(i) 1	esting 1	Tests Te	estimony	
1	ested T	estostero	ne	
6	@/:~	abc	def	
	1	2	3	
+	ghi	jkl	mno	\rightarrow
\frown			0	
123 1@#	pqrs	8	wxyz	EN(US)
•	A/a	0	.,?!	ок

2+25	Aa 4 ~> 7	8 72	保存 🖉	9 :
(*91	D			
91	トル			
Test0	1			
	\equiv	i at	* F*	T
(Q) 1				
5	 ∕:@~	2	3 +×+-	
+	4	5	б	\rightarrow
-	7	Q	0	ENGLIS
480	#2T×	10	*000	
ABC	 'o,			ок

④「0」をタップ、「1」をタップ
 ・ [01] が入力されます。

3 📱をタップし、数字入力に切り替え

絵文字/顔文字/記号を入力する

(3) (3)	Аа Ау Э НЛИ	89 759	保存 《	9 :	U	● をタッ
XE	1.00					
		1	.i * ⊑ *	Ţ		
() ()	و و م	か	* * 5	a		
+	1 ©/	2 A3	ic a der la	+		
123 10#	4 GH	р 1 п	KL 6 MNO B IV 9 WXYZ	日本語		
Θ	··· /J/	。わ	?!	4		
7+21	Aa K2 3	% 792	保存 《	₽ :	2	絵文字の
XE	417					

7+25 A3	% 792	保存	0:
(<u>*=11</u>)			
タイトル			
XE			
	Ξ	al 🔻 🗉	=• <u>T</u>
(r) 🙂	ø		۵.
数文字	80.S	77	124)
00			8 9
			00
-	6 6		~ ~
	000	0 8 3	* 😜 🖾

種類をタップ



④ 「顔文字」をタップ

7+25 A2	% 752	保存	0 :
(未分型)			
タイトル			
•			
◙ ⊨	=	.t ▼ ≣	= ⊤
 ☑ III ☑ IIII ☑ IIII ☑ IIII ☑ IIII ☑ IIII		.t.▼ i	₽ • <u>T</u> \$ •••
図 (?) (注) (?) (?)			F ▼ <u>T</u>
☑ i三 (?) I ⑧ 脸文乎 (****)	(*,*)	۸. ۲ ۲ ۱ ۲۰۰۹ ۲۰۰۹ ۲۰۰۹	E ▼ <u>T</u> ✿ ···・ EB (^-^)/
(****)	(*.*)	x] •]	E ▼ <u>T</u>
 ○ ○	(*.*) (*.*) (*.*)	x1 • 1	E ▼ <u>T</u>
■ (****) *文学 (****) b(***) (***)	(*.*) (*.*) (*.*)	xI ▼ II (^-^) (^-^) (^-)	E ▼ <u>T</u> C ····· EB (····)/ (···)/ (···)/

	保存 🖉 :
朱分類	
タイトル	
•	
	T V = V IA
(t) 🖲 🖻	: * **
检文字 的	文字 記号
(*-*)/ (*0*)/	()Zzz · · · ·
$(f_{-i})/{\sim}{\sim} \qquad (^{A}\wedge ^{A})$	(*3*)/
()/~~~	(^0^)/~~

⑤ 顔文字の種類をタップ

6 顔文字をタップ ・顔文字が入力されます。

2#25 A2	% 752	保存	1 1	:
未分類				
タイトル				
♥(^o^)/				
❷ ≔	:=	* 1 _A	F .	T
(t) 🙂	e :		\$	•
检文学	an:	27	124	9
(*-*)/	(*o*)/	()Zz	z	
(/_:)/~~	$(^{\wedge} \wedge ^{\wedge})$		(*3*)/	
()/-	u Au Au	(^0	~)/~~	
	0 6	000	D Q	•

	% 752		保存	Ø	:
(未分類)					
タイトル					
(^ o^)/					
⊠ ⊨	=	٨Ī	* E	×	Т
⊠ ≣ (t) ©	:= P	i AI	• =	÷ ¢	<u>T</u> •
☑ Ⅲ (1) ● 約2字	:= P		• =	¢	<u>T</u> •
 ○ 三 ○ ● ○ ●	:= P	*1 22 11.27	• =	¢ 81	<u>T</u> '
図 Ⅲ (?) ◎ 総文字		∧I ≋ ≋2∓ #	• = •	* ** **	· ·
	P	۸۱ ۱۳۵ ۱۳۵۶ ۱۳۹	* = * %	* ** &_ *	H
 ☑ i= (*) ◎ ◎ ◎ i 	E .	ا ما الالاا الاالا	* = * %	* ** &_ * *	H

🕖 「記号」 をタップ

8 記号の種類をタップし、記号をタップ
 ・記号をタップすると記号が入力されます。

フリック操作で入力する(「え」を入力)

キー部分を上下左右にフリックして文字を入力できます。



2+25	Aa <>	% 759		保存	0	:
(#3)	D					
91	トル					
XŦ						
	õ					
	ぃあ	2	٨I	• E	Ŧ	<u>T</u>
(t)	8		11.01 11.01 11.01	۴	۵	*
5	1			3 ð	DEF	⊠
+	た		ŕγ	Ý		→
-			, ,		F°	
123	7 PC	S			E.	
Ð	÷.Л	١,	×		7	4

