

ふじのくにデジタルサポーター育成用

講習会テキスト 【基本講座】

静岡県【令和4年度ふじのくにデジタルサポーター育成事業】

受託者：株式会社東海道シグマ

作成日：2022/6/30 最終更新日：2025/8/25



誰にも優しく
誰もが便利に
安全・安心
そして豊かに

はじめに

本研修は、デジタルサポーターとしてのデジタル分野における知識はもちろん、支援スキルの向上を目的とし、コミュニケーション力の向上、特に聴く力、伝える力の強化を試みます。

デジタルサポーターとしての知識を持っていても、支援対象者から相談されることがなければ、その知識を披露する場面もなく、宝の持ち腐れになってしまいます。

信頼され、相談されるデジタルサポーターになるためには、どのようなアプローチで臨めばよいのか、知っている必要がありますし、実践できる力を身につける必要があります。

また、せっかく相談されても、デジタルサポーターとしての知識をうまく伝えられなければ、情報格差(デジタルデバイド)を解消するという目的を果たすことができません。

うまく伝えるコツを知り、実践でうまく使えるように練習していただきたいと思います。

この研修で、皆さんの支援スキルの向上を目指しましょう。

第1章 デジタルサポーター概要・理解

1	デジタルサポーター制度理解	P.5
	デジタルサポーター制度の意義・ビジョン	P.5
	デジタルサポーターに期待する事	P.5
2	支援対象者理解	P.6
	スマートフォンを使わない理由	P.6
	スマートフォンを使う時につまづくポイント	P.6
	高齢者の特徴と対策	P.7
	起こりがちなトラブルと対処方法	P.8
	支援のポイント	P.9
3	デジタルサポーターとしての心構え	P.10
4	支援手法	P.11
	STEP 1 信頼関係の構築	P.11
	STEP 2 受容と共感	P.11
	STEP 3 確認	P.12
	その他 アサーションとアンガーマネージメント	P.12

第2章 スマートフォンの概要

1	スマートフォンとは	P.14
2	OSの特徴	P.15
3	アプリケーションとは	P.16
4	クラウド・コンピューティングとは	P.17
5	携帯電話回線とWi-Fiの違い	P.19
6	AIとは	P.20

第3章 スマートフォンの基本操作

1	基本操作で使われる用語	P.23
2	電話の基本操作 (Android端末)	P.25
	電話の基本操作 (iPhone)	P.28
3	カメラの基本操作 (Android端末)	P.31
	カメラの基本操作 (iPhone)	P.32

第4章 LINE

1	LINEとは	P.34
2	インストール	P.36
3	LINEの登録	P.38
4	LINE・友だち追加	P.44
	友だち・グループを追加する（自動追加）	P.45
	友だち・グループを追加する（QRコード）	P.47
	友だち・グループを追加する（グループ）	P.49
5	LINEを使ってみる	P.51
	友だちとトークする	P.51
	LINEの通信・通話の注意点	P.53
	通話の開始	P.55
6	LINEのセキュリティ	P.57

第5章 アプリケーション

1	アプリの追加	P.61
	アプリの追加（Android端末）	P.62
	アプリの追加（iPhone）	P.63
2	アプリの紹介	P.65

第6章 インターネットリテラシー

1	リテラシーとは	P.69
2	スマートフォンの危険因子への理解	P.70
3	迷惑メールの対処法	P.80

第7章 災害時・緊急時のスマートフォン活用

1	緊急時のスマートフォン活用	P.83
2	災害時のスマートフォン活用	P.83
3	事件・事故時のスマートフォン活用	P.90

1章

デジタルサポーター

概要・理解

1 デジタルサポーター制度理解

デジタルサポーター制度の意義・ビジョン

人口減少さらには高齢化等により、デジタル機器に不慣れな人が取り残されるなど、情報格差(デジタルデバイド)が起きています。

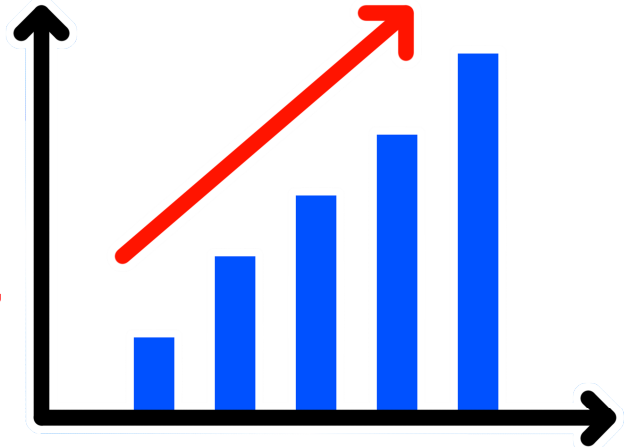
身近で気軽に相談できる
デジタルサポーターの育成

情報格差(デジタルデバイド)の解消

手軽にデジタル化の恩恵を受けられる社会の実現

<静岡県の目標>

2025年までに
1200人育成



デジタルサポーターに期待する事

日常生活での支援

身近な相談役としてスマートフォン等の利活用に関する、可能な限りの支援

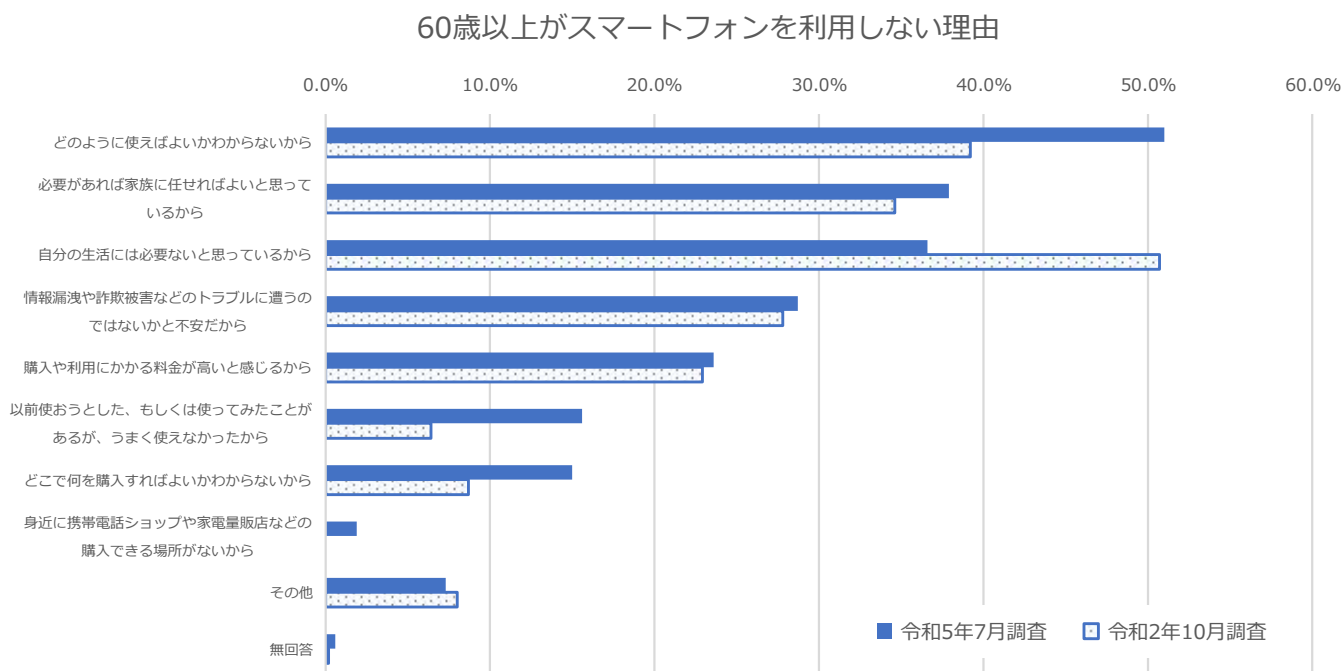


団体の活動における支援

講習会で得た知識を活用し、情報共有することで県全体のデジタルリテラシーの向上を図る



スマートフォンを使わない理由



【出典：情報通信機器の利活用に関する世論調査（令和5年7月調査）】

使いたい気持ちに寄り添う支援が重要です

スマートフォンを使う時につまづくポイント

- ・ **文字入力**
入力方法の切り替え方がわからない
- ・ **知らない言葉が多い**
横文字等の専門用語が多く理解できない
- ・ **タップ**
力加減、指の感覚、指の乾燥、目的の場所がうまく押せない
- ・ **アカウント、ID、パスワード**
それぞれの意味と役割が難解

2 支援対象者理解

高齢者の特徴と対策

1 視覚

近くの物にピントを合わせるのが難しくなり、細かい字が霞んで見えにくくなることがあります。

また、暗くなると文字が読みづらくなります。

- 文字やアイコンが大きくなるよう、スマートフォンの設定を変更
- 必要に応じて明るさの調整も行うと良い

2 聴覚

高い声が聞こえにくくなり、早口の言葉がわかりにくくなります。

- 少し大きめの声で、ゆっくり、はっきりと話すように意識（特に、言葉の始まりがパ行、夕行、カ行、サ行は聞き取りにくいいため、はっきりと話す）

3 触覚

指先の作業に時間がかかる事が増え、思った場所を押す事が出来ない事があります。

また、指が乾燥しやすいため、静電気が発生しづらく、スマートフォンの反応が鈍い場合があります。

- 支援の際には、待つ姿勢を意識する
- 指先はおしぼりで指を濡らしたり、タッチペンを使う事も有効

2 支援対象者理解

起こりがちなトラブルと対処方法

①通話の切り忘れ

通話を切ったかどうか、確認するように伝えましょう。

また、セキュリティ対策や誤発信防止のために、ロックを必ずかける様に伝えましょう。

②有料アプリと知らずに課金してしまう

アプリには

- ・無料で使える物
- ・有料で使える物

がある事を説明しましょう。

③Wi-Fiについて知らず通信料がかかってしまう

Wi-Fiについて説明しましょう。

また、自宅にWi-Fi対応ルーターがある場合は必ず接続できるように設定を確認してください。

④アカウント、IDがわからなくなった

アカウントやID等大切な情報は、メモに残し保管する様に伝えましょう。

また、必要に応じて家族に管理をお願いします。

⑤通知が多く何の通知かわからない

必要のない通知はOFFに出来る事を説明します。

⑥LINEで知らない人が友達になっている

LINEの友達追加について確認しましょう。必要に応じて、設定の変更を支援しましょう。

2 支援対象者理解

支援のポイント

1 難しい用語はかみ砕いて説明

スマートフォンの専門用語は難しい印象です。カタカナを使わずに説明できるとよいでしょう。事例を使うのも効果的です。

スクロール？

アプリ？

スクショ？



2 自分で操作

頭で覚えるというよりもたくさん触れて身体で慣れることが大切です。

3 IDとパスワードをしっかりと管理

必要に応じて紙等での保管も紹介しましょう。

アナログですが手帳に記入し管理してもらうことも有効です



POINT!!

- 自分では当たり前前に知っている事でも相手にとっては当たり前とは限りません。
- 相手が理解しているかどうか確認しながら相手のペースに合わせる必要があります。

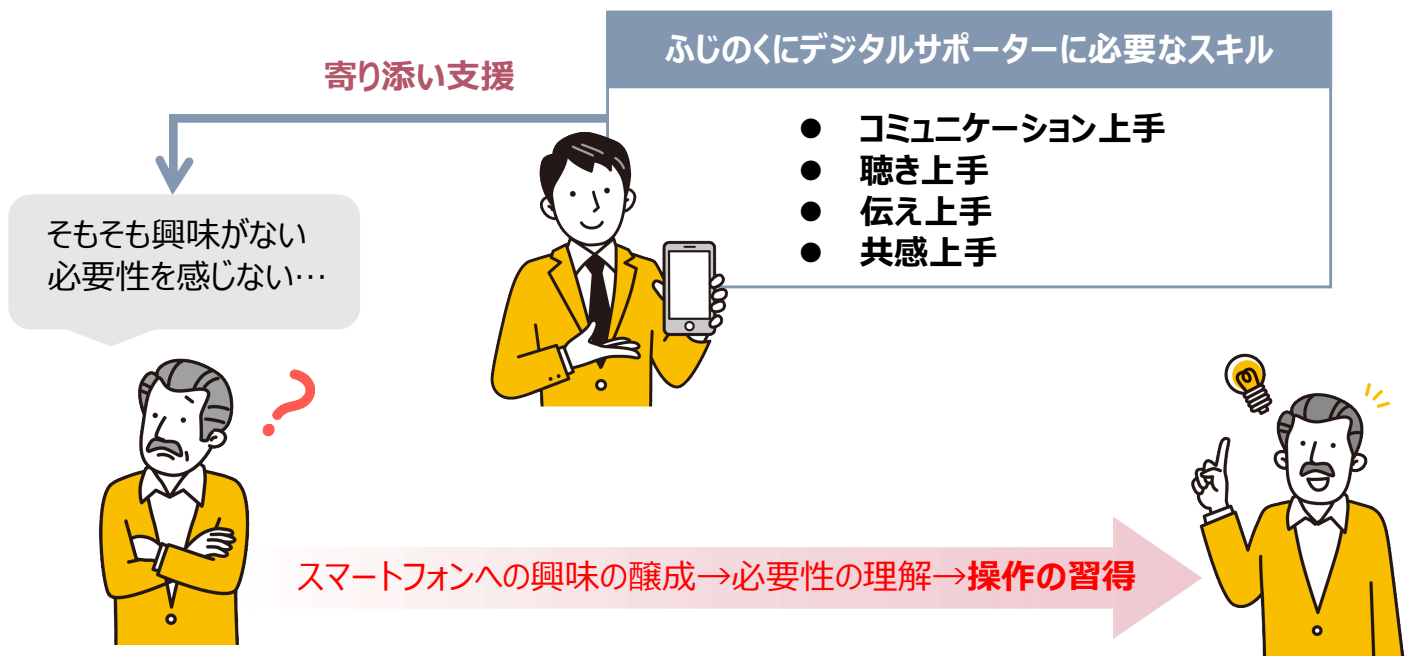
3 デジタルサポーターとしての心構え

指導でなく支援

積極的にデジタルを活用していけば、もっと生活が豊かに楽しくなることを伝えながら、支援対象者に寄り添う姿勢が重要です。デジタルサポーターは様々な状況にある支援対象者の気持ちを理解して、スマホに興味を持ってもらうことから始める必要があります。

ふじのくにDX推進計画の基本理念

【誰にも優しく、誰もが便利に、安全・安心、そして豊かに】



デジタルサポーターの役割

- ✓ 相手に寄り添って親身になって話を聞く
- ✓ 相手の興味関心を引き出す
- ✓ スマートフォン操作の具体的なレクチャー

地域におけるスマートフォンの使用方法に関して
身近で気軽に相談できる人材へ

4 支援手法

支援の流れ

STEP 1 信頼関係の構築 **POINT** 積極的にかかわることが大切！

- デジタルサポーターが必要とする能力
 - ◇ スマートフォンに関する基本的な知識と技術
 - ◇ 対人関係能力（円滑な意思疎通を図り信頼関係を構築する能力）



- ・ 日々のコミュニケーションの積み重ね
- ・ 一定のスキルテクニックも必要

[コミュニケーションスキル]

言語による コミュニケーション	聴く（うなずき、あいづちなど） 伝える（順序、方法、確認など）
準言語による コミュニケーション	声のトーン、大きさ、速度、印象、 抑揚など
非言語による コミュニケーション	表情、目線、姿勢、座り方など

STEP 2 受容と共感 **POINT** 相手の話を最後まで聴く！

相手から話しやすいと思われるために…

- 笑顔や目線
 - 笑顔 … マスクをしていると表情が伝わりにくいため、多少オーバーに
 - 目線 … 座る・しゃがむ等で相手と同じ目線で話を聴く
- 質問の仕方に工夫
 - 【開かれた質問】と【閉じた質問】を使い分ける
 - ※開かれた質問：自由に回答が出来る質問
 - 閉ざされた質問：【はい】【いいえ】で答えられる質問
- 相手の存在そのものを一旦受け入れる
 - 最後まで相手の話をじっくり聴く姿勢が重要

4 支援手法

STEP 3 確認 POINT ステップごとに相手にきちんと伝わっているかを確認！

● 細かく丁寧に相手の理解度を確認する

【ここまでよろしいでしょうか】

【ここまでをご自身でやってみましょうか】等

● 話すスピードや専門用語・横文字を避け、理解しやすい言葉を使う

例) タップ → 指でポンと触りましょう

例) スワイプ → 指で上から下（右から左）になぞりましょう

その他 アサーションとアンガーマネジメント

● アサーション

攻撃的
アグレッシブ



自分のことばかり考えて
他者を踏みにじる

アサーション



**相手に配慮しつつ
言いたいことが伝わる**

非主張的
ノンアサーティブ



他者を優先しすぎて
自分を後回しにする

● アンガーマネジメント3つのPOINT

1	怒りを感じても6秒我慢
2	コアビリーブを手放す ※コアビリーブとは【〇〇すべき】と言う、その人の中にある価値観のこと。
3	自分や相手に出来る事のみ注目する

2章 スマートフォンの概要

1 スマートフォンとは

スマートフォンとは

インターネットの閲覧にも利用でき【通話機能がプラスされたパソコン】の様な機器のことです。

携帯電話

携帯することができる電話で、対義語は固定電話です。

スマートフォン

- ・OSを搭載
- ・アプリでカスタマイズが可能

iOS

Android

その他

ガラケー

- ・日本独自に進化した携帯電話
- ・スマートフォンが台頭するまで普及していた

OS（オペレーティングシステム）とは

スマートフォンやパソコンなど、コンピューターを利用するために必要なソフトウェアまたはプログラムのことです。



【スマートフォンやパソコンの基本動作を司る脳】の様なもの

スマートフォンに搭載されるOSの種類

- **iOS** (アイオーエス)
- **Android** (アンドロイド)
- Windows10 (ウィンドウズテン)
- FireFoxOS (フィヤーフォックスオーエス)
- BlackBerryOS (ブラックベリーオーエス)

iOSの特徴

- Apple社が開発する端末のiPhoneなどに搭載されているOS
- iPhone、iPad、iPod touch等で使われている
- カスタマイズ性を抑えた分、シンプルな操作性

