

見つけよう！ぐんまの素晴らしい宝物を。

[ツルノス・プラス]

tsulunos PLUS

QUARTERLY MAGAZINE

| 特集 | ⊕スペシャル

鮮やかな色彩にときめき癒やされる！

心はなやぐ 春に出会う ぐんまの花めぐり

- ⊕ パーソン ほそ がい はじめ ザスパ群馬 細貝 萌さん
- ⊕ トレジャー スリー 超絶サーモンV3
- ⊕ ワーク 鉄道運転士
- ⊕ カルチャー 俳句「ぐんまの春」
- ⊕ キッズ こんにゃくパーク
- ⊕ ネーチャー ツキノワグマ
- ⊕ デジタル スマホで健康管理

ぐんま心の情景

「花桃が咲き誇る、わたらせの春」

3月下旬、わたらせ渓谷鐵道てつどう ぎょうどの神戸駅周辺は

花桃と桜のあでやかな競演が見頃となります。



[令和7年]
3月号
spring
vol.19

保存版
ぐんま広報増刊号

スマホでも
読めます！



県ホームページの他、電子書籍版をスマートフォンやタブレットでご覧になれます
<https://www.pref.gunma.jp/site/gunmakouhou/645035.html>

UD FONT

tsulunos PLUS



+ パーソン



\ MOVIE /
動画
メッセージ



ザスパ群馬 社長代行兼GM

ほそ がい はじめ
細貝 萌さん

サッカー選手引退後に待っていた ザスパ群馬の社長代行兼GM

地元群馬のクラブチームでプロサッカー選手を終えたいと願っていた細貝萌さん。ザスパ群馬で3シーズン半プレーした後、待っていたのは想像を超えるオファーでした。

サッカー人生のベースは群馬 ザスパと同じ年にJリーグデビュー

幼い頃、3つ年上の双子の兄たちが入っていたサッカークラブについて行ったのがサッカーを始めたきっかけです。小学校入学と同時に兄と同じサッカークラブに入り、前橋育英高校に進学しました。高校卒業後、プロサッカー選手として浦和レッズに入団するまで群馬で育ったので、群馬にサッカー人生の基礎を作ってもらったという思いがあります。また自分がプロになったのと同じ時期にザスパがJリーグに参入したこともあり、ザスパのことはどこか同期のような思いでいつも気になっていました。

最後は群馬のチームでプレーしたい サッカー人生で初めての逆オファー

浦和レッズからドイツ、トルコ、柏レイソル、タイと海外を中心にプレーしていましたが、年齢を重ねるにつれて最後は地元の群馬でプレーしたいという気持ちが大きくなっていきました。とはいえ、チーム移籍は自分だけでどうにかなるものではありません。それでも代理人に群馬でプレーしたい意志を伝え、自分から逆オファーしました。最初は条件面が合わないと言われ断られましたが、このタイミングを逃したら戻れないと思い、条件ではなく気持ちを伝え、ようやくザスパへの加入が決まりました。

選手から一転、社長代行兼GMへ 地元への恩返しの第2章が始まる

令和3年にザスパへ加入し、昨年プロサッカー選手としてのキャリアに終止符を打ちました。引退と同時にクラブチームからは、クラブ経営のトップである社長代行と、強化部門のトップであるゼネラルマネージャー（GM、強化責任者）を兼務してほしいと打診を受けました。引退後も自分を育ててくれた地元群馬のサッカーに、何かしらの形で貢献したいとは思っていたのですが、こんな形で恩返しができるとは思ってもみませんでした。今年はJ3からどうやって上がっていくか、すごく重要なシーズンになります。クラブが良い方向に向かっていけるよう、自分にできることを精一杯やっていきます。応援よろしくお願いします！

