

令和6年3月28日

## 高齢者向けスマホハンドブック完成！ ～市シルバー人材センター「ICT班」が作成～

福島市シルバー人材センターICT班がデジタルサポートデスクでの対応経験を活かし、日常生活の中ですぐに手に取ってもらえるような高齢者目線のスマホハンドブックを作成しました。今後は、老人クラブ会員等への配付やハンドブックを活用した講座を行っていきます。

### 記

#### 1. ハンドブックの概要

- (1) 仕様：A5サイズ、12頁、中綴じ
- (2) 発行部数：10,000部
- (3) 内容：安心・安全な使い方、LINEの友だち追加、GoogleMapの使い方 など

#### 2. ハンドブックの主な特徴

- (1) 毎週水曜日に相談対応しているデジタルサポートデスクの経験を活かして、相談の多い項目を中心にピックアップ。  
例：LINEの操作方法（友だち追加・LINE通話・写真送信）、QRコードの読み取り方、文字の入力方法 など
- (2) スマホ特有の言葉ではなく、高齢者に伝わりやすい言葉で説明。  
例：「タップ」→「タッチ」  
「スワイプ」→「タッチしながらスライドさせる」など
- (3) 見やすく・読みやすくするため、スマホの操作画面や文字を大きくし、操作手順を端的に説明。

#### 3. 今後の予定

- (1) ハンドブックは、作成に携わったシルバー人材センターICT班から老人クラブ会員へ4月以降に贈呈予定。
- (2) 各老人クラブの要望に応じ、ハンドブックをテキストにしながら講座を実施予定。
- (3) ハンドブックデータは、市ホームページで公開。  
(どなたでも自由にダウンロードしご利用ください)。

#### 【参考情報】

福島市シルバー人材センターICT班

- ・設立：令和4年4月（令和4年9月から活動スタート）
- ・班員：20人（65歳～79歳）【男性13人、女性7人】（令和6年2月現在）  
※設立当初14人【男性10人、女性4人】から6人増。

担当：デジタル推進課 デジタル推進係  
課長 目黒 係長 菅野(すげの)  
電話 024-572-3943(直通)

# 高齢者向けスマホハンドブック完成！

## 概要

- 仕様：A5サイズ、12頁、中綴じ ○発行部数：10,000部
- 内容：安心・安全な使い方、LINEの友だち追加、GoogleMapの使い方 など

## 高齢者向け スマホハンドブック スマホこそシニアの味方



### （目次）

- P.2...スマホを持ち始めたら、まず気をつけてほしいこと！  
文字ってどう入力するの？
- P.3...災害時に情報をいち早く受け取るには？
- P.4...LINEで友だちを追加する方法は？
- P.5...LINEで友だちと電話がしたい！  
LINEで友だちに写真を送りたい！
- P.6...疑問や知りたいことを教えてほしい！
- P.7...目の前にあるものを調べる方法は？
- P.8...目的地までの道が分からない
- P.9...スケジュールを家族みんなで共有！  
QRコードの読み取り方は？
- P.10...写真を撮ってみたい！  
撮った写真を明るくしたい！
- P.11...撮った写真の余計な部分を消したい！  
スマホにないアプリはどう取るの？



福岡市シルバー人材センター ICT班 × 福岡市

## 特徴 1

毎週水曜日に相談対応しているデジタルサポートデスクの経験を活かして、相談の多い項目を中心にピックアップ。

- ・LINEの操作方法（友だち追加・LINE通話・写真送信）
- ・QRコードの読み取り方 ・文字の入力方法 など

## 特徴 2

スマホ特有の言葉ではなく、高齢者に伝わりやすい言葉で説明。

「タップ」→「タッチ」  
「スワイプ」→「タッチしながらスライドさせる」など

## 特徴 3

見やすく・読みやすくするため、スマホの操作画面や文字を大きくし、操作手順を端的に説明。



# 高齢者向けスマホハンドブック完成！



ハンドブックを作成した  
シルバー人材センターICT班

## 今後の予定

1. 作成に携わったシルバー人材センター ICT班 から 老人クラブ会員 へ4月以降に 贈呈 予定。
2. 各老人クラブの要望に応じ、ハンドブック を テキスト にしながら 講座 を実施予定。
3. ハンドブックデータは 市ホームページ で 公開 (どなたでも自由にダウンロードしご活用ください)

デジタルのお悩みは ふくしまデジタルサポートデスク をご利用ください！

●場所・曜日

市役所本庁…毎週水曜日

アオウゼ…毎週金曜日

6地区 …5月下旬から各地区月1回程度開設  
(清水・北信・飯坂・松川・信夫・吾妻)

●定員

1日5名 予約優先制

＼市役所と6地区は、シルバー人材センターICT班が丁寧にサポートします！／

スマホ  
ハンドブックの  
内容もOK ☺

