

iPhone

スマートフォン初心者編



メールをしてみよう



令和7年11月

目次

1. 文字入力の方法

1-A 文字入力の方法	P2
1-B 文字の訂正方法	P5
1-C キーボードの切り替え	P8

2. メールの使い方

2-A iCloudメールの特徴とメリット	P13
2-B iCloudメールでメールを作成してみましょう	P14
2-C メールに画像を添付しましょう	P21
2-D iCloudメールで受信メールを確認しましょう	P25
2-E 受信したメールに返信しましょう	P26
2-F 受信したメールの画像を保存しましょう	P28
2-G 詐欺メールにご用心	P30

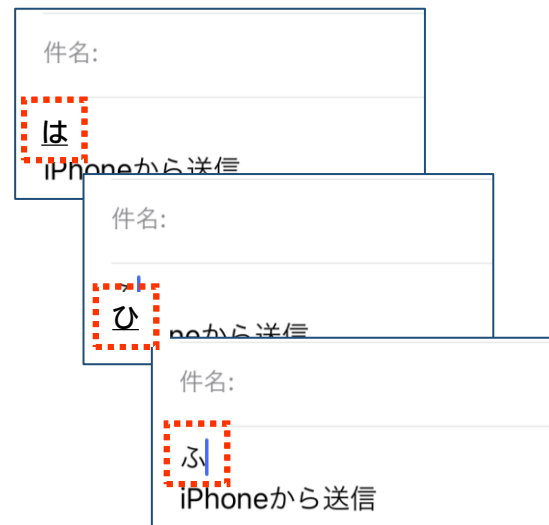
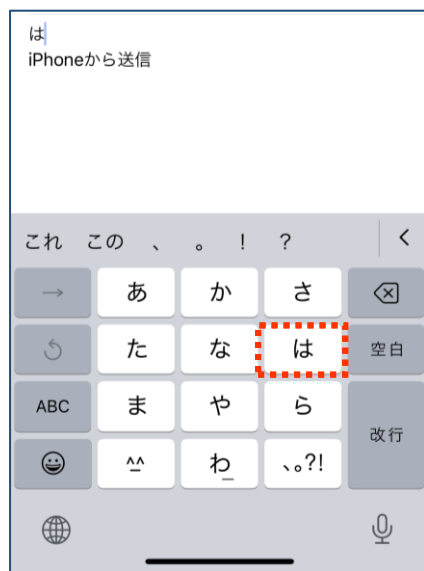
1

文字入力の仕方



スマートフォンにおける文字入力には、様々な入力方法があります

A ケータイ入力(トグル入力)

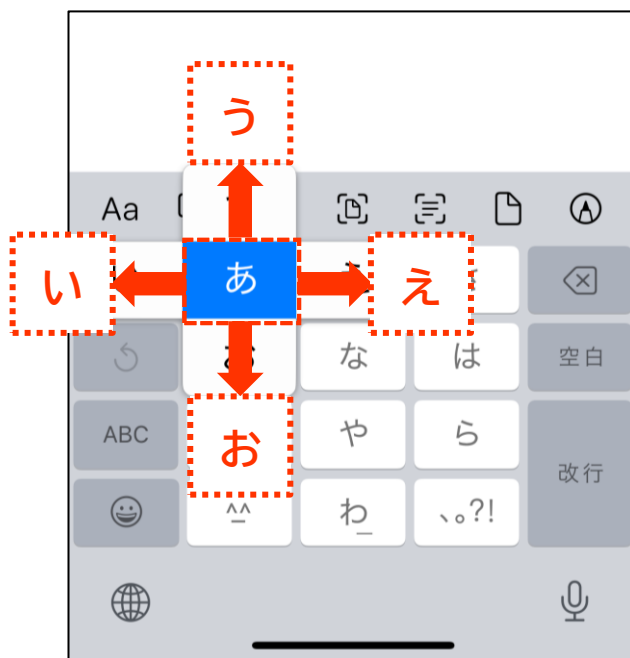


「は」⇒「ひ」⇒「ふ」と変化

「ふ」と入力するには「は」を
3回連続押します

スマートフォンにおける文字入力には、様々な入力方法があります

B スマートフォン入力(フリック入力)



