

Android版



# スマホの基礎講座

できることから始めましょう  
2023年版

NPO法人サイバーシニアーズ・ジャパン

[Https://www.csj-k.org](https://www.csj-k.org)

# 本講座の内容

1. サイバーシニアーズ・ジャパンについて

2. スマートフォンについて

3. スマホのカメラを使ってみよう！

実践3-1: 写真撮影

実践3-2: QRコードの読み取り

4. 文字の入力

実践4-1: 文字を入力する

実践4-2: 文字の音声入力

5. スマホの通信について

実践5-1: Wi-Fi接続

実践5-2: Wi-Fi接続 (クイック設定パネル)

6. インターネット検索

実践6-1: 船橋市図書館のHPを検索

7. Webページを覚えさせる

実践7-1: ホーム画面に追加

実践7-2: ブックマークを登録

8. 動画をみる

実践8-1: 動画をみる・再生する

9. スマホを安全に使うために

9-1. 偽サイト

9-2. Web広告

9-3. 詐欺メッセージ

9-4. アップデートとアプリの管理

補足: システムアップデート

補足: アプリのアップデート

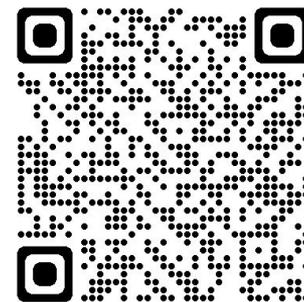
10. その他の便利な検索

10-1. 画像で検索する

10-2. 漢字の読み、翻訳

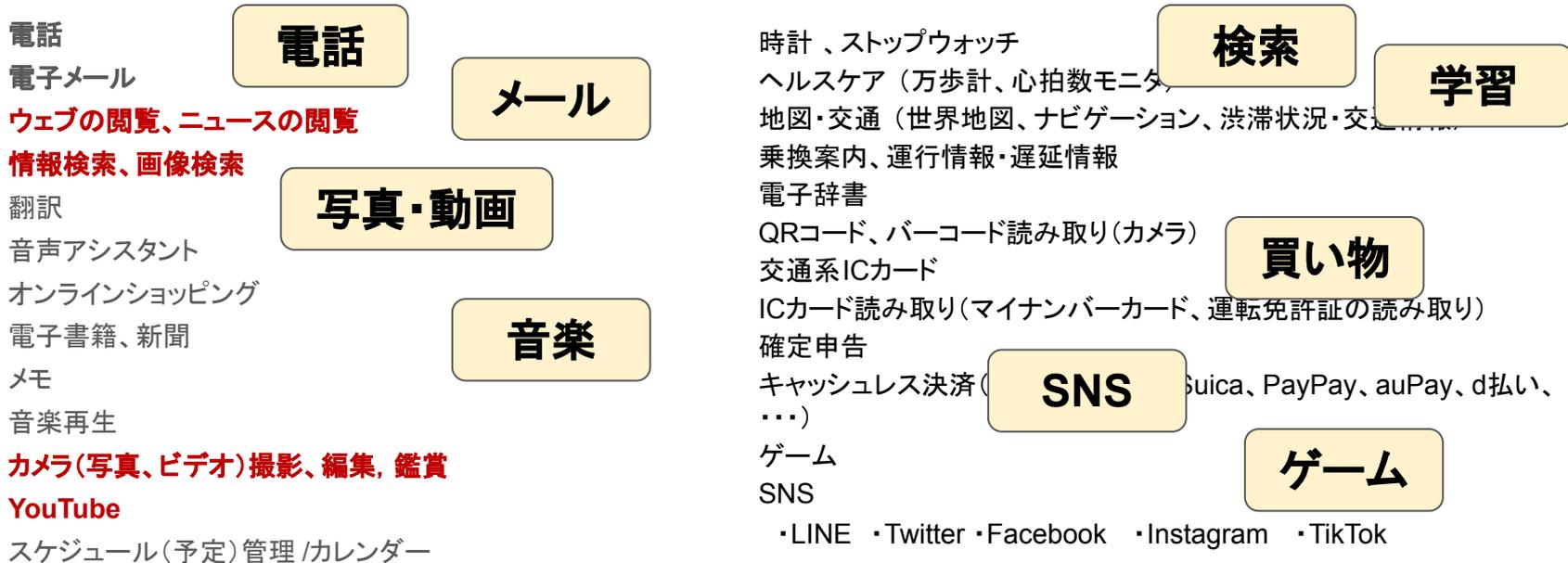
# 1. サイバーシニアーズ・ジャパンについて

- 2016年8月3日設立（創設者：木戸裕介）
- サイバーシニアーズの目的
  - インターネットなどの情報通信技術をシニア世代に広める
  - スマートフォン、タブレット利用支援
  - アプリケーションの活用支援
  - インターネット詐欺からの回避
  - ボランティア学生によるマンツーマン形式での支援
  - オリジナルのカリキュラム開発
  - （カナダのCyberSeniorsと提携）
  - 世代間の絆の強化支援
- ホームページ：<https://www.csj-k.org/>



## 2. スマートフォンについて

「電話」以外にも、便利な機能がたくさんあります



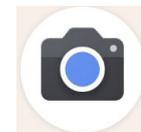
※ 以下のページでは「スマホ」と呼びます

### 3. スマホのカメラを使ってみよう！

まずは「**写真を撮る**」



さらにカメラを使って**QRコードの読み取り**も！



(Androidはバージョン9以降の場合)



