

川崎市シルバー人材センター主催
スマートフォン講習会
午後の部

特定非営利活動法人 川崎スマートライフ推進会
2025.9.17





午後の部の内容：

- ・ 設定メニュー
- ・ カメラの使い方
- ・ アプリの入れ方
- ・ QRコード読み取り
- ・ インターネット検索
- ・ 生成AIの活用
- ・ メールの使い分け
- ・ LINEの使い方
- ・ まとめ

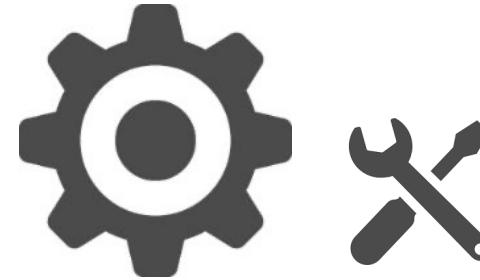


設定メニュー

設定メニュー



iPhone



Android

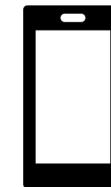
よく利用するスマホで最も重要な機能の一つ

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



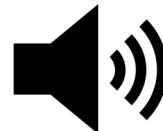
画面の回転



画面OFFの時間

設定メニューでできること②

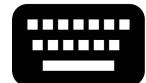
スマホの使い勝手の設定



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

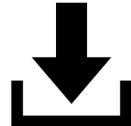
その他



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



カメラを使う

カメラでできること



- ・写真を撮れる
- ・ビデオを撮れる
- ・撮った写真/ビデオを加工できる
- ・撮った写真/ビデオを移動/送信できる
- ・人、モノ、風景を撮る
- ・自分を撮る
- ・連写する
- ・パノラマ写真を撮る

