スマホで、もっとあんしん。

好きな写真を、大きく眺めよう。

葉っぱの色も、花びらも。指を広げて、もう一度。



季節のERAちゃん

9月号で入れた「写真を見る」予定を、今月は楽しんでみませんか。スマホに残した一枚を開き、大きく眺める練習です。新しく撮りに行かなくても、手元の好きな写真で始められます。



編集長・ERAちゃんの今月の一歩

先月の予定どおり、写真を見てみたよ。大きくすると、葉っぱの細い線まで見つかった！ ひとつ分かると、楽しみも広がるね。

2〜3頁 スマホの練習 4頁 安心の備え
5頁 季節の暮らし 6頁 お楽しみクイズ

スマホの練習 ① まずは準備から

写真を一枚開いて、拡大してみよう

風景や花など、スマホに保存してある写真を使います。今日は見るだけ。送信や編集はしません。

対象：iPhoneの「写真」／AndroidはGalaxyの「ギャラリー」を例に説明。機種・OS・アプリ版で名前や戻り方が異なります。



ERAちゃんのイラスト／実際の操作画面ではありません。

1 写真のアプリを開く

iPhoneは「写真」、Galaxyは「ギャラリー」を開きます。別の機種で名前が違うときは、普段撮った写真を見るアプリを使いましょう。

2 見たい一枚を軽く押す

写真の一覧から、好きな一枚を1回押します。写真が画面いっぱいに出たら準備できました。長押しはしなくて大丈夫です。

続きは、次のページへ。できるところまでで大丈夫です。

スマホの練習 ② 確かめてみよう

写真を一枚開いて、拡大してみよう



ERAちゃんのイラスト／実際の操作画面ではありません。

3 2本の指を、ゆっくり広げる

写真の上に親指と人さし指を置き、画面に触れたまま指の間を少し広げます。葉っぱや花など、見たいところが大きくなります。

4 指を寄せて、全体に戻す

今度は2本の指を少し離して置き、画面に触れたまま近づけます。写真の全体が見えたら、指を離します。拡大前と見比べましょう。

戻したいとき・ここでやめるとき

写真を閉じるときは、iPhoneは左上の戻るボタン、Galaxyは「戻る」を使います。見当たらなければ、ホーム画面に戻って練習を終えても大丈夫です。

この練習では「編集」「共有」「削除」は押しません。画面が違う、うまく広がらないときは、その写真を開いたところで止めて構いません。

あわてず、自分を守る

写真を送る前に、すみまで見直す

きれいな写真でも、住所や人の顔が写っていることがあります。送ったり、SNSに載せたりする前に、一度立ち止まって確認しましょう。



ERAちゃんのイラスト／実際の操作画面ではありません。

1. 表札・郵便物・車の番号など、
知られたくないものが写っていないか確かめます。

2. 一緒に写った人に、送ってよいかを確認します。
送信先と公開範囲も見直します。

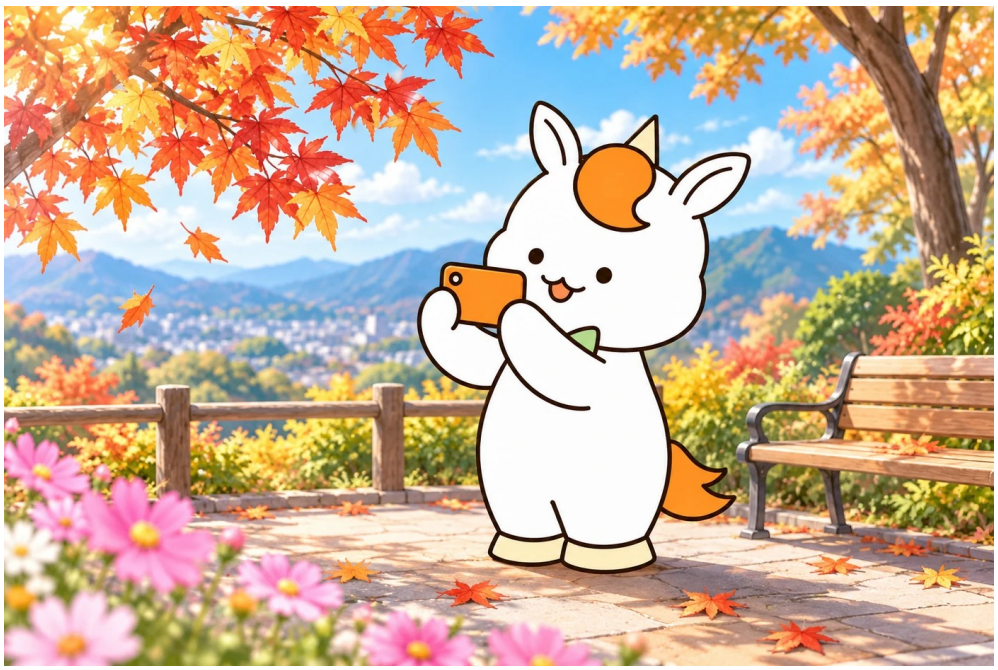
3. 迷ったら送らず、個人情報が写っていない別の一枚を選びましょう。

すでに操作した・不安が残るとき

送信先や投稿先を確認し、必要なら削除や公開範囲の変更を行います。一度広がった画像を完全に回収できるとは限りません。操作に迷うときは、使ったサービスの公式ヘルプで確認しましょう。

季節の暮らしを、心地よく

秋の景色は、足を止めてから



ERAちゃんのイラスト

紅葉や花を見つけたら、周りを確かめて通行の妨げにならない安全な場所へ。足を止めてから撮り、歩き出す前にスマホをしまいましょう。家に帰って写真を大きくすると、その場では気づかなかった色や形も楽しめます。

道の真ん中、階段、駅のホームの端では操作しません。遠出をしなくても、窓辺の花や以前の写真で秋を楽しめます。

この号の出典

下の名称から公式ページを開けます。確認日：2026-10-04

- Apple：写真を見る・戻る
- Apple：写真の拡大
- Samsung：写真を開く・指の操作
- 個人情報保護委員会：写真の確認
- 大阪府警：歩きスマホの危険

ERAちゃんと、ひと休み。

時間を気にせず、お楽しみください。
答えと考え方は、下で確かめられます。



1. 写真が12枚。3枚増えたら、全部で何枚？

2. 「秋桜」は、なんと読むでしょう。

3. 写真を大きく見るとき、2本の指はどう動かす？

答えと、考え方

1. 15枚 12に3を足して15枚です。

2. コスモス 秋の景色を彩る花の名前です。

3. 指の間を、ゆっくり広げる 元の大きさへ戻すときは、指の間を近づけます。

気分転換のクイズです。認知症の予防・治療の効果を示すものではありません。

今日の小さな一歩

好きな写真を一枚だけ開き、気になるところを大きくしてみましょう。見つけた色や形を、ひとこと紙に書いても楽しめます。

ERA mobileからのお知らせ

0120-546-537 / 受付10:00～18:00

紹介1件につき、商品券1,000円分。
無料・予約不要の相談会、訪問サポートもご案内。

紹介の適用条件・進呈対象、相談会の日程・会場、訪問の地域・費用は店舗でご確認ください。
2026年9月20日現在のご案内です。