Androidの特徴

- Googleが開発しライセンスフリーで提供しているOS
- さまざまなメーカーに搭載され販売されている
- 自分に合った価格や機能性から機種を選ぶことができる

iPhoneとAndroid端末の違い一覧表

	iPhone	Android端末
アプリのセキュリティ	高い	アプリによっては低いものもあり
機種の多さ	少ない	多い
操作性	直感的に操作できる	メーカーによって異なる
決済機能	制限が多い	制限が少ない
価格	高い	安い
最新技術の導入	遅い	早い

3 アプリケーションとは

アプリ（アプリケーション）とは

スマートフォンの中でメールや地図など特定の目的をもって作られたプログラムの事です。

（人間でいえば脳=OS、手足=アプリ といったイメージ）

<アプリを使うメリット>

- ①一度インストールすればすぐにアクセスできる
 - ②機能性が高い
 - ③インターネットの環境がなくても利用できる
- ※一部通信を必要とするものも有る
例)LINE・動画視聴・通信対戦ゲーム 等



アプリとサイトの違い

	アプリ	サイト
用途	特定の作業に特化	サイトの閲覧だけでなく様々なサービスが使える
インストールの必要性	必須	不要
初回（インストール時） 利用時の通信量	大きい	小さい
リピート利用時の通信量	小さい	大きい
操作のスピード わかりやすさ	迅速で簡便	やや遅く、複雑
機能性の高さ 自由度	ともに高い	ともに低め

4 クラウド・コンピューティングとは

クラウド・コンピューティング（クラウド）とは

インターネットなどのネットワーク経由で
ユーザーにサービスを提供する形態のことです。

<クラウドサービス>

パソコン、スマートフォンやタブレット端末
から利用できるサービス



メジャーなIT企業とその企業が提供しているクラウドサービス

	iCloud	Google
コミュニケーション	<ul style="list-style-type: none">・メッセージ・メール・探す（位置情報共有）	<ul style="list-style-type: none">・ Gmail
音声アシスト	<ul style="list-style-type: none">・ siri	<ul style="list-style-type: none">・ Google音声検索
オンラインストレージ	<ul style="list-style-type: none">・ iCloud Drive・ バックアップ	<ul style="list-style-type: none">・ Googleドライブ（ファイル）・ Googleフォト（写真用）
ビジネス	<ul style="list-style-type: none">・ カレンダー・ メモ・ リマインダー・ Pages（文章作成）・ Numbers（プレゼンテーション）・ Keynote（表計算）・ 連絡先・ iCloudタブ（検索キーワード共有）・ iCloudキーチェーン（アカウント、パスワード共有）	<ul style="list-style-type: none">・ Googleカレンダー(スケジュール管理)・ Googleドキュメント(文書作成)・ Googleスプレッドシート(表計算)・ Google翻訳
配信	<ul style="list-style-type: none">・ iTunes（音楽、動画、書籍）	<ul style="list-style-type: none">・ Google Play Music（音楽）・ Googleビデオ（動画）・ YouTube

4 クラウド・コンピューティングとは

メジャーなIT企業とその企業が提供しているクラウドサービス

	Microsoft	Amazon	Yahoo !
コミュニケーション	<ul style="list-style-type: none">• Outlook (メール、スケジュール)• Skype (無料通話、チャット)		<ul style="list-style-type: none">• Yahoo!メール• Yahoo!知恵袋
オンラインストレージ	<ul style="list-style-type: none">• OneDrive for Business	<ul style="list-style-type: none">• Amazon photo	<ul style="list-style-type: none">• Yahoo!かんたんバックアップ• Yahoo!ボックス
ナビゲーション			<ul style="list-style-type: none">• Yahoo!天気• Yahoo!カーナビ• Yahoo! MAP• Yahoo!乗換案内
ビジネス	<ul style="list-style-type: none">• Teams (リモートワーク)• Web用Word (文書作成)• Web用Excel (表計算)• Web用PowerPoint (プレゼンテーション)		<ul style="list-style-type: none">• Yahoo!カレンダー
配信		<ul style="list-style-type: none">• Kindle unlimited (書籍)• Amazon Prime Video (動画)• Amazon Prime Reading (書籍)• Amazon Prime Music (音楽)	<ul style="list-style-type: none">• GYAO! (動画)
購入・販売		<ul style="list-style-type: none">• Amazon	<ul style="list-style-type: none">• Yahoo!ショッピング• ヤフオク!

(2022年6月時点)

注意！

- クラウドサービスは無料だけでなく、有料や定額制（サブスクリプション）で提供されるものも多い。
- サービス提供企業の都合で、使用している期間中にサービスが終了されることもある。

5 携帯電話回線とWi-Fiの違い

5Gとは

第5世代移動通信システムの略で次世代の通信規格

(通信速度は4Gの20倍、遅延は1/10で

10倍のデバイスを同時に接続できるとされている)

Wi-Fiとは

パソコンやスマートフォンを無線でインターネットにつなげる技術

= 無線LAN



- ・速度が速く通信容量が無制限
- ・時間帯問わず通信速度が比較的安定
- ・複数台のデバイスを接続しても速度が落ちにくい
- ・月額固定のランニングコスト

- ・国内外問わず使える
(キャリアサポートエリア内)
- ・混雑した場所でもつながりやすい
- ・契約によっては、通信容量がオーバーし基本料金以上にコストがかかる事がある

AIとは

AIとは、「Artificial Intelligence（人工知能）」の略で、コンピュータが人間のよう
な情報処理を行うためのプログラムの事
です。AIはビジネスや教育・芸術など、さ
まざまな分野で活用されています。



生成AIとは

生成AIとは、人工知能(AI)を使って新しいデータを生成する技
術のことです。生成AIは、画像、文章、音声、プログラムコー
ドなど、さまざまなコンテンツを生成することができます。

生成AIの活用例

画像生成

人の顔や動物、風景などの画像
を生成したり、画像のスタイル
や品質を変換したりすること
ができます。

文章生成

詩や小説、エッセイなどの文章
を生成したり、文章の要約や翻
訳、校正などを行ったりする
ことができます。

音声生成

人の声や音楽、効果音などの音
声を生成したり、音声の合成や
変換、認識などを行ったりする
ことができます。

プログラムコード生成

ソフトウェアの開発に必要なプログ
ラムコードを生成したり、コードの
解析や最適化、テストなどを行っ
たりすることができます。

生成AIには、倫理的な問題やリスクもあります。生成AIが作っ
たデータは、本物と見分けがつかない場合があり、偽情報や詐欺、
著作権侵害などの問題を引き起こす可能性があります。



6 AIとは



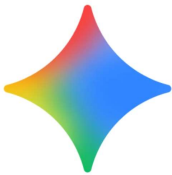
様々な生成AIの中で、今回は日常でも使用できるチャットGPTについて説明します。

チャットGPT

チャットGPTとは、入力した質問に対して、AIが人間のように自然な会話で回答を行うチャットツールです。

チャットGPTは、2022年11月に公開されて以来、多くの人に利用されています。しかし、**チャットGPTは、事実とは異なる回答を生成することや、個人情報の収集に関する問題**など、いくつかの欠点やリスクもあります。チャットGPTを利用する際には、注意が必要です。

生成AI代表ツール

	ChatGPT	テキストだけでなく、人間と会話しているかのような自然な文章を生成し、質問に応じて精度の高い返答ができます。コンテンツの生成、質問への回答、説明の提供など、様々なタスクに役立ちます。
	Copilot	Microsoft社が提供するAIアシスタントツールで、Word、Excelなどのアプリに、AIの機能を付与したサービスです。AIで指示を出すだけで、資料の作成やデータ分析ができるのが大きな特徴です。
	Gemini	Googleが発表した対話型の生成AIで、まるで人間とチャットで会話をするようにユーザーの検索を助けたり、画像や文章を生成してくれたりします。

「ChatGPT」と検索すると、非公式のアプリが大量にヒットします。これらのアプリは、正式なOpenAI※のアプリではなく、不適切な機能を含んだり、ユーザーの情報を不適切に取得する可能性があります。そのため、偽アプリに騙されないように注意が必要です。

※OpenAI…アメリカのサンフランシスコに拠点を置く、人工知能（AI）の開発および普及を目的とした非営利研究機関のこと

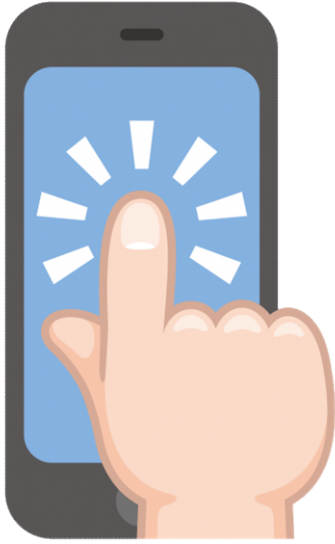

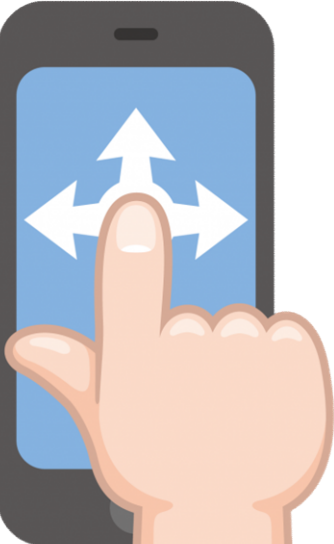
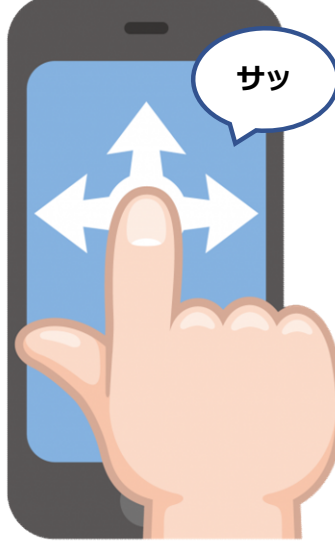
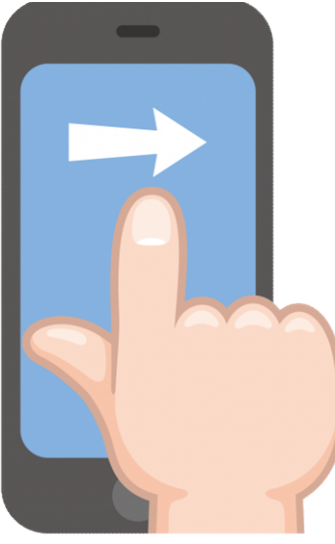
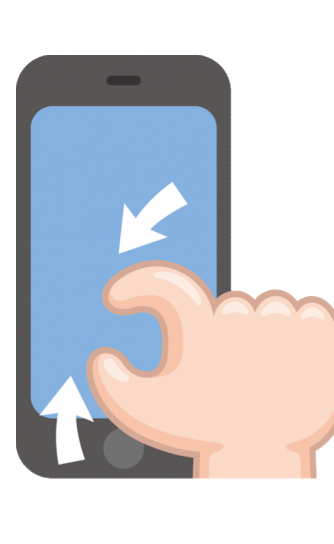


3章

スマートフォンの基本操作

1 基本操作で使われる用語

操作 〈iOS・Android共通〉

タップ (タッチ)	ダブルタップ	ロングタップ (長押し)	スワイプ
			
画面をトントンと軽く叩く操作	画面をトントンと短い間隔で2回叩く操作	画面の一箇所をおよそ1秒ほど押し続ける操作	画面を押したまま、上下左右に指を動かす操作
フリック	ドラッグ	ピンチイン	ピンチアウト
			
画面に指を置いた後、上下左右にサッと指を払う操作	画面の一箇所を1秒ほど押し続けた後、そのまま画面に触れた状態で指を動かす操作	二本の指をある程度開いた状態で画面に置き、そのままつまむように指の間隔を狭める操作	ピンチインとは逆に、画面上に二本の指を置いて間隔を広げる操作

1 基本操作で使われる用語

通信

Bluetooth (ブルートゥース)	一般的には10m以内で設定をオンにするだけで、【ペアリング】と呼ばれる接続ができ、データを至近距離で送受信できる技術
モバイルデータ通信	5Gや4Gなどの通信回線を使ってインターネットに接続すること。スマホなどのモバイル端末でメールを送受信したり、ニュースや動画を見たりできる

機能編

アカウント	メールやインターネットのサービスを利用するための権利。名前（ID）とパスワードを登録してアカウントを取得することで、様々なサービスを受けられる
アップデート	アプリやスマートフォンの機能を最新の状態に保つようにする作業。不具合が改善されたりするため、通知が表示されたら実行しておくのがよい
アップロード	スマートフォン内の情報をサーバーに送る作業のこと。写真や動画などをインターネット上に置いて、特定の相手や一般に公開することを指す
ダウンロード	インターネット上にあるデータやプログラムを、自分のスマートフォン等に保存すること
インストール	スマートフォンに、アプリ等の機能を追加すること。なお、機能を削除するときには、アンインストールという
スクリーンショット	画面に表示されたものをそのまま静止画像にしたもののこと。ショッピングでの注文番号や電車・バスの時刻表のほか、画面をそのまま残したいときに便利
キャリア	NTTドコモやau（KDDI）、ソフトバンクなど、通信サービスを提供している事業者のこと。
SNS	Social Net Working Service（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）の略で、会員制交流サービスのことを表す。ツイッターやFacebook、InstagramやLINEなどがこれらに該当

2 電話の基本操作（Android端末）

電話のかけ方：電話番号を直接入力してかける

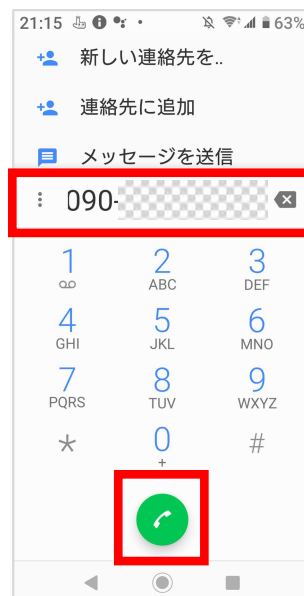
- ①【電話】アプリをタップします。



- ②右下のメニュー【キーパッド】をタップします。



- ③電話番号をタップして入力後、【緑の受話器】マークをタップします。



電話のかけ方：着信履歴を使ってかける

- ①【電話】アプリをタップします。



- ②【着信履歴（時計マーク）】をタップします。



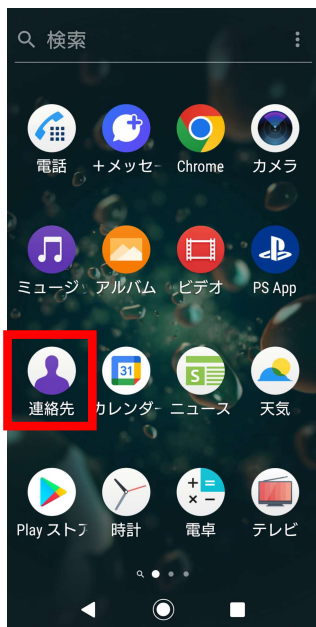
- ③【かけた相手】をタップすると電話がかかります。



2 電話の基本操作 (Android端末)

電話のかけ方 (電話帳・連絡先) からかける

- ① 【連絡先】アプリをタップします。



- ② 【かけた相手】をタップします。

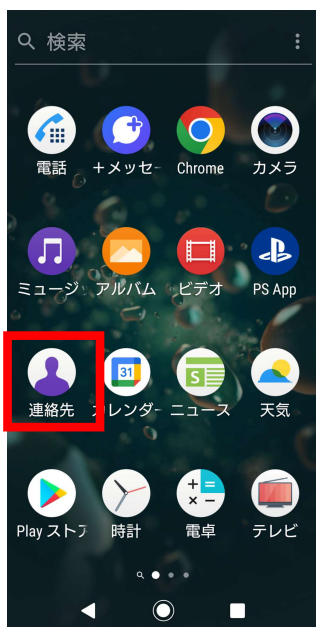


下記の画面で右のマークをタップしても連絡先が表示されます。

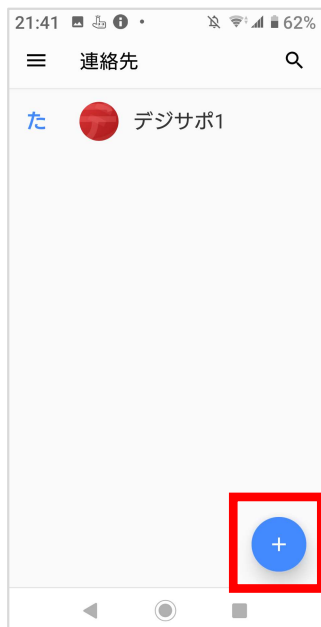


連絡先に新しく連絡先を登録する

- ① 【連絡先】アプリをタップします。



- ② 下にある【新しい連絡先を登録する】アイコンをタップします。



- ③ 名前等の登録情報を入力したら【保存】をタップします。



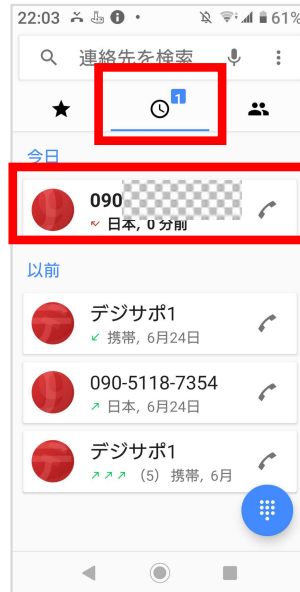
2 電話の基本操作（Android端末）

着信履歴に残った通話先を登録する

① 【電話】アプリをタップします。



② 【着信履歴】をタップします。



③ 【新しい連絡先を作成】をタップし、登録画面を表示させ登録します。



2 電話の基本操作 (iPhone)

