独立行政法人 福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

「過疎地域に住む高齢者の孤立化防止支援事業」

研修会テキスト

(V1.0)

2014年10月

特定非営利活動法人 つれもてネット南紀熊野

1

はじめに

ICT(Information and Communication Technology)を地域づくりの道具にしようとする活動(地域情報化)に取り組んでいるNPO法人つれもてネット南紀熊野は、独立行政法人福祉医療機構の平成26年度社会福祉振興助成事業の助成を受けて「過疎地域に住む高齢者の孤立化防止支援事業」を行います。

「タブレット端末で くらしを便利に 趣味を楽しく 仲間づくり」と題して、田辺市や全国各地にあるシニアネット関係団体と連携し、田辺市内5ヶ所(本宮、龍神、中辺路、大塔、新庄)と、みなべ町の6地域でタブレット端末を使った「学びあいの場」を開きます。

平成25年度情報通信白書によると、全国のインターネットの普及率が約80%に達したそうです。 横文字の多いこの世界ですが、スマートフォンやタブレット端末を目にすることが急に多くなりました。 タブレット端末を操れるようになることで、高齢者の地域コミュニティへのかかわりが更に広がることを期待したいと思います。

タブレット端末でくらしを便利に 趣味を楽しく 仲間づくり

学んで体験

いま話題のタブレットとは

画面を直接、指タッチして 操作するパソコンのことです。

iPad (アイパッド)



アップルが開発した 世界で初めてのタブレット

Nexus (ネクサス)



アンドロイドが開発した グーグルが販売のタブレット

Kindle Fire



通販サイト会社アマゾンの 電子書籍で有名なタブレット

Android

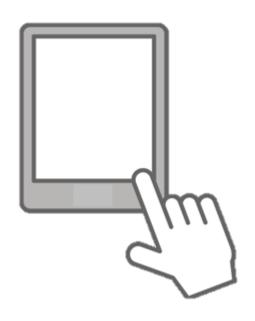
(アンドロイド系)



AUSUが開発した アンドロイド形タブレット

タブレットの

5つの魅力



- **持ち運びもラクラク♪**外出や旅行におすすめ!
- すべてが直感的☆ 操作は指でなぞるだけ☆
- 本も読める大画面! しかも縦横拡大自由自在!
- 4 豊富なアプリ☆ 趣味も仕事もこれ一台!
- 5 瞬間起動・長時間バッテリー!
 1日中使ってもストレスなし☆

タブレットの基本

インカメラ • 💝 🕽 12:00 PM 12:00 タッチスクリーン

部品と機能



タブレットの基本

部品と機能

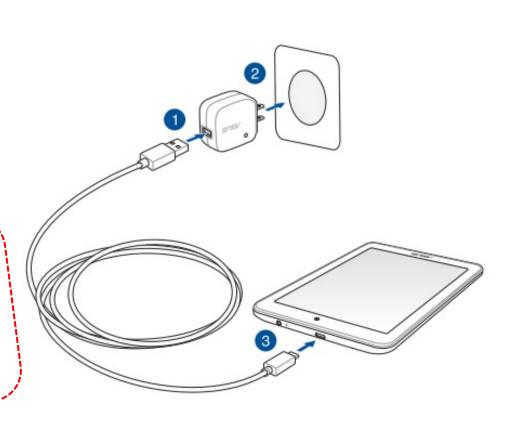


タブレットの基本

充電の手順

低充電していない充電中充電完了

初めてバッテリーを充電する場合は、 完全にバッテリーを使い切った後に、 完全にバッテリーを使い切った後に、 充電をするようにしましょう!! そうする 充電をするようにしましょう!! そうする ことでバッテリーの寿命を延ばす事が できます!!