1 「あ」をロングタッチ

2 [え] を入力したいので、右にフリック

	Aa A2	% 755		保存	0 :
(111	Ð				
91	トル				
2					
	i≡ ak RR	田田田	利用	▼戸町枝	▼ <u>T</u> 液…
5	あ	Vi 2	か 	1 2 1 0	, e
+	1 tc	11 5	な。	6 MN	
	-+-	T	や	6	安揆
英数时	7 PQR	5 8	TUV	9 WXX	2

3 [え] が入力されます

画面操作

画面を<mark>押す、</mark>叩く タップ ダブルタップ



画面を指で軽 くポンと押す 2 回続けて押 すのがダブル タップ

画面を押す ロングタップ ロングタッチ (長押し)



指で画面に触れたまま長 押し

画面をなぞる スワイプ スライド



指を軽く置いたまま、上 下左右に払う

画面を<mark>なぞる</mark> フリック



画面を触れて、さっと払 うように指を滑らす

画面をなぞる フリックとスワイプの違い

画面に触れる際の起点が特定の一点かの違いです。





画面を<mark>なぞる</mark> ドラッグ



軽く押さえてそのまま移 動させる

画面をなぞる スクロール



指を置いたまま上下に動 かす
● **マルチタップ**

2本以上の指で行う操作。キーボード式ボタンのシフトキーを押したまま英語の大文字を連続入 カする場合、楽器アプリで演奏する場合、Google マップでディスプレイをスライドさせる場合な どに使用する。

• マルチスワイプ

二本以上の指で画面に触れ、そのまま上下左右に指を動かす操作です。







指を開いた状態から閉じ る動作 画面が縮小しま す

ピンチアウト



指を開いた状態から広げ る動作 画面が拡大しま す

その他の操作

● 向きを変える、傾ける

縦横の向きを変える、斜めに傾ける、などの操作です。スマホには向きや傾きを感知する各種センサーが内蔵されており、これを利用した操作もあります。

● シェイク(振る)

スマホ自体を左右に細かく揺らす操作。LINE で友だち登録する場合や、iPhone でメールを入力 中に文字を一括消去する場合などに使用する。

スマホの操作概念

従来の携帯電話に代わって、スマートフォンが急速に普及しています。従来の携帯電話とスマー トフォンでは、デザインだけでなく、機能にもいろいろな違いがあります。

スマートフォンとは、従来の携帯電話に比べてパソコンに近い性質を持った情報機器です。大きな画面でパソコン向けの Web サイトや動画を閲覧できたり、アプリケーションを追加することによって機能を自由に追加したりすることができます。また、タッチパネルを使い、画面の拡大やスクロールなど直感的な操作が可能です。



外出先でもさまざまな機能を使うことができる便利なスマートフォンですが、スマートフォン には危険なアプリケーションをダウンロードすることなどで、ウィルスに感染する危険性があり ます。もともと携帯電話には、アドレス帳やメールの内容など、さまざまな個人情報やプライバ シー情報が保存されています。さらに、スマートフォンでは、大切な仕事上のデータや位置情報 などが蓄積されるようになってきているため、情報漏洩(ろうえい)を引き起こすウィルスなど に感染しないよう、利用にあたって注意することが大切です。

出典: 総務省

https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/security/basic/service/14.html



基本の設定

よく使う管理機能

マルチタスク(バックグランド)のアプリ停止

< Android >

スマホは画面の最下部のバーを指で長押しフリックして起動中のアプリ表示、終了させる(機種 により異なる)



終了させる画面をクリックして上にスクロールもしくはフリックなどで起動中を終了させる

スマホは画面の最下部のバーを指で長押しフリックして起動中のアプリ表示、終了させる(機種 により異なる)



終了させる画面をクリックして上にスクロールもしくはフリックなどで起動中を終了させる

アプリのインストール

< Android >

ホーム画面で「Play ストア」を選択して、アプリを検索









はじめてアプリ起動時の設定

- アプリの使用時のみ
- 今回のみ
- 許可しない

初めて使うとき、もしくは試すような場合は、「**今回のみ」**を推奨。継続的に使う場合は、「ア プリの使用時のみ」を選択します。

< Android >

♡ このデバイスの位置情報へのアク セスを「 マップ 」に許可します か?
アプリの使用時のみ
今回のみ
許可しない

GPS や位置情報を使う場合



写真や動画撮影でカメラを使う場合う



スマホ内(デバイス内)の写真や動画にアクセスす る場合



写真と動画の撮影を「**Zoom**」に 許可しますか?

アプリを使うときのカメラや内部データにアクセス

する場合



許可しない



アプリを使うときのカメラや内部データにア

クセスする場合

アプリ起動方法

< Android >

例えば、Google マップのアプリのアイコンを「長く押す」とアプリの起動でよく使う機能が表示



Google マップのアプリ起動時に長く押すと表示されます。

< i0S >

例えば、Google マップのアプリのアイコンを「長く押す」とアプリの起動でよく使う機能が表示



文字の大きさを変更

< Android >

「設定」 ―> 「ユーザー補助」―>「フォントサイズ」 セキュリティ ð 画面ロック、指紋、顔認証でロック解除 アカウント **(** Google ユーザー補助 Ĩ スクリーン リーダー、表示、操作のコントロール Digital Wellbeing と保護者による使用制限 ~ 利用時間、アプリタイマー、おやすみ時間のスケ 設定 ジュール Google G サービスと設定







