

# スマート 使い方ハンドブック

超入門  
増補版

シニア向け

はじめに

## スマホ活用

スマホに触れてみよう

STEP  
1

## 文字入力

キーボード・音声で文字入力

STEP  
2

## インターネット検索

情報を見つける

STEP  
3

## QRコード

QRコードを読み取る

STEP  
4

## LINEアプリ

インストール/新規登録

STEP  
5

## LINE編 1

「友だち追加」

STEP  
6

## LINE編 2

写真送信/音声・ビデオ通話

NEW

## 市LINE公式アカウント活用編

①市の情報を入手 ②見守り通知



# はじめに



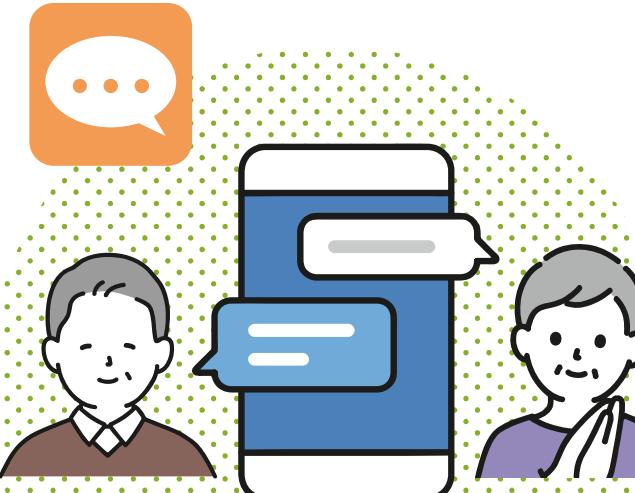
スマホの文字入力は  
音声が **スムーズ**！



「明日の天気は？」  
ネット検索が **便利**！

簡単！ 便利！ 楽しい！

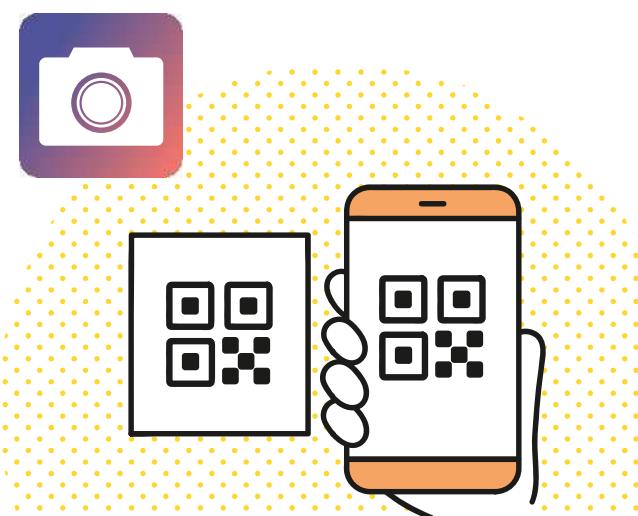
# スマホ活用



友人とメッセージで  
楽しく交流！



孫の成長を  
ビデオ通話で **実感**！



カメラをかざすだけ  
QRコードは **簡単**！

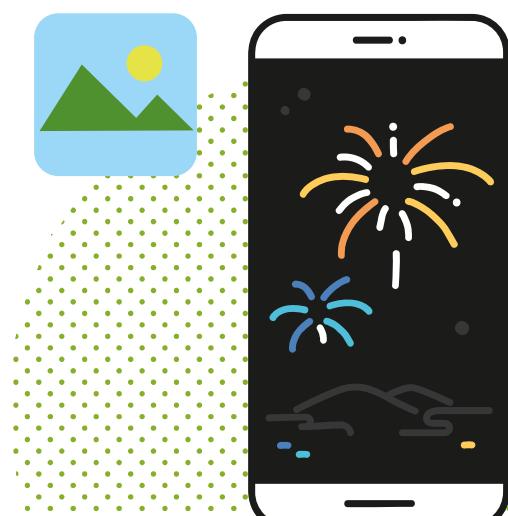


▲友だち追加 はこちら

岐阜市LINE公式アカウントを「友だち追加」していただくことで、自分が選んだ欲しい情報を受け取ることや、くらしに役立つ情報を簡単に調べることができます。ぜひご活用ください。



