



- 《お使いいただける「録音アプリ」の確認方法》
- （録音した音声を送る方法）

■ お使いいただける「スマートフォンの録音アプリ」は、このページで確認してください。

💡 「仲直りカウンセリング」に「録音した音声を送る」ために使える「録音アプリ」は、

- 「共有」を押すと
- 「DropBoxが出てくる」

「録音アプリ」です。

ただ、

「そもそも共有ってなに？」

こんなふうに馴染みのないかたもいらっしゃると思います。

ですので、

- 「このページを上から順番に」見ていくと、
- 「どんなふうに確認したらいいのかが」わかるようにしていますので、

「このページ」で「使える録音アプリ」を確認してください。

(※「録音した音声を送る方法」も一緒にご説明しています。)

(※少し長いですが「1つずつ」見ていけばわかりますので、順番に見ていってください。)

おすすめの録音アプリは「PCM録音」です



【PCM録音】(無料アプリ)

※画面を閉じてでも、停止ボタンを押さなければ、ずっと録音してくれるので使いやすいアプリです。

■ iPhone用アプリ

⇒ App Store「PCM録音」

■ iPhone以外のアプリ

⇒ Google Play「PCM録音」

※ このPDFをスマートフォンで見ているときは、
タップしても、リンクが開かないことがあります。
(ページに、戻ってタップしてください。)

(1) 「DropBox(ドロップボックス)」に無料で登録



まず最初に「[DropBox\(ドロップボックス\)](#)」に無料で登録してください。

(※スマートフォン画面の「登録する」ボタンをタップしてください。)

(2) 必要な情報を入力

 **Dropbox** ×

登録

または [アカウントにログイン](#)

☐ [Dropbox 利用規約](#)に同意します

■ タップすると、この画面が表示されますので、

↓この下の順番で登録をしてください。↓

- ① 名前を入力(姓)
- ② 名前を入力(名)
- ③ メールアドレスを入力
- ④ 好きなパスワードを入力
- ⑤ 「DropBoxの利用規約」(無料)にチェックを入れる
- ⑥ 「登録するボタン」をタップする

これで「仮登録」が完了します。

■ 次に「登録したメールアドレス」にDropBoxからメールが届きます。

- ⑦ 「届いたメールのURL」をタップする
- ⑧ DropBoxにログインする

これで「DropBox」の無料登録が完了します。

【※ご注意ください】

「携帯電話のメールアドレス」を入力すると、
「DropBox」から「確認メール」が届かないことがあります。

※「Docomo」「au」「softbank」などの
(●●●● @ ●●●●.ne.jp)
携帯電話のメールアドレスの場合。

「確認メールが届かない場合」は「DropBoxを使うことができません。」

※もし「DropBoxからの確認メールが届かない」場合は、
仲直りカウンセリングへメールでご連絡ください。
別途メールでご連絡さしあげます。

【※ご注意ください】

「携帯電話のメールアドレス」を入力すると、
「DropBox」から「確認メール」が届かないことがあります。

※「Docomo」「au」「softbank」などの
（ ●●● @ ●●●.ne.jp ）
携帯電話のメールアドレスの場合。

「確認メールが届かない場合」は「DropBoxを使うことができません。」

※もし「DropBoxからの確認メールが届かない」場合は、
仲直りカウンセリングへメールでご連絡ください。
別途メールでご連絡さしあげます。



Dropbox の高度な機能を無料でお試しください

個人用

Recommended

Dropbox Plus

- ✓ 2 TB (2,000 GB) の暗号化されたクラウドストレージ
- ✓ ハードドライブの容量を自動的に解放
- ✓ リンクできるデバイス数が無制限
- ✓ 30 日間 日間のアクシデント、盗難、災害復旧

30 日 日間無料トライアル

ビジネス用

Dropbox Business

- ✓ 5 TB (5,000 GB) 以上の暗号化されたクラウドストレージ
- ✓ 中心となるワークスペースでチームのコンテンツを整理できます
- ✓ 簡単に使えるセキュリティ機能を有効にする
- ✓ 180 日間 日間のアクシデント、盗難、災害復旧

30 日 日間無料トライアル



または Dropbox Basic プラン (2 GB) を継続

この画面が表示されたら、
「一番下にある」

「DropBox Basicプラン(2GB)を継続」

をタップしてください。
(※無料のプランです)

