

ふじのくにデジタルサポーター育成用

講習会テキスト 【ハンドブック】

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：2022/8/1



誰にも優しく
誰もが便利に
安全・安心
そして豊かに

第1章 スマートフォンの基本

- | | | |
|---|--------------------|-----|
| 1 | iPhone端末・Android端末 | P.4 |
| 2 | タッチの種類 | P.5 |
| 3 | ボタンのマークや意味 | P.6 |

第2章 スマートフォンの基本設定

- | | | |
|---|--------------|------|
| 1 | 文字のサイズを大きくする | P.8 |
| 2 | ホーム画面への戻り方 | P.10 |
| 3 | 音が出ないようにする | P.11 |
| 4 | 画面の向きを固定する | P.13 |

第3章 基本操作

- | | | |
|----|-----------|------|
| 1 | メッセージの種類 | P.15 |
| 2 | メール | P.16 |
| 3 | 電話 | P.19 |
| 4 | 写真 | P.23 |
| 5 | 動画 | P.29 |
| 6 | QRコード | P.31 |
| 7 | アプリ追加・削除 | P.33 |
| 8 | LINE | P.35 |
| 9 | インターネット検索 | P.61 |
| 10 | スクリーンショット | P.64 |

第4章 アプリの紹介

- | | | |
|---|-------|------|
| 1 | 天気 | P.66 |
| 2 | 地図 | P.68 |
| 3 | アプリ紹介 | P.71 |

第5章 インターネットリテラシー

- | | | |
|---|------------------|------|
| 1 | リテラシーとは | P.75 |
| 2 | スマートフォンの危険因子への理解 | P.76 |
| 3 | 迷惑メールの対処法 | P.81 |

1章

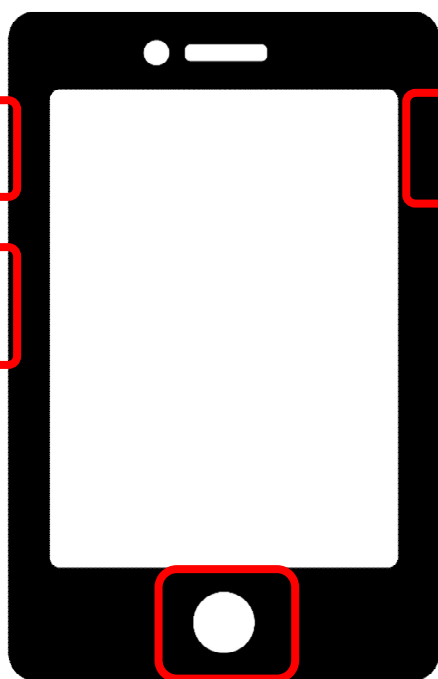
スマートフォンの基本

iPhoneの場合

サイレントスイッチ

背面側に倒すと着信音が鳴らなくなります。

音量ボタン



電源ボタン

電源ボタンが上部に配置されている機種もあります。

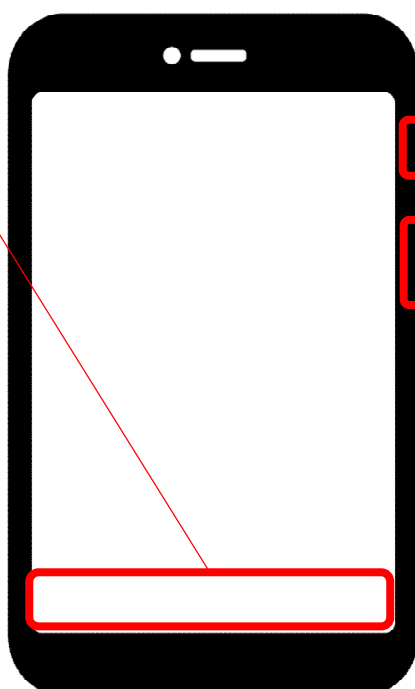
ホームボタン

ホームボタンがない機種もあります。

Android端末の場合

ナビゲーションバー

スマートフォンの基本操作を行う為のアイコンが表示されます。OSのバージョンや機種により内容は異なります。

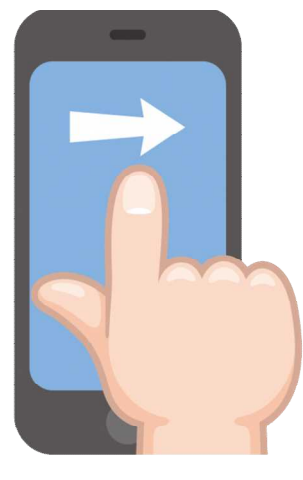


音量ボタン

電源ボタン

待機状態にする場合に押します。また、長押しすると電源を切る画面が表示されます。

2 タッチの種類

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
			
<p>画面をトんと軽く叩く操作</p>	<p>画面をトントンと短い間隔で2回叩く操作</p>	<p>画面の一箇所をおよそ1秒ほど押し続ける操作</p>	<p>画面を押したまま、上下左右に指を動かさず操作</p>
フリック	ドラッグ	ピンチイン	ピンチアウト
			
<p>画面に指を置いた後、上下左右にサッと指を払う操作</p>	<p>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さず操作</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

3 ボタンのマークや意味

記号	意味	記号	意味
	メニューを表示		検索
	操作項目を選ぶ		履歴
	お気に入り		印刷
	再読読み込み 更新		音声入力
	共有		編集
	ダウンロード		位置情報
	設定画面		マナーモード (バイブON)
	不在着信あり		マナーモード (サイレント)
	機内モードON		Bluetooth
	Wi-Fi		バッテリー残量

※機種によって、マークが異なる事があります。

2章

スマホの基本設定

1 文字のサイズを大きくする

iPhoneの場合

① 【設定】をタップします。



② 【画面表示と明るさ】をタップします。



③ 【テキストサイズを変更】をタップします。



サイズ：中



サイズ：大

【表示】という項目があれば、アイコンを含む画面全体の表示サイズの変更が出来ます。



1 文字のサイズを大きくする

Android端末の場合

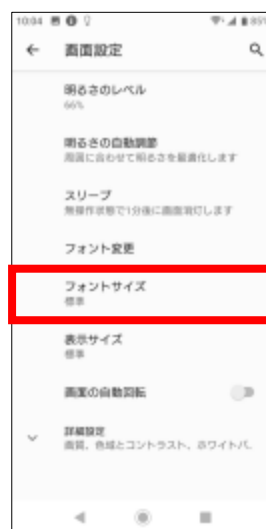
- ① 【設定】をタップします。



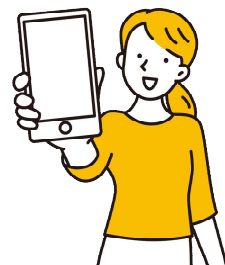
- ② 【画面設定】をタップします。



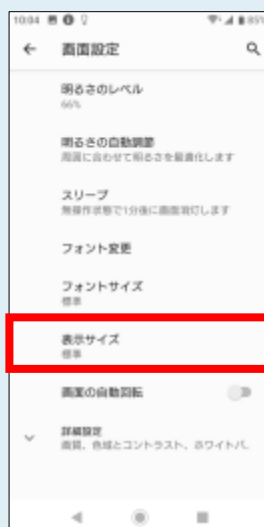
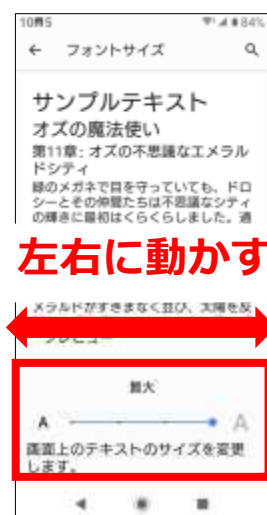
- ③ 【フォントサイズ】をタップします。



※機種によって【画面設定】ではなく、【ディスプレイ】や【詳細設定】等で設定する場合があります。



- ④ 【文字のサイズ】を選びます。

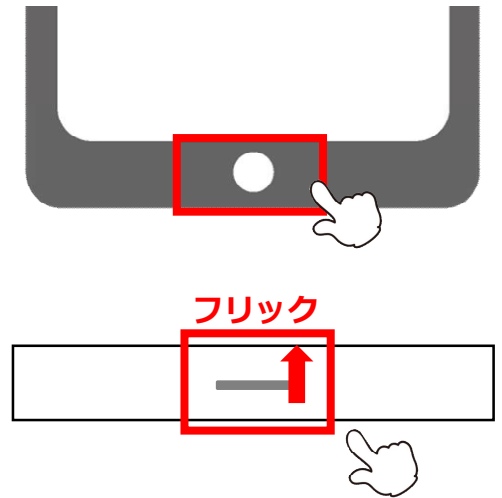
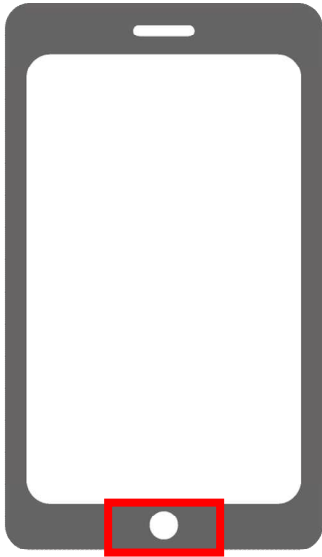


