



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

目次

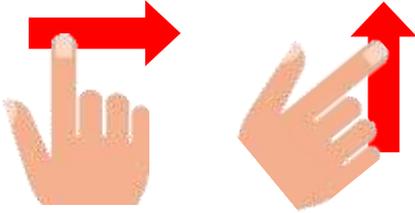
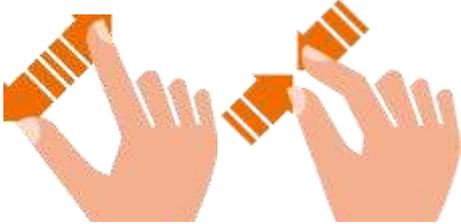
目次.....	1
1. スマホを触ってみよう.....	2
2. ホーム画面の見方.....	3
3. 電話の使い方.....	4
4. 連絡先の新規作成.....	5
5. メールについて.....	6
6. 「検索バー」の使い方について.....	8
7. 文字入力の仕方について.....	9
8. カメラアプリについて.....	10
9. アプリのインストールについて.....	12
10. 地図アプリについて.....	13
11. スマホで使われる主なアイコン.....	14
12. おすすめアプリについて.....	15

【はじめに】

- (1) 本テキストは、筑西市スマホ教室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、**本市主催のスマホ教室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。
- (3) 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. スマホを触ってみよう

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、縮小などに使われます

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（強く押しすぎているか）
- ☑ 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



アイコンの**すこし上**を押すイメージで

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。

(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。



画面明るさ調整	
Wi-Fi 接続	
マナーモード	
通常モード 音が鳴り、振動します マナーモード 音は鳴らず、振動します サイレントモード 音は鳴らず、振動しません	
懐中電灯	

戻りたい場合は「**ホームボタン**」で戻れます

3. 電話の使い方

(1) 電話画面（基本的な電話のかけ方）

①  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



スマホを使用中のときの表示



(3) 通話中の画面



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は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。

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

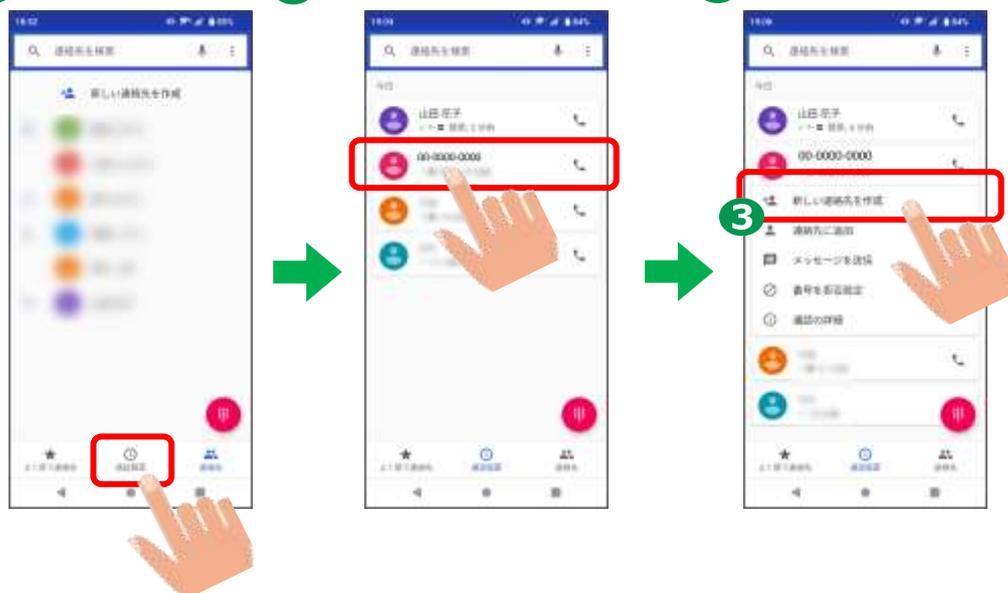
- ① 「連絡先」をタップ ② 「新しい連絡先」をタップ ③ ④ 情報を入力し「保存」



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



5. メールについて

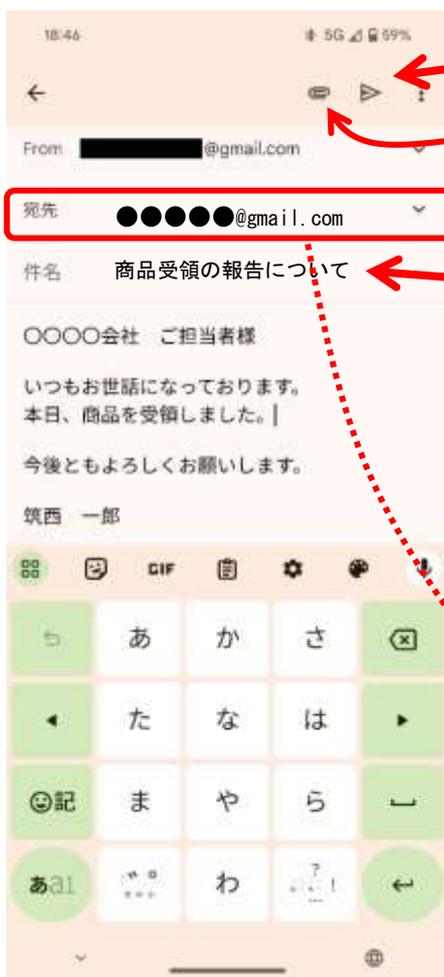
(1) スマホで利用できるメールサービス

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。

(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 報電話・ビデオ通話
グループ メッセージ	不可	可能	可能