件名:

い

iPhoneから送信

「い」の文字が入力できます

「い」と入力するには「あ」から左に指をスライドし、
「い」の表示に変わったら指を離します

スマートフォンにおける文字入力には、様々な入力方法があります

C 音声入力

マイクボタン  を押して話しかける

自動的に文字が入ります



とうきょう



文字の訂正 (例)「今日**ほ**いい天気ですが」⇒「今日**は**いい天気ですが」へ修正

- ① 「が」の右にカーソルがあることを確認します




- ② 「が」の右側を長押しすると文字が拡大表示されます



文字の訂正 (例)「今日**ほ**いい天気ですが」⇒「今日**は**いい天気ですが」へ修正

③ 画面に指をつけたまま「ほ」の位置まで移動し、指を離します



④ 削除ボタン  を押し、「ほ」を削除します



文字の訂正 (例)「今日**ほ**いい天気ですが」⇒「今日**は**いい天気ですが」へ修正

- ⑤ カーソルの位置に「は」を入力後、
文の末尾を押して文書作成へ戻ります



キーボードの配列の切り替え方

※機種によって異なる場合があります

① 12キー配列

「ABC」を押すと

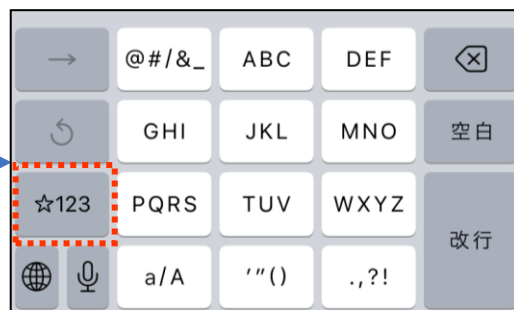
② 英語配列になります



② 英語配列

「☆123」を押すと

③ 10キー配列になります



③ 10キー配列

「あいう」を押すと

① 12キー配列になります



キーボードの配列の切り替え方

※機種によって異なる場合があります

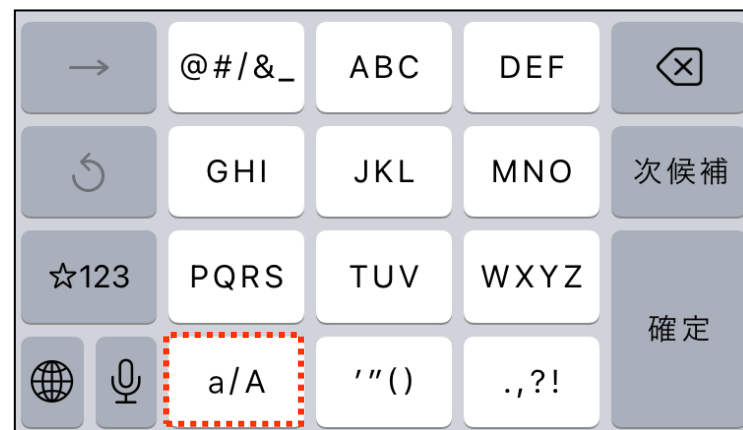
小文字の入力方法

- 4** 例:「や」と入力
「や」と入力後に赤枠内を押すと
「ゃ」と小文字になります



英大文字の入力方法

- 5** 例:「K」と入力
「k」と入力後に下記赤枠内を
押すと「K」と大文字になります



キーボードの配列の切り替え方

※機種によって異なる場合があります

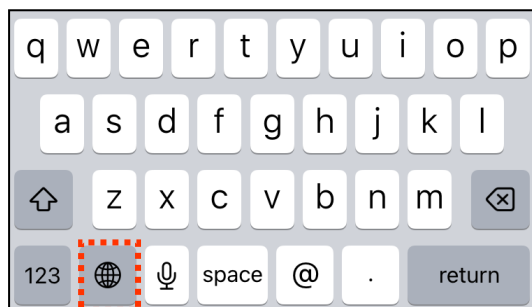
① 12キー配列



② 絵文字



④ パソコン配列(QWERTY)




