

スマホの 使い方

ハンド
ブック

シニア向け

増補版

超入門

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



アイフォーン
iPhone



アンドロイド
Android

はじめに

まずは、スマホに触れてみよう！

スマホの使い方が「むずかしい」と思っているあなたへ。音声入力やQRコードの読み取り、LINE(ライン)でのコミュニケーションができれば、スマホがもっと便利に、楽しくなります！STEP1からSTEP6まで、具体的な操作手順をわかりやすくご紹介します。

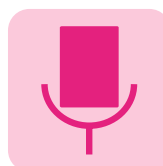
まずは、スマホに触れて、少しずつ慣れていきましょう。

簡単！ 便利！ 楽しい！

スマホ活用



はじめに



スマホの文字入力は
音声が**スムーズ**！



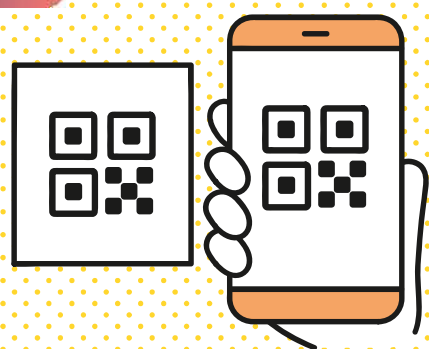
「明日の天気は？」
ネット検索が**便利**！



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**！



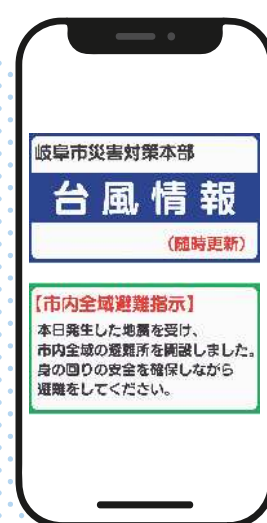
岐阜市LINE
公式アカウント

LINE ID
「@gifucity」



▲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

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。

豆知識

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。

実在する事業者名が表示されたメールでも、不安に思う点があればリンク先にアクセスしないようにしましょう。もし、詐欺が疑われる偽のサイトにアクセスしてしまった場合は、絶対に個人情報などを入力しないでください。

トラブルにあわないために

- ☑まず疑ってかかる
- ☑リンク先にアクセスしない
- ☑個人情報を入力しない

STEP 1



STEP 1 アイフォン 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「。」を1回タップ、③「は」を3回タップ、④「さ」を2回タップ、⑤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

iPhone

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

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

キーボード操作が苦手ならこちら！



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「。」を1回タップ、③「は」を3回タップ、④「さ」を2回タップ、⑤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

Android

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

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」→「アプリの使用のみ許可」

インターネット検索

STEP 2

スマホで手軽に情報収集！

STEP2では、スマホに搭載されている「Safari」^{サファリ}、「Chrome」^{クローム}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 ジブングト化プロジェクト」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の例にご紹介します。

知って安心！
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おり、偽のサポートサービス窓口で電話をかけさせ、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。

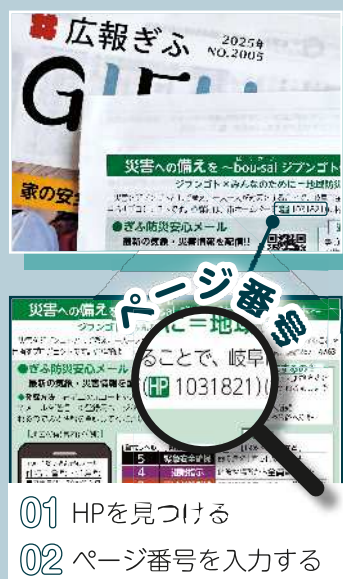
トラブルにあわないために

- ☑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

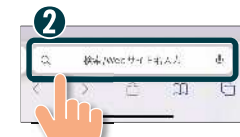
～情報を見つけてみましょう～ インターネット検索

広報ぎふで詳しく
知りたい記事があるとき



01 市公式ホームページを見つけてみましょう

- 1 「Safari」アイコンをタップ
2 画面下部の検索ボックスをタップ
- 2 「岐阜市 公式」と入力後、「開く」をタップ
2 検索結果「岐阜市公式ホームページ」をタップ
- 3 「岐阜市公式ホームページ」が表示される