気象・災害の情報が  
スマホに届いて **安心**！



**感動**を写真で共有！

# 文字入力

## iPhone

リンゴのロゴマークが目印。



## STEP 1 アイフォーン 文字入力

**01 キーボードで文字(岐阜市)を入力してみましょう**

- 1 「Safari」アイコンをタップ
- 2 表示画面の検索ボックスをタップすると、キーボードが立ち上がる
- 3 ①「か」を2回タップ、②「ご」を1回タップ、③「は」を3回タップ、④「ふ」を2回タップ、⑤「さ」を2回タップ、「し」「ぎふし」と入力できる  
⑥表示された変換候補から「岐阜市」をタップ

タップ 指の腹の部分で、画面に  
トンと軽く触れ離す操作

## STEP 1

### 文字入力は、 スマホを使いこなす第一歩！

STEP1では、スマホの画面の下に表示されるキーボードで文字入力をしてみましょう。キーボードには、「かな」、「英字」、「数字」など複数の種類があり、入力したい文字に合わせて切り替えて使ってみましょう。また、キーボードでの入力が難しいと感じる人は、スマホに話しかけて、「声」で文字や句読点なども入力できる音声入力の機能がおすすめです。



### 巧妙化する「フィッシング詐欺」

フィッシング詐欺とは、送信者を偽ってメールなどを送りつけ、リンク先から偽のインターネットサイトへ誘導し、クレジットカード番号などの個人情報を盗み出す詐欺です。

#### トラブルにあわないために

- ①まずは疑ってかかる
- ②リンク先にアクセスしない
- ③個人情報は入力しない

## STEP 1

# iPhone

## 応用編

### 02 声で文字(岐阜市)を入力してみましょう

- 1 「Safari」アイコンをタップ
- 2 検索ボックス内のマイクのアイコンをタップ
- 3 ①スマホに向かって「岐阜市」と話しかける  
②「岐阜市」と自動で入力される



### キーボードの切り替え



#### かなキーボード

日本語入力に使用  
「ABC」をタップすると、英字キーボードに切り替わる

#### 英字キーボード

英字入力に使用  
「☆123」をタップすると、数字キーボードに切り替わる

#### 数字キーボード

数字入力に使用  
「あいう」をタップすると、かなキーボードに戻る

キーボード操作が  
苦手ならこちら！

# Android

## 応用編

### 02 声で文字(岐阜市)を入力してみましょう

- 1 「Chrome」アイコンをタップ
- 2 検索ボックス内のマイクのアイコンをタップ
- 3 ①スマホに向かって「岐阜市」と話しかける  
②「岐阜市」と自動で入力される



### キーボードの切り替え



#### かなキーボード

日本語入力に使用  
「あa1」をタップすると、英字キーボードに切り替わる

#### 英字キーボード

英字入力に使用  
「あa1」をタップすると、数字キーボードに切り替わる

#### 数字キーボード

数字入力に使用  
「あa1」をタップすると、かなキーボードに戻る

キーボード操作が  
苦手ならこちら！

※マイクが反応しない場合は設定を変更する必要があります。  
【手順】「設定」→「アプリ」→「>アプリをすべて表示」→「Gboard」→「権限/許可」→「マイク」→「アプリの使用中のみ許可」

## Android

ロゴマークは機種によりさまざま。



## STEP 1 アンドロイド 文字入力

**01 キーボードで文字(岐阜市)を入力してみましょう**

- 1 「Chrome」アイコンをタップ
- 2 表示画面の検索ボックスをタップすると、キーボードが立ち上がる
- 3 ①「か」を2回タップ、②「ご」を1回タップ、③「は」を3回タップ、④「ふ」を2回タップ、⑤「さ」を2回タップ、「し」「ぎふし」と入力できる  
⑥表示された変換候補から「岐阜市」をタップ

