これは便利！

はじめてのシニアAI講座

スマートフォンで、毎日がもっと楽しく、もっと便利に



調べもの
知りたいことを
すぐ調べられる



写真で聞く
花の名前や食べ物など
写真を見せて質問



絵をつくる
写真を絵にしたり
イラストをつくる



旅行プラン
行きたい場所の
計画をつくる



LINEで送る デジタル年賀状
写真やイラストで
オリジナル年賀状を作り
LINEで送ろう



1日目 知識編

2026年 12月7日(月)
10:00～11:30

「AIってなに？何ができるの？」

- AIの基本を優しく解説
- ChatGPT、Gemini等の紹介
- 日常での使い方（調べもの・写真・旅行など）
- 気をつけること
- アプリのインストールと登録



2日目 実践編

2026年 12月21日(月)
10:00～11:30

「やってみたいことをやってみよう」

- アプリの使い方の復習
- 声で質問してみる
- リクエストから選んだテーマで実践
（旅行・写真・デジタル年賀状・健康・趣味など）
- 自由時間で好きなことを試す

無料版Geminiを使用します



会 場

静岡県総合社会福祉会館シズウエル
1階 101会議室
静岡市葵区駿府町1-70



対象・定員

県内在住の60歳以上のシニア
20名程度(2日ともに参加できる方)
※スマートフォンをお持ちの方
※グループワークで行います

定員になり次第締め切ります

参加無料

持ち物

- スマートフォン（充電済み）・筆記用具
- Apple IDまたはGoogleアカウントのパスワード（メモ）
- ご自身の携帯電話番号がわかるメモ



講 師

有限会社 powereight
山 本 剛 史
静岡県ICTエキスパート



主催 公益財団法人 しずおか健康長寿財団
TEL 054-253-4221 https://www.sukoyaka.or.jp/

申込 QRコードからお申し込みください
https://form.run/@202612AIseminar

※講座内容は、参加者のご希望や当日の進行状況等により、一部変更となる場合があります。