【表示サイズ】と言う項目があれば、アイコンと文字を含めた画面全体の表示の大きさを変更できます。

2 ホーム画面への戻り方

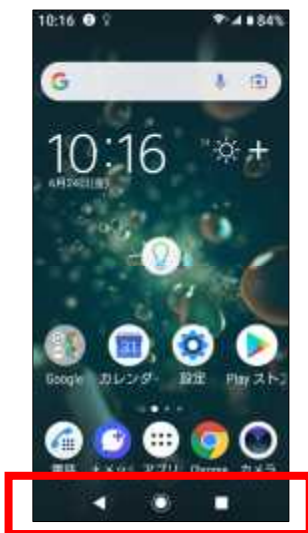
iPhoneの場合

ホームボタンを押します。ホームボタンがない機種は、画面下部の横長バーを上に短く弾くと（フリック）ホーム画面に戻ります。

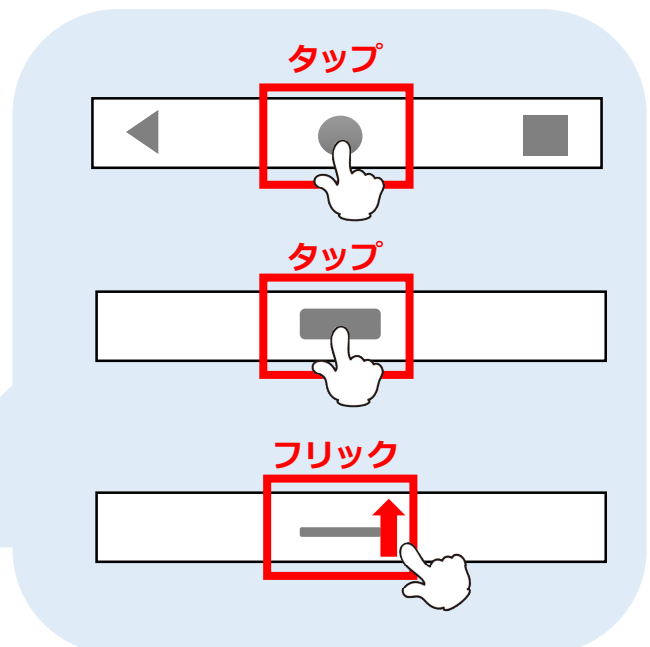


Android端末の場合

ホームボタンかナビゲーションバーがあります。ホームボタンがある場合には、ホームボタンを押します。ナビゲーションバーは種類によって操作方法が異なります。



ナビゲーションバー



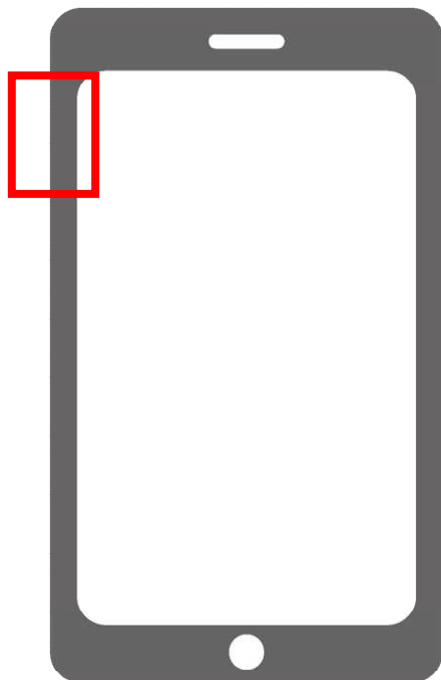
3 音が出ない様にする

iPhone・Android端末 共通

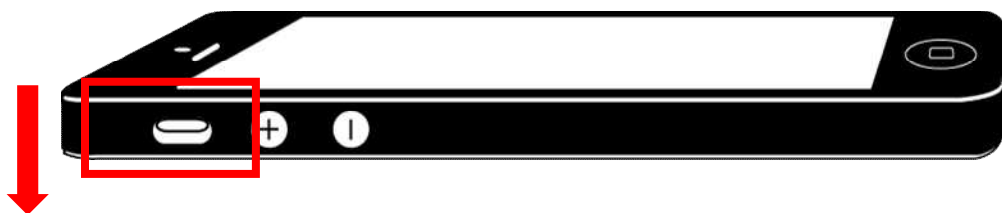
側面の音量調整ボタンを押し、音量を最小まで下げれば音が出ない状態になります。
※ただし、電話の着信音・アラーム等一部の機能は、この操作の影響を受けません。



iPhoneの場合



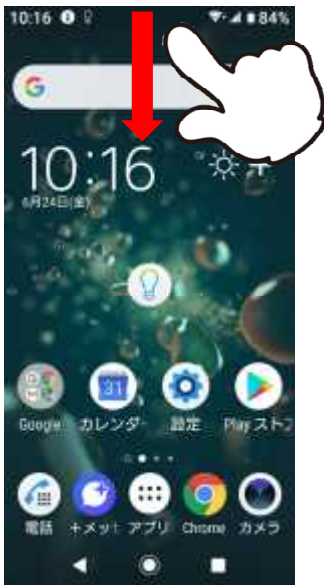
左側サイレントスイッチを背面側に倒すと着信音が出なくなります。



3 音が出ない様にする

Android端末の場合

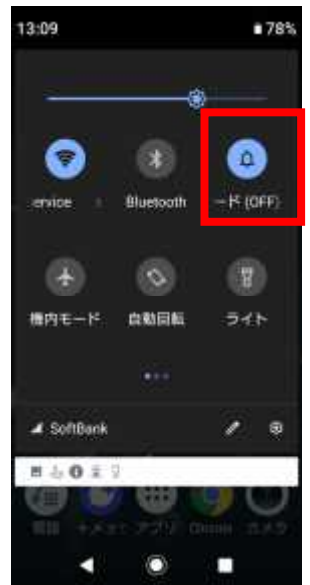
①ホーム画面の上部からフリックします。



②画面上部に【クイックパネル】が表示されます。

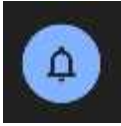
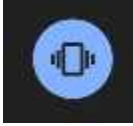
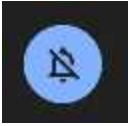