PROFILE 昭和61年生まれ、前橋市出身。前橋育英高校を卒業後、平成17年に浦和レッズに入団しプロサッカー選手となる。20年には北京五輪に日本代表として出場。23年からはドイツのヘルタ・ベルリンをはじめ、柏レイソルなどのクラブチームで活躍する。令和3年から生まれ故郷のクラブチーム、ザスパクサツ群馬（現ザスパ群馬）に所属。6年に引退後、7年からザスパ群馬の社長代行兼GMとなる

マイグッドぐんま

ザスパ群馬の新練習場

昨年5月に誕生した練習拠点・GCCザスパーク（前橋市ローズタウンサッカー場）はJリーグ屈指の設備を誇り、レストランやカフェなども併設されています。地域交流の場としても、ぜひ遊びに来てください



〒前橋市富田町1674の8

GCCザスパークでは、ユース世代のサッカー教室である「アカデミー」の選手育成にも力を入れています



©THESPA

ザスパ群馬をはじめ、今までの選手経験全てをチームの運営に生かし、地元へ愛されるチーム作りを目指す

直筆サイン色紙をプレゼント！

細貝萌さんの直筆サイン色紙を「ぐんま広報」8ページのクロスワードパズル正解者の中から1人にプレゼント！



中央にしっかりと柱を構えるため、まずは「アカデミー」からトップチームまでの土台作りに取り組みたいと話す細貝さん

+ トレジャー

いいね!

ぐんまの宝物

ぐんまちゃんがアシスタントのあかりんと読者の皆さんに「ぐんまの宝物(魅力)」のいいね!を紹介します



ぐんまちゃん

あかりん(木暮あかり)
フリーアナウンサー

超絶サーモンV3

海なし県、群馬で開発された
第3のブランドサーモン!

群馬県が開発・生産し、令和6年に新たに誕生したブランドサーモン「超絶サーモンV3」。抜きでた品質を誇ることから「超絶」を冠し、V3は県が3番目に開発したブランドサーモンであることを意味します。食用専用でサイズの規定を設けていないため、大きさに合ったさまざまな料理で楽しめます。餌にこだわり、白身のサーモンで、脂質が少なくヘルシーであっさり。加熱すると身がふんわりと柔らかく、ジューシーなおいしさが広がります。

案内人

川魚グルメ館くるま

木暮 忍 さん

赤城山の湧水が育む、自然豊かな食材が味わえるレストラン「川魚グルメ館くるま」の2代目。超絶サーモンV3が食べられる貴重な飲食店



▲小さいサイズの超絶サーモンV3は、塩焼きで食べられます

ぐんまちゃんの
いいね! 見つけたよ!

▲餌をまくぐんまちゃん

いいね!



群馬のサーモン軍団に注目!

海なし県の群馬で開発・生産している魚として注目されているギンヒカリ、ハコスチに続く第3のサーモンが超絶サーモンV3です

超いいね!



超絶サーモンV3は白身!

超絶サーモンV3は身を赤くする天然色素「アスタキサンチン」などを含む餌を与えていないため、白身に仕上がります

あかりん's
取材後記!

- いろいろな食べ方が楽しめる
- 小さめものは串に刺して塩焼きに、大きめものは天ぷらや唐揚げなどで楽しめます。いけすから揚げたばかりの超絶サーモンV3のお刺身が、新鮮でおいしかったです!



▲弾力がありつつ、上品な味わいの刺身を食べるあかりん

さまざまな料理で超絶サーモンV3を味わうことができます



川魚グルメ館くるま
〒390-0001 群馬県渋川市赤城町満呂木390
☎0279-56-2673
※冬期は魚の育成期間のため、営業は3月12日(水)からとなります



育てた大きさに合わせてお勧めの調理方法で提供(1~3人前) ※時期や育成状況によります



天ぷら、ゆであん、幽庵焼き、竹蒸し(茶碗蒸し)、酢の物のコースは、予約注文(2日前まで)で提供(4人前~)

動画を見よう!

動画限定! ぐんまちゃんが今回の宝物「超絶サーモンV3」を、あかりんと一緒に紹介しています!



県ホームページから動画もチェック!

