

スマホデビュー、ここが心配！よくある質問

Q どんな機種やプランを選んだらいいのかわかりません…

A 初めてのスマホは、家族やお友達など、身近な人と同じ事業者、同じ機種を選ぶこと、また、購入時にお店に同行してもらうことをおすすめします。

★総務省では自分に合った料金プランの選び方について情報提供しています。

[携帯電話ポータルサイト](#) [検索](#)

Q 私に使いこなせるかどうか不安です…

A 不要な機能は外すなど、自分の日頃の使い方に合わせた設定が可能です。分からないこと、不安なことは、購入したお店で気軽に相談できます。

★都内各地でスマホの相談会や体験教室を開催しています。

最寄りの自治体にお問い合わせください。

Q 詐欺や情報漏洩が心配です…

A 怪しいメールはとにかく「無視」。不審なホームページを不用意に開かないことが大切です。知らない番号からの電話にも出ないようにしましょう。万が一スマホを紛失しても、追跡検索できるサービスがあります。

スマホは、暮らしの「安心」にも役立ちます！

台風や大雨の予報など、
防災に役立つ
最新情報が
確認できます。

お住まいの
自治体から、
災害・緊急情報などが
速報で届きます。

スマホの稼働状況で
安否を確認する
見守りサービスも
あります。

アンケートにご協力ください

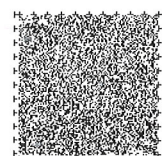
アンケート実施期間：2022年3月末まで

60、70、80代の方へ…このリーフレットの感想などをぜひお聞かせください。

参加
方法



二次元バーコード読みとりアプリ
やカメラ機能を起動し、右図にレ
ンズをかざすと、アンケート画面
を開けます。
ガラケーの方は「バーコードリー
ダー」で読みとりいただけます。



事業者・団体の
みなさまへ

ただいまこのリーフレットデータ（AI、PDF、JPG）を
無料提供中です。
編集や増刷も可能ですのでどうぞご活用ください！
※提供期間：2022年3月末まで

詳しくは
こちらから！



60・70・80代からはじめる

スマホの すすめ



どちらとも
いえない

やや
そう思う
26.8
%

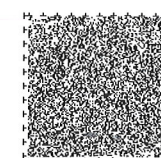
そう思う
60.0
%

スマートフォンに替えて良かったと思いますか？
※民間企業調べ
(2018年7月調査/60歳～75歳のスマートフォン所有者250名へのWEBアンケート回答)

60-75歳のスマートフォン※を
持つ方の多くが「切り替えて
よかった!」と回答。

同世代の方も、スマートフォンライフを
楽しんでいるようです。

※スマートフォン(スマホ)とは、通話以外にも様々な機能をもつ携帯電話です。



今から始めるスマホ、 身近なところで役立ちます！



＼ スマホに替えて本当に良かった！ / スマホデビューしたみなさんの

声

60代からスマホを使い始めたみなさんに聞きました！
「スマホのある暮らし」ってどうですか？

私たち世代にも便利なスマホ。
一度使ったら手放せません！



スマホのある暮らしって こんなに便利で快適！

1 写真＆動画撮影が簡単にできます

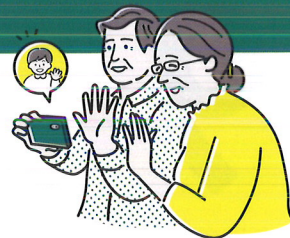
いつでもどこでもボタン一つでスマホがカメラに変身。誰でも簡単にキレイな写真や動画を撮影できます。



▶ 写真で綴る日常の記録や思い出づくりに。
動画撮影を始めてみたい方にもおすすめ。

2 お友達や家族と気軽に交流できます

無料通話やビデオ通話、グループでの掲示板など、スマホには、人と気軽にコミュニケーションできる機能がいっぱいです。



▶ 離れて暮らす家族がぐっと身近に。
お友達との会話やサークル仲間との連絡にも便利。

3 日々の健康管理にも便利です

食事、ウォーキング、血圧など、毎日の記録にスマホの機能を活用すれば、健康維持や管理が今よりもっと楽に。



▶ 元気な毎日を送るための習慣づくりに。

他にも…

- 気になるお店のメニューを調べたり、口コミで人気のお店を探したりできます。
- 地図機能は、目的地までの道順や交通手段も教えてくれます。
- いつでも最新のニュースをチェックできます。文字の拡大もできます。
- 各種申請や手続きなど、スマホを活用した行政サービスも拡充しています。

スマホは何歳からでも始められます！

「娘にすすめられて」「携帯を換えようと思ったから」「新しい機種がなかったから」「新しい物好きなので」と、理由やきっかけは様々ですが、「スマホに替えてよかった！」と声を揃えるみなさん。操作に慣れるまではやや悪戦苦闘したもの、今では

はそれぞれ自分らしい使い方をを見つけ、スマホライフを楽しんでいるそうです。スマホは、電話やメール機能はもちろん、健康管理や、災害時などのいざという時にも役立つ優れモノ。便利で快適、安心な暮らしを、今こそあなたも！



夫と一緒に同じ機種でデビューしました。困った時は購入店の問い合わせ窓口がとても頼りになります。

鈴川さん (72歳)

日々のちょっとした調べ物にはスマホが重宝。お友達との何気ないメッセージのやり取りも楽しいです！

北村さん (69歳)



スマホのカメラは高性能なのに簡単で使いやすい！写真の次は、動画撮影にチャレンジしたいです。

新井さん (71歳)

※感染症対策に注意して実施しています。
写真撮影時のみマスクを外しています。