

さいわい健康福祉プラザ
そこが知りたい スマホ・タブレット講座

① スマホを使う上で大事なこと

2021年10月28日
NPO法人川崎スマートライフ推進会

自己紹介

- ・ こもだひろし
- ・ NPO川崎スマートライフ推進会
理事長
- ・ 東京出身 49歳 子供3人
- ・ 本職は半導体関連
- ・ 趣味：テニス、釣り
- ・ 2014年からスマホ講習開始
- ・ 計450回以上講習開催



講座の予定：全6回

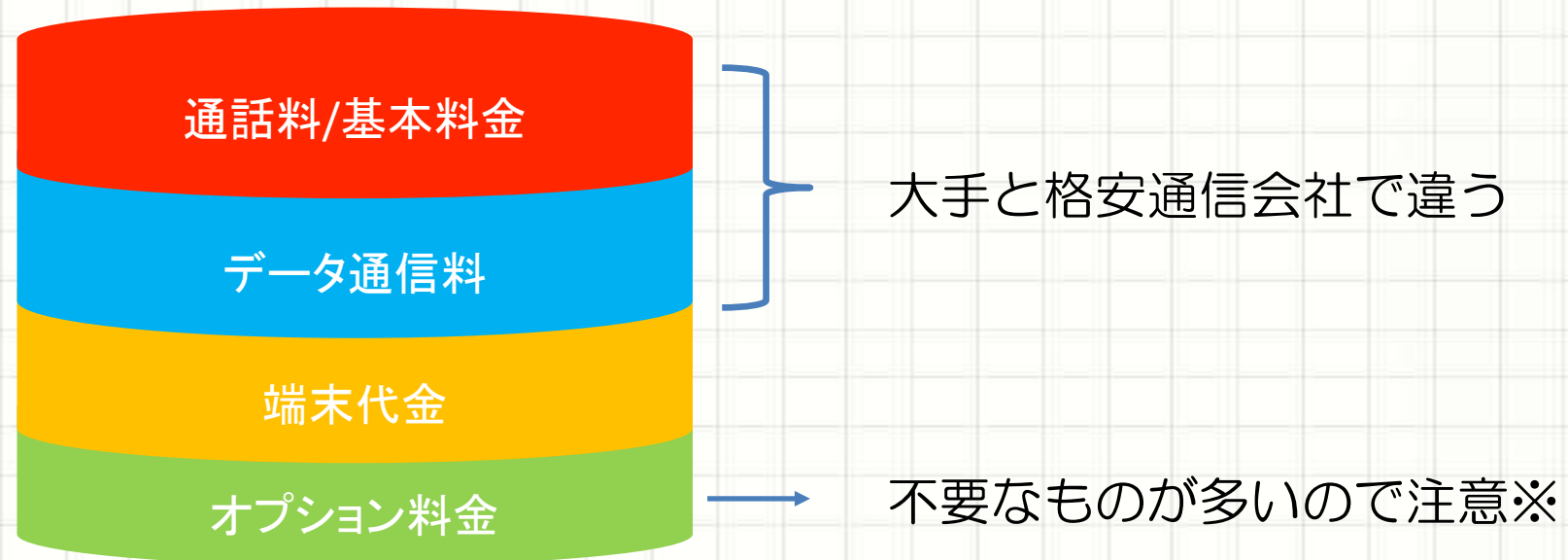
1. スマホを使う上で大事なこと① 10/28
2. アプリの入手と削除&アプリ紹介 11/25
3. スマホを使う上で大事なこと② 12/23
→アップデート、通知、キャッシュレス
4. インターネット検索&LINEの使い方 1/27
→友達追加、写真送付、音声通話
5. 乗り換え案内/Googleマップの使い方 2/24
6. カメラの使い方&セキュリティ 3/24

今日のお話

- スマホの利用料金
- データ通信/格安スマホ
- WiFiについて
- スマホの種類/スマホのOS
- 設定メニュー
- メモリ/ストレージについて
- バッテリーについて

スマホの利用料金

スマホの利用料金



データ通信料：

- 使った分を支払うのではなく、あらかじめ決められた料金プランを選ぶ
- 大手電話会社のデータ通信料は割高
- 月々のスマホ利用料金の30～50%はデータ通信料

スマホの利用料金（2）

自分が何に幾ら支払っているか？を知っておく【重要】

- 通話料/基本料金：使い方によって請求額が変わります
- データ通信料：今まで払って無かった費用。一番注意が必要なところ
- 端末代金：支払い契約によりお得になる可能性
- オプション料金：要注意！必ず確認