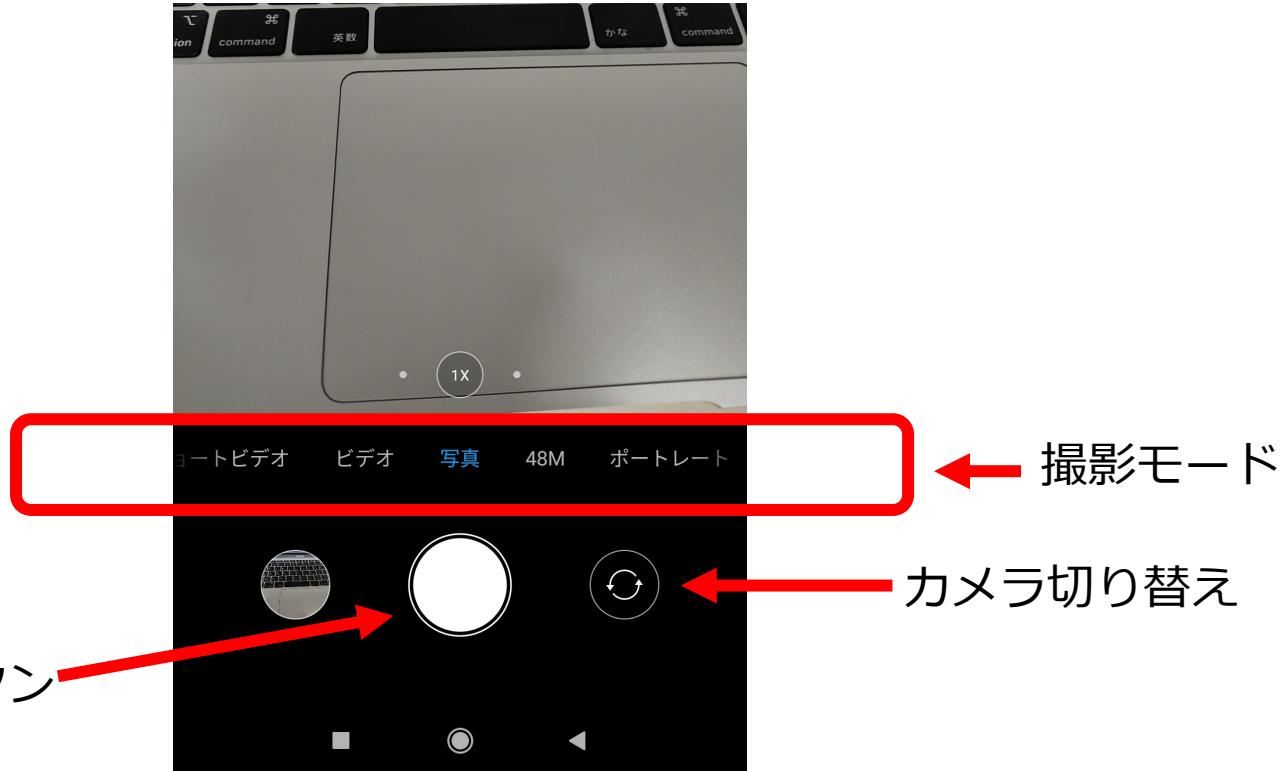


iPhoneのカメラ



写真またはビデオの撮影モードを選択できる
シャッターボタンを長押しすると連写できる

Androidのカメラ



写真またはビデオの撮影モードを選択できる
様々な撮影モードがあるが、まずは写真とビデオ

ビデオを撮る



撮影モードをビデオに

録画開始ボタン

録画開始ボタンで撮影をスタート/ストップ
Androidも基本的に同じ操作

撮影した写真/ビデオを見る



撮影した写真/ビデオ
が表示される
これを押すと
写真/ビデオを確認できる

iPhoneも基本的に同じ

カメラの標準的な機能

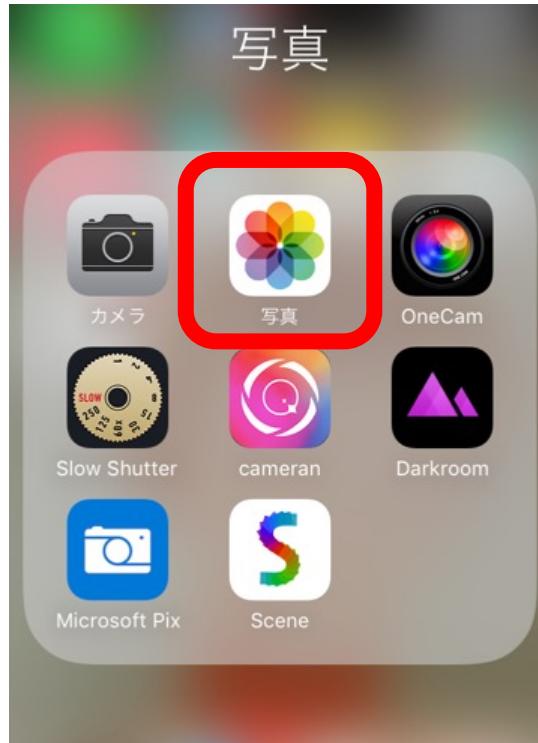
- ズーム撮影
- フラッシュライト
- タイマー撮影
- 画像の自動調整
- パノラマ撮影
- スロービデオ撮影



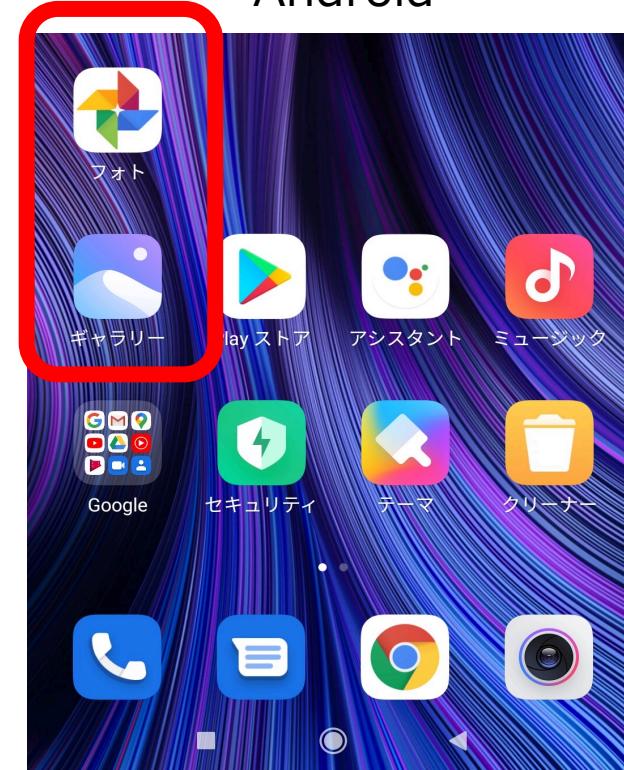
操作方法は機種により様々

写真の保存先

iPhone



Android



カメラ利用のコツ

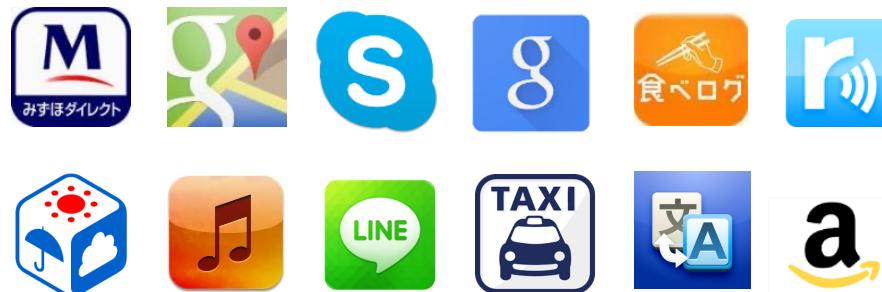
- ✓ たくさん撮る
- ✓ 連写を使って良い1枚を選ぶ
- ✓ スマホを固定して撮影する
- ✓ パノラマ撮影はゆっくり
- ✓ フラッシュは使わない
- ✓ メモとして活用する