	設定		
*	Bluetooth	オン	>
(°†»)	モバイル通信		>
VPN	VPN	未接続	>
P	通知		>
((۱)	サウンドと触覚		>
C	集中モード		>
I	スクリーンタイム		>
\bigotimes	一般		>
	コントロールセンター		>
AA	画面表示と明るさ		>
	ホーム画面		>

Night Shift	オフ >
自動ロック	2分 >
手前に傾けてスリープ解除	
テキストサイズを変更	>







表示の大きさを変更

< Android >



43



「設定	J —	>「画面表示と問	明るさ」-	-> [<u>‡</u>	広大表示	表示」	—>「拡	大」
		設定			テキストサ	ナイズを変更		>
	*	Bluetooth	オン	>	文字を太く	くする		
	((†))	モバイル通信		>				
	VPN	VPN	未接続	>	拡大表示	-		Der Mar
					表示			標準>
設定	E	通知		>	iPhone の扱う 大表示されま す。	5を選択します。 す。"標準"ではよ	あるくの内容が表示	ールが拡 Rされま
	(1)	サウンドと触覚		>	く画面表示と	:明るさ 拡大	表示	設定
	C	集中モード		>	廿十主三			
	I	スクリーンタイム		>	加入衣小			
	\bigotimes	一般		>		•	0	_
		コントロールセンター		>				
	AA	画面表示と明るさ 🤺		>				
		ホーム画面		>		•		•
						0	00	0
								• •
					相	票準	拡大	
						\checkmark	\bigcirc	

着信音を変える

< Android >



「設	定」一>	› 「サウン	ドと触感」	->	「詳	細設定」—>	「通知音の選	訳」	
						サウンドとバイブレーミ	ションのパターン		
	道	Ð		>		着信音		ハロー	>
	<mark>(</mark>) サ	ランドと触覚		>		メッセージ		メモ	>
設定	し 集	キモード		>		新着留守番電話	トラー	イトーン	>
	王 ス:	クリーンタイム		>		新着メール		なし	>
通知辛						メール送信	スウォ	†ッシュ	>
オーロラ						カレンダーの通知	音	和音	>
コンプリー	٢					リマインダーの通	知音	和音	>
サークル									
シンセ			「メッセ	ージ」	「新	着留守番電記	訂「新着メ-	ール」	などさ
パルス			ざま通知	を設定	変更	できます			

音の設定

< Android >

「設定」 ―> 「音」―> 「詳細設定」



タッチ音の設定

< Android >

「設定」 ―> 「音」 ―> 「詳細設定」―>「タッチ操作音」



< i0S >

● キーボードの操作音の設定変更



消音の設定 持ち上げて消音

< Android >



電話を持ち上げて着信中の着信音を消します

メディアコントロール 画面がOFFの時に音量キーでトラックを移動しま す





画面のロックとパスワード

< Android >

「設定」 ―> 「セキュリティ」 ―> 「画面ロック」―> 「PIN パスワード設定」

● PIN(パスワード)番号の設定





÷	セキュリティ	Q	?
	セキュリティ ステータス		
\odot	Google Play プロテクト 前回のアプリのスキャン: 昨日の 16:23		
	セキュリティ アップデート 2022年3月1日		
0	デバイスを探す ON		
₽ţ Į	Google Play システム アップデート 2022年3月1日		
	デバイスのセキュリティ		
	画面ロック PIN		¢



画面は「パスコードをオフにする」ですが、未設定の場合は「パスコードをオンにする」です。 パスコードは4桁もしくは6桁で設定



画面ロック

画面消灯後のロック時間設定

< Android >

「設定」―>「セキュリティ」―>「画面ロック」―>「画面消灯後にロック」―>「5 秒」



タ	イムアウトから5秒(Smart Lock ボロック解	
画面	ī消灯後にロック	
0	すぐ	
٢	5秒	
0	15秒	Ī
0	30秒	
0	1分	
0	2分	

画面消灯後のロック 時間設定

I	設定	≝J —	->「画面表示と明るる	±」−>「	自動ロッ ク 」―>	「2分」
		\bigcirc	一般	>		
(1)			コントロールセンター	>	自動ロック	2分 >
S		AA	画面表示と明るさ	>	手前に傾けてスリープ解除	
設定			ホーム画面	>		



< Android >

「設定」 ー> 「ディスプレイ」 ー> 「明るさのレベル」 ー> 「明るさの自動調整」









画面の回転

< Android >



< i0S >

「どの画面からでも」 --> 「右上から左下に引きずるスワイプ操作」 --> 「コントロールセン ター」--> 「画面縦向きロック」のオン・オフ



マナーモードの設定

< Android >

「設定」 ー> 「音」 ー> 「詳細設定」 ー> 「下向きでマナーモード」

下向きでマナーモード



持ち上げて消音 電話を持ち上げると着信音が無音になります

下向きでマナーモード 電話を下向きにするとマナーモードが有効になり ます

メディアコントロール

画面がOFFの時に音量キーでトラックを移動しま す



電話の前面を下に向けて置き、マナーモードを ONにする





< i0S >

● iPhone で着信/消音モードのオン/オフを切り替える

※引用先 アップル社ホームページ https://support.apple.com/ja-jp/HT208353

着信モードを使う





通常の「着信モード」にするには、オレンジ色 が見えない位置にスイッチを動かします。 「消音モード」にするには、オレンジ色が見える 位置にスイッチを動かします。

「着信音」、「サウンド」、「バイブレーション」を変更する場合は、





は 設定 サウンドと	:触覚
バイブレーション	
着信スイッチ選択時	
サイレントスイッチ選択時	F C
ヘッドフォンオーディオ	
ヘッドフォンの安全性	>
着信音と通知音	
	(((
ボタンで変更	
着信音と通知音の音量をボリューム	ムボタンで調節できます。
サウンドとバイブレーションのパ	ターン
着信音	\ <u>□</u> - >
メッセージ	メモ >
新着留守番電話	トライトーン >
新着メール	なし >
メール送信	スウォッシュ >
カレンダーの通知音	和音 >
リマインダーの通知音	和音 >