③ 12キー配列



キーボードの配列の切り替え方


英大文字の入力方法

- 5 赤枠内  を押してから英字を入力すると大文字になります



※機種によって異なる場合があります

キーボードの切り替え

- 6 赤枠内  ボタンを長押しすると選択画面が表示されるので変更したいキーボードを押します



2

メールの使い方



メールには、インターネットを供給している会社や携帯会社が提供するサービスの契約者向けに提供しているEメールサービスと、Gmail(ジメール)をはじめとする、登録すれば誰でも利用できるEメールサービス(Webメール)等があります。
(※その他のメールサービスを利用することも可能です。)


■iCloudメールの特徴

iCloudメールはApple社の製品を持っていれば誰でも使用できる無料のEメールサービスです。
※利用にはAppleIDが必要になります。

メールを作成しましょう

① メール  を押します



② 新規作成ボタン  を押します



メールを作成しましょう

- ③ 宛先のメールアドレスを入力します



+ボタンを押すと
電話帳に登録済みの
人から選べます



- ④ 「件名」を入力します
※件名の入力は必須ではありません

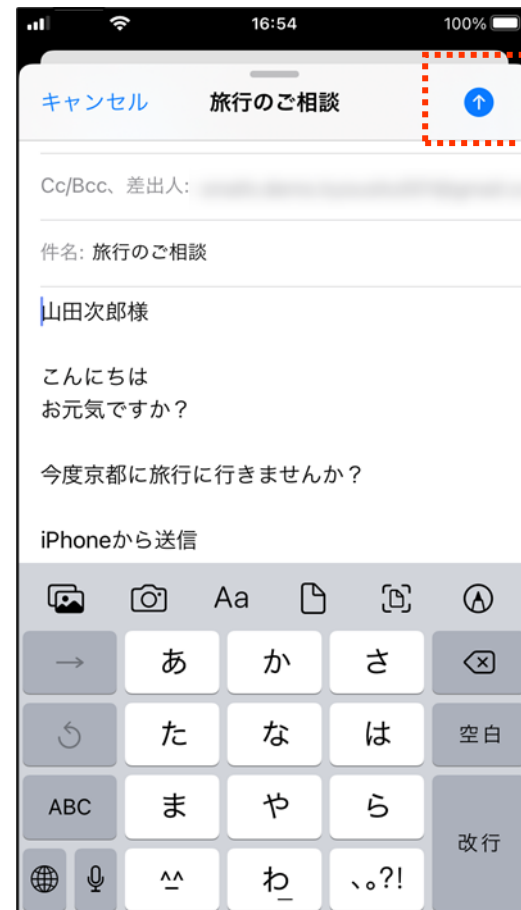


メールを作成しましょう

⑤ 本文を作成します



⑥ 入力が完了したら画面右上の
↑ ボタンを押して送信されます

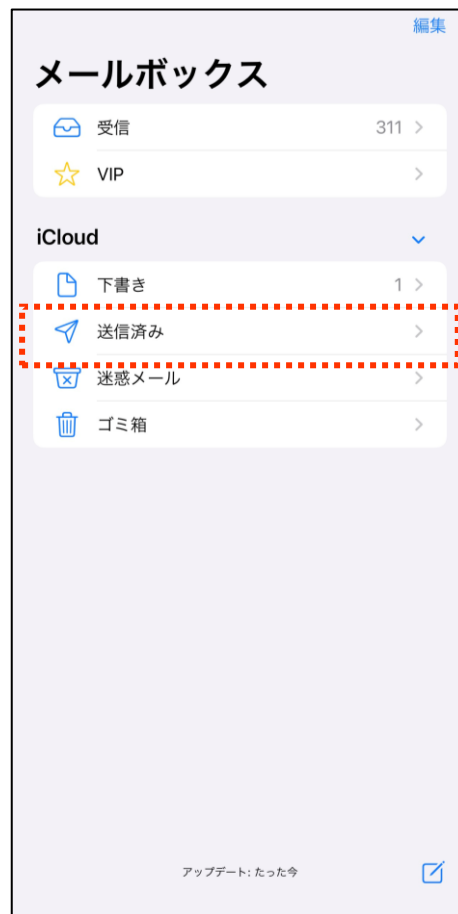


送信可否の確認方法

- ① 左上の「<メールボックス」を押します



- ② 「送信済み」を押します



送信可否の確認方法


