

シニアのスマホライフ

スマホ安全利用ガイド



シニアがスマホを安全に利用するための対策をご説明します。

概要:シニアがスマホを安全に使うための 3つのこと

画面ロックで、自分しか使えないようにする。

パスワードなどのメモを持ち歩かない。

「べし」と「べからず」



3つの原則があります。

1つ目. 画面ロックで、自分しか使えないようにすること。

2つ目. パスワードなどのメモを持ち歩かないこと。

3つ目. 「べし」と「べからず」があります。

画面ロックで、自分しか使えないようにする。



まず画面ロックについてご説明します。

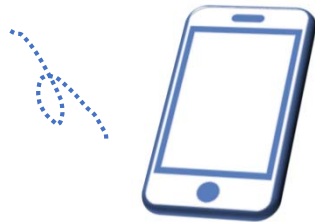


スマホには、持ち主のIDやパスワード、近親者や知人・友人の個人情報が、入っています。



置き忘れる、落とす

危険！



どこかに置き忘れたり、落としたりして、それらの情報がほかの人に覗かれたら、大変、危険です。

危険その1:窃盗

使える状態



窃盗の出来心

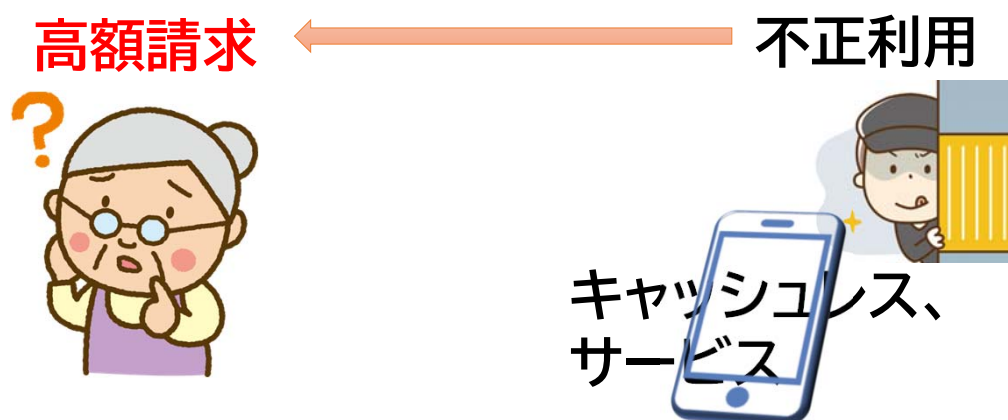


落とし物として届け出てもらえない



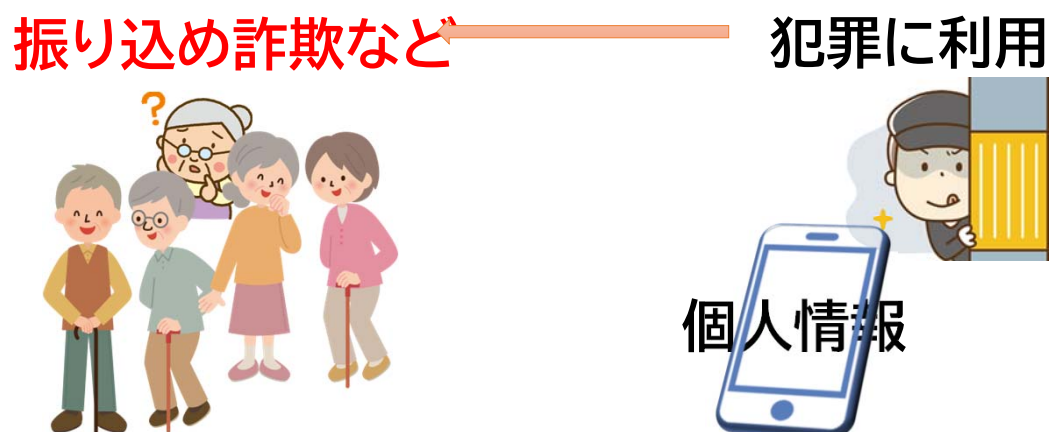
紛失した場合、使える状態だと、拾った人が使えるなど窃盗の出来心を起こす可能性が高まります。しかし、使えない状態であれば、警察に届け出てもらえる可能性が高まります。

