

らくらくスマートフォン F-53E

使いこなしガイド

これ1冊で、 使いこなせる!



大きな画面で
わかりやすく解説!



こんな時、?
どうしたら? 
を解決します!

- 前の端末からデータを引き継ぎたい
- 電話 / メールがしたい
- インターネットで調べたい
- きれいに写真がとりたい
- マップを使って目的地に行きたい
- セキュリティの設定がしたい
- 迷惑電話・詐欺対策機能

ごあいさつ

このたびは、**らくらくスマートフォン F-53E** をお買い上げいただきありがとうございます。

本書でご紹介している「Google のサービス」「ララシアコネクト」「らくらくコミュニティ」「カメラ」など、多種多様なアプリやサービスを知っていただくことで、らくらくスマートフォン F-53E の魅力を感じていただければ幸いです。

日々の生活に、らくらくスマートフォン F-53E をぜひご活用ください。

FCNT 合同会社

本書をお読みになる前に

用語について

Android™（アンドロイド）とは？

スマートフォンを動かすために使う基本のシステムで、らくらくスマートフォンはこの「Android」を利用しています。

Google（グーグル）とは？

検索ボックスに打ち込んだ言葉に関する^{ウェブ} Web サイトを探す「検索サイト」です。また、このサービスを提供している企業の名前でもあり、Android や Gmail、YouTube™ などは Google が提供しているサービスの一部です。

アカウントとは？

インターネットなどのネットワークにログインするための権利を意味しますが、一般的には^{ウェブ} Web サービスなどを利用する場合に必要なユーザー ID と同じ意味で使われています。

ログインとは？

スマートフォンでアプリやサービスを使用する時、自分の身元を示す情報（^{アイディー} ID とパスワード）を入力し、接続や利用開始をすることです。

アプリとは？

スマートフォンの機能を動かすプログラムのことです。写真を撮るなら「カメラ・ビデオ」アプリ、電話をするなら「電話／電話帳」アプリといったように、らくらくスマートフォンにはさまざまなアプリが搭載されています。アプリを起動することでそれぞれの機能を使うことができます。

プレスとは？

らくらくスマートフォンの画面に指を軽く触れてからそのまま押し込み、指を離す動作のことです。画面に表示されている項目を選ぶときは、その項目の上に指を置いてプレスします。

モバイルネットワークとは？

携帯電話会社の回線のことをモバイルネットワークと呼びます。らくらくスマートフォンは、モバイルネットワークを使用することで、どこにいても快適にデータ通信を行うことができます。

^{ワイファイ}Wi-Fi ネットワークとは？

モバイルネットワークが、広い範囲で通信を提供する一方、屋内などの限られた範囲で使用できるネットワークです。また、街中には無料で使用できるスポットが用意されています。

ダウンロードとは？

^{ウェブ}Web サイトなどからネットワーク経由で、らくらくスマートフォンに情報やファイルを取り込むことをいいます。

インストールとは？

アプリを Play ストアなどからダウンロードして、らくらくスマートフォンに追加することをいいます。インストールしたアプリは、らくらくスマートフォンに保存され、使用できるようになります。また、不要になったアプリを削除することを「アンインストール」といいます。

^{タイプ}USB Type-C 接続端子とは？

らくらくスマートフォンを充電したり、パソコンと接続して写真やビデオなどのデータをやり取りすることができる端子です。

初期設定について

らくらくスマートフォンを購入後、はじめてご使用になる場合は初期設定が必要です。らくらくスマートフォンに付属の『かんたん操作ガイド』をお読みください。また、本書では各アプリの初期設定の操作を省略している場合があります。

本書の対象機種について

本書は次の機種を前提として、操作方法、イラストおよび画面を掲載しています。画面については、一部を切り出して掲載している場合があります。

機種名 らくらくスマートフォン F-53E

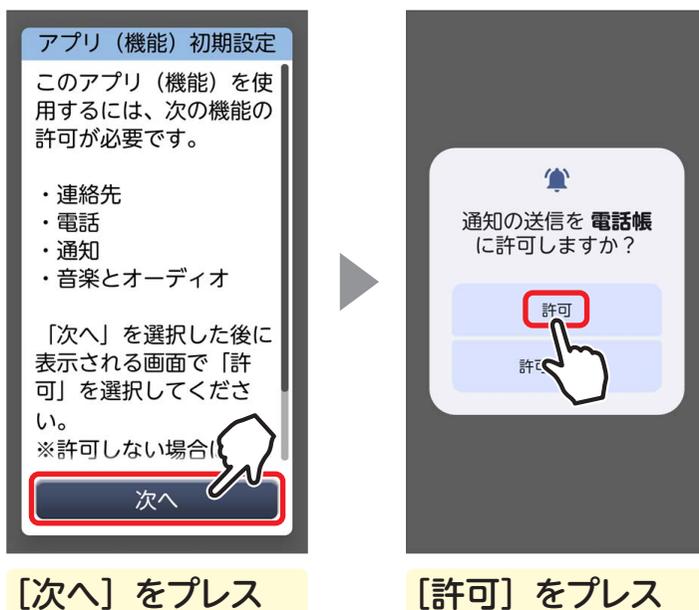
アプリの利用規約、機能説明、機能の利用確認について

アプリをはじめて起動したときに利用規約や機能説明などが表示された場合は、内容を確認して同意操作を行ってください。

また、アプリに必要な機能の利用確認（アクセス権限の許可）画面が表示されたときは、アクセス権限を許可すると、該当する機能・情報を利用できるようになります。

お買い上げ時に搭載されているアプリは、お客さまの不利益になる動作は行いませんので、**【許可】** を選択してください。

< 例 >



- アプリによって表示される確認画面は異なります。
- 本書では、利用規約の同意の操作や機能説明の確認の操作は省略している場合があります。
- 本書では、機能の利用確認（アクセス権限の許可）の操作は省略しています。

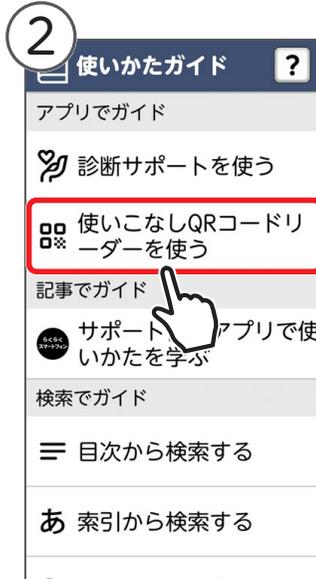
設定画面をかんたんに起動する

本書に記載の右図のような QR コードを、「使いこなし QR コードリーダー」で読み取ると、設定したい機能の操作画面をかんたんに起動できます。ぜひご活用ください。

※ 右の QR コードはサンプルです。画面の起動はできません。



ホーム画面で「使いかたガイド」をプレス



「使いこなし QR コードリーダーを使う」をプレス



「読み取りを始める」をプレス



本書に記載されている QR コードを読み取る



「起動する」をプレス



設定画面が起動

目次

知りたいことにあわせて、どこからでも読み進められます。

**はじめてお使いの
ときは ▶ P.8 から**

スマホの初歩や
データの引き継ぎなど

**使ってみよう
▶ P.32 から**

よく使うアプリや
あんしん機能を知りたい

**活用してみよう
▶ P.110 から**

便利な機能を
もっと使いこなしたい

はじめてお使いのときは

ご使用になる前に	8	その他の入力	25
各部の名称と機能	8	以前お使いの機種からデータを 引き継ぐ	27
タッチパネルの操作	11	初期設定時に Google アカウントで 引き継ぎ	27
トップ画面とホーム画面	13	「かんたんお引越し」で引き継ぎ	28
通知パネル	16	LINE (ライン) の引き継ぎ	29
マナーモード／運転中モード／ 機内モードを設定する	17	らくらくコミュニティの引き継ぎ	31
Wi-Fi を設定する	18		
オススメ設定について	19		
文字入力	20		

使ってみよう

電話／電話帳	32	インターネット	67
電話をかける	32	Web サイトを閲覧する	67
電話を受ける	34	よく使うブックマークをホーム画面に 表示する	69
電話帳を使う	36	Google	70
ワンタッチダイヤルに登録する	41	Google アプリとは	70
メール／SMS	43	Google アカウントを取得する	73
メールを送る	43	検索ボックスを使う	78
メールを読む	46	Google アシスタントを使う	79
SMS を使う	50	Google Play を使う	81
+メッセージを使う	52	LINE (ライン)	84
カメラ	54	LINE をダウンロードする	84
写真／ビデオを撮る	54	トークを送る	87
撮影モードを切り替える	59	スタンプを送る	88
Google レンズを使う	60	写真を送る	88
アルバム	61	詐欺対策	89
写真／ビデオを見る	61	詐欺対策とは	89
アルバムを作る	63	迷惑電話対策機能を設定する	91
めくってピクチャーを設定する	65	らくらく迷惑メール判定機能を 設定する	93

フィッシング詐欺警告機能を 設定する	94	あんしんセキュリティを使う	102
		安心データ保存を使う	104
セキュリティ／あんしん	95	いざという時に	105
セキュリティ機能について	95	ライトを使う	105
トップ画面をロックする	96	緊急時ブザーを使う	106
指紋認証を使う	98	非常用節電モードを使う	107
顔認証を使う	100	災害用キットを使う	109

活用してみよう

健康	110	ドコモサービス	140
ララしあコネクトを起動する	110	dアカウントを取得する	140
自律神経パワーを測定する	112	dメニューとは	142
歩数、歩速を測定する	115	d払いを使う	143
血圧を管理する	116	おサイフケータイを使う	145
血圧計の測定結果を取り込む	117	お客様サポートを見る	147
心拍数を測定する	118	マップ	148
睡眠状態を測定する	119	マップを表示する	148
脳年齢を測定する	120	目的地までの行き方を調べる	150
dヘルスケアを使う	121	スケジュール	151
らくらくコミュニティ	123	スケジュールを登録する	151
らくらくコミュニティとは	123	メモ	155
らくらくコミュニティを利用する	125	メモを登録する	155
ホームを見る	126	メモを確認する	156
コミュニティを見る	128	目覚まし／お知らせタイマー	158
コミュニティに投稿する	129	目覚ましを利用する	158
マイページを見る	133	お知らせタイマーを利用する	160
らくらくスマートフォン		情報・メディア	161
サポート情報	134	ニュースを見る	161
La Member's	134	ラジオを聴く	163
ラ・メンバーズを始める	134	画面出力	165
各画面のご紹介（ホーム、サポート、 ポイント、スペシャル）	136	かんたん画面出力を使う （初回の設定）	165
ゲーム	138		
ゲームで遊ぶ	138		
らくコミュゲームの主なゲーム	139		

サポート

らくらくホンセンター	167	困ったとき	171
電話で相談する	167	こんなときどうする？	171
使いかたガイド	168	重要なお知らせ	172
使いかたガイドとは	168	丸洗い・アルコール除菌	174
診断サポートを使う	169	索引	175
検索でガイドを使う	170		



ご使用になる前に

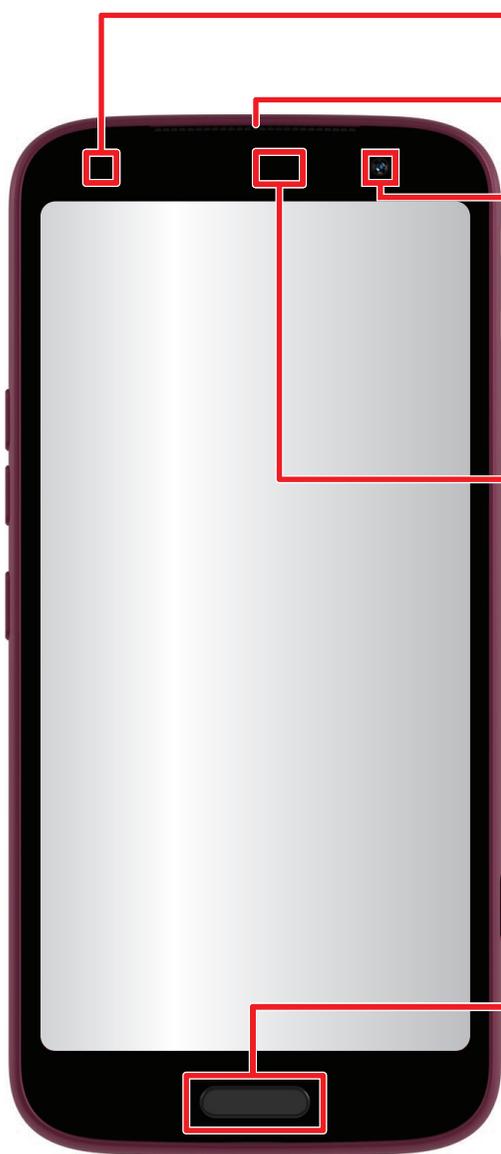
各部の名称と機能



上から見た図

セカンドマイク

通話時に騒音を抑えるために使用します。



お知らせランプ

本端末の状態を点灯や点滅で通知します。

受話口

通話相手の声が聞こえます。

内側カメラ

画面側の被写体を撮影します。

スロットキャップ

nanoSIMカードとmicroSDカードを装着します。

通気孔

近接センサー／照度センサー

タッチパネルの誤動作を防いだり、バックライトの明るさを自動調節したりします。

カメラボタン (ボタン)

横位置で写真を撮影するときに便利です。

ホームボタン

指紋センサーとしても使用できます。

ストラップホール

ストラップを取り付けます。

右から見た図

ボタンやカメラなどの名前や位置、主な機能を確認しておきましょう。



フラッシュ／ライト
非常用ライトとしても使用できます。

外側カメラ (超広角／マクロ)
より広範囲の撮影や、近くにある被写体の撮影に使用します。

外側カメラ (標準)
写真／動画の撮影に使用します。

通気孔

音量ボタン (＋／－ ボタン)
＋ボタンは緊急時ブザーとしても使用します。

電源ボタン (⏻ ボタン)
画面を消灯／点灯します。
2秒以上押し続けると電源が入ります。

ループマーク
ループマークを読み取り機にかざしておサイフケータイとして利用できます。

脈波センサー
指を当てて自律神経の活動量を測定します。

左から見た図



USB Type-C接続端子(防水)
USBケーブルなどを接続します。

送話口／マイク
通話や音声検索のときなどに使用します。

ステレオイヤホン端子(防水)
イヤホンなどを接続します。

スピーカー
音声が聞こえます。

下から見た図

■ ホームボタンの操作

本体前面のホームボタンはホーム画面を表示するボタンです。押しかたを変えることで、アプリ履歴や Google アシスタントを起動することもできます。

- アプリなどの操作中にホームボタンを1回押す
- ホームボタンを2回押す
- ホームボタンを長押しする(2秒以上)



ホーム画面が表示



最近使ったアプリが表示



Google アシスタントが起動

■ おまかせズームで画面を拡大

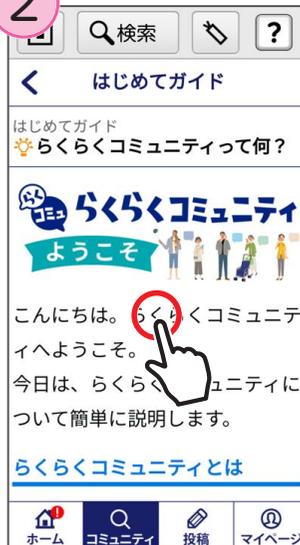
「おまかせズーム」は、タッチした場所を拡大する機能です。拡大時に表示されるバーを利用すると、さらに倍率を変えられます。

1



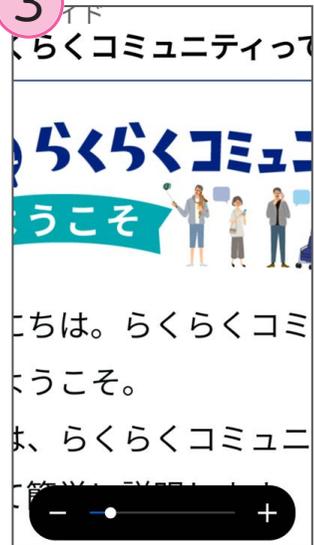
本体右側面の
カメラボタンを押す

2



拡大したい場所を
タッチ

3



タッチした場所が
拡大される

タッチパネルの操作

本書を読み進めるのに必要なタッチパネルの操作です。

■ プレス

指で軽く触れてから押し込む。



項目の選択やアプリを起動するときなどに使います。

■ スライド

指を触れたまま、すばやく目的の方向に動かす。



画面の外にある部分を表示させたり、音量を調節したりするときに使います。

■ ロングプレス

指で軽く触れてから長く押し込む。



項目の選択などに使います。

■ ドラッグ

指を触れたまま、目的の位置に動かす。



アイコンを動かすときなどに使います。

■ タッチ

指で軽く触れてからすぐに離す。



項目の選択やカメラで撮影するときなどに使います。

■ ピンチイン／ピンチアウト

2本の指で触れてから縮める／広げる。



画面の表示を縮小／拡大するときなどに使います。

■ フリック

触れた指をすばやく払う。



文字を入力するときなどに使います。

● プレス／タッチ操作時の振動の強さの変更



● プレス／タッチ操作時に音を鳴らすかどうかの設定



トップ画面とホーム画面

■ トップ画面(誤操作防止用の画面)を表示する

1



本体左側面の
電源ボタンを押す

2



トップ画面が表示
される

■ ホーム画面(アプリを使用するためのスタート画面)を表示する

1



トップ画面の場合は
下から上にスライド

または



ほかの画面を表示
中は本体前面の
ホームボタンを押す

2



ホーム画面が表示
される

■ ホーム画面を見る

ホーム画面を上下にスライドすると、表示される範囲を移動できます。



①ステータス表示エリア

プレスすると、通知パネルが表示され、機能を設定したり、通知を確認したりできます。

②新着通知

プレスすると内容を確認できます。

③iチャンネル

④バッジ

新着通知やアプリの更新があるときに表示されます。

⑤マチキャラ

my daiz が起動します。

⑥ワンタッチダイヤル

よく連絡する電話帳の連絡先を登録します。

⑦ Google 検索

調べたいことをインターネットで検索します。

⑧基本アプリ

プレスするとアプリが起動します。

⑨カテゴリ別アプリ

プレスすると、カテゴリに関連するアプリアイコンが表示されます。



カテゴリ名をプレス

格納されている
アプリアイコンが
表示される

■ シンプルホームにする

シンプルホームは、一般的なスマートフォンのようなホーム画面です。

1

ホーム画面で
[オススメ設定] を
プレス

2

[ホーム画面の設定]
→ [ホーム画面切替]
をプレス

3

[シンプルホーム]
→ [OK] をプレス

■ シンプルホームのホーム画面

左右にスライドすると表示が切り替わります。
上にスライドするとアプリ一覧が表示されます。

デイリーアクション
当日の歩数や役に立つ
記事が表示されます

連絡先を貼り付け
られます

主なアプリが表示されます

● ホーム画面の切り替え

専用
アプリで
読み取り
→ P.5

操作画面が起動します

通知パネル

通知パネルでは、通知を確認できるほか、マナーモードなどの各モードや位置情報といった機能のオン/オフを切り替えることができます。



① 簡単モード切替

各モードや機能のオン/オフを切り替えることができます。

② Wi-Fi

Wi-Fi 接続のオン/オフを切り替えます。

③ マナー

マナーモードのオン/オフを切り替えることができます。

④ ライト

プレスするとライトを点灯します。ライトを消すときはもう一度プレスします。

⑤ 通知を全消去

プレスすると、表示されている通知が消去されます。

⑥ 通知

電話やメールなどが着信したときや、お知らせを受信したときに通知が表示されます。

⑦ 戻る

プレスすると前に表示されていた画面に戻ります。

■ 通知パネルを表示する

● ホーム画面の場合



ステータス表示エリアをプレス

● ホーム画面以外の場合



ステータス表示エリアを下にスライド

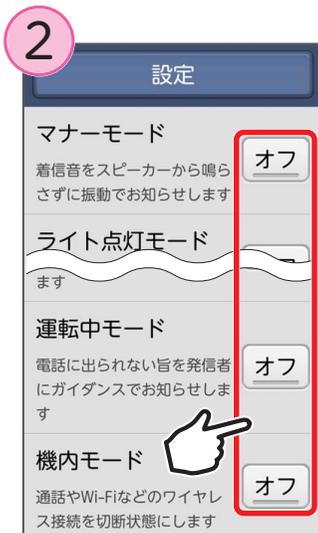


通知パネルが表示

マナーモード／運転中モード／機内モードを設定する



通知パネルで
「簡単モード切替」
をプレス



マナーモード／運転
中モード／機内モード
の「オフ」をプレス



マナーモード／運転
中モード／機内モー
ドがオンになる

はじめてお使いの場合は

- マナーモードに設定すると
着信音などがスピーカーから鳴らないようになります。

   100% ステータスバーに  (通常マナー：振動あり) が表示

- マナーモード時に振動もしないようにするには (サイレントマナー)
→ ホーム画面で [本体設定] → [音・振動・タッチの設定] をプレスし、
[マナーモード時の振動] をオフにします。
ステータスバーには  (サイレントマナー) が表示されます。

以下の音はマナーモードの設定に関わらずスピーカーから鳴ります。

- ・カメラ起動中のスクリーンショット音
- ・シャッター音
- ・オートフォーカスロック音
- ・セルフタイマーのカウントダウン音
- ・緊急時ブザー
- ・エリアメールの着信音
- ・メディアの再生音
- ・一部のアラーム音

- 運転中モードに設定すると
電話の着信があると、電話に出られない旨を発信者にお知らせします。

   100% ステータスバーに  (運転中モード) が表示

- 機内モードに設定すると
ワイヤレス機能 (電話、メール、インターネット、Wi-Fi 機能など) が無効になります。

 100% ステータスバーに  (機内モード) が表示

Wi-Fi を設定する

自宅や公衆無線 LAN サービスなどの無線 LAN アクセスポイントに接続して、メールやインターネットを利用できます。

Wi-Fi での接続には、あらかじめ無線 LAN アクセスポイントの接続情報を設定する必要があります。

- 

ホーム画面で [本体設定] をプレス
- 

[通信の設定] をプレス
- 

[Wi-Fi] をオンにして、
[Wi-Fi設定] をプレス
- 

[ネットワークの選択]
をプレス
- 

接続する Wi-Fi ネットワークをプレス
- 

パスワードを入力して
[登録] をプレス

Wi-Fi ネットワークに「接続済み」が表示されたら接続完了です。

■ 2回目以降の接続方法

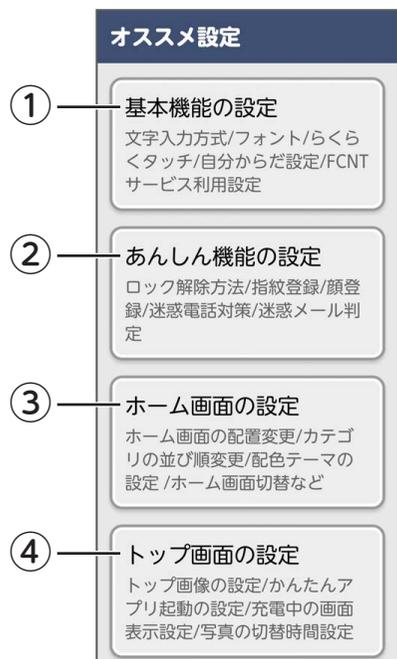
いったん接続情報を設定しておけば、その後は通知パネルで「Wi-Fi」をオンにするだけで、周囲の利用可能な Wi-Fi ネットワークに自動的に接続します。



オススメ設定について

オススメ設定では、ホーム画面や文字入力の方法などをご自身の使いかたや好みに合わせて設定できます。

設定した内容は何度でも設定し直せるため、安心してご利用いただけます。



①基本機能の設定

文字入力方式やフォント、らくらくタッチなど、基本機能に関する設定をします。

②あんしん機能の設定

ロックの解除方法や指紋登録、迷惑電話対策など、セキュリティに関する設定をします。

③ホーム画面の設定

ホーム画面の切り替えや配色テーマなど、ホーム画面に関する設定をします。

④トップ画面の設定

トップ画面の画像やかんたんアプリ起動など、トップ画面に関する設定をします。

■ オススメ設定を利用する



ホーム画面で「オススメ設定」をプレス

設定する項目をプレス

各項目をプレスして設定

文字入力

らくらくスマートフォンで使用できる文字入力の方法を説明します。

■ 文字入力の種類

※ お買い上げ時はケータイ入力とらくらく2タッチ入力を併用できるように設定されています。

● ケータイ入力とらくらく2タッチ入力を併用



ボタンをプレス

ケータイ入力

1回プレスすると「あ」が入力されます。続けてプレスするたびに「い」以降の文字が順に表示されます。



ボタンをロングプレス

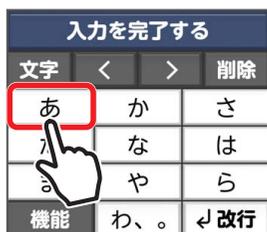
らくらく2タッチ入力

ロングプレスすると文字選択リストが表示されるので、入力したい文字をプレスして文字を選びます。

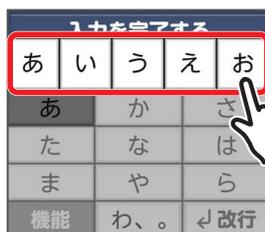


● らくらく2タッチ入力 (専用の場合)

ボタンを1回プレスすると文字選択リストが表示されるので、入力したい文字をプレスして文字を選びます。



ボタンをプレス



● らくらくフリック入力

ボタンを上下左右にすばやくフリックして文字を入力します。



ボタンを上下左右のいずれかの方向にフリック

ボタンをロングプレスして表示される文字選択リストから、文字を選んで入力することもできます。

または



ボタンをロングプレスすると、文字選択リストが表示



本体が振動したら、入力したい文字をプレス

● 手書き入力

手書き入力エリアに指で文字を書いて入力します。



● 音声入力

送話口／マイクに言葉を話しかけて入力します。



● 文字入力の設定を変更

専用アプリで読み取り
→ P.5

操作画面が起動します

■ ケータイ入力を使う

● 漢字で「天気」と入力

1

2

3

変換候補一覧の「天気」をプレス

文字が確定

[た] を4回プレス→
[わ] を3回プレス→
[か] を2回プレス→
[変換] をプレス

● カタカナで「ペン」と入力

1

2

3

変換候補一覧の「ペン」をプレス

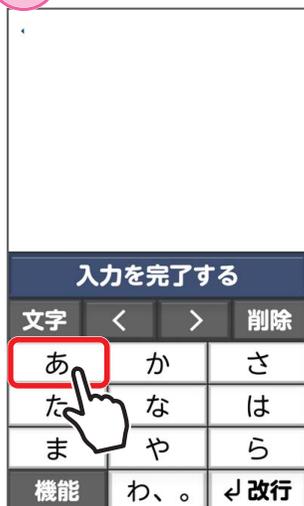
文字が確定

[は] を4回プレス→
°.小 を2回プレス→
[わ] を3回プレス→
[変換] をプレス

● らくらく2タッチ入力で文字を入力する

ここでは、漢字で「海」と入力する方法を説明します。

1



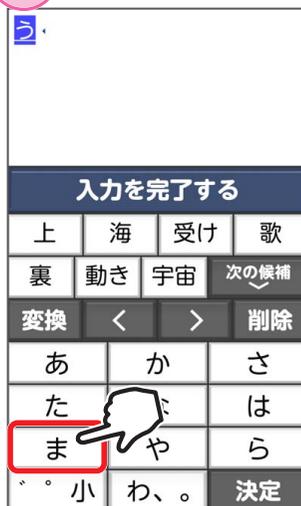
[あ] をロングプレス*

2



表示された文字選択リストで [う] をプレス

3



[ま] をロングプレス*

4



表示された文字選択リストで [み] をプレス

5



変換候補一覧の [海] をプレス

6



文字が確定

* 文字の入力方式を「らくらく2タッチ入力」に設定している場合は、ボタンをプレスすると文字選択リストが表示されます。

● 数字の入力に切り替える

1

入力を完了する			
文字	<	>	削除
か		さ	
な		は	
ま	や	ら	
機能	わ、。	←改行	

[文字] をプレス

2

入力を完了する	
あいう	アイウ
ABC	123
顔文字	記号
閉じる	絵文字

[123] をプレス

3

入力を完了する			
文字	<	>	削除
1	2	3	
4	5	6	
7	8	9	
機能	0	←改行	

キーボードが数字
に変わる

● 英字の入力に切り替える

1

入力を完了する			
文字	<	>	削除
か		さ	
な		は	
ま	や	ら	
機能	わ、。	←改行	

[文字] をプレス

2

入力を完了する	
あいう	アイウ
ABC	123
顔文字	記号
閉じる	絵文字

[ABC] をプレス

3

入力を完了する			
文字	<	>	削除
./@	ABC	DEF	
GHI	JKL	MNO	
PQRS	TUV	WXYZ	
機能	!"	←改行	

キーボードが英字
に変わる

その他の入力

■ 手書き入力を使う

ここではひらがなで「うめ」と書いて「梅」と入力する方法を説明します。

1



文字入力画面で
[機能] をプレス

2



[手書き入力] を
プレス

3



手書き入力欄が
表示される

4



「う」と書く

5



「う」に重ねて
「め」と書く

6



変換候補から [梅]
をプレス

■ 音声入力を使う(例:「買い物メモ」と入力)

1



入力完了する

文字	<	>	削除
あ	か	さ	
た	な	は	
ま		ら	
機能	ひ、。	←改行	

文字入力画面で「機能」をプレス

2



入力完了する

🗣️ 音声入力	✍️ 手書き入力
定型	引用
コピー	切り取り
貼り付け	カーソル
閉じる	設定

「音声入力」をプレス

3



送話口／マイクに向かって「買い物メモ」と発声

4



認識結果
買い物メモ

キャンセル やり直す 決定

認識結果を確認し「決定」をプレス

5



買い物メモ

入力完了する

🗣️ 音声入力	✍️ 手書き入力
定型文	引用
コピー	切り取り
貼り付け	カーソル
閉じる	設定

文字が確定

6



入力完了する

🗣️ 音声入力	✍️ 手書き入力
定型文	引用
コピー	切り取り
貼り付け	カーソル
閉じる	設定

続ける場合は「音声入力」を再度プレス



以前お使いの機種からデータを引き継ぐ

初期設定時に Google アカウントで引き継ぎ

らくらくスマートフォンの初期設定時に、今までお使いの Android 端末からデータをコピーすることができます。

はじめてお使いのらくらくスマートフォン

1

アプリとデータのコピー
アプリ、写真、連絡先、Google アカウント
など、移行する内容を選択できます

コピーしない 次へ

初期設定時に
[次へ] をプレス

2

別のデバイスを使用
他の Android デバイス、または iPhone® か
iPad® が必要です。電源を入れ、ロックが
解除された状態にしてください。

他のデバイスを使用できない場合 次へ

画面の指示に従って
今までお使いの機器を準備し、
[次へ] をプレス

3

もう一方のデバイスのケーブルをご用意ください
もう一方のデバイスで使用していたケーブル
(通常は充電ケーブル) をお使いください。

ケーブルがない場合 次へ

[次へ] をプレス

4

ケーブルをもう一方のデバイスに接続してください

ケーブルを使用できない場合 次へ

今までお使いの機器に
接続用のケーブルを接続し、
[次へ] をプレス

5

デバイス同士を接続する

ケーブルを使用できない場合 次へ

らくらくスマートフォンに接続

以降は画面の指示に従って操作

「かんたんお引越し」で引き継ぎ

今までお使いの携帯電話で、microSD カード（別売）にバックアップした写真や動画、電話帳などのデータをらくらくスマートフォンにコピーすることができます。あらかじめ、データをバックアップした microSD カード（別売）を取り付けておいてください。