アプリの入手

大半のアプリは無料で入手、利用できる。
但し、無料アプリの多くは広告が掲載される。
→無料である以上、広告は我慢

※大半の無料アプリには広告なしの有料版
アプリがある



元々スマホに入っているアプリ

○使えるアプリ：

- カメラ、時計、カレンダー、メモ、

✖使えない/使わないアプリ：

- 通信会社のサービスアプリ
- お節介アプリ

大半は不要なアプリなので、
使わないアプリはスマホから削除しましょう

アプリの入れ方4ステップ

- 1.アプリの入手先に行く
- 2.欲しいアプリを探す（アプリ検索）
- 3.検索結果から良さそうなアプリを選ぶ
- 4.選んだアプリを入れる（インストールする）

アプリの入手先

Androidスマホの方：Playストア

iPhone/iPadの方：App Store

アプリの入手

アップストア
(アップル)



SoftBank

8:27

100%

5月23日 水曜日



Today



Today

ゲーム

App

アップデート
5

検索

SmartLife

アプリの入手

Playストア
(アンドロイド)



15:03

アプリやゲームを検索する

おすすめ ランキング 子供 イベント

半周年記念キャンペーン開催中

今すぐプレイ

おすすめのゲームを見つける →

猫とスープ

New • シミュレーション

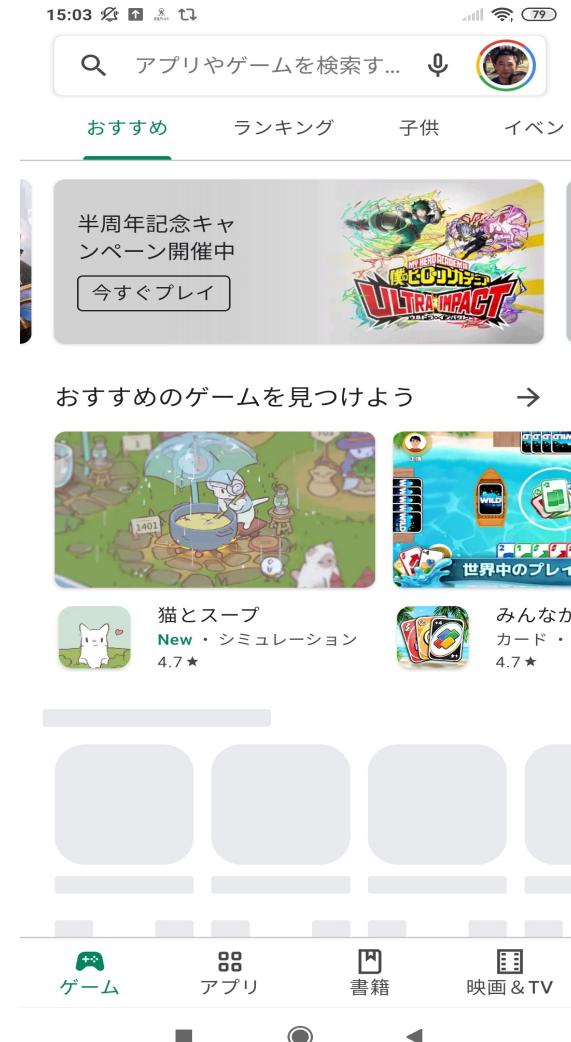
4.7★

みんなが

カード • 4.7★

ゲーム アプリ 書籍 映画 & TV

SmartLife



IDとパスワード

アプリを入手する際に「IDとパスワード」を聞かれたり、「アカウントを作成して下さい」と言われる場合があります。
→[主にiPhoneユーザーの方](#)

アカウントを作っている方：
[Apple IDとパスワード](#)が分かればアプリを入手できます

アカウントを作っていない方：
アカウントを作る必要があります

※本講座ではアカウントの作成についてはお話ししません。

アプリの検索

アップストア
(アップル)



検索

App Store

トレンド検索

tik tok

スシロー

ピアノタイル

カメラ

ダイエット

楽天

Today

ゲーム

App

アップデート

検索

SmartLife

アプリの検索

Playストア
(アンドロイド)



15:03 15 79

アプリゲームを検索する

おすすめ ランキング 子供 イベント

半周年記念キャンペーン開催中

今すぐプレイ

ULTRA IMPACT

おすすめのゲームを見つけよう →

猫とスープ
New シミュレーション
4.7 ★

みんなが
カード・
4.7 ★

ゲーム アプリ 書籍 映画 & TV

martLife

アプリ利用者の評価



国内1,000万DL。紙の雰囲気に近付け、
使いやすさ、見た目の良さにこだわった
スケジューラー。
PCとも同期ができる、プライベートや仕事
にも便利に活用できます。