タップ 指の腹の部分で、画面に  
トンと軽く触れ離す操作

# インターネット検索

スマホで手軽に情報収集！

STEP 2

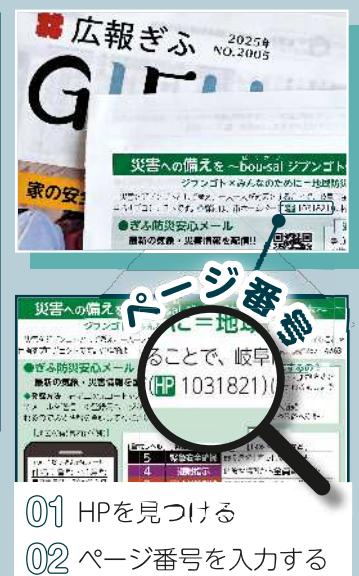
STEP2では、スマホに搭載されている「Safari」、「Chrome」を使ってインターネット検索で知りたい情報を見つけてみましょう。ここでは、市の情報が入手できる「市公式ホームページ」を見つける手順に加えて、「bou-sai ジブンゴト化プロジェクト」のページ番号(HP1031821)を入力して広報ぎふの内容をさらに詳しく知る手順を例にご紹介します。

STEP 2

～情報を見つけてみましょう～ インターネット検索

広報ぎふで詳しく  
知りたい記事があるとき

アイフォーン

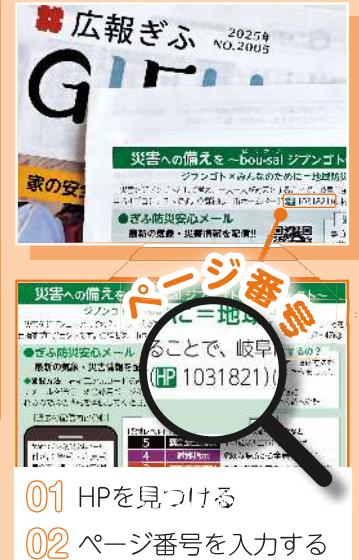


STEP 2

～情報を見つけてみましょう～ インターネット検索

広報ぎふで詳しく  
知りたい記事があるとき

アンドロイド



STEP 2

豆知識

「サポート詐欺」に注意～偽警告に慌てない～

サポート詐欺とは、スマホやパソコンでインターネットを閲覧中に、突然、警告画面を表示してユーザーの不安をあり、偽のサポートサービス窓口に電話をかけさせ、料金を支払わせるなどの詐欺です。

実在する事業者をかたった画面は、偽物と見分けがつきにくく、遠隔操作によってネットバンキングでの送金を指示される事例も発生しています。

突然、警告などが表示されても慌てて電話するのは絶対にやめましょう。

トラブルにあわないために

- 表示された番号に電話しない
- 見知らぬ人に情報を教えない
- 周りの人に相談する

STEP 2

iPhone

**02 ページ番号を入力して情報を見つけてみましょう**



Android

**02 ページ番号を入力して情報を見つけてみましょう**





## STEP 3

### スマホのカメラ機能で、簡単に情報を入手！

STEP3では、スマホのカメラ機能を利用して、情報を入手する「QRコードの読み取り」をしてみましょう。QRコードは、文字入力などが不要で、カメラで読み取ることで簡単に情報を入手できるため、さまざまな場面で活用されています。ここでは、市公式ホームページ「岐阜城天守閣」のページを表示させる手順を例にご紹介します。



### 「定期購入トラブル」に注意

インターネット通販で商品などを購入する際、①1回だけのお試しのつもりが定期購入になっていた、②いつでも解約可能と思い解約しようとしたら違約金を請求された、③解約したいのに電話がつながらないなどのトラブルが発生しています。「最終確認画面」などで内容、取引条件を必ず確認し、記録を残しましょう。