テレビや雑誌、チラシなどで見かけることが多いQRコード。利用シーンはいろいろ

「Webページの閲覧」「LINEの友達追加」

「アプリのインストール」

など…

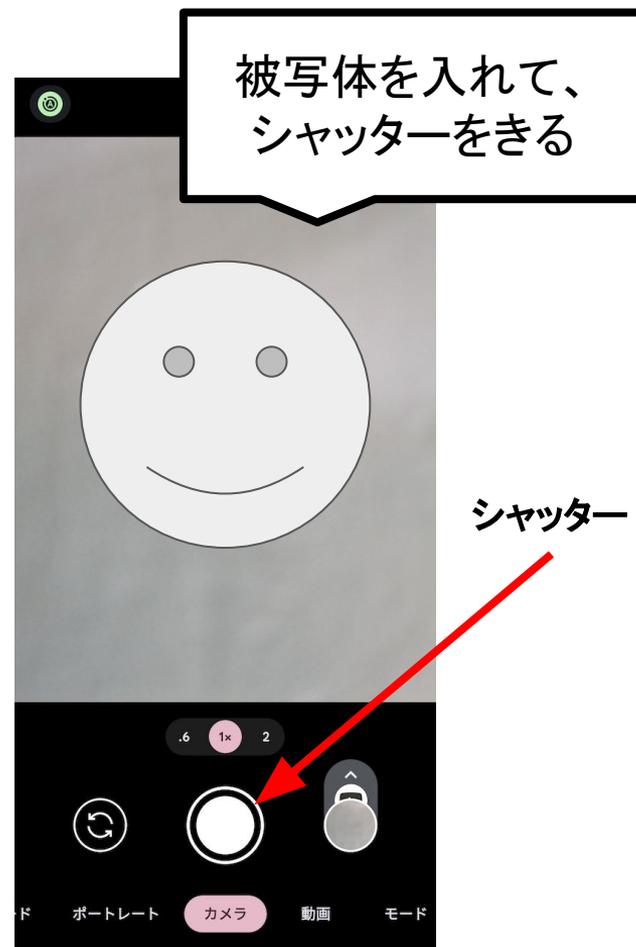
(注) QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です

# 実践3-1:写真撮影

1. カメラアプリを起動する
2. 写真を撮影する
3. 撮った写真を見る

「拡大」「ポートレート」「動画」などの機能もあれば試してみましょう。

撮影の機能メニューは、スマホの機種によって異なります

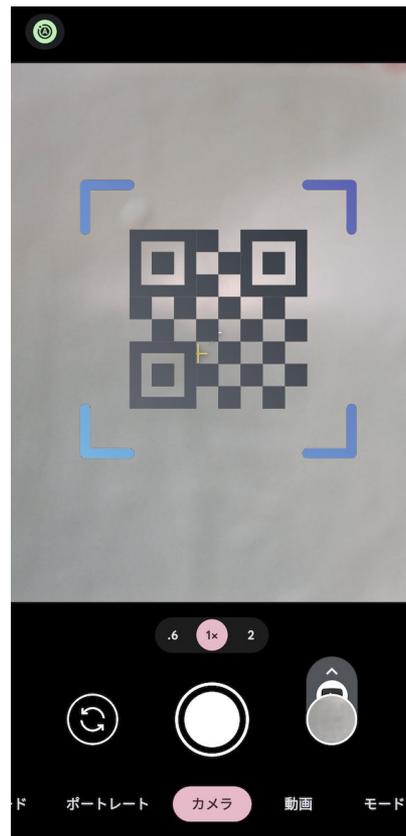


## 実践3-2: QRコードの読み取り

1. カメラアプリを起動する
2. QRコードに向けて、カメラをかざします



(注) QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です



## 4. 文字の入力

文字の入力を練習しましょう

音声入力も練習しましょう

スマホの画面(アプリの画面)では、文字入力が必要なことがたくさんあります

「メールのタイトル」「メールの本文」

「検索バー」「LINEのトーク」「申し込み書式」

など…

## 文字の入力(2)

文字の入カツールを**キーボード**といいます。  
文字入力の必要な箇所をタップすると出てきます。



...  
いろいろ

種類やタイプがいろいろあります。  
自分の使いやすいキーボードを使いましょう。  
あとは、練習のみです！

# 実践4-1:文字を入力する

メールの本文を入力する箇所で、文字入力を練習します

1. メールアプリを起動する
2. メール作成画面を出して、本文の欄をタップする(「宛先」「件名」は空白のままにしておく)
3. キーボードが表示されたら入力します