「最初は無料」と称するオプションが
知らぬ間に有料になっている
→不要なお金を毎月支払うことに



データ通信とWiFi(ワイファイ)

データ通信とは？

- スマホ/タブレットはインターネットが使える
言い換えると：**データ通信**ができる
- データ通信は**音声通話とは別扱い**
スマホの利用には音声通話料とデータ通信料が
必要となる

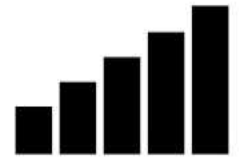


データ通信の方法

- データ通信は2通りの方法がある

1. 電話回線を使う

2. WiFi回線/インターネット回線



	料金	利用範囲	使い方
電話回線	有料	どこでも	自動
WiFi回線	実質無料	場所により	設定必要

WiFi（ワイファイ）通信

- 誰でも利用できる無料のデータ通信手段
 - 使用可能なWiFiの電波を探して接続
 - WiFi電波には名前（SSID）がついています
 - 接続にはパスワードが必要
 - 一度接続すると次からは不要
 - 自宅にインターネット回線があれば利用可能
 - WiFiルーターが必要



WiFiに接続していれば、データ通信料を気にせずスマホを利用できます

WiFiに接続する

- WiFi接続に必要なもの

- 1 .SSID (WiFiの名前)
- 2 .パスワード ※パスワード不要の場合もある

- 接続方法

- 1 .設定メニューでWiFi通信をON (オン) にする
- 2 .接続するSSIDを探してクリックする
- 3 .パスワードを入力する
- 4 .スマホ画面の一番上にWiFi電波のマークが表示されたら接続成功



データ通信量の目安

データ通信量の単位：GB（ギガバイト）

→1ヶ月に何ギガ使えるか？ それにより料金変動

1GBでどのくらいの通信が可能か？

動作	例	回数
ウェブサイトを見る	ヤフージャパンの トップページ	3400回
電子メールを送る	300文字くらい	204800回
無料電話で通話する	音声通話を1分間	333回
動画を観る	動画を1分間	55回

格安スマホ

格安スマホ

格安スマホ：データ通信量の料金が安い（通話料も）

Yモバイル、楽天モバイル、UQモバイルなど

例) 3GB/月の料金 2021年9月時点

通信会社	金額/月	※最安プラン定価
Yモバイル		1,980円
楽天モバイル		980円
UQモバイル		1,480円
NTTドコモ		4,150円
ソフトバンク		4,980円
au (※4GB)		2,980円

