

Internet 講座

2025年3月17日
パソコンを使いこなす会

【第24回分科会のテーマ: - 音声入力翻訳アプリ -】

今回はスマホの「音声入力翻訳アプリ」について勉強します。

スマホの「音声入力翻訳アプリ」とは、スマートフォン(iPhone や Android)で話した言葉を音声で入力し、自動的に別の言語に翻訳してくれるアプリのことです。

音声を聞き取って、別の言語のテキストや音声に変換する仕組みになっており、旅行・会話・学習などで便利に使えます。

➤ 何ができる？

- ① 音声をテキストに変換: スマホのマイクで話した言葉を聞き取り、文字として表示します。
- ② 自動で翻訳: 入力した音声を別の言語に翻訳して表示／読み上げしてくれます。

➤ 使い方は？

- ① 旅行で: 現地の人と話すとき、言葉が通じなくても会話を助けてくれる
- ② 学習で: 外国語の発音を試したり、言い回しの意味をすぐ知るのに便利
- ③ 仕事で: 外国語での打ち合わせやコミュニケーションにも使える

Google 翻訳はパソコンでも使えます。文書やインターネットのサイト情報を翻訳するならこちらの方が使いやすいです。

【目次】

- A 翻訳アプリ
- B Google 翻訳アプリの使い方
- C Microsoft Translator の使い方
- D Google 翻訳をパソコンで使う
- E 演習

【具体的操作】

A 翻訳アプリ

1) Google 翻訳(Google 翻訳)

- 📍 iPhone / Android 両対応
- 🗣️ 音声入力+翻訳(話した内容を他言語に変換)
- 📁 事前に「オフライン言語パック」をダウンロードすれば ネットなしで翻訳可能
- 🗣️ 会話モード(相手と交互に話して自動翻訳)も使える

➡ 一番バランスが良くて、オフライン時の機能も充実している定番アプリです。

2) Microsoft Translator

- 📍 iPhone / Android 両対応
- 🗣️ 音声会話のリアルタイム翻訳
- 📁 オフライン翻訳対応(言語パックをあらかじめダウンロード)
- 👥 複数人での会話モードもあり

➡ 会話(対話形式)の翻訳に強く、オンラインでもオフラインでも使える安定感が魅力。

B Google 翻訳アプリの使い方

まず、アプリを入れていない場合は

- iPhone → App Store
 - Android → Google Play
- で Google 翻訳 を検索してインストールします。

1. Google 翻訳アプリの画面

右図参照

2. 文字を入力して翻訳する(基本)

1. アプリを開く
2. 下のメニューで「日本語 → 英語」など言語を選ぶ
3. 上の入力欄に文章を入力
4. すぐに翻訳結果が表示されます

🔊マークを押すと発音も聞けます。

3. カメラで翻訳(とても便利)

- ① アプリを開く
 - ② 「カメラ入力」をタップ
 - ③ 英語の文章や看板に向ける
 - ④ 丸いシャッターボタンをタップする
 - ⑤ 画面上で日本語に変わります。
 - ⑥ 下のメニューで「読み上げ」をタップすると文章を読み上げてくれる
 - ⑦ 下のメニューで「すべて選択」をタップし「テキストをコピー」をタップするとテキストがメモリーに保存される
- メールに貼り付けると共有できる