らくらくタッチ操作

タップ

長押し/ドラッグ

スワイプ

ピンチアウト/イン











画面を指先で1回軽く たたきます。

アプリを起動したり、文字を入力ができます。

指先で画面を押し続ける。(長押し)

その状態から上下左 右になぞるように動か します。(ドラッグ)

ホーム画面を表示したり、アプリを動かせる。

指先を画面に当て、軽 くなぞります

画面表示を切り替えることができます。

また電子書籍などを読む際にはページが切り 替わります。 2本の指を画面に当て たまま、広げたり、縮 めたりします。画面の 拡大や縮小ができま す。

起動してみよう

電源を入れる

- 電源ボタンを2~3秒間「長押し」 をする。
- ②右にドラッグして「ロック画面」を 解除をする。
 - ー>ホーム画面が表示される

アプリを起動

- 「メモ帳」のアプリを見つけて 「タップ」をする。
- ー>メモ帳が表示される



ホーム画面を操作して 目的のアプリを見つけよう!



文字入力について

入力方法切り替え

- ① 最初の画面入力状態を確認する。
- ② 左下の「Menu」をタップする。
- -> 入力方法切り替え画面が表示される

様々な入力方法

- **>** 10**+**−
- ➤ QWERTY
- ▶ 50音
- ▶ 音声入力



キーポード切り替えについて

フルキー

テンキー





文字入力について

二つの入力方法

タップ入力

フリック入力





フリックで入力してみよう

●テンキーを使用しているとき、上下左右にフリックして 各行の文字を入力することができます。

例:「え」行を入力する場合

「あ」はタップだけ

「い」は左

「う」は上

「え」は右

「お」は下

それぞれフリックして 入力できます。











文字変換について

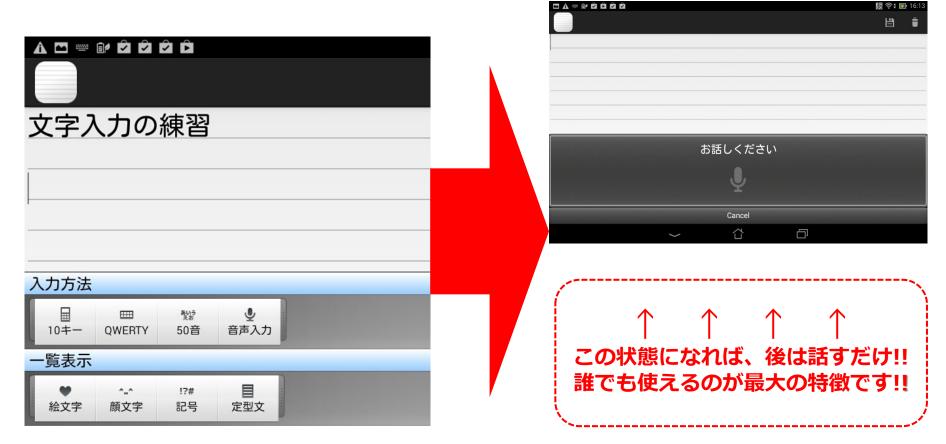
予測変換機能

- ① 「もじ」と入力をする。
- ② 画面中央辺りに、候補の「もじ」が表示される。
- ③ 任意の候補をタップする。
- ->漢字や文章に変換される。

一度入力した文字や文章は 登録され、以後は予測変換 してくれるので、とても便利!!



音声入力について



※注意※

音声入力をするには、インターネット接続できる環境が必要となります。



おすずめアプリ紹介



「天気・R」

お天気アプリ 今日、明日の天気、週間予報、 雨雲レーダー、月齢、潮回り など



「タッチ・ザ・ナンバー」

ナンバーを順番にタッチする だけで誰でも遊べるかんたん 脳トレゲームです。



「Google!翻訳」

80言語に対応する翻訳ツール。 話して、入力して、手書きにも 対応してます。



「日本地図パズル」

パズルを遊ぶことによって都 道府県の位置や県名を覚える 教育系パズルゲームです。



「フリックマスター」

楽しみながら、フリック入力操作に慣れることができるアプリです。



「産経新聞 |

産経新聞が、無料で一面その まま読めます。毎朝5時に更 新されます。

次回のテーマ:便利に使う

☆インターネットの便利な利用方法 ☆電子メール

適りがとうござい意した

タブレット端末でくらしを便利に 趣味を楽しく仲間づくり

便利に使う

前回のおさらい

ボタン・カメラの位置

2 電源(オン・オフ)