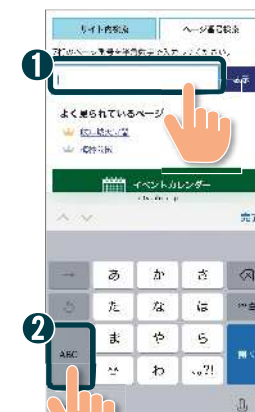
Q.「ひとつ前の画面に戻る」には？
A. 画面左下の<をタップ



iPhone

02 ページ番号を入力して情報を見つけてみましょう

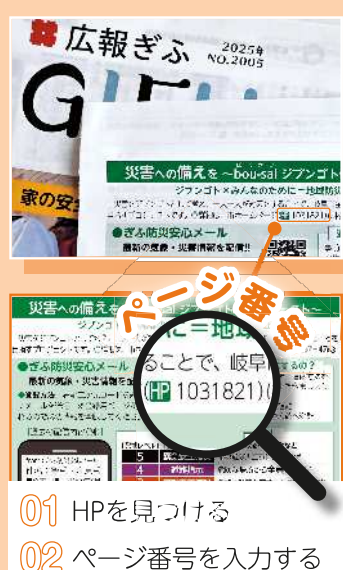
- 1 ①③の画面を下から上へ指でなぞると、画面が移動し「ページ番号検索」が表示される
2 「ページ番号検索」をタップ
- 2 ①検索ボックスをタップ
2 数字キーボードに切り替える
- 3 ① 広報ぎふ記載のページ番号「1031821」を入力
2 「表示」をタップ
- 4 該当のページが表示される



STEP 2

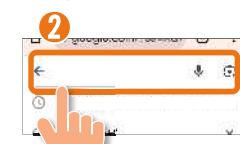
～情報を見つけてみましょう～ インターネット検索

広報ぎふで詳しく
知りたい記事があるとき



01 市公式ホームページを見つけてみましょう

- 1 「Chrome」アイコンをタップ
2 画面上部の検索ボックスをタップ
- 2 「岐阜市 公式」と入力後、「移動/ Q />」をタップ
2 検索結果「岐阜市公式ホームページ」をタップ
- 3 「岐阜市公式ホームページ」が表示される



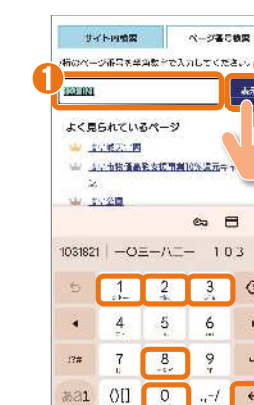
Q.「ひとつ前の画面に戻る」には？
A. 画面左下の◀をタップ



Android

02 ページ番号を入力して情報を見つけてみましょう

- 1 ①③の画面を下から上へ指でなぞると、画面が移動し「ページ番号検索」が表示される
2 「ページ番号検索」をタップ
- 2 ①検索ボックスをタップ
2 数字キーボードに切り替える
- 3 ① 広報ぎふ記載のページ番号「1031821」を入力し、「←」をタップ
2 「表示」をタップ
- 4 該当のページが表示される



QRコード

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によって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。

知って安心！
豆知識

「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繋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