格安スマホ/スマホ料金の注意点

格安スマホの注意点：

- 店舗窓口が少ない/無い
- 問い合わせが繋がらない/インターネットのみ
- 通信販売中心/自分で利用設定する必要がある

スマホ料金の注意点：

- Webページに出ている料金は割引後の最安値
- スマホ以外のネット回線、電気料金などのセット割
- 複数年契約の縛り/解約料金発生
- 契約の自動更新

スマホの種類

スマホの種類



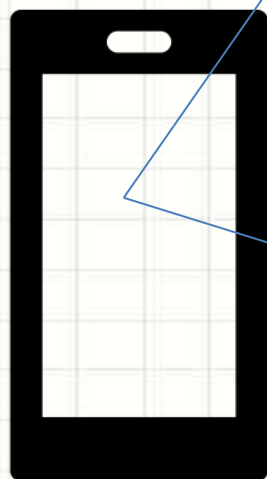
iPhone : アップル社製
「iOS」で動く機器



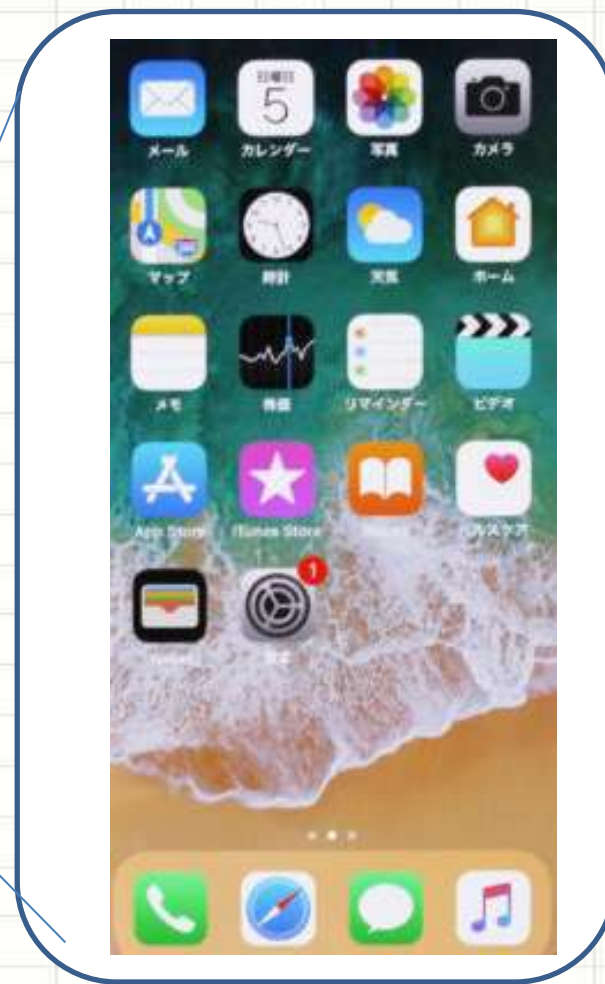
アンドロイド製品 : 複数企業製
「Android」で動く機器

スマホで利用される「OS」で区別される

スマホのOS



OS(基本ソフト)
iOS
または
Android



※スマホのOSはパソコンのWindows

スマホのOS (2)

OSはスマホの機能を司るもの。日々進化している
→どんどんバージョンアップ



iPhone：アップル社製
iOSの最新版は[14.8]



アンドロイド製品：複数企業製
Androidの最新版は[11.0]

アンドロイド製品は、機種によってサポートしているOSのバージョンが違う。
なので、機器の機能や操作性が様々。※これ重要

スマホのOSのバージョンを確認する



iPhone :

設定→一般→情報→バージョン



アンドロイド製品 :