ホーム画面で
[データ・写真の管理]
をプレス



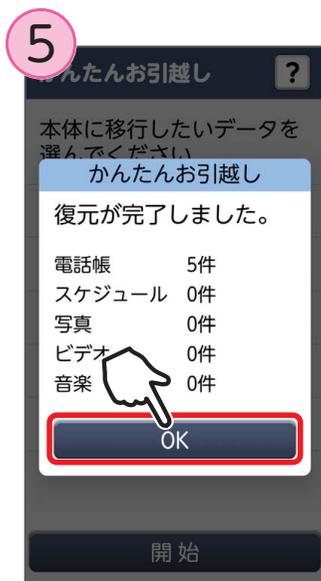
[かんたんお引越し]
をプレス



[OK] をプレス



復元するデータを選んで
[開始] をプレス



復元が完了したら
[OK] をプレス

LINE (ライン) の引き継ぎ

過去のトーク履歴や友だちリスト、購入したスタンプなど、今までお使いのアカウントで引き続き LINE を利用するために必要な操作です。
 ここでは、今までに Android 端末 (らくらくスマートフォンを含む) で LINE をご利用の場合に、QR コードを読み取って引き継ぎを行う方法について説明します。

- あらかじめ、今までお使いの機器でトーク履歴などをバックアップしておいてください。

■ 今までお使いの機器で引き継ぎ用のQRコードを表示する



今までのお使いの機器で LINE を起動

ホーム画面で (設定) を選ぶ

[かんたん引き継ぎ QR コード] を選ぶ

今までお使いの機器で引き継ぎ用の QR コードが表示されます。

■ 新しいらくらくスマートフォンで引き継ぎ用のQRコードを読み取る



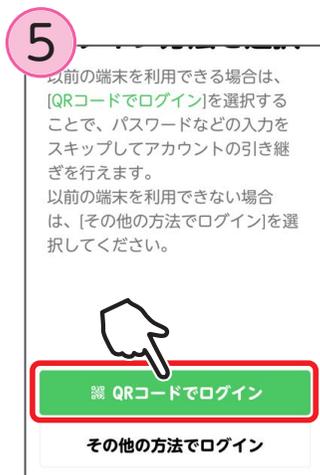
ホーム画面で [LINE] をプレス

[インストール] をプレス

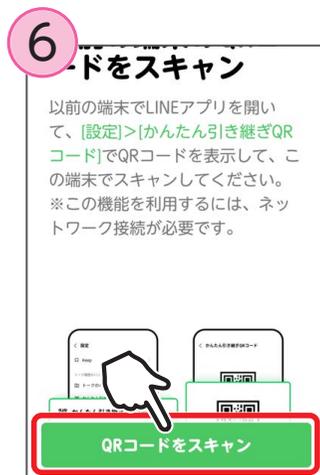
[開く] をプレス



[ログイン] をプレス



[QRコードでログイン] をプレス



[QRコードをスキャン] をプレス



新しいらくらくスマートフォンで QR コードを読み取る



今までお使いの機器でロックを解除



新しいらくらくスマートフォンで [ログイン] をプレス→以降は画面の指示に従って操作

iPhone から引き継ぐ場合や、以前お使いの機器がない場合など

LINE 公式ページの「LINE あんぜん引き継ぎガイド」から、ご自身の状況にあてはまる引き継ぎ方法を選んで操作してください。
詳しくは以下の Web サイトをご確認ください。

LINE あんぜん引き継ぎガイド：<https://guide.line.me/ja/migration/>

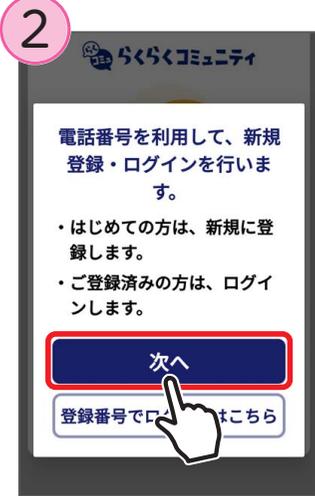
らくらくコミュニティの引き継ぎ

今までの登録内容で引き続きらくらくコミュニティを利用するために必要な操作です。

■ 今までお使いの機器で、かんたん登録または電話番号で登録していた方



らくらくコミュニティを起動→ [電話番号で登録・ログイン] をプレス



電話番号でログインする場合は、[次へ]をプレス→以降は画面の指示に従って操作

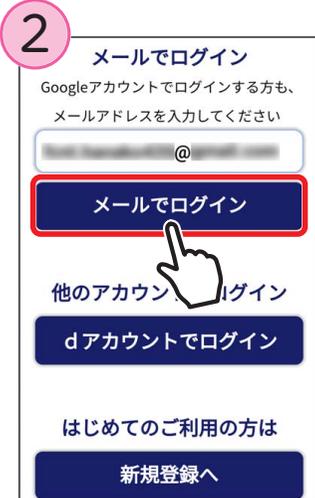


登録番号でログインする場合は、[登録番号でログインはこちら]をプレス→以降は画面の指示に従って操作

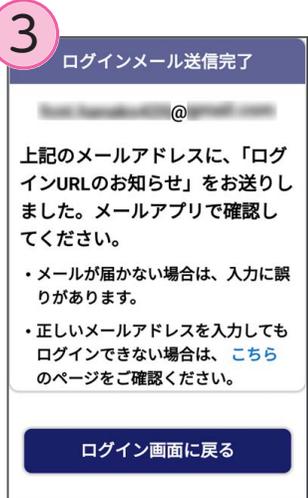
■ 今までお使いの機器で、メールアドレスで登録していた方



らくらくコミュニティを起動→ [その他の方法で登録・ログインはこちら] をプレス



メールアドレスを入力し、[メールでログイン] をプレス



ログインメール送信完了のお知らせが表示→以降は届いたメールの指示に従って操作



電話／電話帳

電話をかける

相手の電話番号を入力して電話をかけます。



ホーム画面で「電話／電話帳」をプレス



ダイヤル画面で電話番号を入力



「電話をかける」をプレス



電話が発信され、相手が応答すると「通話中」と表示される



「電話を切る」をプレスすると、電話が切れる

■ 通話履歴から電話をかける

過去に電話をかけたり、受けたりした相手に電話をかけるときに使用します。



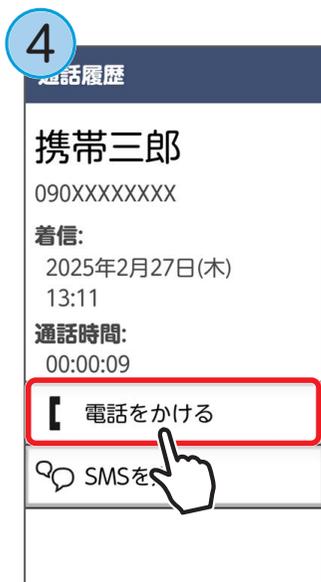
ホーム画面で「電話／電話帳」をプレス



「通話履歴」をプレス



一覧から電話をかける相手をプレス



「電話をかける」をプレス



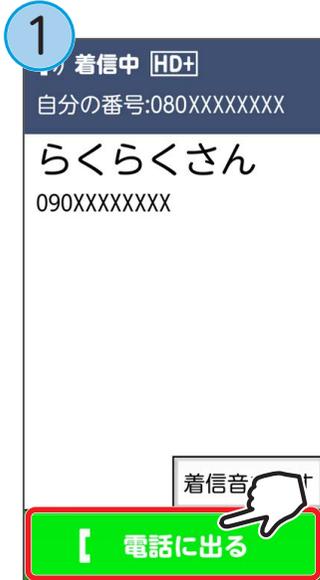
電話が発信され、相手が応答すると「通話中」と表示される



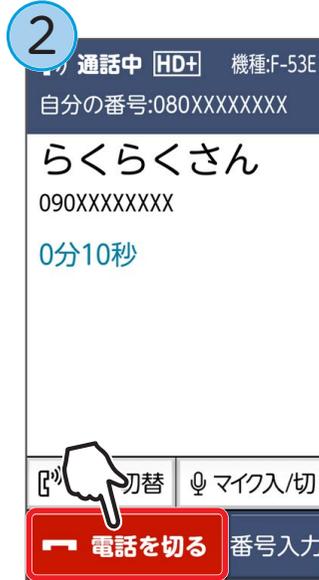
「電話を切る」をプレスすると、電話が切れる

電話を受ける

電話がかかってくると、設定により着信音が鳴ったり、振動したりします。



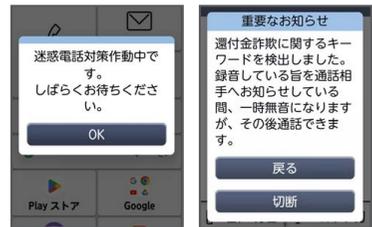
着信中の画面で
[電話に出る] を
プレスで電話に出る



[電話を切る] をプ
レスで電話が切れる

迷惑電話対策機能 について

電話帳に登録していない相手から着信があったときや、通話内容に還付金詐欺と思われる会話(キーワード)を検出したときに、迷惑電話対策機能を利用できます (→ P.91)。



■ 着信音を消す



着信中の画面で
[着信音を消す]
をプレス

着信音が消えます。
なお、着信は切れま
せん。
電話に出る場合は
[電話に出る] をプ
レスします。

● 着信音を設定



● 着信時の振動の強さを設定

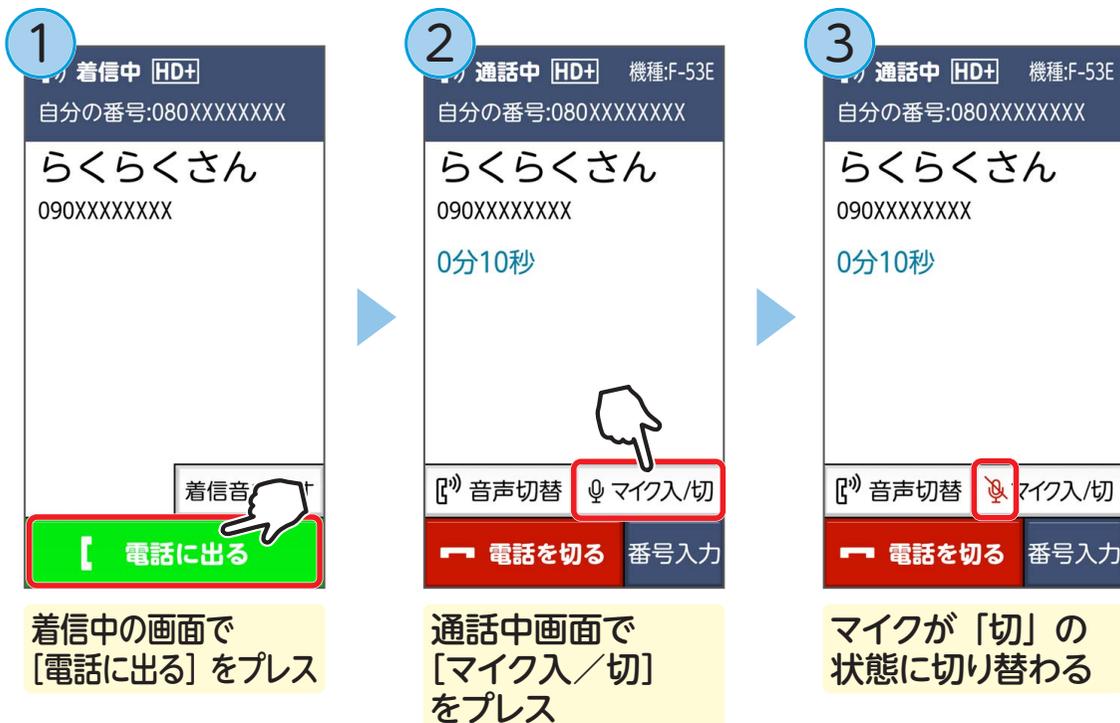


■ スピーカーで通話する



相手の声がスピーカーから聞こえるようになります。

■ 通話中に自分の声が相手に聞こえないようにする(マイクを切る)



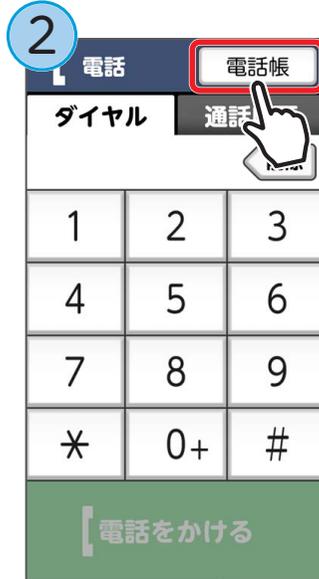
マイクを「入」にするときはもう一度、[マイク入/切] をプレスします。

電話帳を使う

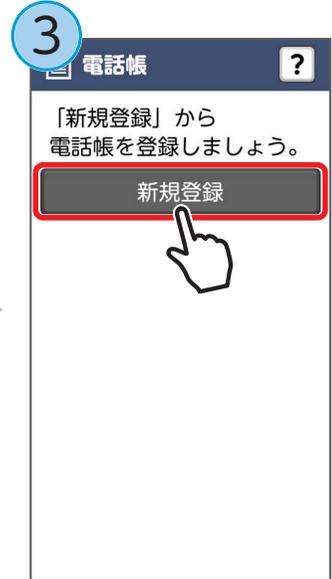
■ 電話帳に新規登録する



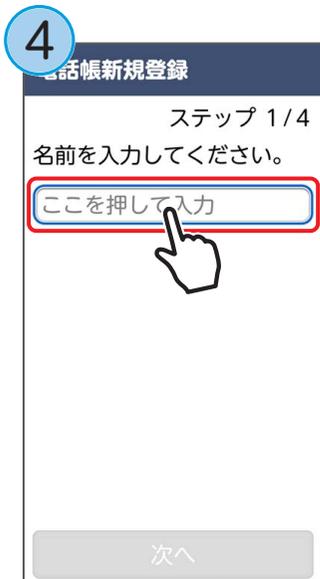
ホーム画面で「電話/電話帳」をプレス



「電話帳」をプレス



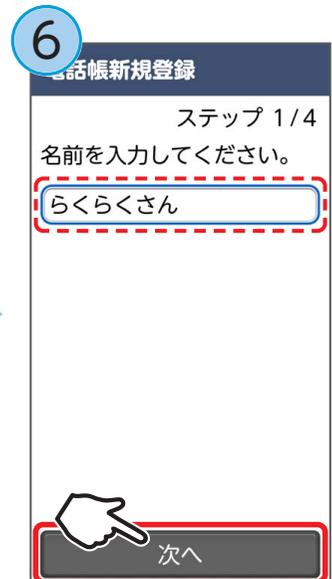
「新規登録」をプレス



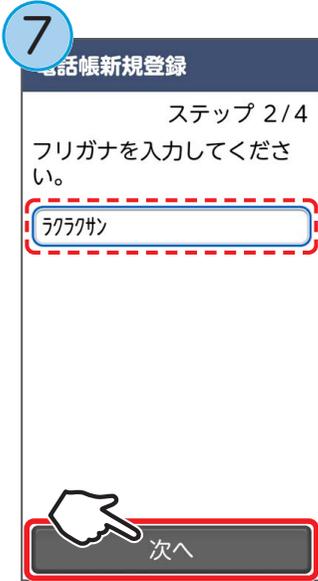
入力欄をプレス



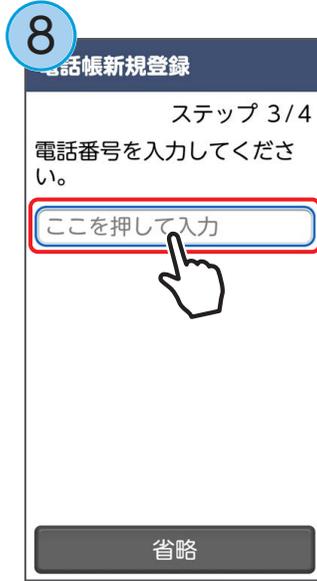
名前を入力して「入力画面を閉じる」をプレス



「次へ」をプレス



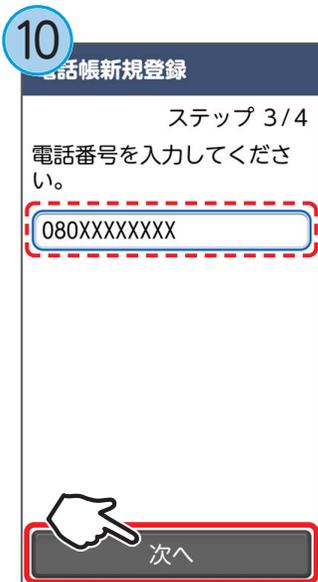
フリガナが正しいことを確認して [次へ] をプレス



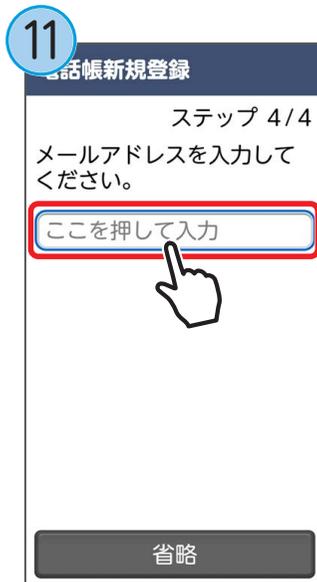
入力欄をプレス



電話番号を入力して [入力画面を閉じる] をプレス



[次へ] をプレス



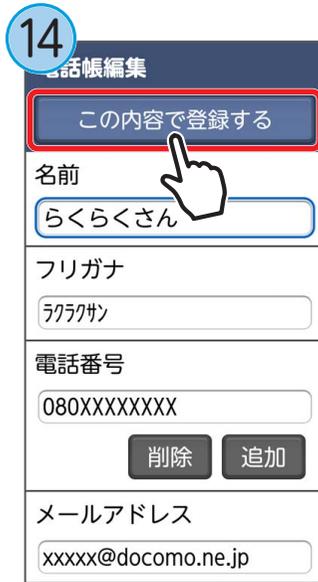
入力欄をプレス



メールアドレスを入力して [入力画面を閉じる] をプレス



[次へ] をプレス



[この内容で登録する] をプレス



[OK] をプレス

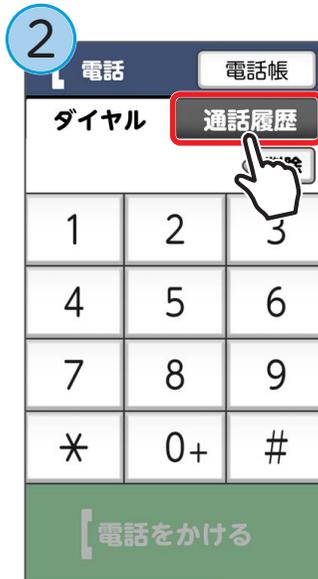
電話帳に名前が登録されます。

手順⑦でフリガナを修正する場合は、入力欄をプレスして、入力し直してください。

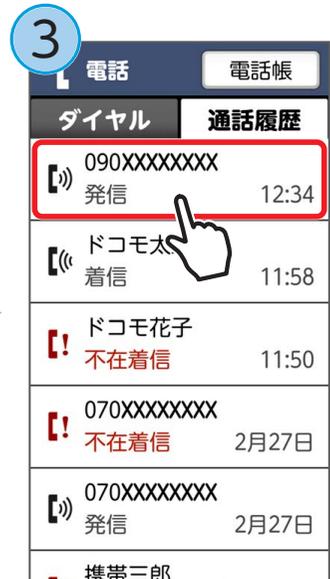
■ 通話履歴から電話帳に登録する



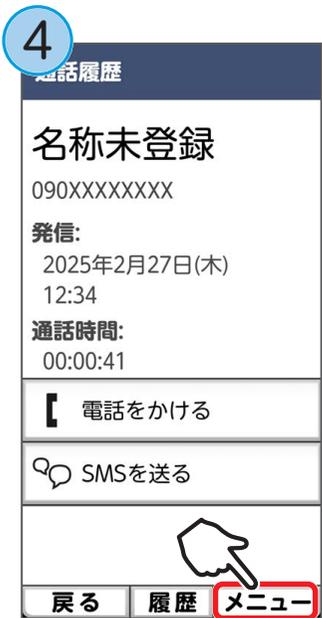
ホーム画面で [電話 / 電話帳] をプレス



[通話履歴] をプレス



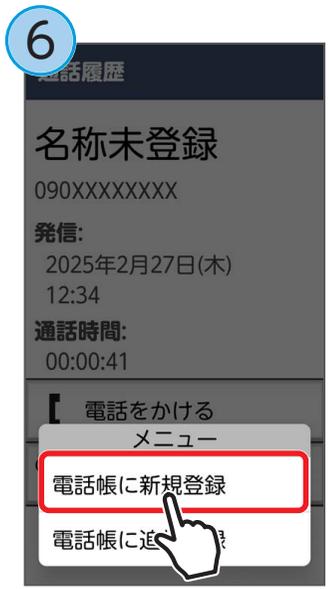
一覧から登録したい連絡先をプレス



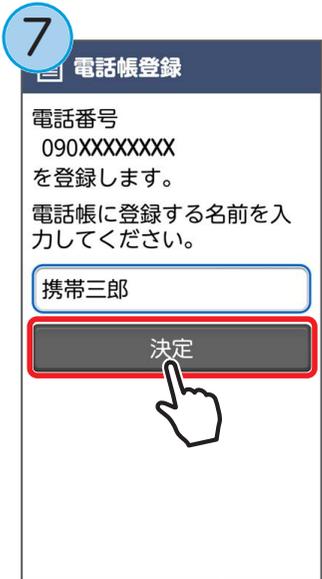
[メニュー] をプレス



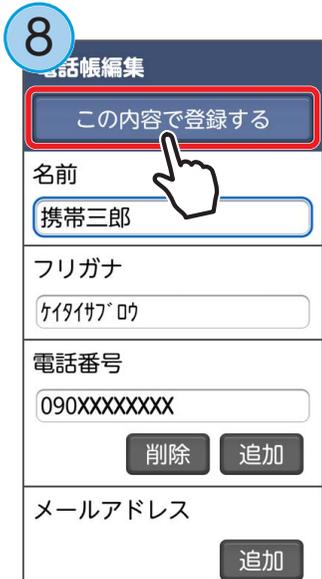
[電話帳に登録] をプレス



[電話帳に新規登録] をプレス



登録する名前を入力し、
[入力画面を閉じる]
→ [決定] をプレス



[この内容で登録する] をプレス



[OK] をプレス

電話帳に名前が登録されます。

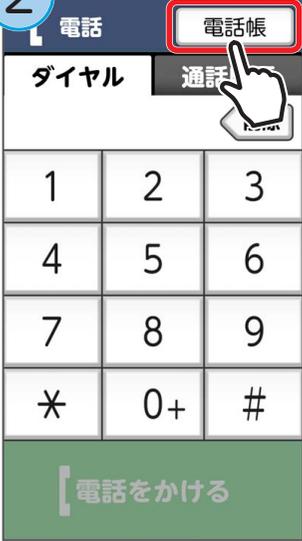
■ 電話帳の内容を修正する

1



ホーム画面で「電話／電話帳」をプレス

2



「電話帳」をプレス

3



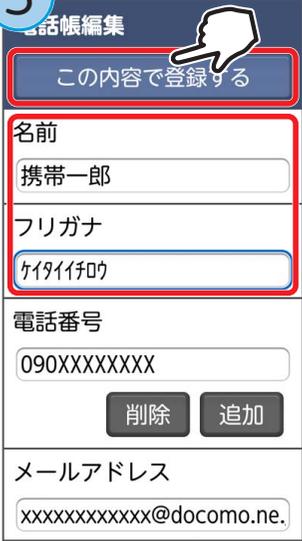
修正したい連絡先を選ぶ

4



「修正する」をプレス

5



修正内容を入力→「この内容で登録する」をプレス

6



「OK」をプレス

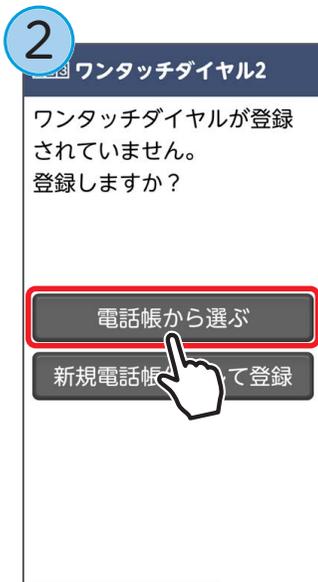
項目が修正され、内容が上書きされます。

ワンタッチダイヤルに登録する

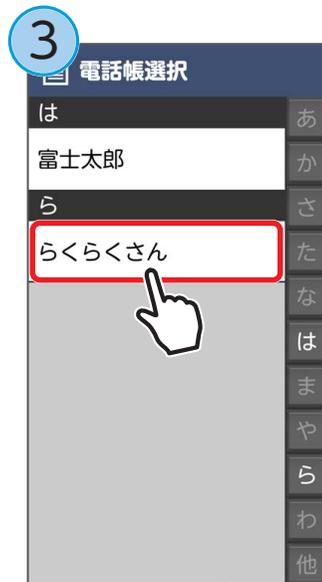
ホーム画面のワンタッチダイヤル1～9に、よく連絡する電話帳の相手を割り当てておくと、ホーム画面からすぐに連絡先を開けるので便利です。



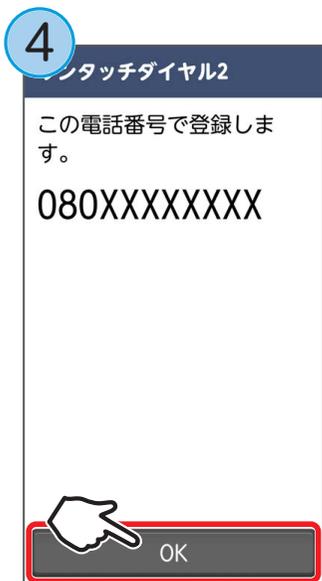
ホーム画面で
1～9をプレス



[電話帳から選ぶ]
をプレス



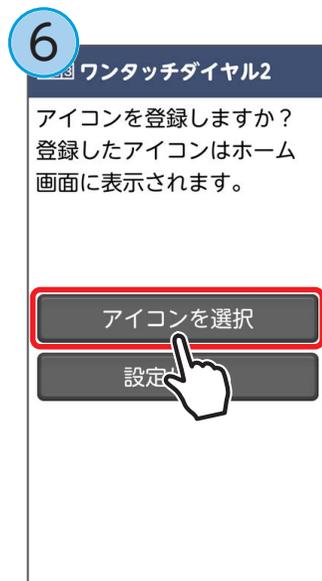
登録したい相手を選
ぶ



電話番号を確認して
[OK] をプレス



メールアドレスを確認
して [OK] をプレス



[アイコンを選択]
をプレス



アイコンを選ぶ



[OK] をプレス



ワンタッチダイヤルに登録完了

■ ワンタッチダイヤルで電話をかける／SMSやメールを送る



ホーム画面で登録したワンタッチダイヤルをプレス



[電話をかける] /
[SMSを送る] /
[メールを送る] の
どれかをプレス

[電話をかける] をプレスした場合は、相手に電話がかかります。

[SMSを送る] または [メールを送る] をプレスした場合は、SMS / メール作成画面が表示されます。



メール / SMS

メールを送る

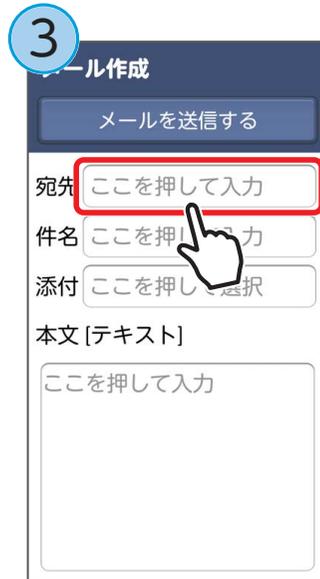
ドコモのメールアドレス (@docomo.ne.jp) を利用して送受信ができます。