③【マナーモード】の設定をします。



音の設定

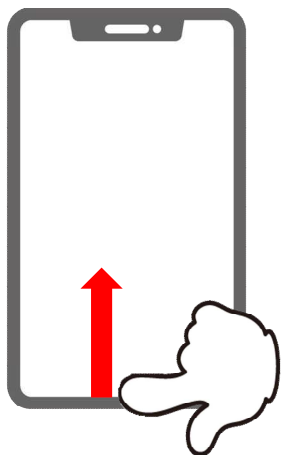


		
サウンド	バイブレーション	サイレント
通知時音が出る	通知時振動で知らせる	通知時表示はされる

4 画面の向きを固定する

iPhoneの場合

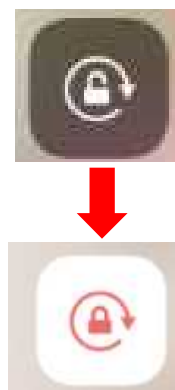
- ① ホーム画面の上部からフリックします。



- ② 【コントロールセンター】が表示されます。

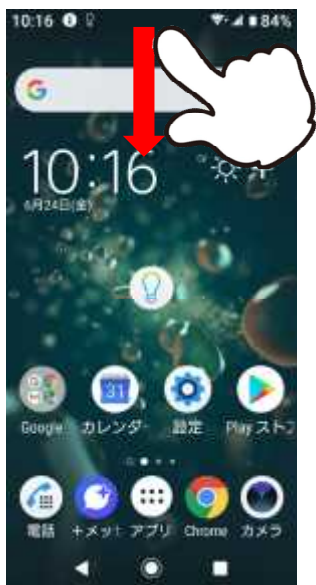


- ③ 【自動回転】をOFFにします。



Android端末の場合

- ① ホーム画面の上部からフリックします。

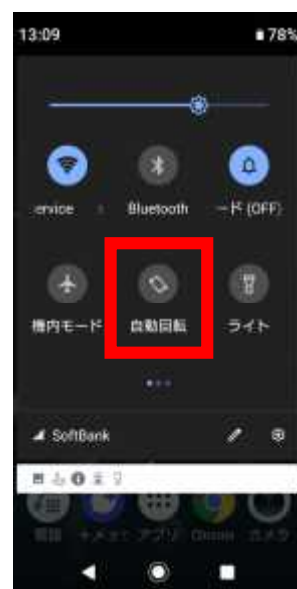


- ② 【クイックパネル】が表示されます。



更にフリックすると、クイックパネルが大きく表示されます。

- ③ 【自動回転】をOFFにします。



3 章

基本操作

1 メッセージの種類

	特直	アイコン 一例
SMS	携帯電話の電話回線を利用し、電話番号宛てにメッセージを送る事が出来る。	
+ (プラス) メッセージ	データ通信料を利用し、携帯電話番号にメッセージを送る事が出来る（相手が+メッセージを利用していない場合にはSMSの送受信が可能）	
キャリアメール	データ通信料を利用し、携帯電話事業者のメールアドレスでメッセージを送る事が出来る。 例 ○○○○@docomo.ne.jp ○○○○@ezweb.ne.jp ○○○○@softbank.ne.jp	
通常のメール	データ通信料を利用し、プロバイダーのメールアドレスでメールが出来る。 例： ○○○○@gmail.com ○○○○@icloud.com ○○○○@yahoo.co.jp	
LINE	データ通信料を利用し、アプリケーション上友達となっている人にメッセージを送る事が出来る。	

2 メール

新規でメールを送る 【iPhoneの場合】

①【メール】のアイコンをタップします。

②画面右下【✉】をタップします。

③宛先欄にある【+】をタップし、連絡先から相手の連絡先を選択します。

④【件名・本文】を入力し送信します。



相手に返信する 【iPhoneの場合】

①【メール】のアイコンをタップします。

②読みたいメールをタップします。

③【返信ボタン】をタップします。



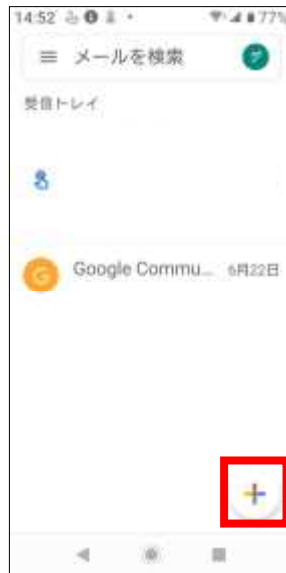
2 メール

新規でメールを送る 【Android端末の場合】

- ①【メール】のアイコンをタップします。



- ②右下【+】のマークをタップします。

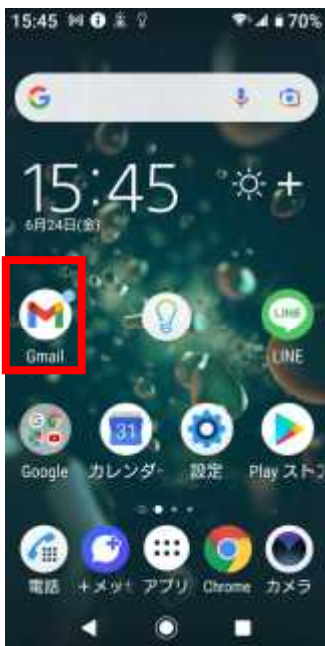


- ③【宛先、件名、本文】を入力し送信します。



相手に返信する 【Android端末の場合】

- ①【メール】のアイコンをタップします。



- ②読みたいメールをタップします。



- ③【返信ボタン】をタップします。



iPhoneの場合

相手のメール
アドレスを入力



送信ボタン

件名を入力

文章を入力

Android端末の場合

相手のメール
アドレスを入力

送信ボタン

件名を入力

文章を入力

迷惑メールや詐欺メールの注意点

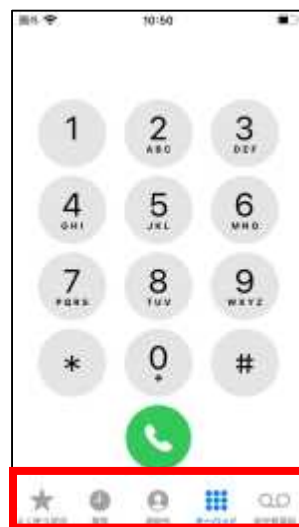
知らない連絡先からのメールやSMSに対しては返信を行わないようにしましょう。知り合いだと確認できるものだけに返信します。近年では実在する企業からの連絡に見せかけ、ウェブページを開かせようとする詐欺があるため**心当たりのないメッセージは本文内のURLを絶対に開かない**様にしましょう。

電話をかける 【iPhoneの場合】

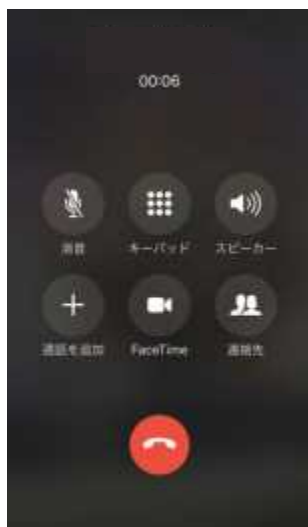
①ホーム画面から【電話アイコン】をタップします。



②電話を【かけたい相手】を選びタップします。または、ダイヤル画面にて電話番号を入力します。



この画面に変わったら電話をかけている状態です。



履歴

お気に入り
良く電話をかける相手を設定します。

電話帳
アドレス

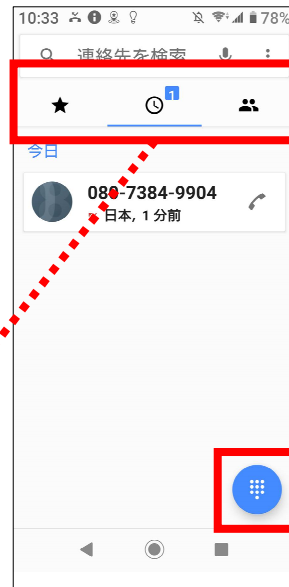


電話をかける 【Android端末の場合】

①ホーム画面から【電話アイコン】をタップします。



②【電話をかけたい相手】を選びタップします。または、ダイヤル画面にて電話番号を入力します。



ダイヤル



この画面に変わったら電話をかけている状態です。



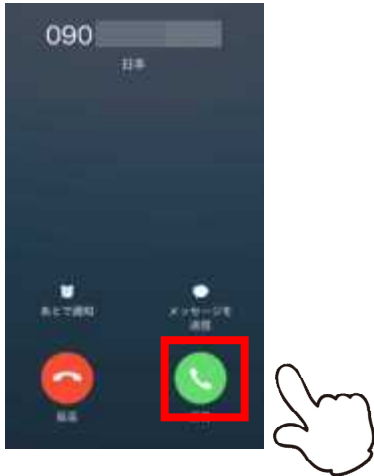
履歴

お気に入り
良く電話をかける相手を設定します。

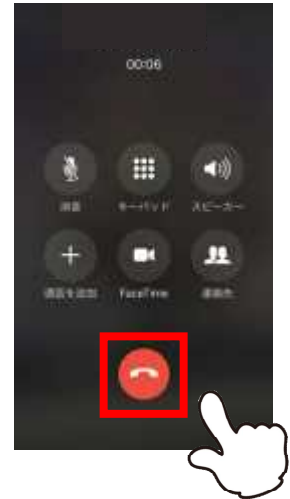
電話帳・アドレス

電話に出る 【iPhoneの場合】

①電話がかかってくるとホーム画面に通知されます。【電話に出る】をタップまたは、スワイプします。



②電話が終了したら【終了ボタン】をタップします。

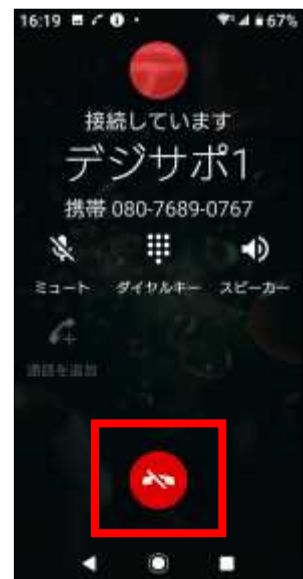


電話に出る 【Android端末の場合】

①電話がかかってくるとホーム画面に通知されます。【電話に出る】をタップまたは、スワイプします。



②電話が終了したら【終了ボタン】をタップします。



自分の電話番号を確認する 【iPhoneの場合】

【設定】から【電話】を
タップします。



自分の電話番号を確認する 【Android端末の場合】

【設定】から【システム】をタッ
プします。※機種によって【シス
テム】が【端末情報】等名称が異
なります。



注意点

※サイドボタンを押すと電話が切れる仕様になっているスマートフォンもあるため、注意が必要です。

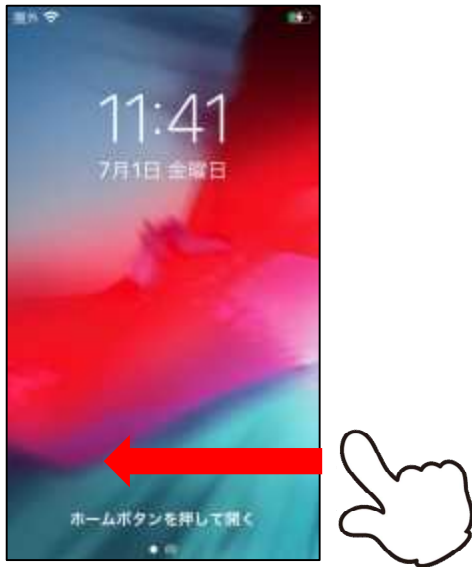
※Android端末の場合には、通話中にロックボタンを押しても画面が消えるだけで通話は維持している為、注意しましょう。