- ③ 送信済みのメールが一覧で表示されます



電話帳(連絡先)からメールを作成する方法

① 受話器マーク  を押します




② 画面下部に出てくる
連絡先  を押します



電話帳(連絡先)からメールを作成する方法

③ メールを送信する相手を一覧から選びます



④ メール  を押すとメール作成画面に移動します



メールに画像を付けて送りたい

① 写真ボタン  を押します



② 添付したい画像を選択します



メールに画像を付けて送りたい

③ 画像にチェックが入り
画像が添付されます



④ 画面右下赤枠内の
× ボタンを押します




メールに画像を付けて送みましょう

5 メールに画像が
添付されます



メールに画像を付けて送りたい

- 6 本文の編集が完了したら
送信ボタン  を押して送信します

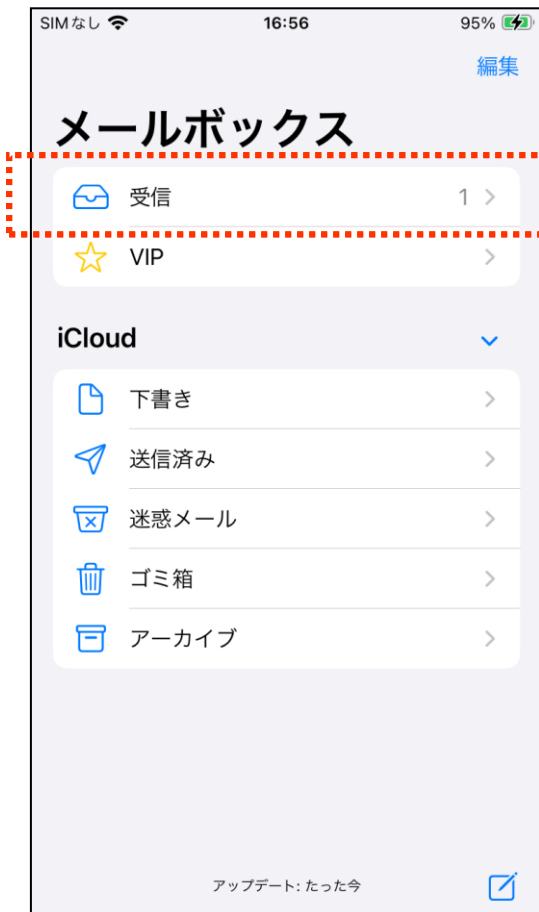


※ 画像の容量が一定の
大きさを超える場合、
画質を落として容量
を少なくするか選択
が必要になることが
あります

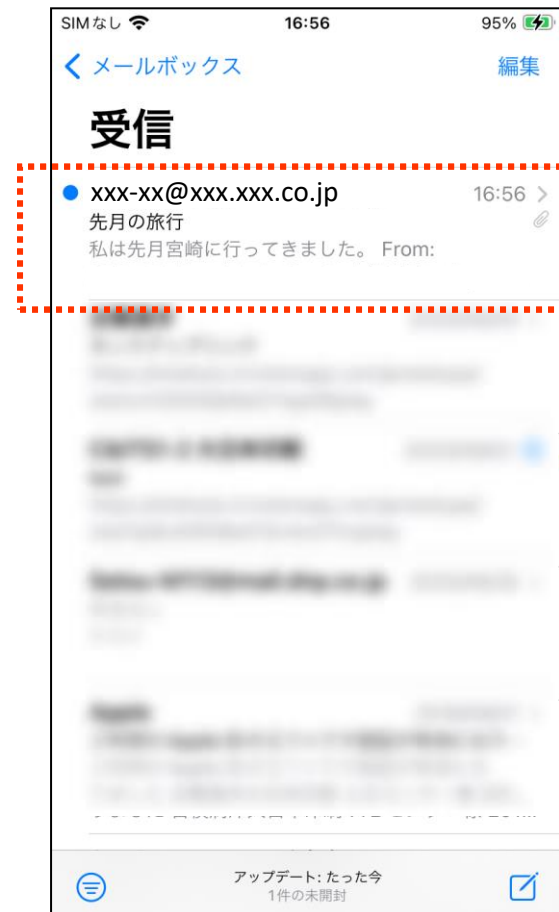


受信したメールを確認しましょう

- ① ホーム画面からメールを起動し「受信」を押します



- ② 読みたいメールを押します



受信したメールに返信する方法

- ① 返信したいメールを表示し
🔙 ボタンを押します

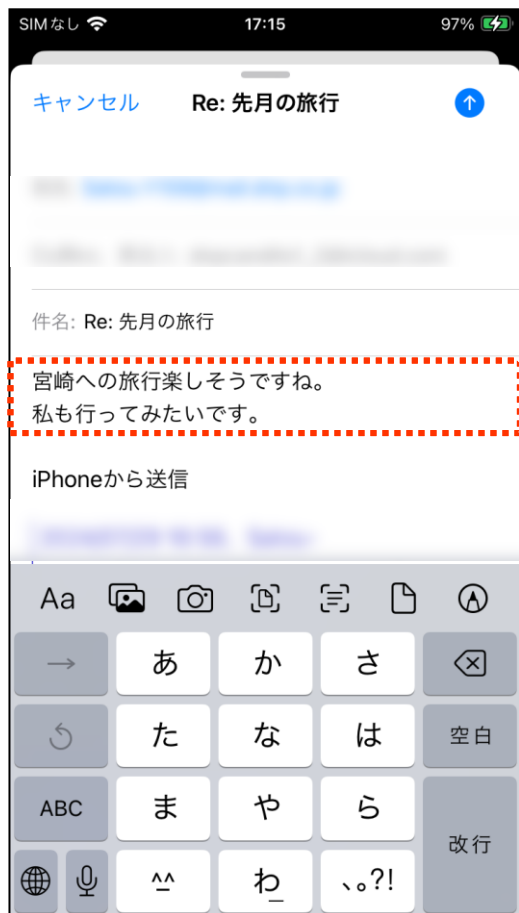


- ② 赤枠内の 🔙 ボタンを
返信 ボタンを
押します



受信したメールに返信する方法

③ 返信する文面を作成します




④ 文面の作成が完了したら