3 音量の調整

4 様々なタッチ操作

多様な文字入力



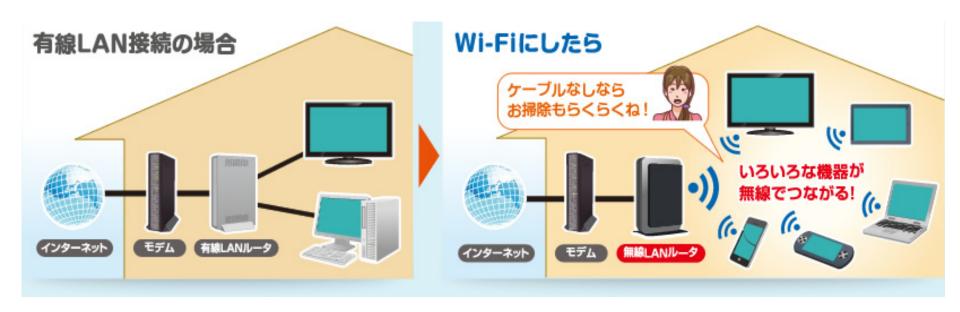
タブレットとインターネットがあれば

こんな事ができます!!



インターネットに接続するためには

Wi-Fi ってなに?



※注意※

Wi-Fi をするには、予めインターネット接続ができる環境が必要です。

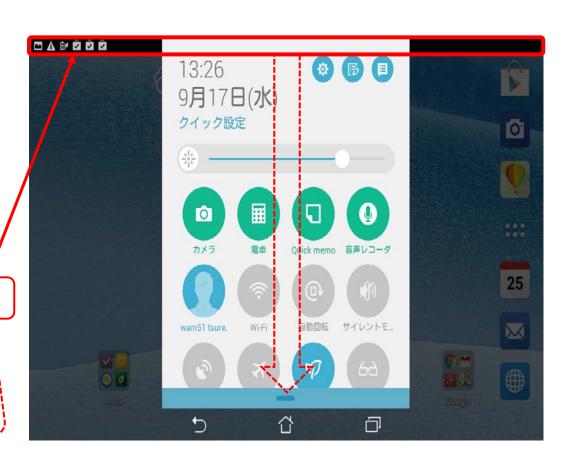


クイックパネルを起動

- ① 画面上部の通知領域(真っ黒なバー)に指をおく。
- ② 指を置いた位置から下に向かって、ゆっくりスワイプをする。一> クイックパネルが表示される。

通知領域

ー ゆっくり下に向かって!! スワイプ(なぞる)してください!!



クイックパネル上でWi-Fiを 設定するボタンはこの二つ

- 設定ボタン
 Wi-Fiを接続設定する
 際に使用するボタン。
- ② Wi-Fiボタン Wi-FiをON/OFFでき るボタン。



Wi-Fiを設定

- ① 設定ボタンをタップする。
- ② Wi-Fi となっている部分を タップする。
- ー>次の設定画面が表示される。
 - ③ 設定をONの状態にする。
- ー>接続先設定画面が表示される。





利用可能なネットワークを表示するにはWi-FiをON

位置情報の精度を向上させるため、Wi-FiがOFFの場合でもGoogleやその他のアプリは近くのネットワークをスキャンすることができます。このスキャンが必要ない場合は、[詳細設定] > [スキャンを常に実行する]にアクセスします。

Wi-Fi接続と接続先設定

- ① Wi-Fiに接続可能な回線が表示される。
- ② 好きな接続先をタップして選ぶ。
- ー> 接続設定画面が表示される。
 - ③ パスワードを入力する。
 - ④ 接続完了。

パスワードの入力ミスには 注意!! あと少しで接続完了 なので、頑張りましょう!!