当日インスタントカメラで撮ったぐんまちゃんのサイン入り写真(3枚組み)を「ぐんま広報」8ページのクロスワードパズル正解者の中から3人にプレゼント!

+ スペシャル

鮮やかな色彩にときめき癒やされる!

心はなやぐ春に出会う ぐんまの花めぐり

鮮やかな色彩、甘い香りで、花は人に元気や癒やしを与えてくれます。
さまざまな花が咲き誇るぐんまの春。
絶景を求めて「花めぐり」に出かけませんか？



写真提供：中之条ガーデンズ

花の名所6選 見頃カレンダー

サクラやネモフィラ、
ツツジ、バラなど春の
花々が満開になる時
期はもうすぐ。春の訪
れを感じられる県内6
つの花の名所と、見頃
を紹介します



ぐんまの花 春の見頃



サクラ

高さ約80mのシンボル
を彩る100本のサクラ

見頃 4月上旬

1 佐久発電所

所沢川市北橋町真壁

真壁調整池から佐久発電所
まで続く導水管と、高さ約
80mのサージタンクは北
橋地区のシンボル。その周
辺に約100本のサクラが咲
き、見頃には多くの花見客
でにぎわいます

ここに
注目

シンボルの水圧調整用の
サージタンクは昭和62年に
建て替えられた2代目です



ハナモモ

春の息吹を告げる

可憐なハナモモのアーチ

見頃 4月上旬～中旬

2 中之条ガーデンズ

所中之条町折田2411

敷地の北側にある斜面に咲
く、濃い桃色をした千本の
ハナモモ。黄色いレンギョ
ウ、真っ白なユキヤナギが
各所に植えられており、桃
色のハナモモを引き立てて
います

ここに
注目

4月12日（土）・13日（日）に5周
年イベントを開催。ライトアップ
されたサクラを見学できます

カメラマンのアドバイスで撮影技術アップ！

春ならではの絶景花写真を撮ろう！

昼は花の鮮やかさを前面に、夜はライトアップした幻想的な1枚を。
シーンに合わせて記憶に残る写真を一眼レフカメラで撮影する方法を紹介します。



取材協力

カメラマン
むらやま しん た
村山 心太さん

本紙担当カメラマン。ブライダル
などの人物撮影や雑誌の料理撮
影、風景写真などを得意とする



つつじが岡公園（館林市）

咲き誇るツツジは100品種 1万株以上。推定樹齢
800年の古木などもある、国内有数の名勝地

撮影memo

ちょうど逆光がき
れいに映る場所で
撮影しました

絞り優先モードで撮影する

「F値※1」を大きく設定すると、
手前から遠くまで全体的にピント
が合った写真を撮影できます。そ
の際「シャッタースピード※2」が遅
くなるので「手ブレ補
正」をオンにし、手ブ
レに注意しましょう。



三脚&スローシャッターを活用

シャッタースピードを遅めに設定
すると、明るい写真が撮影できます。
その際、写真はブレやすくなるため
「ISO感度※3」を上げて、
三脚を使用すると撮影
がしやすくなります。



ふじの咲く丘（藤岡市）

全長約350mの藤棚や、45種類のフジが植えられた見
本園があり、紫や白、ピンクのフジの花が楽しめます

撮影memo

奥行き感を出すた
めに、目線より少
し下の角度から撮
影しました

※1 F値…カメラに光を取り込む際の、光の量を表す値

※2 シャッタースピード…カメラのシャッターが開いている時間

※3 ISO感度…カメラのセンサーが光を捉える能力を示す数値

県内各地に広まる春のイベント

花を通じた活動「オープンガーデン」

英国から始まったとされる「オープンガーデン」。近年では日本各地で広がりを見せ、県内でも実施している場所が増えています。

自慢の庭を見てもらいたい庭主と花好きの人との交流活動の場に

オープンガーデンは花や庭の愛好家などが手入れしている庭を一定期間、一般に公開することで、花や「ガーデン」に興味がある人同士が交流を図るイベントです。玉村町では、玉村町華倶楽部と協働し、毎年5月に町内のオープンガーデンの場所と見頃を紹介した地図を作成・配布しています。



