



地域で活躍

スマホ相談ボランティア 教える用テキスト

[1. 0版]

教える対象



はじめてのスマートフォン
スタート応援ブック (Android)

[1. 0版]
筑西市

筑西市

目次

目次	1
1. 操作方法	2
2. ホーム画面の見方	3
3. 電話の使い方	4
4. 連絡先の新規作成	5
5. メールについて	6
6. 検索について	8
7. スマホ文字入力の仕方について	9
8. カメラアプリについて	10
9. アプリインストールについて	12
10. 地図アプリについて	13
11. スマホで使われる主なアイコン	14
12. おすすめアプリについて	15

【はじめに】

- (1) 本テキストは、筑西市スマホ相談ボランティア養成講座にて使用されることを目的として作成されています。個人で使用される場合はご自身の責任においてご活用ください。なお、**当講座以外の日時や場所で、本テキストの内容についての問い合わせには対応いたしかねます。スマホの操作方法その他ご不明な点については、お買い求めの店舗までお問い合わせをお願いします。**
- (2) 筑西市スマホ相談ボランティアは、活動要領に基づき、本テキストを使って無償でスマホの操作等を教えることができます。市スマホ教室で使用しているテキストを左側、スマホ相談ボランティアが教えるポイントをまとめたものを右側にガイドとして記載しています。
- (3) 紙面の都合上、以下の通りに記載を短縮しています。
 - ・ **スマホ相談ボランティア…「講師」**
 - ・ **ボランティアに相談をする方…「相談者」**
- (4) 本テキストは、「デジタル活用支援」（デジタル庁デジタル活用支援推進事業）の主旨に基づき、以下の教材の画像や説明をアレンジして使用しています。

（参考文献）

デジタル庁『電源の入れ方、ボタン操作の仕方を知ろう』『電話、カメラを使おう』『地図アプリを使おう』『新しくアプリをインストールしてみよう』（いずれも令和5年5月）
<https://www.digi-katsu.go.jp/>

- (4) 本テキストに掲載されている画面は原則としてAndroid（AQUOS Sense7 または Google Pixel 8a）を使用しています。お手元の機種によって一部画面と異なる場合があります。

1. 操作方法

電源を入れたら、スマホの最も基本操作である「押す」と「なぞる」を覚えましょう。「押す」動作を「**タップ**」、「なぞる」動作を「**スワイプ**」と言います。次に「拡大」（ピンチアウト）と「縮小」（ピンチイン）を覚えましょう。

操作（通称）	動作	使用する場面
「押す」（ タップ ） 	指で画面を トンと軽く叩く スマホで最も基本的な動作	使用頻度の高い操作で、電話番号の入力、文字の入力、アプリの起動などで使用
「なぞる」（ スワイプ ） 	画面を押したまま、 上下左右に指を動かす 動作	やや使用頻度の高い操作で、ホーム画面を左右、上下などで使用
「拡大」（ピンチアウト） 「縮小」（ピンチイン） 	二本の指 を画面に置いて、開いたり、閉じたりする動作	地図や写真の拡大、縮小などに使用します

ポイント

タップのコツ（タップしてもうまく反応しないとき）

- ☑ 画面に触れた瞬間に指がずれていないか（強く押しすぎていないか）
- ☑ 押す場所がずれていないか（下にずれていることが多い）
- ☑ 指が乾燥していないか
- ☑ スマホの画面が濡れていないか
- ☑ シニア向けスマホの場合、タップは少し長めに押す



本章の目標

相談者が「タップ」、「スワイプ」、「ピンチイン、ピンチアウト」の操作を体験し、慣れること。

講師のスマホを相談者に見せて、実演をしてみましょう。



「タップ」と「スワイプ」を実演する際は、講師のスマホにあらかじめ以下の「**あそんでまなべる 日本地図パズル**」をインストールしておき、そのうえで実演するとよいでしょう。その後、可能な方はスマホを相談者に貸して操作してもらい、操作に慣れてもらうのが効果的です。



ゲーム＞都道府県ビギナー＞「スタート」で開始

「タップ」、「スワイプ」の操作を体験させ、慣れさせる。（目安：5分程度）
※本アプリはピンチイン、ピンチアウトはできません。

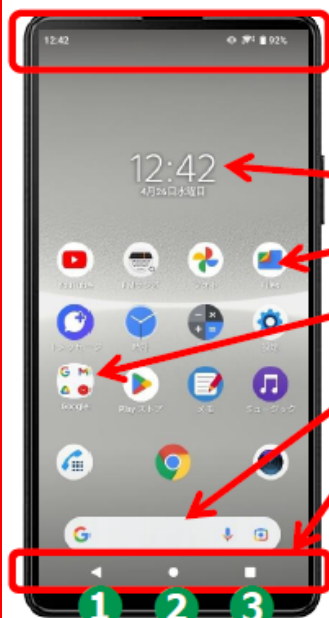
相談者が操作に慣れてきたら、アイコンをタップする際に反応しないケースを簡潔に説明しましょう。

※補足※
スマホの画面（タッチパネル）は、指とタッチパネルの間の静電気を感知して動作する「**静電容量方式**」が採用されています。そのため、ディスプレイ面が水で濡れているとタップしても感知されにくくなります。