アプリを入れる

アプリをダウンロード

- 「入手」→開く（アップル）
- 「インストール」→開く（アンドロイド）



「開く」が表示されたらアプリの入手に成功

アプリを入れてみよう



クルクル

- iPhone/Android
- 無料、安心
- 「クルクル」または「QRコード」で検索

※QRコードアプリは無料でたくさんありますが、
アプリにより使い勝手が異なるのでご注意下さい！

アプリを使ってみよう

1. アプリを開く
2. 利用規約に同意する（下までスクロール）
3. プライバシーポリシーに同意する
4. カメラへのアクセスを許可（OK）
5. アプリが起動→QRコードが読める状態



QRコードを読み取る

1. スマホの画面上の「キラキラ部」にQRコードを入れる



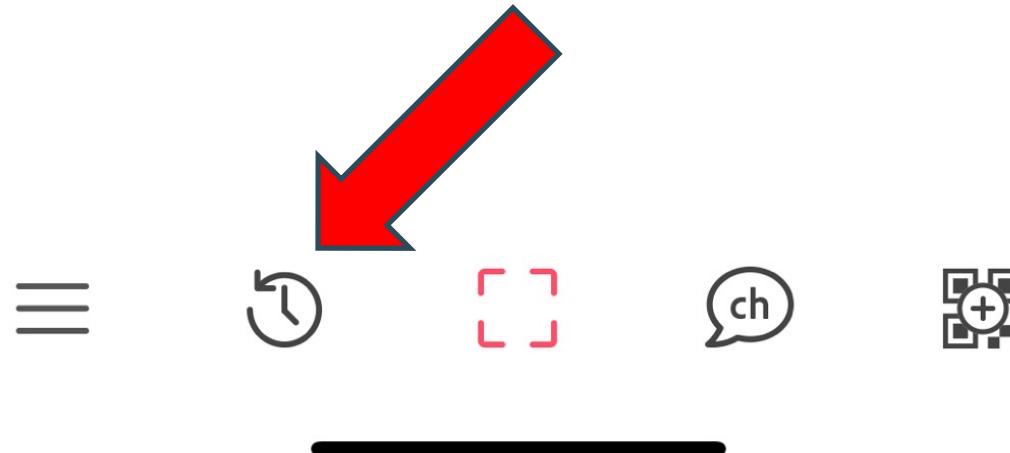
写真を撮っちゃダメ！！

2. QRコードが認識されメッセージ/ファイルが表示される

アプリを入れた後の注意点

読み取った履歴を確認する

アプリ画面の一番下の時計マークをクリック



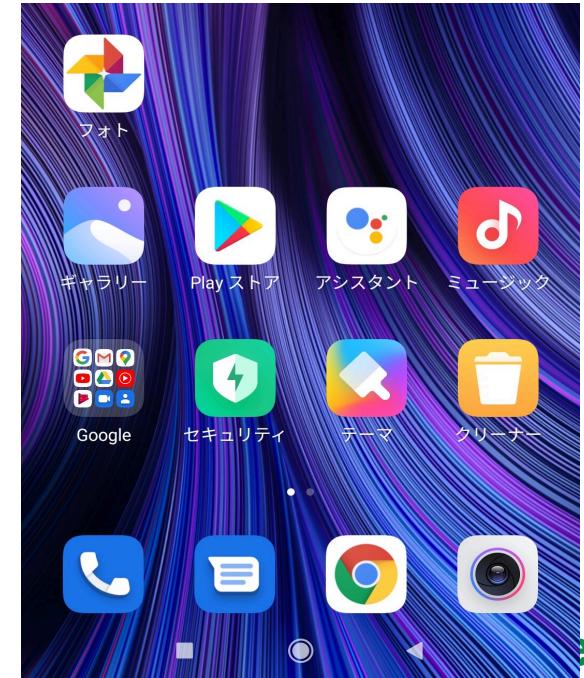


アプリを入れた後の注意点

アプリの削除

- ・アプリのアイコンを長押しする
→機種により挙動は様々
- ・設定メニューから削除する
(iPhone以外)
- ・削除のことを
アンインストールと言う

やってみましょう！





アプリによる不具合

- アプリを入れた後にこんな症状が出たら
 - ✓ アプリがうまく動かない
 - ✓ アプリが途中で落ちる/固まる
 - ✓ バッテリーの減りが早くなつた
 - ✓ スマホ/タブレットが熱くなつた

迷わず入れたアプリを削除しましょう



アプリの入れ過ぎ

- アプリを入れ過ぎると・・・

- ✓ スマホのストレージ容量が減る
- ✓ 勝手に無駄なデータ通信を行う (可能性)
※多い人で月1GB以上
- ✓ 不要な通知が増える
- ✓ バッテリーの減りが早くなる

アプリの入れ過ぎに注意しましょう



インターネット検索

インターネット検索とは？

- ・インターネット上で様々な情報を探すこと
を「ネット検索」という
- ・「ネット検索」でほぼあらゆる情報を入手
できます
- ・「ネット検索」は無料です



インターネット検索とは？

インターネット検索を使いこなせば、困り事の大半は自分で解決できます。

ネット検索は「最も重要なスマホ技術」自分で調べる習慣を身につけましょう。





インターネット検索のやり方

- ・検索サービス/アプリを利用する
- ・一番おすすめはGoogle (グーグル)