【課題】

ふなばし 船橋 ふなっしー  
お茶 ティー  
@#funabashi



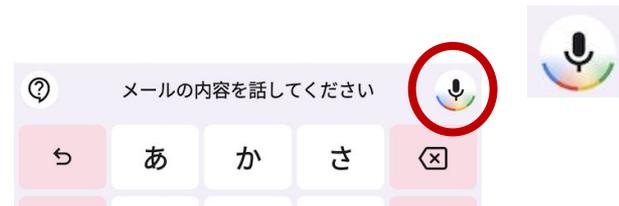
# 実践4-2:文字の音声入力

実践3のメール本文を再度使います

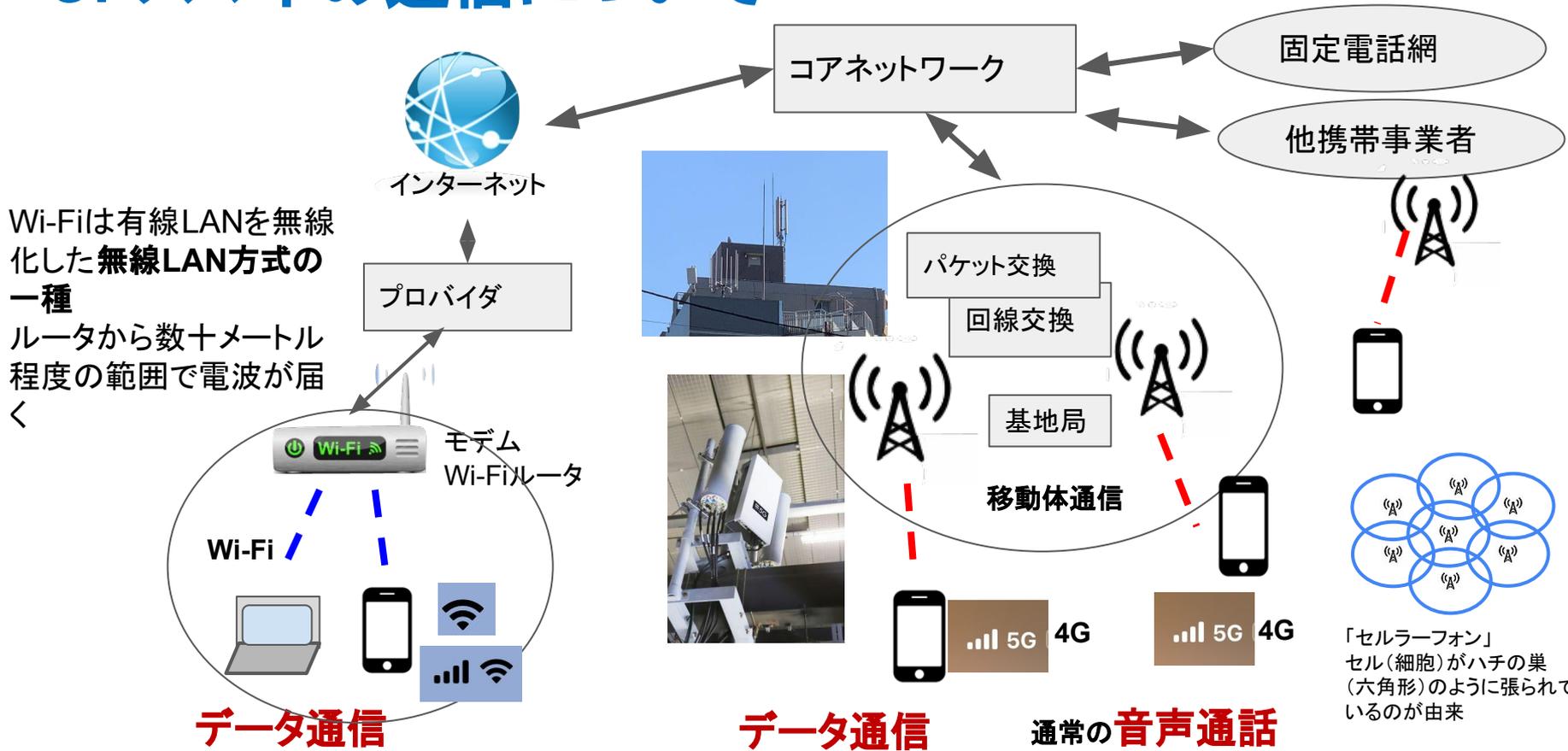
1. 実践3の状態から、改行してキーボードを出します
2. キーボードのマイクをタップします
3. スマホへ話しかけます「ふなばし」
4. 音声入力を終わる時は、再度マイクをタップします

【課題】

船橋 ふなっしー



# 5. スマホの通信について



# スマホの通信について(2)

契約している料金体系を意識して  
利用しましょう！

<p>音声通話(回線)／4G, 5G</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・<b>通常の電話</b> (スマホに最初からある電話アイコンによる通話)</li><li>・<b>SMS</b>(ショートメッセージ、Cメール)</li></ul>		<p>通話料金：<b>従量課金</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・電話で発信すると課金される</li><li>・SMS送信で課金される</li></ul>
<p>データ通信(パケット)／4G, 5G</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・E-メール、Web閲覧</li><li>・Webベースのアプリなど多数</li><li>・<b>LINE(チャット、通話、ビデオ通話)</b></li></ul> <div data-bbox="357 660 859 758"><p>5G, 4Gの「G」は”Generation” 移動体通信システムの世代を表す</p></div>		<p>契約データ量による定額制 「3GB(ギガバイト)¥980」など</p> <p><b>アプリ使用で契約データを消費</b></p> <p>LINEのビデオ通話も：1分あたり 通話：0.3MB、ビデオ通話：5.1MBくらい</p>
<p>データ通信(パケット)／Wi-Fi</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・E-メール、Web閲覧</li><li>・Webベースのアプリなど多数</li><li>・<b>LINE(チャット、通話、ビデオ通話)</b></li></ul>		<p>スマホの契約外(別の契約)</p> <p><b>アプリ使用でもスマホの契約データ量は減らない</b></p>