電話のかけ方：電話番号を直接入力してかける

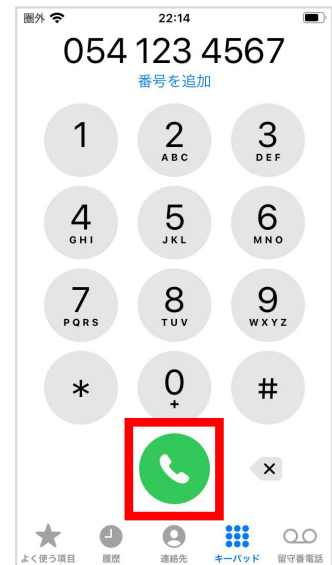
①【電話】アプリをタップします。



②下のメニューの【キーパッド】をタップします。



③電話番号をタップして入力後【緑の受話器マーク】をタップして発信します。



電話のかけ方：着信履歴を使ってかける

①【電話】アプリをタップします。



②下のメニューにある【履歴】をタップします。



③【かけたい相手】をタップすれば電話がかかります。



2 電話の基本操作 (iPhone)

電話のかけ方：連絡先からかける

①【連絡先】を
タップします。



②【かけたい相手】
をタップします。



③【発信】をタップ
します。



連絡先に新しく連絡先を登録する

①【連絡先】アプリ
をタップします。



②右上にある【+】
アイコンをタップ
します。



③名前等の登録情報
を入力したら【保存】
をタップします。



2 電話の基本操作 (iPhone)

着信履歴に残った通話先を登録する

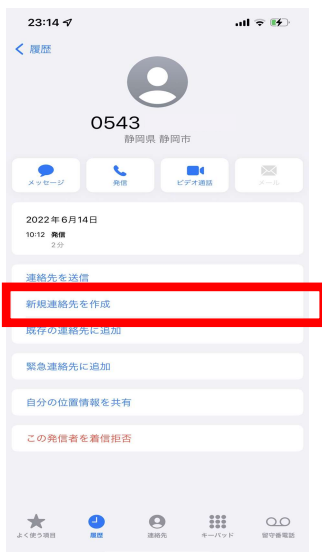
①【電話】アプリをタップします。



②着信履歴から登録したい人の右にある【i】をタップします。



③【新規連絡先を作成】をタップします。



④必要事項を入力し【完了】をタップします。

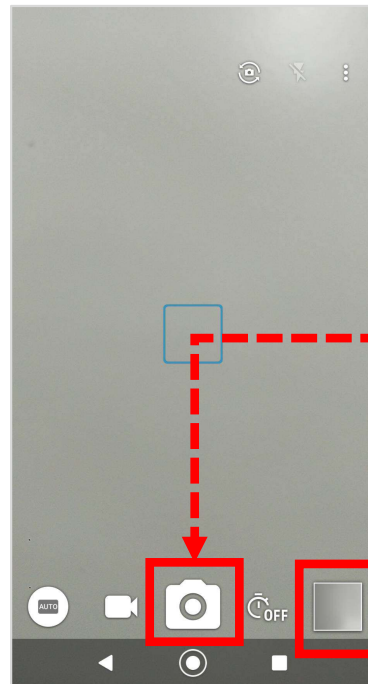


3 カメラの基本操作 (Android端末)

写真を撮る



※Androidの【カメラ】アプリのアイコンはメーカーによって異なります。



シャッター

直近に取った
写真の確認

写真を見る

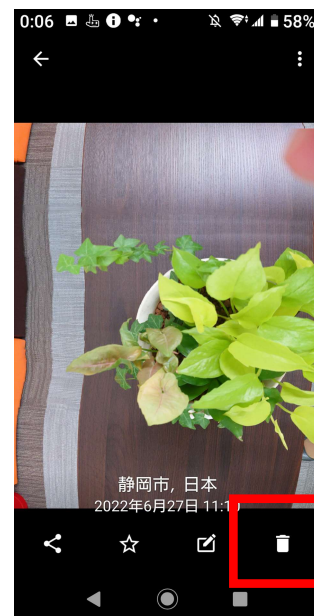
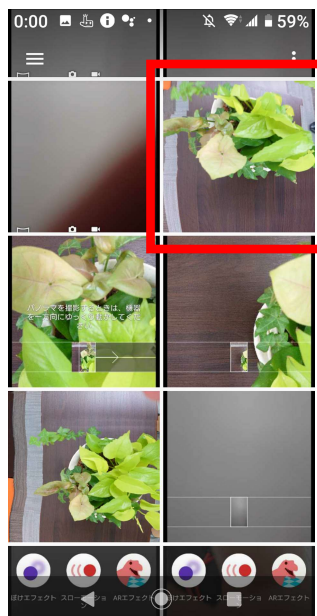


※Androidの【カメラ】アプリのアイコンはメーカーによって異なります。

写真を削除する

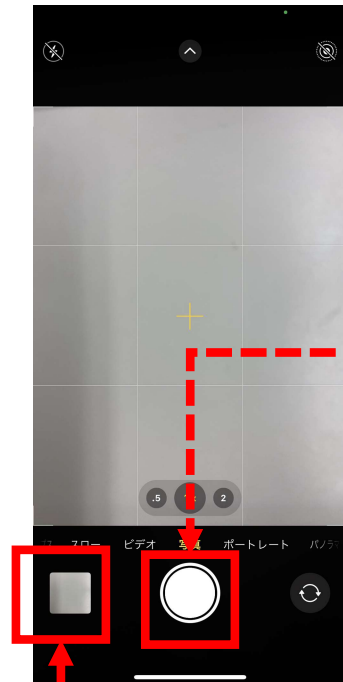
①削除したい写真をタップします。

②写真が大きくなったら再度タップし左下のゴミ箱のマークをタップします。



3 カメラの基本操作 (iPhone)

写真を撮る



シャッター

直近に取った
写真の確認

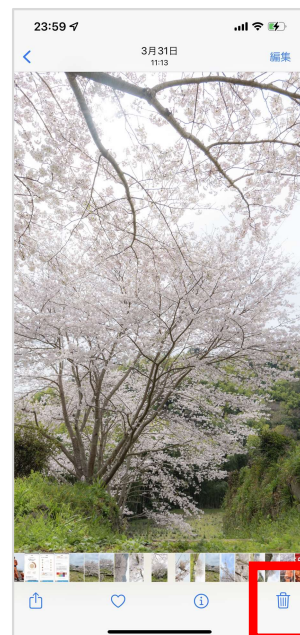
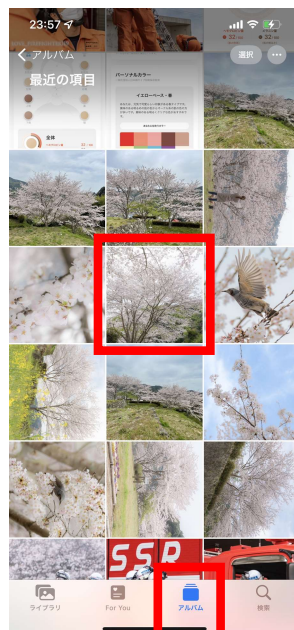
写真を見る



写真を削除する

①アルバムから
削除したい写
真をタップし
ます。

②写真が大き
なったら左下
のゴミ箱のマ
ークをタップ
します。

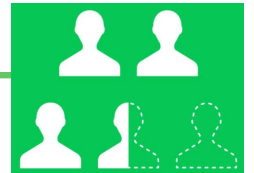


4章 LINE

1 LINEとは

LINEの利用動向

- ◆LINEはサービス開始から2025年6月で14周年
- ◆LINEの日本における月間利用者数は、9,700万人（2024年3月時点）
- ◆日本では、5人中3.4人以上がLINEを使っている計算となります



LINEでできること

メッセージのやり取りを主とするコミュニケーションアプリです。

<コミュニケーションアプリとしてのLINE>

- トーク・音声通話・ビデオ通話
- スタンプ・絵文字・着せかえ
- オープンチャット
- LINE VOOM 等



<ライフスタイルアプリとしてのLINE>

- LINE News（ニュース配信）
- LINEクーポン（お得なクーポン配信）
- LINEバイト（求人情報） 等



コミュニケーションツールとしてのLINEはよく知られていますが、ライフスタイルアプリとしてのLINEは、あまり知られていません。

スマートフォンに不慣れな受講生などには、興味深い内容になりますので、サービス内容を確認しておき、紹介できるようにしておきましょう。



1 LINEとは

LINE（ライン）とは①

LINEはスマホやパソコン、タブレットなどで利用できるコミュニケーションアプリです。利用料無料でメッセージのやり取り、音声通話、ビデオ通話ができます。（通信料はかかります）幅広い年代の方が利用しており、今の時代になくはならない、便利なコミュニケーションツールとなっています。



現在のLINE利用者数や、メッセージ機能だけではなく様々な機能があることを補足として伝えましょう。LINEはまだこれから進化していきます。



LINE（ライン）とは②

一口に【LINE】といっても、様々な機能やサービスがあります。SNSとしての機能の【VOOM】、【公式アカウント】メールのようなやり取りができる【メッセージ機能】、いわゆるテレビ電話である【ビデオ通話】です。



【LINE VOOM】は、LINEの友だちとは関係なく、投稿された動画を見たり、お気に入りのアカウントをフォローして楽しむことができる機能です。



2 インストール

インストール①



アプリをダウンロードする時は、
iOS → App Store
Android → Google Play ストア
から必ずダウンロードします。



App Store



Google Play
ストア



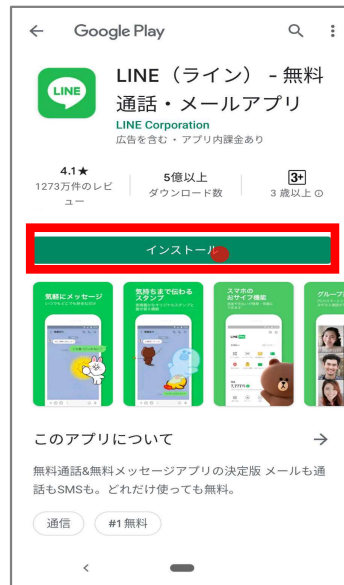
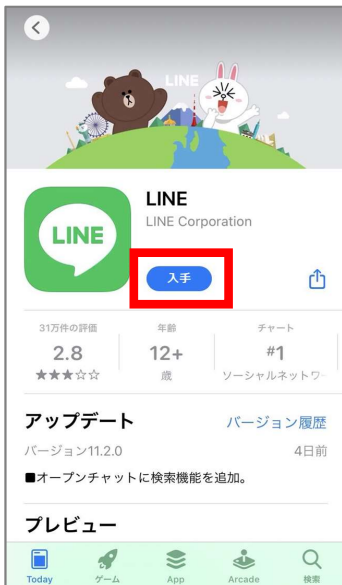
インストール②

検索タブより、
LINE (ライン) と
検索します。



2 インストール

インストール③



iOSは【**入手**】
Androidは【**インストール**】
を押します。

※設定によりパスワードを
求められます。

新しいアプリをインストールするときには
App Storeでは**Apple IDとパスワード**、Google Play ストアでは
Google アカウントとパスワードが必要です（iOSの場合、Face IDを
登録してあれば、顔認証でインストールが可能です）

支援を行う際には、支援対象者にあらかじめメモ等に準備してきてい
ただくか、その場でアカウントを取得する必要があります。
支援を円滑に進めるためにも、支援前の準備をしっかりとっておきま
しょう。

また、いざというときのために、各OSのアカウント作成方法を確認し
ておくとよいでしょう。



インストール④



ホーム画面に、
LINEのアイコンが
出てきたら完了です。

STEP 1 LINEの起動



ホーム画面の【LINE】を
タップすると、
左記のような画面が表示されます。

[新規登録]をタップしてください。

STEP 2 電話番号の入力



【この端末の電話番号を入力】
と出ます。

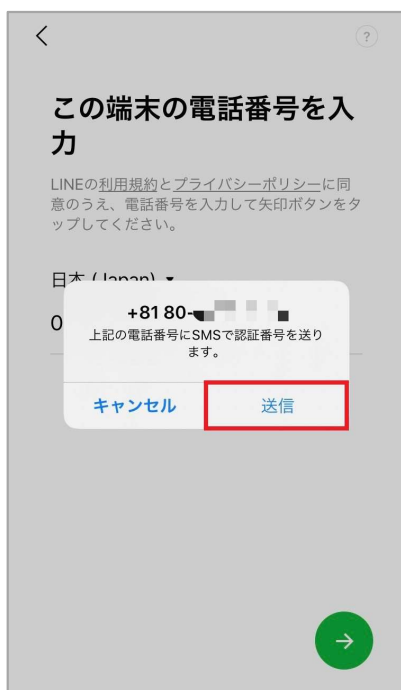
【日本 (Japan)】の下に
**お使いのスマートフォンの電話
番号**を入力し、➡ をタップして
ください。

電話番号を入力する際、キーボード
の切り替えが必要になる場合があり
ます。

各OS (Android端末ではメー
カー) によって切り替え方法が異な
りますので、対応に注意が必要です。

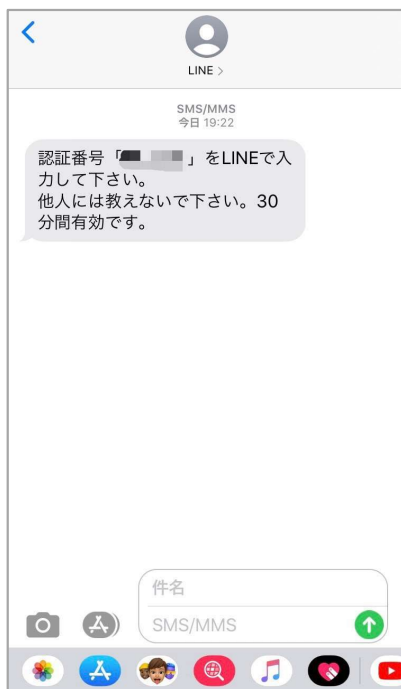


STEP 3 本人確認・認証①



左記のような表示が出ますので【**送信**】をタップしてください。

STEP 3 本人確認・認証②



SMSにLINEより【**認証番号**】が記載されたメッセージが届きます。

スマートフォンへのアクセス許可をオンにすれば、電話番号や認証番号が自動認証される機種もあります。



STEP 3 本人確認・認証③



LINEに戻り、SMSに届いた【**認証番号**】を入力してください。

iPhoneの場合、SMSに届いた認証番号を一時的に記憶して表示されることがあります。

この場合、ここをタップするだけで自動的に数字が入力されます。



STEP 4 アカウント作成①



下部にある【**アカウントの新規作成**】をタップしてください。

受講生の中には【アカウント】の意味があいまいな方が多くいらっしゃいます。

今一度、アカウントについて説明するとよいでしょう。



STEP 4 アカウント作成②



【名前】を入力し設定します。

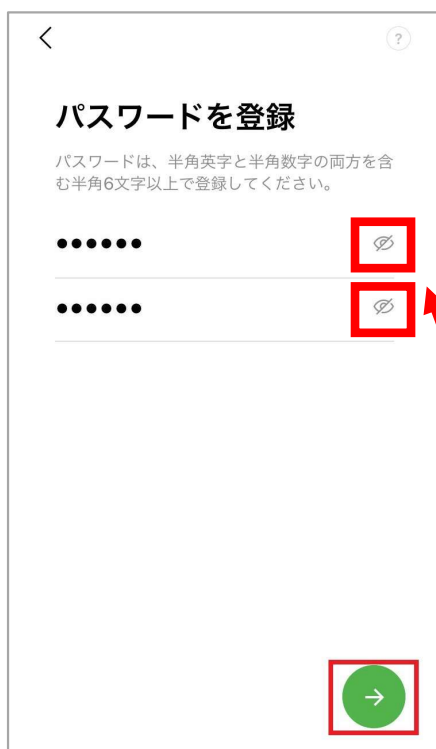
【名前】は本名でなく、ニックネームでもかまいません。なお、画像は後から設定ができます。

入力後、➡️ をタップしてください。

ここの【名前】は、いわゆる表示名です。今後、相手に表示されるため、誰かわかるようにしておいたほうがいいことを付け加えるといいでしょう。なお、相手側でも変更は可能です。



STEP 4 アカウント作成③



【パスワード】を設定します。

半角英字・半角数字の両方を含む半角6文字以上で登録してください。

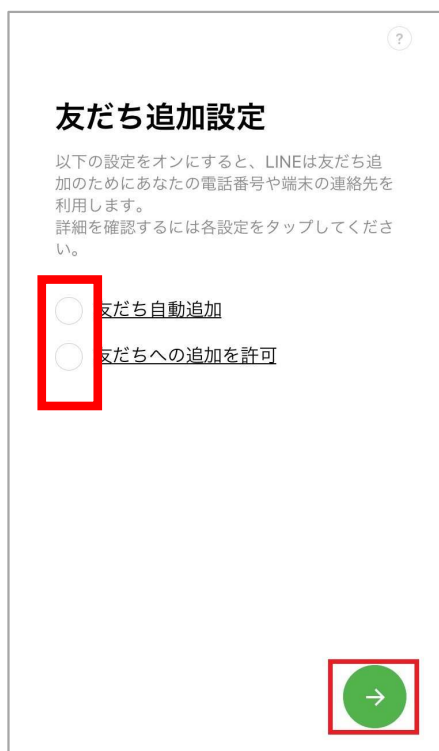
上段・下段双方に同じものを入力してください。

入力後 ➡️ をタップしてください。

入力欄の右側にある 👁️ をクリックすると、入力した文字を確認できます。入力ミスをしないように、ぜひ紹介しましょう。



STEP 5 友達の追加（自動）



スマートフォンに保存されている連絡先と連携して、自動で友達の追加ができます。

初期設定ではチェックが入っているので、追加したくない場合にはタップしてチェックを外します。

設定後、 をタップしてください。

初期設定でチェックが入っているため、必ず連絡先と連携されてもよいか確認してください。あとから変更することもできますが、面倒な作業になります。あとからの設定も可能ですので、自動追加することで意図しない人とも繋がる可能性があることを強く伝えて、できるだけ、まずはオフにしておくことをお勧めしてください。