Google で検索または URL を入力



Googleで検索する

- ・アプリを開く
- ・キーワードを入力する



Safariで検索する

- ・アプリを開く
- ・キーワードを入力する



※Yahoo,その他検索も基本的に同じ

Google/Safariで検索する



- ・川崎スマートライフ で検索

Google/Safari検索の注意点



Google 検索結果

検索語: 和菓子 お取り寄せ

検索件数: 約 11,100,000 件 (0.57 秒)

ツール: すべて, ショッピング, 画像, ニュース, 動画, もっと見る, ツール

広告 · <https://shop.fukujudo-hidenobu.co.jp/あんこプリン/福壽堂秀信>

和菓子屋こわだりのあんこプリン - 極上あんこのスイーツお...

和菓子屋のあん焼き職人がこだわり抜いてついに完成。和菓子屋のこだわり詰まったあんこプリン。丹波大納言小豆のやさしい甘さがお口に入れた瞬間に広がる一口で幸せになれる極上あんこプリン。

広告 · <https://fujingaho.ringbell.co.jp/婦人画報/お取り寄せ> 0120-981-166

【公式】婦人画報のお取り寄せ - 編集者が選ぶ老舗の和菓子

婦人画報のお取り寄せで、今人気の商品が一目でわかる。売れ筋ランキングを随時更新しています。ギフトラッピングサービス/ご要望に応じてオリジナルラッピング・熨斗を無料で承ります。スイーツ・サービス: お取り寄せグルメスイーツ, お礼やお祝いのギフト。

お取り寄せ決定版2021・人気ランキング・お取り寄せ特集一覧・ブランドから探す

検索結果の前に広告が出てくることがあるので注意！！！

Google/Safariで検索する



- LINE写真送り方 で検索

Google/Safariで検索する



- ・大相撲初場所チケット取り方 で検索

キーワードを組み合わせることで的を絞る

Google/Safariで検索する



- ・川崎から溝の口 で検索

Google/Safariで検索する



- ・近くのレストラン で検索

Google/Safariで検索する



- ・近くのレストラン で検索
- ・近くのATM
- ・近くの公衆電話

Google/Safariで検索する



- 昭和47年西暦 で検索

Google/Safariで検索する



- ・カスハラとは で検索
- ・マルハラとは で検索
- ・スメハラとは で検索

Google/Safariで検索する



- ・200万ドル円 で検索
- ・500ポンドキロ で検索

Google/Safariで検索する



- 450かける300 で検索

YouTube検索

YouTubeを使った情報検索も便利

- ・知りたいことを動画で見れる
 - ・How to～ものは特におすすめ
-
- ・一魚のさばき方、包丁の研ぎ方
 - ・紐、ロープ、スカーフの結び方
 - ・日曜大工、掃除の仕方、ガーデニング
 - ・語学、教養、スポーツ、趣味、雑学
 - ・観光地の情報、歴史、文化
 - ・様々な音楽





生成AIを活用した情報検索

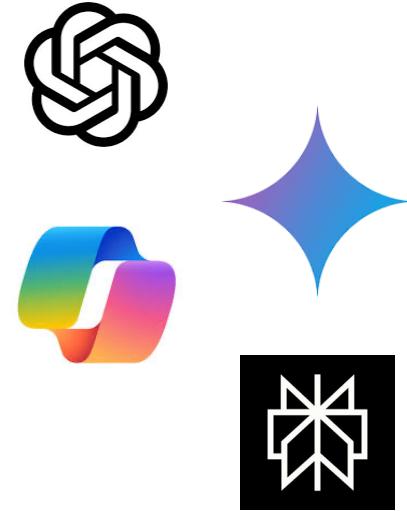
生成AI

代表的な生成AIサービス

- OpenAI 「ChatGPT」
- Google 「Gemini」
- Microsoft 「Copilot」
- Perplexity

どれも無料で利用可能（有料版もあり）

PCでもスマホでも使うことができる





生成AI

生成AIを使うと何ができる？

- ・情報検索
- ・翻訳
- ・作文、要約
- ・対話（受け答え、アイデア出し、各種提案など）
- ・画像や音声、動画の自動生成

これらが誰でも簡単にできてしまう



生成AIの活用

「生成AI」を使った情報検索

- ・基本的にGoogle検索と同じ
- ・出てくる答えが分かりやすい
- ・音声で聞いて音声で答えてもらうこともできる
- ・考えてもらうことができる
- ・最新の情報に若干疎い
- ・たまに間違える