2. ホーム画面の見方

「ホーム画面」や「クイック設定パネル」の見方を覚えましょう。

(1) ホーム画面



ステータスバー	88% バッテリー残量 通信電波の状況 Wi-Fiの接続状況 メール受信通知 など
時計	日付をタップするとカレンダーが起動する。
アプリ	アプリケーションソフトウェアの略
フォルダ	複数のアプリをまとめることができる。
検索バー	文字を入力し検索をすると、インターネットの検索と同じことができる
ナビゲーションバー	原則、どの画面を開いていても常に表示されている。消すこともできる。
① 戻るボタン	ひとつ前の画面に戻る。
② ホームボタン	どの画面を開いていても、現在のこのホーム画面に戻ることができる。
③ タスク管理	バックグラウンド（後ろ側で待機）、アプリ終了、切り替えなどができる。

本章の目標

相談者が「ホーム画面」、「クイック設定パネル」に記載される基本的な操作に慣れること。

講師は、相談者スマホのホーム画面を一緒に見ながら一通り説明し、**ホームボタン、戻るボタン、アプリ終了の実演**をしてください。

【注意】

ホームボタンや戻るボタンがない端末は、以下の操作を実演してください。

(1) ホーム画面へ戻る



下部からスワイプ 枠外をタップ ホーム画面

(2) ひとつ前へ戻る



左端からスワイプ 左矢印が表示されたら離す ひとつ前へ戻る

(3) アプリ終了



下部からスワイプ 上部へスワイプ ホーム画面

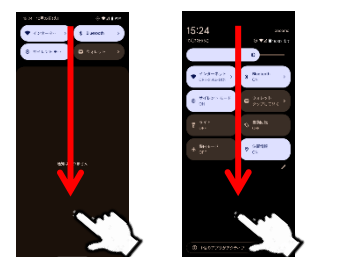
(2) クイック設定パネル（画面の上部から引き出せる通知パネル）

上から下へのスワイプを2回繰り返すと、「クイック設定パネル」が表示されます。



戻りたい場合は「ホームボタン」で戻れます

ステータスバーを2回下げる操作を実演してください



そのうえで、
 (1) マナーモード（サイレントモード）の設定
 (2) ライト機能
 (3) 画面明るさの調節についてそれぞれ実演する。

3. 電話の使い方

(1) 電話画面（基本的な電話のかけ方）

① 甲をタップします。 ② 番号をタップしたら、で電話をかけます。 ③ で電話を切ります。

検索バー	連絡先を検索できます。 をタップすると、音声での入力ができます。
通話履歴	これまで通話した記録が一覧で表示されます。
ダイヤルキー	ダイヤルをタップするための キーパッド が表示されます。
連絡先	電話帳の一覧が表示されます。

(2) 電話を受ける

スマホを使っていないときの表示



① 実演
スマホを使用中のときの表示



(3) 通話中の画面

② 実演



接続状態	「接続しています」は相手を呼んでいる状態です。繋がると 時間表示 になります。
ミュート	電話をかけたままの状態でこちらの声を相手に聞こえないようにします。
キーパッド	ダイヤルをタップするための キーパッド が表示されます。
スピーカー	スピーカーにすることで、スマホから 耳を離して 通話ができます。

本章の目標

相談者が電話の受け方を理解すること。バックグラウンド通話などの注意点を理解すること。

市スマホ教室に参加された方の多くは、電話の基本的な受け方やかけ方についてある程度身に付いているような印象でした。講師は相談者の技量により、実演するかどうかを判断してください。

電話の受け方を一通り説明する。

【①実演】

講師が相談者に実際に電話をかけ、相談者が電話に出ることを体験してもらうとよいでしょう。



通話時の画面について、テキスト内容を一通り説明する。

※①の実演の続き

講師からの通話を相談者のスマホで受けた状態で、以下の実演をしてください。

【②実演】

講師は、通話状態の相談者のスマホに対して、以下それぞれのボタンを押して実演してください。

- (1) ミュート
- (2) スピーカーフォン
- (3) 保留

バックグラウンド通話における注意点について説明をお願いします。

(1) きちんと通話が切れていない場合で、電話アプリが背後に回ってしまうと「バックグラウンド通話」となり、気がつきにくい表示となること

(2) バックグラウンド通話により**電話をかけた方が高額な通話料を負担することになる可能性がある**ので注意が必要です。

4. 連絡先の新規作成

連絡先に新しく連絡先を登録する方法です。「連絡先」から登録する方法と、「着信履歴」から登録する方法を紹介します。

(1) 「連絡先」から登録する方法

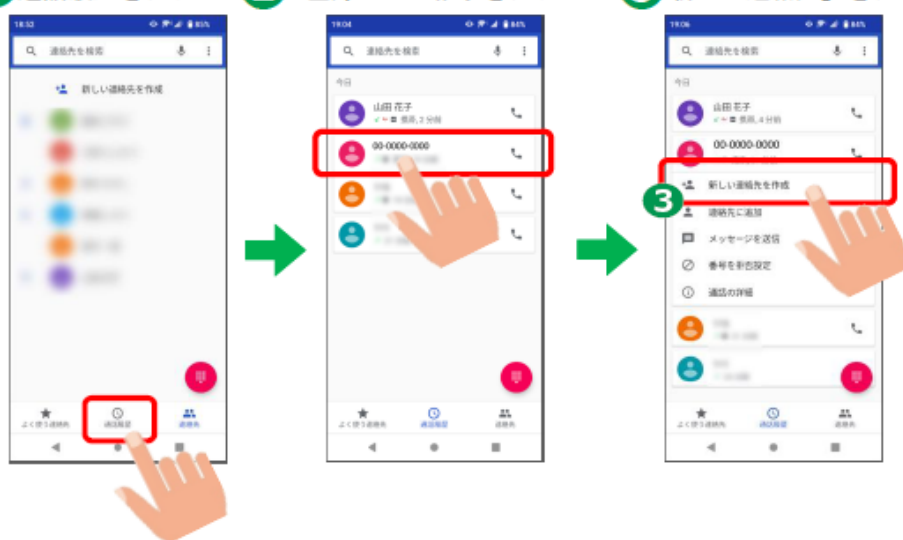
- ① 「連絡先」をタップ ② 「新しい連絡先」をタップ ③ ④ 情報を入力し「保存」