システム(基本ソフト・OS)の更新

< Android >







便利な設定

Wi-Fiの設定

< Android >

「設定」 —> 「ネットワークとインターネット」 —> 「Wi-Fi」 16:24 🗳 🖪 🍽 🛔 🔹 • Q 設定を検索 **ネットワークとインターネット** Wi-Fi、モバイル、データ使用量、アクセス ポイン 接続済みのデバイス 設定 ٦. Bluetooth、Android Auto、NFC アプリと通知 ♥★■ 17:08 🗳 🖹 🛔 🛆 🔹 16:55 🐞 🖪 🕅 🛔 🔹 * 🛙 ← Wi-Fi Q (?) ネットワークとインター... 🔍 🕜 Wi-Fi OFF gennai-air11g 接続済み (ئ 接続するためにパスワードが必要で gennai-air 保存済み ŀ 機内モード す。 **yuuyakenet** 保存済み SIMカード ŀ \$

< i0S >

←

ŝ





ブルートゥースの設定

< Android >





ブルートゥースのペアリング

< Android >

「設定」 ―> 「接続済みのデバイス」 ―> 「新しいデバイスとペア設定する」 ―> 「接続する機器を探す」 選択する ―> 接続 OK

ペアリング(相互接続)するときに、一般的に、「機器のボタンを長押しする」や、「スマート フォンの画面に現れる画面に機器の PIN コードを入力する」といった方法があります。 うまくペアリングできない場合は、PC やスマホなどの複数のブルートゥースがある場所ではなく ペアリングする機器だけの環境で接続してみてください。

NFC 接続がある機器の場合は、スマホ側で NFC が ON(有効)になっているか確認します。

「設定」 ―> 「接続済みのデバイス」 ―> 「接続の設定」 ―> 「NFC」 選択 NFC が有効かどうか確認します。

• NFCとは

「Near Field Communication」の略で、近距離な無線での通信技術の国際標準規格です。ワ ンタッチ(触れるだけ)で機器との認証ができ、Wi-Fi(ワイファイ)や、Bluetooth(ブルート ゥース)のように、無線通信が可能。NFC で通信するには、つなぎたい製品同士がそれぞれ NFC 機能を搭載していることが条件です。









電話の使い方

電話の基本操作

新しい連絡先の作成

< Android >



音声でも入力できます。





電話をかける

< Android >





電話番号の登録

< Android >

電話を掛けたときに設定できます。





お気に入りに追加

< Android >

「連絡先をお気に入りに追加」をクリック



お気に入りに追加して簡単に呼び出せます

< i0S >

「よく使う項目」に追加


電話の詳細設定

< Android >

電話を起動して、右上の縦3点マーク:をクリック 「設定」をクリック

Q 連絡先や場所を検索 Ŷ : Q 連絡先や場所を 通話履歴 設定 電話 ヘルプとフィードバック 設定 ← ユーザー補助設定 () 発着信情報 / 迷惑電話 全般設定 ここからワンタップで連絡 先を追加できます Ť ユーザー補助機能 新しい連絡先を作成 ダイヤル アシスト \bigcirc ブロック中の電話番号 通話アカウント 冟 表示オプション 0 周辺のスポット クイック返信 **4**) 音とバイブレーション 留守番電話 മ 詳細設定 発信者番号の通知

ふせるだけでサイレント モード

15:50 🛛 🗳 📳 🕅 🔹

 $\mathbf{\nabla}$

< i0S >



く設定	電話		
"電話	"にアクセスを許可		
	Siriと検索	>	
	通知 バナー、サウンド、パッジ	>	
۲	着信	バナー >	
S	音声で知らせる	常に知らせない >	
自分	の番号		
着信			
テキ	ストメッセージで返信	>	
自動	電話転送	>	
割込	通話	>	
発信	者番号通知	>	
不明	な発信者を消音	オン >	
着信	拒否した連絡先	>	
SMS	/通話の報告	>	
ダイ	ヤルアシスト		

便利な設定

< Android >



便利な機能

インターネット検索

スマホでインターネット上のさまざまデータを検索することができます。

音声で検索

● ブラウザ(Google Chrome グーグルクローム)の場合



確認します!「**今回のみ」**を推奨

● < 音声の録音を「」に許可し ますか?	
アプリの使用時のみ	V
今回のみ	
許可しない そ	7

● 地図の音声検索(Google Map グーグルマップ)の場合





河原弘國 📲 🗈 •	# 0
ユニクロ ラゾーナ川崎店	
	In the
西口通り	
柳町 ほけんの窓口	川崎ルフロン店
	官前
	A Q
	101
山崎駅	
ニ ライブ: やや混んでいます >	
] 23- FN9F
上野東京フイン 京浜東北線 南武線	東海追線 踊り
	-
□□ 用此線 立川万山	2
正刻山光了定・13:59・合停 ▲	分後
■ 上野東古ライン 早川方面	2
空刻,14:00,2采線,久信 製	3
NEX3 14:00 2田柳水 口17 ■	刀收
」K 京浜東北線 横浜方面	2
定刻 · 14:00 · 3番線 · 快速 📽	う 分後





カメラ

< Android >

Google レンズ





● Google レンズの概要

Google レンズでは、カメラや写真を使って目の前にあるものを検索したり、作業を効率化したり、 周囲のものについて調べたりすることができます。概要は以下の URL のホームページにて

https://lens.google/

主な機能

- テキストをスキャン、翻訳する
- 植物や動物の種類を特定する
- 周辺の場所について調べる
- お気に入りのスタイルを見つける

Play スト...