旅行・説明書・メニューに便利です。

4. 会話を翻訳する

1. 「会話」をタップ
2. それぞれの言語ボタンを押して話す
3. 自動で翻訳されます

外国の方と話すときに便利です。

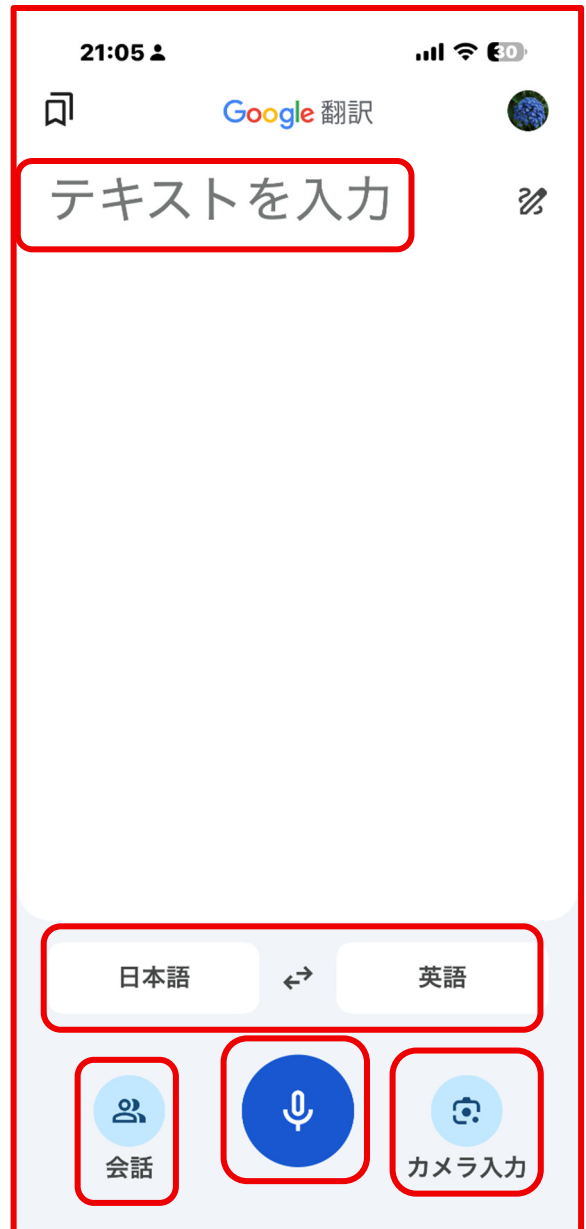
5. 音声入力で翻訳

1. マイクマークを押す
2. 話す
3. 自動で翻訳

文字を打つのが大変なときに便利です。

6. オフライン言語の設定方法

1. 画面下または上の 言語名(例:日本語 → 英語) をタップ
2. 言語一覧で
 - ↓ ダウンロードマークがあれば → タップして保存



- 。 ✓ チェックマークがあれば → すでにオフライン利用可能

※ 地球儀マークは「オンライン使用」、

※ ダウンロード済みだとオフラインでも翻訳できます。

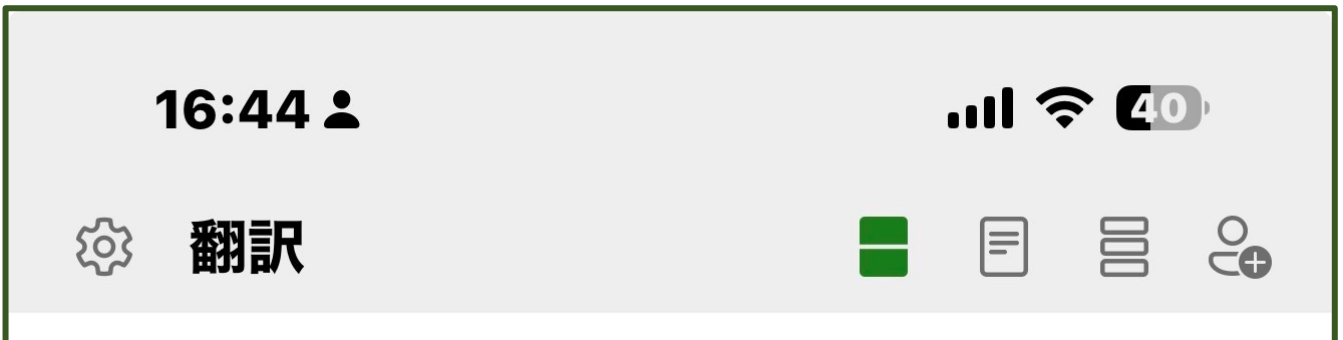
これで Wi-Fi がなくても使えます。

C Microsoft Translator の使い方

① アプリをインストール

- iPhone → App Store
 - Android → Google Play
- で「Microsoft Translator(翻訳)」を検索してインストール

② 上端に表示されるアイコンの意味と使い方



③ 歯車(設定)

意味:アプリ全体の設定

使い方:

- 音声の読み上げ ON/OFF
- 翻訳結果の表示方法
- オフライン言語(対応している場合) などを調整します。

④ 「翻訳」(文字)

意味:現在のモードが 通常の翻訳モード であることを示します。(会話モードではありません)

⑤ 二本線アイコン

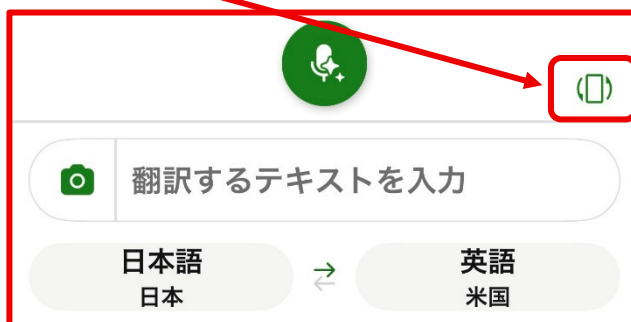
意味:対話型の翻訳

使い方:

A) これをタップすると画面が二つに区切られて「翻訳の準備完了」と表示される。

B) 下部に翻訳するテキストを入力すると翻訳される

C) 下部にあるこのアイコンをタップすると対面での使用状態に変更される



⑥ ノート(メモ帳)のようなアイコン

意味: 翻訳入力モード(テキスト翻訳画面)