1 カメラアイコンをタップし、カメラを起動



2 カメラをQRコードに向け、画面内にコードを収める



ポイント

1～2秒は動かさない
スマホを揺らさないように持ちましょう

3 画面に現れた遷移先をタップ



ポイント

「撮影」でなく「読み取り」
カメラのシャッターボタンは使いません

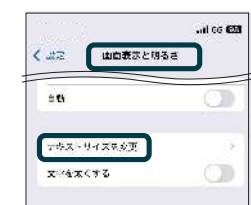
4 「岐阜城天守閣」の画面に切り替われば、成功！



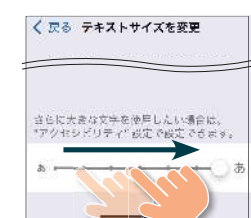
お好み設定

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



- 1 「設定」をタップ
- 2 「画面表示と明るさ」をタップ
- 3 「テキストサイズを変更」をタップ



- 4 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

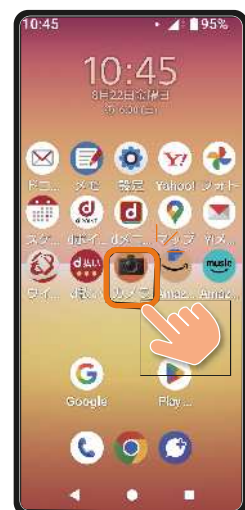
STEP 3

STEP 3

QRコードを読み取ってみましょう

アンドロイド

1 カメラアイコンをタップし、カメラを起動



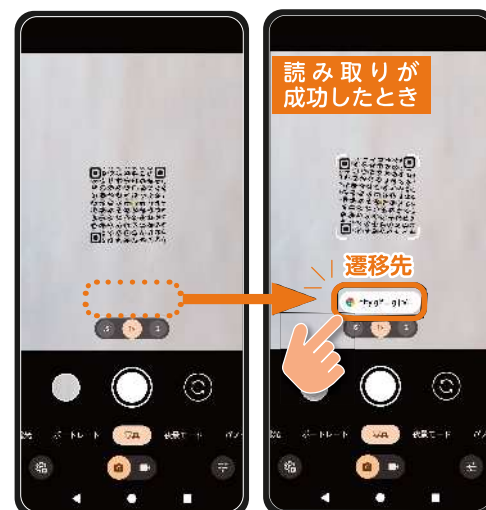
2 カメラをQRコードに向け、画面内にコードを収める



ポイント

1～2秒は動かさない
スマホを揺らさないように持ちましょう

3 画面に現れた遷移先をタップ



ポイント

「撮影」でなく「読み取り」
カメラのシャッターボタンは使いません

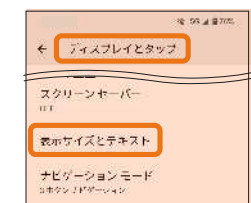
4 「岐阜城天守閣」の画面に切り替われば、成功！



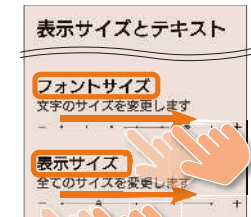
お好み設定

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



- 1 「設定」をタップ
- 2 「ディスプレイとタッチ」(ディスプレイ/画面設定) ※をタップ
- 3 「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



- 4 「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

※機種により表現が異なる場合があります

INE 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に**LINEの新規登録を行う手順**を例にご紹介します。

豆知識 安心！ 知って

「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、**【疑う力】と【確認する習慣】**が大切です。

トラブルにあわないために

- | | |
|--|--|
| <p>☑ 誘い文句に注意！
簡単に儲かる、損はしないは疑いましょう</p> <p>☑ 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</p> | <p>☑ 他人のなりすましに注意！
本当に信頼できる相手が確認しましょう</p> <p>☑ 一度立ち止まって判断を！
契約や振込の前に冷静に考えましょう</p> |
|--|--|

STEP 4 ライン 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 ラインの 新規登録 iPhone/Android

- 4 「新規登録」をタップ



- ⑤ ①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



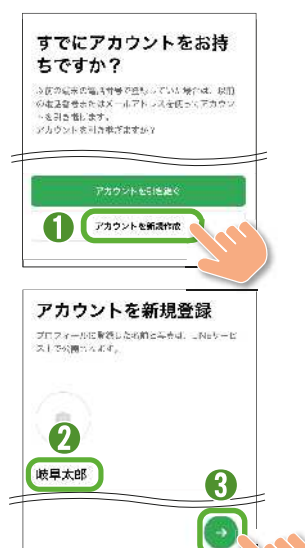
- 6 ① ホーム画面の「メッセージ」アイコンをタップし、ショートメッセージを開く
② 認証番号を確認



- 7 ① 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



- 8 ①「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 ライン **LINEアプリ**をインストール **Android**

- 1 ホーム画面の
「プレイストア」
アイコンをタップ
 - 2 1 検索ボックスに
「らいん」と入力
2 「Q」をタップ
 - 3 1 「インストール」を
タップ
2 「開く」をタップ



- 9 ①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。



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。

- 10 ①  をタップして設定を解除※
-   
- ② 緑の矢印をタップ

※「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。

- 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**
- ① 年齢確認 ▶ 「あとで」をタップ
- ② 情報利用 ▶ 「同意する」/「同意しない」を選択しタップ
- ③ 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！



L

INE 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」

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

デジタル遺品※のトラブルを避けるためには、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

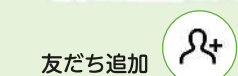
STEP 5 LINEの「友だち追加」をしてみましょう

岐阜太郎さんの操作 1～12

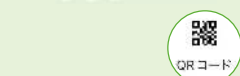
1 ホーム画面の「LINE」アイコンをタップ



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



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
鮎子さん側の友だち追加が完了

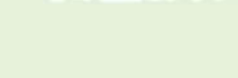
3 「トーク」をタップ

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)

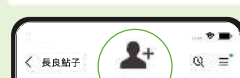
6 LINEホーム画面の「トーク」をタップ



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



ポイント！

相手のメッセージ
白枠で左側に表示



ポイント！

自分のメッセージ
緑枠で右側に表示



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いきましょう。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

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、「鶏飼が好き」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"/>