- 注文する料理を決める
- コードをスキャンする(QR コード、バーコード)

Android に標準でインストールされていない場合は、「Google Play」で「Google レンズ」アプ リをダウンロードしてインストールします。



QRコード

Google レンズを利用して QR コードを読み込みます。

「カメラ」を起動 ―> 「Google レンズ」をクリック







はじめて使う場合は、「**カメラを起動」**クリック



QR コードは頻繁に使いますので「常に許可」をクリ ック



QR コードは頻繁に使いますので「常に許可」をクリ





2回目以降は簡単にできます

バーコード

バーコードの場合は、下部の「ショッピング」をクリックして撮影

バーコードの作成			
Core Social a sturmer in the	その後、	最下部にそのバー	コードの内容が認識さ
Second-Hand-Mapng A Tr	れます。		
字 検索 宿題 ショッピング 場所 食事 「GALAXY HEAD FILM/PONTIACS」			

< i0S >

標準の iOS に、QR コードは読み取りできますが、バーコードは別途、アプリをインストールする ようです。

動画の再生

YouTube



広告・宣伝が多い。見たい動画は宣伝の次にあります。有料契約すれば宣伝なしになります。

アプリの導入と削除

アプリの導入には、< Android >の場合は「Google アカウント」、< iOS >の場合は「Apple ID」とそれぞれのパスワードが必要になります。

ブラウザ

Google Chrome

< Android >

「Google Play」で「Google Chrome」アプリ20:08をダウンロードしてインストールく





< i0S >

「App Store」で「Google Chrome」アプリを ダウンロードしてインストール







Google Chrome - ウェブブ… 高速で安全なウェブ閲覧 ★★★☆☆ 1.7万

開く

メール

Gmail

< Android >

「Google Play」で「Google Chrome」アプリをダウンロードしてインストール



< i0S >

「App Store」で「Google Chrome」アプリをダウンロードしてインストール



Yahoo メール

< Android >

「Google Play」で「Yahoo メール」アプリをダウンロードしてインストール



< i0S >

「App Store」で「Yahoo メール」アプリをダウンロードしてインストール



地図

Google Maps

< Android >

「Google Play」で「Google マップ」アプリをダウンロードしてインストール



< i0S >

「App Store」で「Google マップ」アプリをダウンロードしてインストール



< Android >

「Google Play」で「Google マップ」アプリをダウンロードしてインストール



< i0S >

「App Store」で「Google マップ」アプリをダウンロードしてインストール



天気

tenki.jp 日本気象協会の天気予報専門アプリ

< Android >

「Google Play」で「日本気象協会の天気予報専門アプリ」アプリをダウンロードしてインストール



< i0S >

「App Store」で「日本気象協会の天気予報専門アプリ」アプリをダウンロードしてインストール



1

1 2 2

5

1 3 3 3 2

SNS(Social Networking Service) LINE < Android > LINE(ライン) - 通 LINE 「Google Play」で「LINE」アプリをダウンロードし 話・メールアプリ てインストール LINE Corporation 広告を含む ・ アプリ内課金あり インストール Play スト... < i0S > 「App Store」で「LINE」アプリをダウンロードして LINE LINE Corporation インストール LINE 開く Û 35万件の評価 チャート ディ 年齡 #3 2.8 12+ ***☆☆ 歳 ソーシャルネットワー LINE C

Twitter

< Android >

「Google Play」で「Twitter」アプリをダウンロードしてインストール

		\bigcirc	y	‡∻
		9	Funny Tweets トピックをフォロー	×
	Twitter Twitter, Inc.		\$44p录 @slvppy · 9時間 "turn on your hotspot" bro pay your phone bill ♀ 125 ℃ 3,620 ♡ 3.7万 ペ	:
Play スト	3.6★ 10億以上 12 1978万件のレ ダウンロード数 12歳以上 0	NIKKEI	日本経済新聞電子版(… ◇ 15時間 米ロシア国防相が電話協議 ウクラ・ ナ侵攻後初めて	: 1
	インストール			A state
			nikkei.com 米ロシア国防相が電話協議 ウクラ イナ侵攻後初めて(写真=AP)	;
			♀3 ℃ 11 ♡ 41 ~%	

