



ティーブレイク

Vol. 360
2025年12月号



I 生きがい見つける Information C 心つながる Communication T ともに学ぼう Technology

スマホは日々の暮らしを便利にしてくれるだけでなく、「もしも」の時に命を守る頼もしい味方になります。緊急時に慌てず素早く対応できる「技」を知り、普段から使い慣れておくことは、大きな安心につながります。今回は、とっておきの活用術をご紹介します。スマホの設定を、改めて見直してみましょう。

もう一度見直そう！「もしも」の時のスマホ活用術 4 選

① 家族にすぐ連絡！「緊急 SOS」と連絡先の登録

設定画面から、家族などの「緊急連絡先」をあらかじめ登録しておきましょう。



iPhone: サイドボタンを使って「緊急 SOS」を起動すると、登録した緊急連絡先に電話をかけたり、メッセージを送ることができます。設定で「自動ダイヤル」をオンにしておくと、さらに素早く助けを呼べます。

Android: 設定の「緊急情報」から、「緊急 SOS」の設定でご家族などの緊急連絡先や通報設定をしておくと、自分以外の人でもいざという時にスマホから家族に連絡してもらうことができます。

② ここにいます！「位置情報共有」で安心



ご家族と位置情報を共有しておくと、道に迷ったり、何かあったりした時に、すぐに居場所を知らせることができます。一人で出かける時間帯だけ共有、ということもできます。いつも利用している LINE で位置情報を共有する操作も、確認しておきましょう。

iPhone: 「探す」アプリの「友達を探す」機能を使って、ご家族との位置情報を共有できます。

Android: 「Google マップ」アプリから、「位置情報を共有」を選んで、指定した相手に自分の居場所をリアルタイムで知らせることができます。



③ 声で助けを呼ぶ！「音声アシスタント」を活用

急な体調不良で画面操作が難しい時でも、声だけでスマホを操作できるのが「音声アシスタント」です。

iPhone (Siri)：「Hey Siri、緊急電話をかけて」「Hey Siri、助けて」と話しかけてみてください。声だけで電話をかけたり、設定によってはメッセージを送ったりできます。

Android (Gemini)：「OK Google、緊急電話をかけて」と話しかけることで、緊急時に素早く対応できます。いずれも、普段から話しかける練習してみましょう！



④ 医療情報を登録！「緊急情報」の活用

アレルギーや持病、薬の情報など、緊急時に医療関係者に伝えたい情報をスマホに登録できます。ロック画面からも確認できるので、いざという時に安心です。

iPhone: 標準アプリの「ヘルスケア」に、緊急時の連絡先やアレルギー情報などを入力しておきましょう。

Android: 設定の「緊急情報」の中の「緊急時の情報」に、医療情報を入力しておくことができます。

★この機会にすべての機能の設定を見直し、平常時から練習をしておけば、いざという時に安心ですね！

そこが知りたい！★「リンク」ってなに？～インターネットの「つながり」を知ろう～★

今月は、よく耳にするし、いつも普通に使っているけどちょっと分かりにくい「リンク」について紹介します。

リンクとは？

インターネットの世界でいう「リンク（Link）」とは、「つながり」や「橋渡し」という意味です。あるページから別のページへジャンプしたり、ファイルを開いたりする“案内板”のような役割をしています。

インターネットは、世界中の情報をつなげている大きなネットワークです。もしリンクがなかったら、私たちはひとつひとつのサイトを住所（URL）で入力しないとなりません。リンクがあるおかげで、見たい情報にすぐ移動できるのです。つまり、リンクはインターネットを便利にしている“近道”なんです！

リンクの開き方

ホームページの閲覧で、リンクをクリックするとリンク先のページが開きますが、開き方には2種類あります。

① 今見ているページが切り替わる（同じタブで開く）

リンクをクリックすると、今見ていたページが消えて、新しいページに切り替わります。元のページに戻りたいときは、画面左上の【←戻る】ボタンをクリックします。

② 新しいタブで開く

リンクをクリックすると、画面の上に【新しいタブ】が開いて、そこにリンク先のページが表示されます。今見ていたページはそのまま残るので、【←戻る】ボタンでは前のページには戻れません。

“タブ”は、「ページの見出し」のようなもの。クリックして、見たいページに切り替えます。webページを比較したい時などに便利な機能です。不要なページは【×】をクリックして、閉じます。

クリックすると今見ているページが切り替わるのか、新しいタブで開くのかは、リンクを作った人が設定しています。自分で新しいタブで開きたいと思った時は、リンクを右クリックして【新しいタブで開く】を選びましょう。

その他のいろいろなリンク

- ファイルリンク： PDFやWordなどの資料を開きます。例）「申し込み用紙はこちら」
- メールリンク：メールソフトが開きます。例）mailto:info@～
- 電話リンク：スマホで電話をかけます。例）TEL:045-123-4567
- コンテンツリンク：YouTubeや地図などを開きます。

リンクをクリックする時の注意点

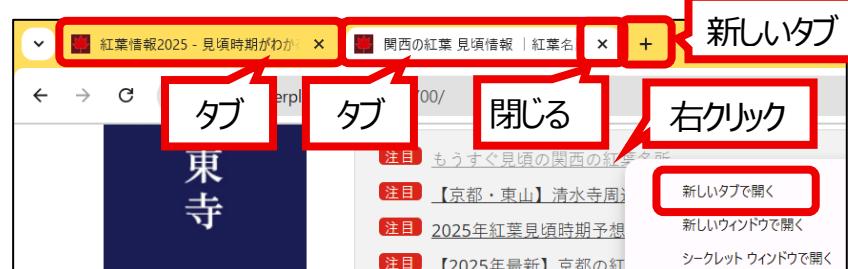
リンクには注意も必要です。次のポイントを確認し、安心できない場合はクリックしないようにしましょう。