# 実践5-1: Wi-Fi接続

船橋東図書館のWi-Fiに接続してみましょう！



「設定」または「本体設定」

ネットワークとインターネット

インターネット

1. インターネットの設定画面へ移動

インターネット

Wi-Fi **Wi-FiをONに**

目的のネットワークを探す

2. 目的のWi-Fiネットワークを選択

設定機能のメニュー文言や、流れは機種によって異なる

パスワード

パスワードを表示する

詳細設定

キャンセル 接続

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
q w e r t y

接続ボタン

3. パスワードを入力して「接続ボタン」をタップ

Wi-Fiの状態



インターネット

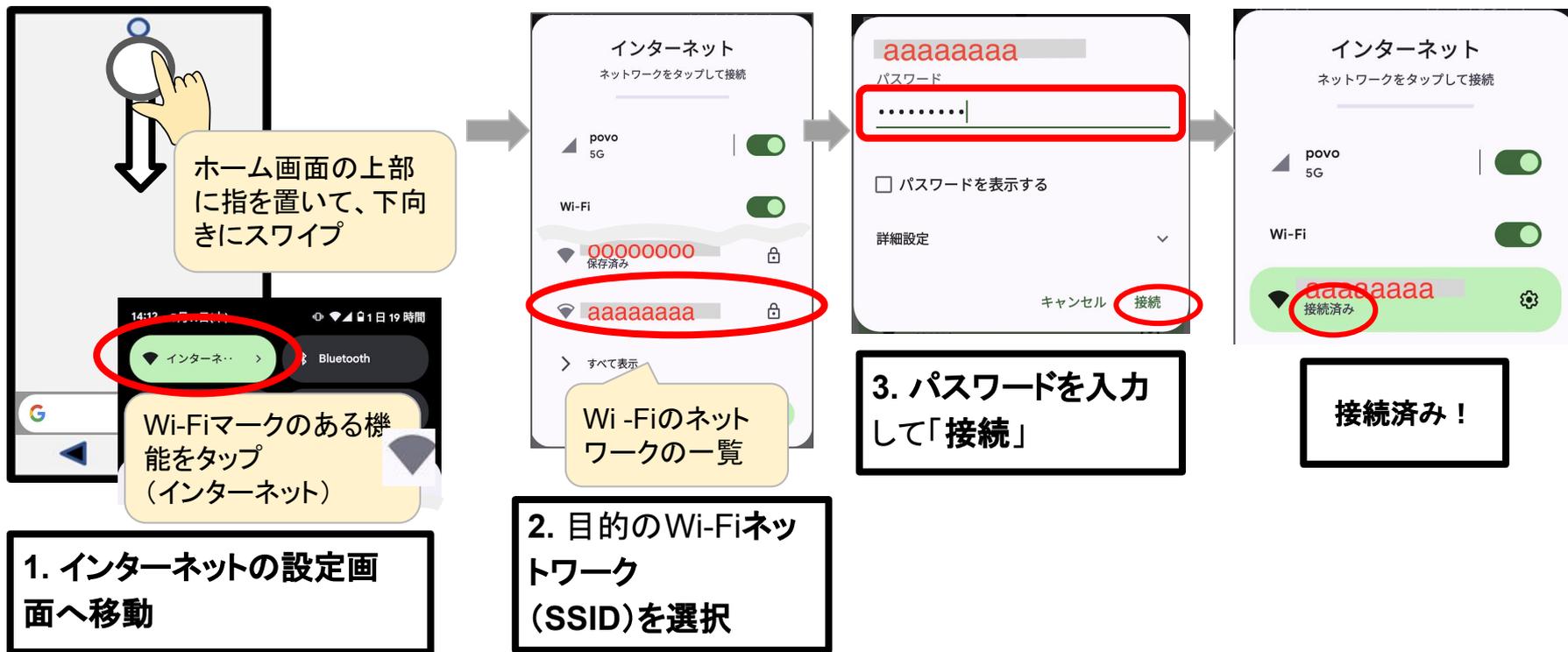
Wi-Fi

接続済み

接続済みに！  
Wi-Fi状態も表示される

# 実践5-2: Wi-Fi接続 (クイック設定パネル)

Androidの場合「クイック設定パネル」からWi-Fi設定ができます

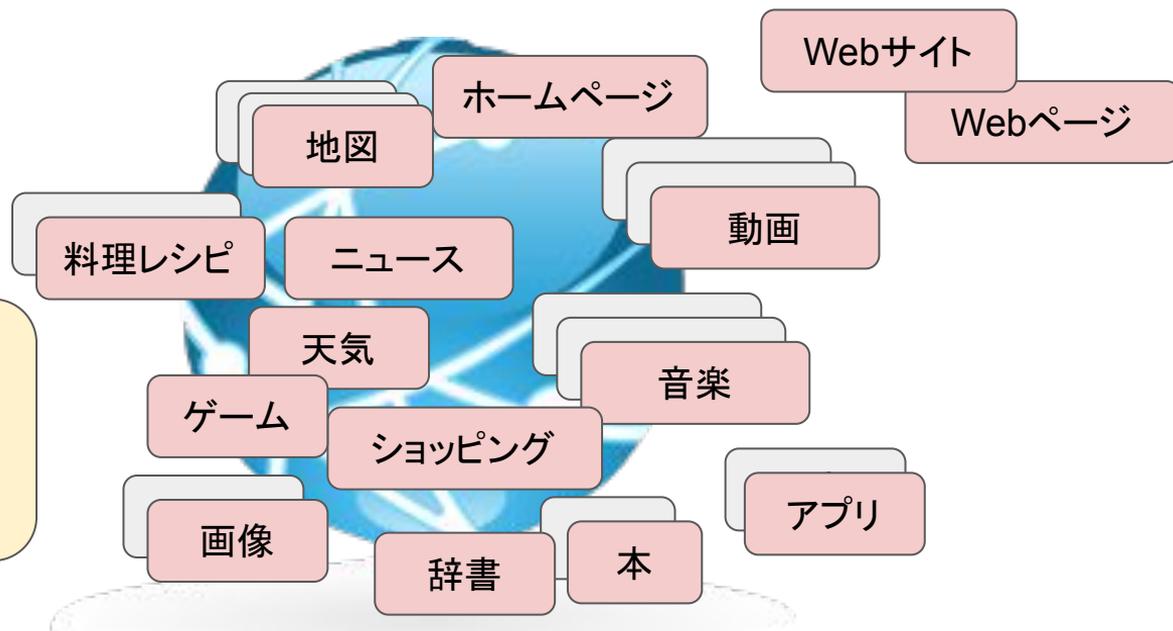


## 6. インターネット検索

- インターネット上には**様々な情報(文書、写真、動画、音楽など)**があります
- 個々の情報に**URL**が付いています

URL: <https://.....>  
Web上の住所の様なもの

情報の中から、知りたいものを見つけるために  
**検索しましょう**



# インターネット検索(2)

## 「検索」のために使えるアプリ

	役割	例
ブラウザアプリ	URLをもとに対応する情報を表示する	 Chrome  Safari
検索アプリ 検索バー 検索ツール	検索ワードをもとに情報を探す	 Google   iPhoneの検索ツール(スポットライト検索)