↑ ボタンで送信します

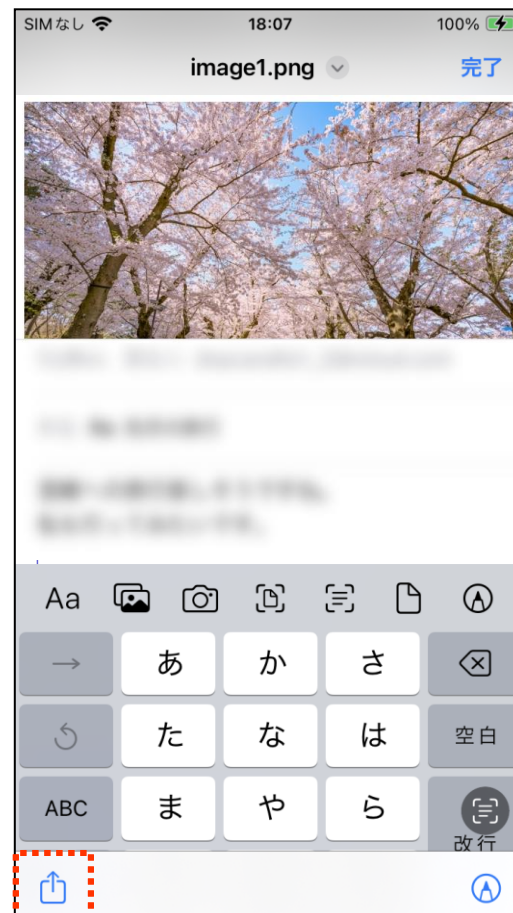


受信したメールの画像をアルバムに保存しましょう

- ① 保存したい画像を
長押しします



- ② 左下の  ボタンを
押します

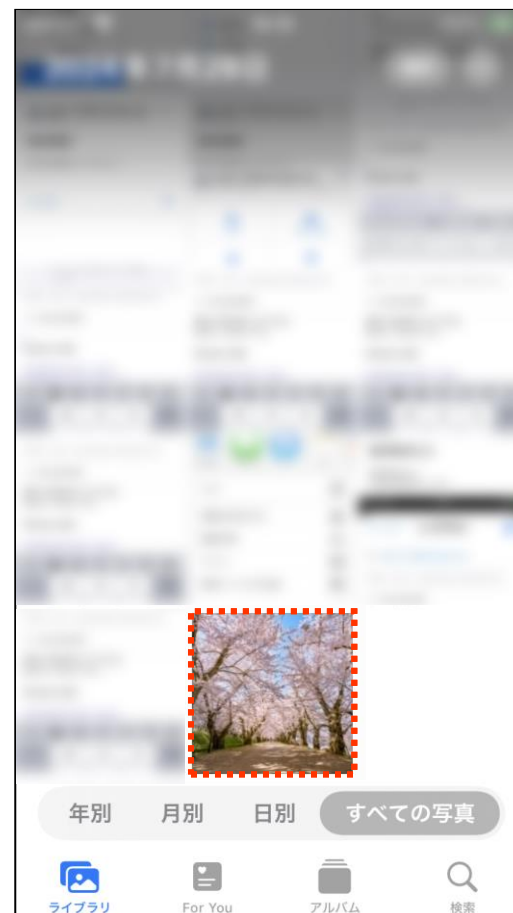


受信したメールの画像をアルバムに保存しましょう

③ 「画像を保存」を押します



④ 画像がアルバムの中に保存されます



身に覚えのないメールにご注意ください!

ショップやメーカーの公式サイトからのメールになりすまし、メールから偽のサイトに誘導し、そこでユーザーIDやパスワード、クレジットカードなどの情報を入力させて盗み取ろうとする詐欺メールをフィッシングメールと呼びます。

「還付金があります」「お金をあげます」など都合の良い儲け話が書かれたメールは、ほとんどが詐欺メールです。このようなメールにご注意ください。

怪しいと感じたメールは削除することをおすすめします。



- ・ 還付金があります…
- ・ お金をあげます…
- ・ 私は有名タレントの●●です…
- ・ 至急お支払いをお願いします…



【参考】フィッシングメールの例

	差出人: <u>sagimail@xxx.co.jp</u>	ポイント1 見覚えのないアドレス
	件名: ○○運送不在通知	
ポイント2 簡体字等の 特殊文字が入っている	XXX様	
	お客様が <u>缺席</u> のため荷物を <u>持ち帰</u>	ポイント3 不自然な改行
	<u>りました。</u>	
ポイント5 身に覚えのないリンク (URL)がある。 ※絶対に押さない ※青文字の文章の 場合もあり	<u>こちらから確認をください</u> <u>6rme.wunm.com</u>	ポイント4 不自然な言葉使い