< i0S >



「Google Play」で「Instagram」アプリをダウンロー

ドしてインストール







「Google Play」で「YouTube」アプリをダウンロードしてインストール





「App Store」で「YouTube」アプリをダウンロードし てインストール







音楽プレイヤー

< Android >

「Play ストア」で「Music Player」アプリをダウンロ ードしてインストール





#1音楽プレーヤーで音楽を再生します。イコライザー、歌詞、ジャンル、Mp3Cutterなど



< i0S >

< iOS >で標準インストールされている「音楽プレイ ヤー」



ライ	ブ	゙ラ	IJ
	-		

=5	プレイリスト	>
A	アーティスト	>
Ō	アルバム	>
5	曲	>
♦	ダウンロード済み	>

最近追加した項目

	5
kazu_music プレイリスト	不明なアルバム DOOBIE BROTHERS
Confirmation	> >>

ボイスメモ

ボイスレコーダー

< Android >

「Play ストア」で「簡単ボイスレコーダー」アプリをダウンロ ードしてインストール



莊



iOS で標準インストールされている「ボイスメモ」



ラジオ

NHK ネットラジオ らじる★らじる

< Android >

「Play ストア」で「らじる★らじる」アプリをダウンロードしてインストール



	ジオ らじる★ら APAN BROADCAS	5 STI 7	ンストール
3.6★ 1万 件のレビュー	500万 以 ダウンロート	上	3+ 3 歳以上 ①
NHK 22:770 R1-R2-FM# 5-772.FU-E2070 Image: State of the state of th			

14:37 🗳 🖪 🖍 🔹

らじるらじる

4

 \bigcirc

勔

• 0

Ŷ

Q

『NHK公式ラジオアプリ』 スマホやタブレットで、NHKのラジオ 番組をお楽しみいただけます。

< i0S >

「App Store」で「らじる★らじる」アプリをダウンロードしてインストール



NHK C	NHK ラジ ラジオ配 _{公式 AM・F}	「 オ らじる 「 戸プリ 「Mラジオ、音	らじる ^{楽や英…}
	Ģ		۲î
"	¥		
2664件の評価	▼ワード受賞	年齡	チャー
2664件の評価 3.2	アワード受賞 ジェディターの おすすめ	^{年齢} 4+	<i>∓</i> ∗− #7



民放 ラジコ(radiko)

< Android >

「Play **ストア」**で「**ラジコ」**アプリをダウンロードしてインストール



今いるエリアのラジオ番組を無料で聴けるアプリです

「App Store」で「ラジコ」アプリをダウンロードしてインストール



	radiko Co	o.,Ltd.	
	開く		Û
30万件の評価	年齢	チャート	デベ
30万件の評価 4.5	^{年齢} 4+	チャート #11	<i>ਜ</i> ਨ



インターネットラジオ

< Android >

「Play ストア」で「ラジオ FM」アプリをダウンロードしてインストール



< i0S >

「App Store」で「radio.net」アプリをダウンロードしてインストール



	トキヤ サイマル症	ムト 対送、ネットラジ ^ュ	†、ポッ…
	入手	App内課金	Ċ
299件の評価	年齢	カテゴリ	デベロッ
4.5	4+	57	
the star star stor		ミュージック	radio de G



オンライン会議

Zoom

< Android >

「Play ストア」で「Zoom」アプリをダウンロードして インストール







ズームは最大100人のためのビデオや画面共有で無料の HD会議アプリです

● オンラインに参加





ミーティング ID とパスコード (パスワード) を入力



● オンライン会議に参加





「オーディオに接続」で「Wi-Fi または携帯のデータ」をクリックするとマイクが利用できます。

● チャットを使う





参加の確認や本人の名前変更など



Zoom の動作テスト

事前にマイクやビデオなどの動作検証が可能です。以下の URL にアクセスします。

https://zoom.us/test

テスト環境は、スマホに既に Zoom アプリがインストール済みの場合です。

2001 ソリューション マ ミーティングに参加す	る ミーティングを開催する ▼ サインイン サインア	ノブは無料です
ミーティングラ テストミーティングに参加してイン・ 参加 ミーティングに参加できない場合、Zoomサポー	テストに参加 ターネット接続をテストします。	
	16 :	
X ZOOM Cloud Meetings Zoom FREE - Web Application	アプリで開く VIEW	
ZOOM 参加する 開	催する 🗮 🖸 Zoom	
参加	Chrome	1回のみ 常時
ミーティングに参加できない場合、Zoomサポー 一で有用な情報をご覧ください。	-トセンタ	



< i0S >

「App Store」で「radio.net」アプリをダウンロードし てインストール **ZOOM Cloud Meetings** Zoom Video Communications, Inc. 開く Û App Store チャート デベロ・ 29万件の評価 年齡 • 4.5 4+ #1 ***** 歲 ビジネス Zoom Video

ミーティングに参加 サインアップ サインイン

LINE

- < Android >
- グループを作成 グループトークを選択





● オンライン会議 グループの電話を選択



● オンライン会議に参加





Google Meet

Google Meet は Google アカウントが必要です。G メールのメールアドレスがあれば大丈夫です。パソコン版では G メールの画面から起動します。スマホはアプリをインストールします。

< Android >



ホーム画面で「Play ストア」を選択して、「Google Meet」を検索



続行をクリック カメラの使用で、「**今回のみ」**をクリック



マイクの使用で、「今回のみ」をクリック



会議を作成する場合は「新しい会議」

招待されて参加だけする場合は「コードを使用して参加」



自分が主催の場合ですぐ始めるときは、「会議を今すぐ開始」をクリック 他の参加者に会議の参加するリンクを送る場合は「会議の共有リンクを取得」をクリック



「招待状を共有」すると送信する G メールや SNS への連携が可能

新しい会議 コードを使用して参加 会議	共有 Google Meet で会議に参加するには、このリンクをクリ ックしてください。 …
rrs-xpph-ypm (たった今) にリンクを作成済み	L コピー ※ ニアバイシェア
作成した会議のリンク このリンクをコピーして、会議に招待するユーザーに送信してください。また、後で使用 できるように、このリンクは必ず保存してお いてください。	おすすめの共有相手はいません
meet.google.com/nrs-xpph-ypm	Gmail メッセージ Bluetooth ドライブ

nrs-xpph-xxx が会議名になります。実際の会議は(この資料のための架空の会議名です) https://meet.google.com/nrs-xpph-xxx