ブラウザ内にも「検索バー」はあります

Androidの画面にある検索バー

「検索」で、様々なことを調べることができます

花の植替え方法、魚のさばき方、料理のレシピ、など…

# インターネット検索(3)

検索してみましょう！

検索ツールに調べたいこと、知りたいことを入力するだけです。

実践として「**船橋市図書館**」のホームページを検索してみましょう！

今回の実践では、下記のツールを使います

Androidではホーム画面にある  
**Google「検索バー」**を使います



iPhoneではブラウザSafari(サファリ)を使  
います



Safariを中心に説明しますが、Googleアプリがある方は、そちらでも構いません。



# 実践6-1: 船橋市図書館のHPを検索



1. 検索バーを  
タップする

入力が進むと、入  
力を補完した候補  
も表示されます



2. キーボードを使って「船  
橋市図書館」と入力して、  
検索を実行



3. 検索結果から「船橋  
市図書館」を見つけ  
タップする



「船橋市図書館」の  
ホームページ！

# 7. Webページを覚えさせる

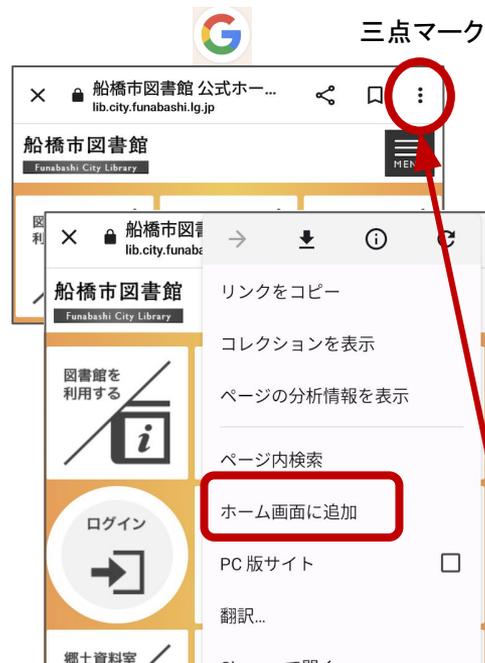
「お気に入り」や「何度も見るWebページ」はスマホに覚えさせると便利です！

覚えさせる方法はいくつかあります

- **ホーム画面に追加する**
  - スマホの画面にWebページへのリンクをアイコンとして追加(ショートカットアイコン)
- **ブックマーク、お気に入り**
  - ブックマーク(しおり)はブラウザの機能。そのWebページを簡単に何度でも閲覧できるように、リンクを登録
- **コレクション**
  - Googleアプリのブックマーク機能。Googleアカウントでログインしておく必要があります

# 実践7-1:ホーム画面に追加

検索した「船橋市図書館」のホームページを追加します



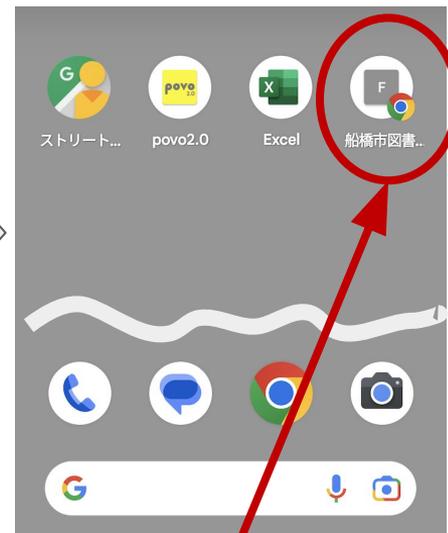
1. 三点マークをタップする
2. 「ホーム画面に追加」をタップする



3. 「ホーム画面に追加」の確認画面で「追加」をタップ



4. Chromeの確認画面が出たら「ホーム画面に追加」をタップする

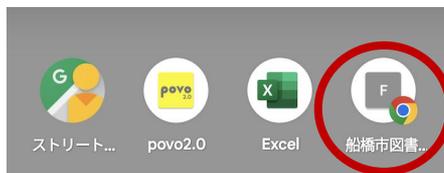


ホーム画面に「船橋市図書館」のアイコンが追加された！

# 実践7-1:ホーム画面に追加(追加後)

ホーム画面に追加したショートカットアイコンの利用について

## ショートカットの利用



ホーム画面に追加したアイコンをタップすると、Webページが開きます

## ショートカットの整理

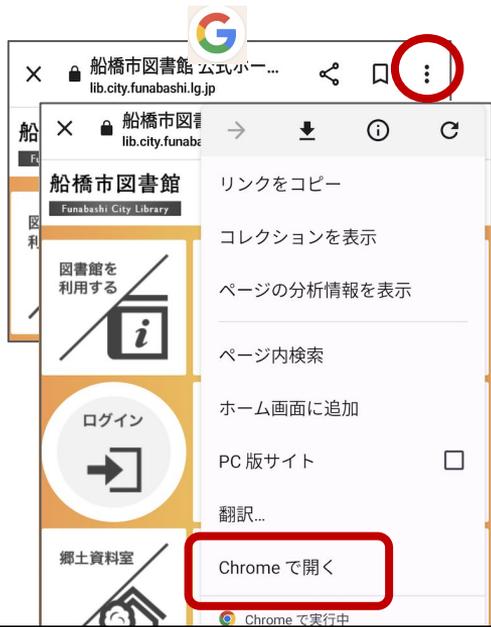


ホーム画面に追加アイコンは便利ですが、数が増えると見つけるのが大変。

整理が必要！

- 不要になったものは削除する
- ショートカットアイコン専用のページを作って移動
- フォルダを作って分類するなど...