生成AIの活用

- 考えてもらう

- 例) 大根で作れる料理を考えて

- 例) 結婚式のスピーチを考えて

- 例) 孫が喜ぶプレゼントを考えて

- 例) 旅行のプランを考えて

今後、検索サービスは生成AIに置き換わっていく予定



メールの種類と使い分け

メールの種類について

1. SMS(ショートメッセージ、携帯メール)

携帯電話番号宛に送信できるメール

70文字以内3.3円/一通、最大670文字33円/一通

2. MMSなど（携帯電話会社から与えられたメール）

@docomo.ne.jp, @softbank.ne.jp, @ezweb.ne.jp,

3. 一般的なメール(PCメール,Gmail,Yahooメールなど)

設定すれば様々な機器で利用可能

4. アプリメール(アプリを入れている人同士のメール)

iMassage, LINE, Messenger, など

メールの使い分け

1. SMS(ショートメッセージ、携帯メール)

有料なのでなるべく使わない

携帯電話番号しか知らない人への連絡手段

詐欺メールの受信リスクが最も高い

2. MMS (携帯電話会社から与えられたメール)

基本的に使用しないことを推奨

詐欺メールの受信リスクが最も高い

3. 一般的なメール(PCメール,Gmail,Yahooメールなど)

GmailなどWebメールと呼ばれるものを推奨

4. アプリメール(LINEなどアプリを入れている人同士のメール)

スマホはこれが一番おすすめ



LINEの使い方



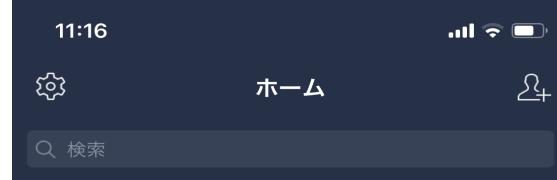
LINE:写真送付



LINEで写真を送る

写真の送付はトークの画面で行う

1. 写真を送りたいトークの相手を選ぶ
2. 写真マークを押す
3. 送りたい写真を選ぶ（複数可）
4. 送信ボタンを押す



トークのメニュー

SoftBank 15:46 54%

編集 トーク 

9:24

 おはようございます。いつもありがとうございます。うるさいな…

昨日

 こもさん、キャンセル了解しました👍 また、よろしくお願ひし…

月曜日

 ありがとうございます!! 思い切り遊びます😊

月曜日

 あちゃー😢 生サバ美味いですが、船上でさばいて内臓ポイし…

月曜日

 スタンプを送信しました

月曜日

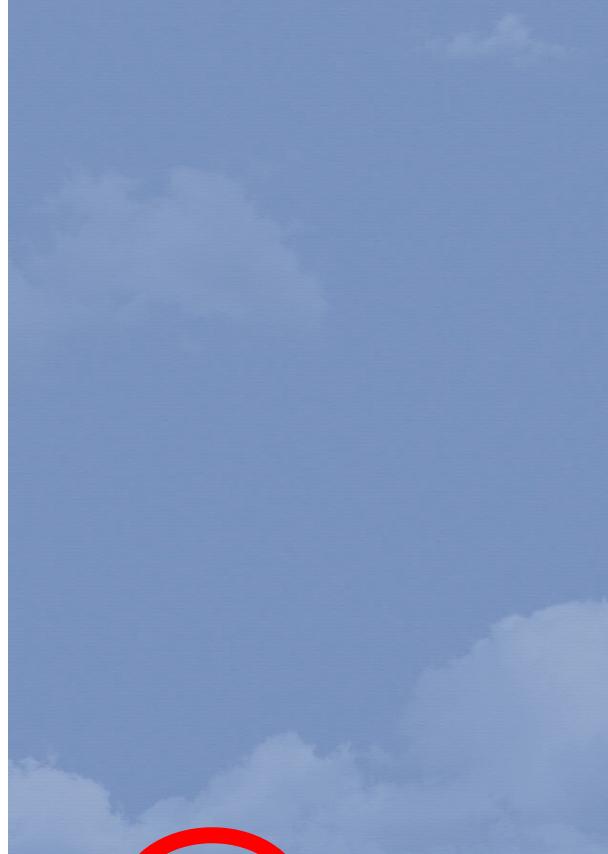
 はい、中途半端な返信ですいませんが、よろしくお願ひします👍…

月曜日



写真を送りたい
トークの相手を
選ぶ



写真ボタンを押す

写真ボタンを押すとスマートホン内の写真一覧が出てくる



送りたい写真を選ぶ
(複数可)