● 会議に参加



● パソコンでも参加可能



kazu.hodota@gmail.com アカウントを切り替える





○ 音声と映像を確認

健康管理

歩数計

< Android >

「Play ストア」で「歩数計―ウォーキングアプリ」ア プリをダウンロードしてインストール



歩数	牧 ,		0	
٢	0.0 kcal	لسلسا	() m	
Ō	00:00:00	(\mathbf{x})	0.0 km/h	
12000				
10000				
8000				
6000				
4000				
2000				
2 4 6 8 10 12 14 16 18 20 22 24				
🖈 START				
< i0S >

iOS に標準でインストールされている**「ヘルスケア」**の 歩数計を使います。



......



概要		9
よく使う項目		編集
∂ 歩数		9:36 >
171 歩		
● すべてのヘルス	ケアデータを表示	>
トレンド		
┽ ヘルスケアのト	レンドを表示	>
ハイライト		
ウォーキング+ランニ:	ングの距離	>
この時間までのウォーキングとランニングの距 離は通常より短くなっています。		
●今⊟ 0.11 km	● _{平均} 0.24 km	

Windows との連携

マイクロソフト Authenticator (認証)

認正アプリを使って本人確認を行います。Microsoft アカウントを利用している時に本人確認が必要になる場合、事前に登録したメールアドレスや電話番号を使ってコードを取得することで認正するためのアプリです。アプリをインストールしているスマートフォンを本人が操作していることで、従来のパスワードを使わなくても Windows やマイクロソフトのサービスにログインできます。 設定には、パソコンでマイクロソフトアカウントにログインして、初期登録します。その後、スマホでアプリをダウンロードして、インストールします。

< Android >



Microsoft Authenticator を使用して、簡単かつ安全にサインイン しましょう。



開く



Microsoft	Authenticator
仕事効率化	
****	9510

デベロッパ Microsoft Corporation



ネットの危険性

インターネットとは

インターネットは世界中のパソコンやスマホなどが繋がっているネットワークです。世界中を旅しているような空間です。他の人や海外の人とのコミュニケーションで危ないこと もあり得ます。詳しくは総務省のネットの危険性に関する情報で確認しましょ う。以下の URL です。

https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/security/basic/risk/index.html

	国民のための情	社でキュリティッイト	
	(はじめに 基礎知識 -	般利用者の対策 企業・組織の対策 用語辞典	
	9,170,200 :		
基礎知識	🧭 どんな危険があるの	?	
インターネットを使っ たサービス	インターネットにはどんな脅威がある。	のでしょう。	
どんた合除がある	まず、脅威にはそれを引き起こす者がいます。悪意を持って攻撃をする者は、お金を稼いだり、請		
0?	水を逃れよりといっに金銭日的や恨みや不満を晴らり日的を持っていまり。そのにのに、イノメーネ ットを通じて、ウイルスを送りつけたり、政府機関や企業のサーバやシステムに不正アクセスを行った		
ウイルスとは?	りします。その他、政治目的やいたずらなどで同じような行為をする者もいます。これにより、サーバ		
ウイルスの感染経路と 主な活動	やシステムが停止したり、ホームページ	フが改さんされたり、重要情報が盗みとられたりするのです。	
ウイルスの感染経路	その他にも、コンピュータやソフトウェ	アの不具合などによる障害 社員や職員の過失などによる事	
ウイルスの主な活動	は、火災や台風など自然災害など、インターネットにおける危険性は多くあります。		
不正アクセスとは?			
ホームページやファ イルの改ざん	ここでは、インターネットにおける主な危険性について説明していきます。		
他のシステムへの攻 撃の踏み台に			
詐欺等の犯罪	▶ ウイルスとは?	▶ ウイルスの感染経路と主な活動	
事故・障害			
脆弱性(ぜいじゃくせ い)とは?	▶ 不止アクセスとは?	> 詐欺寺の犯罪	
情報発信に関するトラ ブル	▶ 事故·障害	▶ 脆弱性(ぜいじゃくせい)とは?	
インターネットの安全 な歩き方	▶ 情報発信に関するトラブル		
情報セキュリティ関 連の技術			
情報セキュリティ関 連の法律・ガイドライ ン			

危険な事例

SNS でのユーザーアカウントを悪意のある人(自動プログラムによる行為)になりすまし、さまざ ま情報を盗む迷惑行為です。原因は、SNS やメールでの添付メールをクリックして、そのパソコン やスマホがウィルス感染し、そのパソコンやスマホに登録されている SNS や電話帳などの個人情報 を取得して、その電話帳や SNS でのお友達などに、友人になりすまして攻撃する手法が多いです。

<実際に筆者が受けた友達からのなりすまし画面 LINE にて>



ネットショッピングについて

ネット通販利用時のセキュリティについて、知りたい

安全にネットショッピングを利用するには、クレジットカード以外の支払い方法をお勧めしま す。実際の店舗があるお店のネットショッピングを利用します。トラブルのときに相談できると 思いますので。