※通話が切れていなくて、高額請求になる事例があるため、切り方は丁寧に確認をします。



写真を撮る 【iPhoneの場合】

- ①ロック画面を左にスライドするとカメラが起動します。



- ②ピントを合わせます。ピントを合わせたい物をタップすると自動でピントが合います。



- ③ピンチアウトする事でズームが出来ます。



- ④シャッターを押します。



写真を撮る 【Android端末の場合】

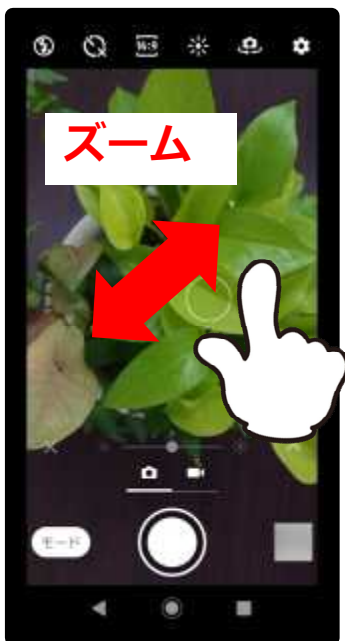
①ロック画面、カメラアイコンから起動します。または、ホーム画面のカメラアプリから起動します。



②ピントを合わせたい物をタップすると自動でピントが合います。



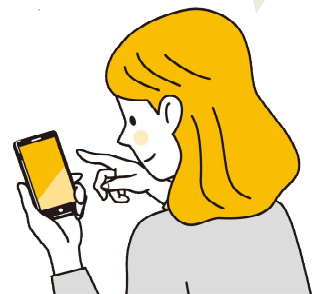
③ピンチアウトする事でズームが出来ます。



④シャッターを押します。



※Android機種によりカメラアプリが異なります。



写真を見る 【iPhoneの場合】

【写真】アプリをタップします。



タッチすると
選択モードに
出来ます。

写真の表示を
年・月・日別で
選択出来ます。

表示形式の切
り替えが出来
ます。

写真を見る 【Android端末の場合】

【アルバム】または【ギャラリー】のアプリをタップします。
※機種によってアプリが異なるため注意が必要です。



一部掲載。様々なアイ
コンがあります。

Androidの写真の
保存先は本体内部
のストレージとSD
カードで選択する
事が出来ます。



インカメラ（内側カメラ）とは

インカメ（内側カメラ）は、自分を撮影する場合や顔を見ながら通話する場合等に使います。

インカメラ：内側カメラ 【iPhoneの場合】

カメラ【回転マーク】をタップします。



インカメラ：内側カメラ 【Android端末の場合】

カメラ【回転マーク】をタップします。



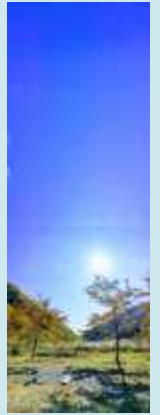
パノラマ撮影とは

パノラマ撮影とは広い範囲を撮影した写真の事です。普通の写真と比べ、横長や縦長の写真が撮影できます。

普通の写真



パノラマ写真



パノラマ撮影 【iPhoneの場合】

①ロック画面を左にスライドするとカメラが起動します。



②画面下部分をスライドし【パノラマ】を選択します。



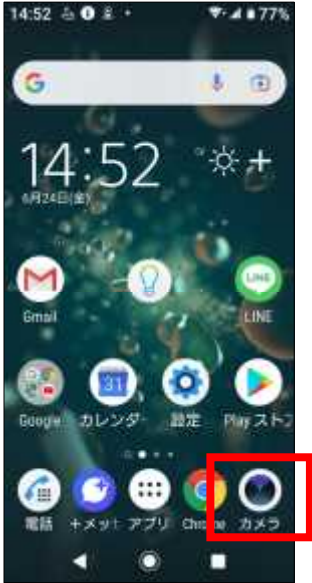
③撮影したい物を水平または垂直に撮影します。



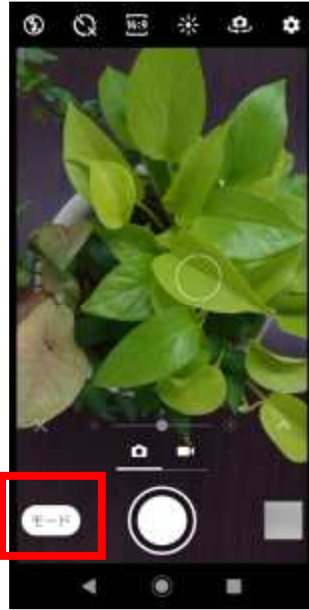
スロー ビデオ 写真 スクエア **パノラマ**

パノラマ撮影 【Android端末の場合】

①ホーム画面から【カメラ】アプリをタップします。



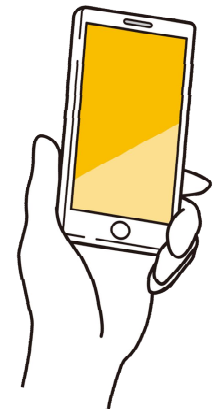
②【モード】をタップします。
※機種によって操作が異なります。



③【パノラマ】をタップします。



④撮影したい物を水平または垂直に撮影します。



※Androidは搭載されていない機種もある為注意が必要です。

動画撮影 【iPhoneの場合】

①ロック画面を左にスライドするとカメラが起動します。



②画面下部分をスライドし【ビデオ】を選択します。



③赤い丸いボタンをタップ→動画撮影開始
赤い四角いボタンをタップ→動画撮影終了



動画撮影 【Android端末の場合】

①ホーム画面から【カメラ】アプリをタップします。



②【動画のマーク】をタップします。またはスライドします。



③赤い丸いボタンをタップ→動画撮影開始
赤い四角いボタンをタップ→動画撮影終了



QRコードとは

白と黒の正方形の集まりをカメラで読み取るだけで情報を得ることができるコードです。スマートフォンで読み取る事で、URLやアプリ、チラシ等様々な情報を得る事が出来ます。

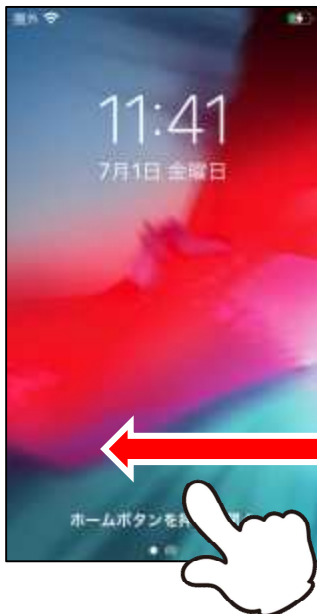


イラスト等が入っているQRコードもあります。



QRコード 【iPhoneの場合】

①【カメラ】アプリを起動します。



②読みたいQRコードをカメラに向け、URLが出てきたら、【検索ボタン】をタップします。

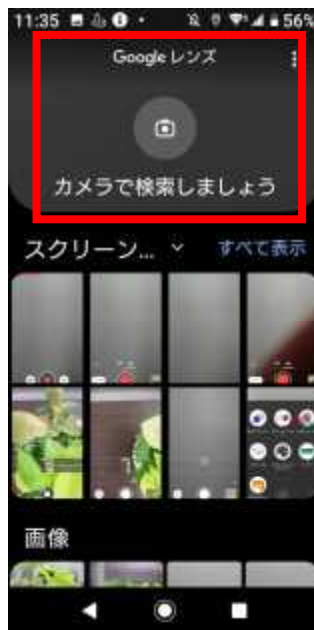
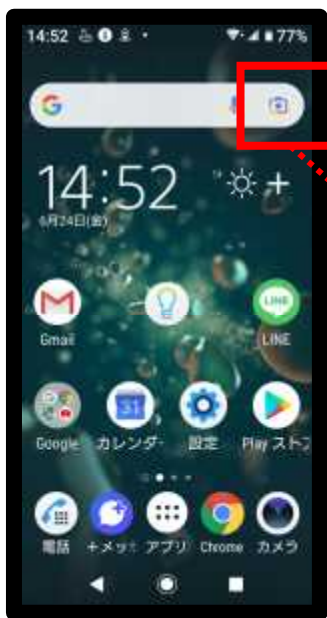