STEP 6 年齢確認




キャリア（携帯電話会社）によって異なるので、**【あとで】**を選択します。

あとから設定が可能です。

STEP 7 サービス向上の情報利用①

サービス向上のための情報利用に関するお願い



LINEは不正利用の防止、サービスの提供・開発・改善や広告配信を行うために以下の情報を利用します。友だちとのテキストや画像・動画などのトーク内容、通話内容は含みません。これらの情報は、LINE関連サービスを提供する会社や当社の業務委託先にも共有されることがあります。

- 友だちとのコミュニケーションに関する以下の情報
 - スタンプ、絵文字、エフェクト・フィルター
 - トークの相手、日時、既読、データ形式、取消機能やURLへのアクセスなどの利用状況
 - タイムラインの投稿内容、周辺情報(「自分のみ」の投稿は周辺情報のみ。周辺情報は、投稿日時、投稿されたコンテンツのデータ形式、コメント欄のスタンプ、閲覧時間等です。)
 - ※ 送信取消されたものも含まれます。
- 公式アカウントとのトーク内容を含むコミュニケーション
- LINEが提供しているブラウザ、保存や共有といった各種機能の利用状況
 - ※ トークルームで保存や共有といった機能を使った場合、その対象コンテンツのデータ形式等も利用します。
- LINE経由でURLにアクセスした際のアクセス元情報
 - ※ 例えば、友だちとのトークルームからアクセスした場合、そのトークルームのことを指します。

同意する

同意しない

サービス向上のための情報利用に関するお願い



最適な情報・サービスを提供するために位置情報などの活用を推進します

あなたの安全を守るための情報や、生活に役立つ情報を、位置情報(端末の位置情報やLINE Beaconなどの情報)に基づいて提供するための取り組みを推進します。同意していただくことで、例えば、大規模災害時の緊急速報等の重要なお知らせや、今いるエリアの天候の変化、近くのお店で使えるクーポンなどをお届けできるようにしていきたいと考えております。

取得する情報とその取扱いについて

- 本項目に同意しなくても、LINEアプリは引き続きご利用可能です。
- LINEによる端末の位置情報の取得停止や、取得された位置情報の削除、LINE Beaconの利用停止は、[設定]>[プライバシー管理]>[情報の提供]からいつでも行えます。

上記の位置情報の利用に同意する (任意)

LINE Beaconの利用に同意する (任意)

OK

【同意する】を選択します。

STEP 7 サービス向上の情報利用②

サービス向上のための情報利用に関するお願い



最適な情報・サービスを提供するために位置情報などの活用を推進します

あなた
の位置情報(端末の位置情報やLINE Beaconなどの情報)に基づいて提供するための取り組みを推進します。同意していただくことで、例えば、大規模災害時の緊急速報等の重要なお知らせや、今いるエリアの天候の変化、近くのお店で使えるクーポンなどをお届けできるようにしていきたいと考えております。

取得する情報とその取扱いについて

- 本項目に同意しなくても、LINEアプリは引き続きご利用可能です。
- LINEによる端末の位置情報の取得停止や、取得された位置情報の削除、LINE Beaconの利用停止は、[設定]>[プライバシー管理]>[情報の提供]からいつでも行えます。

上記の位置情報の利用に同意する (任意)

LINE Beaconの利用に同意する (任意)

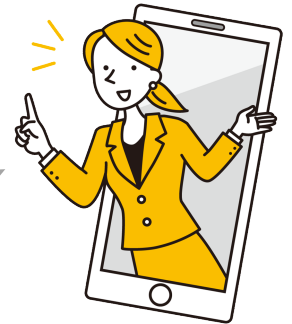
OK

今回は【あとで】を選択します。

許可に設定をすると、自分の位置情報をLINE経由で共有できます。

これで設定は完了です。

LINEの位置情報機能のメリットを説明できるようにしておきましょう。



4 LINE・友だち追加

LINEのメッセージ機能

LINEのメッセージ機能を紹介します。
メッセージ機能は、いわゆるメールのような機能です。メールとは違い、これまでのやり取りが残っていきます。
また1対1だけでなく、複数でのやり取りもできます。



友だち・グループを追加する

LINEでは、メッセージを送りたい相手を【友だち追加】という機能で登録します。

通常の連絡先の交換は、電話番号やメールアドレス等を聞き自分で入力し登録するのが一般的ですが、LINEでは連絡先を入力しなくても、簡単につながることが出来ます。

【追加方法の種類】

- 端末の連絡先（アドレス帳）から友だちを自動追加する
- リンクやQRコードで友だち追加する
- ID検索から友だちを追加する
- 電話番号検索から友だちを追加する
- メールやSMSから招待して友だちを追加する

4 LINE・友だち追加

友だち・グループを追加する：自動追加①

スマートフォンにすでに入っている連絡先から友だちを登録します。この機能は、連絡先の相手がLINEのアカウントを持っている場合に自動で友だち追加する機能です。



LINEを立ち上げて
【ホーム】をタップします。

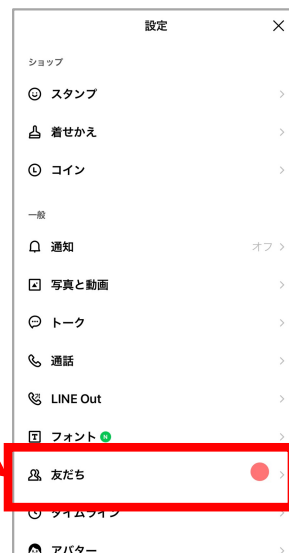


P42.step⑤ LINEを新規登録する際に、オフにした機能を、【あとから行うことが可能】と伝えた事を、ここで説明しましょう。
また、自動追加を行うリスクを今一度確認しましょう。



友だち・グループを追加する：自動追加②

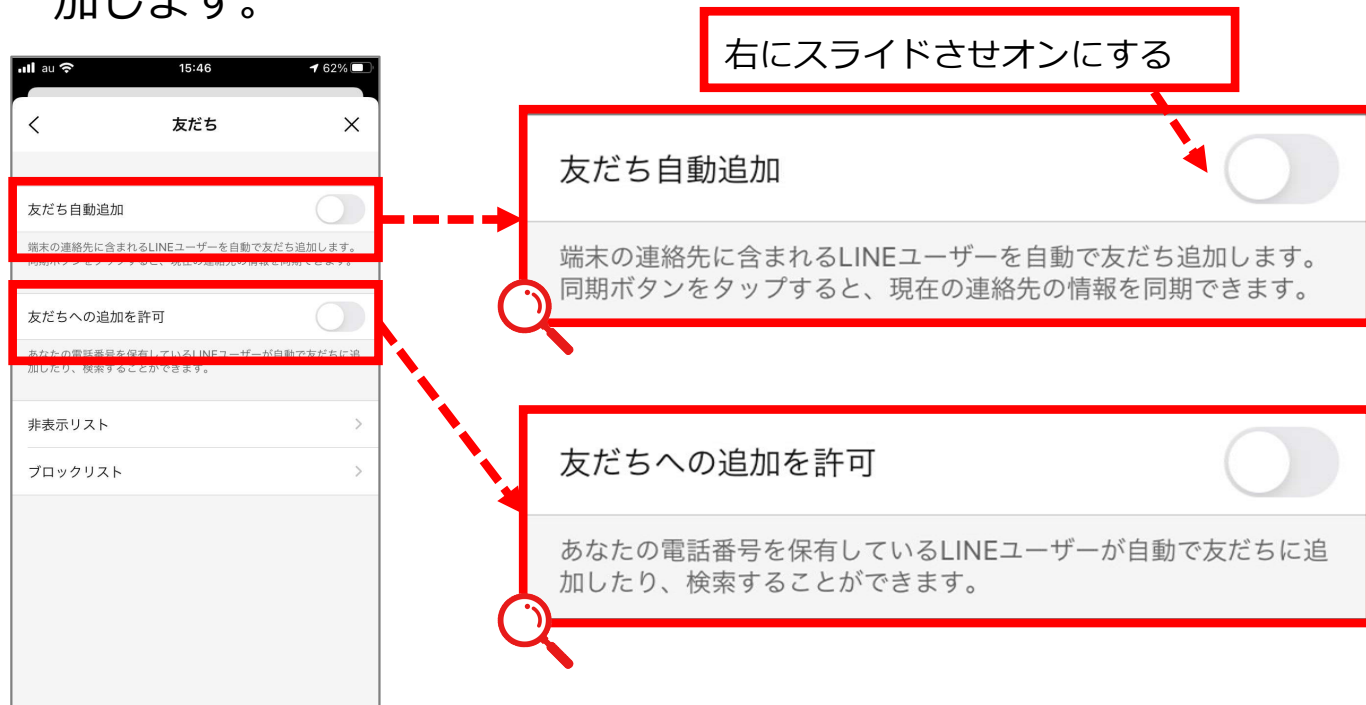
画面の右上の歯車のマークを押すと【設定】が開きます。下にスクロールし【友だち】をタップします。



4 LINE・友だち追加

友だち・グループを追加する：自動追加③

【友だち】をタップし、【友だちの自動追加】をオンにすると、端末の連絡先に含まれるLINEユーザーを自動で友達に追加します。



友だち・グループを追加する：自動追加④


それぞれをオンにすると、以下のようなアナウンスが表示されます。【許可しない】【OK】のいずれかを選択し、設定完了です。



4 LINE・友だち追加

友だち・グループを追加する：QRコード①

<自分のQRコードを友だちに読み込んでもらう場合>

【ホーム】の右上にある  をタップします。

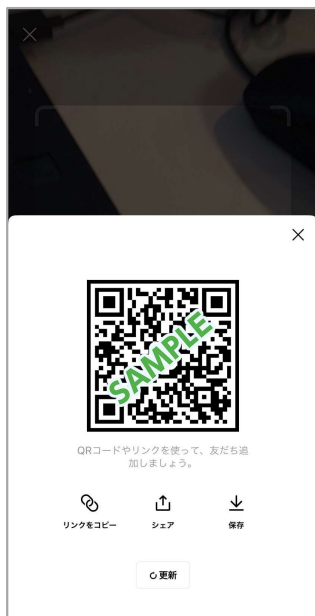
【友だち追加】の画面に変わったら、【QRコード】を選択します。



友だち・グループを追加する：QRコード②

<自分のQRコードを友だちに読み込んでもらう場合>

【QRコードリーダー】が開いたら、【マイQRコード】をタップします。自分のQRコードが表示されたら、友だちに【QRコードリーダー】で読み込んでもらいましょう。




QRコードの下の各ボタンから、その場
にいない友だちにもQRコードを転送し
たり、保存して後で送ることもできる
ことを、補足するとよいでしょう。



4 LINE・友だち追加

友だち・グループを追加する：QRコード③

<友だちのQRコード読み込む場合>

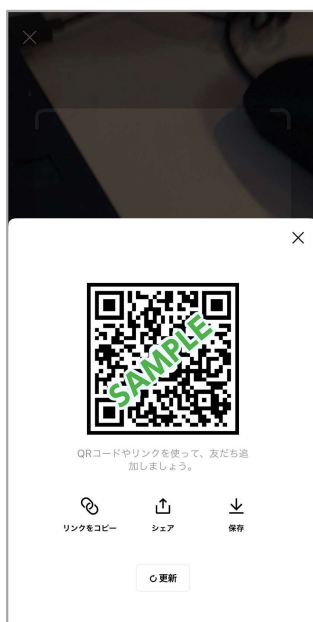
【ホーム】の右上にある  をタップします。
【友だち追加】の画面に変わったら、【QRコード】を選択します。



友だち・グループを追加する：QRコード④

<友だちのQRコード読み込む場合>

【QRコードリーダー】が開き、追加したい友だちの【マイQRコード】を読み込みます。



ホームタブ/トークタブ/ニュースタブの検索窓にある【QRコード】マークからも飛ぶことができます。スマートフォンに不慣れな方が混乱しないようであれば、補足するとよいでしょう。




4 LINE・友だち追加

友だち・グループを追加する：グループ①

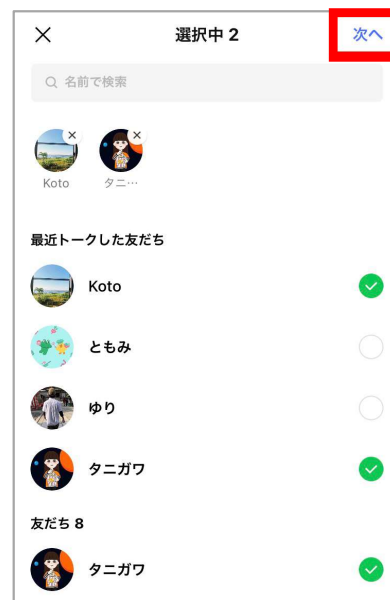
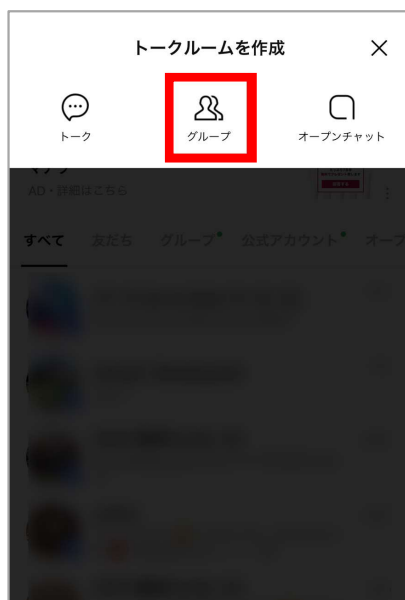
LINEで複数の友だちと同時に会話する時に便利なのが【グループ】です。家族とのグループや、友達や仕事仲間とのグループなど、様々な目的のグループを作ることができます。



トークタブを開き、右上の  をタップします。

友だち・グループを追加する：グループ②

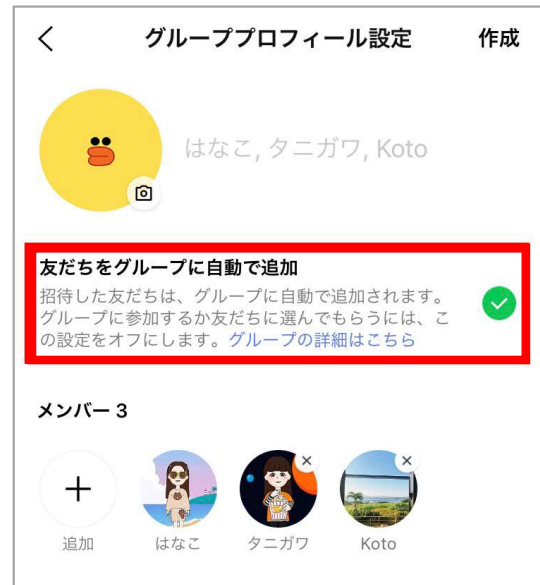
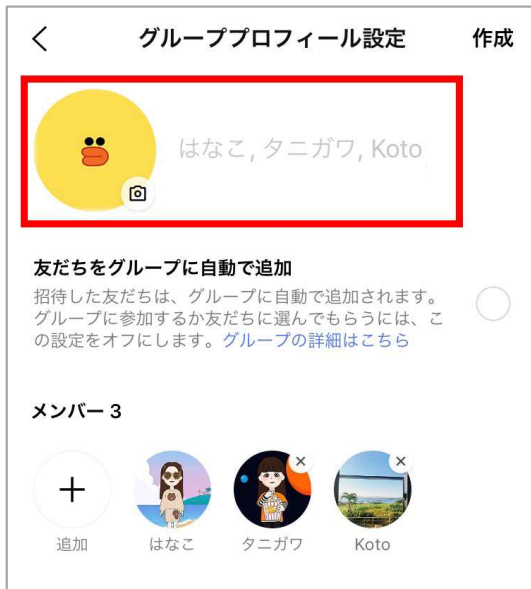
【グループ】をタップします。
グループに招待したい友だちを選択し、【次へ】をタップします。