筑西市役所の代表番号で登録の練習をしたい場合
「0296-24-2111」

(2) 「連絡履歴」から登録する方法

- ① 通話履歴をタップ ② 登録したい相手をタップ ③ ④ 新しい連絡先をタップ



本章の目標

相談者が連絡先の作成、削除ができるようになること。

【実演】

講師のスマホで電話帳アプリを立ち上げ左記の手順から追加の手順を実演してください。

実演の後、相談者の通話履歴などで未登録の電話番号などがあれば、相談者に登録を体験させてください。
(ない場合はスキップしてもよい)

新規追加の方法を伝えた後は、**連絡先の削除の仕方**も説明してください。

※これまでのスマホ教室での電話帳に関する質問で**最多**！

亡くなった知人の連絡先を消したい…

シニア向けスマホの場合

- (1) 電話帳アプリを開く
- (2) 該当者を**長押し**、「削除」を押下
- (3) 「本当に削除しますか？」を「はい」

その他のスマホ

- (1) 電話帳アプリを開く
- (2) 該当者を選択
- (3) 電話帳ページ下部の「削除」を押下
- (4) 「本当に削除しますか？」を「はい」



5. メールについて

(1) スマホで利用できるメールサービス

Gmail (ジーメール)	Android であれば標準で入っています。Google のアカウントを登録すれば アカウント名@gmail.com でメール送受信できます。
SMS (ショートメッセージ)	相手の電話番号が分かれば送信できるメールです。ただし1回のメッセージにつき「 通話料 」が発生します。(3~33 円程度)
キャリアメール	通信回線を提供する通信会社「キャリア」(DOCOMO、au、ソフトバンク、楽天モバイルなど)の提供するメールサービス。

※LINE「ライン」については、『スタート応援ブック (LINE 編)』を参照ください。

(2) メールの作成画面

ホーム画面から Gmail を起動したら、「**メール作成**」をタップすると、次の画面になります。それぞれのアイコンや項目は次のとおりです。

送付	作成したメールを宛先に送付します。
添付	画像や資料をメールと一緒に送付できます。
宛先	送付先のアドレスを入力します。アドレス登録されていれば予測変換されます。
件名	メールの用件を簡潔に入力しましょう。(例：商品受領の報告について)

メールは「**手紙**」と同じです。
左の例を参考に、本文には以下の内容を入れるのが一般的です。

- ・相手先へのあいさつ
- ・本文の内容 (簡潔に)
- ・自分の名前

豆知識

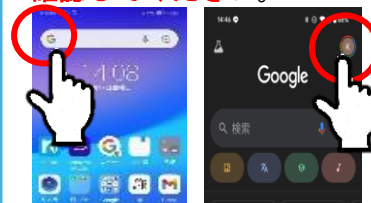
宛先の ▾ をタップすると、宛先の他に「Cc」と「Bcc」が表示されます。Cc と Bcc にアドレスを入れると宛先以外の人にも同時にメールが届きますが、以下のような違いがあります。Cc は、宛先人からも Cc のアドレスが見えます。Cc は「宛先ではないけれど、参考として送付している」という意味合いで使用されます。Bcc に入力したアドレスは、宛先人や Cc のからは見えません。「Bcc の人にもこっそりメールの内容を見てほしい場合」に使用されます。

本章の目標

メールについてと題していますが、ここでは相談者が自身のアカウント ID を認識することを目指します。
相談者が希望した場合、メールの作成、送信ができるようになること。

【実演】

メールの説明を終えた後、**講師のアカウント ID 確認を実演**し、その後に**相談者のアカウント ID を一緒に確認**してください。



その際に以下を説明。

- (1) アプリをダウンロードする際に必要
- (2) 機種変更する際に必要
- (3) Google のメールアドレスを所有している人はそのアドレスをアカウント ID として登録すればよい

市スマホ教室では、携帯ショップなどで初期設定された Google アカウントを認識していない方が多く見受けられました。

SMS「ショートメッセージ」は、Android では「メッセージ」というチャット形式のアプリとなっています。電話番号さえ分かれば送信できるので、必要に応じて実演してください。ただし、送信者側が**従量課金を負担**することはご認識ください。



ワンポイント

LINE 等のチャットツールが普及したため、**相談者がメールを使用する頻度が減っています**。

相談者に利用予定がないようであれば、上記のように **Google アカウント / apple ID を確認させるにとどめ**、メールではなく SMS や LINE 等のチャットツールを紹介してもよいでしょう。

(3) 自分のメールアドレス

自分のメールアドレスを確認して、書き留めておきましょう。

メール/ID	@ gmail.com											
パスワード												

記入例（大文字・小文字・数字・記号など間違いないように管理しましょう）

メール/ID	■■■■■■■■■■■■■■■■ @ gmail.com											
パスワード	0	0	i	1	z	2	b	6	q	9	#	A
	小	数	小	数	小	大	小	数	小	数	記	大

(4) SMS、+メッセージ、LINE の一覧表

項目	SMS	+メッセージ	LINE
送れる相手	携帯利用者	+メッセージ利用者	LINE 利用者
宛先	電話番号	電話番号	LINE の ID
送信文字数	全角 670 文字	全角 2,730 文字	約 1 万文字
料金	1 通 3~33 円	通信料のみ	通信料のみ
送れる内容	テキストのみ	テキスト・画像 スタンプ・位置情報	テキスト・画像 スタンプ・位置情報 電話・ビデオ通話
グループ メッセージ	不可	可能	可能