#### トラブルにあわないために

- 契約内容を十分確認する
- 解約条件や連絡手段をチェック
- 最終確認画面を記録・保存する

## STEP 3

### QRコードを読み取ってみましょう

#### アイフォーン

- カメラアイコンをタップし、カメラを起動
- カメラをQRコードに向け、画面内にコードを収める
- 画面に現れた遷移先をタップ



- 画面に現れた遷移先をタップ
- 「読み取りが成功したとき」
- 「岐阜城天守閣」の画面に切り替われば、成功！



## iPhone

### お好み設定

#### スマホの文字を大きく、見やすくしてみましょう

▼「設定」アイコン

- 「設定」をタップ
- 「画面表示と明るさ」をタップ
- 「テキストサイズを変更」をタップ
- 画面下部にあるスライダーを右に動かすと、文字が大きく見やすくなります

サイズ ▶ サイズ

## STEP 3

## STEP 3

### QRコードを読み取ってみましょう

#### アンドロイド

- カメラアイコンをタップし、カメラを起動
- カメラをQRコードに向け、画面内にコードを収める
- 画面に現れた遷移先をタップ



- 画面に現れた遷移先をタップ
- 「読み取りが成功したとき」
- 「岐阜城天守閣」の画面に切り替われば、成功！



## Android

### お好み設定

#### スマホの文字を大きく、見やすくしてみましょう

▼「設定」アイコン

- 「設定」をタップ
- 「ディスプレイとタップ」(ディスプレイ/画面設定)※をタップ
- 「表示サイズとテキスト」(文字サイズとフォントスタイル)※をタップ
- 「フォントサイズ」と「表示サイズ」の2つのスライダーを右に動かすと、文字やアイコンなどが大きく見やすくなります

サイズ ▶ サイズ

## STEP 3

# LINE アプリ

## STEP 4

### アプリで、 スマホをさらに便利に！

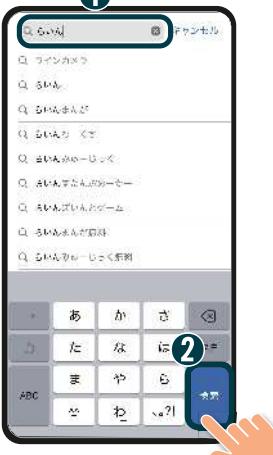
STEP4では、スマホで特定の機能やサービスを利用するためのソフトウェアであるアプリをインストール(入手)してみましょう。ここでは、コミュニケーションツールとして便利な「LINE(ライン)」アプリをインストールして、サービスを利用するためLINEの新規登録を行う手順を例にご紹介します。