4 LINE・友だち追加

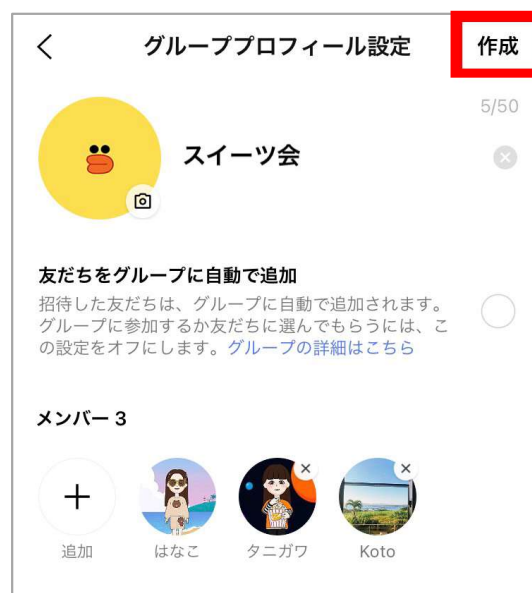
友だち・グループを追加する：グループ③

グループ名などのグループプロフィールを設定します。
続けて、【友だちをグループに自動で追加】のオン/オフを選択します。



友だち・グループを追加する：グループ④

設定が完了したら右上の[作成]をタップすると、グループが作成されます。



5 LINEを使ってみる

友だちとトークする①

LINEで友だちと繋がったら、メッセージを送ってみましょう！



LINEを起動し、【ホーム】画面を開きます。
【友だち】をタップし、トークしたい友だちの名前を選択します。

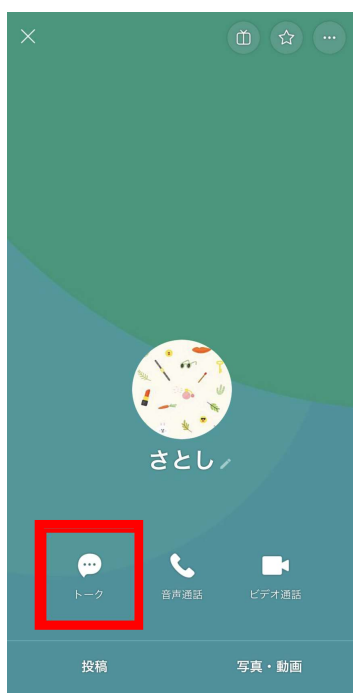
追加された友だちの名前は、追加された友だち自身が登録の際に決めた名前です。
必ずしも、本名やフルネームではないことがあると伝えましょう。

また、表示される名前は変更することも可能です。



友だちとトークする②

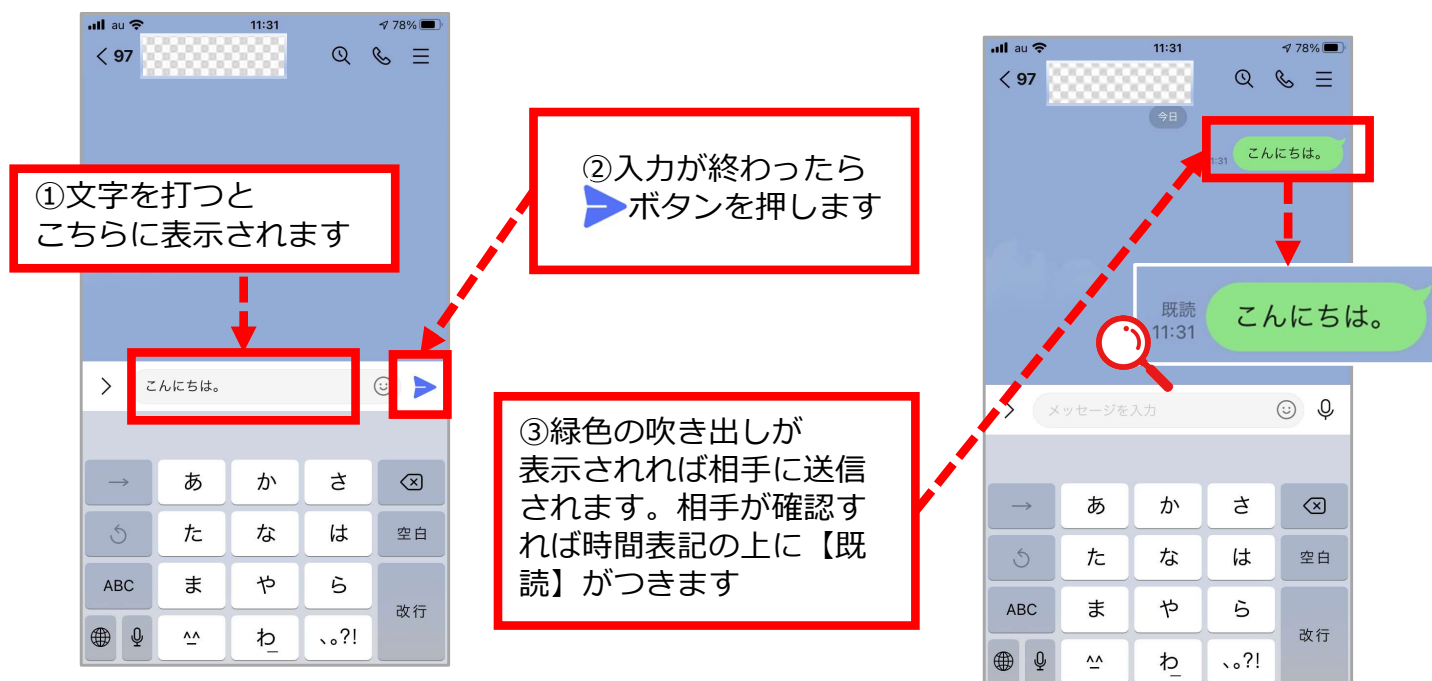
【トーク】をタップします。
続けて、トーク画面の下のメッセージ入力欄をタップします。



5 LINEを使ってみる

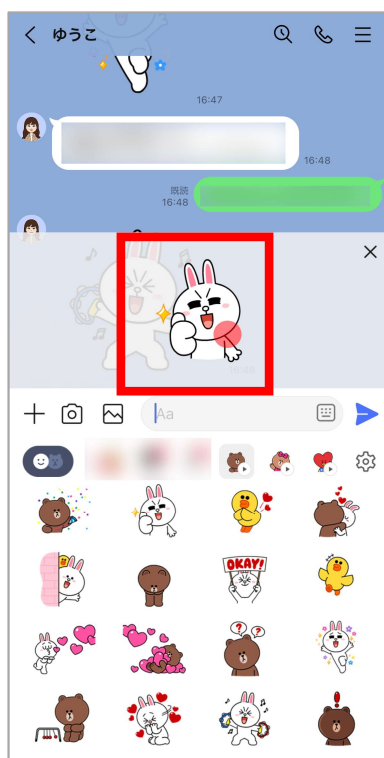
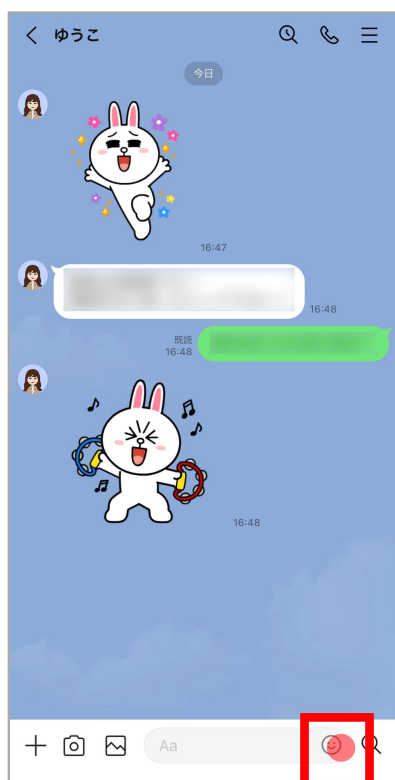
友だちとトークする③

実際にメッセージを送ってみましょう！



友だちとトークする④（おまけ）

【スタンプ】を使うと感情を豊かに表現できます。



メッセージ入力欄の右側にある😊をタップすると、スタンプの一覧が表示されます。

もう一度スタンプをタップすると送信されます。

※スタンプは無料・有料があることを伝えましょう。

5 LINEを使ってみる

LINEでの通信・通話での注意点①

LINEでは、トークの他、音声やビデオでの【通話】ができます。
【通話】は電話に似た機能ですが、電話と違いインターネットを使った通信になるため、通話料はかかりません（通話料は無料）。

ただし、4G/5G回線で使用する場合には、通話だけでなくトークでも**データ（パケット）通信料がかかる**ため、LINE以外にもインターネットの使用頻度が高い場合には、定額プランでのご利用がおすすめです。

なお、ご自宅等でスマートフォンをWi-Fiにつなげて使用する場合には、プロバイダーとの月額契約に含まれるため通信料はかかりません。

LINEでの通信・通話での注意点②

LINEで使用するデータ通信量の目安

使用するデータ通信量	
1回あたりのトーク	約3KB
1回あたりのスタンプ	6～10KB
写真の送付	100～500KB
動画送信	3～5MB（3,000～5,000KB）
通話1分あたり	約0.3MB
ビデオ通話1分あたり	約5MB（5,000KB）

上記はあくまで目安のデータ量です。写真や動画については画質やサイズなどによって使用するデータ通信量の変動する場合もあるため注意してください。なお、Youtubeなどで1時間動画をみた場合のデータ通信量は約2GBです。動画配信サイトの利用に比べると、LINEのデータ使用量はかなり少なく済むでしょう。

5 LINEを使ってみる

LINEでの通信・通話での注意点③

1GBのデータ通信料で使用できる回数目安

使用できる回数	
1回あたりのトーク	約33万回
1回あたりのスタンプ	約10～17万回
写真の送付	約1～5万回
動画送信	約200～333回
通話1分あたり	約55時間
ビデオ通話1分あたり	約3時間

上記のように、テレビ電話以外であれば月々1GBであっても問題なくLINEが使えるでしょう。ただし、これはLINEだけを使っていた場合です。ほかにデータ通信が必要なブラウザ検索やアプリの利用などをすれば、通信料が足りなくなるかもしれません。

LINEでの通信・通話での注意点④

音声通話のデータ通信量の目安

無料通話時間	データ通信量
1分	0.3MB
10分	3MB
30分	9MB
1時間	18MB

ビデオ通話のデータ通信量の目安

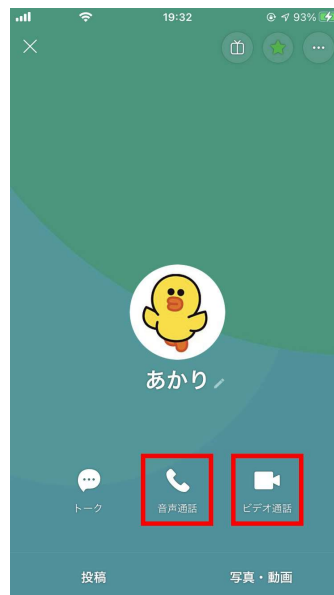
無料通話時間	データ通信量
1分	5.1MB
10分	51MB
30分	153MB
1時間	307MB

5 LINEを使ってみる

通話の開始①


<友だちリストからの通話>

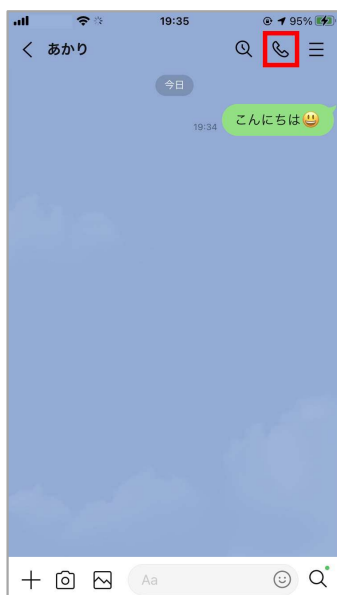
友だちリストで通話したい友だちをタップし、友だちの画面から【無料通話】もしくは【ビデオ通話】をタップします。



通話の開始②

<トークルームからの通話>

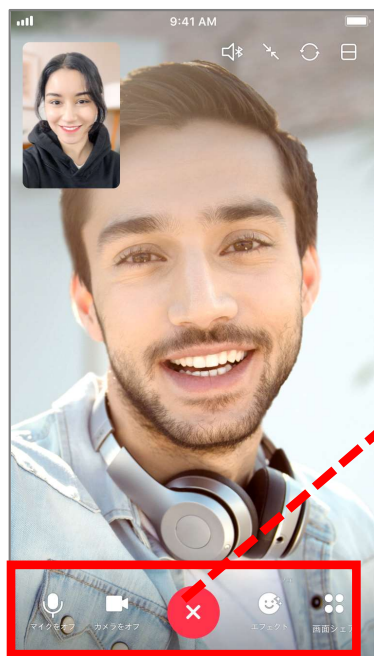
通話したい友だちとのトークルームの右上の  をタップし、【無料通話】または【ビデオ通話】をタップして通話を開始します。



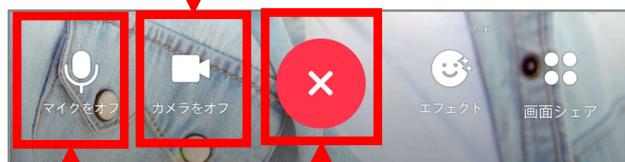
5 LINEを使ってみる

通話の開始③

<ビデオ通話画面>



カメラを切ることが出来ます。



通話を終了します。

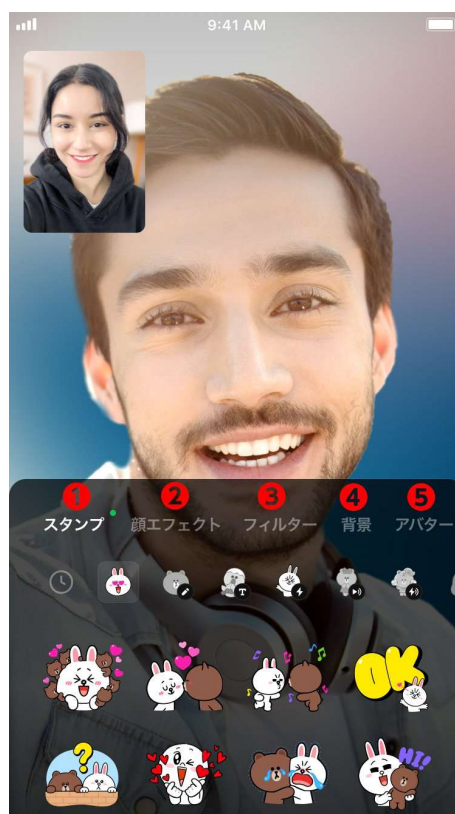
音声を切ることが出来ます。

通話の開始④

<ビデオ通話画面（エフェクト）>



- ① **スタンプ**：ビデオ通話中、自分の画面上にLINEスタンプを表示させることができます。
- ② **顔エフェクト**：顔に面白い効果をつけて遊ぶことができます。
- ③ **フィルター**：映像全体の色味を変更したり、効果を加えることができます。
- ④ **背景画像**：背景をぼかしたり、好きな画像を背景に設定することができます。
- ⑤ **アバター**：制作したアバターを自分の顔に表示させることができます。



6 LINEのセキュリティ

LINEの乗っ取りが多発！

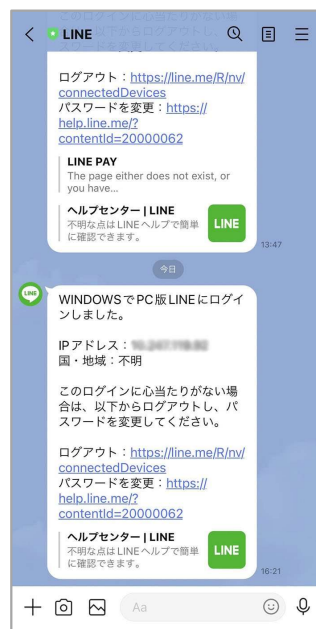
LINEのアカウントを乗っ取られてしまうと、他人が自分になりすまして友だちを攻撃したり、アカウントを勝手に使われてしまう恐れがあります。

<LINEが提供する乗っ取り対策機能>

ログイン通知機能	他の端末でログインが検出されると、手元のスマートフォンに通知が届きます。自分がログイン操作していないタイミングでは警戒するきっかけになります。
ログイン許可設定	パソコンやタブレットなど、スマートフォン以外の端末からのログインを可能にする機能です。複数端末で利用するために初期設定ではオンになっていますが、オフにすることで乗っ取り対策に有効です。
ログイン中の端末設定	アカウントや関連サービスにログイン中の端末をスマートフォンから確認できます。見覚えのない端末がないか、チェックしてみましょう。

乗っ取り対策機能① ログイン通知機能

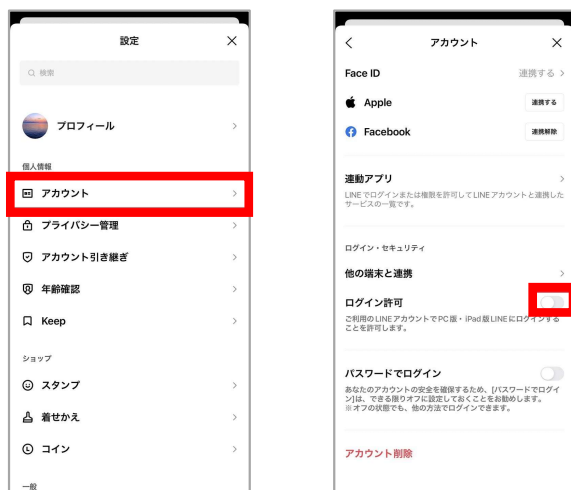
現在ログインしていない端末からのLINEログインが検知された場合、ご自身のスマートフォンに通知が届きます。身に覚えがないログインがないか、確認しましょう。




トーク画面から、LINEの公式アカウントをタップし、通知内容に身に覚えがあるか確認しましょう。

乗っ取り対策機能② 【ログイン許可】設定

LINEのアカウントは、パソコンやタブレットなど、スマートフォン以外の端末からログインすることが可能です。この機能はデフォルトではオンになっていますが、オフに設定を変更することで、乗っ取り対策に有効です。