メールを使用する方は、左の表にメールアドレスとパスワードを記録しておくように案内しましょう。

※パスワードは他の人に見せないよう相談者に伝えてください

LINE をまだインストールされていない方でインストールを希望される場合には、その支援をしてください。

LINE インストール
QR コード(Android)



※アプリインストールにはアカウントが必要

「+メッセージ」とは

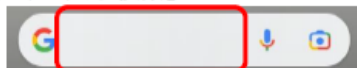
NTT ドコモ、KDDI、ソフトバンクの3社が提供するメッセージアプリで、電話番号を利用してメッセージの送受信ができます。

なお、Android のアプリは docomo、au、softbank の事業社毎にアプリが分かれています。iOS 版のアプリは共通です。
なお、相談者が SMS や LINE を使用する場合はあえて説明する必要はありません。

※あまりニーズがないため市スマホ教室でも説明を省略することが多いです。

6. 検索について

(1)「文字検索」について



キーボード入力でインターネット検索します。
同時に、スマホ内のアプリも検索されます。



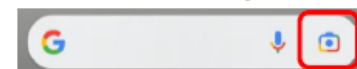
(2)「音声検索」について



ボタンをタップして、画面に「認識中」と表示されたら、「今日のニュース」など話しかけて検索



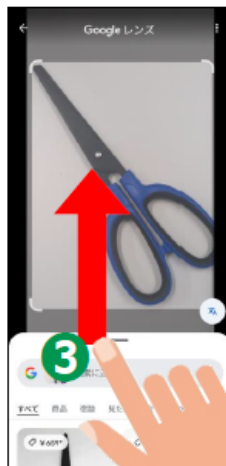
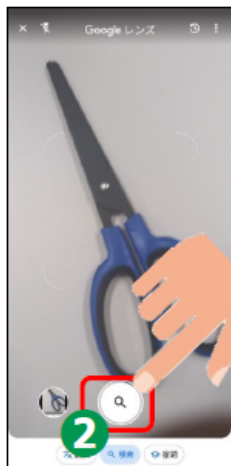
(3)「画像検索」(Google レンズ)について



- ① ボタンをタップ
- ② カメラが起動し、調べたい物をかざしたら「Q」をタップ
- ③ 検索結果が表示されるので上にスワイプ

※草花や店、色々なものを写真で検索できます。「QR コード」や「バーコード」も検索できます。

※「宿題」「翻訳」に切り替えると、計算や翻訳ができます。



本章の目標

検索には3種類あることを理解すること。それぞれの検索方法を試してみることに。

【実演①】

文字入力は次章で扱います。**文字入力分からない相談者の場合は、講師が実演してください。**

- (1)「筑西市」と検索
- (2) 検索結果ページを見せる
- (3) 筑西市ホームページのトップページを見せる

【実演②】

講師が音声入力を実演した後、相談者のスマホで相談者が音声検索の体験をさせるとよいでしょう。
例「筑西市立中央図書館」「あけの元気館」

【応用】

鼻歌等で、音楽の検索も可能です。その場合はさらに「曲の検索」を押下し、曲を鳴らしてください。

【実演③】

講師がペットボトルなどを使って、Google レンズ検索を実演してください。続けて、**左のQRコードの読み取りを実演した後、相談者にQRコードの読み取りを練習**させてください。