## STEP 4 LINEアプリをインストール iPhone

- ①ホーム画面の「App Store」アイコンをタップ
- ②「検索」をタップ



- ①検索ボックスに「らいん」と入力
- ②「検索」をタップ



- ①「入手」をタップ
- ②「開く」をタップ

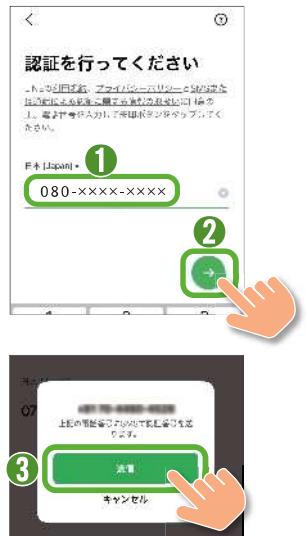


## STEP 4-2 LINEの新規登録 iPhone/Android

- ④「新規登録」をタップ



- ⑤①ご自身の電話番号を入力
- ②緑の矢印をタップ
- ③「送信」をタップ



- ⑥①ホーム画面の「メッセージ」アイコンをタップし、ショートメッセージを開く
- ②認証番号を確認



- ⑦①ホーム画面に戻り「LINE」アイコンをタップ
- ②認証番号を入力
- ③緑の矢印をタップ

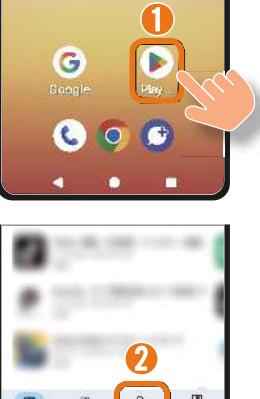


- ⑧①「アカウントを新規作成」をタップ
- ②名前を入力
- ③緑の矢印をタップ



## STEP 4 LINEアプリをインストール Android

- ①ホーム画面の「Playストア」アイコンをタップ
- ②「検索」をタップ



- ②①検索ボックスに「らいん」と入力
- ②「検索」をタップ



- ③①「インストール」をタップ
- ②「開く」をタップ

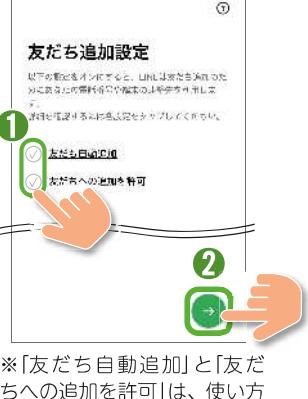


- ⑨①パスワード※(同じ内容)を2度入力
- ②緑の矢印をタップ



※パスワードは他人に知られないよう大切に保管しましょう。

- ⑩①①をタップして設定を解除※
- ②緑の矢印をタップ



この後、連絡先へのアクセスを求められる場合があります。

- ⑪年齢確認やサービス向上のための情報利用に関するお願いを確認のうえ回答
- ②年齢確認▶「あとで」をタップ
- ③情報利用▶「同意する」/「同意しない」を選択しタップ
- ④位置情報▶同意する項目は✓を残して「OK」をタップ



- ⑫新規アカウントの登録が完了！

- ⑬で入力した名前が表示され登録完了



※「友だち自動追加」と「友だちへの追加を許可」は、使い方に注意が必要なため、いったん設定を解除して進めます。

- ⑭サービス向上のための情報利用に関するお願い
- ⑤「OK」をタップ



この後、位置情報などの案内が表示される場合があります。



### 「SNSでのトラブル」に注意！

SNSは、情報を共有したり人とつながったりできる便利なツールです。しかし、使い方によっては詐欺やトラブルのきっかけになることもあります。SNSを安全に使うためには、「違う力」と「確認する習慣」が大切です。

#### トラブルにあわないために

- 誘い文句に注意！
- 他人のなりすましに注意！

- 簡単に儲かる、損はないは疑いましょう
- 偽の広告やサイトに注意！
- 公式ウェブサイトなどを確認しましょう

## STEP 4

# LINE 編 1

## STEP 5

### スマホで、 楽しくコミュニケーション！

STEP5では、スマホのカメラ機能でQRコードを読み取り、家族や友人とLINE(ライン)で「友だち」になってみましょう。ここでは、LINEの利用登録が完了した岐阜太郎さんと長良鮎子さんがお互いを「友だち追加」し、メッセージをやり取りする手順を例にご紹介します。

### 知って安心！ 豆知識

### もしもに備える「デジタル終活」

デジタル遺品※のトラブルを避けるために、家族が困らないよう記録を残す(共有する)ことが大切です。

※スマホなどのデジタル機器に保存されたデータやインターネットサービスのアカウントなど

### 簡単にできるデジタル終活

- 家族がスマホのロックを解除できるようにしておく  
そのまま数字は書かず、家族の合言葉で記録 例:「結婚記念日」
- サービス名、ID、パスワードを日頃から整理しておく  
エンディングノートなどを活用
- スマホなどのアカウントにアクセスできる人を指名しておく  
スマホのソフトウェア提供事業者のサービスを活用

