電子機器の画面

中程度の精度で自動的に生成された説明**【D講座】（全4回）**

**★スマホ初心者のためのアプリ入門講座**

（スマホのアプリを日常生活に活用してみる）

［参考テキスト：スマホの便利技150／宝島社発行］

1. **健康管理に役立つアプリの使い方／講座日7/16(土)**
2. 歩数計アプリ【105】
3. 目覚まし時計アプリ【106】
4. お薬手帳アプリ【141】
5. 健康管理アプリ
6. 接種証明書アプリ
7. その他の健康管理に役立つアプリ
8. **お出かけ時に役立つアプリの使い方／講座日7/23(土)**
9. 地図アプリ【089-092】
10. ボイスレコーダーアプリ【107】
11. 天気予報アプリ
12. 乗換案内アプリ
13. カレンダーアプリ
14. **買い物に役立つアプリの使い方／講座日7/30(土)**
15. 家計簿アプリ【137】
16. ショッピングアプリ【142】
17. フリマアプリ【143】
18. 決済アプリ【146】
19. リマインダーアプリ【149】
20. **ネット交流できるSNSアプリの使い方／講座日8/6(土)**
21. SNSとは
22. SNSの種類と特徴
23. SNSを使うときの注意点
24. SNSの便利技【108-135】

アプリのインストールは内容を確認の上、自己責任において実施してください。

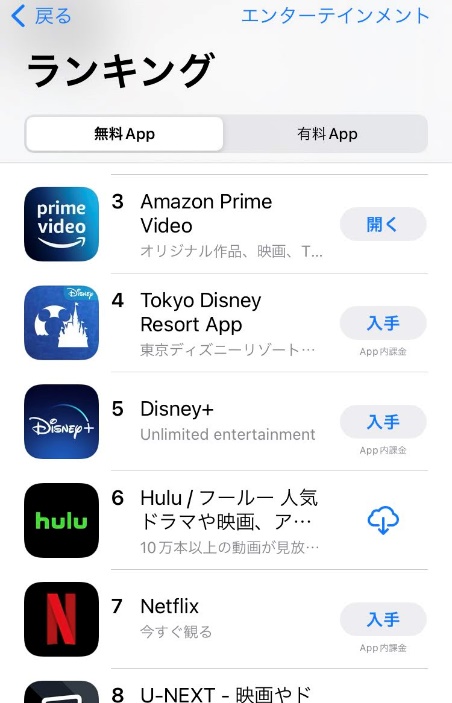
**D-1．追加資料①**

【p.64】アプリをスマホにインストールする方法

**◎アプリストアの見方とアプリの選び方**

【iPhone「App Store」の場合】

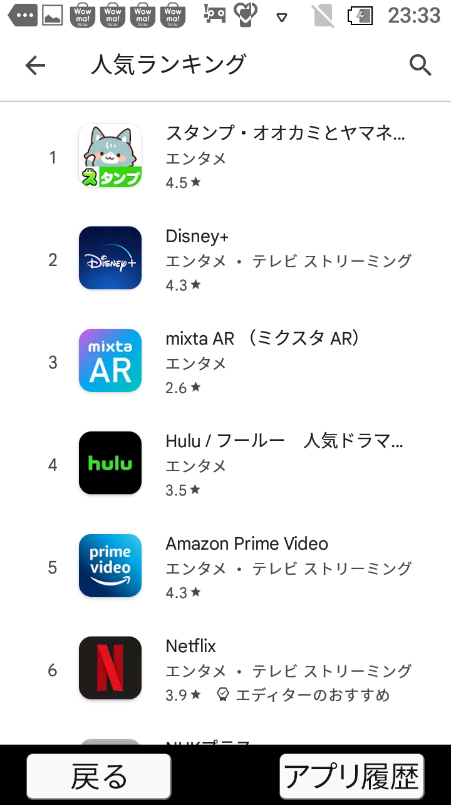
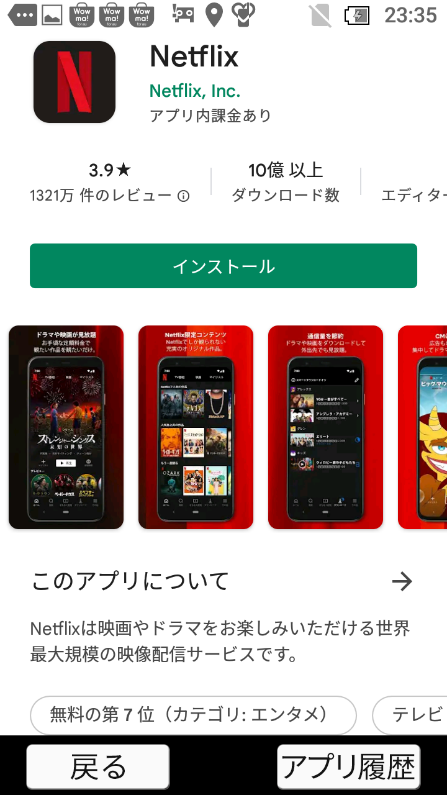