練習 1

右の図は筑西市役所の公式ホームページのQRコードです。こちらをGoogle レンズでかざし、ホームページを確認してみましょう。



練習 2

右の計算を「宿題」で解いてみましょう。 $1+2 \times 3+4 \div 2-3+1=$

練習 3

ベトナム語を「翻訳」してみましょう。Xin chào. Hôm nay thời tiết đẹp

7. スマホ文字入力の仕方について

スマホの文字入力には「**トグル入力**」と「**フリック入力**」があります。

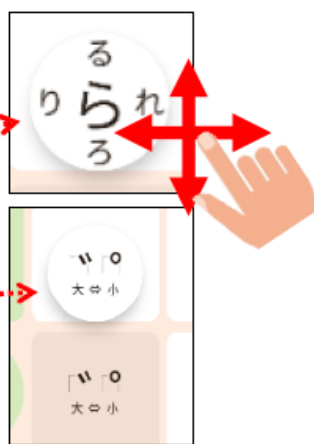
「トグル入力」は、複数回押して入力する文字を決定する方法です。

「**フリック入力**」は、長押しして入力する文字（上下左右）を決定する方法です。慣れると便利です。ここではフリック入力を紹介します。

・フリック入力

「あ段」「か段」などを長押しし、入力したい段を上下左右で**少しスワイプ**して文字を選択し、**指を離すと入力**されます。

なお、「だ」など濁点文字や「い」など小さい文字を入力する場合は、**文字入力した後**に、左下の「」ボタンをタップします。



記号や顔文字のキーパットを切り替える
ひらがな→英語→数字に切り替わる

入力した文字を削除する
一文字分のスペース（空白）を入力する
入力した文字の確定や検索

本章の目標

相談者が**トグル入力**と**フリック入力**の違いを理解し、**フリック入力**の練習をして慣れる。

【実演】

講師のスマホで、トグル入力とフリック入力の違いについて実演してください。

トグルで「筑西」
フリックで「筑西」

その後、フリック入力の方が慣れると入力が速いことを説明し、講師が以下の文字をフリック入力してください。

「ちっくん」
「チューリップ」
「Cafe123」



【演習】

相談者にさきほど講師が打った以下の文字をフリック入力してもらい、入力する技量を確認しましょう。

- ☐ 筑西
- ☐ ちっくん
- ☐ チューリップ
- ☐ Cafe123

（チェックポイント）

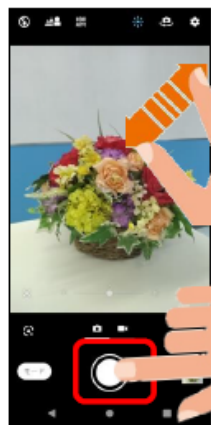
- ☐ **漢字変換**ができるか
- ☐ 小さい「つ」や「ゆ」が入力できるか
- ☐ 伸ばし棒「ー」が入力できるか
- ☐ **英数字**が入力できるか
- ☐ 英語の**大文字**が入力できるか

※英数字は大文字小文字を使い分ける必要があり、特に**パスワード入力**で**必要な操作である**ことを説明してください。

8. カメラアプリについて

(1) カメラアプリで何ができるの？

写真や動画の撮影ができます。※撮影後は写真アプリに保存される



1

画像の拡大・縮小（ズームイン・ズームアウト）

2

シャッターボタンをタップして撮影

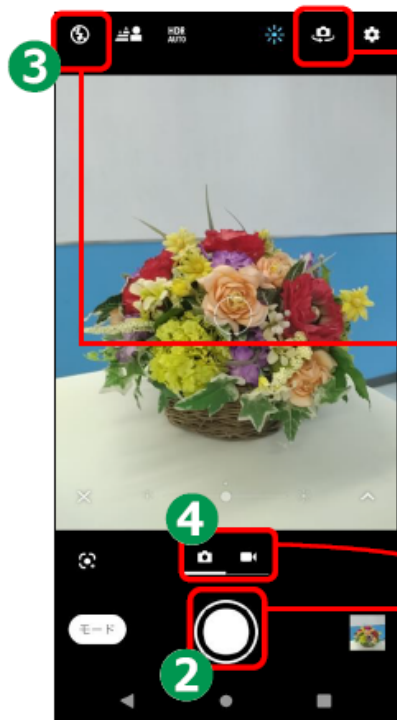
活用例

カメラ活用例

- ☑ 買いたい商品を撮影しておく
- ☑ 買い物の前に冷蔵庫の中を撮影して在庫記録
- ☑ よく使うバス停の時刻表を撮影
- ☑ 駐車場に停めた車の位置を撮影

(2) 写真や動画の撮影の仕方

カメラは機種により操作方法が異なります。ご自身のスマホのカメラを起動して操作に慣れましょう。



1

背面カメラと
前面カメラの切り替え



2

シャッターボタン



3

フラッシュの
オフ/オン/オート



4

カメラ/ビデオ切り替え



本章の目標

相談者がカメラアプリの基本的な機能を理解し、写真と動画の基本的な撮影ができるようになる。

【実演】

講師は自身のスマホを使って、以下の手順を実演してください。

- (1) 講師はカメラアプリを立ち上げる。
- (2) ピンチイン・ピンチアウトの実演をする。
- (3) ペットボトルのお茶などの写真を一枚撮る。（メインカメラ）
- (4) 前後カメラ切り替えをする。
- (5) フロントカメラで写真をもう一枚撮る。（自撮りをする）
- (6) 前後カメラ切り替えをしてメインカメラに戻す。
- (7) **写真とビデオの切り替えをする。**
- (8) 3秒ほどの短い動画を撮影する。（メインカメラ）
- (9) 写真の保存先を確認する。

その後、相談者に自身のスマホでカメラアプリを起動させ、(1)～(9)の手順を実演させてください。



【応用】

写真を撮ることが好きな相談者であれば、「**ポートレートモード**」で被写体以外を「ぼかす」撮影テクニックがあることを実演してあげましょう。また、パノラマやスクエアなどで画角が変化することを説明してあげるとよいでしょう。

※写真に特に興味のない相談者であれば省略してください。

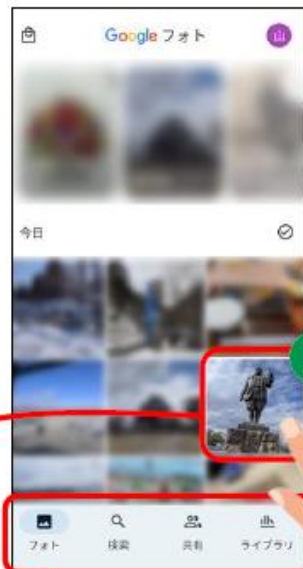
(3) 保存先の写真アプリの確認方法

① ギャラリーやアルバム、フォト「」をタップする

※機種によってアプリが異なります。



※「Google フォト」バージョン：
6.35.0.528633447



② 確認する
写真を
タップ



③ 拡大表示
される

さらに拡大して見たい場合
ピンチイン・ピンチアウトすると写真を
拡大・縮小して見ることができます。

写真を削除したい場合
ゴミ箱マークの「削除」のボタンを
タップすると、**写真の削除が完了**します。

【実演①】

- (1) 講師は、アルバムや Google フォトに 10 頁の実演 (3) で撮影した写真があることを相談者に見せてください。
- (2) その後、その写真を選択し、**グーグルレンズ検索のように検索ができる**ことを実演してください。



