

令和4年度 地区総会
会員研修資料

「スマートフォンこそ
シニアの味方!」



福島市シルバー人材センター ICT班

スマートフォンの便利機能

① 写真・動画撮影が可能

スマートフォンのメーカーは、写真・動画の綺麗さに非常に力を入れており、画質が飛躍的に向上しています。皆様の思い出を残すのに最適です。



② メールによる手軽なコミュニケーション

電話だと相手の状況を考慮しながらですが、メールだと気軽に送信できます。



機種によっては、話した言葉を文字に起こしてくれる音声入力もあります。

また、絵文字やスタンプを活用して、親近感を図り、自分の気持ちを伝える方法もあります。

③ ニュースが、迅速に提供

全国のニュースも地域のニュースも気軽に情報収集できます。

特に災害時の警報なども迅速に提供されるので、自分の身を守るツールでもあります。



④ スマホがナビに

例えば「google」が提供する「googleマップ」というアプリ（無料）を起動すれば、自分の今いる場所を表示し、そこから目的地までの「道順・時間・乗換えの交通機関の時刻表」まで全て教えてくれます。

かなり高精度なナビだと思います。



⑤ スマホで健康管理

福島県で作成した「ふくしま健民アプリ」は、健康維持につながる生活習慣の定着化を図ることを目的とした、いつでもどこでも楽しく気軽に参加でき、継続して利用できるアプリケーションです。

お得なサービスもあるので、是非活用してみましょう。

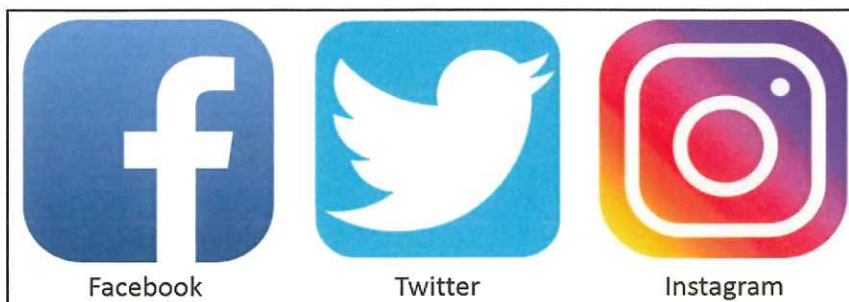


⑥ SNSを活用しよう

「SNS」とは「ソーシャル・ネットワーキング・サービス」の略で、ネット上で交流したり、情報収集ができるサービスです。

代表的なものは「Facebook」「Twitter」「Instagram」等があります。

例えば、美味しいものを食べたり、素晴



らしい景色を見たことを他人と共有したいときにSNSに載せると多数の方から反応があります。また、他人が発信している自分の興味のある分野の情報収集もできます。新聞やテレビで報道されない情報もたくさん発信していますので、それを見るのも楽しみです。

このように「スマートフォン」は、いろいろな活用方法があります。

今後、ICT班では、上記の活用方法の情報発信や、「スマートフォンを安心・安全に使うための方法」を、講座開催やチラシ作成などで、会員の皆様に情報提供して参ります。

福島市シルバー人材センター ICT班