【ホーム】の右上にある  から【アカウント】をタップし、【ログイン許可】をオフにします。

乗っ取り対策機能③ 【ログイン中の端末】設定

LINEのアカウントや関連サービスにログイン中の端末をスマートフォンから確認することができます。見覚えのない端末がある場合は速やかにログアウトしましょう。



【ホーム】の右上にある  から【アカウント】をタップし、続けて【ログイン中の端末】をタップします。

現在ログイン中の端末一覧が表示されます。見覚えがない端末がないか確認しましょう。

最後に

アカウントには大切な個人情報や 資産が紐づいています

LINEアカウントを乗っ取られてしまうと、他人が自分になりすまして他の人へ攻撃したり、権限を勝手に使われてしまいます。

<アカウント泥棒の主な手口>

LINEのなりすましから

- ! 本物のように偽装された送信元
- ! 【緊急】と焦らせ【安全】と信頼させ判断力を鈍らせる
- ! 【それっぽい】URL文字列
- ! URLの先はLINEのログイン画面とよく似たデザイン

友だちのなりすましから

- ! 実際の関係と不釣り合いな接し方を
する
- ! 日本語におかしなところがある
- ! 個人情報を聞いてくる
- ! 怪しいURLまたはQRコードに誘導
してくる
- ! 認証番号を入力させようとしてくる

<アカウント泥棒から身を守る4つの方法>

- ①パスワードは単純な文字列を使用しない様にしましょう。
パスワードは使いまわさない様にしましょう。
- ②怪しいメールやメッセージが届いたらまず疑いましょう。
- ③疑わしいURLからアクセスはせず、正規のLINEアプリや
ブックマークからアクセスしましょう。
- ④偽ページではログイン情報を入力せずに閉じます。
意図しないQRコードログインはキャンセルしましょう。

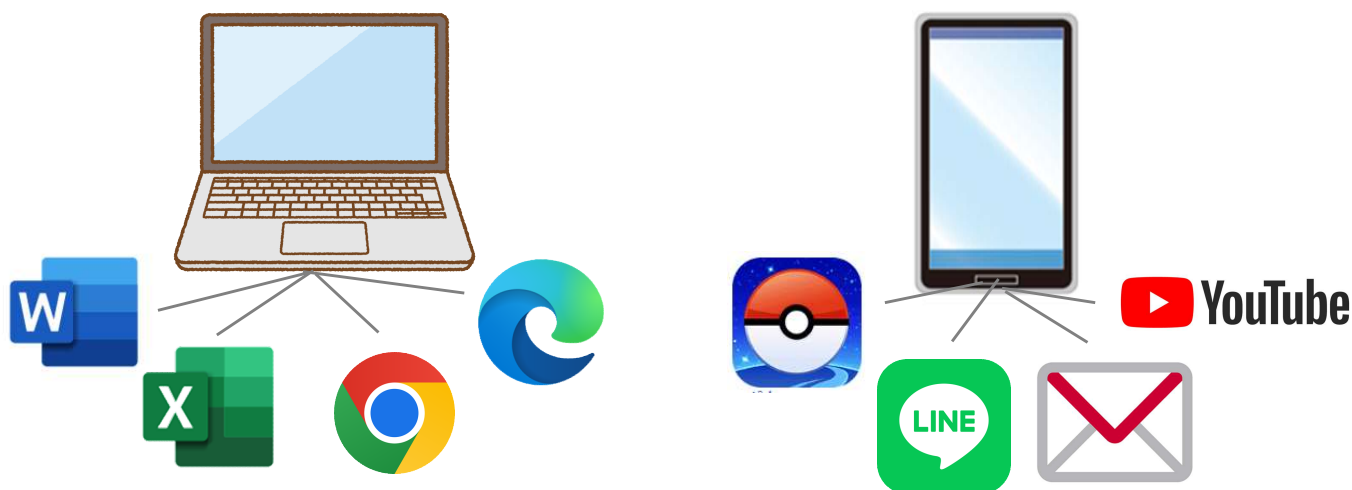
5章

アプリケーション

1 アプリの追加

アプリケーションの追加

アプリ（アプリケーション）とは、目的に応じて使うソフトウェアの事です。



アプリの追加（Android端末）

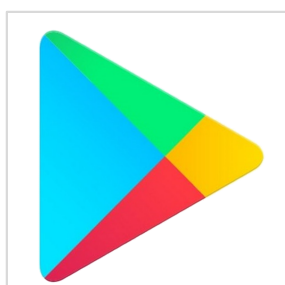
Playストアからアプリをインストールしましょう。

Playストアからいろいろなソフトが入手できます。

すべてGoogle社が審査を行っていますが、アプリの中には個人情報抜き取るような悪質なものもあります。

インストールする前に、アプリがアクセスする情報や開発元などを確認しましょう。

なお、有料と無料のアプリがありますので注意してください。



人によって、アイコンの位置が違います。スマートフォンに不慣れな方は似たアイコンが多いと探せないことがありますので、ゆっくりと対応しましょう。



1 アプリの追加（Android端末）

アプリの名前から探してインストール

インストールしたいアプリの名前がわかっている場合の方法です。

- ①【検索ボックス】にアプリの名前を入力し、検索の結果から目的のアプリをタップします。



- ②【インストール】をタップします。



- ③インストールが完了し【開く】をタップするとアプリが起動します。



Android端末は、無料アプリのインストールにGoogleアカウントの確認はありません。有料の場合には必要になりますので、補足しましょう。



カテゴリーから検索してインストール

アプリの名前がわからないときに、分野で検索する方法です。

- ①【アプリ】をタップします。



- ②検索したいアプリのカテゴリーをタップします。



- ③【アプリの名前】をタップします。



- ④【インストール】をタップします。



1 アプリの追加 (iPhone)

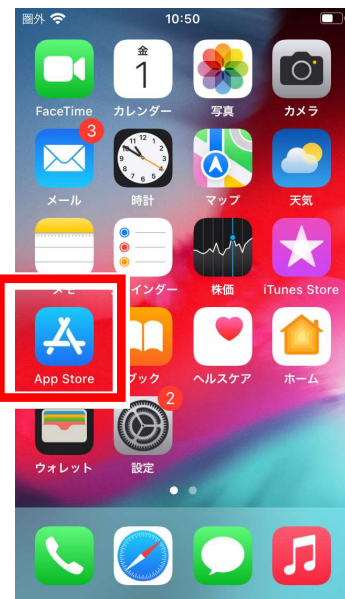
アプリの追加

App Storeからアプリをインストールしましょう。

App Storeからいろいろなソフトが入手できます。すべてApple社の認証を得ているので安全性が保障されています。なお、有料と無料のアプリがありますので注意してください。



iPhoneの場合、初めてアプリをダウンロードする場合には、必ずApple IDとパスワードが必要です。手元にメモを準備するよう伝えましょう。



アプリの名前から探してインストール

インストールしたいアプリの名前がわかっている場合の方法です。

①【検索】をタップします。

②検索ボックスに【検索したいアプリ】名を入力し、検索結果表示後にアプリをタップします。

③【入手】をタップ後、【インストール】をタップします。

④インストールを完了し、【開く】をタップするとアプリが起動します。

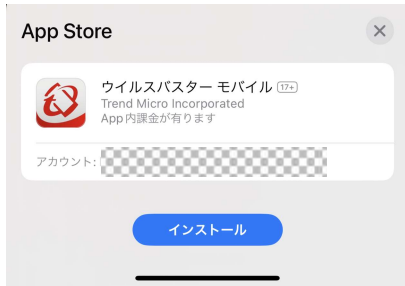


1 アプリの追加 (iPhone)

アプリの名前から探してインストール

インストールの途中でこんなメッセージが出たら・・・

①前ページ③の画面



②Apple IDのパスワードを入力して【サインイン】をタップします。



③【保存】または【保存しない】をタップします。



※【保存】をタップすると、次回からは何かのアプリをインストールしてもパスワードの入力は要求されません。

【Apple ID】 = 【iCloudメールアドレス】なので【Apple ID】のパスワードは【iCloudメール】のパスワードと同じです。

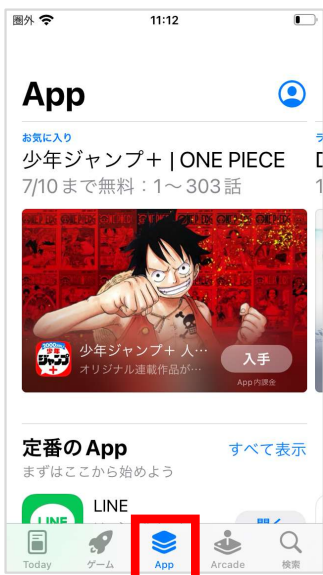
【保存しない】にしてしまった時の設定変更をできるようにしておきましょう。



カテゴリーから検索してインストール

アプリの名前がわからないときに、分野で検索する方法です。

①【App】をタップします。



②Appの中から【トップカテゴリー】の右にある【すべて表示】をタップします。



③検索したいアプリのカテゴリーをタップします。







④アプリを見つけたら【入手】をタップし、【インストール】完了後、【開く】をタップします。







お役立ちアプリの紹介

<ニュース>





アイコン	名前	OS	有料 無料	概要
	Yahoo! ニュース	Android iOS	無料	Yahoo! ニューストピックス編集部が24時間365日、世の中の動きを見て最新ニュースを配信。地震速報だけでなく、重大ニュースもリアルタイムに通知。速報を逃さずチェックできます。また、コメント機能もあり、世間の意見がわかり、ニュースの理解も深まります。
	スマートニュース	Android iOS	無料	読みたいニュースカテゴリを自由に編集でき、便利なアプリです。更新頻度や配信記事数も非常に多く、たくさんの情報を得られます。バックグラウンド機能で記事をストックしておくことで、通信を気にせず閲覧することもできます。
	日経電子版	Android iOS	無料※	ビジネスマンや投資家に信頼される日経電子版が読める公式アプリです。AI機能が搭載されていて、読めば読むほど自分に合った最適なニュースを表示してくれます。※無料版では制限がありますが、月額4,277円/月で有料記事や朝刊・夕刊が閲覧可能です。
	NewsDigest	Android iOS	無料	事件・地震・災害...どのニュースアプリよりも早く速報が届きます。また、近隣で事件や災害がおきていないかマップで確認も可能です。その他、路線情報を登録しておくことで遅延情報が確認もできます。

<天気・防災>

アイコン	名前	OS	有料 無料	概要
	Yahoo! 天気	Android iOS	無料	Yahoo! が提供する天気アプリです。ひと眼でわかるシンプルなデザインで、高性能。雨雲レーダー機能もあり、雨雲の接近も通知してくれます。季節によっては、紫外線や花粉、PM2.5など細かい指数も表示してくれます。
	tenki.jp	Android iOS	無料※	日本気象協会公式の天気予報専門アプリです。専門知識を兼ね備えた日本全国各地の気象予報士が、24時間体制で天気の変化を予測し常に最新の天気情報を届けてくれます。※基本利用は無料ですが、120円/月でより天気を確認しやすく広告が非表示にできます。
	NHKニュース防災	Android iOS	無料※	NHKが提供するニュース・防災アプリです。最新ニュースはもちろん、地域ごとに災害情報をお知らせします。また、災害時などにはニュース番組の同時提供や、各地のお天気カメラによるライブ配信なども実施されます。
	Yahoo! 防災速報	Android iOS	無料	Yahoo! が提供する防災アプリは、地震・豪雨・津波などの災害情報をプッシュ通知するアプリです。現在地のほか国内3地点が設定でき、離れて暮らす家族の状況把握や、移動中・旅行中の災害対策としても便利です。避難場所・ハザードマップ・防災用品の備えなどが掲載された、防災手帳も見逃せません。

お役立ちアプリの紹介

<ヘルスケア・健康管理>

アイコン	名前	OS	有料 無料	概要
	歩数計-ALKOO (ウォーキング) by NAVITIME	Android iOS	無料※	NAVITIMEが提供する歩数計アプリです。歩数を数えるだけでなく、地図と連携して歩いた道も地図上に表示できます。また、現在地からオススメのコースを提案。自然や街並みを楽しみながらのウォーキングができます。 ※基本利用は無料ですが、完全利用は400円/月です。
	お薬手帳	Android iOS	無料	全国どこの医療機関でも利用できる無料のお薬手帳アプリです。紙のお薬手帳同様に【お薬情報の管理】ができることに加え、事前に処方箋を送信して薬局予約をすることができます。薬の飲み忘れ防止のためのアラーム機能や、通院のスケジュール管理ができる便利な機能もあります。
	MySOS	Android iOS	無料	突然の事故やケガ、病気などの緊急事態に対応できる、無料の救命・健康サポートアプリです。画面の指示にあわせて倒れている人を発見したときに必要な一次救命処置や、応急手当ての方法などをガイドする機能もあり、AEDの検索、子どもの急病への対処に迷ったときにはどう判断するかサポートもしてくれます。
	熟睡アラーム	Android iOS	無料※	「熟睡アラーム」は眠りに落ちる前から、朝起きるまでをフルサポートしてくれるアプリです。使い方はとても簡単で、アラームを設定してから枕元に置いて眠るだけです。睡眠時間はもちろんのこと、いびきをかいているかどうかなどを測定してくれます。入眠は「熟睡サウンド」というリラックスサウンドでサポートしてくれる他、起床時には睡眠の浅い時間帯を狙って起こしてくれる「スマートアラーム」機能付きとなっています。 ※基本利用は無料ですが、完全利用は480円/月です。





<地図・ナビ・路線>

アイコン	名前	OS	有料 無料	概要
	Google マップ	Android iOS	無料	精密なデータで目的地へのルート案内や所要時間計算も行える『Google マップ』。紙の地図が苦手な人でも、アプリなら矢印に沿って歩いていだけで目的地まで辿り着けます。また店舗の営業時間や料金などの情報も確認できる優秀な地図アプリです。
	NAVITIME	Android iOS	無料※	バスや電車の乗り換え、目的地までのルート案内をしてくれる国内最大級のナビゲーションアプリです。乗車するのに最適な位置や、各路線ごとに細かく乗り換えを表示してくれるのが特徴です。※音声ナビゲーションや渋滞情報などは有料プラン（400円/月）で使えます。
	Yahoo! 乗換案内	Android iOS	無料	Yahoo!の乗換案内は【駅to駅】から【ドアtoドア】へ。たとえば【自宅から東京スカイツリーまで】を【電車の乗換検索+スカイツリーへの徒歩ルート地図】でトータルに案内してくれます。駅・バス停・住所・電話・施設、ランドマークでもルート案内が可能です。




2 アプリの紹介

お役立ちアプリの紹介

<生活・暮らし>

アイコン	名前	OS	有料 無料	概要
	マイナポータル	Android iOS	無料	【マイナポータル】は、マイナンバーカードを利用して、スマホからの行政サービスログインや、電子申請書類への署名、申請書類作成時の入力支援をする機能を提供する内閣府公式アプリです。確定申告など税務署に行かなくても申請できるので便利です。
	静岡県防災アプリ	Android iOS	無料	各種緊急情報の通知から、ハザードマップの確認、平時の防災学習や避難トレーニングまで、災害時に幅広く役立つ機能を備えたスマートフォン向けアプリです。
	PayPay	Android iOS	無料	対象店舗でバーコードやQRコードで支払える、プリペイドアプリです。クーポンなども豊富に用意され、使えば使うほどPayPayポイントが貯まり、PayPayでの買い物時にまた利用できます。加盟店は2022年3月時点で366万箇所以上！コンビニ、スーパー、百貨店他タクシーでも使えます。
	クックパッド ～No.1料理レシピ検索アプリ	Android iOS	無料 ※	月間約5,100万人が利用する日本最大の料理レシピ検索・投稿サービス「クックパッド」の公式アプリです。380万品を超える豊富なレシピから、料理名・食材・タグで検索できるのでどんなレシピも簡単に見つかります。※※基本利用は無料ですが、プレミアム会員400円/月で人気順検索・トレンドのメニューの検索が可能です。

<趣味>

アイコン	名前	OS	有料 無料	概要
	YouTube	Android iOS	無料	一般の個人が作成した動画を中心に楽しめる、世界最大級の動画共有サービスです。YouTuberと呼ばれる人たちの人気動画をはじめ、音楽や流行ビデオなどを無料視聴できます。お気に入りの動画やチャンネルを登録しておけば、見たい動画にすぐアクセスできます。
	TVer	Android iOS	無料	民法テレビ局で放送中のバラエティ番組やドラマを無料配信。うっかり見逃しても大丈夫です。また、番組表は地方番組にも対応しています。見たい番組はアラート設定ができ、放送が始まる時間も忘れずチェックできます。
	NHKプラス	Android iOS	無料	NHKプラスは利用申し込み後、すぐに番組を視聴できます。IDを取得して、ログインすると、同時配信はメッセージが消え、見逃し番組もご覧いただけます。※2022年7月から【正式版】テレビ向けアプリが提供され、動画の再生にはNHKプラスのIDとPWによるログインが必要となっています。
	radiko	Android iOS	無料	今いるエリアで放送しているラジオ局を聴くことができるサービスです。タイムフリー機能を使えば、過去1週間以内に放送された番組が聴けます。聴き逃してしまったときや、放送日のあとに友達から奨められたときでも目当ての番組を聴くことができる嬉しい機能があります。