【実演②】

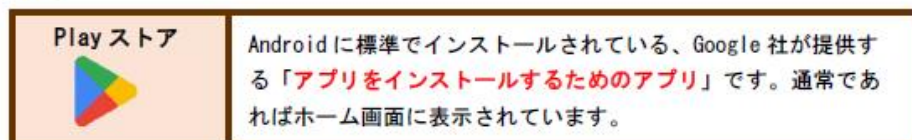
- (1) 講師は、10 頁の実演で撮影した写真 2 枚と動画 1 本を削除する実演をしてください。(その際、一枚削除、複数選択削除の説明をしてください)
- (2) 実演後、相談者も撮影した写真 2 枚と動画 1 本を削除する体験をさせてください。

【ポイント】

スマホには容量があり、大きな動画ファイルは容量を圧迫することを伝え、**撮影に失敗した写真や不要な動画ファイルなどを定期的に削除する**とよいことを伝えましょう。

9. アプリインストールについて

インストールとは、スマホに新しいアプリ（ソフトウェア）を取り込んで使えるようにすることです。様々なアプリがありますが、インストールするアプリはGoogle社から安全であると認証を得ている「**Playストア**」からインストールしましょう。また、**無料・有料があるので**注意してください。



1 アプリ名を入力し検索 2 インストールをタップ 3 開くをタップ



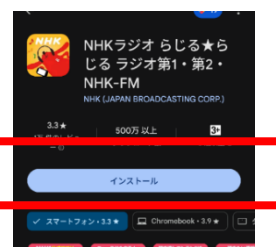
本章の目標

相談者がアプリのインストールには、アカウントが必要であることを理解し、アプリをインストールできるようになる。

【実演】

講師は左記の説明をした後自身のスマホで以下の手順を実演しましょう。

- (1) Playストアを起動
- (2) 検索バーに「**らじるらじる**」と入力
- (3) 「**NHKラジオ らじるらじる**」アプリをインストール
- (4) ホーム画面にインストールしたアプリが表示されること確認



※講師が当該アプリをインストール済みの場合、あらかじめアンインストールしておき、新規インストールする画面で実演するとよいでしょう。

先ほど見せた講師の手順の通り、相談者が(1)～(4)を体験できるようにしてください。

練習

無料のNHKアプリ「**らじるらじる**」をインストールしてみましょう



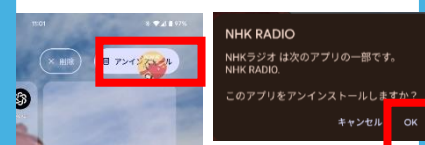
「らじるらじる」を使わない人は「**アンインストール**」しましょう

- (1) ホーム画面で「らじるらじる」を長押し
- (2) 長押ししながらアプリを画面上に動かし、「**アンインストール**」の上で指を離す
- (3) 「**このアプリをアンインストールしますか？**」と表示されたら「**OK**」をタップ



なお、相談者が本アプリを不要とする場合は、アプリのアンインストールを支援してください。

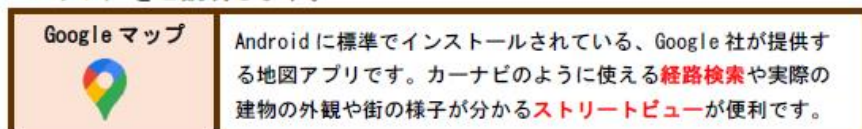
- (1) ホーム画面でアプリ「**NHKラジオ らじるらじる**」を長押し
- (2) ホーム画面上部にドラッグし、「**アンインストール**」にドロップする
- (3) 「**このアプリをアンインストールしますか？**」と表示されたら「**OK**」



※「**削除**」はホーム画面から削除されるだけで、端末にアプリが残ったままとなるので注意

10. 地図アプリについて

地図を見るアプリは様々ありますが、ここでは「Google Map」（グーグルマップ）をご説明します。



地点を検索（文字・音声・画像）できます。

例：近くの駅・コンビニ・観光施設等

項目別に地図から検索できます。

地図の種類を変更できます。

- (1) デフォルト
- (2) 航空写真
- (3) 地形

地図はピンチイン・ピンチアウトで拡大縮小し、スワイプで移動します。店舗や公共施設をタップすると情報が得られます。

現在地へ戻ります。

経路検索で目的地までの道順を検索できます。

（車、鉄道、徒歩）

近くにあるおすすめの食事・観光スポットを検索できます。

豆知識

道路を長押ししたときに左下に表示される小窓をタップすると、「**ストリートビュー**」に切り替わり、実際にどのような場所か、全方位の写真で確認することができます。



本章の目標

相談者が地図アプリの見方を理解し、目的地を設定し、経路を選択し、ナビゲーションをすることができる。

【実演①】

講師は左記の説明をした後、以下の手順を実演しましょう。

- (1) 目的地に「**筑西湯遊館**」と音声入力で検索
- (2) 「経路」を選択
- (3) 「車」を選択
- (4) 「出発点」を「**筑西市役所**」に指定する
- (5) 「ナビ開始」を選択
- (6) ナビモードになったことを確認

※実演後は、ナビモードを解除ください。

講師の実演が終了したら、相談者に色々な目的地を検索し、ルート検索も「電車」や「徒歩」によって変わることを教えながら、様々なナビを体験させてください（3分程度）

【実演②】

講師は以下の手順を実演して相談者に見せてください。

- (1) 目的地に「**しもだて美術館**」と検索
- (2) 地図上のストリートビューのプレビューを押下する。または、近隣の道路を長押しする。
- (3) ストリートビューの画面に切り替わる