危険その2:高額請求



また、中を覗かれて、無断でキャッシュレス機能や高額なサービスを利用して、自分の銀行口座に請求をされる可能性があります。

危険その3:犯罪利用



また、持ち主、近親者、友人・知人の個人情報が、犯罪に利用されます。例えば、本人になりすまして、知人にお金を振り込ませるなど、犯罪に利用されてしまう可能性があります。

スマホを他人に覗かれる危険

窃盗

高額請求

犯罪利用



このように、スマホを他人に覗かれることは、大変危険なのです。

画面ロックで安全確保



持ち主しか
スマホを
使えない
にする



そこで、対策として、スマホにカギをつけましょう。それは画面ロックです。持ち主しかスマホを使えないようにします。

画面ロック:コード



持ち主しか思
いつかない数
字4桁あるい
は6桁の数字



画面ロックには幾通りかのやり方があります。

パスコードあるいはPINコードは、持ち主だけが知る数字4桁あるいは6桁を利用します。それを入力しないと、スマホの画面を開けないようにします。

画面ロック:パターン



複数の点を結んだ線パターン



パターンというのは、複数の点を結んだ線パターンを入力しないと、スマホの画面を開けないようにします。

画面ロック:指紋



持ち主の指紋



指紋認証は、持ち主の指紋を指紋センサーに読み取らせないと、画面を開けないようにします。

画面ロック:顔



持ち主の
顔の特徴



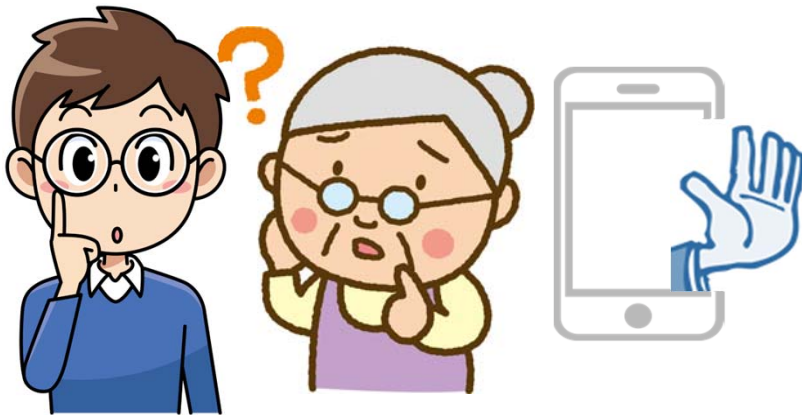
顔認証は、持ち主の顔の特徴をスマホに覚えさせて、その持ち主しか画面を開けないようにします。



このように、コード、パターン、指紋や顔を使った生体認証があります。

生体認証は、一度設定すると、入力の手間がなく、一瞬で開けるので、便利です。

手伝ってもらって、画面ロックで安全確保した
うえで、快適なスマホライフを！



設定のやり方は、機種によりいろいろで、バージョンによっても異なり、複数のステップが必要です。息子さん・娘さんや、サポートスタッフにやってもらってください。

パスワードなどのメモを持ち歩かない。



二つ目の安全確保の原則は、プライベートな情報を書いたメモを持ち歩かないことです。

プライベートなメモ



パスワードやプライベートなメモを、覚えられないからと言って、スマホに張り付けたり、ケースに挟み込んだりして持ち歩いているのではないでしょうか？
落とした場合に、危険です。



まず、手持ちの個人的なメモに、何のメモなのかわかるように見出しを書き込んでください。後で、見たときに、何のことが、すぐにわかるようにするためです。

次に、スマホで写真に撮ります。撮った写真は、スマホの写真ギャラリーとかアルバムとかに保管されます。元のメモは、もう持ち歩かないでください。スマホがあれば、いつでもメモを見られます。

画面ロック + 備忘メモ写真



そのメモ写真を、画面ロックしたスマホに入れておきます。それで、持ち主しか見られないメモとなります。

いままでは、必要な時に紙のメモを見ながら、入力していました。それは危険なので、やめましょう。今度からは、スマホの写真ギャラリーの中のメモの写真を見て、個人的な情報を思い出します。見て覚えます。そして、覚えたことをスマホに入力します。見ながらでないとは入力できないでしょうか？ 写真を見て覚えて、入力する。覚えることは