## STEP 5 LINEの「友だち追加」をしてみましょう

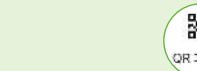
### 岐阜太郎さんの操作 1～12



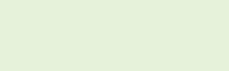
1 ホーム画面の「LINE」アイコンをタップ



2 LINEホーム画面右上の「友だち追加」をタップ

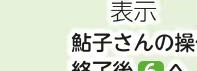


3 「QRコード」をタップ



4 「マイQRコード」をタップ

5 「マイQRコード」を表示  
鮎子さんの操作  
終了後 6へ

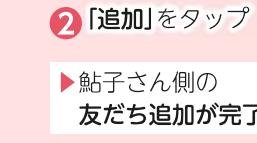


▶ 鮎子さんに読み取ってもらう

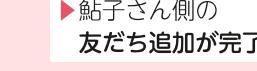


### 長良鮎子さんの操作 1～4

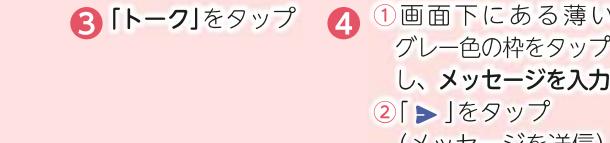
1 鮎子さんのスマホで、太郎さんが表示したQRコードを読み取る※



2 「追加」をタップ



3 「トーク」をタップ



4 ①画面下にある薄いグレー色の枠をタップし、メッセージを入力  
②「▶」をタップ  
(メッセージを送信)

6 LINEホーム画面の「トーク」をタップ



7 友だち追加したい相手の名前をタップ



8 「追加」をタップ  
▶ 太郎さん側の友だち追加が完了



9 画面下にある薄いグレー色の枠をタップ



10 ①メッセージを入力  
②「▶」をタップ  
(メッセージを送信)



11 メッセージが送信され、二人のやりとりが成功！



12 LINEホーム画面の友だちリストに相手の名前が表示されていることを確認



## STEP 5

# LINE 編 2

STEP 6

## スマホで、 楽しくコミュニケーション！

STEP6では、LINE(ライン)で「友だち」になった家族や友人とトークや通話で楽しくコミュニケーションをとってみましょう。ここでは、「友だち」に写真を送信する手順、音声・ビデオ通話で会話を楽しむ手順をご紹介します。

また、「知って安心！豆知識」では、大切な情報を守り第三者からの不正利用を防ぐため「安全なパスワード」作りに挑戦してみましょう。

## STEP 6 LINEの写真送信と、音声・ビデオ通話をしてみましょう

1 ホーム画面の「LINE」アイコンをタップ



2 ①LINEホーム画面左下の「ホーム」をタップ  
②友だちリストの「友だち」をタップ



3 友だちリストから、「送りたい相手」をタップ



4 「トーク」をタップ



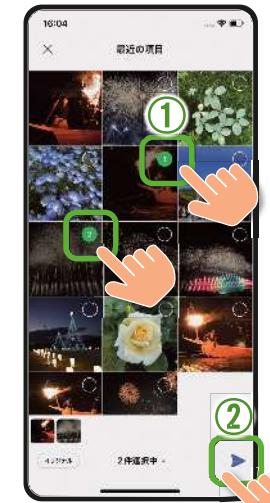
5 ①メッセージ入力欄横の「>」ボタンをタップ  
②「写真」をタップ



6 全画面で写真を一覧表示する「写真」をタップ



7 ①送信したい写真の右上の「O」をタップ  
②選択後「>」をタップ



8 選択した2枚の写真の送信が成功！



※この後、写真へのアクセスの許可を求められる場合があります。

知って安心！  
豆知識

## 安全なパスワード作り

パスワードは、短いと簡単に見破られる可能性があるため、なるべく複雑で長いものに設定しましょう。例えば、「鶴が好き」という自分だけのフレーズをローマ字で表記して、大文字(ABC)、小文字(abc)、数字(123)、記号(!?#)を組み合わせてみましょう。

例：ukaigasuki ➤ ukaiGAsuki!!05

最低10文字▶

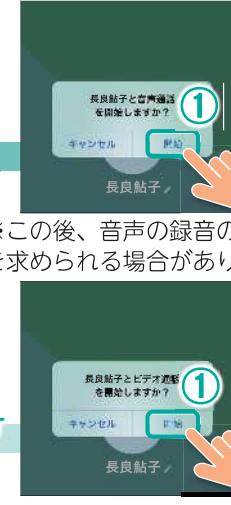
チェック項目	チェック
パスワードを使いまわしてはいませんか？	<input type="checkbox"/>
10文字以上の十分な長さになっていますか？	<input type="checkbox"/>
大文字、小文字、数字、記号を組み合わせていますか？	<input type="checkbox"/>
容易に推測できる情報が含まれていませんか？ (名前や生年月日など)	<input type="checkbox"/>