たまむらオープンガーデンマップ▲



▲オープンガーデンで公開している庭。モルタル造形との調和も見どころ



取材協力

玉村町華倶楽部 会長
あら い まさ こ
新井 昌子さん
花や庭の好きな方々と交流し、花と緑で満たされる町を目指して、オープンガーデンの運営や花関連の講座を開催

◀さまざまな色彩の花々に癒やされます

ガーデン観賞の注意点

- ・「クローズ」の看板が出ている時は見学できません
 - ・家の中やトイレなどプライベートな場所には入れません
 - ・決められた駐車場所以外の駐車は控えましょう
 - ・樹木や花に触れる、抜き取るなどの行為は絶対にやめましょう
- ※その他決められたルールを守って観賞しましょう

見頃 4月中旬～5月上旬

3 鹿田山フットパス

園みどり市笠懸町鹿

岩宿遺跡近くのなだらかな丘陵にあるナノハナ畑は、見頃になると一面が黄色に染まり、赤城山との競演を楽しめます。周辺にはウッドチップが敷かれ、ハイキングにもお勧めです

ここに注目 6月頃に菜種を収穫して「鹿田山菜たね油」として販売しています

見頃 4月中旬～5月上旬

4 鼻高展望花の丘

園高崎市鼻高町1400

上毛三山を見渡す観音山の広陵地にナノハナ約30万本、ネモフィラ約70万本その他、色とりどりのパンジーやルピナスなど、春の花々が競うように咲き誇る光景は圧巻の一言です

ここに注目 見頃時期に「菜の花祭り」を開催。花の迷路や農産物直売（土・日曜日、祝日のみ）もあります

ナノハナ

黄色のじゅうたんの

ようなナノハナの絶景



バラ

優雅な香りで魅了する

約600種7千株のバラ



見頃 5月上旬～6月上旬

5 敷島公園 門倉テクノばら園

園前橋市敷島町262

前橋の「市の花」でもあるバラを園内に約600種7千株植栽。世界各国の殿堂入りのバラや、成長ごとに色の変化が楽しめる前橋市オリジナルのバラ「あかぎの輝き」などが観賞できます

ここに注目 春の祭り期間中に行われる幻想的なライトアップも見どころです

見頃 6月上旬～中旬

6 曹源寺 さざえ堂

園太田市東今泉町165

国の重要文化財。3階造りのお堂の中には計100体の観音を安置しており、一方通行で参拝できる珍しい寺院。多くのアジサイがあることから「群馬のアジサイ寺」とも呼ばれています

ここに注目 現存する最大規模のさざえ堂（らせん構造の仏堂）で日本三大さざえ堂の1つに数えられています



アジサイ

歴史を感じる寺社に映える

色とりどりのアジサイ

今年秋にリニューアルオープン！ ぐんまフラワーパークはこう変わる

「Enjoy! 花とあそぶ」をコンセプトに花のテーマパークがリニューアル

今年秋に、ぐんまフラワーパーク（新名称：Gunma Flower Park⁺）は花に囲まれた上質な空間へと、生まれ変わります。園内では、中心となる花としてバラ、アジサイ、クレマチスをはじめ、四季折々の花や緑が楽しめます。また「Enjoy! 花とあそぶ」をコンセプトに、花を「見る」だけでなく花や自然と「遊ぶ」体験型施設へとリニューアルします