- 送信元が知らない人や企業なら開かない。
- 「急いで」「確認してください」など焦らせる文言に注意。
- アドレス（URL）をよく見る。リンク先のURLが本物か確認する。

リンクの見分け方

- マウスを合わせると下線が表示される
- マウスをのせると指の形になる
- 画像やボタンもリンクになっていることがある

京都の秋を堪能しよう
美しい紅葉を事前予約でゆったり楽しめる！「秋の特別拝観」
プランとは？



おしらせ掲示板

【カレンダー講座】

11月カレンダー講座の《技巧賞》Tさんの作品

・秋の紅葉の樹木に少女のイラストを配置して、背景には柔らかなピンク色を設定して。優しい秋のカレンダーに仕上りましたね。フォントも可愛らしく楽しいカレンダーになりました。

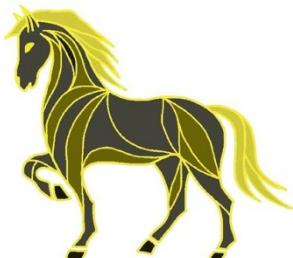
次回のカレンダー講座は、**大船教室 12月22日(月)**

10:00~12:00です。



担当講師：山田

【iPadでお絵描き講座】



前回のお絵描き講座「午」《技巧賞》Sさんの作品

・来年の干支「午」のイラストです。縁どり輪郭線を黄色で本体を濃い渋めの色合いで、キリっとしたスタイリッシュな「午」になりましたね～。とても素敵だと思います。

次回の「お絵描き講座」は、**大船教室 1月23日(金)**

13:30~15:30です。

担当講師：山田

1,000円ランチ「セブンイレブン鎌倉大船2丁目店」

今月は少し趣向を変えて、コンビニエンスストア「セブンイレブン」さんにお邪魔しました。

コンビニラーメンは久しぶりですが、かなりびっくりしました。

電子レンジで買ってきてそのまま温めるのですけれど、麺や具、スープが分けてあって、かなりお店で出されるものに近くなっています。麺が伸び伸びになっていたりしないんですね。

カレーパン、紅茶もいただきましたけど、紅茶に「チャイ」があったり、コンビニメニューの進歩ぶりは目を見張るばかりです。

ごちそうさまでした。



続きを読む→

★パソコンテキストのご紹介★

11月17日リリーステキスト

・W-0251：

描画ツールを使って地図付きお知らせ文書を作成しよう



・PTC-0003：
パソコンチャレンジ Vol.3



パソコン・マンスリー作品展・開催中！！

毎月テーマを変えて、日常の何気ない風景や気になった物などを気軽に投稿して楽しんでいただけます。12月は「クリスマス」がテーマです。ぜひ、ご参加ください！



今月号のお題は
1年の締めくくり「**今年の目標 結果報告**」です。

12月のお題は、年初に発表した「今年の目標」の結果報告という過酷なお題になりました。

ちなみに私は「新しい収益源を探す」でした。高校の非常勤講師もやりましたが、一時的なものでしたので来年も模索することになりそうです。さて、スタッフはどうだったでしょうか。

<キリマンジャロ>

「両親の写真整理を完了したい」が今年の目標でした。押入れにぎっしり・のアルバムを半分くらい取り出し、デジタル化の作業に着手。久しぶりに会った従兄にスマホの中のスキャン写真を見せたら、「え…これ、俺？見たことないよ。おばちゃん、アルバムみんな持つて行っちゃったんだ？」と言われ、只今プレゼント用のフォトブックを作成中。今年の目標を完了する前に次の目標が生まれてしまいました。さて。。。

∞～ カモミール ～∞

【左手で箸を使えるようにする】1月からほぼ毎日練習を始め、なんとか使えるようになりました。右手と同じように使えるとは言えませんが。練習は白木の箸で行ってないので塗り箸などはまだ苦手です。食事の時は右手ですが、間食や乾き物などの時にまだまだ練習中です。

：：：： 抹茶 ：：：：

「我が家家のエンディングノート作成」はまだ完成に至りませんが、家族の誰もが判るように保険や契約等などの各書類は個別にプラスチックのファイルケースに入れてタイトル背表紙を付けました。探し物が増えてきた自分の為でもありますが、中身の書類整理とエンディングノートの更新は永遠に続きそうです、、、

～エスプレッソ～

新聞はその日のうちに読んで片付けるという目標を立てました。三日坊主になりながらも、なるべくその日に読むように努力をしました。積み上げることのないようにまとめて読んで片づけたりして。

◇ カフェオレ ◇

今年の目標は「カレンダー用素材を揃える」でした。当初2月ぐらいに完成予定の被写体でしたが、完成がずれ込んでしまって7月になってしまったので、素材は「現在鋭意進行中！」です。

カレンダー制作には間に合いますので、現在四季折々の撮影を行なっています。

▲茶柱▼

「ティーブレイク」Vol.360 (2025年12月号)

編集：パソコン事務局 コンサポート大船・港南台教室
発行：鎌倉市大船1-23-11 松岡大船ビル4階 コンサポート大船教室/港南台教室
TEL：0467-40-2330(大船教室)/045-832-1121(港南台教室)
URL：<https://www.oofuna.com> E-Mail：oofuna@comspt.com
編集：小野 克美 発行責任者：小野 薫 2025年12月1日(月)発行



パソプラ写真館
ID : pasopla
P/W : kiku
パソプラ写真の写真を直接WEBやSNSへ投稿するのはご遠慮ください。