## iPhone/Android

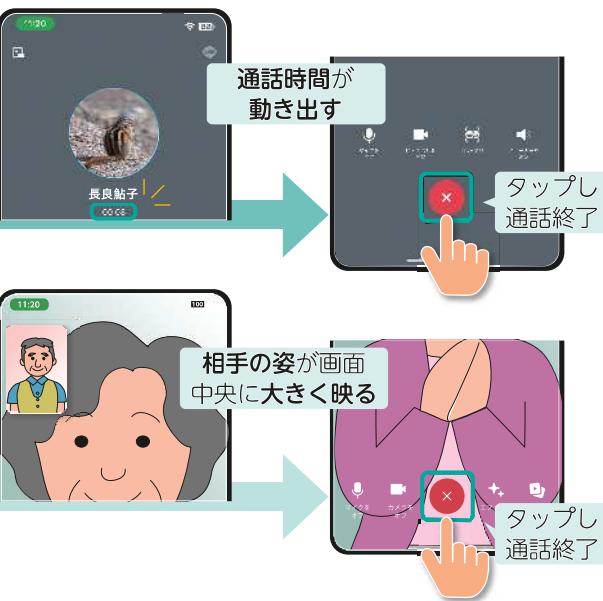
1 「音声通話」もしくは「ビデオ通話」をタップ



2 ①「開始」をタップし、発信  
②相手の応答を待つ



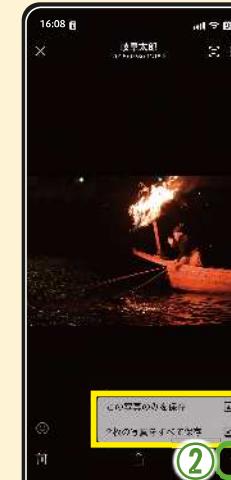
3 相手が応答すると通話がスタート  
終了するには画面下部の「×」をタップし通話が成功！