リニューアルのポイント

多彩な体験を通して1日中楽しめる施設へ
雨天時でも楽しめるように、温室にはクモの巣のようなネット系アスレチックを設置。プーケ作りなどの体験もできるようになります

花の魅力を発信

ぐんま花の駅に行こう！

花の駅ってなんだろう？

県内に点在する18カ所の花と緑の施設を「ぐんま花の駅」として登録。県内の花の魅力を通じて、花観光の推進や地域振興、交流の場の拡大などの活動を行っています



▲ぐんま花の駅の一つ、高崎白衣大観音（高崎市）

スタンプラリー開催中

ぐんま花の駅では各施設を巡るスタンプラリーを7月末まで開催しています。詳しくは登録施設で確認を



▲登録施設やスタンプラリーについて、詳しくはこちらから

+ ワーク

ザ・バックステージ

～魅力の裏舞台～

「鉄道運転士」

365日、乗客を安全に運ぶ
責任感と対応力が必要な仕事

運転士になるには鉄道会社へ就職後、列車の法規を学び、筆記試験、実技訓練を経て、動力車操縦者運転免許を取得する必要があります。わたらせ渓谷鐵道では、現在14人の運転士が交代で気動車やディーゼル機関車を運転しています。今回は運行管理も兼任している、運転士を紹介します。



人

わたらせ渓谷鐵道株式会社
乗務主任兼指令わたなべ よし ひろ
渡邊 由博さん

「子どもの頃から憧れていた列車の運転士が諦めきれず、35歳の時に異業種から転職しました。現在は運転士をしながら、列車の運行管理も行っています」

仕事

運転時刻に合わせて列車を運転し、乗客を安全に目的地まで運ぶのが運転士の仕事です。勤務は仕業表*に基づき「泊まり」「明け」「日勤」「休み」を繰り返して働いています



*仕業表…乗務員の担当と列車の乗務予定を記載した表のこと



普通列車はワンマン運転のため責任もプレッシャーも大きいですが、お客さまに喜んでいただき「ありがとうございました」と言われるとやりがいを感じます

道具

運行をつかさどる懐中時計と手帳

乗務する列車の時刻や点呼を書き込む乗務員手帳と、免許を取得すると会社から支給される懐中時計。運転士は、読み取りやすく耐磁性に優れた自分の懐中時計で、運行前に時間を合わせ運転席の所定の場所にセットし、運行を管理します



乗務員手帳



懐中時計

+ カルチャー

俳句で見つける群馬の魅力

つるのすぷらす俳句部

ぐんま
で
一句

読者の皆さんが詠んだ俳句を紹介します！

特選

花吹雪白衣観音胎内へ

野口さん(伊勢崎市・70代)

〔評〕高崎市の「白衣観音」の周辺は桜の名所としても有名で、胎内を階段で登ることもできます。桜の季節には花吹雪が観音の胎内にも吹き込んでくるのでしょうか。幻想的な映像が見えてくる秀作です。

特選

春キャベツ嬌恋村が動き出す

サラダにお勧めさん(東吾妻町・70代)

〔評〕キャベツは夏の季語ですが、春にも秋にも収穫できます。「春キャベツ」は巻きが緩く柔らかくみずみずしいことで人気があるようです。中七・下五の「嬌恋村が動き出す」の措辞に躍動感がありますね。

今回のお題

「ぐんまの春」

お手本

しゃぼん玉赤城榛名を裏返し

木暮陶句郎

〔解〕上毛三山のうち利根川を挟んで向き合う2つの山。それらが望めるところで子どもがしゃぼん玉を吹いていました。きらきらと輝くしゃぼん玉には山が映りそれがぐるっと回転しました。そんな情景を活写した一句です。

【選評】

ぐんまが誇るさまざまな風物や歴史、特産物を讀める俳句が寄せられました。俳句の基本は季語が生きているかどうかです。特選の二句はそれができていました。皆さんもそのあたりを念頭に作句してみてください。選者としてこれからもよい句を選んでいければと思っています。

選者 木暮陶句郎氏

陶芸家・俳人。伊香保町生まれ。俳句結社「ひろそ火」主宰。県俳句作家協会会長



過去の特選作品や木暮先生の選評は
県ホームページでご覧いただけます
<https://www.pref.gunma.jp/site/gunmakouhou/645035.html>



3月号には23通の応募をいただきました。たくさんのご応募ありがとうございました！

+ キッズ



こども探偵団

今回のリーダー 虹色キャンディーガールズ
ふじ かわ あおい
藤川 葵衣

群馬県の魅力を子ども目線で調査する「ぐんまこども探偵団」。今回は「こんにやくパーク」を調査!