(4) 「スマホアプリのDropBox」をインストール



Dropbox - バックアップ、同期、共有

ドキュメントと写真用のクラウド…



4.4 ★★★★★
2.26万件の評価

#17
仕事効率化

4+
年齢

新機能

バージョン212.2.2 2週間前

デジタルライフをシンプルにし、アカウントやファイルを1か所にすっきり整理できる新しい機能をDropbox Plusプランに追加：

[バージョン履歴](#) [さらに表示](#)

登録



Dropbox Plus - 月間

容量2TB (2,000GB)

[無料トライアル](#) [詳細を表示](#)

次に「スマホアプリのDropBox」をインストールしてください。



【DropBox(ドロップボックス)】(無料アプリ)

■ iPhone用アプリ

⇒ App Store「DropBox(ドロップボックス)」

■ iPhone以外のアプリ

⇒ Google Play「DropBox(ドロップボックス)」

※ このPDFをスマートフォンで見ているときは、
タップしても、リンクが開かないことがあります。

(ページに、戻ってタップしてください。)

(5) 「DropBoxアプリ」を開く

どこからでもファイル
にアクセス



 Googleで登録

登録

アカウントをお持ちの場合はログイン

「DropBox」をスマホにインストールできたら、

「DropBoxアプリ」を開いてください。

アプリを開くとこの画面が表示されるので、

「アカウントをお持ちの場合はログイン」

をタップしてください。

(6) 「ログイン」する

Dropbox	
 Googleでログイン	
メールアドレスとパスワード	
メールアドレス	メール アドレス
パスワード	パスワード
ログイン	
ログインできない場合	

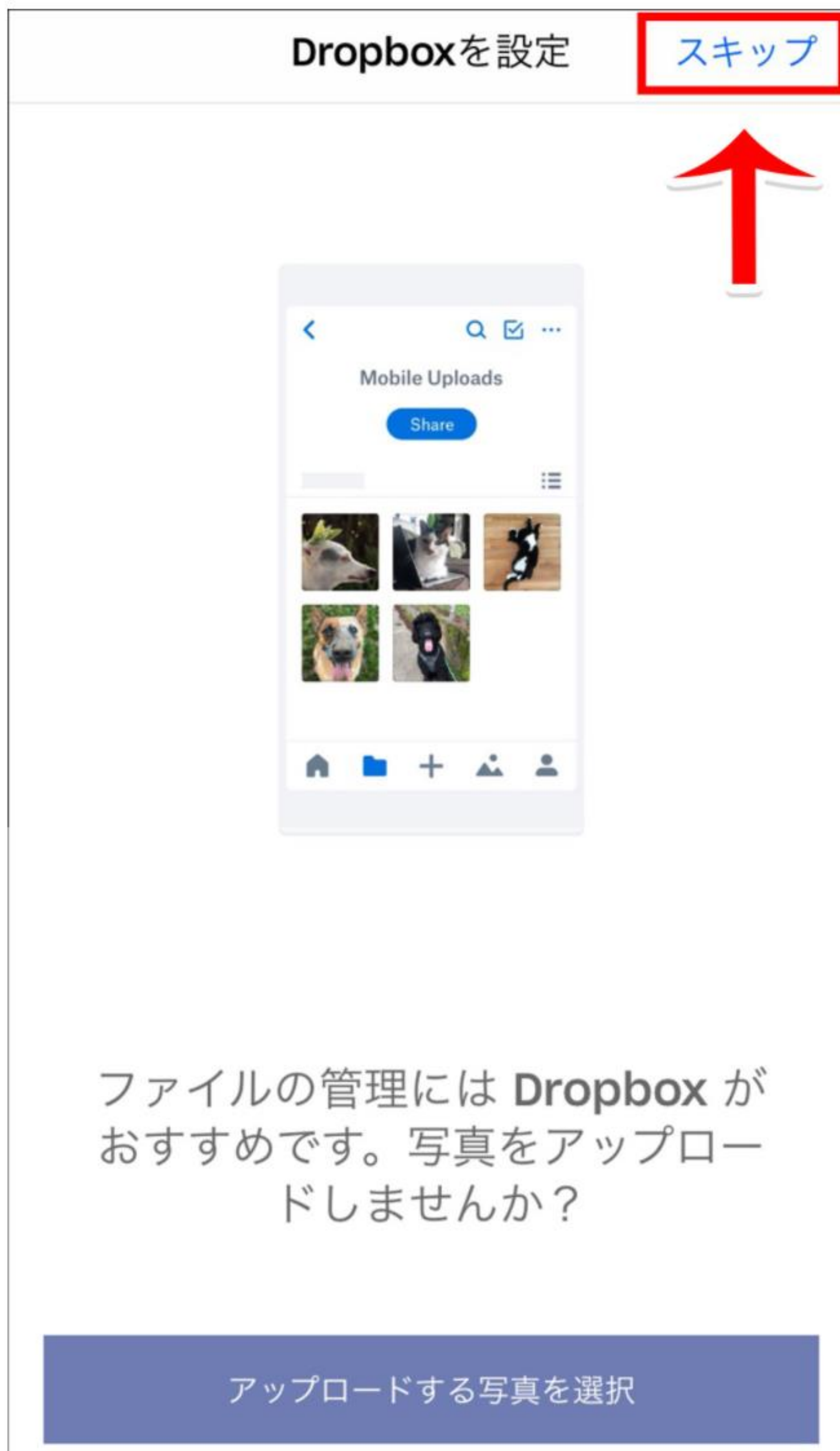
次にこの画面が表示されたら、
「先ほど登録した内容」で、
ログインしてください。