## 音声・ビデオ通話の方法

### ポイント

LINEのトークで送られてきた写真は、保存期間が過ぎると自動的に消去されてしまいます。  
大切な写真はスマホ内に保存しておきましょう。



①トーク画面内で、保存したい写真をタップ  
②右下の「上」ボタンをタップし、写真をスマホ内に保存  
※複数の写真がある場合  
▶何を保存するかを選択

STEP 6

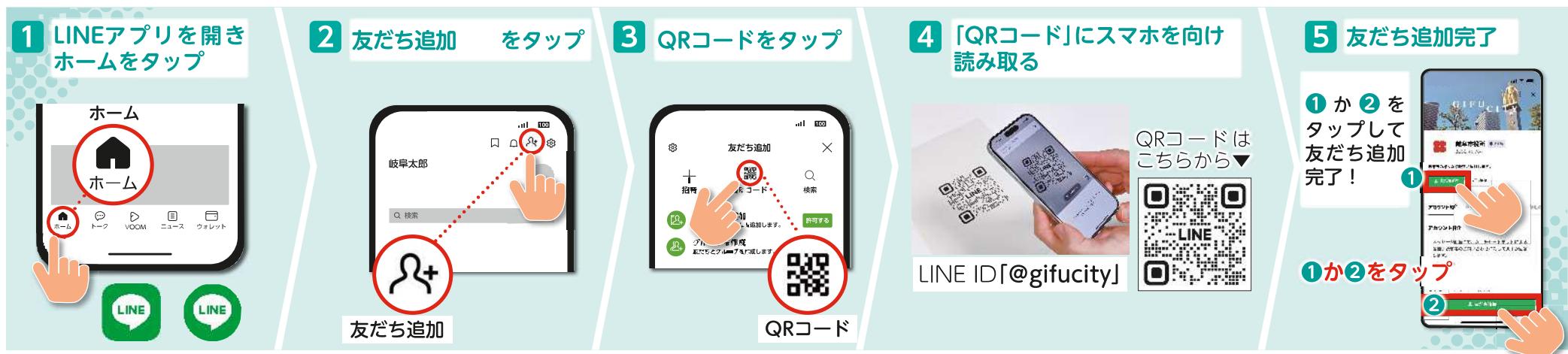
# 市 の 情報 を入手

## 活用編1

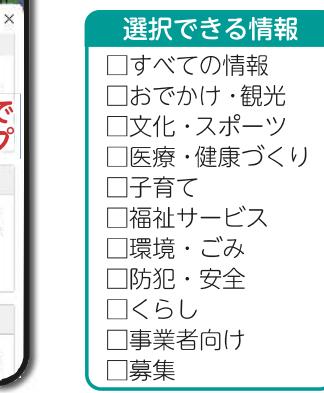
スマホに情報が届く！

活用編1では、市LINE公式アカウントを「友だち追加」して、自分が選んだ欲しい情報を受け取る設定をしてみましょう。

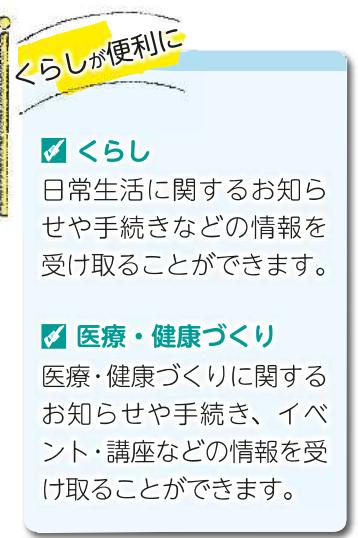
### 岐阜市LINE 公式アカウントを 友だち追加 しましょう！



11 性別、生まれた年、欲しい情報の順で選択  
【右画面の例】  
性別：男性  
生まれた年：  
1950年  
欲しい情報：  
医療・健康づくり



12 「送信」をタップして、設定完了！



※災害などの緊急情報は、設定の内容に関わらずお届けします。



# 見守り通知

## 活用編2

スマホで、安心！

活用編2では、市LINE公式アカウントを活用して、ひとり暮らしの高齢者などを見守ることができる「見守り通知サービス」の「見守られる人」と「見守る人」の利用登録手順をご紹介します。

### 見守られる人

ひとり暮らしの高齢者など



1日1回 自動で届く  
メッセージに回答



### 見守る人

高齢の家族と離れて暮らす人など



2回連続して回答がないと  
アラートで通知



### ① 認証番号と② 4桁の数字をメモして見守る人に伝えましょう

①  —

②

### 日々の見守り



# 超入門 スマートフォンの使い方 シニア向け

スマートフォンは、災害が起きた時などに「情報収集」や「連絡手段」としても活用できますが、使い慣れていない、使いこなせていないと感じている人も多いのではないでしょうか。

このハンドブックは、多くの人に多様な情報を届けするため、広報ぎふNo.2006(令和7年6月15日号)～No.2011(令和7年9月1日号)にて連載した「スマートフォンの使い方」特集などを編集した冊子の増補版です。

## LINEアンケートに ご協力ください

質問数  
最大  
**10問**

回答時間  
約  
**2分**



※市LINE公式アカウントの友だち追加が必要です。  
QRコード読み取り方法▶7、8ページ  
※回答者の個人情報が特定されることはありません。

※機種やOSのバージョン、設定などによって画面の表示内容が異なる場合があります。  
※記載の製品、アプリ、サービスなどは固有の商品名または商標です。

※QRコードは株式会社デンソーウエーブの登録商標です。

※国事業「デジタル活用支援推進事業」標準教材を元に岐阜市が編集しました。

企画/編集：岐阜市広報広聴課

058-214-2061

本書の無断転載、複製、複写を禁じます。

令和8年1月作成