認知症予防になります。

「べし」と「べからず」



3つ目の原則の、べしとべからずについてご説明
します。

べし

**アップデート
(更新)**

べからず

**不審に思った
こと**



今のスマホは、やたら通知が多いという問題があります。

それらの中で、アップデートはやってください。通知で、不審に思ったものは無視してください。

べし:アップデート

Up (上げる)Date(日付)

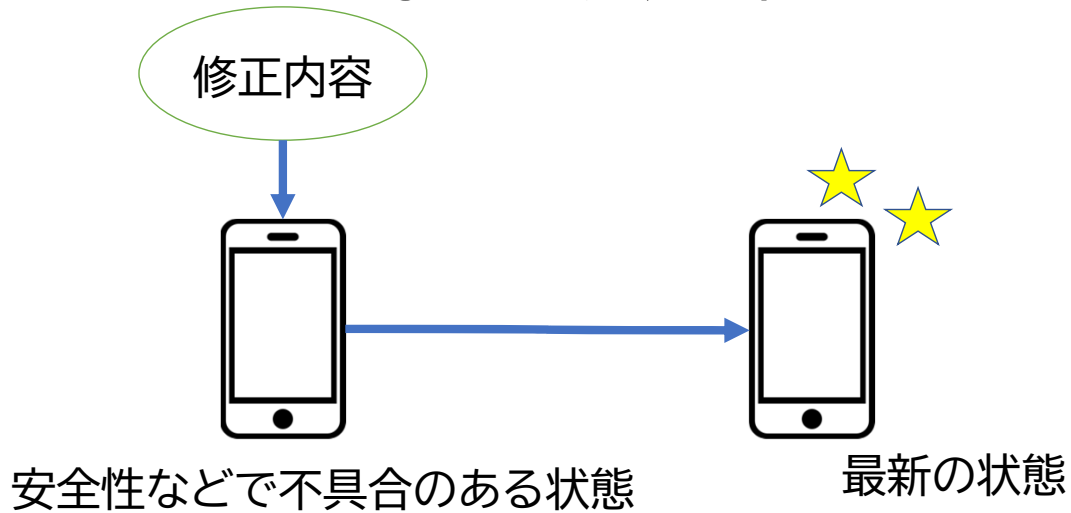
修正内容で改定すること

「更新」とも



まずアップデートに関してです。アップデートとは、日付を上げること、つまりスマホを最新の状態にすることです。アップデートは、修正内容で改定することです。更新と呼ぶこともあります。

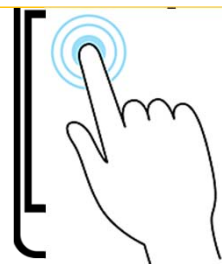
ベシ:アップデート



スマホは、なにがしかの修正を必要としたときに、アップデート通知を出し、修正内容で改定してくださいという連絡をします。動作の不具合の修正、新しい機能の追加だったりしますが、安全性対策の修正の場合もあるので、必ず適用してください。

ベシ:アップデート

「アップデートが利用可能です」
「システム更新が利用可能です」
「X件のアップデートがあります」
...



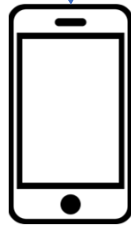
通知をタップ?



通知は、スマホの通知領域などに配信されます。その通知をタップし、指示に従ってください。どうやれば良いか、自信がない場合は、若い近親者がそばにいる折に、やってもらってください。

べからず:不審に思ったらやらない

詐欺・犯罪を意
図した情報も



一方で、スマホを安全に利用するために、やってはいけないことがあります。インターネットは急激に進歩したため、安全性に関してまだ未熟な側面があります。スマホに流れ込む情報には、詐欺や犯罪を意図した情報が混ざっています。