※**目的地の建物の外観を予め確認することができる**などストリートビューの有用性を適宜補足してください。

本章の目標

相談者がスマホで使われる主なアイコンや用語を理解ができる。

11. スマホで使われる主なアイコン

メニュー 	アプリやウェブサイトで、設定項目一覧が表示されます。選択すると、プルダウンなどで新しいウィンドウが開いたり、メニューバーが表示されたりします。
設定 	タップすると、スマホの様々な設定をすることができます。 Wi-Fi の接続、Bluetooth の接続、文字の大きさ変更、画面ディスプレイ設定、システムアップデートなどができます。
共有 	閲覧しているウェブページや画像などを他のメールアドレスやLINEの「友だち」などに共有することができます。
ダウンロード 	ダウンロードは、アプリや画像・動画ファイルをインターネットからスマホに移動させることです。ダウンロードしたデータはスマホの中に蓄積されます。
Wi-Fi 	インターネットに接続するための無線の電波です。スマホの回線を使わずに、Wi-Fiに接続することでインターネットに接続できます。飲食店や市役所や公民館などに設置されています。
音声入力 	音声認識を起動するためのボタンです。音声で文字入力をしたり、音声を送付したりすることができます。詳細は本書8頁をご覧ください。
送信 	Gmail（本書6頁）やLINEなどで、メッセージを相手方に送信するときにタップするマークです。
Bluetooth 	スマホをワイヤレスイヤホン、スピーカー、マウス、プリンターなどの機器に接続するための無線電波を表しています。接続する機器がBluetooth対応していなければ接続できません。
検索 	検索したい場合は、このマークをタップすると検索が開始されます。詳細は、本書8頁をご覧ください。

左記に参考として主なアイコンを掲載します。相談者の技量により、特に説明の必要がないようであれば省略してもよいでしょう。



12. おすすめアプリについて

本章の目標

相談者が行政の提供するアプリや利便性の高いアプリを認識し、その特徴を理解する。

【実演】

講師は相談者に以下の手順を実演しましょう。

- (1) Play ストアを起動
- (2) 「筑西 ごみアプリ」と入力
- (3) 「筑西ごみアプリ」アプリをインストール

QR コードからごみアプリのインストールページに入りたい場合は、以下の QR コードを使用してください。(Android)



ごみアプリを使用するには、以下の**地区設定**を行う必要があります。続けて実演しましょう。

- (1) ホーム画面の「ごみアプリ」をタップ
- (2) アプリ起動画面が表示される
- (3) 「エリア設定」で**お住いの地区を選択**し、「保存」をタップ
- (4) 設定完了



「ちくせいごみ分別アプリ」(無料)

今までごみカレンダーやホームページでしか確認できなかったごみの日の排出日や分別方法などが気軽に確認できるようになりました。忘れやすい不燃ごみや資源物の排出日を通知できるようになっています。(筑西市)



「マイナポータル」(無料)

子育てや介護など、行政手続きのオンライン窓口です。申請のほか、行政機関等が保有するご自身の情報の確認や行政機関等からのお知らせ通知などのサービスを提供します。(デジタル庁)



「Yahoo!天気-雲や台風の接近がわかる天気予報アプリ」(無料)

- ・高性能・雨雲レーダー・雨雲の接近を通知でお知らせ
- ・台風の接近を通知でお知らせ・時間ごとの詳細な天気予報もわかります
- ・全ての機能が無料で利用できます。



「Yahoo!乗換案内アプリ」(無料)

LINE ヤフー株式会社が提供する路線情報を提供する無料スマートフォンアプリです。乗換案内検索、運行情報の確認、時刻表閲覧といった基本機能に加え、ビジネスシーンも含む日々の生活に役立つ機能が多く搭載されています。



民間放送アプリ「radiko」(無料)

今いるエリアで放送しているラジオ番組を聴くことができるアプリです。ライフスタイルに合わせて、日常のさまざまなシーンでラジオを聴くことができます。

■ アラート設定 前日や当日に収集日を通知します。



メニューアイコンを選択します。



「設定」を選択します。



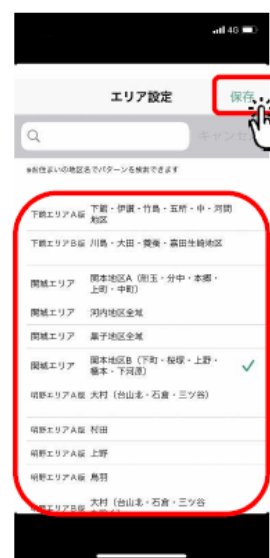
- ①「アラート項目設定」を選択
- ②「アラート時刻設定」を選択



①希望する項目を選択します。



②時刻を選択し、チェックをONにします。



※画面はiOS端末です。

[illegible]

Coffee Break



「シニア向けスマホ」について

キャリアの販売する「らくらくフォン」等のいわゆる「**シニア向けスマホ**」は、通常のスマホと比較すると、画面やアイコンの配置（インターフェース）が大きく異なります。

また、機種により画面構成が異なりますが、下記のモデルが代表的なインターフェースとなります。

ホーム画面の見方



ステータスバー	バッテリー残量や電波状態、通知などが表示
検索バー	検索バーが表示されます。
アプリフォルダ	各種アプリが格納されています。
ホームボタン	ホーム画面に戻ります。「戻る」や「終了」ボタンが表示される機種もあります。