6章

インターネットリテラシー

1 リテラシーとは

リテラシーとは

特定の分野に関する知識や理解能力のことです。

ITリテラシー

【コンピューターリテラシー】

パソコンやスマートフォンを操作するための知識や技術の事です。



【情報基礎リテラシー】

インターネットの情報は正しい情報ばかりではなく、嘘や間違い等も多いため、情報の真偽を判断する能力が必要です。

【インターネットリテラシー】

インターネットを活用できる知識・技術の事です。また、SNSの普及に伴い、インターネット上での正しい振る舞い出来るモラルを指すこともあります。

特に重要なのが『セキュリティ対策』

研修を受けられる方にとっても一番大切なところであり、不安なところです。理解ができるよう、しっかりと説明をしてください。



2 スマートフォンの危険因子への理解

スマートフォンのセキュリティ対策の必要な理由

1 スマートフォン=持ち運べるパソコン

インターネット上の動画やWebサイトを閲覧できるだけでなく、他人が配布したアプリをインストールできます。


2 個人情報・重要データの宝庫

個人情報や重要データをスマートフォンに保存しています。

3 対スマホウイルスの増加

サイバー攻撃を行う側は日々新たな攻撃手段やウイルスを開発しています。

<スマートフォンの使用上の主なリスク>

 コンピューターウイルスの感染

 不正アプリ・不正サイト

 フィッシング詐欺

 ワンクリック詐欺

 盗難・紛失



2 スマートフォンの危険因子への理解

コンピューターウイルスの感染



【考えられる被害】

- ・ 端末（スマートフォン）自体が使えなくなる
- ・ 個人情報の流出による関連被害
- ・ GPSの悪用により居場所が把握されてしまう

対策

非公式サイトからのアプリのダウンロードを避ける	公式サイト以外のアプリを利用したい場合には、ダウンロードする前にパソコンなどで検索して安全性を調べる
不用意にメールを開いたり、怪しいサイトにアクセスしない	スマートフォンはタッチ操作のため、少し触れただけで意図しないアクセスを起こす可能性もあるため、怪しいと思ったら慎重に削除もしくは回避する
信用できるセキュリティ対策アプリのインストール	特にAndoroidはOSの自由度が災いして、危険性が高いとされている。信用のあるものをインストールしておく

2 スマートフォンの危険因子への理解

不正アプリ・不正サイト

【キャンペーンの抽選に当選したので商品を受け取って欲しい】等 Webサイトやアプリへと誘導し、ウイルス感染・個人情報抜き取りを行う手口です。



【考えられる被害】

- ・アドウェア（執拗に商品広告を表示するよう、勝手にOSを書き換えるソフトウェア）に感染する
- ・個人情報を抜き取る
- ・抜き取った個人情報を利用したネットバンキングの乗っ取り

対策

osやソフトウェアの更新	アップデートしないまま古いosやソフトを使っていると、ウイルス感染の危険性が高くなるため、更新の通知が来たらインストールする
非公式サイトからのアプリのダウンロードを避ける	公式サイト以外のアプリを利用したい場合には、ダウンロードする前にパソコンなどで検索して安全性を調べる
不用意にメールを開いたり、怪しいサイトにアクセスしない	スマートフォンはタッチ操作のため、少し触れただけで意図しないアクセスを起こす可能性もあるため、怪しいと思ったら慎重に削除もしくは回避する

スマートフォンが危険にさらされている、ということだけで恐怖心を抱いてしまうため、【知識をつけて対策をすることで何も怖いものではない】と、何度も伝えることが重要です。笑顔で話すことで恐怖心から解放してあげましょう。



偽サイト

偽サイトの一例を紹介します

「Amazon」の偽サイト「amazon-co-jp.pw」

amazon-co-jp.pw/sindex.asp

amazon.co.jp

カテゴリー ほしい物リスト

検索

※公式のURLと異なる。
鍵のマークが付いていない。
↓公式のURL

https://www.amazon.co.jp/

本物 amazon.co.jp

ログイン

Eメールまたは携帯電話番号

パスワード [パスワードを忘れた場合](#)

ログイン

続行することで、Amazonの利用規約およびプライバシー規約に同意するものとみなされます。

ログインしたままにする [詳細](#)

Amazonの新しいお客様ですか？

Amazonアカウントを作成

[利用規約](#) [プライバシー規約](#) [ヘルプ](#)

偽サイト amazon

Amazon.comアカウント
でログイン

Eメールまたは携帯電話番号

パスワード [パスワードを忘れた場合?](#)

ログイン

ログイン状態を保持する。

Amazonの新しいお客様ですか？

Amazonアカウントを作成

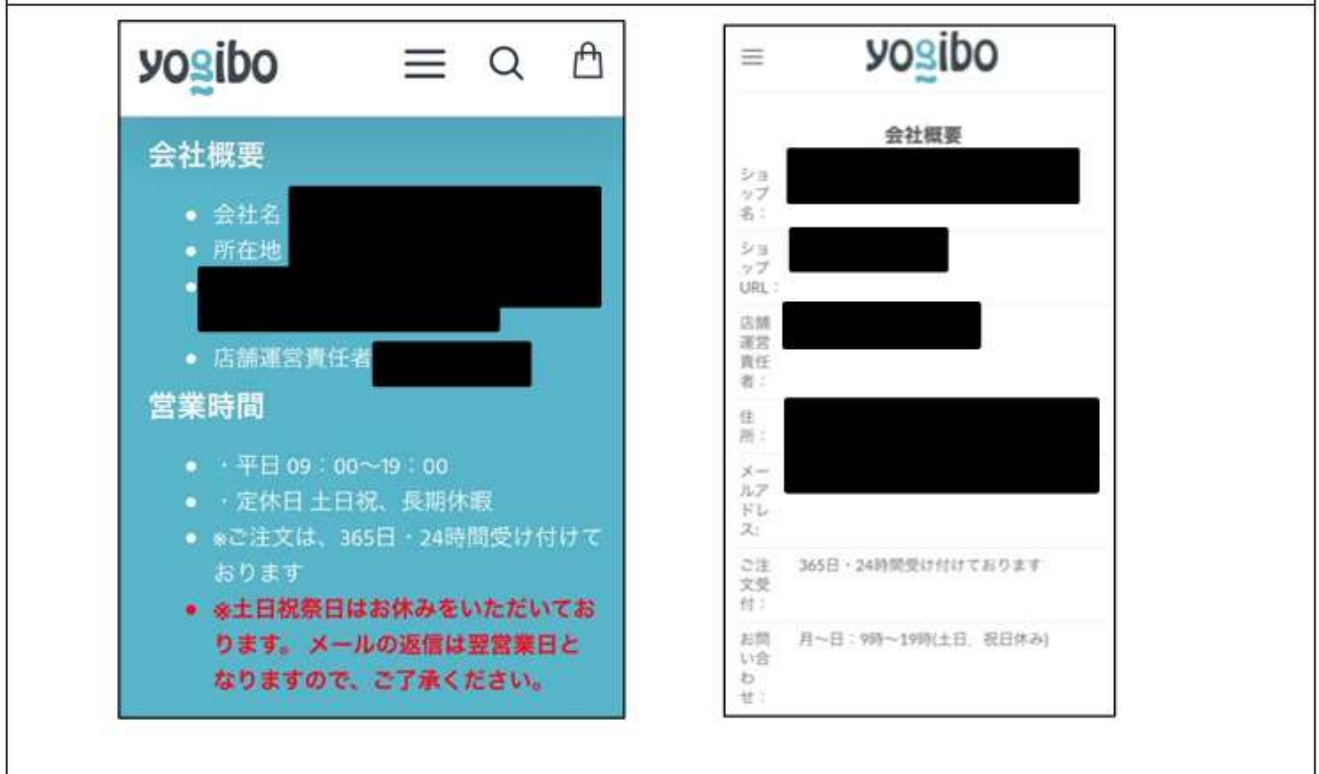
[利用規約](#) [プライバシー規約](#) [ヘルプ](#)

© 1996-2019, Amazon.com, Inc. or its affiliates

偽ヨギボーサイトの表示（抜粋）



偽ヨギボーサイトの会社概要



偽サイト

出展：消費者庁 NEWS RELEASE 令和5.4.26

偽フランフランサイトの表示（抜粋）

偽フランフランサイト例	公式通信販売サイト
	

偽フランフランサイトの会社概要

偽フランフランサイトの会社概要	
会社概要	
会社名	[REDACTED]
本社住所	[REDACTED]
代表者	[REDACTED]
設立	[REDACTED]
資本金	[REDACTED]
従業員数	[REDACTED]
事業内容	家具・家電・インテリア雑貨の通販
引渡し時期	[REDACTED]

本件偽広告の例

【オムロンの正規品をかたる商品】



※本ページに掲載の画像の商品はオムロンの正規品ではありません。
(以下同じです。)

【アンビーの正規品をかたる商品】



※本ページに掲載の画像はアンビーが提供したものではありません。

2 スマートフォンの危険因子への理解

フィッシング詐欺



メールやSMSを送信して、SNSやネットバンキングの偽サイトへと誘導し、IDやパスワードなどのログイン情報や個人情報を入力させる手口です。

【フィッシング詐欺の手口】

- ・メールやSMSでフィッシングサイトに誘導
- ・SNSなどの情報でフィッシングサイトに誘導
- ・表示されているURLを本物のURLに見せかけてアクセスさせる

アプリでのURLの確認方法およびお気に入りサイトへの登録方法も伝えられるよう準備が必要です



対策

送信元のメールアドレスや、本文に書かれてあるリンクURLが正しいかを確認する	見た目だけで偽物と判断するのは難しい。おかしいと思ったら、必ず公式サイトのURLと比較確認する
メールのURLリンクにはアクセスせず、日常的にアクセスするサイトは、お気に入りサイトに登録	短縮URLが使われていることが多いので、わかりにくい。公式サイトからお気に入りサイトに登録することが大切

ワンクリック詐欺



メールやSNS上に記載されたURLやアプリのダウンロードから、登録や高額料金請求を請求する手口です。

対策

不当な請求は徹底して【無視】する	契約は当事者双方が合意していなければ成立はしない。つまり、不当な請求に対する支払い義務はない
クリックしただけでは個人情報は流出しない	利用者の名前や電話番号、住所などの個人情報は、クリックしただけではわからないため、脅しには屈しないこと
こちらから絶対連絡しない	折り返し連絡をすることで、メールアドレスや電話番号が伝わってしまう
何があっても支払わない	執拗に支払いを迫ってきたら、国民生活センターや警察に相談する

SMSで届いたメール



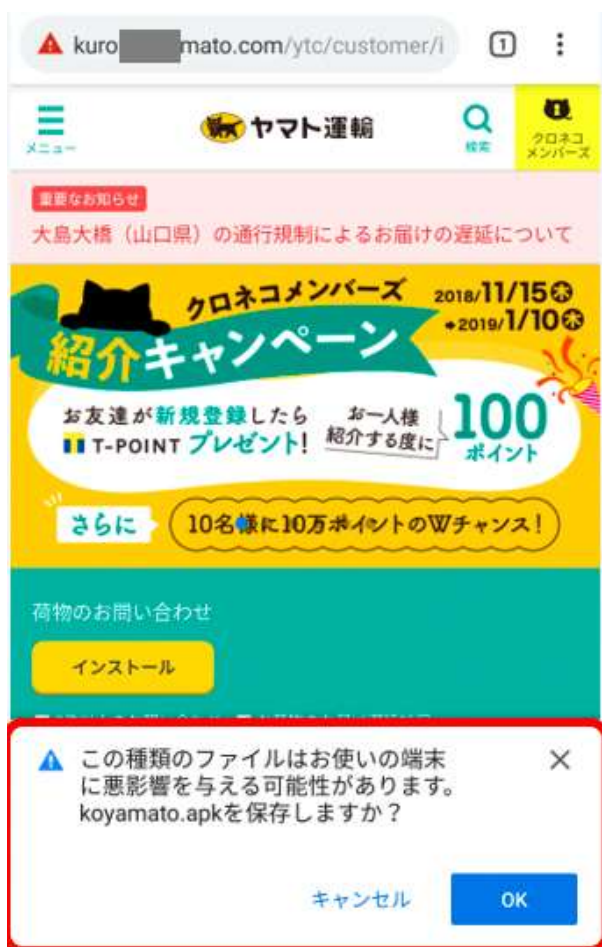
お客様宛にお荷物のお届けにあがりましたが不在の為持ち帰りました。下記よりご確認ください。

[http://kuro\[redacted\]mato.com](http://kuro[redacted]mato.com)

クリックすると・・・

偽サイトへ誘導

正しいサイト



※URLが正規のサイトと異なる。
URLの前に鍵のマークが付いていない。

2 スマートフォンの危険因子への理解

盗難・紛失



【考えられる被害】

- ・ インターネットの有料サイトや有害サイトにアクセスされてしまう
- ・ 個人情報の流出による関連被害
- ・ キャッシュレス決済等の機能がある場合の無断使用

対策

端末にロックをかける	気づくまでの時間を稼ぐためにも、判別されにくい暗証番号によるロックをかけておく
キャリアの連絡先を控えておく	必ず最初にやることとして、キャリア（携帯会社）へ連絡して、通話やその他のサービスを一時ストップしてもらう。財布や手帳に控えておくこと
PCから止められるサービスをストップ	PCからiTunesアカウントやGoogleアカウントをリセットしてサービスを端末側で強制的に使えなくする
盗難・紛失対策用アプリのインストール	盗難や紛失時に役に立つアプリが市販されているので、あらかじめインストールしておく

iPhoneは比較的セキュリティリスクが低いとされています。iPhone用のアプリの販売・配布は必ず公式サイトを通すよう規定されているからです。また、開発コードやシステムの内容が公開されていないため、脆弱性が発覚しにくい点も理由の1つです。

ただし、iPhoneも完全にウイルス等を阻止できるわけではないので、しっかりと知識をつけて安全性を高めていくように話してください。



3 迷惑メールの対処法

迷惑メールを受信前に拒否する

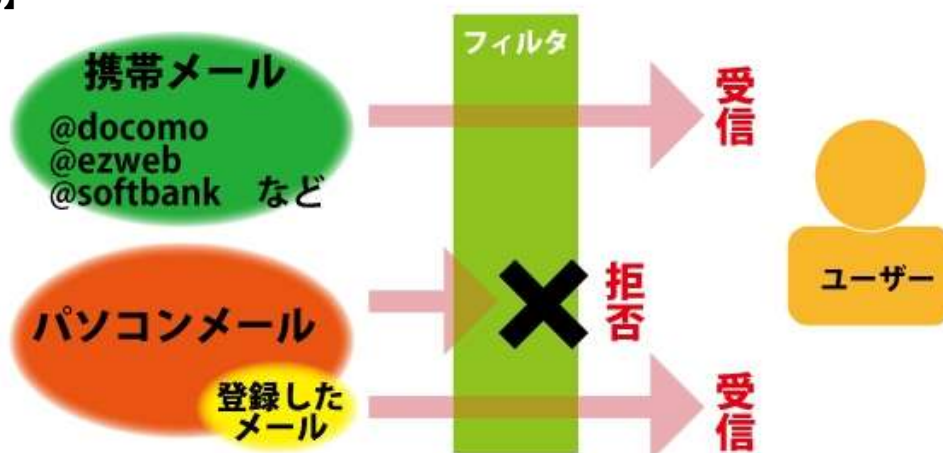
どのキャリアでも共通する対策（各キャリアの会員サイトで設定）

- 【A】 パソコンから送られてきたメールをすべて拒否する
- 【B】 指定したメールのみ受信する
- 【C】 指定したメールのみ拒否する
- 【D】 なりすましメールの拒否
- 【E】 URL付きメールの拒否

無理に設定しようとせず、契約しているキャリアの店舗に行ってもらうことも大切です

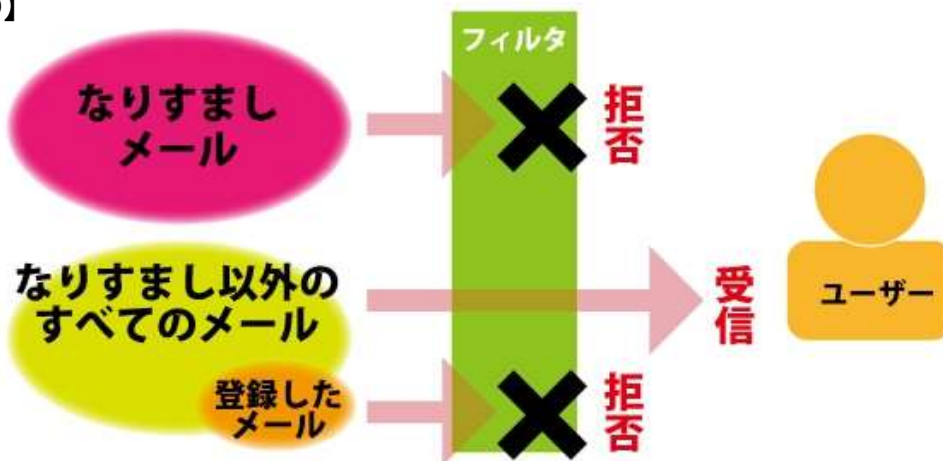


【A】 + 【B】



パソコンから送信されるメールはすべて拒否するため、迷惑メールはほとんど来ません。ただし、受信したいメールをその都度追加する必要があります。

【C】 + 【D】



個別に拒否が可能です。迷惑メールは多少届きますが、大事なメールを拒否することも少ないです。

アドレスを迷惑メール送信者から守る

1 サービス登録用のフリーアドレスを使う

インターネット上のサービス（買い物等サイト）やアプリ登録にはキャリアメールを使用せず、フリーメール（Gmailやyahoo!メール）を使用しましょう。

2 危険なアプリの利用を避ける

- ・ Google Playストアなど、公式のマーケットからのみアプリを入手しましょう。
- ・ 信頼できるデベロッパー（開発者）からのみ入手しましょう。
- ・ レビュー内容、レビュー数が良いアプリのみ入手しましょう。
- ・ 著作権を無視したアプリは避けましょう。
- ・ アプリのインストール時、電話帳（連絡先）へのアクセスを要求されたら、一旦導入を見送りましょう。

迷惑メールの仕組みを知れば騙されることはなくなります！

- 迷惑メールは営利目的で送信されます
- 通常の方法で宣伝できないサービスが迷惑メールの主な内容です
- 迷惑メールに特に多いパターンを知りましょう
 - ・ 悪質な出会い系、アダルト系
 - ・ 怪しい儲け話
 - ・ 根拠のない架空請求
 - ・ 個人情報聞き出そうとするフィッシング詐欺 等