詐欺犯罪の手口例

電話、メール、メッセージで、誘ったり脅したりする

ウェブサイトのアドレスをクリックさせウイルスを仕込む

詐欺アプリを入れさせる

偽サイトでカード番号や口座パスワードを入力させる



電話、メール、メッセージで、利用者をだますかもしれません。例えば、うん百万当たりましたとか、送金しますとかの都合よすぎる話、あるいは訴えられています、すぐに対処を、などの脅しの言葉は、信用しないでください。また、インターネットのページを閲覧しているときに、巧みにだましてクリックを誘い、スマホにウイルスを仕込むかもしれません。また、ニュースなどのアプリを使っているときに、領域が足りなくなりましたとか警告を出すふりをして、悪さするアプリを巧みに入れさせるかもしれません。偽のサイトで巧みにカード番号や銀行口座のパスワードを入力させ、あなたの口

座の資金をごっそり盗んでしまうかもしれません。

べからず:不審なこと

知らない人からの
電話、メッセージ、
メール

知らないアドレス

知らないアプリ



不審に思ったら、怪しむ



何が、詐欺で何がまともな情報なのか？ 原則は、「不審に思ったら、怪しむ」です。

知らない人からの電話、メッセージ、メールは開かないでください。意味の理解できないアドレスはクリックしないしないでください。何のために入れるか理解できないアプリは入れないでください。何が正当な情報で、何が嘘なのか、自信がなければ、若い近親者に見てもらってください。

ダークパターン:画面や仕組みで欺き誘導する

こっそり追加する

営業の常とう手段で嘘: 期限間近、希少性、サクラによる評判

あることを選びやすく、別のことを選びにくい

登録しやすいが退会しにくい



べしとべからずに関して、もう一つ注意しないと
いけないことがあります。

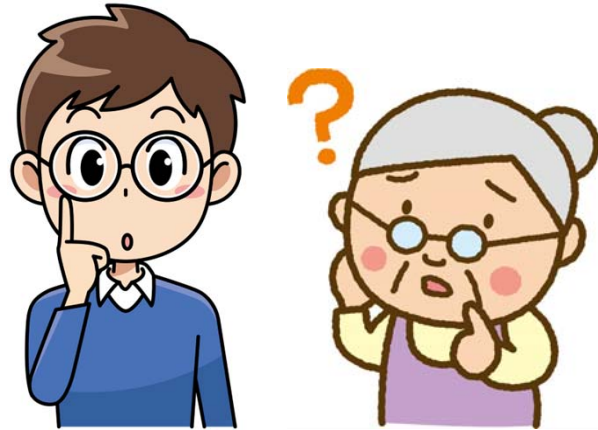
ネット上には、犯罪とはまだみなされていないが、
ダークパターンと言われるものがあります。画面
上のデザインで誘導したり、欺く仕組みが裏に埋
め込まれているケースです。

購入時に、おすすを必ずつけないといけないみ
たいな手法がまかり通っています。画面に従い、
普通にやると高額なオプションに導かれてしま
うということがよくあります。定額サービスで、最初
は無料、いつでも退会できますとうたい、実は退
会は恐ろしく面倒といったものも、よくあります。

若い近親者に相談する

高額な商品の
オンライン購入

定額サービス
への登録



ダークパターンに騙されると、例えば、気軽に入会して月々お金がでていくものの、退会の仕方がわかりにくく、息子さんや娘さんに苦勞をかけて怒られるとか、トラブルになったりします。高額な商品のオンライン購入や定額サービスへの登録は、必ず若い近親者に相談してからやってください。

まとめ：シニアがスマホを安全に使うための3つのこと

画面ロックで、自分しか使えないようにする。

パスワードなどのメモを持ち歩かない。

アップデートはやる。不審なことはやらない。若い近親者に相談する。



以上、シニアがスマホを安全に使うために、3つのことをご説明しました。

第1は、画面ロックでスマホを自分しか使えないようにしてください。

第2は、パスワードなどプライベートな情報をメモしたものを持ち歩かないでください。

第3は、べしとべからずがあります。アップデートは行ってください、不審に思ったことは無視してください。高額な商品のオンライン購入や定額サービス登録は若い人に相談してから行ってくだ

さい。

NPO法人 地域コミュニティハウス げんきかい
<https://npogenkikai.net/>
045-511-7775



ヒューマン・マシン・コミュニケーション
<https://yo-sato.com>
<mailto:satoyoshiharu@gmail.com>
tel:090-2935-5792