LINE について

LINE のスタンプを自分で作ることができますか。

LINE スタンプメーカー(LINE Creators Studio)というアプリを使えば、スマホで作成し LINE へ申請することができます。 詳しくは https://creator.line.me/ja/stickermaker/ にて

アプリでつくる、スタンプ制作方法 LINEスタンプメーカーは、スタンプが簡単に無料でつくれるLINE公式アプリです。 ・カメラで撮った写真に好きなメッセージを書き込んでスタンプがつくれます。 ・フィルター機能で、描いたイラストや写真を好みのテイストに変えられます。 ・キャンバス機能で、自由にイラストも描けます。 ・LINEアバターを使って、あなたそっくりのスタンプもつくれます。 スタンプの制作 421 Create Your Stickers Edit く × Brush + Ô 0 スタンプ作成をはじめる 5つの方法から選択 イラストを描く 写真を選択 +ボタンからスタンプ作成を はじめます。 キャンバス、カメラロール、 カメラ、またはアバターを使 イラストの内側は必ずぬりつ

った2種類の作成方法から選択

します。

スタンプに使いたい写真を選 択して、切り抜き方法を選び ます。切り抜き方法は「自動 きりぬき」「なぞる」「デコ フレーム」「かたち」「済し ゴム」の5種類。切り抜かない 場合は、「スキップ」を選択 してください。



LINE の着信を変更したい

LINE の「**ホーム」**から「設定」を選択して変更します。



通知

アプリを強制終了すると、通知が遅れたり、受信できない場合があり ます。



スマホの基本操作について

スマホの電源を切っている時に、電話の着信音はなるのでしょうか。

電源が切れている場合は、鳴りません。

自費出版について

電子図書の自費出版について知りたい

さまざま電子出版の方法があります。Word で作成した原稿で、アマゾンのキンドル版で電子書 籍を販売できます。原稿作成は、ちょっと専門的な知識が必要ですが、解説本やネットで紹介記 事が多いです。

Amazon で 「本 電子出版」で検索すると Amazon がお勧めする書籍があります。良さそう な本を購入してチャレンジしてみてください。

OCN のメールドレスをスマホで使いたい、その方法

OCN の以下のホームページにて OCN のメールを使う方法をご確認ください。

https://support.ntt.com/personal/purpose/detail/pid29000010lu



Zoom について

Zoom ホストのやり方

なるべくパソコンの Zoom をお勧めします。スマホの Zoom アプリではできません。

ヘッドホンやマイクの接続について

接続方法について

ケーブルは、Android の機種では可能な場合があります。iPhone では無線(ブルートゥース)が 標準です。今後は、Android の機種も無線(ブルートゥース)が主流になります。接続すること をペアリングといいます。

セキュリティ設定について

個人情報の自動収集について

なるべく安全のために、アプリ起動時に「今回限り」を選択しましょう。

お勧めの無料アプリはどこで探せばよいか

どのアプリが安心できるかは、多くの人が使っている、書店で販売されている書籍や雑誌で紹介 されているアプリが安心できると思います。参考までに、安心できるアプリを紹介します。

Docomo の場合

https://www.nttdocomo.co.jp/service/smart-life





dTVなら、テレビ・パソコン・タブレットでも動画が楽しめる!

てっぱんアプリ! 2022 年 記事一覧

https://k-tai.watch.impress.co.jp/docs/column/teppan/index2022.html

名作・話題作やここでしか見られないオリジナル作品が楽しめる!





お勧めの無料伝言アプリはどこで探せばよいか

今後はドコモ、AU、ソフトバンクの電話番号だけで、相互にインターネット があれば無料で使える「プラスメッセージ」(+メッセージ)が災害時の伝 言アプリとして活用できる予定です。



プラスメッセージ(+メッセージ)

+メッセージは、ドコモ、Au、ソフトバンクの携帯ユーザー向けに、電話番号を知っている相手 に対して、テキスト、スタンプや写真などの情報を送受信することができます。1対1でのメッ セージのやりとりだけではなく、複数人でのグループメッセージのやりとりもできます。ショー トメッセージの LINE 版のような機能です。災害時に伝言サービスを立ち上げる予定です。

アプリのインストール

< Android >



115

ドコモの場合の説明

https://www.docomo.ne.jp/service/plus_message/

AU の場合の説明

https://www.au.com/mobile/service/plus-message/

ソフトバンクの場合の説明

https://www.softbank.jp/mobile/service/plus-message/

従来の無料伝言サービス

Docomo の場合

災害用伝言版 詳しいご利用方法

https://www.docomo.ne.jp/info/disaster/disaster_board/guidance_sp/index.html#p01

Au の場合

au スマートフォンでの利用方法:災害用伝言板サービス

https://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/sp-usage/

ソフトバンクの場合

災害用伝言板とは

https://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/boards/

LINE の場合

災害など緊急時の"ホットライン"として LINE を活用しましょう

https://guide.line.me/ja/features-and-columns/emergency-tips.html

















2022年4月版

本テキストは令和3年度「はじめ てのスマホ寺子屋講座」(協賛 川 崎市教育員会)でも使われました。

本書のご意見・ご要望の連絡先

〒210-0844 神奈川県川崎市川崎区渡田新町1-4-9-201

特定非営利活動法人NPO福祉支援ゆうやけネット

デジタルボランティア・スマホ講座担当

電話:044-220-1588 Fax:044-272-9523

ホームページ https://yuuyake.or.jp



本書は令和3年度の助成金事業(公益信託中西茂雄高齢 者福祉基金)により作成しました。