1 ホーム画面で [メール / SMS] をプレス



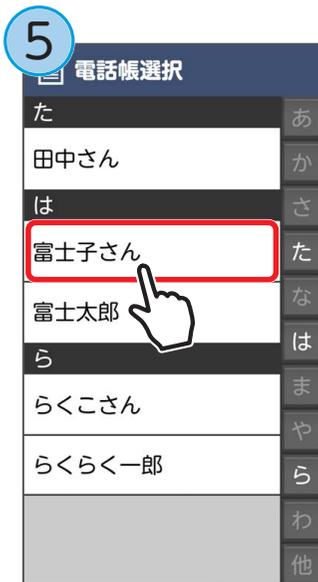
2 [メール作成] をプレス



3 「宛先」の [ここを押して入力] をプレス



4 [電話帳から選ぶ] をプレス

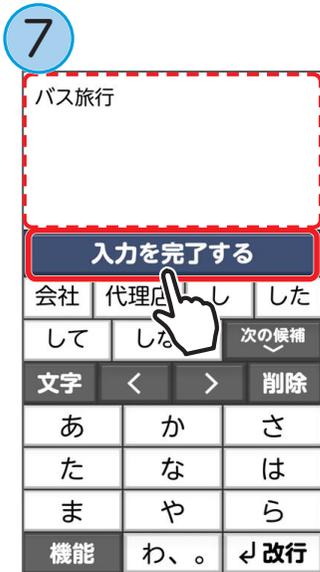


5 宛先を選ぶ



6 「件名」の [ここを押して入力] をプレス

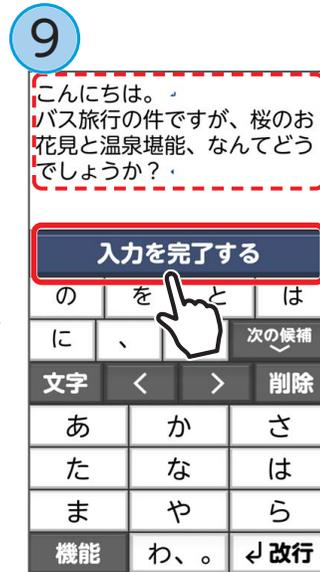
使ってみよう



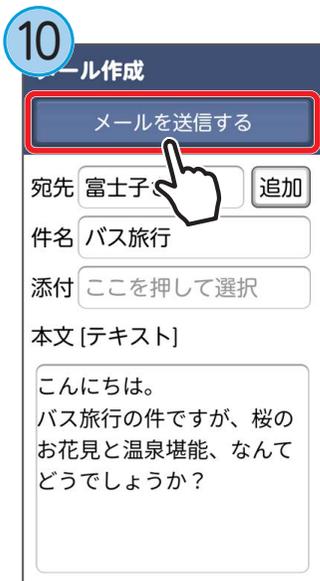
件名を入力して
[入力完了する]
をプレス



「本文 [テキスト]」
の「ここを押して
入力」をプレス



本文を入力して
[入力完了する]
をプレス



[メールを送信する]
をプレス



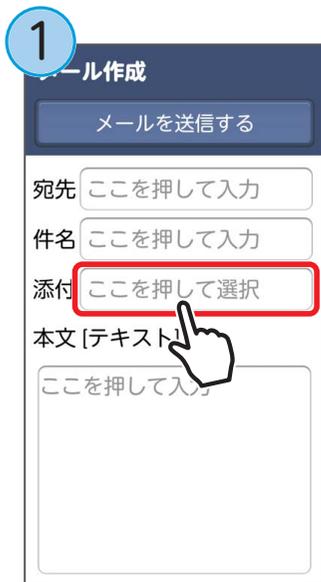
[送信する] を
プレス



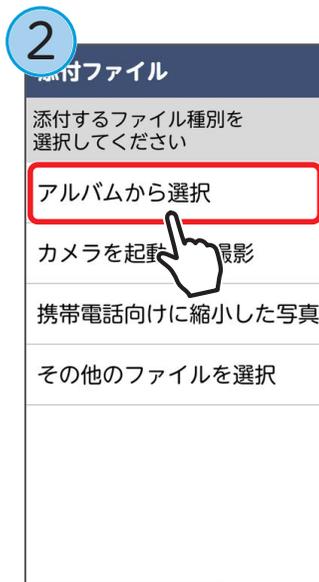
[閉じる] をプレス

送信が完了したメールは、「送信メール」の中に保存されます。

■ メールで写真を送る



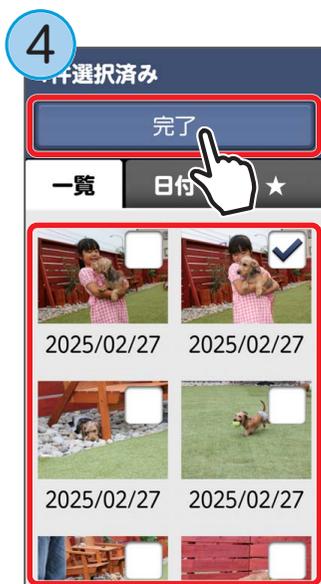
メール作成画面で「添付」の「ここを押して選択」をプレス



「アルバムから選択」をプレス



アルバムを選択



添付したい写真をプレスして選択→「完了」をプレス



「確定する」をプレス



写真が添付される

これから写真を撮影して添付するには、手順②で「カメラを起動して撮影」をプレス→カメラが起動したら写真を撮影→「決定」をプレスします。

■ 新着メールの問い合わせをする



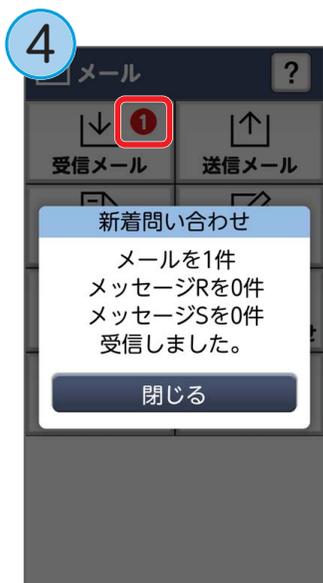
ホーム画面で [メール / SMS] をプレス



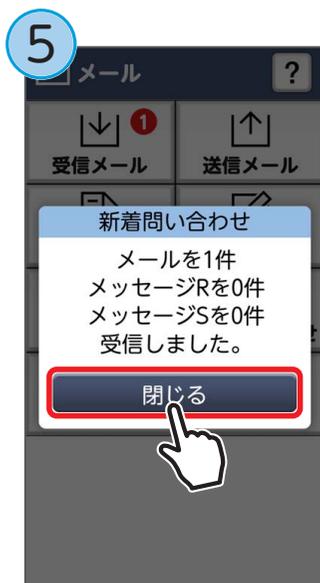
[新着問い合わせ] をプレス



メッセージ確認中表示が消えるまで待つ



新着メールがある場合は、受信箱に保存される



[閉じる] をプレス



メール画面に戻る

新着メールがない場合は、手順④で「新着メールはありません。」と表示されます。

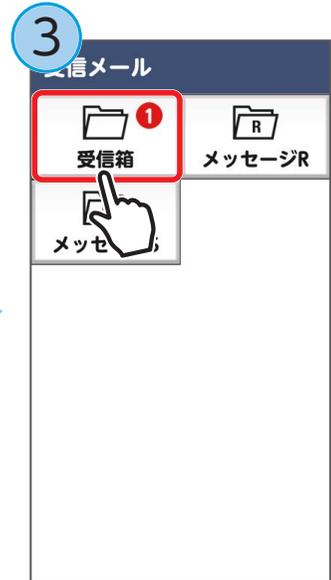
■ 届いたメールに返信する



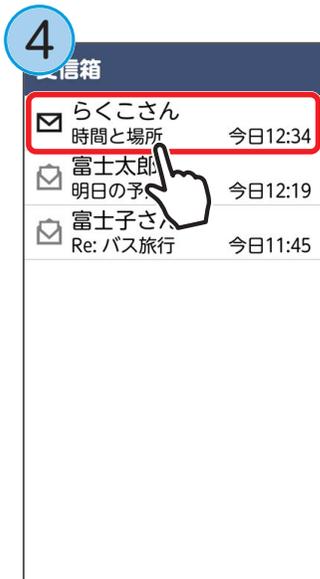
ホーム画面で [メール / SMS] をプレス



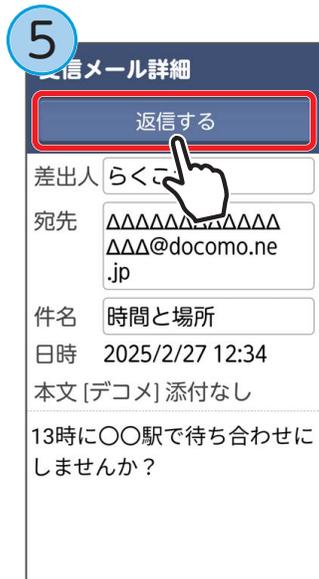
[受信メール] をプレス



[受信箱] をプレス



返信したいメールを選ぶ



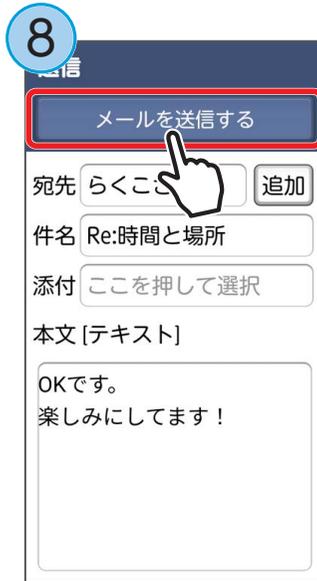
[返信する] をプレス



[本文 [テキスト]] の [ここを押して入力] をプレス



本文を入力して
[入力完了する]
をプレス



[メールを送信する]
をプレス



[送信する] をプレス



[閉じる] をプレス

● 通知音を設定



● 通知時の振動の強さを設定



SMS を使う

SMS とは、携帯電話番号を宛先にしてメッセージを送受信するショートメッセージサービスです。



ホーム画面で [メール / SMS] をプレス



[+メッセージ (SMS)] をプレス



+ をプレス



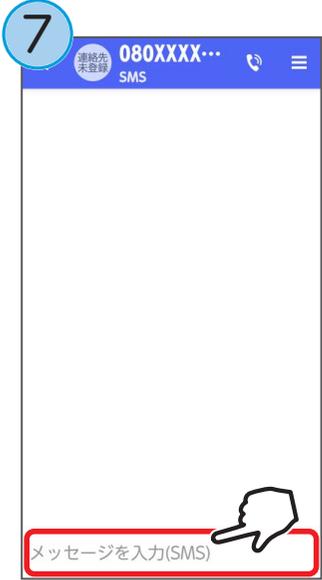
[新しいメッセージ] をプレス



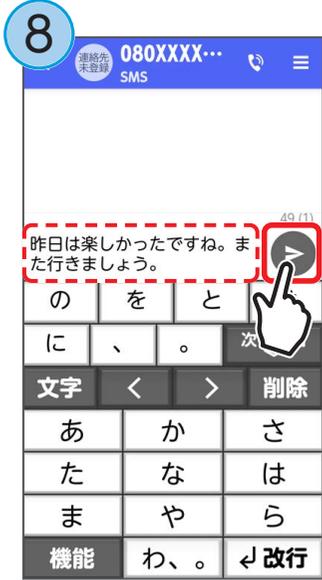
[名前や電話番号を入力] をプレス



送信したい人の電話番号を入力→ [決定] をプレス



7
[メッセージを入力(SMS)] をプレス



8
メッセージを入力して▶をプレス



9
メッセージの送信が完了

■ SMSを受信したときは

SMSを受信すると、お知らせランプが点滅し、着信音が鳴ります。通知アイコンが表示され、画面に新着通知が表示されます。



1
ホーム画面で [メール / SMS] をプレス



2
[+メッセージ (SMS)] をプレス

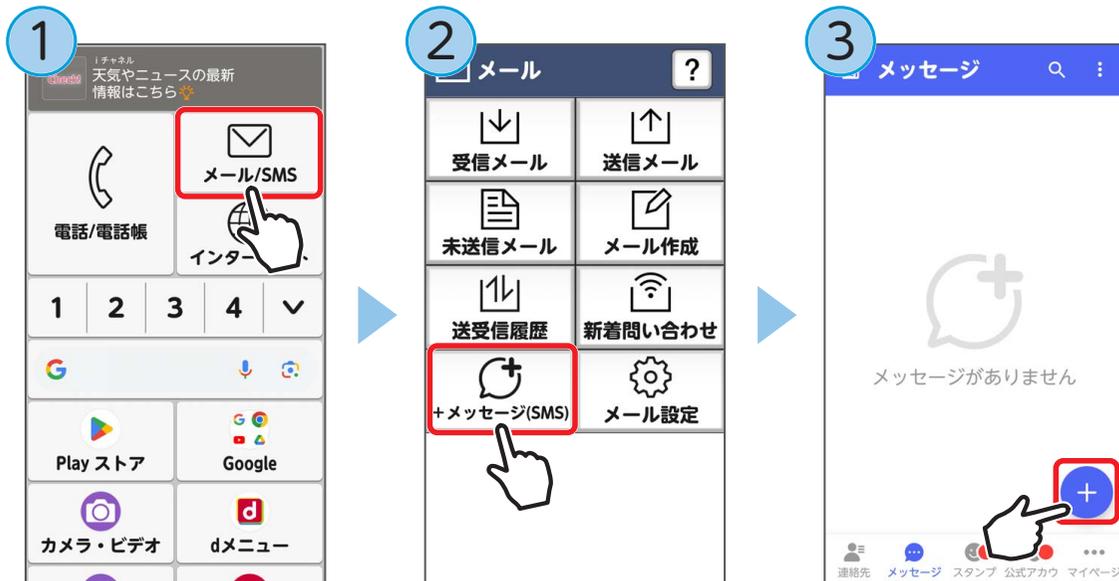


3
未読のメッセージをプレスすると、画面が表示される

+メッセージを使う

+メッセージ（プラスメッセージ）は、SMSと同様に携帯電話番号を宛先にしてメッセージを送受信できるアプリです。相手も+メッセージをインストールしている場合は、文章だけでなく写真や動画、スタンプなども送受信することができます。

※ +メッセージについて、詳しくは、「ドコモのホームページ」でご確認ください。



ホーム画面で [メール / SMS] をプレス

[+メッセージ (SMS)] をプレス

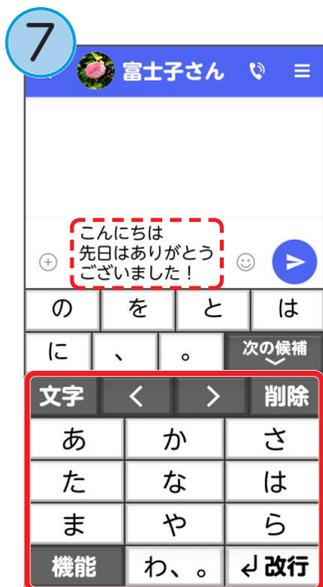
+ をプレス



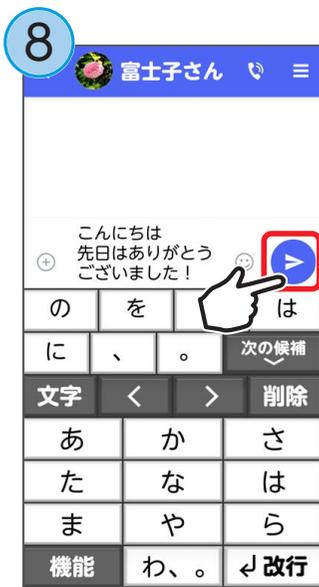
[新しいメッセージ] をプレス

連絡先一覧から宛先を選ぶ

[メッセージを入力] をプレス



メッセージを入力



送信をプレス



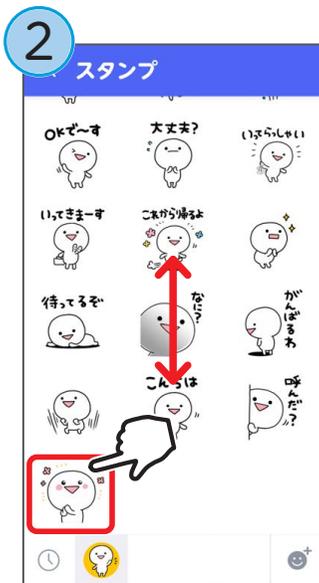
メッセージが送信される

■ スタンプを送る

スタンプを使うと自分の感情などをかたんに伝えられます。



スタンプをプレス



送りたいスタンプを選ぶ



送信をプレス

スタンプが送信されます。



カメラ

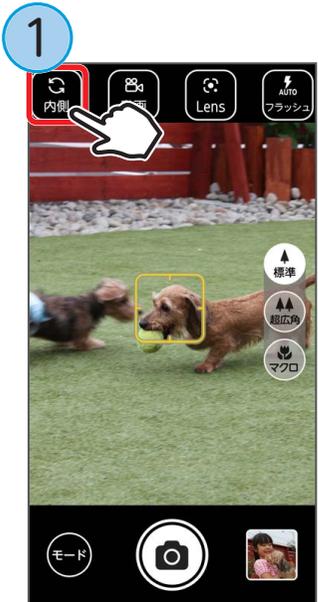
写真／ビデオを撮る

■ 写真(静止画)を撮影する



ホーム画面で
[カメラ・ビデオ]
をプレス

- 内側カメラに切り替える



撮影画面で を
プレス



写真撮影画面が
表示される



被写体にカメラを
向けて を
タッチして撮影

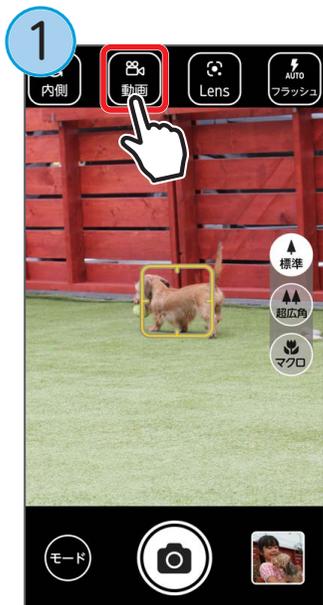


内側カメラに切り
替わる

カメラに目線を 合わせるときは

画面の右上あたりに表示される模様を見て撮影すると、カメラに目線を合わせることができます。(表示されている模様は写真には写りません。)

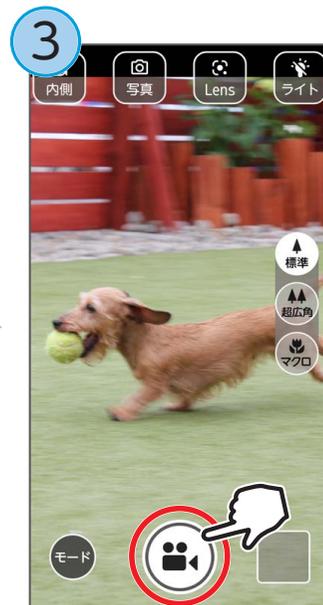
■ ビデオ(動画)を撮影する



 をプレス



ビデオ撮影画面が
表示される



被写体にカメラを
向けて  (開始)
をタッチ



撮影が始まると、
「撮影中」と撮影
時間が表示される



撮影を終了する
ときは  をタッチ

- ビデオ撮影中に写真を
撮影する



 をタッチして写真
を撮影

■ 横向きで撮影する

横向きで撮影するときは、側面のカメラボタンをシャッターボタンとして使用すると、撮影するときに便利です。

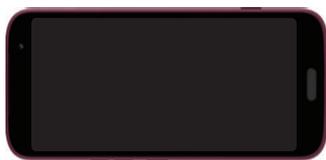


画面の表示も横向きで表示されます。

■ ズームする

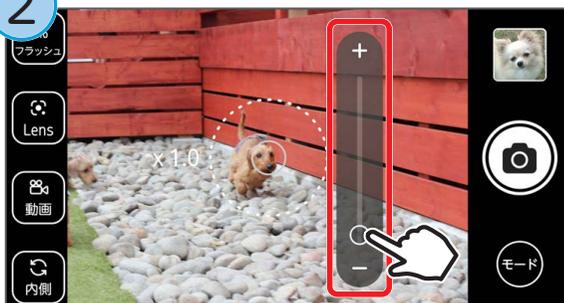
拡大して撮影したいときに被写体をズームすることができます。
(内側カメラまたはマクロカメラでは使用できません。)

1



撮影画面で \oplus / \ominus ボタンを押す

2



ズーム調節バーが表示され、上下にドラッグして調節

■ ライトを使う

ビデオ (動画) を撮影するときに、周囲が暗い場合はライトを使用すると明るく撮影できます。



撮影画面で  を
プレス



[オン (常時点灯)]
をプレス



[閉じる] をプレス

使ってみよう

■ マクロ撮影に切り替える

被写体に近づいて写真を撮影するときに使用します。



撮影画面で [マクロ]
をプレス



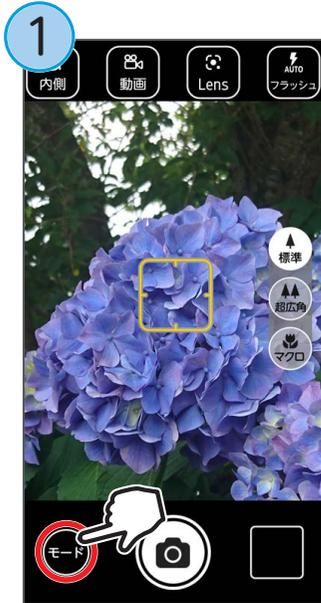
被写体にカメラを
向けて  をタッチ
して撮影



[標準] をプレスす
ると、標準カメラ
に切り替わる

■ 花認識を使ってみる

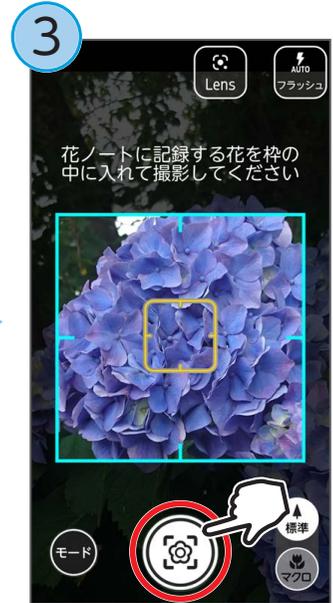
花を撮影して AI（人工知能）機能により花の名称などを知ることができ、自分だけの記録（花ノート）を作ることができます。



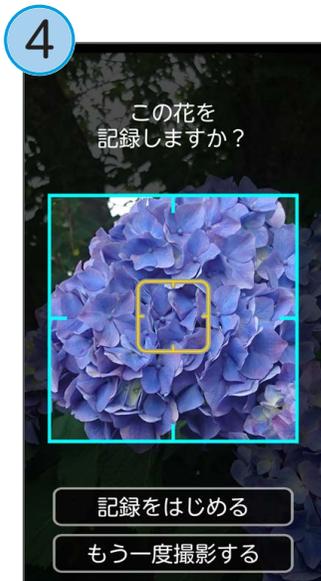
1 **モード** をプレス



2 **【花認識】** をプレス



3 **花を枠の中に入れて**
花認識 をタッチ



4 **画面の指示に従って**
写真を記録する

● 記録した写真を見る



1 **ホーム画面で**
【情報・娯楽】 →
【花ノート】 をプレス



2 **記録した花を見る**
ことができる

ホーム画面で **【情報・娯楽】** → **【花ノート】** → **【花を記録する】** → **【花を撮影する】** をプレスしても花の撮影ができます。

撮影モードを切り替える

通常の写真やビデオ撮影のほか、撮影シーンに合わせてさまざまな撮影モードを利用することができます。



①ポートレート

人物撮影時に背景をぼかして撮影できます。

②動画

動画を撮影します。

③写真

静止画を撮影します。

④花認識 → P.58

花を撮影してAI機能により花の名称などが検索できます。撮影した花の画像は「花ノート」で管理できます。

⑤スーパー夜景撮影

より暗い所でも、明るさを自動で補正し、鮮明な写真を撮影することができます。

⑥拡大鏡

カメラのズーム機能で拡大鏡として利用できます。

⑦QRコード®

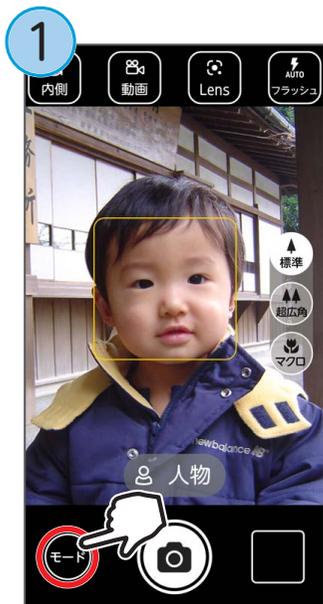
カメラをQRコードとバーコードの読み取りに利用します。

⑧Google Lens™ → P.60

Google レンズを起動します。

使ってみよう

■ 撮影モードを切り替える



撮影画面でモードを
プレス



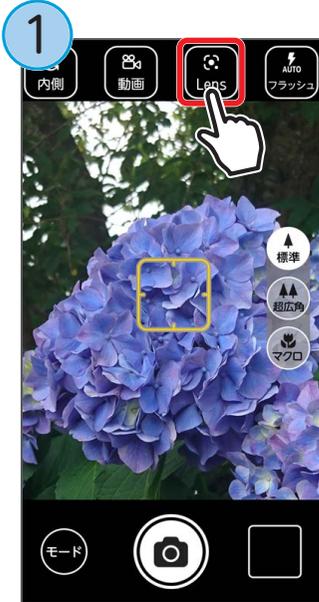
使用するモードを
プレス



撮影モードが切り替
わる

Google レンズを使う

カメラを向けるだけで、身の回りにあるものの名前や情報を検索することができます。



撮影画面で **🔍** を
プレス



【カメラを起動】を
タッチ



被写体にカメラを向
けて 🔍 をタッチ

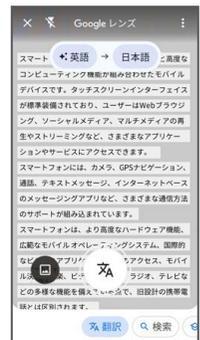


検索結果が表示さ
れる

■ 文章を翻訳するには

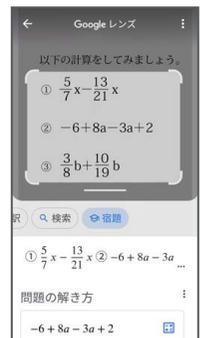
手順③で【翻訳】をタッチして、文章にカメラを向けると、翻訳された文章がリアルタイムで表示されます。

翻訳する言語を変更するには、画面上部の「日本語」などの表示をタッチしてから、言語を選択してください。



■ 宿題のヒントが必要なときは

手順③で【宿題】をタッチして、問題にカメラを向けて 🔍 をタッチすると、ヒントが表示されます。





アルバム

あらかじめ保存されている写真、自分で撮影した写真（静止画）やビデオ（動画）を表示／再生／管理します。

写真／ビデオを見る

1



ホーム画面で
[アルバム] をプレス

2



アルバムの一覧画面
からアルバムを選ぶ

3



データー一覧画面から
表示／再生する写真
／ビデオを選ぶ

使ってみよう

4



選択した写真やビデオ
が表示される

■ 一覧画面の表示について

- らくらくAIベストショット機能で撮影された写真には **AI** が表示されます。
- スマイルムービー機能で撮影した写真には  が表示されます。[動画を再生] をプレスするとビデオが再生されます。

■ 選択した写真やビデオの操作

- 画像を左右にフリックすると、前後の画像を切り替えることができます。
- ビデオを選択した場合は、（動画再生ボタン）をプレスすると、ビデオが再生されます。

■ お気に入りに登録する

写真／ビデオをお気に入りに登録しておくことで、いつでもかんたんに見ることができます。



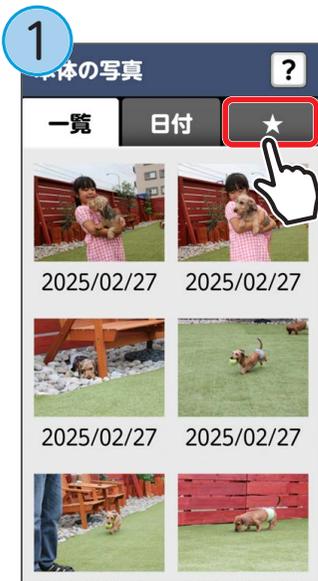
データ一覧画面でお気に入りに登録する写真／ビデオを選ぶ



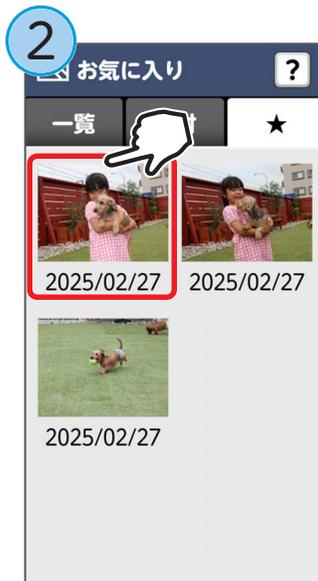
[お気に入りに登録]をプレス

お気に入りに登録されます。

■ お気に入りに登録した写真／ビデオを見る



データ一覧画面で[★]をプレス



写真／ビデオを選ぶ



選択した写真／ビデオが表示される

アルバムを作る

アルバムを作成して、写真／ビデオを整理することができます。



アルバムの一覧画面で [メニュー] をプレス



[アルバムを作成] をプレス



アルバムの作成先を選ぶ

使ってみよう



アルバム名を入力→ [決定] をプレス



[OK] をプレス



作成したアルバムに入りたい写真／ビデオがあるアルバムをプレス



[メニュー] をプレス



[選択して移動する] をプレス



写真／ビデオを選ぶ
→ [完了] をプレス



移動先 (作成した
アルバム) をプレス



[移動する] をプレス



[OK] をプレス

アルバムが作成され、選んだ写真／ビデオがアルバムに移動します。

めくってピクチャーを設定する

お気に入り写真をトップ画面に壁紙として設定し、横スライド操作で切り替えたり、自動切り替えでスライドショーのように楽しむことができます。



めくってピクチャーに設定したい写真があるアルバムをプレス



[メニュー] をプレス



[めくってピクチャーに追加] をプレス



写真を選ぶ



[完了] をプレス



[追加する] をプレス

使ってみよう



[設定する] をプレス



[OK] をプレス

めくってピクチャーの設定が完了します。

■ めくってピクチャーを利用する



トップ画面を左右にスライドしたり、自動切り替えで写真を楽しめます。

- 自動切り替えの時間を変更するには
 - ➔ ホーム画面で [オススメ設定] → [トップ画面の設定] → [写真の切替時間設定] をプレスし、切り替え時間を選びます。
- めくってピクチャーをオフにするには
 - ➔ ホーム画面で [オススメ設定] → [トップ画面の設定] → [トップ画像の設定] をプレスし、めくってピクチャー以外の設定を選びます。