インターネットを使ってみよう

Googleで音声検索

- ① ホーム画面の「Google検索の マイク」をタップする。
- ②「赤いマイク」をタップする。 ->音声検索状態になる。
- ③やふーと発言をする。

音声検索状態を停止させるには、赤いボタンをもう一度押しましょう!!



インターネットを使ってみよう

タップ

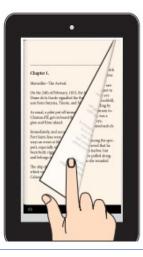
長押し/ドラッグ

スワイプ

ピンチアウト/イン











画面を指先で1回軽く たたきます。

アプリを起動したり、文字を入力ができます。

指先で画面を押し続ける。(長押し)

その状態から上下左 右になぞるように動か します。(ドラッグ)

ホーム画面を表示したり、アプリを動かせる。

指先を画面に当て、軽 くなぞります

画面表示を切り替える ことができます。

また電子書籍などを読む際にはページが切り 替わります。 2本の指を画面に当て たまま、広げたり、縮 めたりします。画面の 拡大や縮小ができま す。

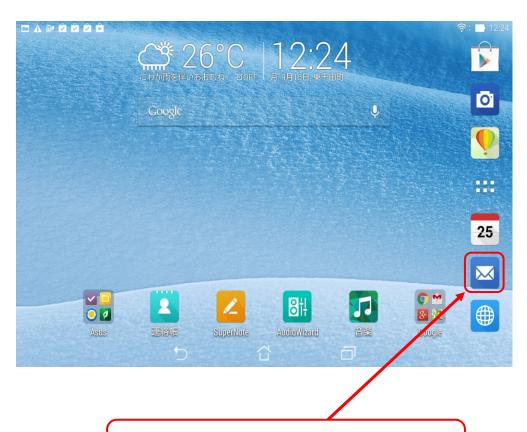
インターネットを使ってみよう



メールを送ってみよう

メールを起動する

① メールアイコンをタップする。-> メールボックスが表示される



※注意※

メールを行うには、自分用のメールアドレスやメールアカウントが必要になる場合があります。

このマークがメールアイコン!!

メールを送ってみよう

メールボックスの中身

- メール新規作成
 ->新しいメールを作成する。
- ② 受信トレイー>受け取ったメールを確認する。
- ③ 送信済み
- ー>自分が送ったメール
- 一覧を確認する。
- ④ ゴミ箱->不要になったメールを捨てる。



メールの送信

メール作成の画面

- ① 宛先:To
- ー> 相手のメールアドレスを 入れる場所。
- ② 件名
- ->メールの題名を入れる場所。
- ③ 本文
- ->本文を入れる場所。
- ④ メール送信ボタン
- ー>作成したメールを送信する。





おすずめアプリ紹介



「天気・R」

お天気アプリ 今日、明日の天気、週間予報、 雨雲レーダー、月齢、潮回り など



「タッチ・ザ・ナンバー」

ナンバーを順番にタッチする だけで誰でも遊べるかんたん 脳トレゲームです。



「Google!翻訳」

80言語に対応する翻訳ツール。 話して、入力して、手書きにも 対応してます。



「日本地図パズル」

パズルを遊ぶことによって都 道府県の位置や県名を覚える 教育系パズルゲームです。



「フリックマスター」

楽しみながら、フリック入力操 作に慣れることができるアプリ です。



「産経新聞 |

産経新聞が、無料で一面そのまま読めます。毎朝5時に更新されます。

次回のテーマ:趣味で活用

☆写真を撮る ☆いろいろなアプリの紹介

るりがとうございました

タブレット端末でくらしを便利に 趣味を楽しく仲間づくり

趣味で活用

Wi-Fiの接続方法

前回のおさらい

2 インターネット検索(音声)