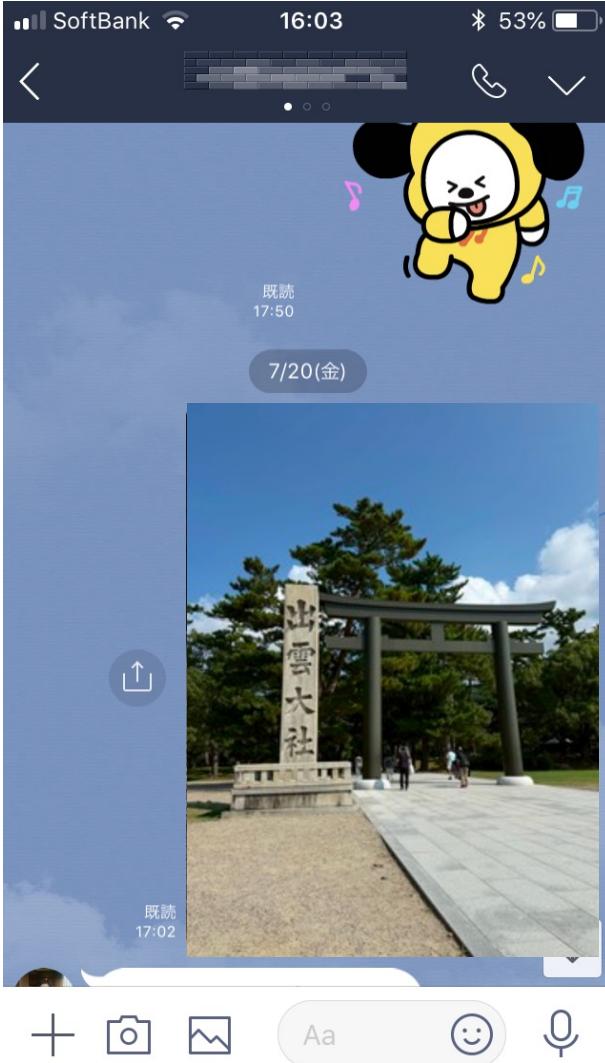
送信ボタンを押す



LINEで送ってきた写真を保存する

1. トーク画面上の写真を大きく表示する
2. 画面右下の  ボタンを押す
3. 写真がスマホ内のアルバム等に保存される

※トーク相手と共有アルバムを作る機能もある



写真を押すと拡大表示される

保存ボタンを押せば
保存完了

保存先はスマホカメラ
の保存先と同じ



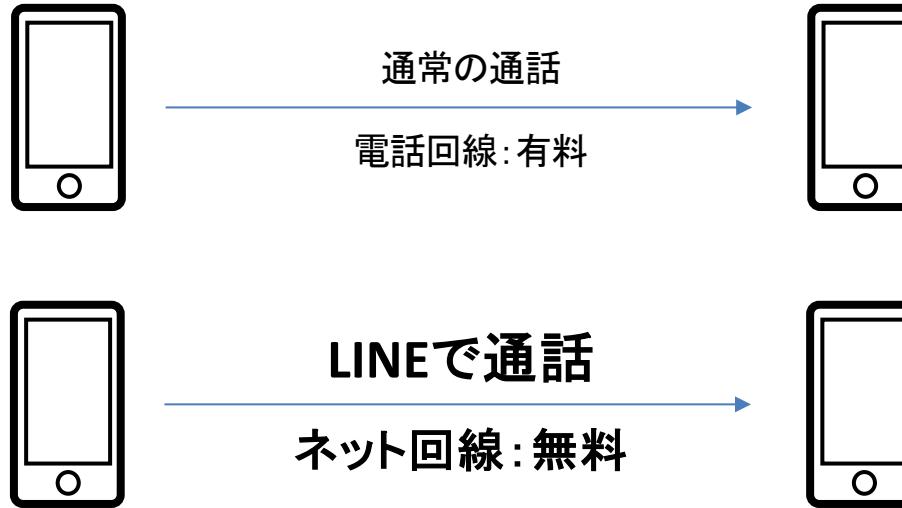
拡大表示された写真

保存ボタン

SmartLife

LINE:通話

LINEで通話する



LINEを使えば通話料は無料
(月々のデータ通信契約の範囲内で無料)