インターネット

ウェブ

Webサイトを閲覧する

ここでは、ホームページに設定されているdメニューの検索サイトで説明します。



1 ホーム画面で [インターネット] をプレス



2 [検索] をプレス



3 [キーワードを入力] をプレス



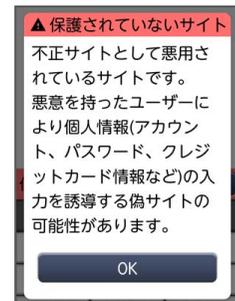
4 キーワードを入力して [検索] をプレス



5 検索結果が表示されたら、見たい項目をプレス

フィッシング詐欺警告機能について

パスワードなどを入力するときに、表示中のウェブサイトがフィッシング詐欺のサイトかどうかを判定し、警告画面を表示するよう設定できます (⇒ P.94)。



使ってみよう

■ よく見るWebサイトをブックマークに登録する

一覧から選択するだけで簡単にWebサイトを表示できるようになります。



🔖 をプレス



[現在のページを登録] をプレス



[登録する] をプレス

表示中のWebサイトがブックマークに登録されます。

■ 過去に表示したWebサイトを見る



[メニュー] をプレス



[閲覧履歴を見る] をプレス



見たいWebサイトを選ぶ

よく使うブックマークをホーム画面に表示する

よく使う Web サイトのブックマークをホーム画面に表示しておく、いつでもかんたんに Web サイトを見ることができるようになります。

※ 標準ホームをお使いの場合のみ利用できます。



🔖 をプレス



[現在のページを登録] をプレス



[登録する] をプレス

使ってみよう



[貼る] をプレス

- ホーム画面からブックマークに登録した Web サイトを見る



ホーム画面で [よく使うブックマーク] → ブックマークをプレス



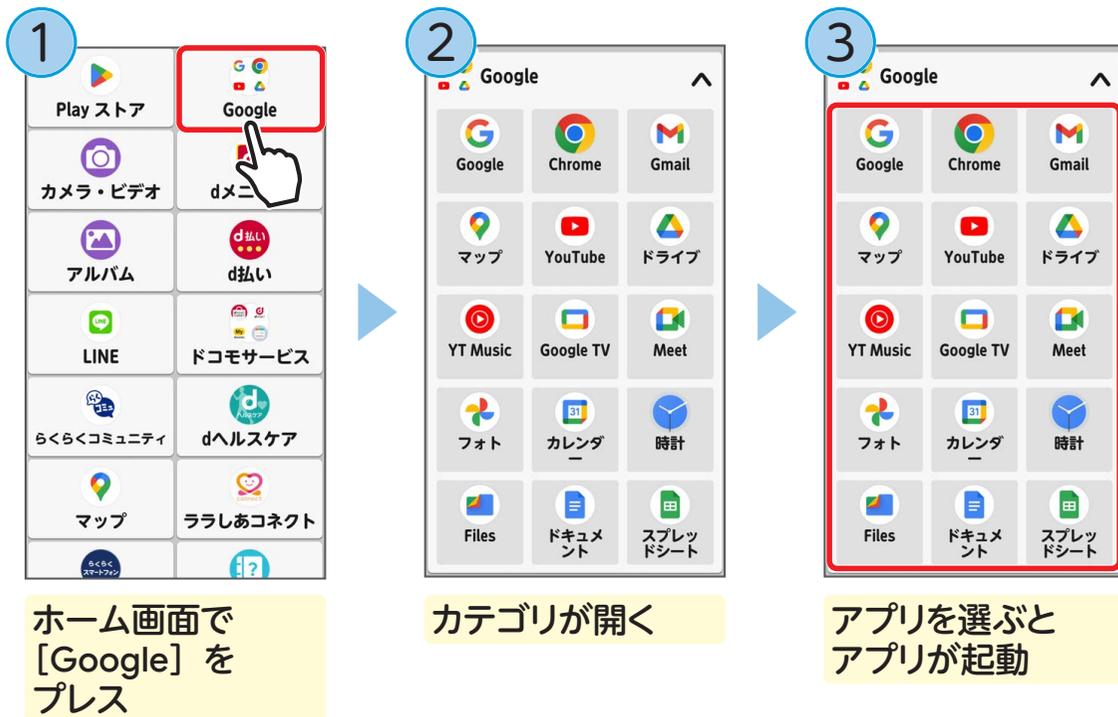
Web サイトが表示される

Google

Google のさまざまなアプリやサービスを利用しましょう。

Google アプリとは

らくらくスマートフォンで用意されている Google のアプリには次のようなものがあります。



■ 主な Google アプリについて



■ Google

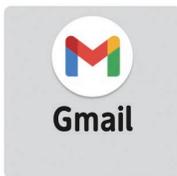
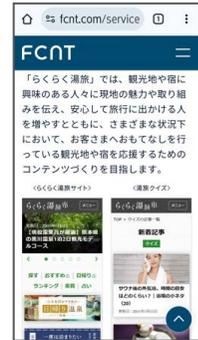
最新情報が入手できるアプリです。必要なものを見つけ、興味を探り、自分にとって重要な話題や最新の配信情報が入手できます。





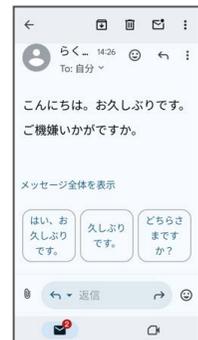
■ Chrome

高速で使いやすく、安全なウェブブラウザです。Android 向けに設計されており、カスタマイズされたニュース記事、お気に入りのサイトへのリンク、ダウンロード、Google 検索、Google 翻訳などを利用できます。



■ Gmail

強固なセキュリティ、リアルタイム通知、複数アカウントのサポート、すべてのメールを対象とした検索などの機能が組み込まれており、Gmail を最大限にご活用いただけます。



■ YouTube

最新のミュージックビデオから、ゲーム、ファッション、美容、ニュース、学びなどのカテゴリの人気コンテンツまで、世界中の人々が視聴している動画を楽しめます。お気に入りのチャンネルに登録したり、自分でコンテンツを作成したり、友だちと共有したりすることもできます。



■ Google アシスタント

らくらくスマートフォンに話しかけるだけで、自分が知りたい情報を検索して、音声と画面表示で答えてくれます。Google アシスタントについて ➡ P.79



■ その他のアプリ

 <p>マップ</p>	<p>● Google マップ</p> <p>地図を使って、現在地や興味のある場所を検索できます。</p> <p>→ P.148</p>	 <p>ドライブ</p>	<p>● Google ドライブ</p> <p>文書、写真、音楽、動画などのさまざまなデータを、スマートフォンからインターネット上に保存できます。</p>
 <p>YT Music</p>	<p>● YouTube Music</p> <p>公式アルバムやミュージックビデオなど幅広い音楽コンテンツが楽しめます。</p>	 <p>Google TV</p>	<p>● Google TV</p> <p>お気に入りのエンターテインメントを1か所でまとめて閲覧し、手軽に楽しむことができます。</p>
 <p>Meet</p>	<p>● Meet</p> <p>相手の顔を見ながら楽しめる、シンプルで高品質なビデオ通話アプリです。</p>	 <p>フォト</p>	<p>● Google フォト</p> <p>思い出の写真や大切な動画をインターネット上に自動保存・管理できる便利なサービスです。</p>
 <p>カレンダー</p>	<p>● カレンダー</p> <p>カレンダーを表示したり、スケジュール管理などができます。</p>	 <p>時計</p>	<p>● 時計</p> <p>タイマーやアラーム、ストップウォッチ、世界時計などを利用できます。</p>
 <p>Files</p>	<p>● Files</p> <p>らくらくスマートフォンに保存されているデータを管理できます。</p>	 <p>ドキュメント</p>	<p>● Google ドキュメント</p> <p>文章などのドキュメントの作成やインターネットでの共有などができます。</p>
 <p>スプレッドシート</p>	<p>● Google スプレッドシート</p> <p>表などのスプレッドシートの作成やインターネットでの共有などができます。</p>	 <p>スライド</p>	<p>● Google スライド</p> <p>スライドの作成やインターネットでの共有などができます。</p>
 <p>緊急情報</p>	<p>● 緊急情報</p> <p>必要とする支援や情報とあなたを素早くつなげることで、緊急事態への備えと対応に役立つアプリです。</p>	 <p>メッセージ</p>	<p>● メッセージ</p> <p>Google の公式メッセージアプリです。</p>

Google アカウントを取得する

Gmail や Google Play などの Google のサービスを利用するために、Google のアカウントを取得してみましょう。

使ってみよう



ホーム画面で [Play ストア] をプレス



[ログイン] をプレス



[アカウントを作成] をプレス



[個人で使用] をプレス



姓入力欄をプレス



姓を入力

7

Google

Google アカウントを
作成

名前を入力してください

姓 (省略可)

名

文字	<	>	削除
あ	か	さ	
た	な	は	
ま	や	ら	
機能	わ、。	次へ	

名入力欄をプレス

8

作成

名前を入力してください

姓 (省略可)

名

次へ

文字	<	>	削除
あ	か	さ	
た	な	は	
ま	や	ら	
機能	わ、。	実行	

名を入力

9

Google

Google アカウントを
作成

名前を入力してください

姓 (省略可)

名

次へ

[次へ] をプレス

10

Google

基本情報

生年月日と性別を入力してくだ
さい

年 月 日

性別

生年月日と性別の入力をお願いす
る理由については、ブラウザで
g.co/age-gender にアクセスしてご
確認ください

次へ

年入力欄をプレス

11

Google

基本情報

生年月日と性別を入力してくだ
さい

年 月 日

性別

文字	<	>	削除
1	2	3	
4	5	6	
7	8	9	
機能	0	次へ	

年を入力

12

Google

基本情報

生年月日と性別を入力してくだ
さい

年 月 日

性別

文字	<	>	削除
1	2	3	
4	5	6	
7	8	9	
機能	0	次へ	

月選択欄をプレス



月をプレス



日入力欄をプレス



日を入力



性別選択欄をプレス



性別を選ぶ



[次へ] をプレス

19



[自分で Gmail アドレスを作成] をプレス

20



Gmail アドレス入力欄をプレス

21



Gmail アドレスを入力

22



[次へ] をプレス

23



パスワード入力欄をプレス

24



パスワードを入力

25

Google

安全なパスワードの作成

半角アルファベット、数字、記号を組み合わせてパスワードを作成します

パスワード

パスワードを表示する

次へ

[次へ] をプレス

26

Google

電話番号を追加しますか？

ご希望の場合は、各種 Google サービスでも利用できるようアカウントにこのデバイスの電話番号を追加することができます。 [詳細](#)

電話番号

+81

これによってあなたの電話番号が公開されることはありません

電話番号の利用目的の例

スキップ はい、追加します

[はい、追加します] をプレス

27

Google

アカウント情報の確認

このメールアドレスまたは携帯電話番号は、後ほどログインに使用できます

XXXXXX@gmail.com

予備の電話番号

次へ

[次へ] をプレス

28

使用してスペル訂正モデルを構築し、すべてのサービスで使用したりすることがあります。

設定は自分で管理できます

アカウントの設定に応じて、このデータの一部はご利用の Google アカウントに関連付けられることがあります。Google はこのデータを個人情報として取り扱います。Google がこのデータを収集して使用する方法は、下の [その他の設定] で管理できます。設定の変更や同意の取り消しは、アカウント情報 (myaccount.google.com) でいつでも行えます。

その他の設定

同意する

[同意する] をプレス

29

自動的にデータをバックアップして、デバイスをなくした場合や買い替えた場合にデータを復元できるようにします。アプリ、アプリデータ、通話履歴、連絡先、SMS や MMS のメッセージ、デバイスの設定 (Wi-Fi のパスワードや権限など) を安全にバックアップできます。

[同意する] をタップすると、この Google サービスの設定の選択内容を確認し、同意する必要があります。

同意する

[同意する] をプレス

Google のアカウントが取得されます。登録した Gmail アドレスやパスワードは各サービスで利用する場合があります。メモなどに控えておきましょう。

検索ボックスを使う

らくらくスマートフォンでは、ホーム画面に Google の検索ボックスが用意されています。

Google の検索ボックスを使うと、キーワードをキーボードや音声で入力してインターネットからさまざまな情報を検索することができます。



①検索ボックス

文字入力欄にテキストを入力して、検索することができます。

②音声入力

音声で入力して、かんたんに検索することができます。

③Google レンズ

Google レンズを起動します。カメラに映すことで目の前にあるものの情報を調べることができます。

■ 音声で入力して検索する

The process is shown in three stages:

- 1** Home screen with the microphone icon in the search bar highlighted by a red box and a hand icon pointing to it. Below the screen is a yellow box with the text: **ホーム画面で  をプレス**
- 2** A screen with the Google logo, the text "認識中..." (Recognizing...), and a blue microphone icon. Below the screen is a yellow box with the text: **検索する言葉を話しかける**
- 3** A search results page for "らくらくスマ..." (らくらくスマートフォン...). The top result is for "NTTドコモ" (NTT Docomo) with the URL "https://www.docomo.ne.jp/prod/". Below the screen is a yellow box with the text: **検索結果が表示される**

Google アシスタントを使う

らくらくスマートフォンに話しかけるだけで、自分が知りたい情報を検索して、音声と画面表示で答えてくれます。

■ 声を登録する

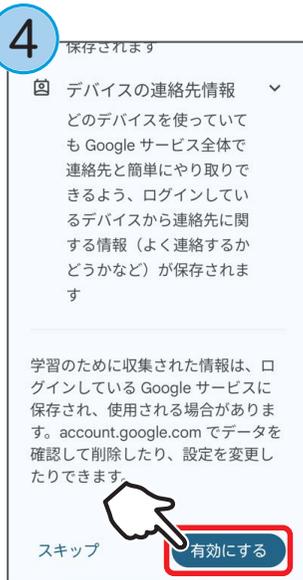


使ってみよう

ホーム画面で [Google] をプレス

[アシスタント] をプレス

[アシスタント機能をもっと活用... 開始] をプレス



[有効にする] をプレス



[次へ] をプレス



[同意する] をプレス

手順①で、ホームボタンを2秒以上押し続けてもGoogleアシスタントを起動できます。

7

認識できるようになります。アシスタントはあなたの声を録音して一意の音声モデルを作成します。音声モデルはあなたのデバイスにのみ保存されます。あなたの声を正しく認識できるように、音声モデルが Google に一時的に送信されることもあります。

- 後で Voice Match が必要なくなった場合は、アシスタントの設定で簡単に削除できます。Voice Match のセットアップ中に録音した音声クリップを確認、削除するには、g.co/assistant/match にアクセスしてください。

注: よく似た声や録音した音声でも、同様に反応し、アカウントに基づく情報やアシスタントにアクセスできる可能性があります。

登録しない 同意する

[同意する] をプレス

8

「Ok Google, 明日の天気は？」と書いてください

キャンセル

画面の指示に従って Voice Match を設定

9

Google アシスタントを最大限に活用しよう

- 最新情報をメールで受け取る

最新のアシスタント機能をメールでお知らせします

次へ

[次へ] をプレス

Google アシスタントの準備が完了します。

Google アシスタントを利用する

1

本体前面のホームボタンを2秒以上押す

2

2025年02月27日 木曜日 12:34

天気やニュースの最新情報はこちら

電話/電話帳

メール/SMS

インターネット

1 2 3 4

Google

Play ストア

カメラ・ビデオ

次のように書いてみましょう:

「明日の天気は？」

マイクに向かって、知りたいことなどを話しかける

3

クレオパトラ、クレオパトラ (ギリシャ語: Κλεοπάτρα, ラテン文字表記: Kleopatra, Cleopatra) は、古代ギリシャおよびプトレマイオス朝エジプトの伝統的な女王の名。歴史上の人物としてはクレオパトラ7世が最も有名である。

Geminiを試してみる

ウィキペディアでクレオパトラを調べて

検索結果を音声と画面表示で答えてくれます

Google Play を使う

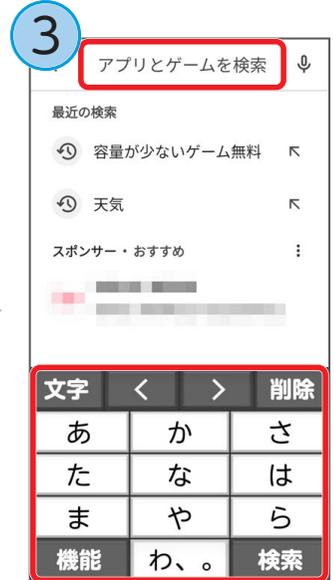
らくらくスマートフォンにはさまざまな新しいアプリを追加することができます。



ホーム画面で
[Play ストア] を
プレス



[検索] をプレス



キーワード欄に
キーワードを入力



[検索] をプレス

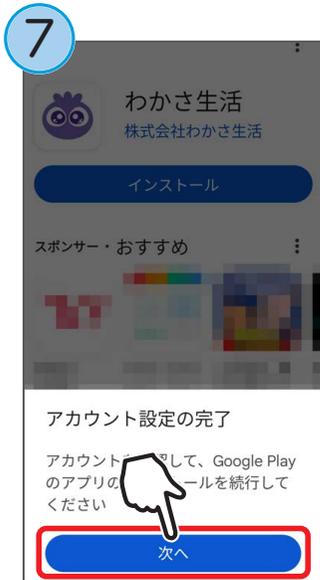


追加するアプリを
プレス

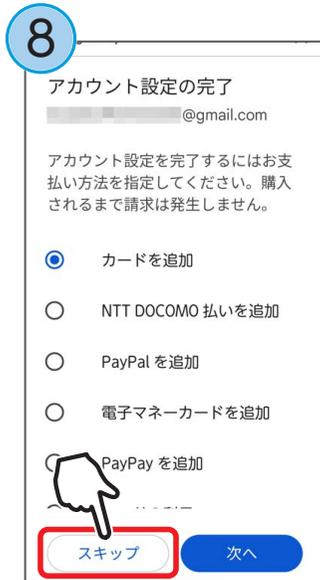


[インストール] を
プレス

使ってみよう



[次へ] をプレス



[スキップ] をプレス



アプリがダウンロードされる



アプリがインストールされる
インストールが完了すると、「開く」が青色に変わる



[開く] をプレス

アプリが起動します。

■ 入手したアプリを起動する

入手したアプリは [ダウンロードしたアプリ] から起動できます。

1



2



アプリが起動します。

ホーム画面で [ダウンロードしたアプリ] をプレス

ダウンロードしたアプリをプレス

使ってみよう

● アプリを削除する

➡ 不要になったアプリは、削除することができます。

ホーム画面で [本体設定] をプレス→ [アプリケーションの削除] をプレス→ 削除するアプリを選ぶ→ [削除する] をプレス→ [OK] をプレスします。



LINE (ライン)

ライン
LINE は、メッセージの交換や無料の通話、離れていても顔を見て話せるビデオ通話
ができます。

ライン LINE をダウンロードする

ライン
LINE をダウンロードして、アカウントを登録してみましょう。

・ほかの機器でご利用のアカウントを引き続き使用する場合はこちら ➡ P.29



ホーム画面で
[LINE] をプレス



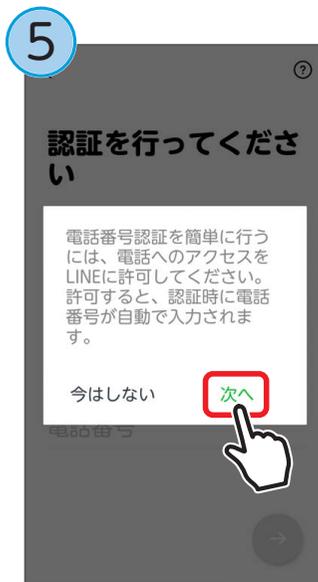
[インストール] を
プレス



[開く] をプレス



[新規登録] をプレス



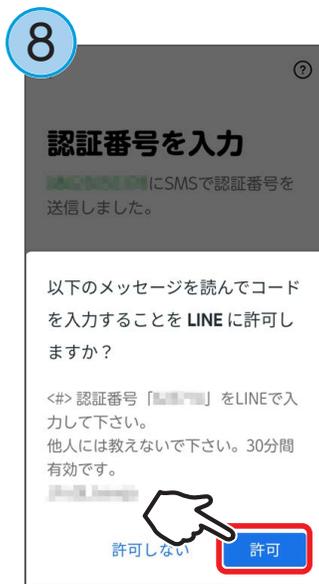
[次へ] をプレス



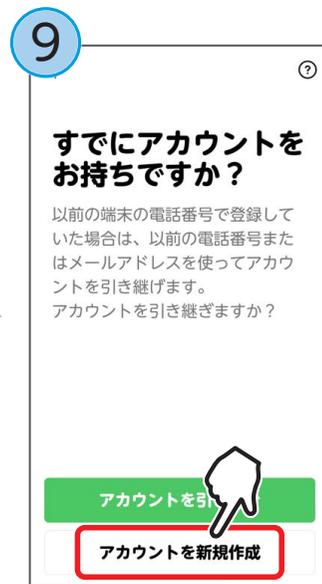
➡ をプレス



[OK] をプレス



[許可] をプレス



[アカウントを新規作成] をプレス



アカウント名を入力して → をプレス



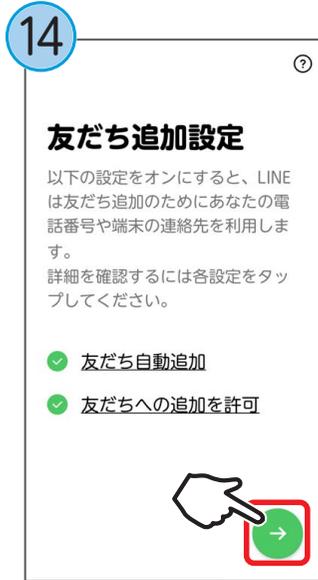
パスワードを入力して、[次へ] をプレス



パスワードを再入力



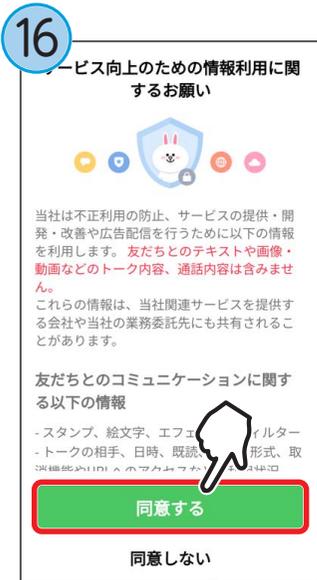
→ をプレス



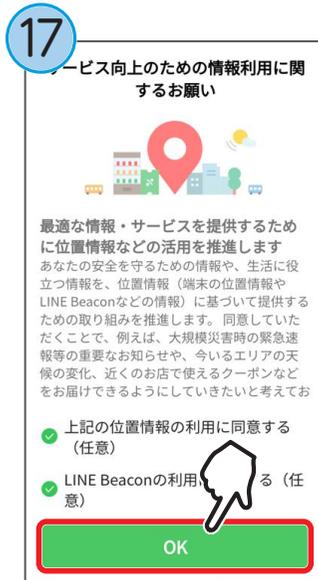
→ をプレス
追加／許可しない場合は✔️をプレスして解除



[あとで] をプレス



[同意する] をプレス



[OK] をプレス



[キャンセル] / [追加する] のどちらかをプレス

ライン
LINEのアカウントが登録されます。

ライン
LINEに登録したことを家族や友人に伝えて、早速利用してみましょう。

トークを送る

家族や友人とトーク（会話）してみましよう。

トークをするにはあらかじめ「友だち」に追加する相手を電話帳に登録しておきます。さらに相手もLINEに登録済みであることを確認しておきます。



送る相手を選ぶ



【トーク】をプレス



入力欄をプレス



メッセージを入力



▶をプレス



メッセージの送信が完了

使ってみよう

スタンプを送る

家族や友人にスタンプを送ってみましょう。

1



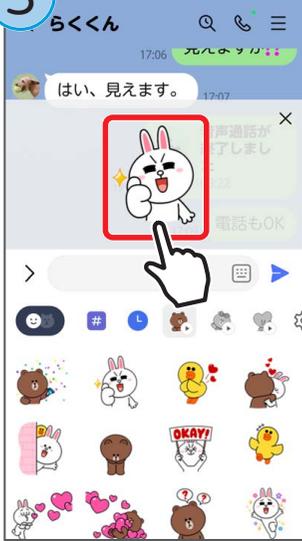
トーク画面で😊を
プレス

2



送りたいスタンプ
をプレス

3



スタンプを
もう一度プレス

写真を送る

家族や友人に写真や動画を送ってみましょう。

1



トーク画面で📷を
プレス

2



写真を選択

3



➡️をプレス



詐欺対策

詐欺対策とは

らくらくスマートフォンには、詐欺対策機能として以下の機能が搭載されています。

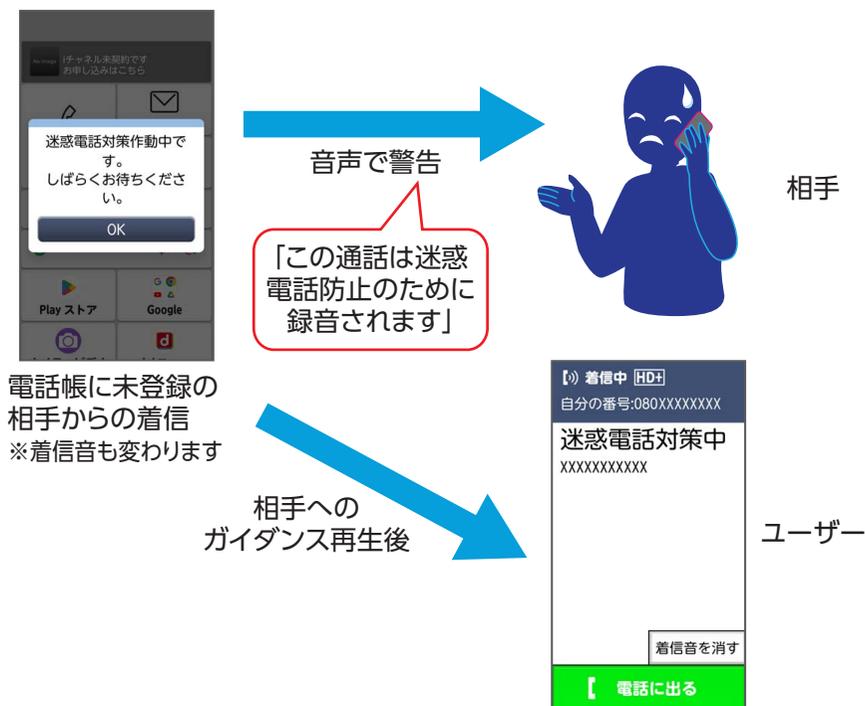
- 迷惑電話対策機能
- 還付金詐欺対策機能
- らくらく迷惑メール判定機能
- フィッシング詐欺警告機能

詐欺の手口は、年々巧妙になってきており本人が気付かないうちに被害にあってしまう事例が後を絶ちません。

これらの機能を設定オンにして、あんしんしてスマートフォンを利用しましょう。

■ 着信時に有効な「迷惑電話対策」機能

電話帳に登録していない相手から電話がかかってきたとき、相手には会話を録音する旨の音声メッセージを流します。

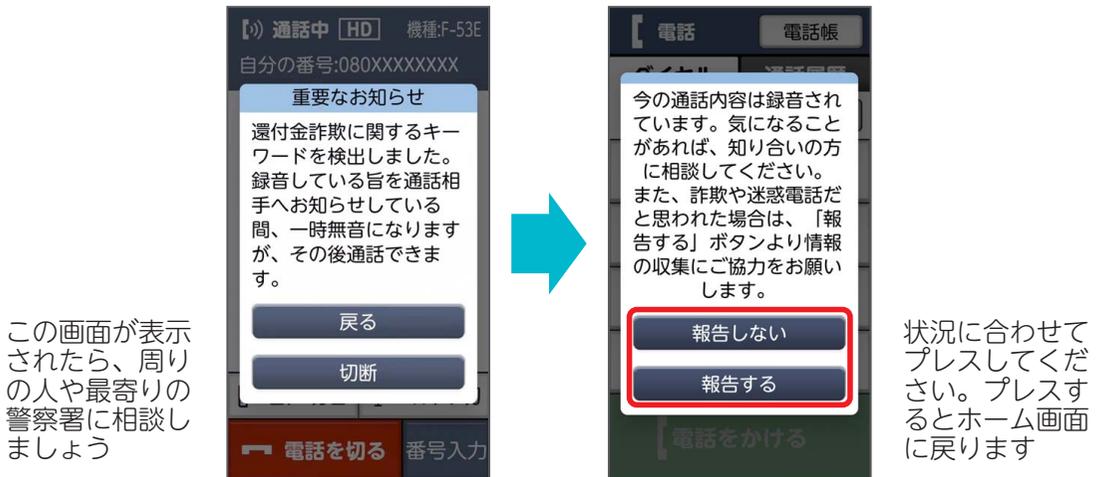


使ってみよう

■ 発信時に有効な「還付金詐欺対策」機能

通話の内容に、還付金詐欺[※]と思われる会話（キーワード）を検出すると、通話している双方に還付金詐欺の警告を行います。

※ 役所や銀行などの職員を装って、医療費を還付しますなどとだまし、ATM からお金を振り込ませる詐欺です。



■ 還付金詐欺対策のイメージ

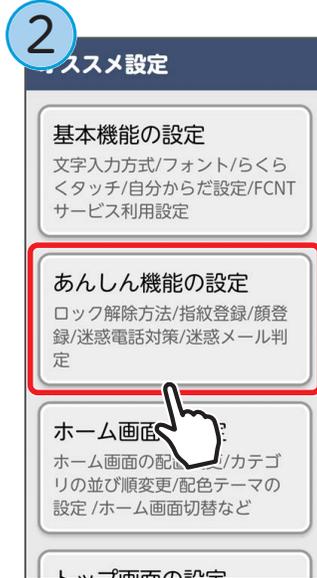


※ 本機能は株式会社アドバンス・メディアの音声認識エンジン AmiVoice を利用しています。

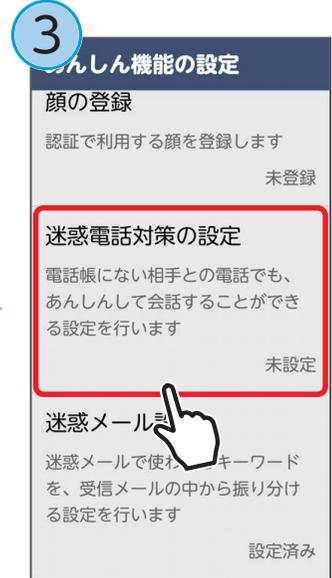
迷惑電話対策機能を設定する



ホーム画面で [おすすめ設定] をプレス



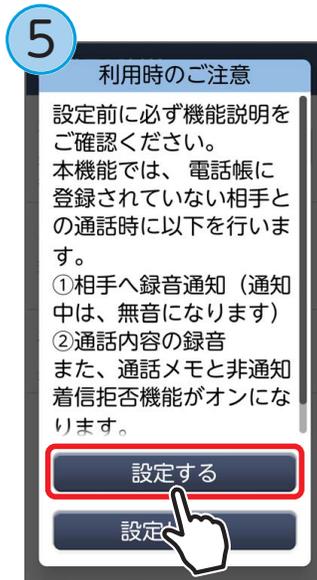
[あんしん機能の設定] をプレス



[迷惑電話対策の設定] をプレス



[オフ] をプレス



[設定する] をプレス

● 迷惑電話対策機能の設定

専用アプリで読み取り

→ P.5



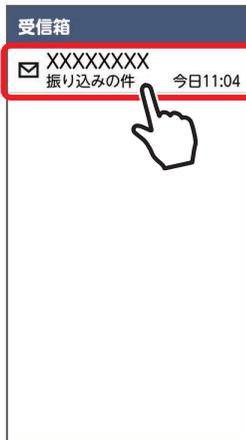
操作画面が起動します

使ってみよう

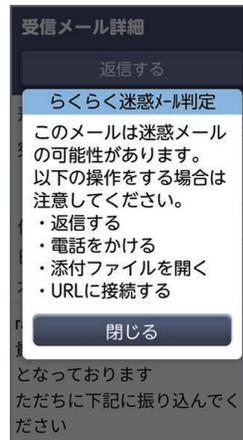
還付金詐欺対策と迷惑電話対策の両方の機能がオンになります。

■ メール受信時に有効な「らくらく迷惑メール判定」機能

見ず知らずの相手からの口座への振り込みなどを依頼するメールやSMSを受信した場合に、注意喚起を呼びかけます。



受信したメールを開くと



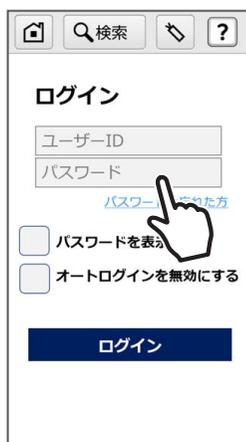
警告画面が表示されます。

■ パスワードやクレジットカード番号などを入力するときに有効な「フィッシング詐欺警告」機能

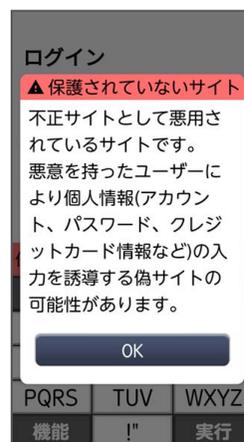
ウェブサイトでパスワードなどを入力するときに、表示中のウェブサイトがフィッシング詐欺^{*}のサイトかどうかを判定し、判定に応じて注意を行います。