QRコード 【Android端末の場合】

Androidは機種によってはQRコードを読み取るアプリが初期設定で入っていないため、注意が必要です。GoogleレンズによるQRコードの読み取り方について説明します。

①ホーム画面、検索バー右側の【グーグルレンズ】をタップします。

②【カメラで検索しましょう】をタップすると、QRコードを読み込めるようになります。



③読みたいQRコードをカメラで向け、URLが出てきたら、検索ボタンをタップします。



※グーグルレンズではカメラや写真を使って目の前の物を検索したり、調べたりすることができます。

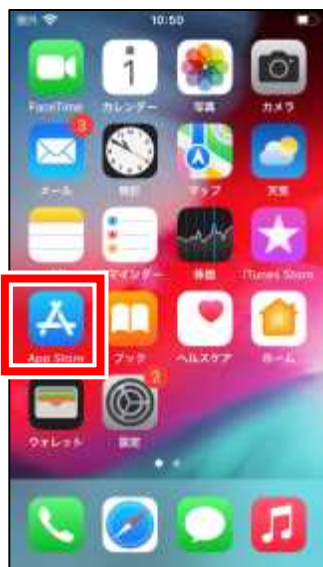
例えば...

- ・翻訳に使える
 - ・植物の名前を検索できる
 - ・ネットショッピングができる
- 対応していない機種もある為注意が必要です。

7 アプリ追加・削除

アプリの追加・削除方法 【iPhoneの場合】

① 【App Store】
をタップします。



② 【検索】を開き、
アプリの名前を
入力します。



③ 【入手】をタップ
します。



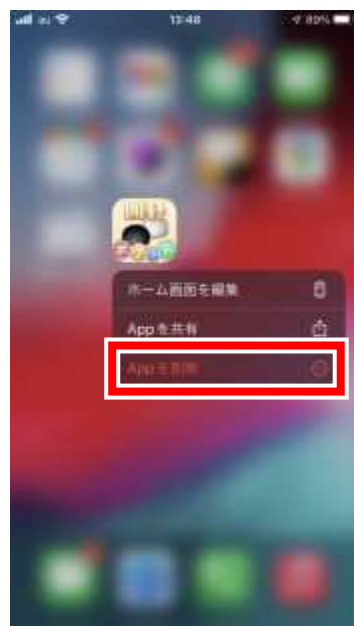
④ 【インストール】
をタップします。



⑤ ホーム画面に
追加されます。



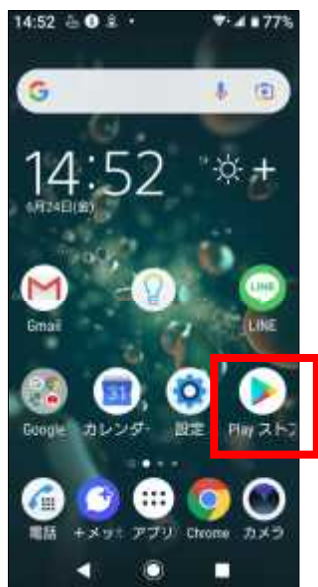
⑥ アプリを削除した
い場合には、アプ
リを長押し、【APP
を削除】をタップ
します。



7 アプリ追加・削除

アプリの追加・削除方法 【Android端末の場合】

- ① 【Playストア】
をタップします。



- ② 【アプリの名前】
を入力します。



- ③ 【インストール】
をタップします。



- ④空いている画面にアプリが
追加されます。画面が空い
てない場合には【アプリ】
をタップします。



- ⑤アプリを削除する場合には、
アプリを長押しし、【アン
インストール】をタップし
ます。



LINEの利用動向



- ◆LINEはサービス開始から2022年6月で11周年
- ◆LINEの日本における月間利用者数は、9,200万人（2022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

メッセージを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
- LINE Out（世界中と海外通話） 等



<ライフスタイルアプリとしてのLINE>

- LINEドクター（オンライン診療）
- トークCARE（悩み相談）
- LINEヘルスケア（健康医療相談）
- 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。

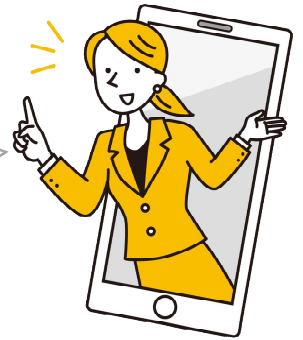


LINE（ライン）とは①

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、今の時代になくってはならない、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。



VOOMは、LINE 11.20.0以降、【タイムライン】が【LINE VOOM】という動画プラットフォームに生まれ変わりました。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。



インストール①



インターネットで【LINE】を検索し、ホームページトップにある【**ダウンロード**】をタップします。

検索アプリはどれを使ってもかまいません（Safari、Google Chrome等）

ただし、検索結果によっては、LINEのサイトではなく、ダイレクトにApp StoreやGoogle Playストアのダウンロードページにジャンプできることがあります。

適宜、案内を行って下さい。



インストール②



インストール先に画面が変わります。

iOS → App Store

Android → Google Play ストア

インストール③



iOSは【**入手**】
Androidは【**インストール**】
を押し、アプリをインストールします。

※設定によりパスワードを求められます。

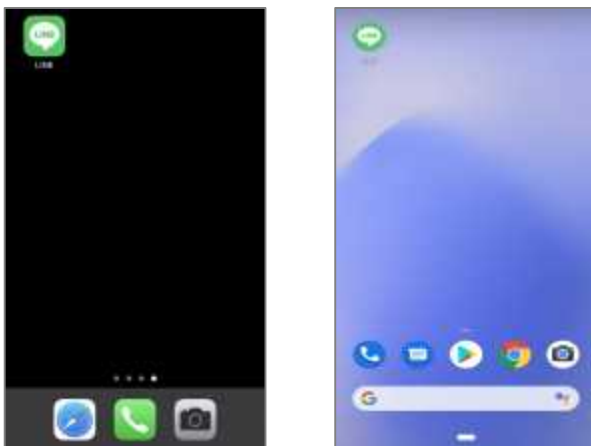
新しいアプリをインストールするときには
App Storeでは**Apple IDとパスワード**、Google Play ストアでは
Google アカウントとパスワードが必要です（iOSの場合、Face IDを
登録してあれば、顔認証でインストールが可能です）

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
ておくといいでしょう。



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。

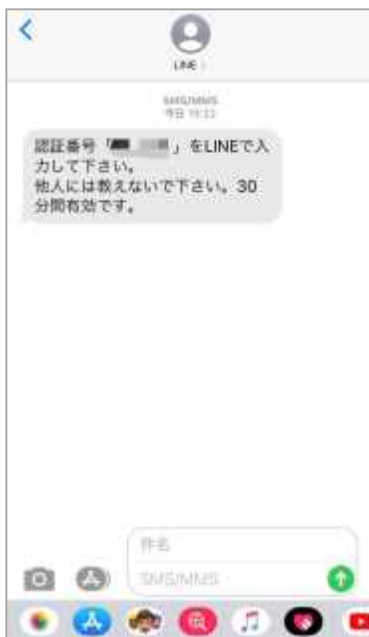


STEP 3 本人確認・認証①



左記のような表示が出ますので【送信】をタップします。

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**】を入力します。

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**】をタップします。

スマートフォンに不慣れな方の中には【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、➡️をタップします。