7章

緊急時の スマートフォン活用

1 緊急時のスマートフォン活用

日頃から緊急時に備える事は重要です。
また、緊急と言っても、災害・事件・
事故等、様々な場面があります。

「災害時のスマートフォンの活用」
「事件・事故時のスマートフォンの活用」
についてご紹介します。



2 災害時のスマートフォン活用

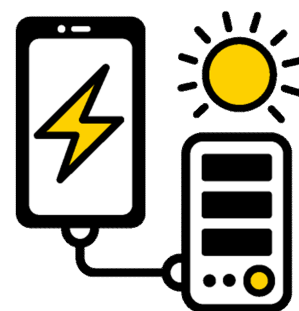
災害発生時、スマートフォンは安否情報の確認や様々な情報を収集
するために非常に重要な道具になります。
災害発生時のスマートフォン活用のポイントについて説明します。

スマートフォンの電源確保

1 事前の準備

スマートフォンは充電が切れてしまうと使うことができません。
災害時でも充電が出来るよう、

- ・ 乾電池式モバイルバッテリー
 - ・ ポータブル電源
 - ・ モバイルソーラ充電器 等
- 準備をしておきましょう。



2 スマートフォンの消費電力を抑える

電力消費の大きいアプリは使わない等、省電力に努めましょう。

- ・ 画面の明るさを暗くすると、消費電力が抑えられます。
- ・ 動画視聴やゲームアプリは消費電力が大きいので、
使わない様にしましょう。
- ・ 必要に応じて省電力モードに切り替えましょう。

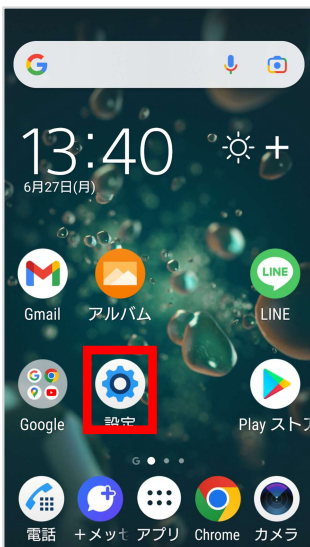
2 災害時のスマートフォン活用

省電力モードとは

スマートフォンは電力を節約するモードに設定する事が出来ます。電力を抑えられる反面・画面の明るさが低下する・位置情報サービスが停止する・アプリの自動更新が行われなくなる等のスマートフォンの機能が制限されます。

省電力モードの設定方法 (Android)

①設定をタップします。



②【バッテリー】をタップします。

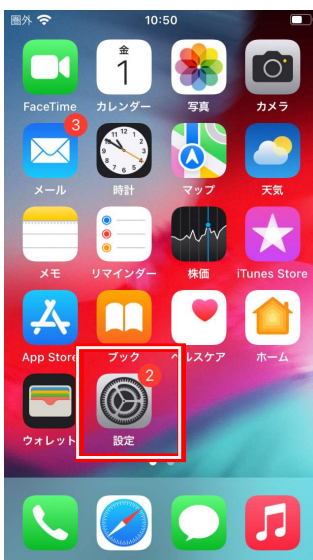


③省力電モードをタップします。



省電力モードの設定方法 (iPhone)

①設定をタップします。



②【バッテリー】をタップします。



③省力電モードをタップします。



2 災害時のスマートフォン活用

災害時の通信状況

災害時には、

- ・ 基地局やケーブルが破壊、停電により電波が止まる
- ・ 災害時に利用する人が増え、回線の混雑が起きる
- ・ キャリアが回線混雑防止のために通信データ量を規制してつながりにくくする等の理由から、繋がりにくくなります。



そのため、災害時には

電話よりインターネットの活用が重要となります。

00000JAPAN



大規模災害が起こった際に、無料開放される、公衆無線LANサービス（公衆Wi-Fi）があります。

00000JAPAN

（ファイブゼロジャパン）と言い、誰もがパスワードなどを必要とせずWi-Fiに接続することができます。

「00000JAPAN」は暗号化やユーザー認証がなく、セキュリティが低いです。そのため、パスワードやクレジットカード情報の漏洩などには注意する必要があります。

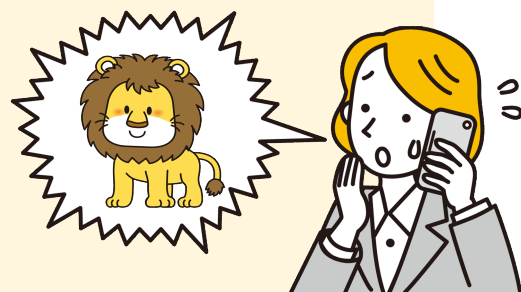


災害時の情報収集

災害時には、様々な情報がネットやSNSで投稿されています。そのため、フェイクニュース等の注意も必要です。

フェイクニュースとは、ウェブサイトやSNSで発信される嘘の情報の事です。SNSの普及により、情報の拡散が簡単に行われる様になりました。

実際に、2016年熊本地震では「動物園からライオンが逃げ出した」という嘘の情報が、SNS上で拡散されました。それにより、動物園の職員は対応に追われ、嘘の情報の投稿者は後日逮捕されました。

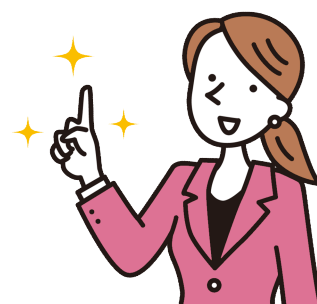


1 間違った情報の拡散に注意しましょう

嘘の情報を拡散する事により、本当に救助が必要な人の妨げに繋がる事もあります。また、「善意で拡散した情報が実は嘘の情報であった」と言う場合もあるため、注意が必要です。

2 公的機関・自治体等から情報を得る様にしましょう

自治体のホームページやSNSでは、正確な情報を集めることができます。静岡県では公式LINEにて様々な情報を発信しています。



2 災害時のスマートフォン活用

安否情報の確認

安否情報確認に関しては様々な方法があります。

いずれも、安否を確認したい人が登録をしている事が前提となります。

1 災害用伝言ダイヤル（171）

災害時に、固定電話、携帯電話・PHS等の電話番号宛に安否情報（伝言）を音声で録音（登録）し、全国からその音声を再生（確認）することができます。

録音する場合

「171」をダイヤルします

録音の場合は
「1」を押します

ガイダンスに従って、被災地の方の電話番号を市外局番から入力します

「1」を押します

メッセージを録音します

「9」で終了します

再生する場合

「171」をダイヤルします

伝言を再生する場合には
「2」を押します

ガイダンスに従って、被災地の方の電話番号を市外局番から入力します
※連絡を取りたい方の電話番号

「1」を押します
録音された伝言が再生されます

繰り返し再生は「8」
次の伝言の再生は「9」

こちらからのメッセージを録音する場合には「3」を押します

2 災害時のスマートフォン活用


2 災害用伝言板（web171）

パソコンやスマートフォン等から固定電話や携帯電話の電話番号を入力して安否情報（伝言）の登録、確認を行うことができます。

- ① 災害用伝言板（web171）
[URL:https://www.web171.jp/](https://www.web171.jp/) にアクセスします。
 - ② 連絡をとりたい方の固定電話番号や携帯電話番号を入力します。
 - ③ 伝言を登録・確認することができます。
- ※ 事前に設定を行うことで、登録した内容をメールまたは電話(人工音声)にて自動的に通知することができます。

災害伝言ダイヤルは、大規模な地震の発生等により、被災地への電話がつながりにくい状況となった場合に利用可能となります。

また、災害用伝言サービスは、以下の体験利用日にも運用されており、体験することができます。

- 毎月1日、15日
- 正月三が日（1月1日～3日）
- 防災とボランティア週間（1月15日～21日）
- 防災週間（8月30日～9月5日）



2 災害時のスマートフォン活用

3 LINE安否確認

震度6以上などの大規模な災害が起こった際に、ホームタブに赤枠の「LINE安否確認」が出現します。タップするだけで友だちに状況を共有することができます。

安否を報告

①ホーム画面から、「安否を報告」をタップします。



②[無事]または[被害あり]から安否状況を選択します。



③より詳細な状況を伝えたい場合は文章を入力します。



友達の安否を確認



ホーム画面から、「安否確認」をタップすると、安否確認を登録している友達の状況を確認する事ができます。

災害が起こる前に、家族と事前に何のツールを使って安否確認をとるのか確認しておきましょう。



3 事件・事故時のスマートフォン活用

スマートフォンには、ロックをかけたままでも、表示されているメッセージや緊急時情報を確認したり、緊急 SOS を使用したりできる機能が搭載されています。



通報

自分の身に危険が迫ったときに、緊急SOSを発信できる機能です。事前に「119」「110」「118」「自分が設定した番号」など、設定する事も出来ます。誤発信には注意が必要です。

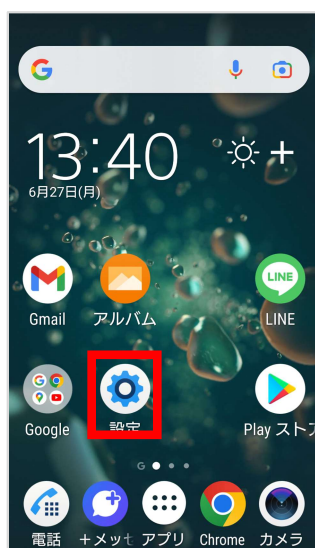
痴漢にあっている、声が出せない等の場面には、緊急SOS機能が有効です。



機種によって操作が異なるため、設定画面から確認するようにしましょう。

通報の設定の確認 (Android)

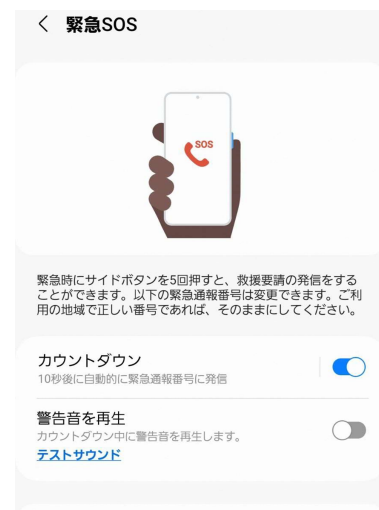
①設定をタップします。



②【緊急SOS】をタップします。



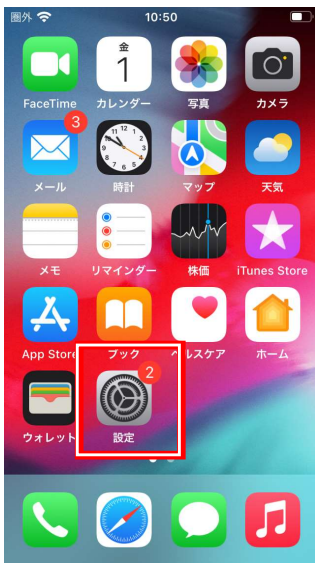
③緊急通報の設定等を確認する事が出来ます。



※Android では、
Android12以降のスマートフォンが対応になっています。

通報の設定の確認 (iPhone)

①設定をタップします。



②【緊急SOS】をタップします。



③緊急通報の設定等を確認する事が出来ます。



緊急連絡

緊急連絡先を事前に設定しておくことで、スマートフォンのロックを解除せずに連絡する事が出来ます。

こちらの機能ではセキュリティのため緊急通報の対象である

110・119・118・緊急時連絡先以外の番号にかけることはできません。



また、自分の健康状態を入力する事で、「血液型」「持病の有無」「臓器提供の希望の有無」等も設定する事が出来ます。

スマートフォンしか持っていない時に、事故に遭った場合に、緊急連絡先や持病の有無を入れて置く事で、大切な人に連絡を取ってもらえるメリットがあります。



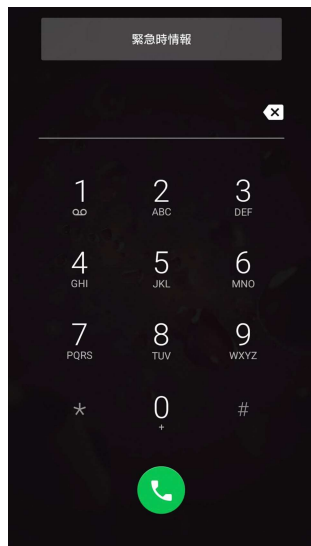
3 事件・事故時のスマートフォン活用

緊急連絡の方法 (Android)

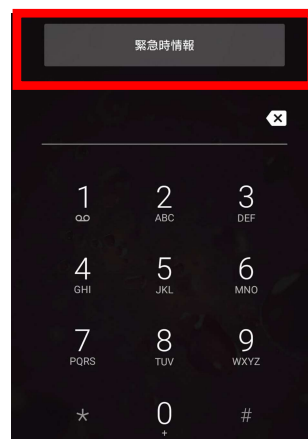
①ロック画面で上にスワイプし【緊急】をタップします。



②110番、119番、118番に電話をかける事が出来ます。

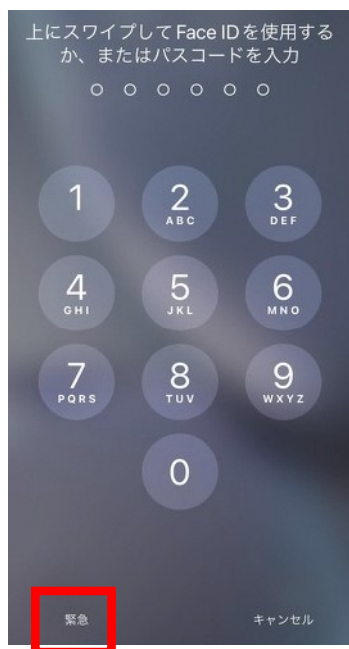


③【緊急時情報】をタップすると、事前に入力されている場合は、【緊急時連絡先】や【医療に関する情報】を確認する事が出来ます。



緊急連絡の方法 (iPhone)

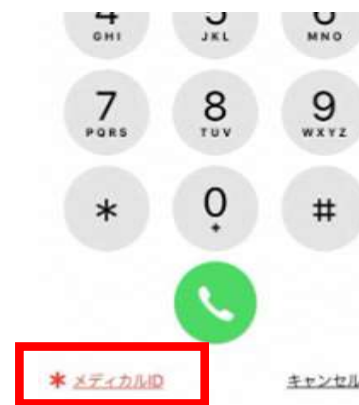
①ロック画面で上にスワイプし【緊急】をタップします。



②110番、119番、118番に電話をかける事が出来ます。



③【メディカルID】をタップすると、事前に入力されている場合は、【緊急時連絡先】や【医療に関する情報】を確認する事が出来ます。



緊急通報と同時に通報先に位置情報を発信する機能が搭載されている機種もあります。



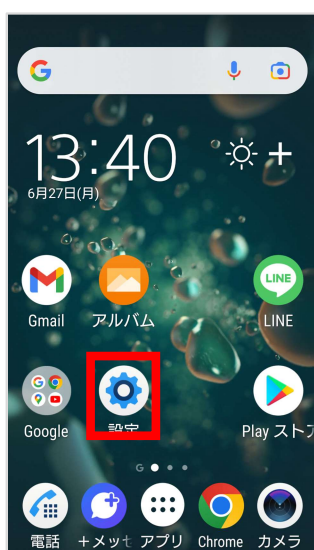
3 事件・事故時のスマートフォン活用

緊急連絡先や自分の健康情報を事前に登録する事が出来ます。
緊急連絡先は、自分に何かあった時に連絡したい方の番号を登録できます。

健康情報は、名前、住所、アレルギー、血液型、臓器提供の希望 等の入力出来る様になっています。

緊急連絡先・医療に関する情報の設定 (Android)

①設定をタップします。



②検索バーに【緊急】と入力し検索します。



③【緊急連絡先】をタップします。



④【連絡先の追加】をタップすると、緊急連絡先の登録ができます。



⑤【情報を追加する】をタップすると、医療に関する情報を入力する事が出来ます。



緊急時に使用する情報のため、不安な方はご家族と相談しながら登録する様にしましょう。

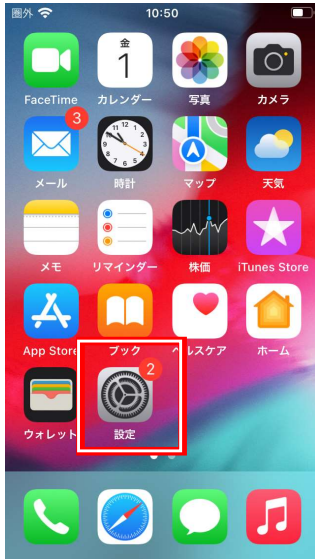
また、これらの情報は誰でも見られる状態になるため、個人情報が見られてしまう可能性があることに注意が必要です。



3 事件・事故時のスマートフォン活用

緊急連絡先・医療に関する情報の設定 (iPhone)

①設定をタップします。



②【緊急SOS】をタップします。



③【ヘルスケアで緊急連絡先を設定】をタップします。



④【メディカルIDを作成】をタップします。



⑤医療に関する情報を入力する事が出来ます。



具体的な操作方法や設定は、使用しているスマホのモデルやOSのバージョンにより異なる場合がありますので、ご確認ください。

緊急連絡先の設定は、プライバシーを考慮して慎重に行ってください。



令和4年度
ふじのくにデジタルサポーター育成事業事業
講習会テキスト【基本講座】
2022年8月1日 発行

【発行元】

静岡県知事直轄組織デジタル戦略局デジタル戦略課

【制作】

株式会社東海道シグマ

【お願い】

当テキストについては、2次利用可といたしますが
2次加工につきましてはご遠慮ください。

またご利用の際に下記の表記にて出典の明記をお願いいたします。

出典：ふじのくにデジタルサポーター育成事業事業
講習会テキスト【基本講座】