^{*} 実在する企業、金融機関やサービスからのメールを装い、メールの受信者を偽のウェブサイトに誘導し、そのサイトでパスワードやクレジットカード番号などを入力させることで、個人情報盗み出す行為です。

悪意のあるサイトと判定された場合



パスワードなどを入力しようすると



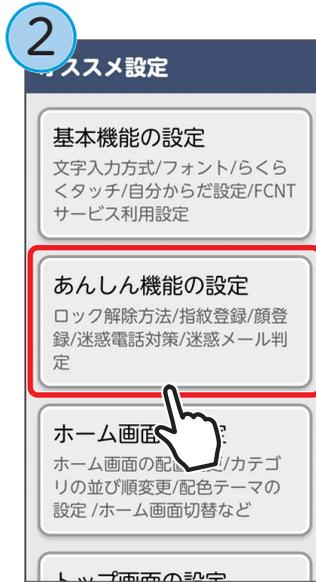
警告画面が表示されます。

らくらく迷惑メール判定機能を設定する

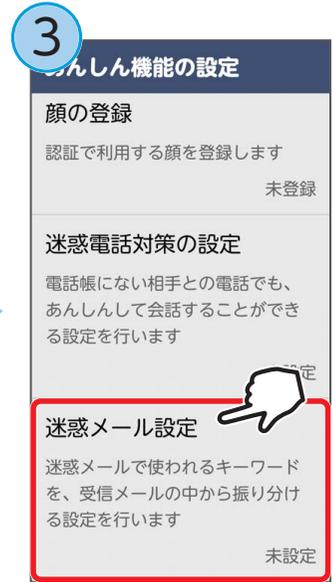
使ってみよう



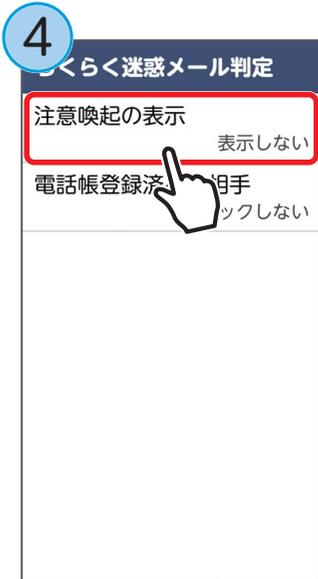
ホーム画面で [オススメ設定] をプレス



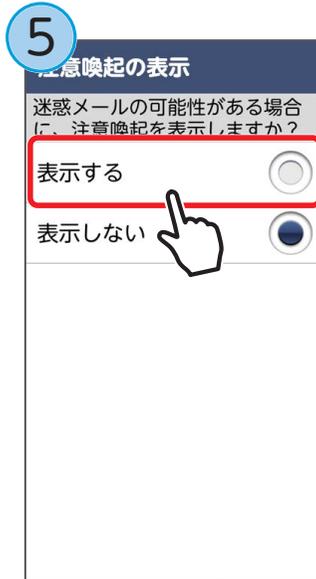
[あんしん機能の設定] をプレス



[迷惑メール設定] をプレス



[注意喚起の表示] をプレス



[表示する] をプレス



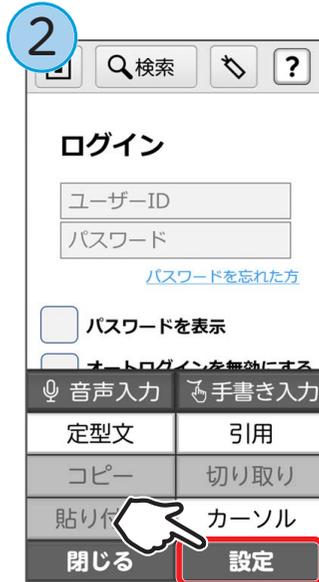
[閉じる] をプレス

らくらく迷惑メール判定機能がオンになります。

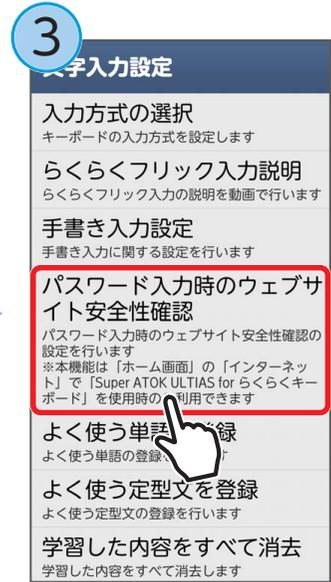
フィッシング詐欺警告機能を設定する



ウェブサイト上の、パスワードなどの入力画面で [機能] をプレス



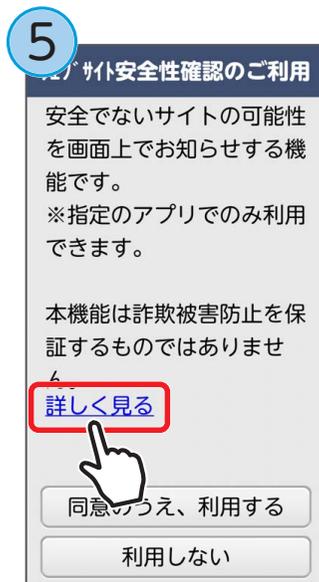
[設定] をプレス



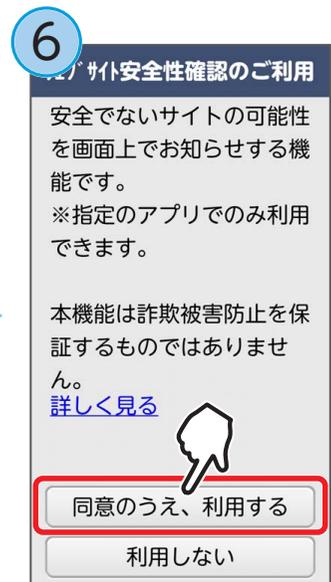
[パスワード入力時のウェブサイト安全性確認] をプレス



「ウェブサイト安全性確認」の [オフ] をプレス



[詳しく見る] をプレスし、内容を確認



[同意のうえ、利用する] をプレス

設定を解除するには手順④で「ウェブサイト安全性確認」を [オフ] に設定します。



セキュリティ／あんしん

セキュリティ機能について

指紋認証やあんしん機能を使用して、らくらくスマートフォンやデータを守ることができます。

■ パターン／暗証番号／パスワード認証

登録したパターンや暗証番号、パスワードを入力することでセキュリティの認証を行います。

■ 指紋認証／顔認証

登録した指紋や顔データでセキュリティの認証を行います。指でホームボタンに触れたり、内側カメラを顔に向けてすることで、画面ロックを解除します。

※ 指紋認証／顔認証のご利用には、あらかじめ予備の画面ロック解除方法（パターン／暗証番号／パスワード）の設定が必要です。

■ あんしんセキュリティ

ウイルス、危険サイト、危険 Wi-Fi、迷惑電話、迷惑メールなどのセキュリティ対策がご利用になれます。ウイルス対策では、らくらくスマートフォンがウイルスに感染していないかどうかをチェックすることができます。ウイルスとは、パソコンやスマートフォンに入り込んで動作を不安定にしたり、ファイルを壊したりする悪質なプログラムのことです。ウイルスに感染すると、自分の個人情報が外部に勝手に送信されたり、大切なパスワードが盗まれて悪用されたりする危険があります。

※ ウイルス対策は無料でご利用いただけます。その他の対策は「あんしんセキュリティ」や「あんしんセキュリティ（プライバシー）」サービスへの契約が必要です。

■ 安心データ保存

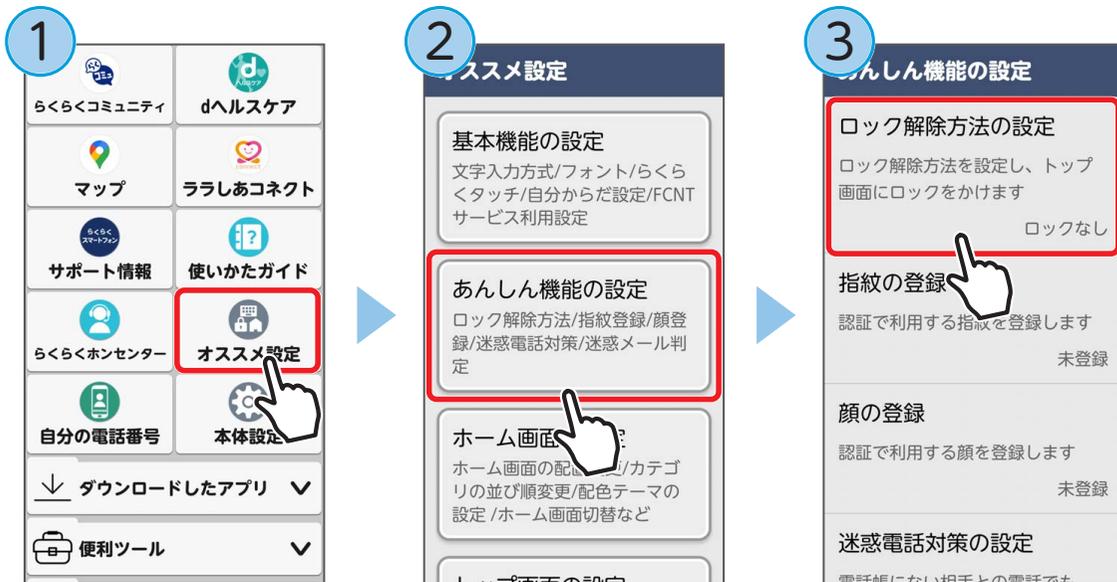
らくらくスマートフォンのデータを定期的に microSD カード（別売）にバックアップできます。らくらくスマートフォンが何かの原因で故障してしまい初期化することになった場合、端末の設定を一からやりなおす必要のないように、設定もバックアップできます。

※ バックアップ・復元できるデータは次のとおりです。

画像、動画、音楽、ボイスレコーダー、文書、端末設定、連絡先、通話履歴、目覚まし、Super ATOK ULTIUS for らくらく、伝言メモ、通話メモ、迷惑電話対策の録音、メッセージ、インターネット、ワンタッチダイヤル、ホームカスタマイズ、花ノート、かんたん画面出力

トップ画面をロックする

電源を入れたときやスリープモードから復帰したときなどに、パターンや暗証番号、パスワードの入力で認証操作を行うよう設定します。

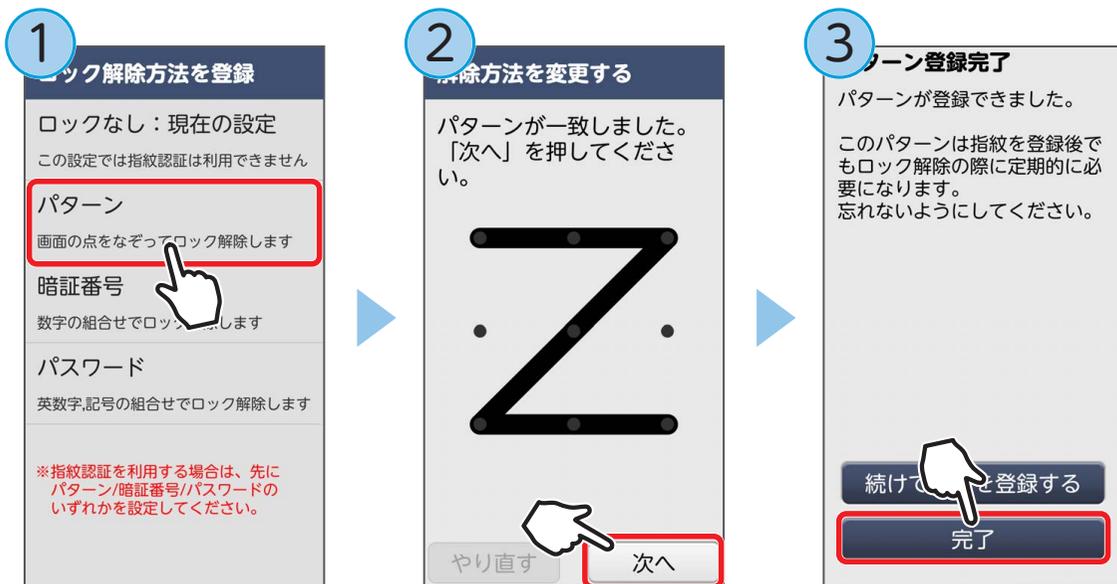


ホーム画面で [おすすめ設定] をプレス

[あんしん機能の設定] をプレス

[ロック解除方法の設定] をプレス

■ パターンの入力で解除するよう設定する



[パターン] をプレス

[次へ] →画面に従ってパターンを2回入力→ [次へ]

[完了] をプレス

■ 暗証番号の入力で解除するよう設定する

1 ロック解除方法を登録

ロックなし：現在の設定
この設定では指紋認証は利用できません

パターン
画面の点をなぞってロック解除します

暗証番号
数字の組合せでロック解除します

パスワード
英数字、記号の組合せでロック解除します

※指紋認証を利用する場合は、先にパターン/暗証番号/パスワードのいずれかを設定してください。

2 解除方法を変更する

新しい暗証番号を入力してください。

(4~8桁)

.....

文字	<	>	削除
1	2	3	
4	5	6	
7	8	9	
機能	0		次へ

3 暗証番号登録完了

暗証番号が登録できました。

この暗証番号は指紋を登録後でもロック解除の際に定期的に必要なになります。忘れないようにしてください。

続けて登録する

完了

[暗証番号] を
プレス

[次へ] →画面に従って
4~8桁の番号
を2回入力→[次へ]

[完了] をプレス

■ パスワードの入力で解除するよう設定する

1 ロック解除方法を登録

ロックなし：現在の設定
この設定では指紋認証は利用できません

パターン
画面の点をなぞってロック解除します

暗証番号
数字の組合せでロック解除します

パスワード
英数字、記号の組合せでロック解除します

※指紋認証を利用する場合は、先にパターン/暗証番号/パスワードのいずれかを設定してください。

2 解除方法を変更する

新しいパスワードを入力してください。

(4~16文字)

.....

文字	<	>	削除
./@	ABC	DEF	
GHI	JKL	MNO	
PQRS	TUV	WXYZ	
機能	!		次へ

3 パスワード登録完了

パスワードが登録できました。

このパスワードは指紋を登録後でもロック解除の際に定期的に必要なになります。忘れないようにしてください。

続けて登録する

完了

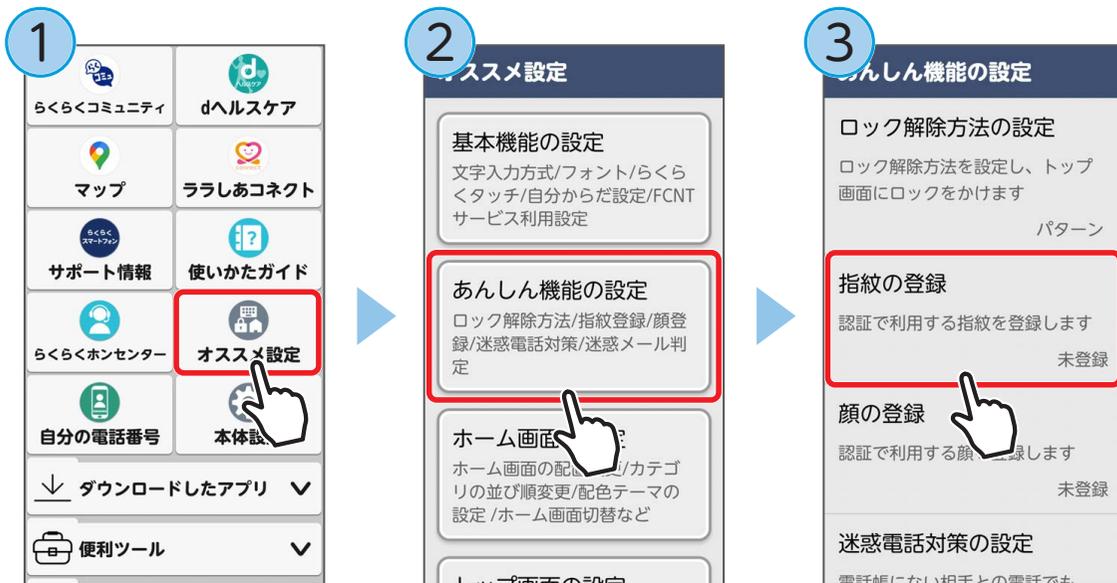
[パスワード] を
プレス

[次へ] →画面に従って
4~16桁のパスワード
を2回入力→ [次へ]

[完了] をプレス

指紋認証を使う

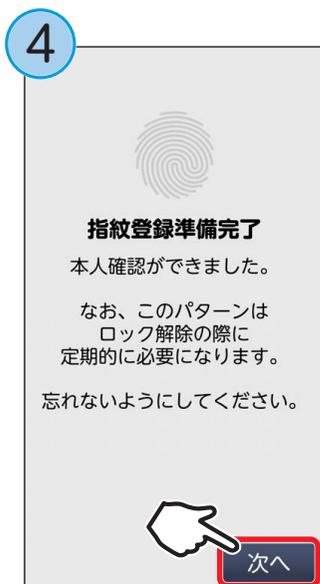
■ 指紋を登録する



ホーム画面で「オススメ設定」をプレス

「あんしん機能の設定」をプレス

「指紋の登録」をプレス



設定している認証操作を行い「次へ」をプレス



画面の指示に従って、ホームボタンに触れて指紋を登録



手順④ではあらかじめ予備の認証操作の設定が必要です (⇒ P.96)。



手順⑥で「他の指を登録する」をプレスすると、他の指を追加することができます。



トップ画面で指紋が正しく認証できないときは

指紋登録した指で再度ホームボタンに触れるか、左の画面の赤枠のボタンをプレスして、予備のセキュリティ解除方法（パターン／暗証番号／パスワードのいずれか）で認証操作を行ってください。

顔認証を使う

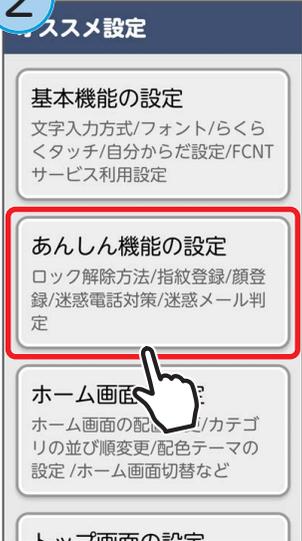
■ 顔を登録する

1



ホーム画面で「おすすめ設定」をプレス

2



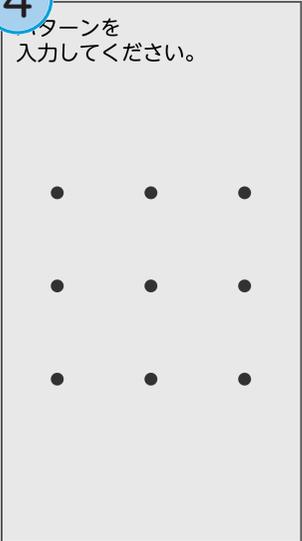
「あんしん機能の設定」をプレス

3



「顔の登録」をプレス

4



設定している認証操作を行う

5



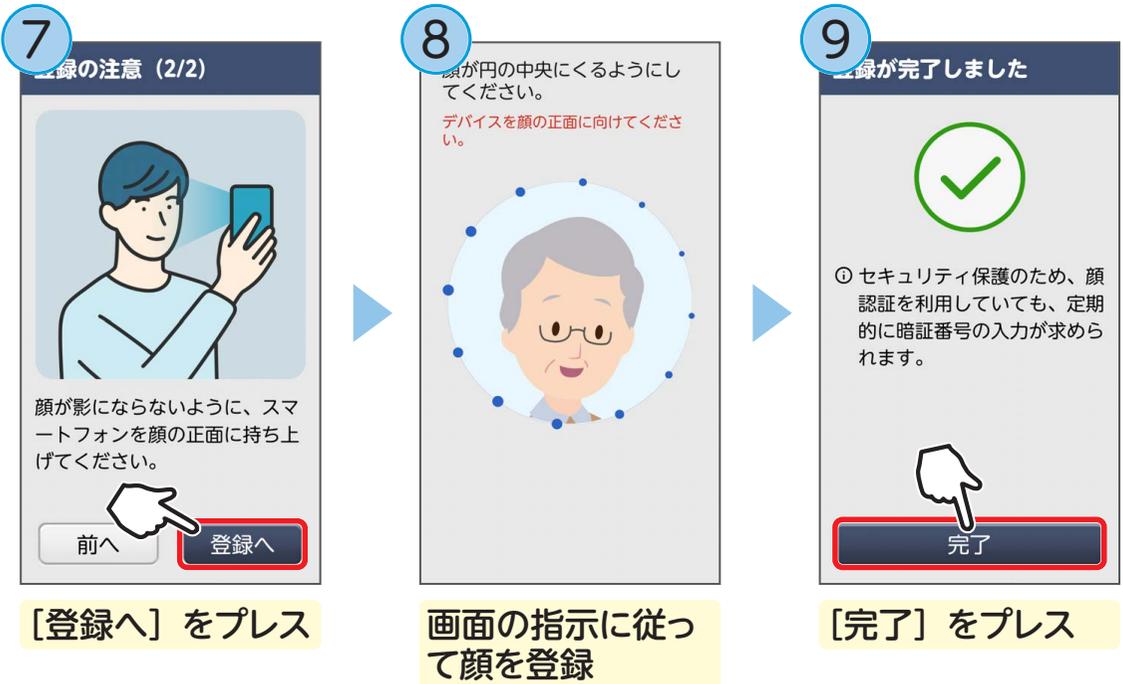
「次へ」をプレス

6



「次へ」をプレス

手順④ではあらかじめ予備の認証操作の設定が必要です (→ P.96)。



トップ画面で顔が正しく認証できないときは

画面を下から上にスライドして、予備のセキュリティ解除方法（パターン／暗証番号／パスワードのいずれか）で認証操作を行ってください。

あんしんセキュリティを使う

あんしんセキュリティをはじめて使う場合は、画面の指示に従ってアプリをアップデートします。なお、Wi-Fiに接続しているとdアカウントの設定を求める画面が表示されます。ここでは[キャンセル]をプレスしてWi-Fiを切断してからアプリをアップデートします。



ホーム画面で
[あんしんツール]
をプレス



[あんしんセキュリ
ティ] をプレス



[スキャン] をプレス



[今すぐスキャン]
をプレス



スキャンが始まったら、
完了まで待つ



[閉じる] をプレス

- はじめてあんしんセキュリティを使う場合は、初期設定が必要です。初期設定後に自動的にスキャンが開始されます。
- セキュリティスキャン実行中も、本体前面のホームボタンを押してホーム画面を表示し、ほかのアプリを利用できます。セキュリティスキャンが完了すると、自動的に完了画面が表示されます。

■ あんしんセキュリティのその他の項目



①お知らせ

お知らせを確認できます。

②メニュー

アカウントやご契約中のサービスの確認、各種通知の設定、よくある質問の確認やお問い合わせなどを行うことができます。

③スキャン

らくらくスマートフォンをスキャンし、不審なアプリなどから保護します。

④有料サービスのご案内

ウイルススキャンや危険サイト／危険 Wi-Fi ^{ワイファイ} 対策、迷惑メール／迷惑 SMS 対策など、お使いのらくらくスマートフォンをさまざまな脅威からお守りする各プラン（有料）をご案内しています。

⑤セキュリティニュース

セキュリティに関する情報やニュースをお届けします。

⑥タブバー

ホーム、レポート、ニュースの画面に切り替えます。

安心データ保存を使う

あらかじめ、らくらくスマートフォンに^{マイクロ}microSDカード（別売）を取り付けておいてください。安心データ保存をはじめて使う場合は、使いかたと注意事項を確認し、[内容に同意し利用開始する] をプレスします。



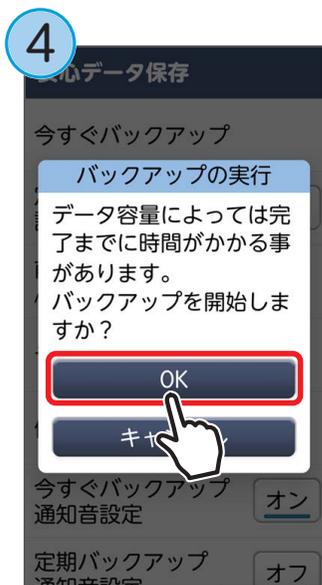
ホーム画面で[データ・写真の管理]をプレス



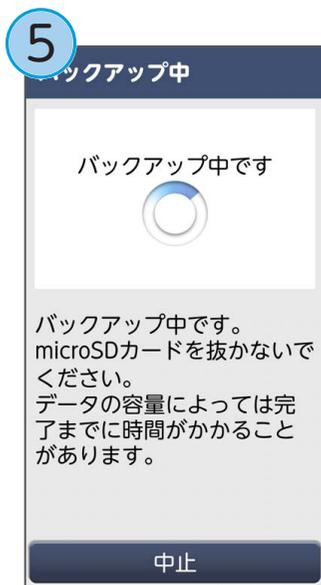
[安心データ保存]をプレス



[今すぐバックアップ]をプレス



[OK]をプレス



バックアップが開始される

^{マイクロ}microSDカードにデータがバックアップされます。

- バックアップ中に中止するには
➔ 手順⑤で [中止] をプレスします。



いざという時に

地震などの災害発生時、らくらくスマートフォンの機能にも役立つものがあります。

ライトを使う

地震などの災害発生時に、懐中電灯の代わりに使うことができます。



通知パネルをプレス



[ライト] をプレス
でライトが点灯



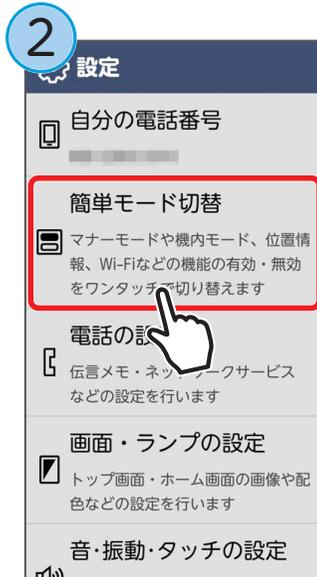
もう一度 [ライト] を
プレスでライトが消灯

使ってみよう

以下の手順でもライトを使うことができます。



ホーム画面で
[本体設定] をプレス



[簡単モード切替]
をプレス

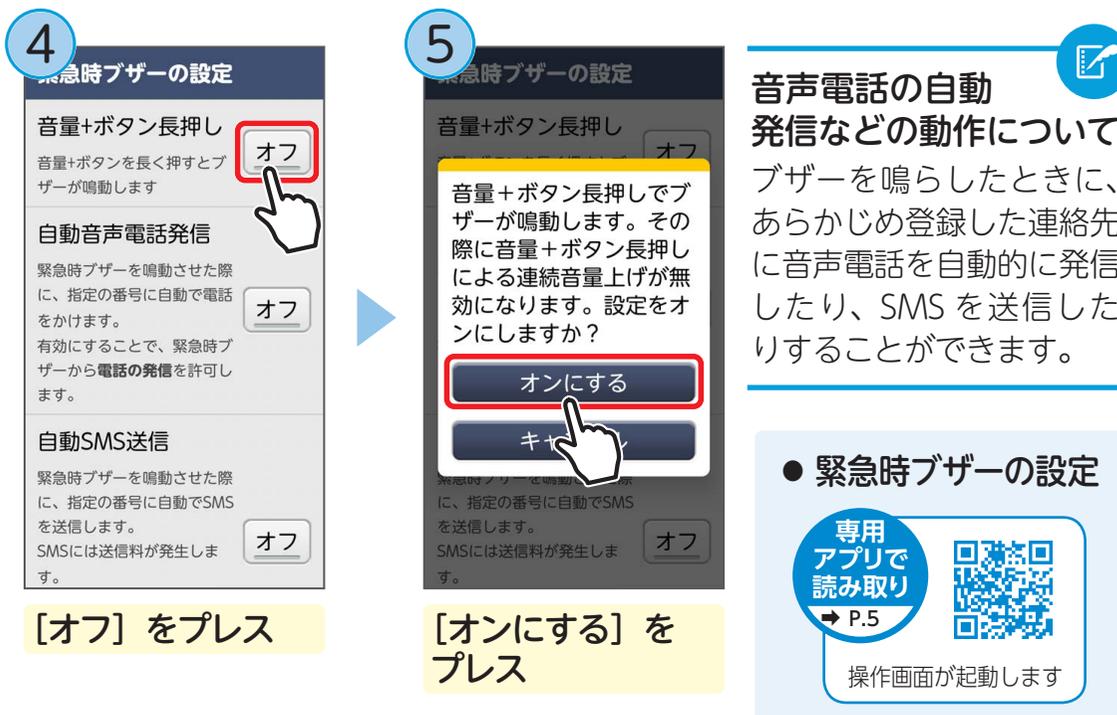


[オフ] をプレスで
ライトが点灯

[オン] をプレスするとライトが消えます。

緊急時ブザーを使う

緊急時に大音量のブザーを鳴らすことができます。
またブザーを鳴らしたときに、登録した相手に自動で電話やSMSを発信することもできます。



非常用節電モードを使う

非常用節電モードに設定すると、電池の消費を抑えることができます。

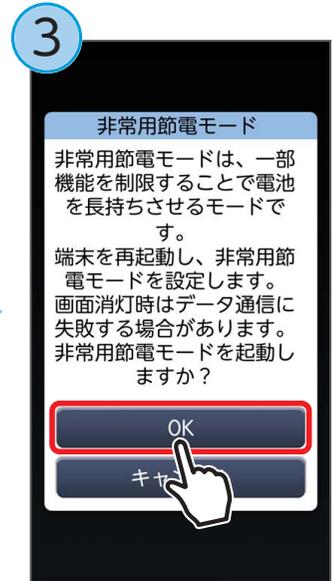
・非常用節電モードを解除する場合も、同じ手順で操作してください。



1 本体左側面の電源ボタンを押し続ける



2 [非常用節電モード] をプレス



3 [OK] をプレス



4 らくらくスマートフォンが再起動

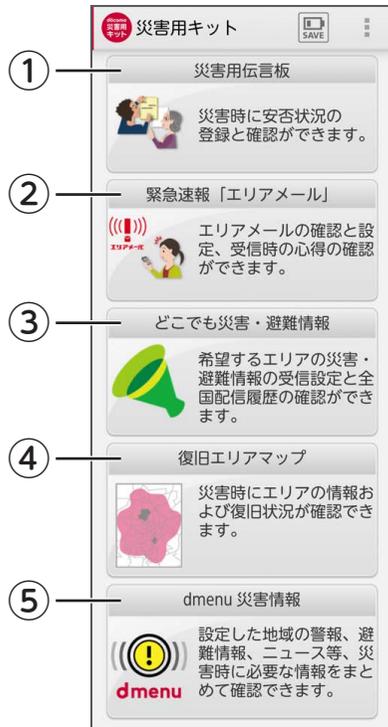
使ってみよう

非常用節電モードに設定すると

- ・非常用節電モードに設定中は、ステータスバーに  (非常用節電モード設定中) が表示されます。
- ・非常用節電モード設定中は、電源をオフにしても設定は解除されません。
- ・非常用節電モード設定中で、画面がスリープモード中の場合は、スケジュールのアラームやお知らせタイマーなどは鳴りません。