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文字以上で登録します。

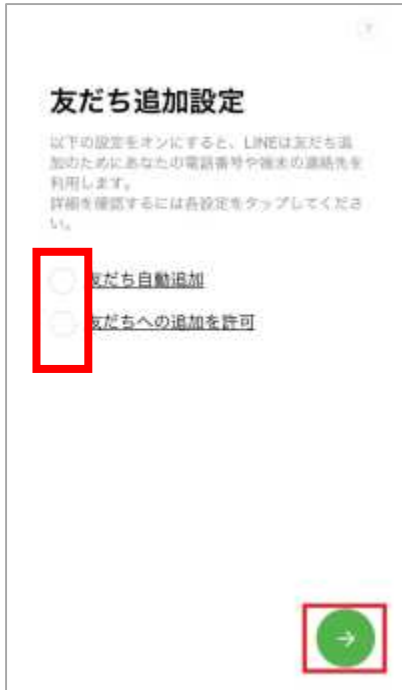
上段・下段双方に同じものを入力します。

入力後 ➡️ をタップします。

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。入力ミスをしたないように、ぜひ紹介しましょう。




STEP 5 友達の追加（自動）

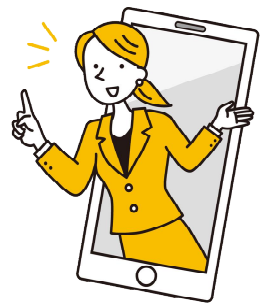


スマートフォンに保存されている連絡先と連携して、自動で友達の追加ができます。

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、 をタップします。

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



【同意する】を選択します。
※同意しないとLINEが
使えません。

STEP 7 サービス向上の情報利用②

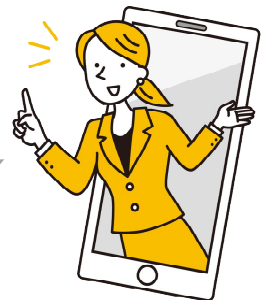


今回は【あとで】を選択します。

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。

設定は以上で終了です。

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。



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

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。

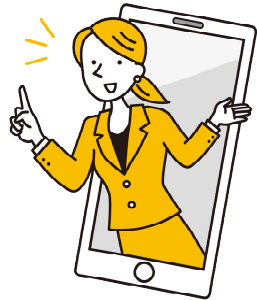
この機能は、連絡先の相手がLINEのアカウントを持っている場合に自動で友だち追加する機能です。



LINEを立ち上げて【ホーム】をタップします。

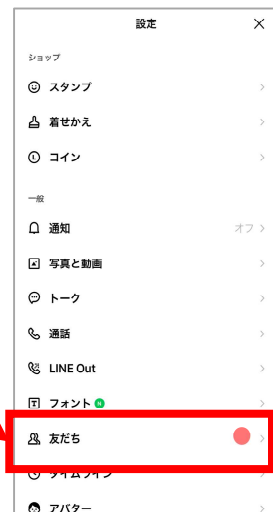


P43 STEP⑤でLINEを新規登録する際に、オフにした機能です。
【あとから行うことが可能】と伝えた事を、ここで説明しましょう。
また、自動追加を行うリスクを今一度確認しましょう。



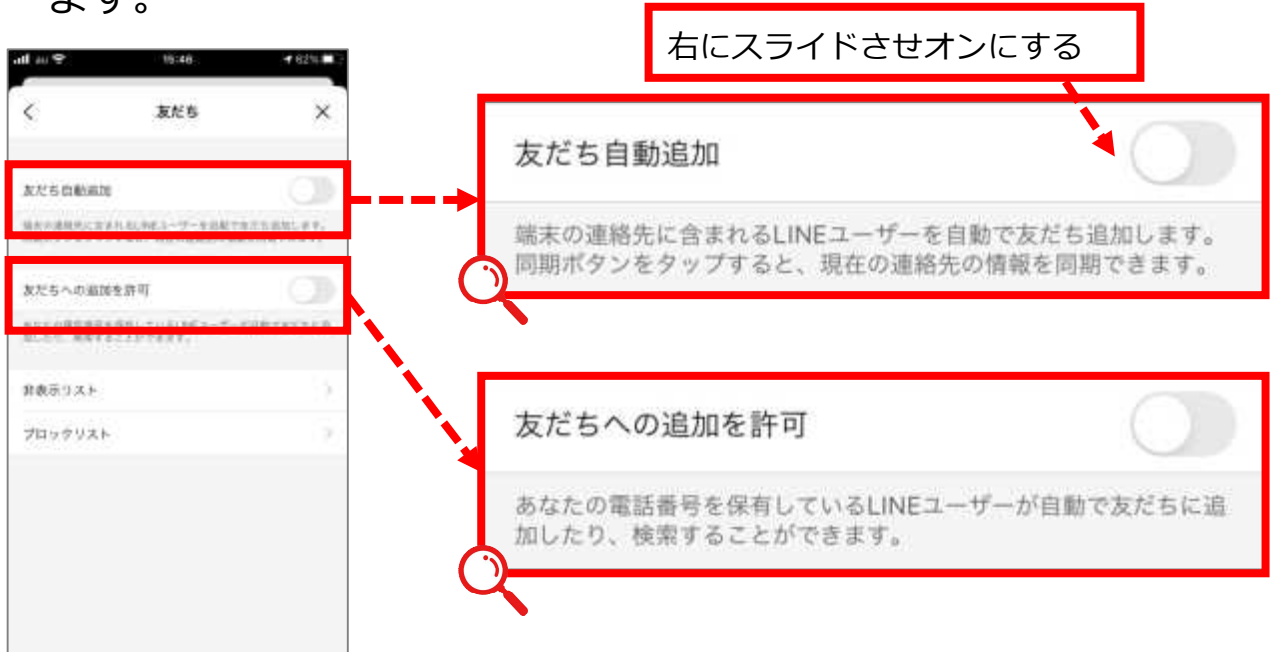
友だち・グループを追加する：自動追加②

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



友だち・グループを追加する：自動追加③

【友だち】を押し、【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。



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】の左上にある  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。



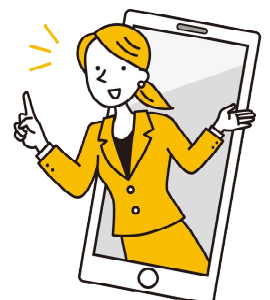
友だち・グループを追加する：QRコード②

<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、保存し後で送ることもできるこ
とを、補足するとよいでしょう。



友達・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】の左上にある  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。



友達・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。



友だち・グループを追加する：グループ①

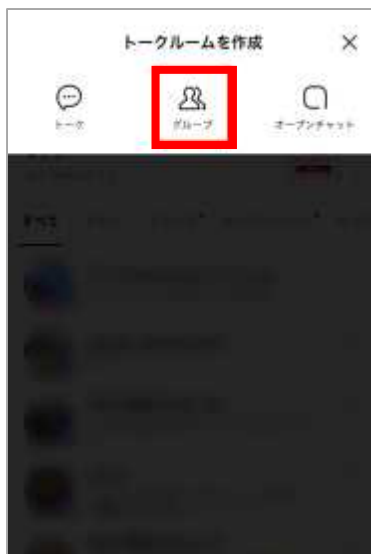
LINEで複数の友だちと同時に会話する時に便利なのが【グループ】です。家族とのグループや、友達や仕事仲間とのグループなど、様々な目的のグループを作ることができます。



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。



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。
【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。



友だちとトークする①

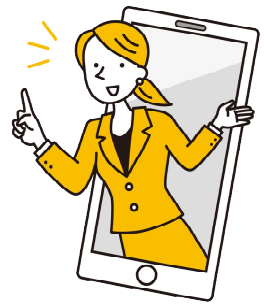
LINEで友だちと繋がったら、メッセージを送ってみましょう！



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。

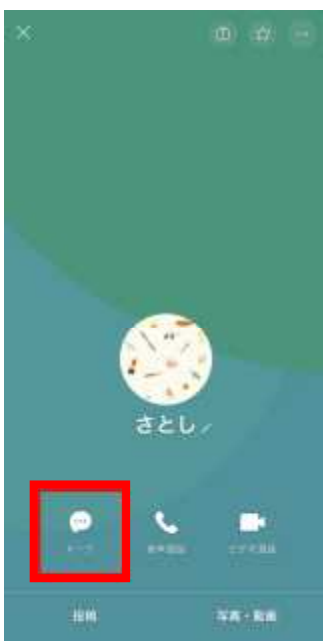
追加された友だちの名前は、追加された友だち自身が登録の際に決めた名前です。
必ずしも、本名やフルネームではないことがあると伝えましょう。