****



****

【Android「Play ストア」の場合】



1. **健康管理に役立つアプリの紹介／講座日2022/7/16(土)**
2. 歩数計アプリ【105】
3. 目覚まし時計アプリ【106】
4. お薬手帳アプリ【141】
5. 健康管理アプリ
6. 接種証明書アプリ
7. その他の健康管理に役立つアプリ
8. **「歩数計」アプリ**

【105】スマホを歩数計として活用する

『ヘルスケア』の歩数計は、歩数が更新表示されるのに数分かかる。

1. **「目覚まし時計」アプリ**

【106】スマホを目覚し時計として使う

「スヌーズ」とは、アラームを一旦止めても、

その後一定時間ごとに何度も鳴らす機能。

◉使用例：薬を飲む時間のアラーム設定

1. **「お薬手帳」アプリ**

【141】服用中の薬を登録する

※『EPARK（イーパーク）お薬手帳』は、無料会員登録が必要です。

・病院や薬局の検索・予約

・血圧や体温など日々の記録管理

・予防接種やワクチン接種記録管理など

1. **「健康管理」アプリ**

◎アプリの種類

◉『Appleヘルスケア』（iPhone）

　・歩数計

　・身長・体重の記録

　・睡眠（Apple Watchで睡眠時間を記録）

◉『Google Fit』（iPhone／Android）

　・Appleヘルスケアと連携

・心拍数（カメラで測定し記録）

・呼吸数（カメラで測定し記録）

◎総合的な健康管理

◉「血圧」記録

◉「血糖値」記録

◉「体温」記録

◉「体重」記録

◉「睡眠」管理（睡眠の質を計測）

1. **「文字が書かれている

   中程度の精度で自動的に生成された説明接種証明書」アプリ**

◎新型コロナワクチン接種証明書アプリ（デジタル庁）

※新型コロナワクチン接種証明書とは、

日本の予防接種法に基づいて各市町村で実施された、

新型コロナワクチン接種の事実を公的に証明するものです。

※アプリでの接種証明書の取得には、マイナンバーカードが必要です。

1. **その他の健康管理に役立つアプリ**

◎「ヘルスケア」「健康」のカテゴリで検索

　◉おすすめApp（アプリ）

　◉無料App（アプリ）

　◉有料App（アプリ）

※【追加資料①】アプリストアの見方とアプリの選び方をご参考ください。

1. **お出かけ時に役立つアプリの使い方／講座日2022/7/23(土)**
2. 地図アプリ【089-092】
3. ボイスレコーダーアプリ【107】
4. 天気予報アプリ
5. 乗換案内アプリ
6. カレンダーアプリ
7. **「地図」アプリ**

**◎Googleマップ**

【089】現在地周辺のおすすめ飲食店を探す

【090】目的地までの徒歩経路を調べる

【091】車に乗る前に渋滞状況を調べておく

【092】車での移動は音声付でガイドしてもらう

1. **「ボイスレコーダー」アプリ**

　　　【107】会議記録やとっさのメモに便利なボイスレコーダー

1. **「天気予報」アプリ**

◎**ウェザーニュース**（無料App／天気#1）

　　　・雨雲や台風の動きがわかる気象予報アプリ

◎**Yahoo!天気**（無料App／天気#2）

　　　・雨雲や台風の接近がわかる気象予報アプリ

1. **「乗換案内」アプリ**

　　　◎**Yahoo!乗換案内**（無料App／ナビゲーション#2）

　　　・電車遅延の情報も通知する乗換ナビ

◎**NAVITIME**（無料App／ナビゲーション#3）

　　　・乗換案内と地図が1つになった総合ナビ

◎**にしてつバスナビ**（無料App／ナビゲーション#38）

　　　・「のるところ」と「おりるところ」を選ぶだけで、

　　　　バスの時刻・運賃・到着時間をすぐに調べることができるアプリ

1. **「カレンダー」アプリ**

◎**Google カレンダー**（無料App／仕事効率化#10）

　　　・仕事用、個人用のカレンダーをスマートに管理できます

1. **買い物に役立つアプリの使い方／講座日2022/7/30(土)**
2. 家計簿アプリ【137】
3. ショッピングアプリ【142】
4. フリマアプリ【143】
5. 決済アプリ【146】
6. リマインダーアプリ【149】
7. **「家計簿」アプリ**