タップすると表示される「翻訳の準備完了」は、キーボードで文字を入力して翻訳できますよ、という待機状態を示しています。

使い方:

- A) ノートアイコンをタップ
- B) 画面下に入力欄が出る
- C) 日本語を入力
- D) 自動で相手の言語に翻訳表示

文言の横にある緑色の再生アイコンを押せば、読み上げられる。

旅行中に便利です。

⑦ 三本線(履歴)

意味: 翻訳履歴の一覧

使い方:

- 過去に翻訳した文章を再表示
- もう一度音声再生
- コピーして再利用

⑧ 人型にプラス

意味: 会話参加者の追加(旧: 会話モード用)

現在の状態

- モバイルでは実質使用不可

Teams 利用の案内に繋がるだけ。通常利用では触らなくて大丈夫です。

⑨ カメラ翻訳

- 「翻訳するテキストを入力」欄の左の「カメラ」アイコンをタップする
- 英語の看板や文章に向けると日本語に変換される

D Google 翻訳をパソコンで使う

① ブラウザで使う

1. パソコンのブラウザ(Chrome / Edge / Safari など)を開く
2. 次の Google 翻訳のページにアクセス

<https://translate.google.com/?sl=en&tl=ja&op=translate>

3. 結果:

- 左側: 翻訳したい文章を入力(または貼り付け)
- 右側: 翻訳結果が自動表示

4. 言語は自動検出も可能です

② 文書ファイルを丸ごと翻訳(Word / PDF など)

1. Google 翻訳の画面上部で「ドキュメント」をクリック
2. 翻訳したいファイル(Word、PDF、PowerPoint など)を選択
3. 「翻訳」をクリック

レイアウトを保ったまま翻訳できることが多い

※ PDF は文字 PDF のみ対応(画像 PDF は不可)


③ Web ページ全体を翻訳(Chrome 使用時)

Google Chrome を使っている場合:

1. 翻訳したい外国語ページを開く
2. ページ上で 右クリック →「日本語に翻訳」
3. ページ全体が日本語表示になります

海外ニュース・観光サイト閲覧に便利

④ 音声入力(マイク使用)

1. テキスト入力欄の マイク  アイコン をクリック
2. マイク使用を許可
3. 話す → 自動で翻訳

※ パソコンにマイクが必要です(ノート PC なら内蔵マイクで OK)

E 演習

- ① Google 翻訳でマイクでテキスト入力して英語に変換する
- ② Google 翻訳で材料-2 をスキャンして日本語に変換する
- ③ Google 翻訳で材料-3 をスキャンして日本語に変換する
- ④ Microsoft Translator でマイクでテキスト入力して英語に変換する
- ⑤ Microsoft Translator で材料-1 をスキャンして英語に変換する
- ⑥ パソコン版 Google 翻訳で文書ファイル(本日のテキスト)を丸ごと翻訳する
- ⑦ パソコン版 Google 翻訳で <https://www.washingtonpost.com/>を開いて日本語にする

以上

材料-1 (天声人語)青春18きっぷの旅

2026年3月1日 5時00分

19歳の夏、寝袋を背負って親友と2人、上野駅から普通列車で北へ向かった。JRが国鉄だった41年前だ。青森駅で降り、青函連絡船で北海道へ渡った。同級生の多くは大学生になっていたけれど、私たちは焦らずにいこうねと言い合った。時間だけはたっぷりあった▼お世話になったのは、「青春18きっぷ」だ。普通・快速列車に乗り放題で、当時は1日券の5枚セットで1万円だった。前身は1982年のきょう、販売が始まった「青春18のびのびきっぷ」で、翌春から今の名称になった▼値段や利用条件は変わったが、44年も続いているのは驚きだ。この間に国鉄は分割民営化され、高速化と合理化が進んだ。それでも時間をかける楽しさと安さ、気の向くままに途中下車できる自由を選ぶ旅人はいる▼込山富秀著『「青春18きっぷ」ポスター紀行』は、毎年春、夏、冬の販売に合わせた歴代ポスターの写真集だ。ページを繰ると時代の空気が伝わってくる。風景も美しいが、添えられたキャッチコピーがいい▼「いつかは急がなければいけない日がくる」は90年夏。確かにあの時間は、大人になるまでの猶予だった。2013年春の「空気は、読むものじゃなく吸い込むものだった、と思い出しました」は、同調圧力で息苦しい日常を映し出す▼青春といっても、年齢制限はない。最近はシニア世代の利用者も多いという。春の陽気は旅心をそそる。いまでは自動改札も通れるきっぷを手に、また、時刻表とにらめっこしようか。

What high blood pressure does to your body

Hypertension can affect your mind, heart, eyes and more, often without causing any obvious symptoms at all.