ドコモでは、災害時に備えて「災害用伝言板」や緊急速報「エリアメール」を簡単にお使いいただくための「災害用キット」を提供しています。

■ 災害用キットのアプリ



① 災害用伝言板

自分の安否情報を登録したり、家族や友人の安否状況を確認したりできます。

② 緊急速報「エリアメール」

受信したエリアメールを確認できます。

③ どこでも災害・避難情報

知りたい地域の災害・避難情報のお知らせを受信できるように設定したり、全国の配信履歴を確認したりできます。

④ 復旧エリアマップ

災害時にエリアの情報および復旧状況を確認できます。

⑤ dmenu 災害情報

設定した地域の警報、避難情報、ニュース等、災害時に必要な情報をまとめて確認できます。

災害用伝言板を体験できる？



災害用伝言板は、大規模災害が発生した場合などドコモが定めるサービス提供期間中のみ利用できます。

ただし、次の期間中はサービスを体験することができます。

- 毎月「1日」「15日」(午前0:00～午後11:59)
- 正月三が日(1月1日正午～1月3日午後11:00)
- 防災週間(8月30日～9月5日)
- 防災とボランティア週間(1月15日～1月21日)

※実際に災害が発生した際には体験利用ができません。

災害用キットを使う

使ってみよう



ホーム画面で
「あんしんツール」
をプレス



「災害用キット」を
プレス



「災害用伝言板」
をプレス



「登録する」をプレス



伝えたい安否状況
を選ぶ



表示された画面で
「登録する」をプレス

安否状況が登録されます。

手順⑤で「自由にメッセージを入力する」を選んだ場合は、メッセージを入力後、「決定」をプレスします。



健康

らくらくスマートフォンで楽しく健康管理をしてみましょう。
「ララしあコネクト」では歩数や歩速、心拍数、自律神経パワーなどが確認できます。

ララしあコネクトを起動する



ホーム画面で「ララしあコネクト」をプレス



生年月日や性別、身長、体重などを設定



「始める」をプレス

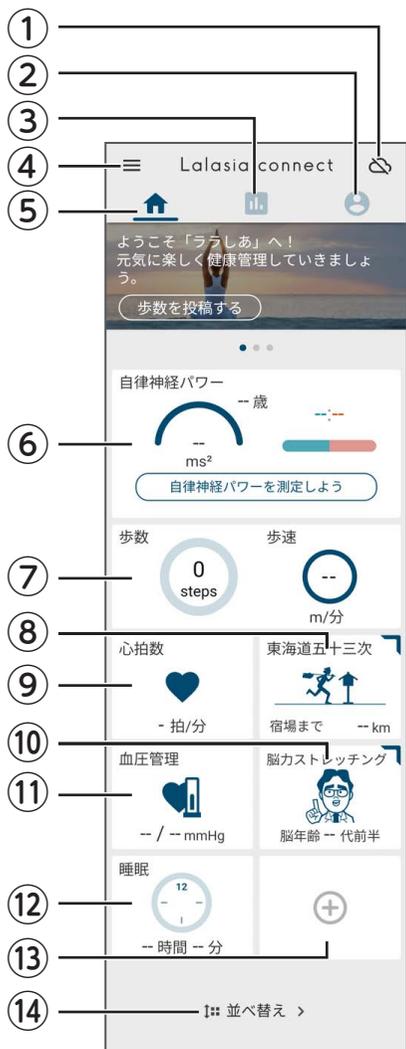


メイン画面が表示される

「自分から設定」が完了している場合

ララしあコネクト起動時の各項目（生年月日など）の設定は不要です。

■ ララしあコネクトのメイン画面を見る



① データ引き継ぎ

ほかの携帯電話で測定した情報などを同期することができます。

② プロフィール

生年月日や身長、体重など身体情報を表示・編集します。

③ ランキング、分布

測定値をもとに、同年代の利用者内でのランキングや分布を表示します。

④ メニュー

各種設定やヘルプなどの情報を表示します。

⑤ メイン画面（測定メニュー）

メイン画面の測定メニューを表示します。

⑥ 自律神経パワー

背面にある脈波センサーを指で触れることで、自律神経の活動量を測定します。自律神経の活動量を測定・数値化することで、健康管理に役立っています。

⑦ 歩数、歩速

歩数、移動距離、歩速、脂肪燃焼量、消費カロリー、活動量を測定・表示します。

⑧ 東海道五十三次

達成した歩数から東海道五十三次の道のりを疑似体験できます。また、旅の記録をらくらくコミュニティで投稿できます。

⑨ 心拍数

内側カメラを利用して顔を認識し、心拍数を測定・表示します。

⑩ みんなで脳力ストレッチング

東北大学加齢医学研究所の川島隆太教授監修の「みんなで脳力ストレッチング」を利用できます。

⑪ 血压管理

ご利用の血压計で測定した最高／最低血压と脈拍数を入力し、管理します。血压計の画面にらくらくスマートフォンをかざすだけで、測定結果を取り込むことができます。

⑫ 睡眠

睡眠時、らくらくスマートフォンを枕元に置いて睡眠時間や眠りの深さを測定・表示します。

⑬ ヘルスコネクト連携

ヘルスコネクトに記録されたデータを表示します。

⑭ 測定メニューの並び替え

メニューの並び順を変更できます。

自律神経パワーを測定する

本端末の背面にある脈波センサーを指で触れることで、自律神経の活動量を測定します。自律神経の活動量を測定・数値化することで、健康管理に役立ってます。

■ はじめて測定するときは

チュートリアル（使いかたの説明や解説など）が表示されますので、画面に従って測定してみましょう。



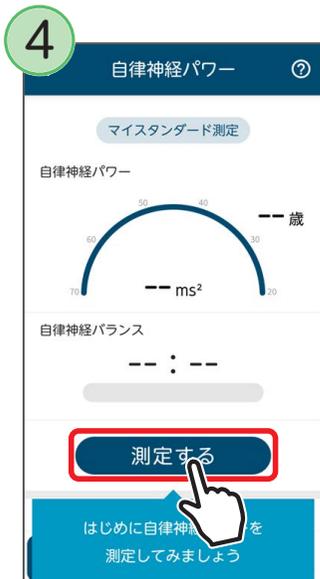
[自律神経パワー] をプレス



内容を確認し、[次へ] を数回プレス



[ホームへ] をプレス



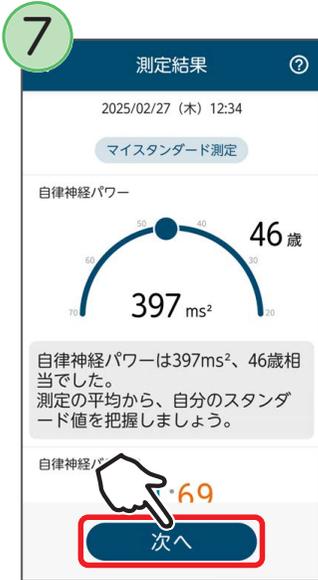
[測定する] をプレス



本体背面の脈波センサーを指の腹で覆う



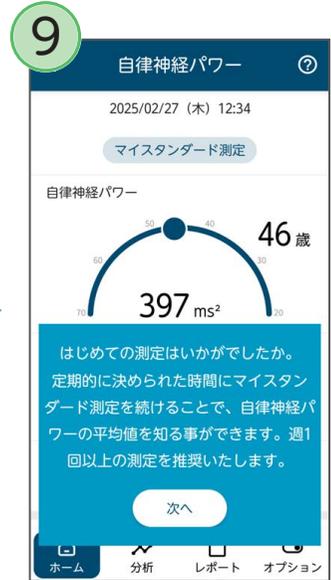
安静にしてしばらく待つ



測定が終了したら
[OK] → [次へ]
をプレス



[OK] → [次へ]
をプレス



測定が終了
以降は画面の指示
に従って操作

■ 2回目以降の測定方法



自律神経パワー画面
で [測定する] を
プレス



マイスタンダード設定
またはスポット設定を
選び、[測定開始] を
プレスして測定を行う



測定が完了したら、
測定時の状態を入力
→ [結果を見る]
をプレス

活用してみよう

測定結果の詳細が表示されます。[編集] をプレスして測定時の状態を編集したり、[次へ] → [チャレンジを設定する] をプレスして健康のための習慣を設定したりできます。

■ 自律神経パワー画面を見る



①ヘルプ

自律神経パワーについて知ることができます。

②自律神経パワー

自律神経パワーの測定結果が表示されます。

③自律神経バランス

自律神経バランスの測定結果が表示されます。

④毎日のチャレンジ

自律神経パワーの向上につながる、日々の生活習慣の改善のヒントです。

ご自身の生活スタイルに合ったチャレンジを取り入れて、自律神経パワーの維持・改善にお役立てください。

⑤自律神経パワー TIPS

自律神経に関するさまざまな記事を見ることができます。

⑥ホーム

自律神経パワーと自律神経バランスの測定値、チャレンジ、自律神経パワーについての情報を表示します。

⑦分析

過去の測定結果を表示します。

⑧レポート

過去の自律神経パワー、歩数、睡眠時間、体重の平均値を月ごとに確認できます。

⑨オプション

自律神経パワーの目標年齢や測定モードを設定できます。

歩数、歩速を測定する

歩数や歩速、移動距離、消費カロリーなどを自動測定してくれます。
1日の目標歩数は、次の操作で設定を変更できます。



[歩数 歩速] を
プレス



設定アイコンを
プレス



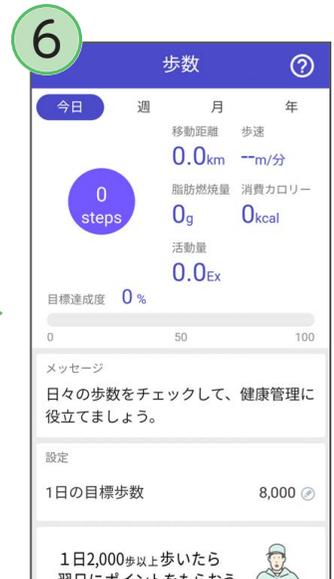
入力欄を
プレス



歩数を入力



[OK] を
プレス



目標歩数の設定が
完了

活用してみよう

血圧を管理する

ご自身の血圧値と脈拍数を定期的に入力することで、日々の血圧管理に役立ちます。血圧測定の日や薬を飲む時間を、アラームでお知らせすることもできます。



①表示方法の切り替え

[今日] / [週] / [月] / [3ヶ月] のいずれかをプレスすると、今日 / 1週間 / 1か月 / 3か月ごとの血圧、脈拍数、体重の推移がグラフで確認できます。

②当日の結果表示

当日の測定結果などが表示されます。

③血圧入力

血圧値、脈拍数を入力します。

④メッセージ

測定結果に応じたメッセージが表示されます。

⑤血圧値一覧

当日の測定結果が一覧で表示されます。入力した時間・血圧値・脈拍数と目標達成度が確認できます。

⑥今日のメモ

服薬回数、体重などを入力します。

⑦血圧の目標値

血圧の目標値を設定できます。

⑧血圧測定アラーム

血圧を測定する時刻になると、アラームでお知らせするように設定できます。

⑨服薬アラーム

薬を飲む時刻になると、アラームでお知らせするように設定できます。

⑩脈拍数チェック

⑪グラフ出力

最近の血圧値のグラフを保存します。

血圧計の測定結果を取り込む

らくらくスマートフォンを血圧計の画面にかざすだけで、測定結果を取り込むことができます。



[血圧管理] を
プレス



[血圧入力] を
プレス



血圧計の画面全体
を枠の中に表示



測定結果が
自動入力される



[登録] をプレス



血圧値と脈拍数の
登録が完了

活用してみよう

心拍数を測定する

内側カメラに顔を表示させることで心拍数を測定します。



[心拍数] をプレス



[測定する] を
プレス



顔枠に顔を収める



[開始] をプレス



測定した状況を選び、
[OK] をプレス



測定結果が表示
される

睡眠状態を測定する

寝るときに枕元にらくらくスマートフォンを置いて睡眠時間や眠りの深さを記録しましょう。測定開始時刻を決めてアラームでお知らせすることもできます。

1 [睡眠] をプレス

2 [測定する] をプレス

3 目が覚めたら [測定停止] をプレス

測定が完了します。毎日睡眠状態を測定して、質の良い睡眠を目指しましょう。

■ 測定時間アラームを利用する

測定開始時刻を決めてアラームでお知らせすることもできます。

利用するには「測定時間アラーム」の をプレスして にし、「目標睡眠時間」と「測定時間」の をプレスして、時間を設定してください。

■ 表示を切り替える

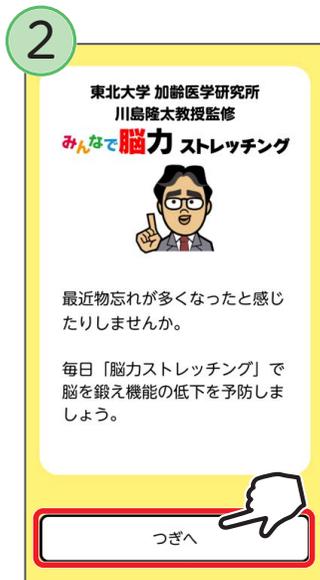
画面上部の [今日] / [週] / [月] / [年] のいずれかをプレスすると、睡眠時間の表示を今日、1週間表示、1か月表示、1年表示に切り替えられます。

脳年齢を測定する

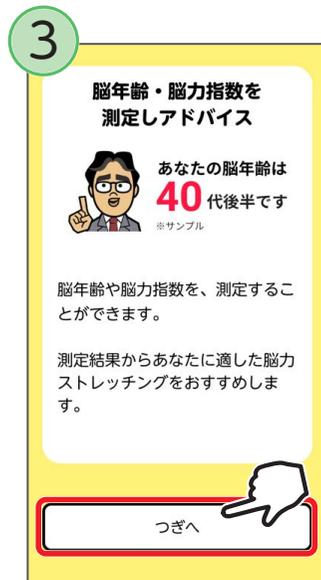
東北大学加齢医学研究所の川島隆太教授監修の「みんなで脳力ストレッチング」は、記憶力や判断力などの脳を鍛えるゲームをしたり、脳年齢を測定することができます。



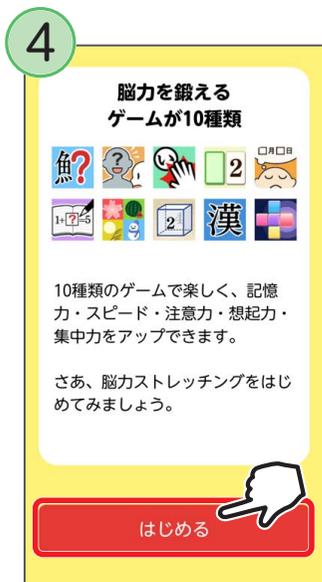
[脳力ストレッチング] をプレス



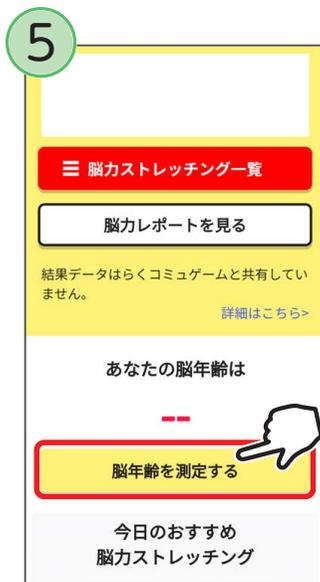
[つぎへ] をプレス



[つぎへ] をプレス



[はじめる] をプレス



[脳年齢を測定する] をプレス

以降は画面の指示に従ってゲームをしてください。

ゲームが終わると、脳年齢が表示されます。

dヘルスケアを使う

「dヘルスケア」アプリでは、歩数計測や体重記録など健康に関するミッションが毎日配信され、ミッションをクリアするとdポイントが当たります。体重や血圧の変化をグラフで確認することもでき、楽しみながら健康づくりを進めることができます。



①ご利用可能ポイント

貯まったdポイントが表示されます。

②メニューボタン

アプリの使いかたを確認したり、各種設定を行ったりすることができます。

③今日の歩数

プレスすると、日、週、月、年ごとの歩数をグラフで確認できます。

④今日のミッション

「一覧を表示」をプレスするとミッションの一覧が表示され、ミッションに挑戦することができます。

⑤ホームボタン

dヘルスケアのホーム画面を表示します。

⑥わたしログボタン

記録した体重や血圧などの情報を確認できます。

⑦記録ボタン

血圧や脈拍、体温、生活習慣などを記録できます。

⑧プレゼントボタン

ミッションをクリアすると、dポイントの抽選に参加できます。

⑨メディカルボタン

健康不安の解消・解決に向け、様々なメディカルサービスへの入り口を提供する健康・医療ポータルです。

「dヘルスケア」アプリを起動して、毎日の歩数計測や体重・血圧等の記録などミッションに挑戦してみましょう。ミッション達成後「プレゼント」でdポイントが当たる抽選に参加できます。



ホーム画面で「dヘルスケア」をプレス



「今日のミッション」の「一覧を表示」をプレス



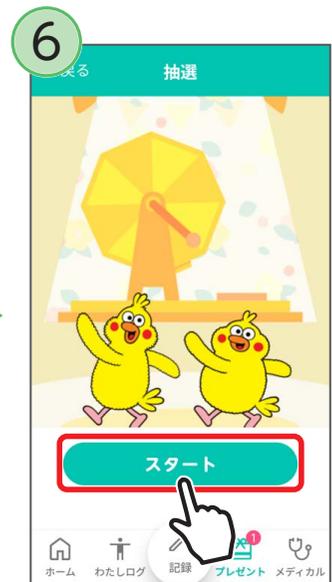
表示されているミッションをプレス



ミッションを確認し「記録してクリア」をプレス



ホーム画面に戻り「プレゼント」→抽選券をプレス



「スタート」をプレス

抽選が始まります。結果画面を確認し「閉じる」をプレスをすると終了します。



らくらくコミュニティ

らくらくコミュニティとは



会員数 300 万人^{*}以上！大人世代が中心の SNS

らくらくコミュニティとは、スマホが苦手な人でも「安心・簡単・楽しく」利用できる、SNS（インターネット上のコミュニケーションの場）です。気軽に趣味の話題やイベントを通じて同世代のユーザーと交流できます。また、スマホの使い方で困った時には気軽に聞けるコミュニティもあり、初めての SNS でもあんしんしてご利用いただけます。

※ 2024 年 7 月末時点

活用してみよう

～らくらくコミュニティ利用者の声～

らくコミュのおかげで…花や空の写真を撮ったり、絵手紙を描いたり、趣味の幅が広がりました。



らくコミュをポンと押すと、全国の方と繋がるこの不思議さと魅力。皆さんの生活をちょっと覗かせて頂いて、元気もらっています。



らくコミュのおかげで元気です。スマホ片手に東に西に走り回っています。



● 毎日がワクワク楽しくなる

自宅に居ながら毎日楽しめるクイズ・占い・ニュース、毎月テーマが変わるイベントなど、ワクワクするコンテンツが盛りだくさん!

あなたの撮った写真や詠んだ俳句などを投稿したり、らくらくコミュニティの仲間の投稿にコメントすることでコミュニケーションが広がります。



● 趣味や仲間の輪がひろがる

趣味やテーマごとにコミュニティがあり、花や風景など写真を共有し合えたり、遠く離れた地域に趣味の仲間ができたりします。

もちろん閲覧だけでもOKですし、投稿すると、「いいね」やコメントなどのリアクションがもらえる楽しみも生まれます。

● スマホの使い方、悩みを解決できる

らくらくスマートフォンの最新情報をいち早く入手! スマホの使いこなし記事で、今よりもっと便利にスマホを使いこなせ、困った時には気軽に聞けるコミュニティで解決できます。



● あんしんして使える

専門スタッフが投稿内容をチェックしているのので、誹謗中傷や個人情報の漏えい、詐欺や勧誘を防ぎます。

らくらくコミュニティを利用する

らくらくコミュニティを利用するには、最初に利用登録を行います。

1



ホーム画面で
[らくらくコミュニティ]
をプレス

2



[同意して次へ] を
プレス

3



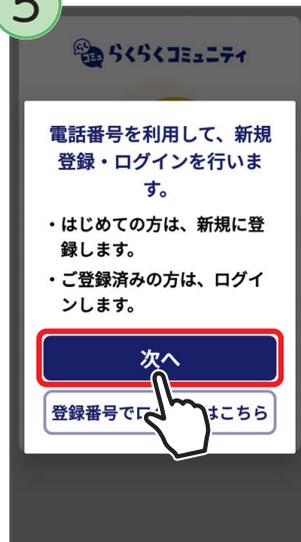
[次へ] をプレス

4



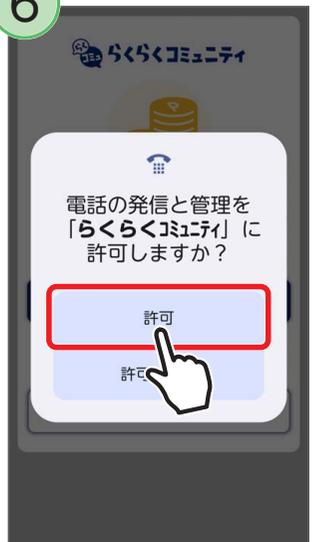
[電話番号で登録・
ログイン] をプレス

5



[次へ] をプレス

6



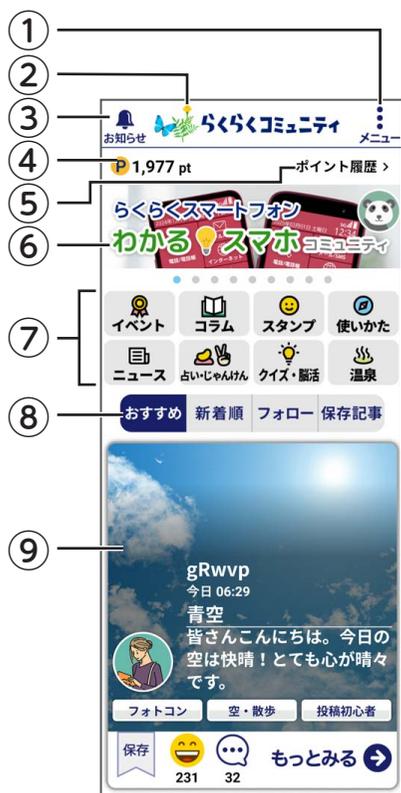
[次へ] → [許可]
をプレス

利用登録が完了します。

以降は画面の指示に従って操作し、らくらくコミュニティを利用してみましょう。

ホームを見る

ホームには、自分の興味・関心に沿った投稿や、フォローしているユーザー・公式アカウントの投稿などが、タイムラインで自動的に表示されます。



①メニュー

各種設定やヘルプが表示されます。

②今日のお花

お花をプレスして水やりを行い、季節のお花を毎日育てることができます。

③お知らせ

開催イベントやあなたに合った楽しい情報をお知らせします。

④保有 La Point (ラ・ポイント)

あなたがお持ちのポイント数を表示します。
※ポイント取得には会員登録(無料)が必要となります。

⑤ポイント履歴

ポイントの獲得や使用履歴が表示されます。貯めたポイントはグルメギフトやdポイントなどに交換できます。

⑥バナー

最新のイベント情報などをお知らせします。
左右のスライドで画像切り替えが可能です。

⑦各種コーナーの入り口

イベントやコラムなど、便利で楽しいコーナーの入り口が集まっています。

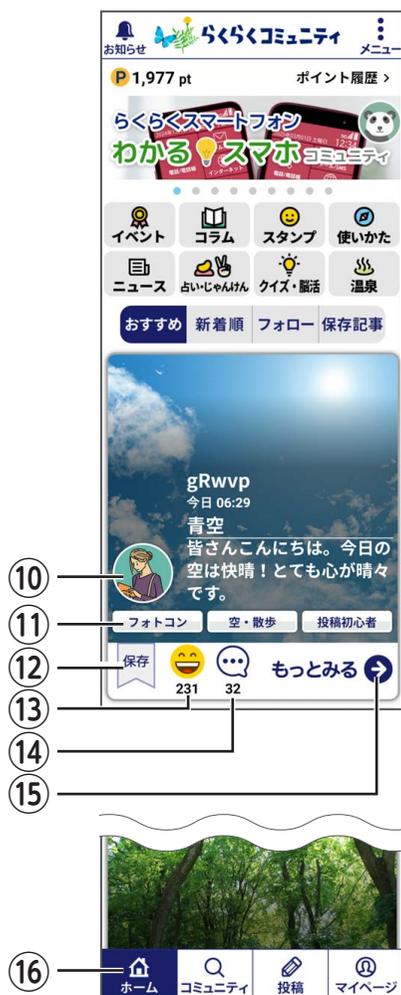
⑧投稿表示切替

ユーザーの投稿(おすすめ、新着順、フォロー、保存記事)を切り替えて見れます。
どこを見たら良いかまよったら「おすすめ」タブで気になる投稿がないか見てみてください。

⑨みんなの記事

ユーザーの投稿などが自動的に一覧で表示されます。

■ ホームを見る(続き)



⑩プロフィール画像

プレスすると、ユーザープロフィールや投稿履歴を確認できます。フォロワーになるにはユーザープロフィール画面で「フォローする」をプレスします。

⑪関連コミュニティ

プレスすると関連コミュニティが表示されます。

⑫保存

プレスすると気に入った投稿や、あとでゆっくり読みたい投稿などを保存できます。

⑬リアクション

投稿詳細画面で「いいネ!」「ファイト」「涙」のいずれかをプレスするだけでリアクションは完了!