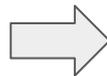
# 実践7-2:ブックマークを登録



Googleアプリで閲覧中の場合、  
1. 三点マークメニューの「Chromeで開く」をタップしてChrome(クローム)へ移動する



Chrome(クローム)で  
2. 三点マークのメニューを開く  
3. 星型マークをタップする



ブックマークに「船橋市図書館」が追加された！

# 実践7-2:ブックマークを登録(登録後)

## 登録したブックマークの利用

ブックマークを利用して船橋市図書館のホームページを見る！

1. ブラウザ(Chrome)を起動する

2. 三点マークのメニューを開く

3. 「ブックマーク」をタップ

4. 「モバイルのブックマーク」をタップ

5. ブックマークの「船橋市図書館公式ホームページ」をタップすると、そのWebページが開く

ブックマークも、数が増え  
ると見つけるのが大変  
に

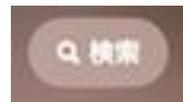
整理しましょう  
使わなくなったブック  
マークは削除する！

## 8. 動画をみる

YouTubeは有名な動画共有サイトです。Instagram、Twitter、TikTokなどでも多くの動画が投稿されています。

興味や目的に合った動画を探して「動画をみる」ことを体験してみましょう(「料理のレシピ」「植物の育て方」「ゆるキャラの動画」「健康体操」など・・・)

「探す＋みる」ために次のアプリが使えます。



注意 ⚠

ネット動画をモバイル通信で長時間見ると、通信データ量を消費します！

# 実践8-1:動画をみる・再生する

1. 検索バーをタップ



2. 「ふなっしーの動画」と入力して、検索を実行する



3. 検索結果から、見たい動画を選択(タップ)する



最初に広告が流れることが多い。聞き流すかスキップする。

# 実践8-1:動画をみる・再生する(2)

画面を横向き、大きくする



再生中に、軽く画面をタップすると、いくつか操作マークが出る。

この四角マークをタップすると画面が横向きになり画像も大きく表示される

<横向き画面>

再生、停止、再開



このマークをタップすると一時的停止

このマークをタップすると再開する

## 9. スマホを安全に使うために

日頃から、注意したいこと

1. 偽サイト、詐欺サイトに気を付ける
2. Web広告への対応
3. 詐欺メッセージに気を付ける
4. アップデートとアプリの管理

# 9-1. 偽サイト



## 偽サイトに注意しましょう

- Webの検索結果には、偽サイトが含まれることもあります
  - 特にショッピング、何かしらの会員募集サイト
  - **極端に安い、「本日のみ」など慌てさせる**、などのサイトは注意！
- 警察庁：偽サイトについての警告
  - <https://www.npa.go.jp/bureau/cyber/countermeasures/fake-shop.html>

よく使う「正しいサイト」はブックマークを利用して、  
ブックマークからアクセスする方が安全



# 偽サイト(2)



## 偽警告にも注意しましょう

- Webページの閲覧中に警告画面が表示される
  - 「ウイルスに**感染しました**」「**セキュリティ警告**」「**xxxを検出しました**」「**早急に対策が必要**・・・」「**対策ツールをインストールしてください**」など
  - 警告音が鳴ることも・・・
- **急がせる(あおる)内容の場合、ほぼ詐欺です**

表示されている指示に従わないこと。(電話しない、ツールのインストールをしない)

ページを閉じる、戻るボタンを押す、ブラウザを終了する。

## 9-2. Web広告

### Webの広告について

- Google、YouTube、Yahoo!などWebサイトは、広告を収益源としているため、広告が出るのは当たり前ですが・・・
- 詐欺や悪質な広告もあるので注意しましょう
- うるさい、迷惑と感じたら端末やブラウザの設定で制限する

The image displays three examples of web advertisements from a Japanese website, each highlighted with a red border:

- Top Ad:** A Google Pixel 7a advertisement. It features the Google logo, the text "Pixel 7a", "Google Pixel 7a を購入。最低価格 ¥62,700〜。", and a "今すぐ購入" (Buy Now) button. Below the ad, there is a disclaimer: "※ 監修者は「誰ひ方」について監修をおこなっており、掲載している商品・サービスは監修者が監修したものではありません。編集部が独自に集計し、ランラン化しています。"
- Middle Ad:** A Yahoo! Travel advertisement. It features the text "宿泊予約で PayPayポイント最大 10%お得" (Up to 10% off on accommodation reservations with PayPay points) and the Yahoo! Travel logo.
- Bottom Ad:** A "感謝祭" (Thank You Festival) advertisement for UNIQLO. It features the text "新しいLifeって、新しいWearから。" (New Life starts with new Wear), "UNIQLO 39th Thank You!", and the dates "5.26 → 6.1".

## 9-3. 詐欺メッセージ

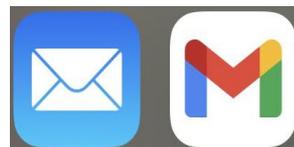
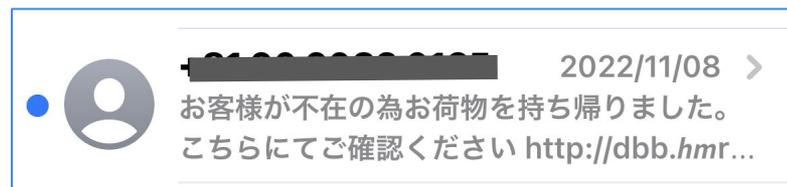
スマホを使っていると...

**SMS(ショートメッセージ)**

やメールに様々なメッセージ

が届きます

**詐欺、迷惑メッセージも届きます**



**あわてないで、無視しましょう！**

# 詐欺メッセージ(2)

## いろいろな例

- 料金支払い
- 当選しました
- お届け物の不在通知
- 脅し、身代金
- サービスの確認
- 給付金関連の詐欺
- オレオレ詐欺
- . . . . .