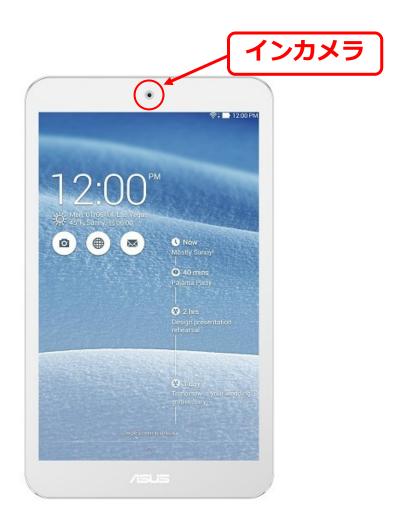
3 インターネット検索(文字)

4 メールの作成

5 メールの送信・受信



カメラの場所





カメラの起動

カメラの起動

- ① ホーム画面を表示する。
- ②「カメラアイコン」をタップする。
- ー> カメラが起動する。

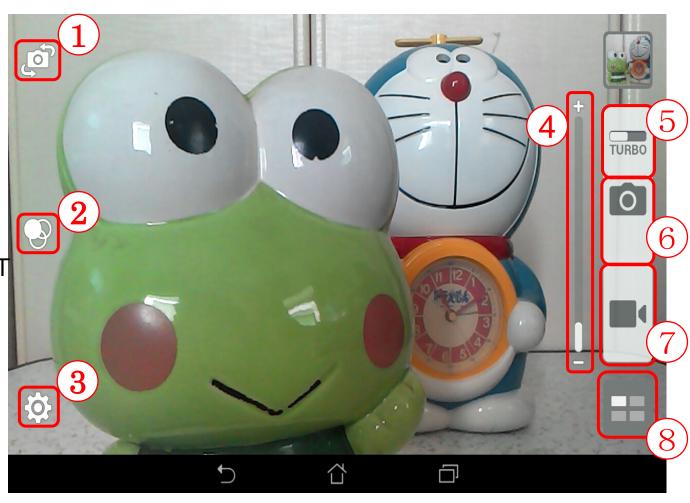


このマークがカメラアイコン!!

カメラの画面構成

様々な入力方法

- ① IN/OUT切替カメラ
- ② 撮影モード切替
- ③ 詳細設定
- ④ ズームIN/ズームOUT
- ⑤ 連続撮影
- ⑥ シャッターをきる
- ⑦ 動画撮影
- ⑧ その他カメラモード

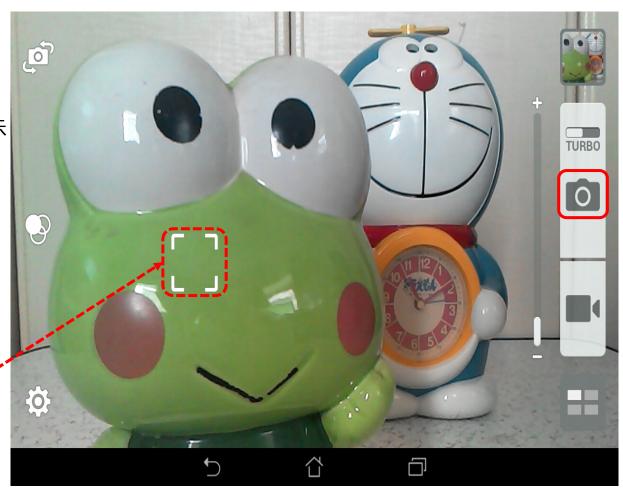


写真の上手な取り方

ピント合わせと写真の取り方

- ① 自分が撮りたい被写体を 画面越しにタップする。
- ②「フォーカスロック」が表示 された状態にする。
- ③「シャッターをきる」を タップする。
- ->任意の写真が撮れる。