⑭コメント

投稿に対するコメント数が表示されます。

⑮もっとみる

プレスすると投稿詳細画面が表示されます。

⑯タブバー

ホーム、コミュニティ、投稿、マイページの画面に切り替えます。

コミュニティを見る

花・食・健康など、多彩なテーマのコミュニティがあります。
見たいコミュニティをプレスして、みんなの投稿を読んでみましょう。
共感できる投稿には、コメントを入れて感想も伝えられます。

■ コミュニティ一覧を見る



① 投稿を検索する

キーワードを入れると、入力したキーワードを含む投稿一覧が新しい順に表示されます。

※会員登録（無料）している場合のみに表示されます。

② 公式アカウント一覧

企業など公式アカウントの一覧が表示されます。

③ カテゴリショートカット

文字をプレスすると各カテゴリへ遷移します。

④ 期間限定イベント

期間限定のイベントが表示されます。

⑤ 過去のイベント一覧

過去のイベント一覧が表示されます。

⑥ 過去のイベント報告一覧

過去のイベント報告一覧が表示されます。

⑦ 教えてください

誰かに聞きたい、教えて欲しいを投稿するコミュニティです。

⑧ 近況・つぶやき

初心者向けの投稿コミュニティです。

⑨ 趣味を語ろう

趣味別の投稿コミュニティです。

コミュニティに投稿する

慣れてきたら、自分で記事を投稿してみましょう。コメントやいいネ！などのリアクションがもらえて楽しさも倍増します。

コミュニティではわからないことを聞いたり、悩みごとを相談したりすることもできます。また、おすすめの本やレストラン、旅行先を聞くなど情報収集にも役立ちます。



① 投稿するコミュニティ

投稿するコミュニティを選択します。3つまで選択できます。

② タイトル

タイトルを入力します。

③ 写真を選択

写真を選択します。3枚まで選択できます。

④ 本文

本文を入力します。

⑤ スタンプ

スタンプを選択します。



1
ホーム画面で
[らくらくコミュニティ]
をプレス



2
[投稿] をプレス



3
[投稿するコミュニ
ティを選択する]
をプレス



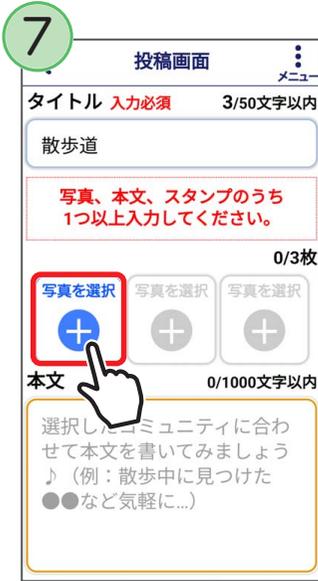
4
投稿するコミュニ
ティを選ぶ



5
タイトル欄をプレス



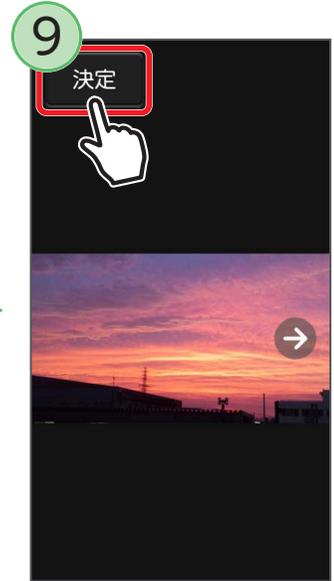
6
タイトルを入力



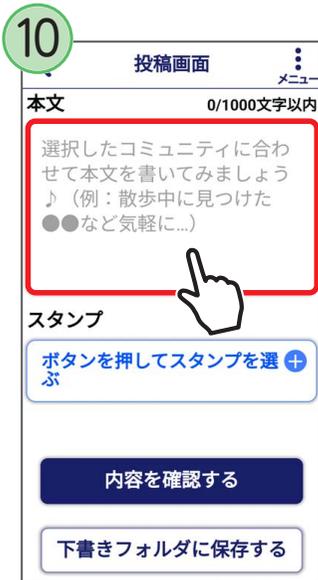
[写真を選択] を
プレス



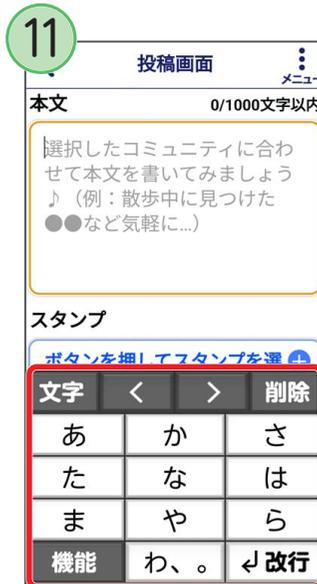
[アルバム] を
プレス



投稿する写真を選ぶ
→ [決定] をプレス



本文欄をプレス



本文を入力



[ボタンを押してス
タンプを選ぶ] を
プレス

活用してみよう



[履歴] / [カテゴリ]
/ [マイスタンプ]
のいずれかをプレス



挿入したいスタンプ
をプレス



[内容を確認する]
をプレス



内容を確認

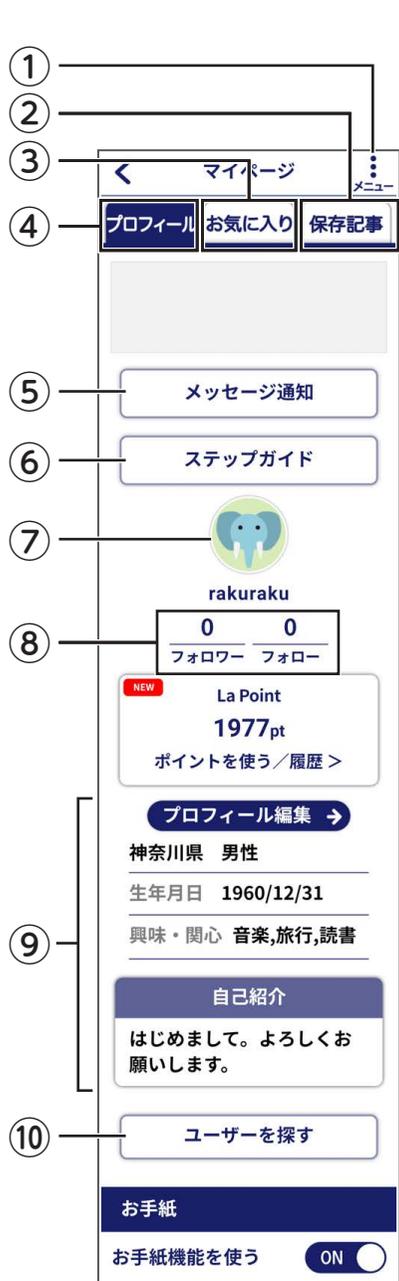


[投稿する] を
プレス

コミュニティに投稿さ
れます。

マイページを見る

マイページでは、プロフィールの確認や編集、投稿した記事やコメントした記事の確認などを行うことができます。



①メニュー

お知らせ通知やメッセージ通知を設定したり、ヘルプを表示したりできます。

②保存記事

保存した記事が表示されます。

③お気に入り

お気に入りのコミュニティが表示されます。

④プロフィール

プロフィール画面を表示します。

⑤メッセージ通知

コメントやフォローをされたり、投稿した記事が事務局の判断で非公開になったりしたときの通知を一覧で表示します。

⑥ステップガイド

らくコミュを楽しむための使いかたを段階的にご案内していきます。

⑦プロフィール画像

プロフィールに登録した画像を確認できます。

⑧フォロワー・フォロー

あなたのフォロワーや、あなたがフォローしているユーザーを確認できます。フォローは特定ユーザーの投稿をいつも見たい（お気に入り、ファン）と思ったときに使います。

⑨プロフィール

登録したプロフィールを確認できます。
[プロフィール編集] をプレスするとプロフィールを編集できます。

⑩ユーザーを探す

ニックネームを入力してユーザーを検索できます。



らくらくスマートフォン サポート情報

La Member's

La Member's

La Member's (ラ・メンバーズ) は、らくらくスマートフォン F-53E をお使いの方のための会員サービス(無料)です。ホーム画面で「サポート情報」のアプリアイコンをプレスしてみてください。



スマートフォンの便利機能をはじめ、楽しく使いこなせるようになる情報をわかりやすい記事でお届けします。また、使いかたで困ったら、La Member's (ラ・メンバーズ) から、F-53E のサポート情報を簡単にチェックできます。

会員登録いただくと、ポイントを貯められるほか、お得なキャンペーンにご応募いただけます。貯めたポイントはグルメギフトや dポイントなどに交換できます! これは、会員登録しないともらえないですね。



ラ・メンバーズを始める



ホーム画面で「サポート情報」をプレス



「さっそく見てみる」をプレス



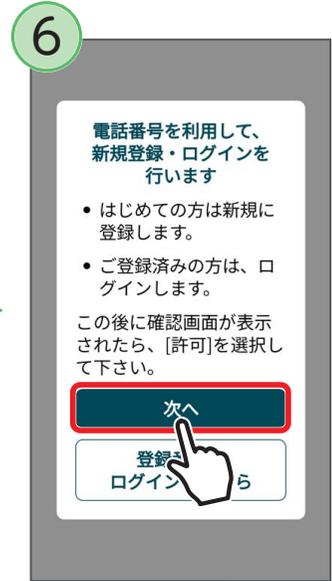
「許可」をプレス



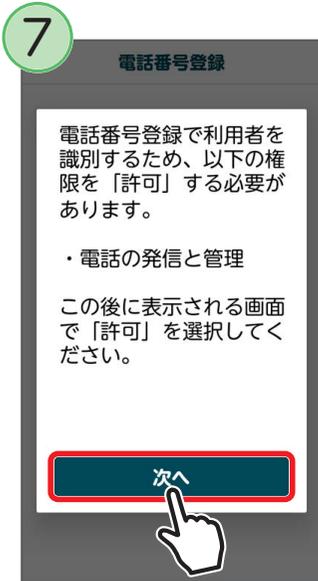
[ログイン・登録する] をプレス



[電話番号で登録・ログイン] をプレス



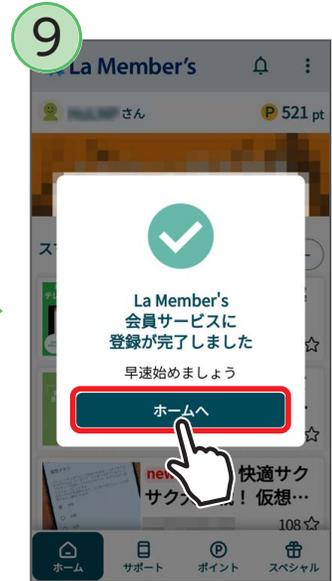
[次へ] をプレス



[次へ] をプレス



[許可] をプレス



[ホームへ] をプレス

活用してみよう

会員登録が完了します。各種のサービスを利用してみましょう。

各画面のご紹介（ホーム、サポート、ポイント、スペシャル）

■ ホーム

おすすめの便利機能やスマートフォンの使いこなし技をわかりやすい記事でお届けします。

記事をお読みいただくことで、あなたのスマートフォン生活をもっと便利にします！

ホーム画面の上の方にある「カテゴリー」をプレスすると、「編集部イチオシ」や「スマホの基本」などの分類ごとの記事を確認できますので、お目当ての記事が探しやすくなります。



■ サポート

らくらくスマートフォンのサポート情報がまとまっていますので、スマートフォンの操作で困ったらいつでも気軽にチェックできます！

「音が鳴らない」「充電ができない」といったスマートフォンのお困りごとを素早く診断できる「診断サポート」は心強い味方です。



■ ポイント

会員登録いただくと、ポイントを貯めて、グルメギフトやdポイントなどに交換できます！

1日1回訪問

ラ・メンバーズを訪れるとポイントを獲得できます（1日1回まで）。

自律神経パワー

「ララしあコネクト」アプリで自律神経を測定するとポイントを獲得できます（1日1回まで）。

今日の歩数

1日の歩数の目標を達成すると、達成の翌日にポイントを獲得できます。

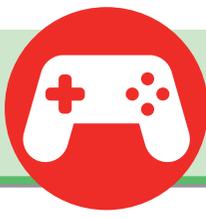


■ スペシャル

ここでしか手に入らない限定壁紙やスマートフォンをより楽しむためのコンテンツを無料で提供しています。



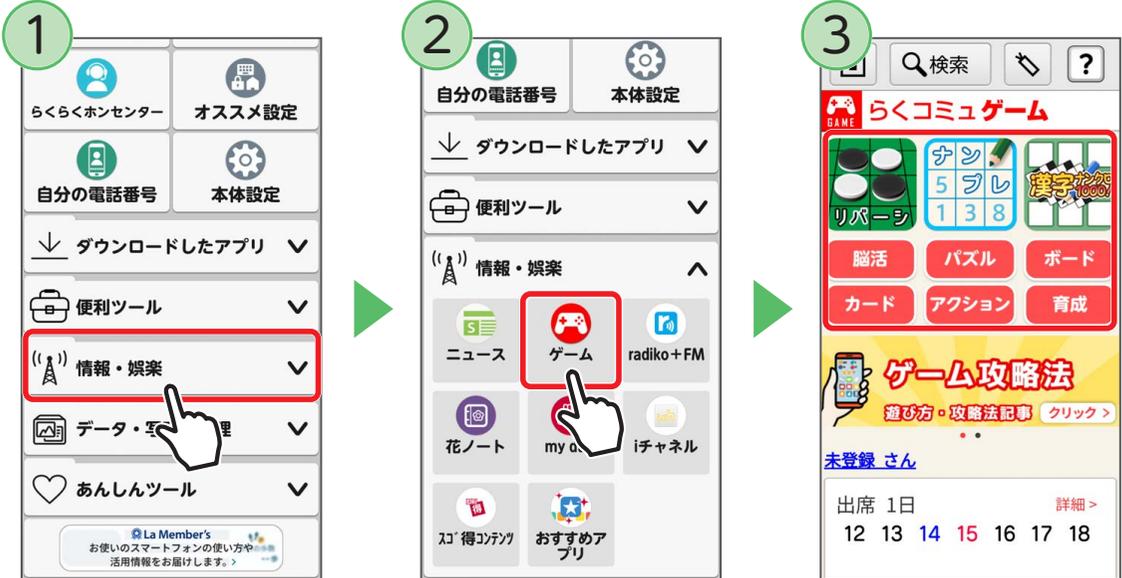
活用してみよう



ゲーム

ゲームで遊ぶ

らくコミュゲームは、楽しく遊べて頭の体操にも役立つ無料ゲームをたくさん用意しています。



ホーム画面で
[情報・娯楽] を
プレス

[ゲーム] をプレス

遊ぶゲームを選ぶ

ゲームが始まります。以降は画面の指示に従って操作してください。

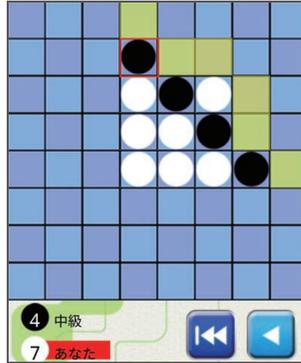
● ユーザー登録・ログインしてもっと楽しむ

- ➡ らくコミュゲームは、らくらくコミュニティ (La Member's) 会員に登録 (無料) して利用すると、対応ゲームの対戦・大会に参加や得点の保存ができ、ゲームをより楽しめます。また、ギフトに交換できるお得なポイントが貯まります。会員登録・ログインするには、出席表示上の [未登録 さん] をプレスし、画面の指示に従って登録してください。

らくコミュゲームの主なゲーム

一人で遊ぶことはもちろん、らくらくコミュニティに参加している仲間と対局したり、順位を競い合ったりできます。

●リバーシ



白と黒の石を交互に打ち合い、最終的なコマ数を競うゲームです。らくらくコミュニティ仲間とも遊べます。

●ナンプレ



9 × 9 のマス内へ、ルールどおりに1～9までの数字を入れるゲームです。らくらくコミュニティの仲間と解答時間のランキングで競うこともできます。

●漢字ナンクロ 1000 !



同じ番号のマスに同じ言葉を当てはめていき、すべてのマスを埋めるとクリアになる「ナンクロ」を漢字だけに絞ったワードパズルです。

活用してみよう



ドコモサービス

dアカウントを取得する

ドコモ関連サービスのご利用には、dアカウントが必要になる場合があります。

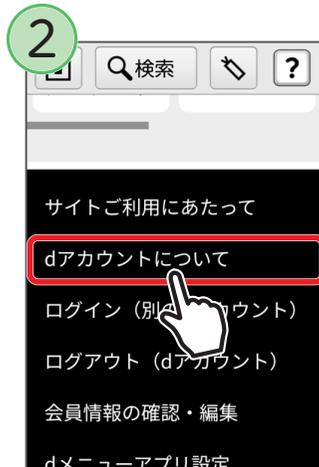
dアカウントを取得するには、dアカウントサイトにアクセスして操作を行います。

ここでは、dメニューを利用してアクセスする方法を説明します。

- 他のインターネットアプリを起動し、「https://id.smt.docomo.ne.jp/」にアクセスしてdアカウントサイトを開くこともできます。
- 右のQRコードを読み取ると、下の手順④の画面にアクセスできます。
- 下記の画面は一部実際と異なる場合があります。



ホーム画面で
[dメニュー] を
プレス



画面を上をスライド
して、[dアカウント
について] をプレス



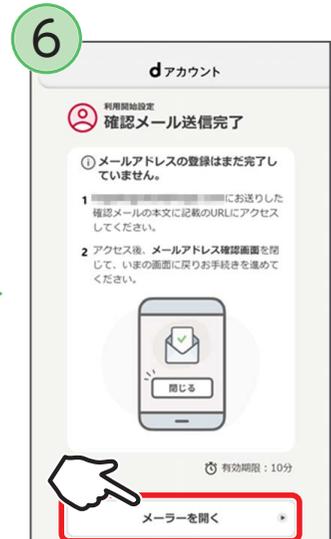
[ログイン] をプレス



[利用開始設定をする]
をプレス



メールアドレスを入力
→ [次へ] をプレス



[メールを開く] を
プレス

7

info@wdy.docomo.ne.jp
から受信したメールを
開き、本文中の URL
(http://id.smt.docomo.
ne.jp/cgi8/~) を
プレス

8



メールアドレスの
確認完了画面が
表示される

9



[次へ] をプレス

10



パスワードとして
好きな文字列を入力
→ [次へ] をプレス

11



内容に同意して
[登録する] をプレス

12



[次へ] をプレス

活用してみよう

dアカウントが取得できました。さまざまなドコモ関連サービスを利用してみましょう。

dメニューとは

dメニューは、ドコモのスマートフォン専用の Web サイトです。
天気や最新のニュース、ドコモがおすすめする生活情報や電車の乗換・運行情報などを確認したり、キーワードを入力して情報を検索することができます。

■ 知りたい情報を検索する

ここでは、銀座にある映画館を調べてみましょう。キーワードは「映画館」と「銀座」にします。
※ キーワードとキーワードの間に空白を入れると、すべてのキーワードを含む検索結果に絞って表示されます。

1



2



3



ホーム画面で [dメニュー] をプレス

[検索] をプレス

キーワード入力欄に「映画館 銀座」と入力

4



5



Web サイトが表示されます。

[検索] をプレス

検索結果から見たい項目をプレス

TOHOシネマズ 日比谷 / TOHO
シネマズ シャンテ：上映スケ
ジュール ...
hlo.tohotheater.jp
TOHO CINEMAS
Hibiya / TOHO
CINEMAS Chanter.
PREMIUM THEATER

d払いを使う

d払いとは、dポイントを貯めたり使ったりできる、かんたん・便利・キャッシュレスなスマホ決済アプリです。

■ 利用登録をする



ホーム画面で
[d払い] をプレス



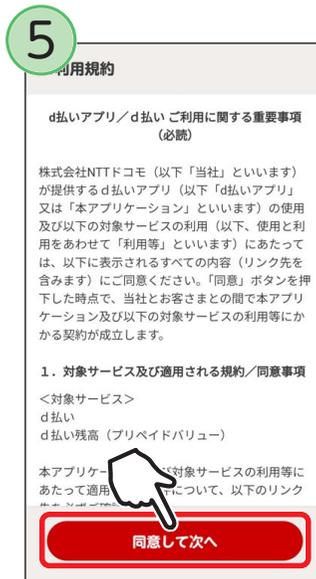
[アップデート] を
プレス



[アプリ起動] を
プレス



[次へ] をプレス



内容を確認し、[同意して次へ] をプレス



ネットワーク暗証番号欄をプレス

活用してみよう



ネットワーク暗証番号を入力して [ログイン] をプレス



[ログイン] をプレス



[ドコモ回線でログイン] または [dアカウントでログイン] をプレス



通知設定画面で [次へ] をプレス
→以降は画面の指示に従って操作



画面説明が表示される
画面の指示に従い、
[次へ] をプレス



[さあ、d払いをはじめよう!] をプレス

初期設定が完了すると、「d払い」のホームが表示されます。
以上で利用登録は完了です。

おサイフケータイを使う

「おサイフケータイ」とは、店舗にある読み取り機にらくらくスマートフォンをかざすだけで支払いができる機能です。まずは利用登録をしてみましょう。



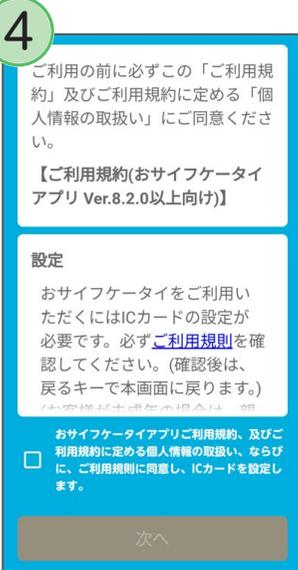
ホーム画面で
「便利ツール」を
プレス



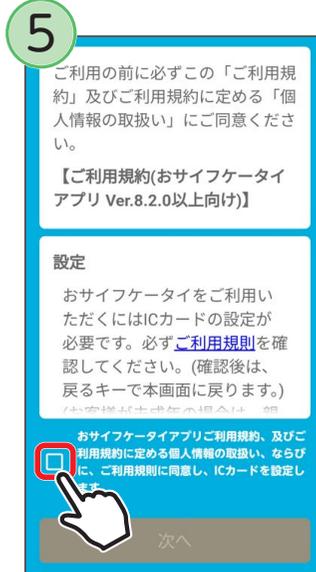
「おサイフケータイ」
をプレス



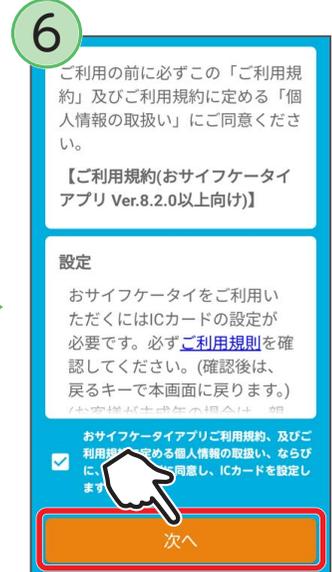
「次へ」をプレス



内容を確認



チェックを入れる



「次へ」をプレス

活用してみよう



[次へ] をプレス



[ログインはあとで] をプレス



[次へ] をプレス



利用したいサービスをプレス→以降は画面の指示に従って設定

おサイフケータイを利用するには

実際に支払うときは、らくらくスマートフォンの背面にある  マークをお店の読み取り機にかざします。読み取り機から音が鳴ると、支払いが完了します。

※「おサイフケータイアプリ」画面は事前予告なく変更する可能性があります。

お客様サポートを見る

ドコモが提供する「お客様サポート」の^{ウェブ}Web サイトを表示し、利用料金（当月ならびに過去4か月分）やデータ通信量（3日間、または当月分）などを確認できます。また、迷惑メールを受信しないように設定したり、サービスの申込みや解除などの手続きを行ったりすることもできます。

※ お客様サポートの利用には、ネットワーク暗証番号／dアカウント／パスワードが必要です。

■ お客様サポートの画面を確認しよう

1 ホーム画面で「安心ツール」をプレス

2 「お客様サポート」をプレス

3 見たい項目を選択してプレス

活用してみよう

ネットワーク暗証番号って何？

らくらくスマートフォンの契約時に、ドコモに申告した4ケタの数字です。ネットワーク暗証番号を忘れた場合は、本人が確認できる書類をお持ちの上、ドコモショップにてご相談ください。



マップ

現在地の地図を表示したり、建物の名前や駅名などを入力して、その周辺の地図を確認したりできます。

また、現在地から目的地までの行き方を調べることもできます。

マップを表示する

ここでは、東京駅周辺の地図を表示してみましょう。



1 ホーム画面で [マップ] をプレス



2 検索欄をプレス



3 入力欄に目的地(ここでは東京駅)を入力→ [検索] をプレス



4 検索結果から目的地の種類などをプレス



5 目的地の情報が表示される

目的地の詳細な情報を確認するには画面下部に表示される情報から [詳細] をプレスします。



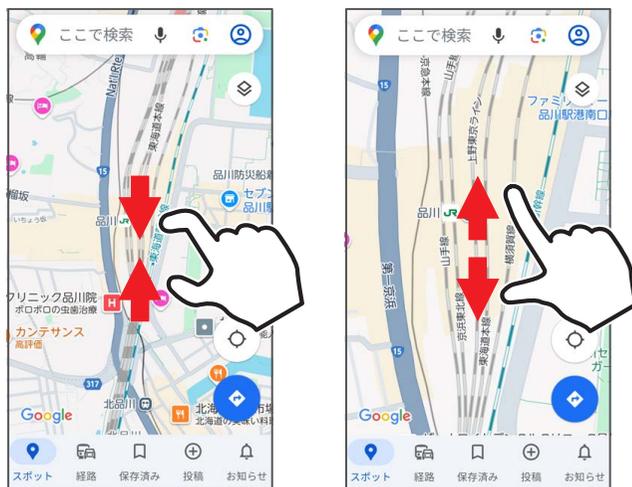
■ マップの使いかた

- 地図の表示位置を変更するには



画面を上下左右にスライドすると表示位置を変更できます。

- 地図を拡大／縮小するには



2本の指で触れてから縮めたり広げたり（ピンチイン／ピンチアウト）すると、地図を拡大／縮小できます。

- 現在位置に戻るには



📍をプレスすると現在地の表示に戻ります。

- 地図の種類を変更するには



📄をプレスすると、地図の種類や詳細を選ぶことができます。

活用してみよう

目的地までの行き方を調べる

現在地から目的地までの経路を調べてみましょう。
 移動手段（車・電車・徒歩）を選んで調べることができます。



ホーム画面で
 [マップ] をプレス



📍 をプレス



移動手段(車・電車・
 徒歩) を選ぶ



目的地欄をプレス
 →目的地 (ここでは東京駅)を入力→
 [検索] をプレス



目的地までの経路が
 表示される
 経路をプレスすると詳
 細情報が表示される



スケジュール

スケジュールを登録する

日々の予定を登録して管理できます。
通知機能を使って、予定時刻よりも前にお知らせすることもできます。
ここでは、予定時刻の30分前に通知するように設定する方法を説明します。



ホーム画面で
[便利ツール] をプレス



[スケジュール] を
プレス



予定を入れる
日にちをプレス



[予定の新規登録]
をプレス



件名入力欄をプレス



件名を入力→
[入力画面を閉じる]
をプレス

活用してみよう

7

予定の登録

登録する

件名：
【打ち合わせ】町内会

日時：
開始
2025/02/27(木) **変更**
11:00
終了
2025/02/27(木) **変更**
12:00
終日

メモ：
ここに押しこめ

予定の開始日時
の「変更」を
プレス

8

予定の登録

開始日を
設定してください。

年 月 日
▲ ▲ ▲
2025 / 3 / 1
▼ ▼ ▼

次へ

▲ / ▼ をプレスし
て予定の開始日
を設定

9

予定の登録

開始日を
設定してください。

年 月 日
▲ ▲ ▲
2025 / 3 / 1
▼ ▼ ▼

次へ

「次へ」を
プレス

10

予定の登録

開始時刻を
設定してください。

時 分
▲ ▲
09 : 00
▼ ▼

決定する

▲ / ▼ をプレスし
て予定の開始時刻
を設定

11

予定の登録

開始時刻を
設定してください。

時 分
▲ ▲
09 : 00
▼ ▼

決定する

「決定する」を
プレス

12

予定の登録

登録する

件名：
【打ち合わせ】町内会

日時：
開始
2025/03/01(土) **変更**
09:00
終了
2025/03/01(土) **変更**
10:00
終日

メモ：
ここに押しこめ

予定の終了日時
の「変更」を
プレス



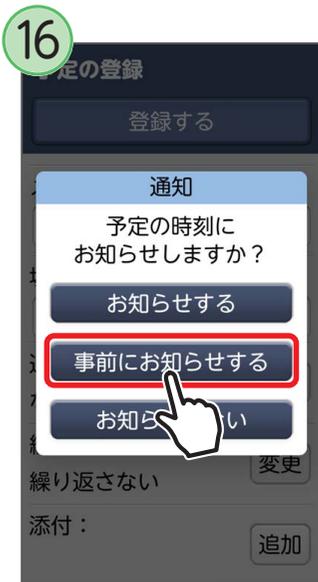
13 予定の終了日を設定→
[次へ] をプレス



14 予定の終了時刻を設定→
[決定する] をプレス



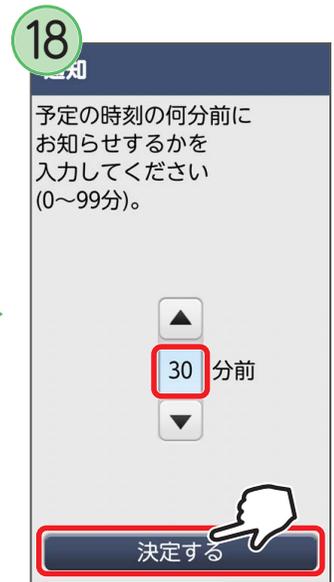
15 通知の [変更] を
プレス



16 [事前にお知らせする]
をプレス



17 [時間を指定する]
をプレス



18 お知らせする時間を
設定→ [決定する]
をプレス

活用してみよう



必要に応じて他の項目を設定



[登録する] をプレス



[OK] をプレス



予約の登録が完了

● 通知の時刻になったら



通知が表示される

通知を閉じるには [閉じる] をプレスします。
詳細を見るには [予約を表示する] をプレスします。



メモ

メモを登録する

気づいたことや忘れてはいけないことを、メモに書き残しておきましょう。

1



ホーム画面で
[便利ツール] をプレス

2



[メモ] をプレス

3



[メモの新規登録]
をプレス

4



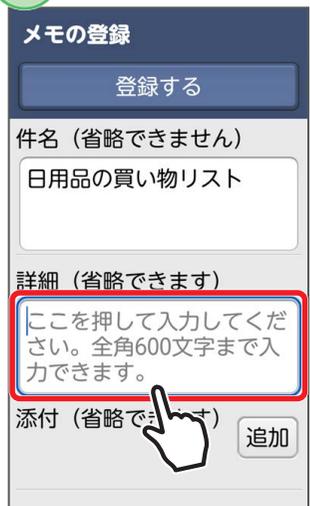
件名入力欄をプレス

5



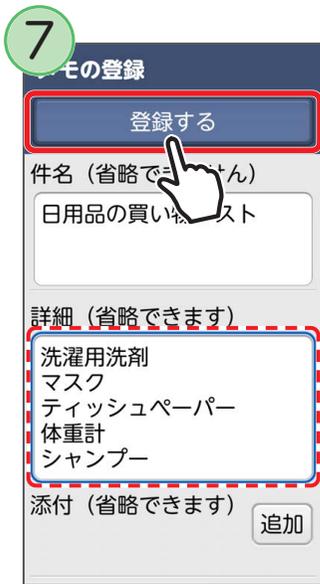
件名を入力→ [入
力画面を閉じる]
をプレス

6



詳細入力欄をプレス

活用してみよう



詳細を入力して[登録する]をプレス



[OK]をプレス



メモの登録が完了

手順⑦で「添付」の「追加」をプレスすると写真を添付できます。

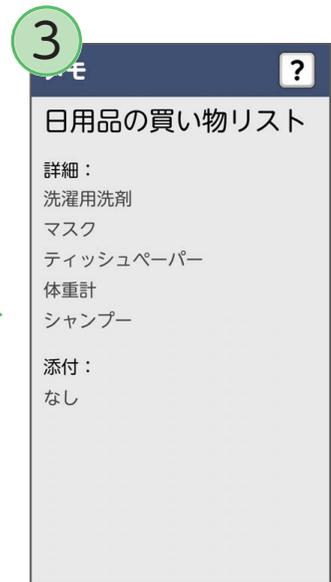
メモを確認する



ホーム画面で[便利ツール] → [メモ]をプレス



メモの一覧画面でメモをプレス

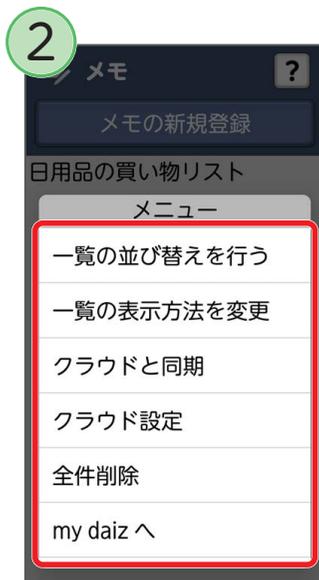


メモの詳細が表示される

■ メモの並び替えや表示方法などを設定する



メモの一覧画面で
[メニュー] をプレス

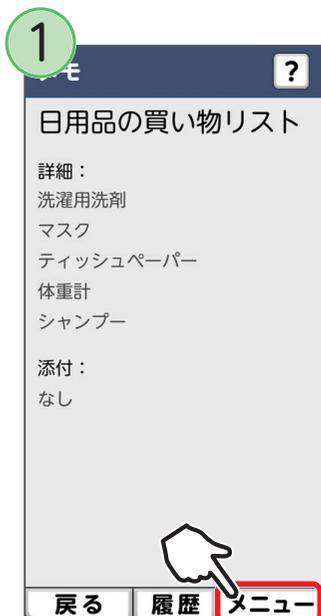


項目を選ぶ

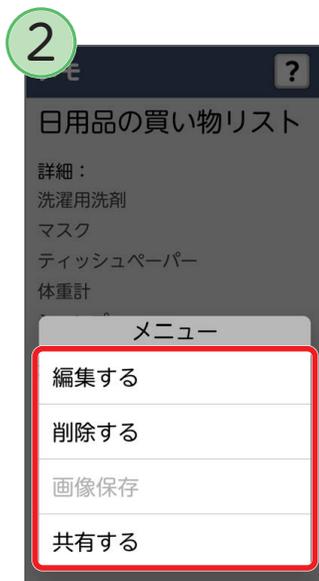


画面の指示に従っ
て設定

■ メモの編集や削除を行う



メモの詳細画面で
[メニュー] をプレス



項目を選ぶ



画面の指示に従っ
て操作

活用してみよう



目覚まし／お知らせタイマー

目覚ましを利用する

設定した時刻に目覚ましを鳴らすことができます。

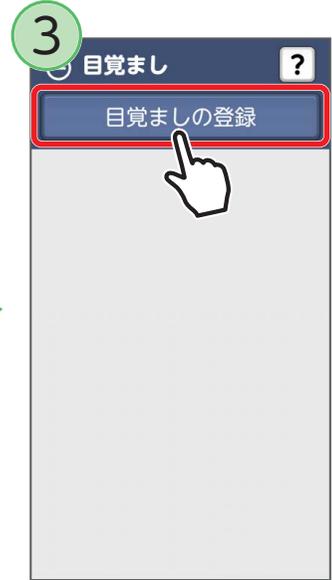
決まった曜日だけ鳴らすように設定したり、アラームの音楽を変更したりすることもできます。