また、表示される名前は変更することも可能です。



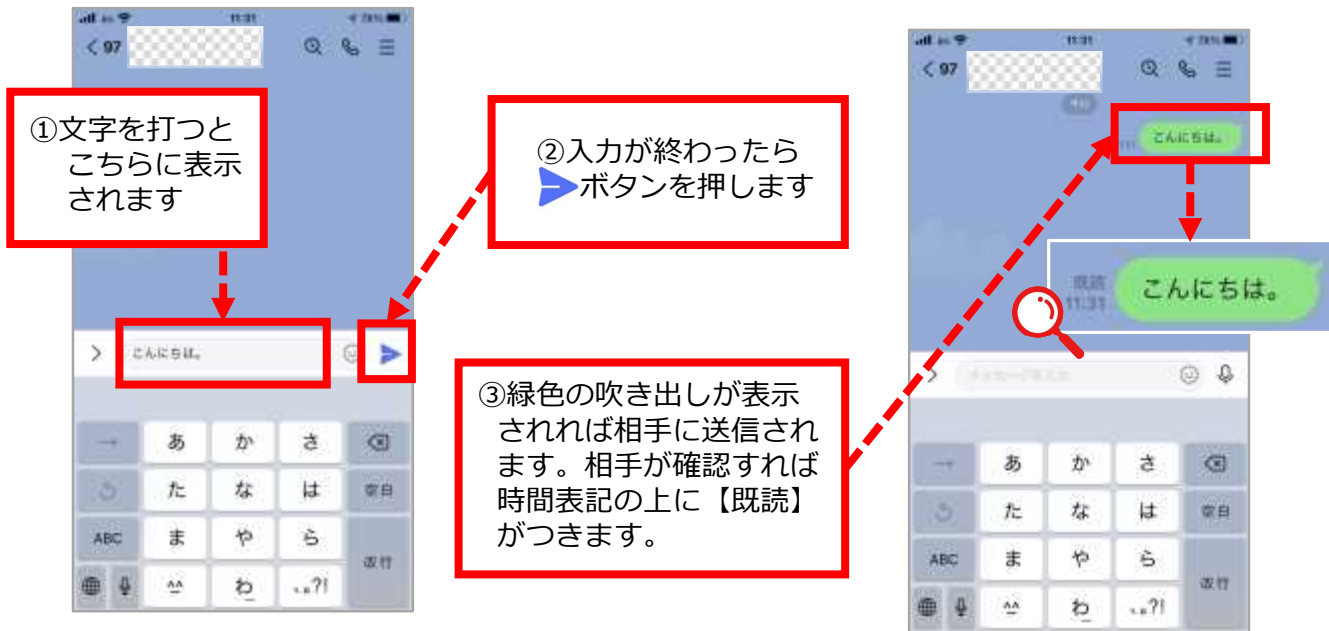
友だちとトークする②

【トーク】をタップします。
トーク画面下のメッセージ入力欄をタップします。



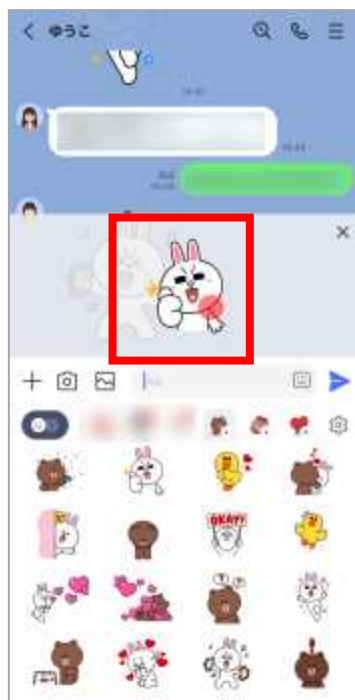
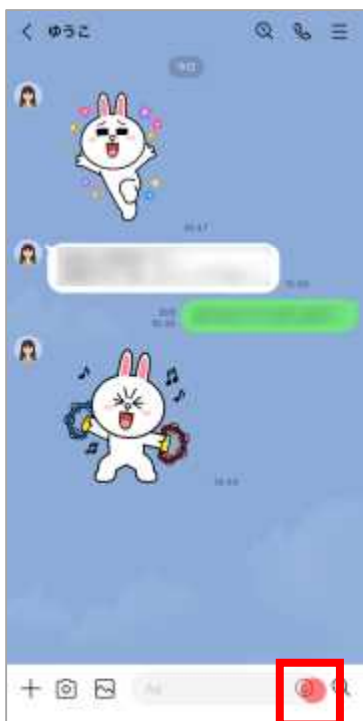
友だちとトークする③

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。

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が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。

LINEでの通信・通話での注意点③

1GBのデータ通信料で利用できる回数の目安

利用できる回数	
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

通話の開始①


<友だちリストからの通話>

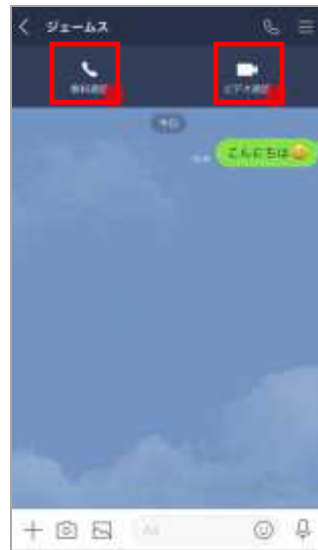
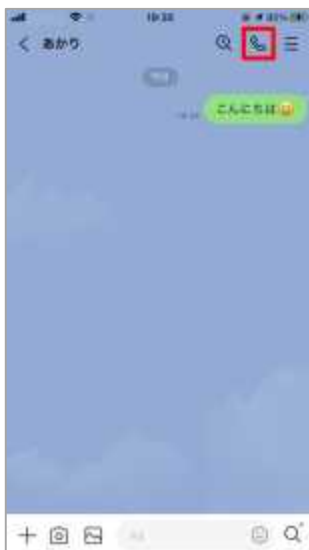
友だちリストで通話したい友だちをタップし、友だちの画面から【無料通話】もしくは【ビデオ通話】をタップします。



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。

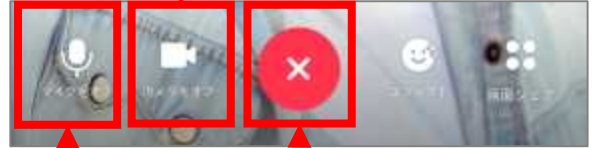


通話の開始③

<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。

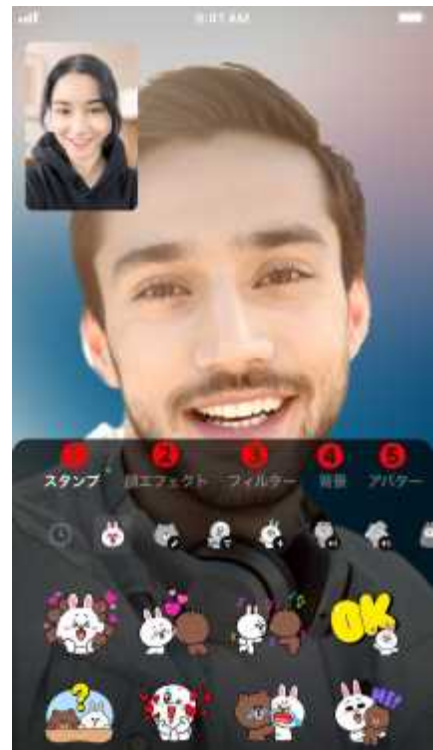
音声を切ることが出来ます。

通話の開始②

<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。



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の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は踏まず、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。