調査結果は動画で配信中!
ご覧になって感想をお寄せください!

県ホームページから動画もチェック!

調査テーマ

こんにやくパーク

今回訪れたのは、甘楽町にある「こんにやくパーク」。コンニャク製品の製造工程をガラス越しに見学でき、コンニャクの作り方や歴史を学べる展示がある他、コンニャク作り体験も楽しめます。調査では、群馬県がコンニャク芋の収穫量が日本一であることを聞いて探偵団はびっくり! どうして群馬県の収穫量が多いのか…その理由や体験の様子は動画でご覧ください!

こんにやくパーク
所 甘楽町小幡204の1 ☎0274-60-4100
期 月～金曜日：午前9時～午後5時(最終受け付け4時) ※入場無料。体験は有料で要事前予約
※土・日曜日、祝日は6時まで(最終受け付け5時)案内係
さいとう
齊藤 ちな実さん「お徳用シャインマスカットこんにやくゼリー 20個入」を
「ぐんま広報」8ページのクロスワードパズル正解者の中から3人にプレゼント!

出発

行ってきます!

こうやって
できるのか~!板コンニャクや
白滝の製造工程
を見学。案内係
の齊藤さんから、
工場を見学しな
がらコンニャク
についていろい
ろ教えてもらい
ました最後に「こんに
やくパイキング」で、
いろいろな料理を
試食できました

今回の探偵団

左から
さゆきさん(10歳)
つむぎさん(7歳)
あおい君(10歳)

色が付いたかな?

体験キッチンでは、コンニャクの色
付けを体験。ゴボウやタマネギの皮で
コンニャクに色が付くなんて不思議だね

色が付いた!

色付けしたコン
ニャクを試食。
体験後には修了
証ももらえます

※特別に許可を得て試食しています

+ ネーチャー



群馬で見られる動植物の特徴や生態を紹介します

クマの生態や特徴を知ることが 人とクマとの共存の第1歩

普段は山中で生活しているクマが、近年人の生活圏に出没し、人を襲うトラブルが増えています。駆除も必要ですが、森林生態系の上位種であるクマの保護は、多くの動物を守ることにもつながります。クマは食べ物への執着が強く学習能力が高いので、人里に食べ物があると分かると、頻繁に出没するようになります。そのためにおいの強い生ごみや農作物を放置しない、クリやカキなどの果物を付けたままの木は伐採するなど、クマを引き寄せないように、クマの生態を理解しつつ、生活を変えていくことが大切です。

もしもクマと遭遇したら

慌てず、落ち着いて、クマとの距離を取りましょう。走って逃げたり、大声を出したりすると、クマが攻撃してくる危険があります。子グマだと思って、近くに母グマが潜んでいる場合があるので注意が必要です



ツキノワグマ — 月輪熊 —

【特徴】

体長80～140センチほどの食肉目クマ科の哺乳類。黒色の体毛と丸く比較的大きな耳を持つ中型のクマで、胸には三日月に似たV字模様の白い毛があるのが特徴。この「ツキノワ模様」がツキノワグマの名前の由来とされています

【聴覚】

非常に優れている。高い音に敏感なので、鈴などが有効

【視覚】

人間並の視力はある

【嗅覚】

犬のようにわずかなにおいを嗅ぎ分ける能力があり、遠くの人の気配もにおいて識別できる



【走力】

速く、100メートルを7秒台で走る

クマとのトラブルを防ぐ方法

山周辺に近づくときは対策グッズを携帯

〈クマ鈴〉
歩くとき鈴の音が
鳴り、人の存在
を知らせます〈クマ撃退スプレー〉
刺激成分を発射
するスプレーで、
クマが近づいた
時に使います〈リュック〉
クマが襲ってき
た時に、背中を
守ることができ
ます