Yesterday at 6:00 a.m. EST

(Illustrations by Emma Kumer and Daron Taylor/The Washington Post)

8 min

Summary168

By Kathleen Felton

Nearly half of adults in the United States have hypertension, or high blood pressure — but many of them, an estimated 11 million people, don't know it. The condition is a leading cause of preventable death, increasing the risk of heart disease, kidney disease and stroke. “When we think about preventable diseases, hypertension is one of the greatest because it affects so many organs,” said Tamar Polonsky, a cardiologist and director of preventative cardiology at the University of Chicago Medicine.

 **Get concise answers to your questions. Try Ask The Post AI.**

Luckily, with medication, “we can get almost the majority of people down to a very reasonable blood pressure,” said John Bisognano, a cardiologist at the University of Michigan Health Frankel Cardiovascular Center. The challenge is that hypertension is silent — there are often no symptoms until the condition has triggered other health problems — so regular blood pressure checks are essential. “There are so many people who have hypertension and don't know,” Polonsky said. Left unchecked, here's how blood pressure quietly damages the arteries — and eventually organs throughout the body.

Arteries

There are different types of arteries, the blood vessels that typically transport blood away from the heart, including large elastic arteries such as the aorta, medium-sized muscular arteries, and tiny arterioles and capillaries. If untreated, high blood pressure causes arteries throughout the body to thicken.

材料-3 点“冰”成金,冰雪文化释放发展“热能”(总书记的关切·落地的回响)

本报记者 陈世涵 季芳 郑智文

2026年03月01日 05:42 | 来源: [人民网-人民日报](#)

☆收藏 T 小字号

“要大力发展特色文化旅游。把发展冰雪经济作为新增长点,推动冰雪运动、冰雪文化、冰雪装备、冰雪旅游全产业链发展。”

——2023年9月,习近平总书记在黑龙江考察时指出

春归大地,暖意渐生,冰雪文化的热度依旧绵长。

看北方,冰情雪韵不落幕。黑龙江哈尔滨梦幻冰雪馆,恒温环境让冰雪之美永驻,冰雕长城气势恢宏,吸引游客频频驻足;

走南国,四季皆可赴冰约。广东深圳,世界规模最大、纬度最低的室内滑雪综合体内,灯光璀璨,一个个飒爽身姿驰骋跳跃,南粤风情融于冰雪运动,一时“圈粉”无数……

“一抔雪”如何变为“一捧金”?传统冰雪文化如何注入时代活力,承载起人们对美好生活的共同向往?

“要大力发展特色文化旅游。把发展冰雪经济作为新增长点,推动冰雪运动、冰雪文化、冰雪装备、冰雪旅游全产业链发展。”习近平总书记思谋长远,指引实践的方向。

近年来,冰雪经济热度不断攀升。预计2025—2026冬季,我国冰雪旅游休闲人数将达到3.6亿人次。“带动三亿人参与冰雪运动”的宏图已变成胜景。

“推动高质量发展,文化是重要支点”。发展冰雪经济,需要文化的培育。

厚植文化底蕴。走在哈尔滨街头,冰雪文化气息浓厚。从1963年首届冰灯游园会点亮夜空,到1985年中国第一个国际冰雪节诞生,再到2025年哈尔滨亚冬会成功举办……“冰雪文化和冰雪经济正在成为哈尔滨高质量发展的新动能和对外开放的新纽带。”

深耕本地文化。中国传统村落之一——吉林白山市抚松县锦江木屋村,严寒气候转化为发展热土,不少游客有着共同心声:“冰天雪地里,透着一股热乎劲!”

“冬天最热闹,各地游客来到东北雪村,滑雪圈、做靰鞡鞋。”随着小山村变身旅游村,村民卢永玲做起了导游,“冰雪是大自然送给咱的礼物。欢迎大家来我们村感受地道民俗。”

冰雪文化的生命力,更在于传统与现代的交相呼应,让不断更新的文化形态开出新花。

一面是传统冰雪文化在传承中焕新生——

吉林查干湖,马拉绞盘,大网出水,尾尾鲜鱼破冰而出……“大丰收!”忆及冬捕,渔把头邴海龙难掩兴奋,“旅游旺了,外出务工的人回来了,文化传承有劲头,美好生活也更有奔头!”近年来,当地把渔猎文化融入冰雪乐园,推出冬捕体验,让游客在“冰湖腾鱼”的壮观中切身感受冰雪魅力。

不只是冬捕,在全国多地,“冰嬉”“冰雪那达慕”等民俗活动也构筑起独特文化景观,擦亮产业发展的底色。

(本报记者方圆、吕绍刚参与采写)

《人民日报》(2026年03月01日 01版)

(责编:牛镛、岳弘彬)

分享让更多人看到 