(6) 「ログイン」する

Dropbox	
 Googleでログイン	
メールアドレスとパスワード	
メールアドレス	メール アドレス
パスワード	パスワード
ログイン	
ログインできない場合	

次にこの画面が表示されたら、
「先ほど登録した内容」で、
ログインしてください。

(8) 「スキップ」をタップ



次にこの画面が表示されたら

「スキップ」

をタップしてください。

(9) また「スキップ」をタップ

◀ 戻る Dropbox をインストール… **スキップ**



いつでもファイルにアクセス

パソコンにDropboxをインストールしてファイルを追加すると、スマートフォンで見ることができます。

パソコンをリンクする

次にこの画面が表示されたら、
また「スキップ」をタップしてください。

(10) 「許可しない」をタップ

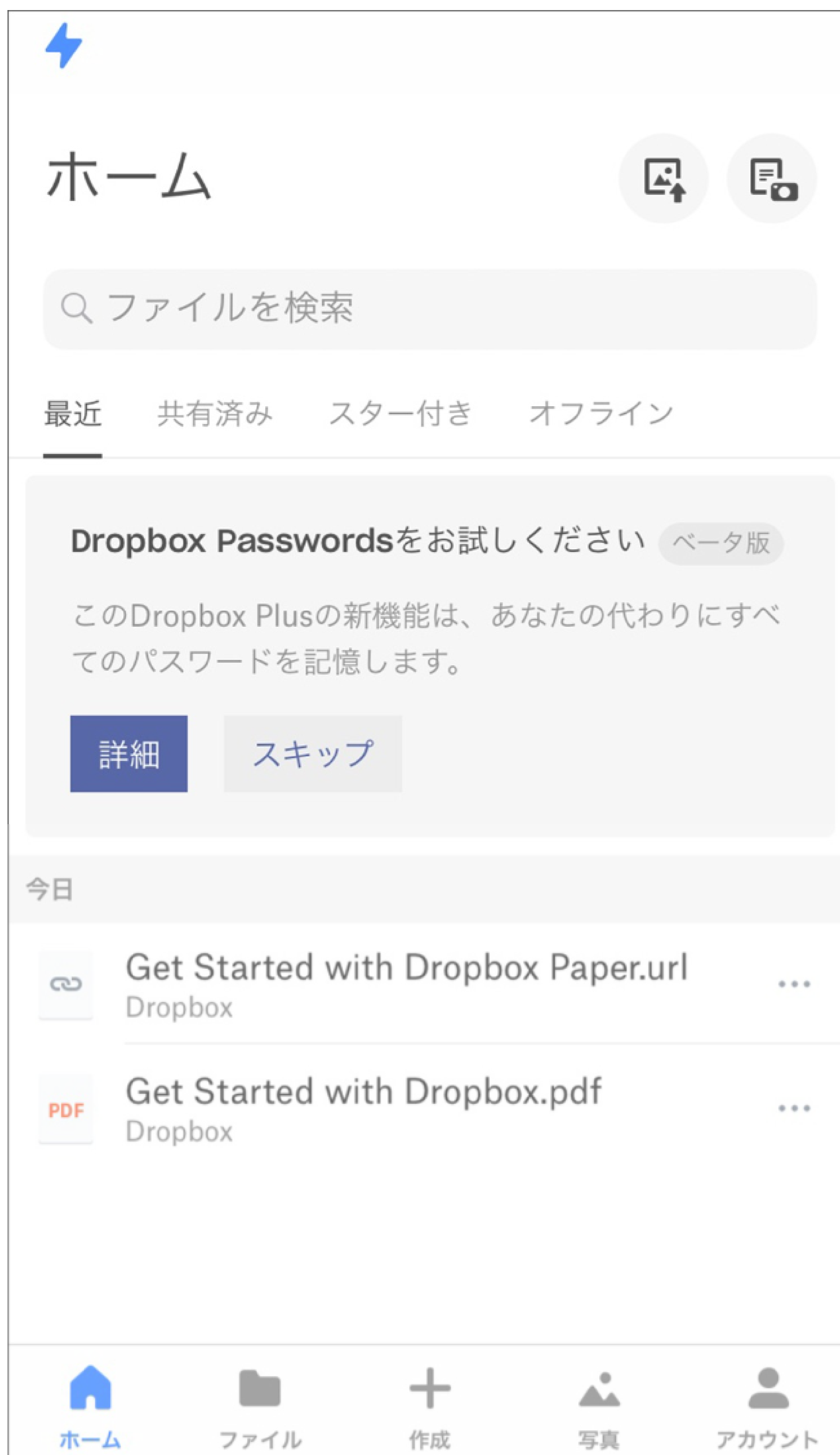


次にこの画面が表示されたら

「許可しない」

をタップしてください。

(1 1) 「DropBoxの準備が完了」



次にこの画面が表示されたら、
DropBoxの準備が完了です。

(12) 「録音するスマホアプリ」を選ぶ



PCM録音 - ボイスレコーダー

高音質ボイスレコーダー

開く



4.6 ★★★★★

3.9万件の評価

#15

ビジネス

4+

年齢

新機能

[バージョン履歴](#)

バージョン5.1.10

2か月前

- ・一括削除機能を追加しました
- ・軽微なバグを修正しました

「DropBoxの準備が完了」したら、
次に「録音するスマホアプリ」を選びます。

おすすめの無料アプリは「PCM録音」です。

ずっとアプリの画面を表示していなくても、
一度「録音ボタン」を押せば、
画面を閉じても「録音ストップボタン」を押すまでは、
「ずっと録音し続けてくれる」便利な録音アプリです。

無料で使えるのと、