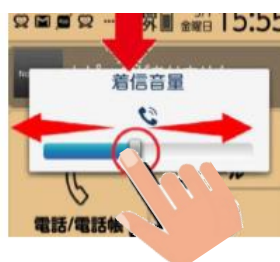
クイック設定パネル

ステータスバーを長押しすると表示される機種、ホームボタンを2回押すと表示される機種があります。

マナーモード及び着信音量設定

電源ボタンを長押しすると、マナーモード設定ができます。

着信音量については、ボタンを押して、画面に表示されたバーを左右に調整してください。



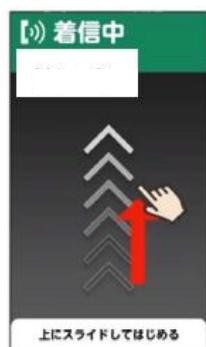
電話の使い方



電話帳	電話帳から発信することができます。新規登録もこちらのボタンから行います。
ダイヤル発信	ダイヤル画面が表示され、電話番号を入力して発信します。
履歴	着信履歴を検索し、履歴から発信できます。

電話に出る

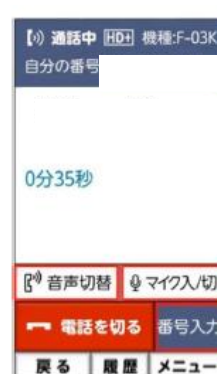
画面がオフの時



スマホを操作中の時



通話中の画面



文字入力画面



文字	ひらがた、カタカナ、英数字など文字を切り替えます。
> (進む)	電話帳から発信することができます。新規登録もこちらのボタンから行います。
削除	入力した文字を削除します。
検索	入力文字の確定、または検索をします。
機能	濁点、半濁点、小文字に切替をします。



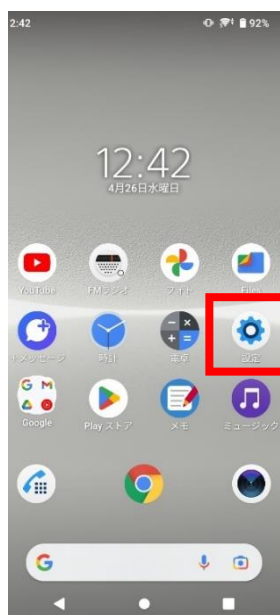
セキュリティ対策 その1

「使っているスマホのOSを常に最新化しておきましょう！」

OSを提供するGoogle社やApple社では常にAndroidやiOSなどスマホのOSのバグや脆弱性に対する改修を行い、「セキュリティパッチ」として配っています。

お手持ちのスマホが最新の状態に保たれているか、定期的に確認をしておくことがセキュリティ対策の基本です。以下の手順を参考に、お手持ちのスマホの状態を確認し、**最新化されていなければアップデートをしましょう**。アップデートをする際は、データ通信量が多くなりがちなので、Wi-Fi接続かつ充電器接続をするとよいでしょう。

※最近の機種では自動的にアップデートされるものがあります。



(1) 「設定」をタップ



(2) 「システム」をタップ



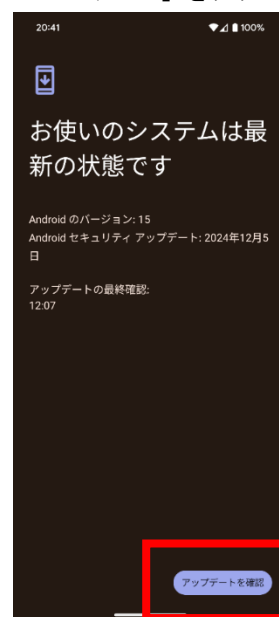
(3) 「ソフトウェアのアップデート」をタップ



(4) 「システムアップデート」をタップ



(5) 上記のメッセージがあればOK。終了



(6) 更新が必要な状態であれば「アップデート」をタップ

※数分から数十分かかることがあります

セキュリティ対策 その2

「不審な電話」からの着信！どうすれば？

スマホを所持していると様々な電話を着信することになりますが、中には**身に覚えのない電話番号からの着信**について相談を受けることがあります。

少しでも不審だと感じた場合は、すぐには電話に出ず、その電話番号をGoogle ChromeやSafariなど「検索ブラウザ」で検索することを相談者に勧めてください。(8頁参照)。

その場合、「着信履歴」から該当の電話番号を長押しすると、「**電話番号をコピー**」とポップアップされるので、これをタップし、検索ブラウザに「貼り付け」をして検索してみてください。(※間違えて電話をしないように注意してください)

「電話帳ナビ」などのサイトから検索し、**それが迷惑電話である場合、事前に書き込み報告**がされていることがあります。迷惑電話をする事業者は特定の番号を使って営業をするために、書き込みがあれば迷惑電話であるかを特定することができます。そのような電話番号は着信履歴の画面に戻り、「**ブロックして迷惑電話として報告**」をタップしましょう。

なお、海外からの発信の場合は電話番号の頭に「+」で始まります。身に覚えがない場合は、**着信を無視するか、「ブロックして迷惑電話として報告」をタップ**しましょう。

スマホトラブル対策

スマホがフリーズした！「再起動」のススメ

市スマホ教室を実施する中で、「**スマホの動作が遅い**」、「**突然アプリが固まってしまった**」等のご質問をいただくことがあります。そのような場合、アプリの画面を閉じても背後で起動しているアプリが存在し、それらが複数処理を行うことでスマホがフリーズ（固まって）しまうことがあります（ビジー状態といいます）。そのような場合は、3頁目に記載した手順で背後に起動しているアプリを終了させることも有効ですが、もっと単純な解決手法はスマホを「**再起動**」することです。

再起動をすることで、背後で起動しているアプリはすべて強制的に閉じられ、不具合を起こしているOSも元に戻るなど、**再起動することによって事象が解消することが多い**です。講師の皆さまは、そのような質問を受けた場合、再起動することで相談者をご支援ください。

それでも改善が見られない場合は、販売元やメーカーに修理を依頼することをご検討いただくよう相談者に勧めてください。