STEP 6 LINEの写真送信と、音声・ビデオ通話をしてみましょう

写真の送信方法

- 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「田」をタップ
- 6 全画面で写真を一覧表示する「田」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！

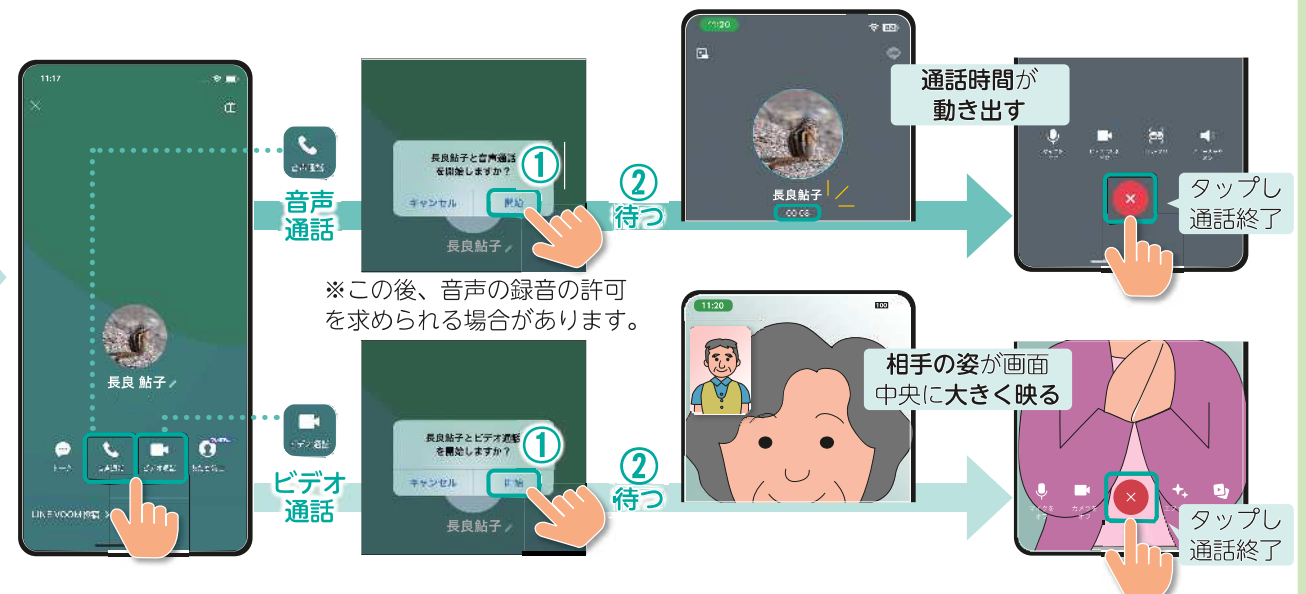


※この後、写真へのアクセスの許可を求められる場合があります。

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「X」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。



保存した写真は、「写真」アプリ(iPhone)や「フォト」アプリ(Android)で閲覧できます



②右下の「田」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

市の情報 を入手

スマホに情報が届く！

活用編1

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！

1 LINEアプリを開き
ホームをタップ

2 友だち追加
をタップ

3 QRコードをタップ

4 「QRコード」にスマホを向け
読み取る

LINE ID「@gifucity」

5 友だち追加完了

1 か 2 を
タップして
友だち追加
完了！

1 か 2 をタップ

6 「トーク」
をタップ

7 「受信設定画面」
をタップ

友だち追加済の人は
ここから

受信設定をタップ

トーク画面下部に表示される基本メニューの左上「受信設定」をタップ

8 「岐阜市内」、
「岐阜市外（岐阜県内）」、
「岐阜県外」
から居住地を選択

9 「入力フォー
ムを開く」を
タップ

10 注意事項な
どを確認の
上、「許可す
る」をタップ

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！

選択できる情報

- ☐ すべての情報
- ☐ おでかけ・観光
- ☐ 文化・スポーツ
- ☐ 医療・健康づくり
- ☐ 子育て
- ☐ 福祉サービス
- ☐ 環境・ごみ
- ☐ 防犯・安全
- ☐ 暮らし
- ☐ 事業者向け
- ☐ 募集

※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。

設定完了の
メッセージ

くらしが便利に

日常生活に関するお知らせや手続きなどの情報を受け取ることができます。

医療・健康づくり

医療・健康づくりに関するお知らせや手続き、イベント・講座などの情報を受け取ることができます。

最新情報が自動で届く！

超入門 スマホの使い方 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のでしょうか。

このハンドブックは、多くの人に多様な情報をお届けするため、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「スマホの使い方」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



※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㈱デンソーウェ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