「DropBoxから音声を送れる」ので、
できるだけこの「PCM録音」の
アプリを使うようにしてください。

(※無料のアプリです)



【PCM録音】（無料アプリ）

※画面を閉じて、停止ボタンを押さなければ、ずっと録音してくれるので使いやすいアプリです。

■ iPhone用アプリ

⇒ App Store「PCM録音」



※ このPDFをスマートフォンで見ているときは、
タップしても、リンクが開かないことがあります。

（ページに、戻ってタップしてください。）

■ iPhone以外のアプリ

⇒ Google Play「PCM録音」



■ その他の「iPhone用録音アプリ」（※DropBox使用可能）

⇒ App Store「ボイスメモ」



⇒ App Store「ボイスレコーダー – 高音質ボイスメモ & 録音」



⇒ App Store「高音質録音 – ボイスレコーダー&ボイスメモ」



⇒ App Store「ボイスレコーダー Pro – 録音アプリ」



■ その他の「iPhone以外の録音アプリ」（※DropBox使用可能）

⇒ Google Play「①ボイスレコーダー」



⇒ Google Play「簡単ボイスレコーダー」



⇒ Google Play「②ボイスレコーダー」



⇒ Google Play「③ボイスレコーダー」



※このPDFをスマートフォンで見ているときは、
タップしても、リンクが開かないことがあります。
（ページに、戻ってタップしてください。）

(13) 「PCM録音」アプリ



「PCM録音アプリ」を開くと、
こんな画面が表示されます。

「録音を始めるには」
「録音ボタン」をタップしてください。

「録音ボタン」をタップすると
あとは自動で録音が始まります。

(14) 「録音を開始」



「録音ボタン」をタップすると、
録音が始まります。

(※一旦、録音が始まると、画面を閉じて、ずっと録音され続けます。)