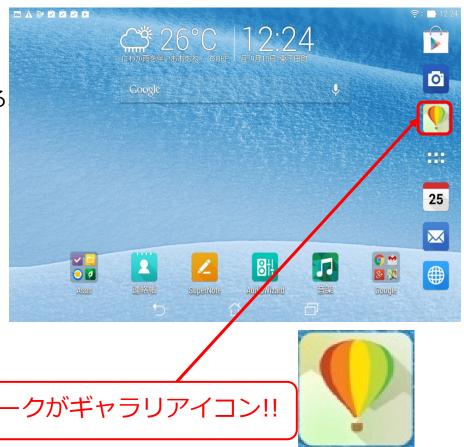
これが「フォーカスロック」 この状態にするには、 画面をタップするだけ!!



写真格納場所と削除方法

ギャラリの起動

- ① ホーム画面を表示する。
- ②「ギャラリアイコン」をタップする
- ー>アルバム画面が表示する。



このマークがギャラリアイコン!!

写真保存場所と削除方法

ギャラリの起動

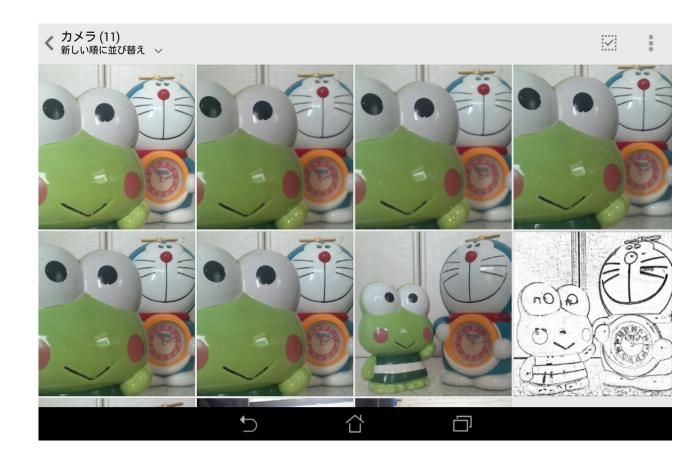
①「カメラ」をタップする。一>アルバム画面が表示する。



写真保存場所と削除方法

写真の選択

- 1 「任意の写真を」を タップする。
- ー>画面が切り替わる。



写真保存場所と削除方法

写真の削除

- ① 画面右上の「ゴミ箱」を タップする。
- ->写真が削除される。



インターネットでつかがろう

まずは検索

- ① 検索欄で「田辺市」と入力 して検索。
- ->田辺市HPが表示される。
- ② 田辺市HPの下部を確認 すると「田辺市公式Face book」があるのでそれを タップする。
- ->次のページが表示される。

最近では、いろいろなHP やサイトに FaceBook の リンク接続があるよ!!





- ▶ 平成26年9月定例会の日程が決まりました(議会事務局)
- ▶ 市道三栖67号線の通行止めについて(土木課)

> トピックス一覧

イベント

特別企画展セミナー「南 方熊楠と熊野古道」

日程:9月20日(土) 時間:13時30分~

南方熊楠驅彰館



ポール・モーリア ラブ・ サウンズ・コンサート 日程:10月2日(木)

場所: 紀南文化会館「大木

詳しくは、文化振興課まで

文化振興課

Center)

田辺市 市民活動センター

田辺市公式 ホームページ簡易版

Twitter T 型市 facebook

f 出辺市 facebook



インターネットでつながろう

Facebook画面構成

- ① 相手情報
- ② 記事内容
- ③ 写真一覧



Skypeで通話をしよう!!

Skypeの起動

- ①「スカイプアイコン」 をタップする。
- ー>サインイン画面が表示する。



スカイプアイコは このマーク!!