上記はあくまで一例としてですが、非常に巧妙なものもあるのでご注意ください

- 電源の入れ方・ボタン操作の仕方を知ろう
- 電話・カメラを使おう
- 新しくアプリをインストールしてみよう
- インターネットを使ってみよう
- メールをしてみよう
- 地図アプリを使おう
- メッセージアプリを使おう
- スマートフォンを安全に使うための基本的なポイントを知ろう
- オンライン会議アプリを使ってみよう

総務省デジタル活用支援推進事業 教材一覧(応用講座)

- マイナンバーカードを健康保険証として利用しよう

- ・公金受取口座の登録をしよう

- マイナンバーカードを申請しよう

- マイナンバーカードの機能をスマートフォンに搭載しよう

- マイナポータルを活用しよう

- スマートフォンで確定申告(e-tax)をしよう

スマホを使って
マイナンバーカードを
活用しましょう

- ハザードマップポータルサイトで様々な災害のリスクを確認しよう

- 浸水ナビを使って水害シミュレーションを見てみよう

- 地理院地図を使って身近な土地の情報を知ろう

スマホで
防災・地域について
知りましょう

- オンライン診療を使ってみよう

- 全国版救急受診アプリ(Q助)で病気やけがの緊急度を判定しよう

スマホを
健康や医療に
活用してみましょう

様々な活用方法で
スマホを
使いこなして
みましょう

- 生成AIを使ってみよう

- 文字表示電話サービス(ヨメテル)を使ってみよう

- スマホで年金の情報を確認しよう(ねんきんネット)

- デジタルリテラシーを身につけて安心・安全にインターネットを楽しもう