ご利用料金の支払い確認が取れておりません。  
本日中に  
[050-3695-2322](tel:050-3695-2322)  
auフィナンシャルサービス迄ご連絡下さい。

【ご当選確認お願い致します】

新生活の味方に応援懸賞キャンペーン開催中♪

☆生活家電☆  
☆商品券☆  
☆電子マネー☆

貴方の新生活をサポートする商品がご当選♪

今すぐプレゼント内容の当選確認  
▼▼▼  
[09032641492](tel:09032641492)

※上記電話番号にダイヤル後「確認しました」のガイダンスが流れればエントリー完了となります。  
(24時間いつでも可能!!)

【KDDIからのお知らせ】ご利用金額が設定した金額を超えました。ご確認が必要です。<https://bit.ly/2ZnTOKM>

お客様が不在の為お荷物を持ち帰りました。こちらにてご確認ください <http://dbb.hmrgt.com?70>



【重要なお知らせ】 auサービスVnf/drj-9959が制限されています。ご確認ください：<http://de8.nqoj.cc>



12:12 >

【三井住友信託ネットバンキング】利用制限解除期限切れです。<https://urlz.fr/m311>



023/05/10 >

りそな&銀行お客様の直近の取引における重要な確認について。<https://is.gd/bJjdVn>

# 詐欺メッセージ(3)

## 対応について

- **慌てない、無視する**

内容の曖昧なもの、知らない電話番号やアドレスからのメッセージは無視

- **URLや電話番号にアクセスしない！**

タップした先でIDやらパスワードやら要求されたり、  
タップすると、危険なアプリがインストールされてしまうことも！

- **内容をGoogleなどで検索してみる**

既に、周知の詐欺メッセージで注意喚起されているものであることが多い

- **心配なら、相談する！**

身内・近所の詳しい人、携帯ショップ  
警察、消費者庁、宅配事業所など

- **フィルター機能の利用**

アプリの機能を利用して、アドレス帳にない人からのメッセージを避けることは可能

ご利用料金の支払い確認が取れておりません。

本日中に

[050-3695-2322](tel:050-3695-2322)

auフィナンシャルサービス迄ご連絡下さい。

【KDDIからのお知らせ】ご利用金額が設定した全額を超えました。ご確認が必要です。<https://bit.ly/2ZnTOKM>

**アクセスしない！**

# 詐欺メッセージ(4)

## 内容を検索してみる！



【重要なお知らせ】 auサービスVnf/drj-9959が制限されています。ご確認ください：<http://de8.nqoj.cc>

このメッセージが怪しいと思ったので、メッセージを開く前にGoogleで検索してみた  
「重要なお知らせ auサービス」

The screenshot shows a Google search result for the query '重要なお知らせ auサービス'. The search bar at the top contains the text '重要なお知らせ auサービス'. Below the search bar, there are navigation options: 'すべて', '画像', 'ニュース', '書籍', '動画', '地図', and 'ショッピング'. The first search result is from 'did2memo.net' with the URL 'https://did2memo.net' and the date '2022/09/03'. The title of the result is '【SMS】「【重要なお知らせ】 auサービス Xxx/xxx-xxが制限されています ...'. The snippet below the title reads: '2022/09/03 - 2022年9月2日頃より、SMSで「【重要なお知らせ】 auサービス Xxx/xxx-99 が制限されています。ご確認ください：http://~~.cc」のようなメッセージが ...'. The second search result is from 'au' with the URL 'https://www.au.com' and the date 'faq > detail'. The title of the result is '【迷惑メール・SMS】 最近多い迷惑メール・詐欺メールの事例と特徴が知りたい'. The snippet below the title reads: 'タイトルが「重要なお知らせ」の迷惑メールがと感'. At the bottom of the screenshot, there is a partial view of another search result with the title '重要なお知らせ auサービスXxx/xxx-xxが制限されています。ご'.

既知の詐欺メッセージとして、ネット上で話題になっていることがわかる

## 9-4. アップデートとアプリの管理

スマホの中で動いているソフトウェア(Android、iOSや各アプリ)は、スマホ購入後でもバージョンアップすることができます。

このバージョンアップを「アップデート」といいます。

- **システムアップデート／ソフトウェアアップデート**
  - AndroidやiOSをバージョンアップします。
- **アプリのアップデート**
  - 個々のアプリにもアップデートはあります

ソフトウェアには「不具合」や「セキュリティ上の問題」が見つかることがあります。またより便利に使うための機能改善や追加も行われます。

**機能改善、機能追加やセキュリティ上の安全性向上のために新しいバージョンが提供されます**

## アップデートとアプリの管理(2)

スマホを安全に使うために

- **OS(スマホのシステム、AndroidやiOS)はなるべく最新のバージョンにする**
  - 更新の通知があれば対応すること
  - 定期的(月に1度ぐらい)は更新情報がないか確認する
- **よく使うアプリもなるべく最新バージョンにする**
- **不要なアプリはインストールしない**
  - 本当に必要なアプリだけインストールする
  - 可能であれば、使わないアプリは削除する

# 補足:システムアップデート

## システムアップデートの方法

[設定]([本体設定])アプリで行います



設定

1. [設定]を起動
2. 設定アプリの内容は**Androidの場合、機種によって異なります**

### 参考例

- ・[システム] → [システムアップデート](Pixelなど)
- ・[システム] → [詳細設定] → [システムアップデート](AQUOS?)
- ・[ソフトウェアアップデート](OPPO)
- ・[その他] → [端末情報] → [システムアップデート](らくらく)