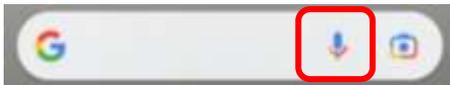
6. 「検索バー」の使い方について

(1) 「文字検索」について



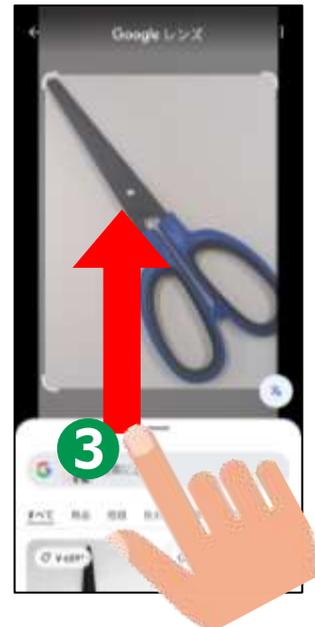
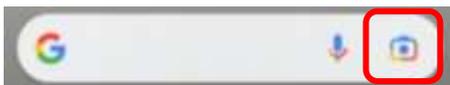
キーボード入力でインターネット検索します。
同時に、スマホ内のアプリも検索されます。

(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「🔍」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。

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. 文字入力の方法について

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。

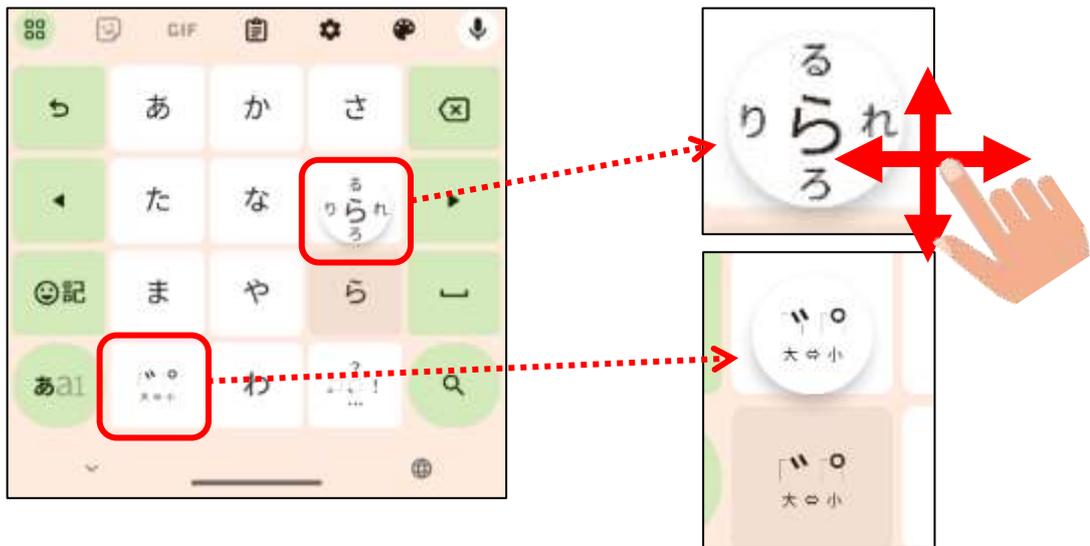
「トグル入力」は、複数回押して入力する文字を決定する方法です。

「**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。



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ることがあります。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