ホーム画面で
[便利ツール] をプレス



[目覚まし] をプレス



[目覚ましの登録]
をプレス



[時刻] をプレス



▲ / ▼ をプレス
して時刻を設定→
[決定] をプレス



その他の項目を
プレス



その他の項目を設定



[完了] → [OK] をプレス



設定した目覚ましが一覧に表示される

- 目覚ましのオン／オフを切り替えるには



目覚ましの / をプレスすると、オン／オフが切り替わる

- 目覚ましの時刻になったら



通知が表示される

5分後に再通知するには [OK] をプレスします。目覚ましを停止するには [停止] をプレスするか、ホームボタンを押します。

活用してみよう

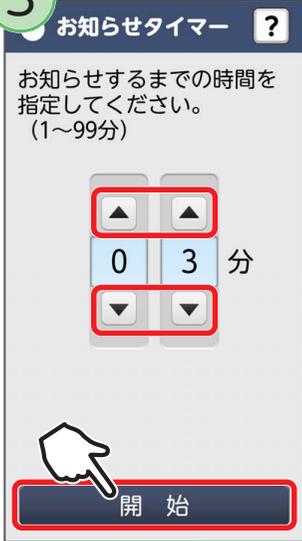
お知らせタイマーを利用する

設定した時間からカウントダウンして、その時間になったらアラームを鳴らすことができます。

99分以内で知らせてほしいことは、手軽な「お知らせタイマー」が便利です。

- 

ホーム画面で
[便利ツール] をプレス
- 

[お知らせタイマー]
をプレス
- 

↑ / ↓ で時間を設定
→ [開始] をプレス

● タイマーを中断するには

- 

[中断] をプレス
- 

[中断して終了]
をプレス

● 設定した時間が経過したら画面と音や振動でお知らせします。



停止するには [停止] → [OK]
をプレスするか、ホームボタ
ンを押す



情報・メディア

ニュースを見る

SmartNews for docomo は、世の中で「いま」起きていることや、あなたの生活に役立つ、良質で身近な情報を毎日お届けするニュースアプリです。



ホーム画面で
[ドコモサービス]
をプレス



[SmartNews for
docomo] をプレス



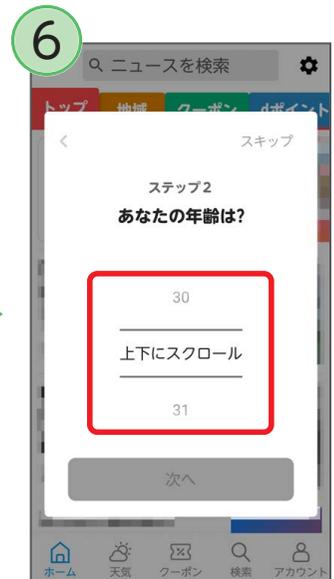
[同意してはじめる]
をプレス



[次へ] をプレス

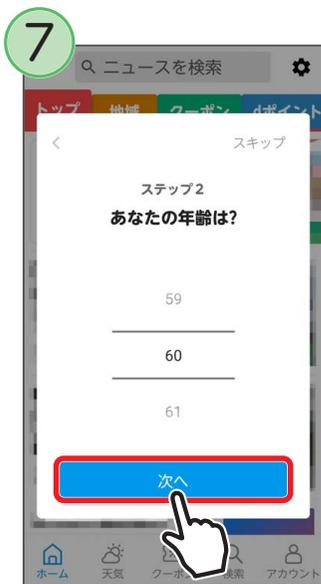


性別を選ぶ



年齢を上下にスラ
イドして選ぶ

活用してみよう



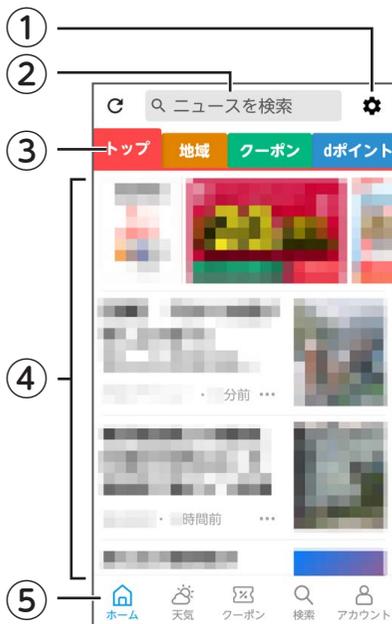
[次へ] をプレス



トップ画面が表示される

■ SmartNews for docomo を利用する

読む記事の傾向やプロフィール情報によって、使えば使うほどお客様の好みに近づいていきます。表示チャンネルや配信時刻、星座や天気の世界地域など、お好みの設定にカスタマイズすることもできます。



①設定

チャンネルの選択や並び替え、ニュースの配信時刻や地域など、お客様の好みに応じてカスタマイズできます。

②ニュースを検索

キーワードを入力してニュースを検索します。

③チャンネル

地域やクーポン、エンタメやスポーツなど、さまざまな記事がチャンネルごとに分類されています。

④記事一覧

記事をプレスして詳細を読むことができます。

⑤切り替えタブ

ホーム、天気、クーポン、検索、アカウントの画面に切り替えます。

ラジオを聴く

ラジオ
ラジオアプリ radiko+FM なら、インターネットラジオと FM 放送が簡単に切り替えられます。

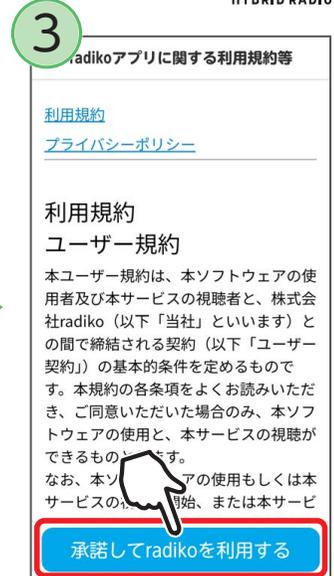
※ FM 放送を聴く場合はらくらくスマートフォンに市販のイヤホンを接続します。



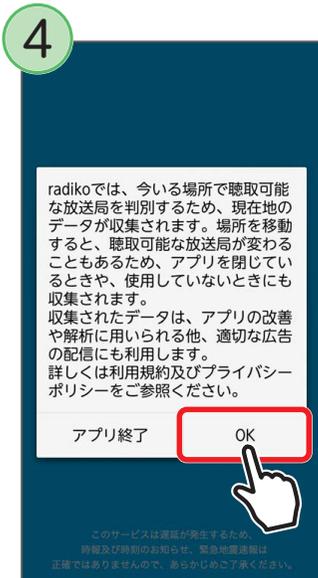
ホーム画面で
[情報・娯楽] を
プレス



[radiko+FM] を
プレス



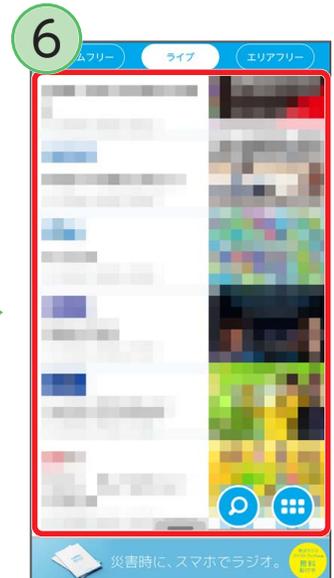
内容を確認→ [承諾
してradikoを利用
する] をプレス



[OK] をプレス



[X] をプレス



ラジオ局を選ぶ

活用してみよう



選んだ局のインターネットラジオが流れる



FM 放送を聴く場合は、**OFF** をプレス



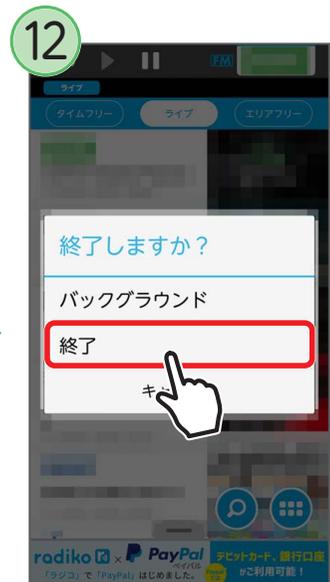
ON が表示され、FM 放送に切り替わる



聴き終わったら
[戻る] をプレス



[戻る] をプレス



[終了] をプレス

ラジコが終了します。手順12で [バックグラウンド] をプレスすると、ほかのアプリを使いながら引き続き放送を聴くことができます。



画面出力

かんたん画面出力を使う（初回の設定）

テレビにらくらくスマートフォンの画面を表示します。画面の指示に従ってテレビも操作してください。

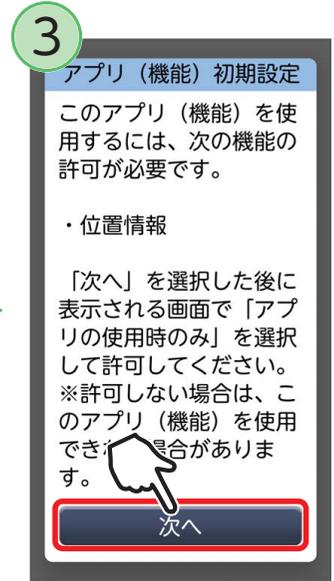
※ 市販のワイヤレスディスプレイアダプタをご購入いただき、テレビに接続する必要があります。



ホーム画面で
[便利ツール] をプレス



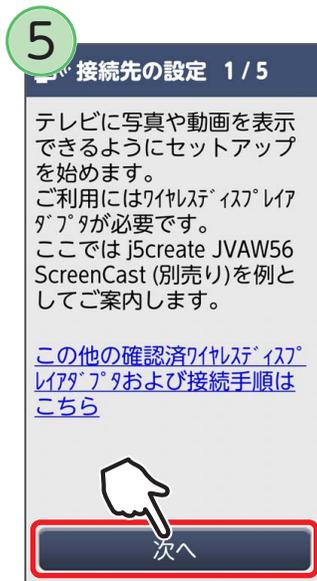
[かんたん画面出力]
をプレス



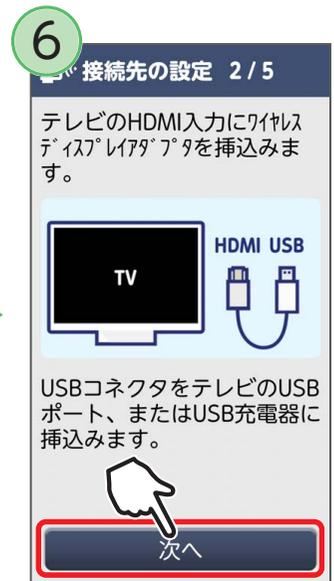
[次へ] をプレス



[アプリの使用時のみ]
をプレス



[次へ] をプレス



[次へ] をプレス

活用してみよう



[次へ] をプレス



[次へ] をプレス



[次へ] をプレス



[表示されている] をプレス



[セットアップ終了] をプレス

らくらくスマートフォンの画面がテレビに表示されています。

終了したいときは、かんたん画面出力画面で [画面出力の停止] をプレスします。

■ 2回目以降の操作方法

2回目以降は、次の操作で「かんたん画面出力」を利用できます。

- ・テレビでワイヤレスディスプレイアダプタを接続した番号のHDMIに入力を切り換える
→ワイヤレスディスプレイアダプタが表示されたら、通知パネルの [簡単モード切替] をプレス→「かんたん画面出力」をオンにする



らくらくホンセンター

「らくらくホンセンター」は、らくらくスマートフォンまたはらくらくホンを利用しているお客さま専用の電話受付センターです。専門のアドバイザーに、わからないことや操作方法を質問することができます。

※ らくらくホンセンターの受付時間は、午前 9:00 ～午後 8:00（年中無休）です。

※ 通話料はかかりません。

電話で相談する

わからないことをらくらくホンセンターに電話して聞いてみましょう。



ホーム画面で「らくらくホンセンター」をプレス



「電話する」をプレス

電話がつながるので、オペレーターにわからないことを尋ねます。

- ドコモの携帯電話から問い合わせるには
➔ 「☎15777」（無料）へおかけください。



使いかたガイド

使いかたガイドとは

操作の「こまった」「わからない」を自分で調べて解決することができます。



① 診断サポートを使う

お困りの症状を診断し、解決方法をお知らせします。

② 使いこなしQRコードリーダーを使う

本書に記載のQRコードを読み取ると、操作画面がかんたんに開きます。

③ サポート情報アプリで使いかたを学ぶ

サポート情報アプリを使用して、カテゴリー別に使いかたを検索します。

④ 目次から検索する

機能別に分けられた目次から検索します。

⑤ 索引から検索する

50音順の機能名から検索します。

⑥ キーワードから検索する

調べたい用語などを入力して検索します。

■ 使いかたガイドを開く



ホーム画面で
「使いかたガイド」
をプレス



ガイドを選ぶ

● アップデートのメッセージが表示された場合は

➔ はじめて起動したときにコンテンツのアップデートのメッセージが表示された場合は、画面の指示に従ってアップデートを行ってください。

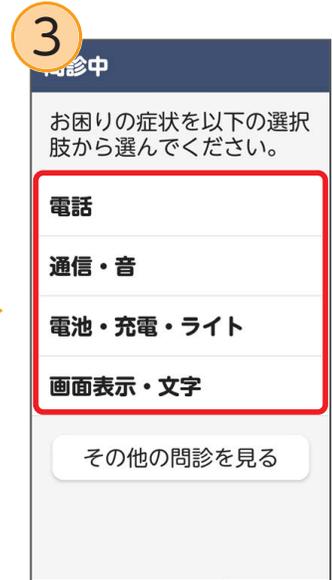
診断サポートを使う



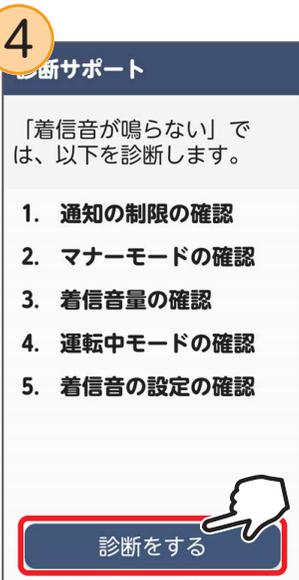
[診断サポートを使う] をプレス



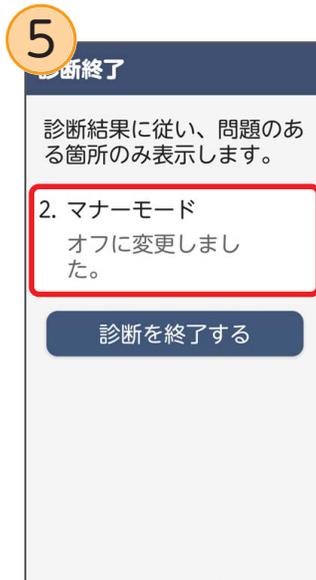
[診断を開始する] をプレス



お困りの症状を一覧から選択



[診断をする] をプレス



診断結果を確認



[診断を終了する] をプレス

● お困りの症状が一覧にないときは

➔ 手順③でお困りの症状が一覧にないときは、[その他の問診を見る]をプレスします。

● 症状が改善しないときは

➔ 診断結果を確認した後にお困りの症状が改善しないときは、[よくある質問 (FAQ)] をプレスして、よくある質問 (FAQ) のサイトを参照してください。

- 初めて使用するとき、手順①のあとに表示される画面で [使ってみる] をプレスします。
- 過去に診断した症状と診断結果は、[過去の診断を見る] をプレスして確認できます。



検索でガイドを使う

らくらくスマートフォンに付属している「取扱説明書」の内容を参照することができます。

■ 目次から検索する

ガイドの目次をたどって検索します。

■ 索引から検索する

わからない機能の名称など、わかっている言葉から使いかたを検索します。

■ キーワードから検索する

用語などをキーワードとして指定し、キーワードが含まれる箇所を検索します。

電話をかける

相手の電話番号を入力して電話をかけます。電話帳から電話をかけることもできます。

1 ホーム画面で [電話 / 電話帳]

ダイヤル入力画面が表示されます。

- 通話履歴が表示された場合は、[ダイヤル] をプレスします。

2 電話番号を入力

- 訂正する場合は [戻る] をプレスします。
- [メニュー] をプレスす



困ったとき

こんなときどうする？

■ 外出先で電池が切れてしまったら？

● 充電器を持っている場合

電源コンセントが使えるお店があります。お店の人に確認してから充電しましょう。

● 充電器がない場合

■ モバイルバッテリーの利用

モバイルバッテリーを利用することができます。ドコモショップなどで販売されています。購入の際は、対象機種を確認しましょう。

■ 充電サービスの利用

ドコモショップでは、充電サービスを無料で行っていきます。電池切れのときはお近くのドコモショップを探しましょう。また、ドコモショップが近くにない場合でも、充電サービスを行っているカフェなどもあるので探してみましょう。

■ らくらくスマートフォンが動かなくなってしまったら？

電源が入っているのに、画面が動作しなくなってしまったら、強制的に電源を切り再起動してみましょう。

ただし、強制的に電源を切ったり、再起動させたりする操作のため、データおよび設定した内容などが消えてしまう場合がありますのでご注意ください。

● 強制的に電源を切る

本体左側面の \square ボタンと \square ボタンを同時に 8 秒以上押して、画面が消灯したあとに指を離すと、強制的に電源を切ることができます。

● 再起動する

本体左側面の \square ボタンと \square ボタンを同時に 32 秒以上押して、起動画面が表示されたあとに指を離すと、強制的に再起動させることができます。

強制的に電源を切ったり、再起動したりすると、データや設定した内容などが消えてしまう場合があります。

■ 意図しない画面に変わってしまったら？

● [戻る]が画面の左下にある場合

[戻る] をプレスしてください。一つ前の画面に戻ります。

● [戻る]が画面の左下でない場合

ホームボタンを押してください。ホーム画面に戻ります。

重要なお知らせ

アカウントとパスワード

らくらくスマートフォンの機能やサービスを利用する際、利用者登録が必要な場合があります。これをアカウントの取得といいます。アカウントを取得するには、アカウント名（ユーザー名）とパスワードを登録します。

登録したアカウント名（ユーザー名）とパスワードは忘れないようメモなどに書きとめ、ほかの人に見られないよう大切に保管してください。

・巻末にメモ欄がありますのでご活用ください。

ソフトウェアアップデート

ソフトウェアアップデートとは、らくらくスマートフォンを動かすために使う基本のシステム(Android)やあらかじめ搭載されているアプリを更新することです。

ソフトウェアアップデートを行うと、不具合を解消したり、セキュリティを最新にしたりすることができますので、必ず最新のソフトウェアにアップデートをお願いします。

ソフトウェアの更新は次の流れで行われます。

① 更新ファイルがダウンロードおよびインストールされる

- ・更新の種類によっては、更新ファイルのダウンロードとインストールが自動的に行われます。
- ・更新ファイルのダウンロードとインストールの前に通知や確認画面が表示された場合は、画面の指示に従ってください。

② らくらくスマートフォンを再起動する

更新の準備が整うと、通知または確認画面が表示されますので、画面の指示に従ってらくらくスマートフォンを再起動します。

更新が完了すると、らくらくスマートフォンに完了画面が表示されます。

登録商標について

- ◆ 株式会社 NTT ドコモの商品またはサービスなどの名称は、株式会社 NTT ドコモの商標または登録商標です。
- ◆ Google、Android、Google Play、Google マップ、およびその他のマークは Google LLC の商標です。
- ◆ ♪ はフェリカネットワークス株式会社の登録商標です。
- ◆ LINE および LINE ロゴは、LINE ヤフー株式会社の商標または登録商標です。
- ◆ AmiVoice は株式会社アドバンスト・メディアの商標または登録商標です。
- ◆ QR コードは、株式会社デンソーウェブの登録商標です。
- ◆ 「ラジスマ」ロゴは株式会社 radiko の商標です。
- ◆ 「ATOK」は株式会社ジャストシステムの商標または登録商標です。
- ◆ 「らくらくスマートフォン」「ララしあ」「らくらくコミュニティ」「La Member's (ラ・メンバーズ)」「La Point (ラ・ポイント)」の名称およびロゴは FCNT 合同会社の登録商標です。
- ◆ Wi-Fi、Wi-Fi ロゴ、Wi-Fi Alliance、WMM、Wi-Fi CERTIFIED、Wi-Fi CERTIFIED ロゴ、WPA、WPA2、WPA3、Wi-Fi Enhanced Open、Wi-Fi Direct、Miracast は  Wi-Fi Alliance の商標または登録商標です。
- ◆ Apple、Apple のロゴ、iPhone は、米国および他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。iPhone の商標は、アイホン株式会社のライセンスにもとづき使用されています。
- ◆ その他、本書に記載されている会社および製品などの名称は、各社の商標または登録商標です。
- ◆ 本文中では、TM や® は省略している場合があります。
- ◆ 本文中で使用している個人名、連絡先、メールアドレス、出来事などは、すべて架空のもので、実在するものとは一切関係ありません。
- ◆ 本書に掲載されているらくらくスマートフォン F-53E の性能・機能・各種サービス・画面仕様などは、2024 年 12 月現在のもので、予告なく変更される場合があります。また、利用環境やバージョンの違いなどにより、画面の表示が異なる場合があります。
- ◆ 本書に掲載されているインターネットの情報やアプリなどは、2024 年 12 月現在のもので、予告なく変更される場合があります。
- ◆ 本書に掲載されている画像はイメージです。
- ◆ 本書から許可なく転記、複写することを固く禁じます。

丸洗い・アルコール除菌

洗い方を知ろう

らくらくスマートフォンは、泡タイプのハンドソープや食器用洗剤で丸洗いできます。

■ 使用できる洗剤

- ・ 国内メーカー製の家庭用泡タイプのハンドソープ
- ・ 国内メーカー製の家庭用液体タイプの食器用洗剤

※石鹸、入浴剤、シャンプー、リンス、洗顔剤、メイク落とし、歯磨き粉は使用できません。

※業務用・無添加・アルカリ性のハンドソープまたは食器用洗剤は使用できません。

■ らくらくスマートフォンを洗うときのご注意

- ・ 洗濯機、超音波洗浄機、食器洗浄機などで洗わないでください。
- ・ 食器用洗剤を使用する場合は、適量の洗剤を使用してください。また、原液を直接つけないでください。
- ・ 市販のアクセサリ（端末カバー、ケース、ストラップなど）を本体から外してから洗ってください。
- ・ 洗うときは、腕時計、指輪、付け爪などの装飾品を外してください。

■ らくらくスマートフォンを洗う、水抜きする

● らくらくスマートフォンを洗う

- ①電源を切り、スロットキャップを閉じる
- ②ハンドソープまたは食器用洗剤を泡立てて、手で洗う
- ③やや弱めの流水で本体、各部分をすすぐ
- ④水抜きをする

● らくらくスマートフォンを水抜きする

- ①本体についている水をふき取る
- ②本体を振って水滴を飛ばす
- ③各部分の隙間に溜まった水をふき取り、自然乾燥させる

■ らくらくスマートフォンをアルコール除菌する

アルコール除菌シート・スプレーを使用して、らくらくスマートフォンの消毒や一定量のウイルス除去ができます。

スプレーをご使用の場合は、本端末から 5cm 程度離し、霧吹きで噴霧して拭き取り、その後水拭きしてアルコールや液剤を取り除いてください。

アルコール除菌シートまたは液剤を浸み込ませたキッチンペーパーをご使用の場合は、製品を拭き取り、その後水拭きしてアルコールや液剤を取り除いてください。

使用できる薬剤は、アルコール^{*}、次亜塩素酸水、界面活性剤（台所用洗剤、家具用洗剤）です。ただし、塩素や塩素系添加物の含有量が 0.05w/v% 以下の液剤をご使用ください。

※市販のアルコール（エタノール）消毒液およびアルコールタイプ（エタノール）のウェットティッシュ。

索引

数字・英字

+メッセージ	52
dアカウント	140
d払い	143
dヘルスケア	121
dメニュー	142
Google Play	81
Google アカウント	73
Google アシスタント	79
Google アプリ	70
Google レンズ	60
La Member's	134
LINE	
写真	88
スタンプ	88
ダウンロード	84
トーク	87
引き継ぎ	29
SMS	
受信	51
送信	50
Wi-Fi	18

あ

洗い方	174
アルコール除菌	174
アルバム	
アルバム作成	63
気に入りに登録	62
写真/ビデオを見る	61
暗証番号	97
あんしんセキュリティ	102
安心データ保存	104
インターネット	
閲覧する	67
ブックマーク	68
ブックマークをホーム画面に表示	69
運転中モード	17
お客様サポート	147
おサイフケータイ	145
お知らせタイマー	160
オススメ設定	19
おまかせズーム	10
音声検索	78
顔認証	100
各部の名称と機能	8

か

カメラ	
撮影モード	59

写真/ビデオを撮る	54
ズーム	56
花認識	58
マクロ撮影	57
ライト	57
画面ロックの解除方法	96
かんたんお引越し	28
かんたん画面出力	165
機内モード	17
緊急時ブザー	106
ゲーム	138
検索ボックス	78

さ

災害用キット	108、109
詐欺対策	89
還付金詐欺対策	90
フィッシング詐欺警告	92、94
迷惑電話対策	89、91
らくらく迷惑メール判定	92、93
指紋認証	98
診断サポート	169
シンプルホーム	15
スケジュール	151
ソフトウェアアップデート	172

た

タッチパネルの操作	11
通知パネル	16
使いかたガイド	168
電話	
スピーカーで通話する	35
着信音を消す	34
通話履歴から電話をかける	33
電話を受ける	34
電話をかける	32
マイクを切る	35
ワンタッチダイヤル	41
電話帳	36
トップ画面	13

な

ニュース	
SmartNews for docomo	161

は

パスワード	97
パターン	96
非常用節電モード	107
ホーム画面	13、14
ホームボタン	10

ま

マップ	
表示	148
目的地までの行き方	150
マナーモード	17
丸洗い	174
メール	
送る	43
写真を送る	45
返信する	48
読む	46
めくってピクチャー	65
目覚まし	158
メモ	155
文字入力	20
音声入力	26
ケータイ入力	22
手書き入力	25
らくらく2タッチ入力	23
らくらくフリック入力	21

や

用語	2
----	---

ら

ライト	105
らくらくコミュニティ	123
コミュニティ	128
投稿	129
引き継ぎ	31
ホーム	126
マイページ	133
らくらくホンセンター	167
ラジオ	
radiko	163
ララシアコネクト	
起動	110
血圧管理	116
血圧計の測定結果	117
自律神経パワー	112
心拍数	118
睡眠状態	119
脳年齢	120
歩数、歩速	115
メイン画面	111

使いこなしガイドに関するアンケートにご協力ください

右記のQRコードを読み取って、使いこなしガイドに関するアンケートにご協力ください。



忘れないようにメモしよう！

忘れないように書き込んでおきましょう。
ほかの人に見られないよう大切に保管しましょう。

ネットワーク暗証番号	
spモードパスワード	
dアカウント ID	
dアカウント パスワード	
Google アカウント ユーザー名 (メールアドレス)	
Google アカウント パスワード	
La Member's 会員サービス登録番号 (らくらくコミュニティ登録番号)	
La Member's 会員サービスパスワード (らくらくコミュニティパスワード)	

らくらくスマートフォン

F-53E



使いこなしガイド



* S 2 4 0 0 1 9 C *