※設定アプリの検索バーを利用して「システムアップデート」「ソフトウェアアップデート」「アップデート」などの検索を行う方法もあります

システムアップデートは時間がかかることが多いです。  
通信データ量も多いです。  
「アップデート」は通信環境と時間を考えて実施してください。

# 補足: アプリのアップデート

Androidの場合、GooglePlayアプリで実施する

1. [Playストア]を起動
2. 以下の手順でアップデートする

「更新」するアプリが多いと時間がかかる場合があります。  
通信データ量も増えます。  
「更新」は通信環境と時間を考えて実施してください。

**1. 自分のマークをタップ**

**2. 「アプリとデバイスの管理」をタップ**

**3. 「アップデート利用可能」をタップ**

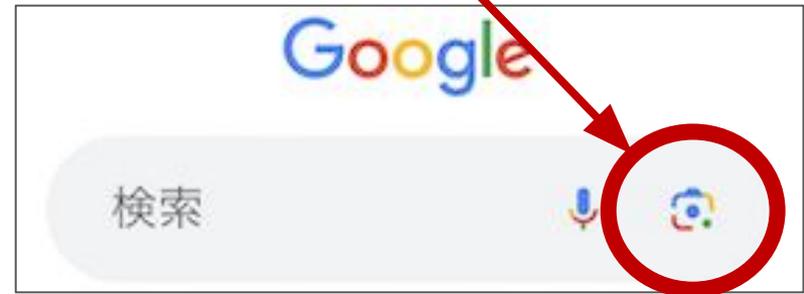
**4. 「更新」する  
個別に選択して更新する  
(または「すべて更新」)**

# 10. その他の便利な検索

Googleアプリのカメラを使ってできる便利な使い方

1. 画像で検索
2. 漢字の読み、翻訳

このカメラを使う機能を「Googleレンズ」といいます



# 10-1. 画像で検索する



カメラマークをタップして

• カメラをかざす

または

• 写真を読みこむ



鳥や花の情報が出ます

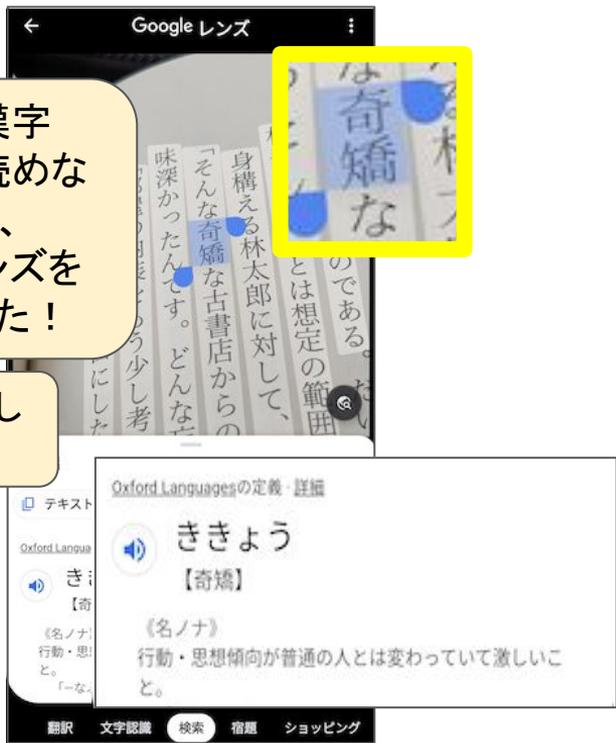


# 10-2. 漢字の読み、翻訳

## 漢字の読み

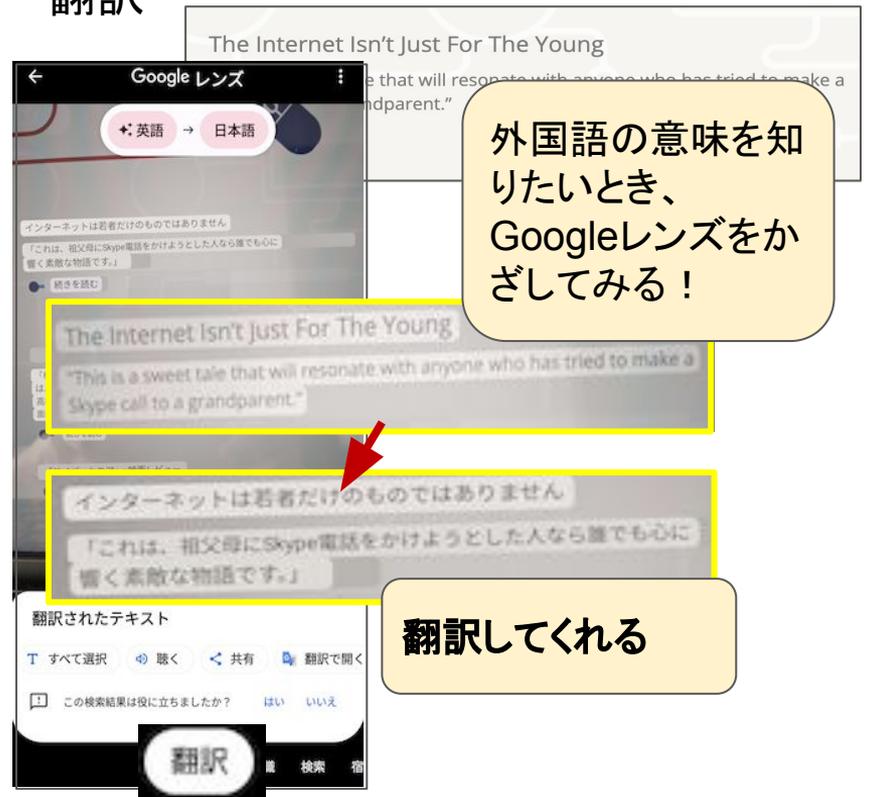
本の中の漢字「奇矯」が読めなかったのので、Googleレンズをかざしてみた！

「ききょう」でした。



## 翻訳

外国語の意味を知りたいとき、Googleレンズをかざしてみる！



翻訳してくれる