LINEで通話する

通話はトークの画面で行う

1. 通話したいトークの相手を選ぶ
2. 受話器マークを押す
3. 無料通話またはビデオ通話を選ぶ
4. 発信ボタンを押す

編集

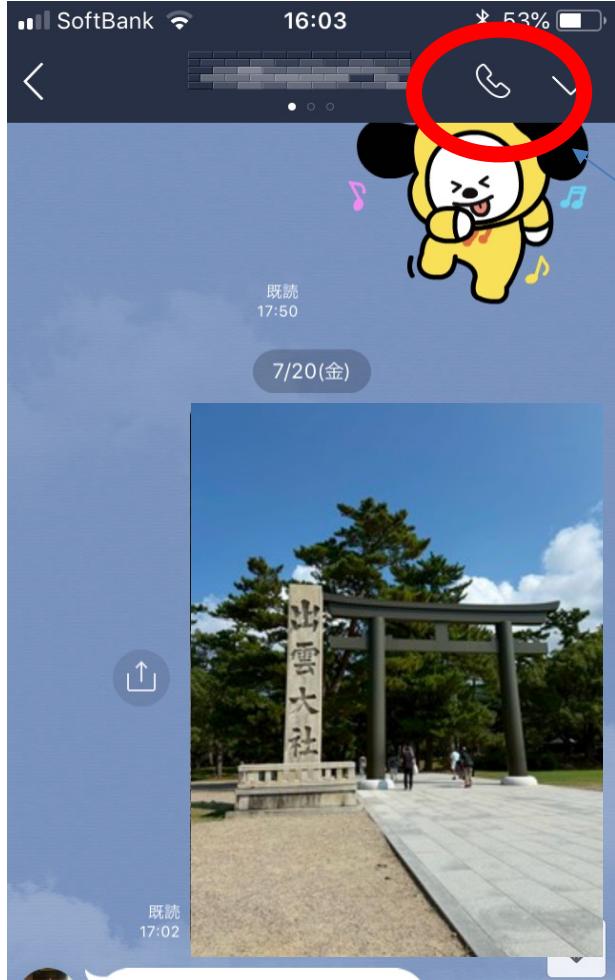
トーク



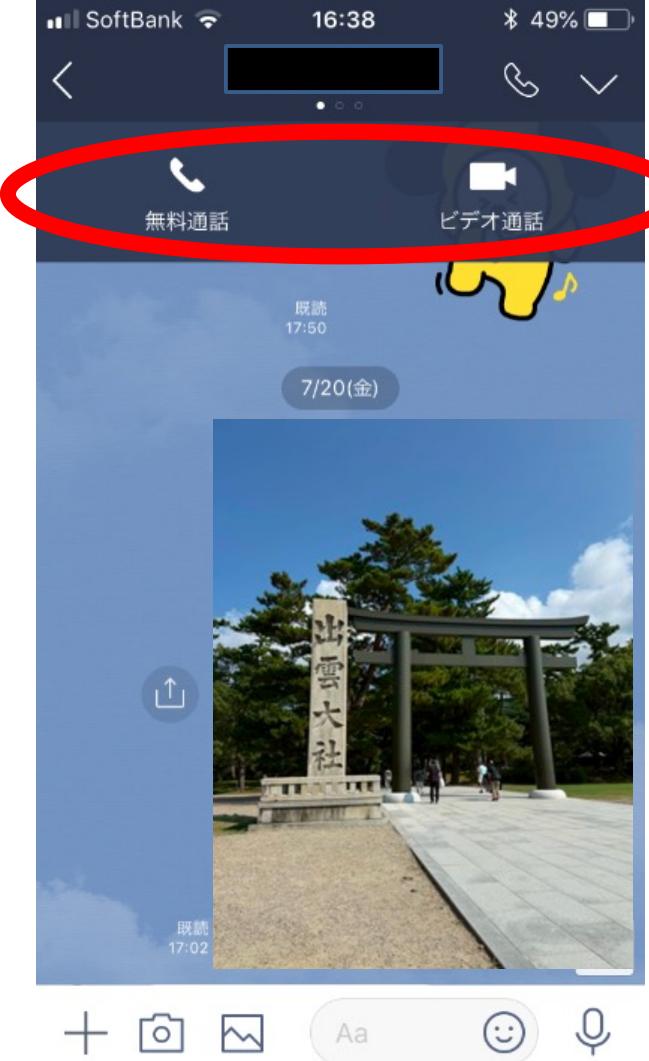
通話したい トークの相手を 選ぶ

-   9:24
おはようございます。いつもありがとうございます。うるさいな…
-   昨日
こもさん、キャンセル了解しました👍 また、よろしくお願ひし…
-   月曜日
ありがとうございます!! 思い切り遊びます😊
-   月曜日
あちゃー😢 生サバ美味いですが、船上でさばいて内臓ポイし…
-   月曜日
スタンプを送信しました
-   月曜日
はい、中途半端な返信ですいませんが、よろしくお願ひします👍…
-   月曜日





受話器ボタン



通話を選択
ボタンを押すと相手
にコール開始



LINE通話のメリット

- ・ WiFi通信を使えば無料
- ・ データ通信を使っても通常の通話より格安 例) 2GBで11時間通話可能
- ・ ビデオ通話（テレビ電話）も可能
- ・ 複数人のグループ通話も可能
- ・ 災害時などに有効な場合がある



スマホ利用の心得

理屈より感覚

- ・仕組みが分かればベスト。
でも、それは二の次。
- ・まずやり方（操作）を感覚的に覚える。
→スマホの操作には共通の法則がある。
- ・分からぬ?
でも、その答えはスマホの中に必ずある。
答えは考えずにスマホの中で探す。



IDとパスワード

- IDとパスワードの種類を理解する
 - 電話会社との契約に関するID/PASS
 - アプリをダウンロードするID/PASS
 - LINE/GmailのID/PASS
 - スマホのロックを解除するPASS
- 登録時に記録に残す習慣を身につける



契約内容を理解する

- ・何に幾ら払っているか?
 - 通話料
 - データ通信料
 - スマホ代金（分割）
 - その他
- ・何をすると料金が発生するか？



※加入/変更して2~3ヶ月経ったら1回は
窓口で相談

本講座は以上となります。

皆さん1日お疲れ様でした。

おつかれ
さまでした!