※注意※

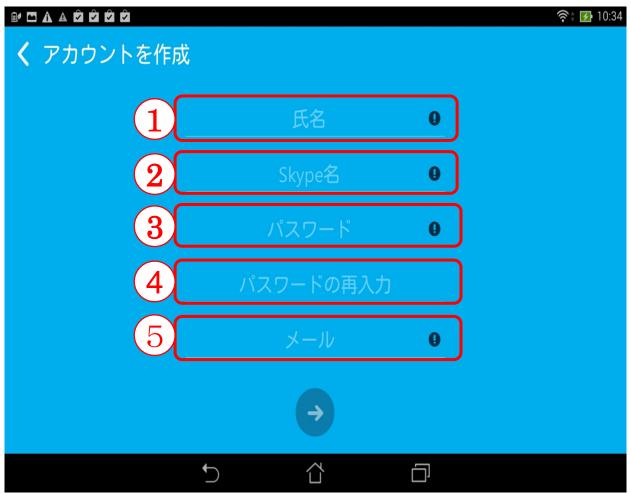
Skypeを使用する為には、新規アカウント作成が必要です。メールアドレスとインターネットに接続できる環境が必要となります。



新規アカウント作成をしよう!!

様々な入力方法

- ① 氏名(登録時の名前)
- ② Skype名 (スカイプ上で使う名前)
- ③ パスワード
- ④ パスワード再確認
- ⑤ メールアドレス



相手の連絡先を登録してみよう!!

Skype画面構成

- ① 連絡先追加
- ② 履歴
- ③ 登録済み連絡先

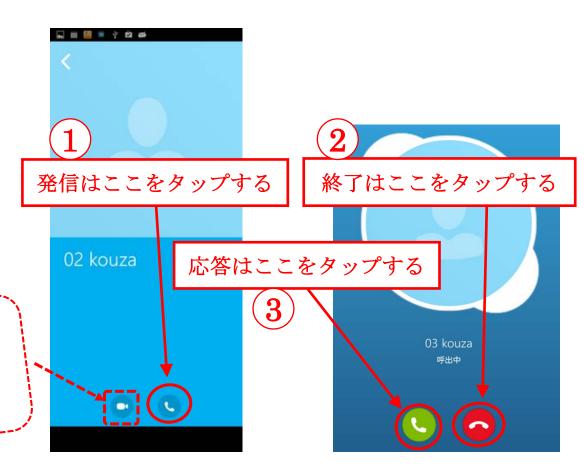


相手と通話をしてみよう!!

通話画面構成

- ① 発信ボタン
- ② 通話終了ボタン
- ③ 応答ボタン

このボタンは"ビデオ通話"ボタン!! 相手の顔が見えながら会話する のは、とても楽しいよ!!





おすずめアプリ紹介



「らじるらじる」

ラジオアプリ インターネットでいつでも NHKラジオが聴けます。



「将棋オンライン」

一人で遊ぶもよし。インター ネットで他の人と遊ぶもよし、 いろいろ楽しめる将棋アプリ。



「radiko.jp図」

iOSに対応したラジオアプリ いろいろな放送が聴けます。



[Youtube]

音楽から映像まで幅広く視聴が可能なアプリです。



「Yahoo乗車案内」

完全無料の乗換案内アプリ 全国の時刻表や遅延情報、乗換 に便利な情報などが公開されて います。



「産経新聞 |

産経新聞が、無料で一面そのまま読めます。毎朝5時に更新されます。

次回のテーマ:

3日間通して学んだことの復習

るりがとうございました

独立行政法人 福祉医療機構 社会福祉振興助成事業 「過疎地域に住む高齢者の孤立化防止支援事業」 研修会テキスト (V1.0)

発行元 特定非営利活動法人 つれもてネット南紀熊野

作 成 特定非営利活動法人 つれもてネット南紀熊野

一般財団法人 ニューメディア開発協会

発行日 2014年10月