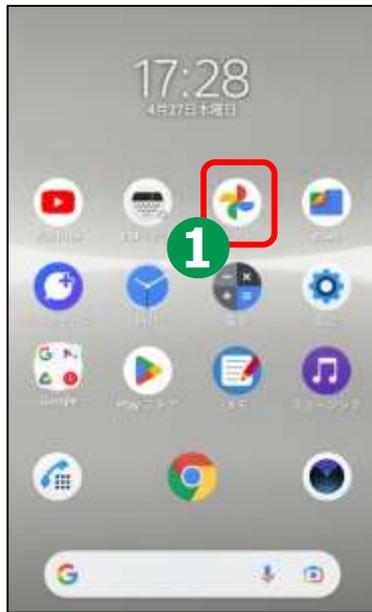


4 カメラ/ビデオ切り替え

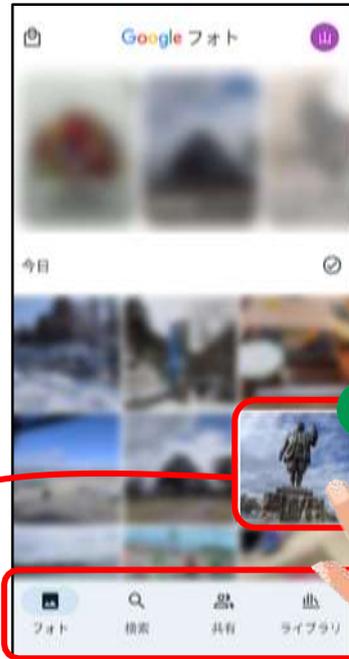


(3) 保存先の写真アプリの確認方法

- 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

フォト	これまでに撮影した写真や動画を表示します。(撮影日時順に表示)
検索	撮影した写真や動画を検索します。
共有	家族や友人と共有に共有します。
ライブラリ	撮影した写真や動画を使ったアルバムや動画が自動生成されます。

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

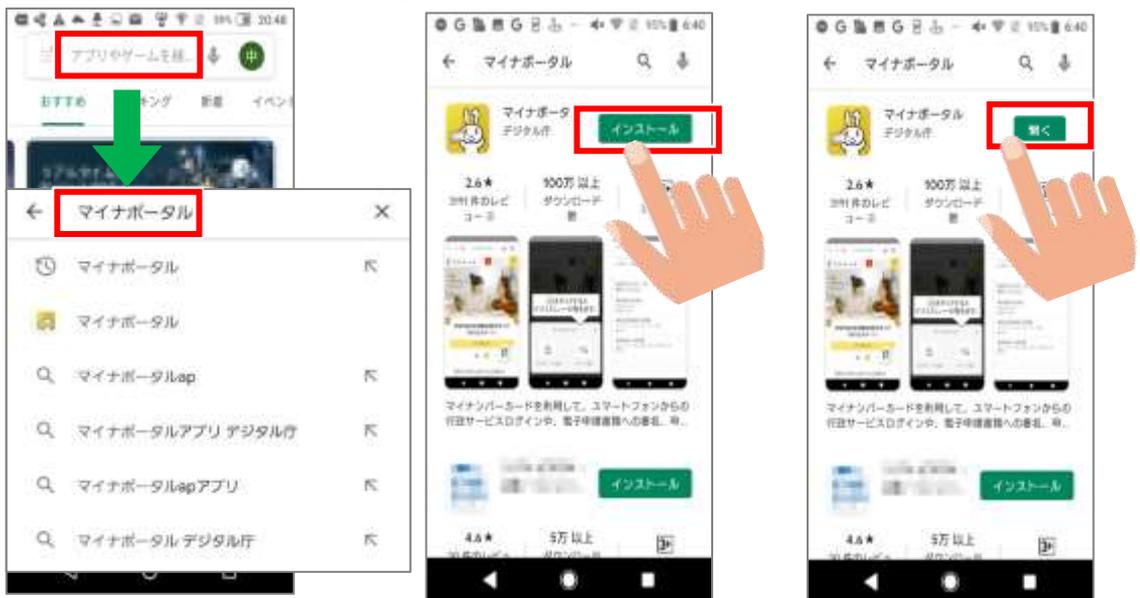
ゴミ箱マークの「削除」のボタンをタップすると、**写真の削除が完了**します。

9. アプリの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。

 <p>Play ストア</p>	Android に標準でインストールされている、Google 社が提供する「 アプリをインストールするためのアプリ 」です。通常であればホーム画面に表示されています。
---	--

- 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



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



10. 地図アプリについて

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

<p>Google マップ</p> 	<p>Androidに標準でインストールされている、Google 社が提供する地図アプリです。カーナビのように使える経路検索や実際の建物の外観や街の様子が分かるストリートビューが便利です。</p>
---	--



このスクリーンショットは、Google Mapsアプリの検索画面を示しています。赤い矢印は以下の機能を指しています：

- 検索バー（「ここで検索」）：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
- カテゴリメニュー（レストラン、コーヒー、ショッピング）：項目別に地図から検索できます。
- 地図の種類変更アイコン（デフォルト、航空写真、地形）：地図の種類を変更できます。
- ピンチ操作：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。
- 経路検索アイコン（車、鉄道、徒歩）：経路検索で目的地までの道順を検索できます。
- スポット検索アイコン：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。



11. スマホで使われる主なアイコン

<p>メニュー</p> 	<p>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。</p>
<p>設定</p> 	<p>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。</p>
<p>共有</p> 	<p>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。</p>
<p>ダウンロード</p> 	<p>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。</p>
<p>Wi-Fi</p> 	<p>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。</p>
<p>音声入力</p> 	<p>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。</p>
<p>送信</p> 	<p>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。</p>
<p>Bluetooth</p> 	<p>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。</p>
<p>検索</p> 	<p>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。</p>

12. おすすめアプリについて



「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。



「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。