設定→端末情報

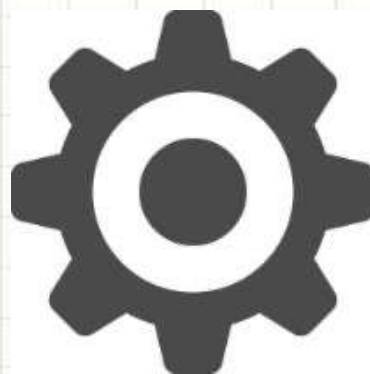
→Android/バージョン

設定メニュー

設定メニュー



iPhone/iPad



アンドロイド製品

よく利用するスマホで最も重要な機能の一つ

設定メニューでできること①

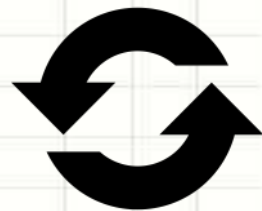
スマホ画面の設定



画面の明るさ



画面の背景画像



画面の回転





画面OFFの時間

設定メニューでできること②

スマホの使い勝手の設定

 音量調節/音の種類

 文字の大きさ

 文字入力の方法/キーボードの種類

設定メニューでできること③

スマホの機能の設定



通知設定



パスワード設定



WiFi設定



位置情報設定

設定メニューでできること④

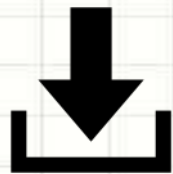
その他



アプリの削除



端末情報の確認



アップデート

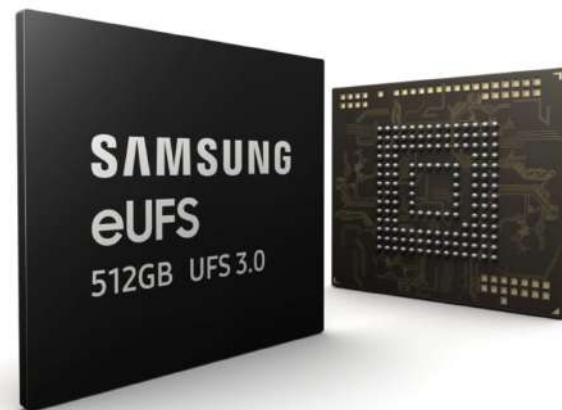


ストレージ使用量の
確認

メモリー/ストレージ

メモリーとストレージ

様々な情報を記憶する部品です。
スマホ、タブレット、PCには必ず
メモリー/ストレージが内蔵されています。



メモリーとストレージの違い

- ・メモリーはスマホが作業するための机
- ・ストレージはスマホが情報を置く棚

机が大きければ作業が早い

棚が大きければたくさん情報を保存できる

メモリの大きさ = メモリ容量

単位：MB/GB（メガバイト,ギガバイト）

1GBは1000MB



質問です

あなたのスマホのストレージ容量は
何ギガですか？

割と多い回答

「私のスマホは月3GBの契約です。」



これはストレージ容量ではなく
データ通信量のこと

同じギガで間違えやすい

スマホの中にどれだけ
情報を記憶できるか？



ストレージ容量の話

スマホで月にどれだけ
インターネット通信できるか？



データ通信量の話

同じ「ギガ」でも
話は別

ストレージ容量の確認

スマホのストレージ容量は
設定メニューから確認できます。

iPhone: 設定 → 一般 → ストレージ
Android: 設定 → ストレージまたは
→ 端末情報

ストレージ容量が少ないと

- 写真/動画をあまり保存できない
- アプリをあまりインストールできない
- Androidはメモリーカードを挿す事でストレージ容量を増やすことが可能 (※)
- iPhoneはメモリーカードを挿せない

ストレージ容量は大きいにこしたことはない
スマホを買う時はストレージ容量をチェック

バッテリー

バッテリーの容量

***mAhという単位で表します。
スマホ：1600～3200mAh位
タブレット：3200mAh～

バッテリー容量が大きければ
長時間使用できる⇒半分間違い！

バッテリーの持ち時間

スマホ、タブレットの使い方によって、バッテリーの持ち時間は大きく変わります。

- スマホの機能のON/OFF
- アプリの使い方

バッテリーを節約する使い方①

- Wifiは使う時だけONにする
- BluetoothはOFFにしておく
- 画面の明るさを抑える
- 自動ロック/スリープ時間を調整する

バッテリーを節約する使い方①

- 使わないアプリは削除する
- アプリを使えばなしにしない
- バッテリーを食うアプリを認識する⇒スマホで確認可能
- 熱くなったら再起動する

バッテリーを長持ちさせる使い方

- こまめな充電は避ける
- 充電しながら使用しない
- 充電しっ放しにしない
- 暑い場所に置かない

※劣化の原因は充電回数と温度
500回の充電で30～50%劣化

バッテリーの交換

バッテリーの減りが早くなつたと感じたら、まず再起動。

既に2年近く使用している場合はバッテリー交換、買い替えを検討

→費用は概ね1万円以下

携帯バッテリー

スマホ/タブレットを充電できる
小型のバッテリー（1,000円～）

一つ持っていると安心

→事故・災害時にも役立ちます

携帯バッテリーの注意点

飛行機に乗る時は注意！

バッテリーの機内持ち込みには制限がある。（個数、仕様など）

手荷物として預ける事は不可能。
→没収・破棄されます

QRコードについて
(次回に向けて)

次回から講習資料を差し上げます
(QRコードで)

次回はそのために必要なアプリを
スマホに入れてみます
(実習)

QRコードって何？



QRコードって何？

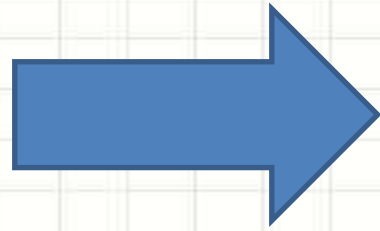


日本企業が開発した
バーコードの一種

スマートフォンの
カメラで読み取る事が
できる

誰でも作れる

QRコードって何？



この画像の中に
「何かの情報」が
埋め込まれている

「何かの情報」

- ・ インターネットページのアドレス (URL)
- ・ 個人を特定する情報 など

QRコードの使われ方



- Webページへの簡単アクセス
 - 広告、ポスター
 - バスの時刻表
- 決済（お金の支払い）
- その他
 - LINE友だち追加

QRコードの使い方



- ・アプリでQRコードを読み取る
 - 読み取り専用アプリ
 - LINE
 - カメラアプリ (iPhone)
 - 決済アプリ

次回までの宿題

QRコードアプリを入れるので、以下の情報を用意して下さい。

- ・ iPhoneの方：Apple ID/PASS
- ・ アンドロイドの方：Gmailアドレス/PASS

※アプリをインストールできる方はOK

※宿題を忘れるとアプリを入れられなくなる可能性があります。

次回11月25日（木）

アプリの入手と削除

- アプリの入手方法

- 探す

- 選ぶ

- インストールする

- 更新する

- アプリの削除方法

中原市民館有料講座

毎月2回、9:30～11:30開催

- ・講師2名
- ・参加者一人一人の質問に対応
- ・参加費用 ¥3,300-
- ・開催スケジュールは
「川崎スマートライフ」で確認



お疲れ様で
した！