【137】家計管理をスマホでする

1. **「ショッピング」アプリ**

【142】水や米など重たいものはスマホで購入

1. **「フリマ」アプリ**

【143】押し入れに眠る不用品はフリマアプリで処分

1. **「決済」アプリ**

【146】スマホ画面に表示したコードで支払う

「PayPay」と「しめPay」は

連携していません。

ご注意ください。

志免町プレミアム付

電子商品券の購入には

「しめPay」アプリの

インストールが必要です。

詳細は、志免町および

志免町商工会から案内。

◎**PayPay**アプリをダウンロード

QR コード

自動的に生成された説明QR コード

自動的に生成された説明【iPhone用】　　　　　　　　　　【Android用】

　◎**しめPay**（志免町プレミアム付【電子商品券】）

　　※令和4年9月5日～申込開始予定

1. **「リマインダー」アプリ**

【149】重要なタスクをスマホに通知させる

1. **ネット交流できるSNSアプリの使い方／講座日2022/8/6(土)**
2. SNSとは
3. SNSの種類と特徴
4. SNSを使うときの注意点
5. SNSの便利技【108-135】
6. アイコン

   自動的に生成された説明**SNSとは**

◎SNSとは、ソーシャルネットワーキングサービスの略

　◉ソーシャル…社会的な

　◉ネットワーキング…つながり

◎インターネット上のコミュニティサイト（会員制）

　◉登録された利用者同士が交流できる（登録無料）

◎自分のホームページを作成

　◉個人のプロフィールや写真など掲載できる

モニター画面に映る文字

自動的に生成された説明◎SNSアプリを無料で使える理由

　◉企業からの広告収入がある

　◉会員からの課金売上がある

　　・有料アイテムの販売

　　・広告を非表示にする有料サービス

1. **SNSの種類と特徴**

◎代表的なSNSとユーザー分布

**LINE**

(ライン）

**Twitter**

(ツイッター）

**Instagram**

(インスタグラム)

**Facebook**

(フェイスブック）

(ライン）

Twitter

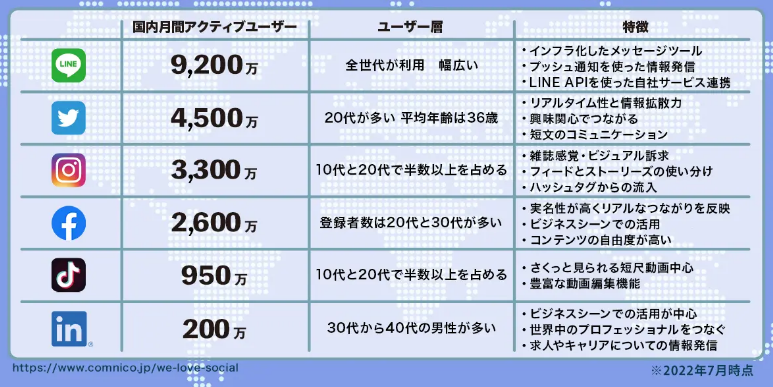
(ツイッター）

Instagram

(インスタグラム)

Facebook

(フェイスブック）



参考資料：【2022年7月版】人気ソーシャルメディアのユーザー数まとめ

<https://www.comnico.jp/we-love-social/sns-users>

グラフ, 棒グラフ

自動的に生成された説明

グラフ, テーブル

中程度の精度で自動的に生成された説明◎SNSを利用する理由

参考資料：ICT総研「2020年度 SNS利用動向に関する調査」

<https://ictr.co.jp/report/20200729.html/>

◎SNSの特徴

グラフィカル ユーザー インターフェイス

中程度の精度で自動的に生成された説明　◉投稿内容…写真、動画、文章

　◉公開の範囲…公開、非公開、限定公開

　◉氏名の表記…実名、匿名

　◉タグ付け…話題の分類、#（ハッシュタグ）

　◉投稿拡散…話題の共有、シェア機能

1. **SNSを使うときの注意点**

**円

中程度の精度で自動的に生成された説明**◎SNSでユーザーから嫌われやすい投稿

　✕誹謗中傷

　✕他人のプライバシーに関わる投稿

✕政治・宗教的なもの

✕自分都合の投稿

✕ネガティブな投稿

1. **SNSの便利技**

【108-119】LINE（ライン）の便利技

【120-124】Instagram（インスタグラム）の便利技

【125-131】Twitter（ツイッター）の便利技

【132-135】Facebook（フェイスブック）の便利技