9 インターネット

インターネット検索 【iPhoneの場合】

- ①【safari】のアイコンをタップします。



- ②検索バーから検索したい内容を入力し検索を行います。



インターネット検索 【Android端末の場合】

- ①ホーム画面、【検索バー】をタップします。



- ②検索したい内容を入力し検索ボタンをタップします。




- ③検索内容が表示されます。



9 インターネット

ブックマーク 【iPhoneの場合】

良く見るページを登録できます。お気に入りとも言います。

- ①ブックマークしたいページを開き、画面下部部分の  を長押しします。



長押し

- ②【ブックマークの追加】を選択します。



- ③【保存】をタップします。




- ④safariを開くとお気に入りに追加されています。

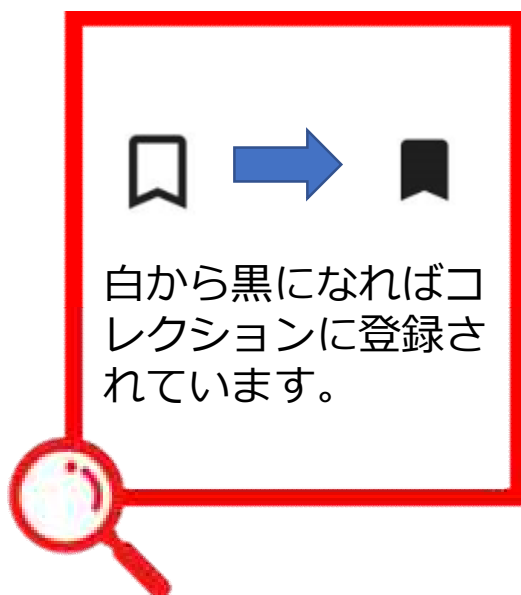


9 インターネット

ブックマーク 【Android端末の場合】

Android端末は機種により【お気に入り】【ブックマーク】【コレクション】等名前が異なります。

- ①ブックマークしたいページを開き、画面右上  をタップします。



- ②コレクションを見たい場合には、画面右下【コレクション】をタップします。



- ③見たい検索画面をタップします。



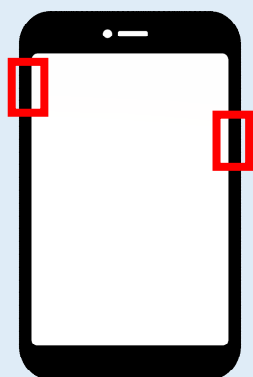
10 スクリーンショット

スクリーンショット 【iPhoneの場合】

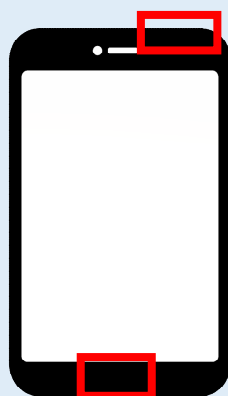
スクリーンショットとは、見ている画面を画像として保存する方法です。

機種によりスクリーンショットの方法が異なるため注意が必要です。

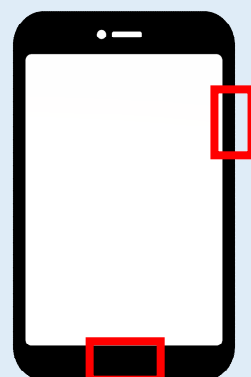
サイドボタンと音量を上げるボタンを同時に押します。



トップボタンとホームボタンを同時に押します。



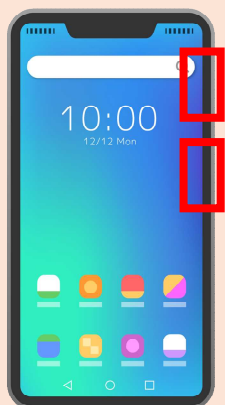
サイドボタンとホームボタンを同時に押します。



スクリーンショット 【Android端末の場合】

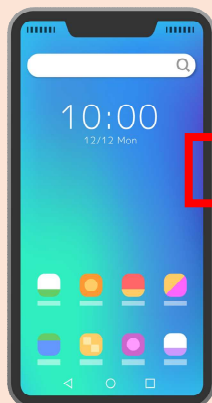
機種によりスクリーンショットの方法が異なるため注意が必要です。

電源ボタンと音量を下げるボタンを同時に押します。



機種によりボタンの配置が異なる為注意が必要です。

電源ボタンを長押しし、【スクリーンショット】をタッチします。



4章

アプリの紹介

1 天気予報アプリ

天気予報アプリ

天気予報アプリには様々な種類があります。天気予報だけでなく、雨雲レーダーやゲリラ豪雨予報、熱中症レベル等、様々な情報を知る事が出来ます。アプリによって特徴が異なるため、本人の知りたい事に合わせたアプリの選択が必要です。

iPhoneは元々搭載されているアプリがあります。Android端末は機種により搭載されている機種と、されていない機種があります。



天気予報アプリ

【iPhoneの場合】

①ホーム画面を右にスライドします。

②【気温・天気のア
プリ】が表示され
るのでタップしま
す。

③位置情報をオンにし
て現在地を反映させ
ます。現在地の天気
が表示されます。



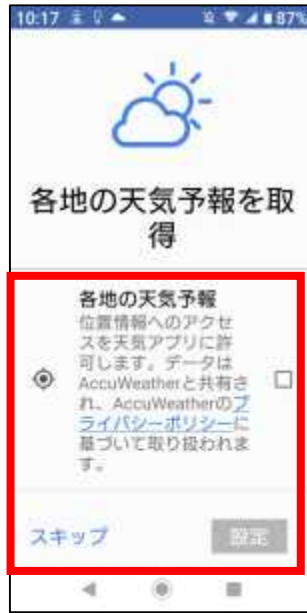
1 天気予報アプリ

天気予報アプリ 【Android端末の場合】

①ホーム画面より【天気アプリ】をタップします。



②【許可】をタップします。



③位置情報を許可すると現在地の天気が表示されます。



④天気が反映されます。

※詳しく見たい場合には、気温の部分
をタップすると明日以降の天気も表示
されます。



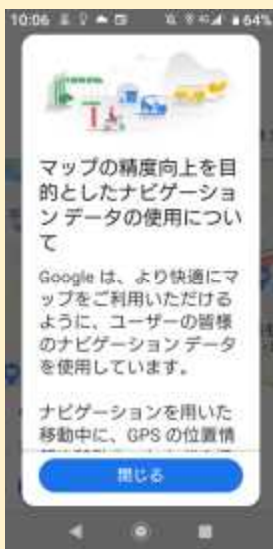
Android端末は機種により使用が異なります。天気アプリが入っていない場合にはインストールを行います。



2 地図アプリ

地図アプリ

外出時に電車や徒歩で移動するときに、スマホで使える地図アプリです。様々なアプリがあり、iPhoneであればアップル社の【マップ】Android端末では【Googleマップ】が搭載されています。今回はGoogleマップを紹介します。



初回利用時には説明が表示されます。説明を読み【OK】をタップします。



①ホーム画面より【地図】アプリをタップします。

②行きたい場所の名称または住所を入力します。

③【検索】をタップします。

④目的地が表示されるため【経路】をタップします。



2 地図アプリ

⑤現在地から目的地の経路が表示されます。

出発地と目的地を
入力できます。

【徒歩】【車】
【交通機関】【タ
クシー】【自転
車】を選択が出来
ます。

グレーの経路
をタップする
と経路が変更
できます。

現在地に戻り
ます。

【ナビ開始】を
タップすると、現
在地から目的地ま
での道順を表示し
ます。

メニューが表示さ
れます。



地図の種類や詳細
を選ぶことが出来
ます。



2 地図アプリ

公共交通機関の設定



車 1時間13分 公共交通機関 2時間13分 徒歩 18時間 タクシー 1時間12分 自転車 6時間

公共交通機関をタップします。



【出発・到着・最終時刻】
【移動手段】 【経路オプション】 の設定が出来ます。





希望する方法をタップすると
詳細な情報が出ます。




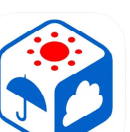


3 アプリの紹介

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る便利なアプリです。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。



3 アプリの紹介

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
	COCOA	Android iOS	無料	厚生労働省が公式提供する、新型コロナウイルス陽性登録した人との接触をお知らせするアプリです。利用者ご本人の同意を前提に、Bluetoothを利用して、お互いのプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができます。
	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。





<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く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
	マイナポイント	Android iOS	無料	【マイナポイント】は、キャッシュレス決済サービスとマイナンバーを紐付けることで、ポイント還元が受けられる、マイナポイント公式アプリです。2022年6月30日より健康保険証の利用登録、公金受取口座の登録での還元申請が開始されています。期限があるのでお早めに！
	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。
	新型コロナワクチン 接種証明書アプリ	Android iOS	無料	新型コロナワクチン接種証明書を公的に証明してくれる、デジタル証明書アプリです。紙の証明書を持ち歩かなくても、アプリでの発行ができるので非常に便利です。 注意：登録にはマイナンバーカードが必要です。
	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。

<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	radikoは、今いるエリアで放送しているラジオ局を聴くことの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。

5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。



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

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等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

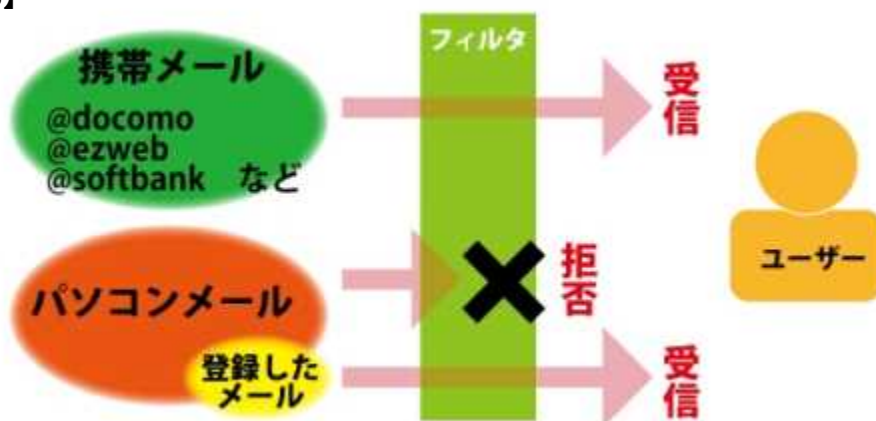
どのキャリアでも共通する対策（各キャリアの会員サイトで設定）

- 【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。

3 迷惑メールの対処法

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



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【ハンドブック】
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【ハンドブック】