出沒状況を確認

「群馬県クマ出沒マップ」

春になると、冬眠から目覚めたクマが行動を始めます。農地や集落など、人間の生活域でのクマの目撃・出沒件数も多くなるため、地図上で目撃情報を見られる「群馬県クマ出沒マップ」を活用してみましょう



tsulun^{ts}os PLUS スマホの学校

tsulun^{ts}os PLUS紙面で「スマホの学校」開校中！実技、会話、時事情報など多彩な授業内容でお届けします。
しっかり勉強して、皆さんの“スマホ力”をアップしましょう。

今回の授業	1 時限目	実 技・・・スマホで健康管理
	2 時限目	便利機能・・・スマホを探す方法
	3 時限目	危機管理・・・防災のためのスマホ活用術



1 時限目

実 技

スマホで健康管理

こんな機能があります

- 歩数を自動で記録。グラフで「見える化」できるので目標への進捗がわかります
- 野菜や塩分の摂取状況も含めた食生活を写真で記録できます
- 健康づくりの取り組みに応じてポイントが付与されます

はじめの一步

アプリをインストールして初期登録

対応機種種の2次元コードをカメラで読み込み、アプリをインストール。性別や身長、体重などの初期情報を入力すれば利用できます。

iPhone版

Android版

※AndroidはGoogle Fit、iOSはヘルスケアが必要となります。一部機種は対応していません

その他の健康アプリ

【iPhoneのヘルスケア】 【AndroidのGoogle Fit】

「アプリでできること」

- 歩数や消費カロリーなどの運動量の記録
- 睡眠時間や睡眠の質の記録・分析 など
- 歩数や心拍数、呼吸数の計測
- 日常生活やウォーキングなどの消費エネルギーの自動記録 など

※一部機種は対応していません

2 時限目

便利機能

スマホを探す方法

「スマホがない！どこかに置いてきたかもしれない！？」
こんなときに使えるアプリがあります

うっかり紛失する恐れがあるスマホですが、無くしたスマホを探す方法を知っておけば、いざというときに困りません。また家族や友人がスマホを無くしてしまった際に、手助けすることができます。

【iPhoneの場合】「探す」アプリをタップ

「探す」アプリを使うと、紛失したスマホの位置情報が分かったり、端末発見のためにサウンドを再生できたりします

右下の「自分」をタップして、下に表示される「友達を助ける」を押す

「サインイン」して、探したいアップルIDとパスワードを入力すると、端末の位置がわかります

スマホがAndroidの場合は「デバイスを探す」というアプリがあります

事前準備

- ①「iPhoneを探す」をオンにする
設定→ユーザー名→探す→「iPhoneを探す」を全てオンにする
- ②「位置情報サービス」をオンにする
設定→「プライバシーとセキュリティ」→「位置情報サービス」をオンにする

※下に指を滑らして（スクロール）、「探す」が使用中のみにになっているか確認

自分のスマホを探せるように事前準備をしておこう！

3 時限目

危機管理

防災のためのスマホ活用術

台風や集中豪雨、大規模な地震など自然災害は、いつどんなときにやってくるか分かりません。スマホは安否確認のための連絡手段にとどまらず、さまざまな活用の仕方があります。

スマホを懐中電灯に！
停電になったら、スマホのライトを懐中電灯の代わりに活用できます。水を入れたペットボトルをスマホで照らすことで光が乱反射して、より周りを明るく照らせます

スポーツドリンクなど薄い白色のものだと、より明るくなるよ！

懐中電灯のマークをオンに

画面を上から下に指を滑らす（スワイプ）と現れます

学校だよ！
過去のスマホ講座で各自復習をしよう！

.....

tsulun^{ts}os PLUSで紹介した過去のスマホ講座の内容を閲覧できます。それぞれ復習して、スマホの活用役に立ててくださいね