「録音を止めるには」
左の「停止ボタン」を押してください。

(15) 「録音した音声を確認」



すると、

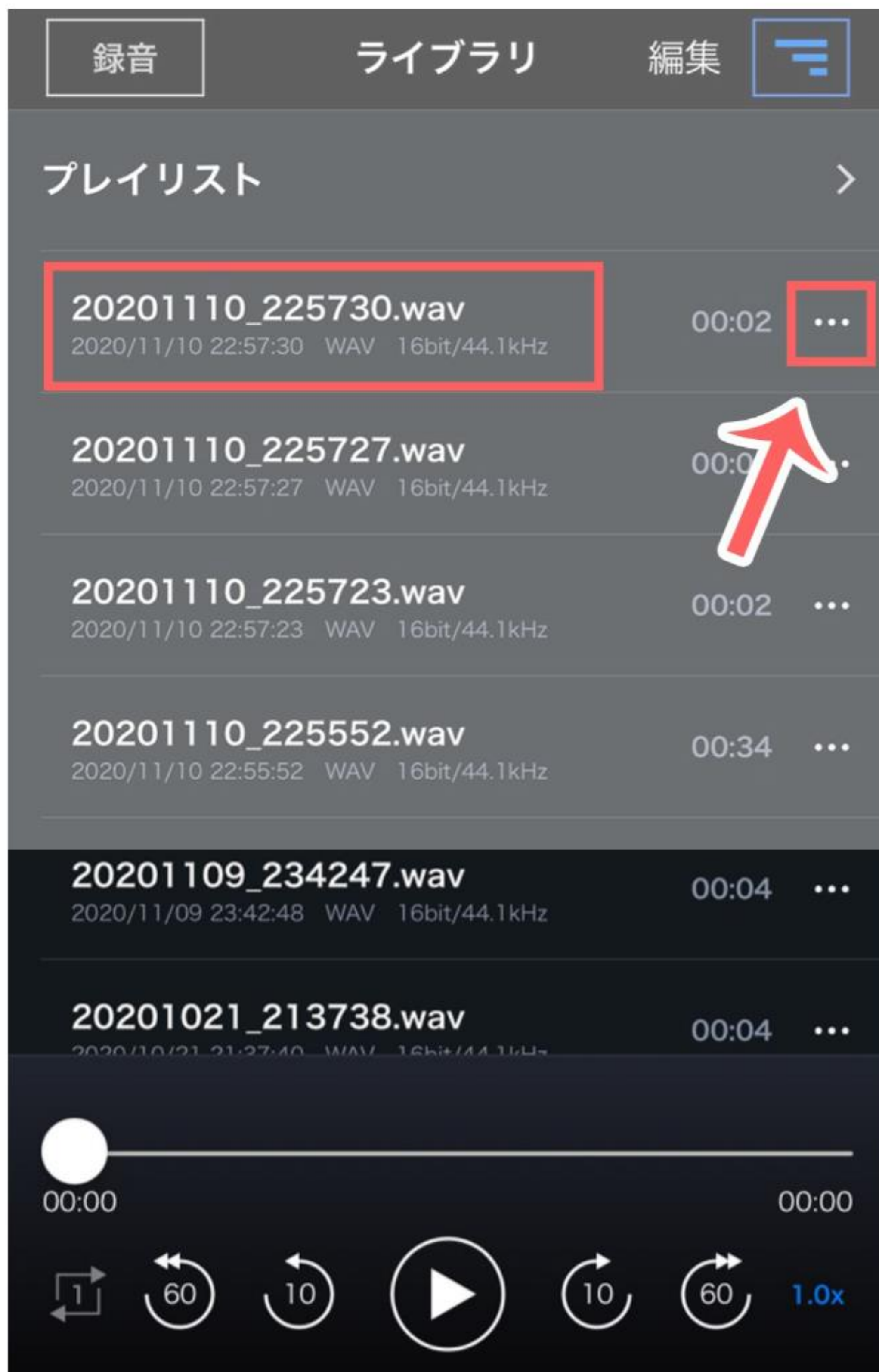
「録音が自動で保存」されて

最初の画面に戻ります。

次に「録音したデータ」を

「再生ボタン」をタップして確認します。

(16) 「録音された音声が表示されます」



すると、

「新しく録音した音声」が
上から順番に表示されます。

(※一番うえが、一番あたらしく録音したものです)

(※「日付」と「録音した時間」がファイル名になります)

(※日付：20201110)

(※時間：225730/22時57分30秒)

「録音した音声を仲直りカウンセリングへ送るとき」は

「送りたい音声」の右側にある、

「・・・」

をタップしてください。

(17) 「共有」をタップ



そうすると、
こんな画面が表示されますから、
「共有」
を選んでタップしてください。

(※スマートフォンの機種によって画面の表示は変わります)

(18) 「DropBoxに保存」をタップ



「共有」をタップすると、
次にこんな画面が表示されます。

(※スマートフォンの機種によって画面の表示は変わります)

こんな画面が表示されたら、
「DropBoxアプリ」をインストールしていれば、
どこかに「DropBoxに保存」
のようなアイコンが表示されますから、
「DropBoxに保存」
のようなアイコンをタップしてください。

(19) 「フォルダを選択してください」をタップ



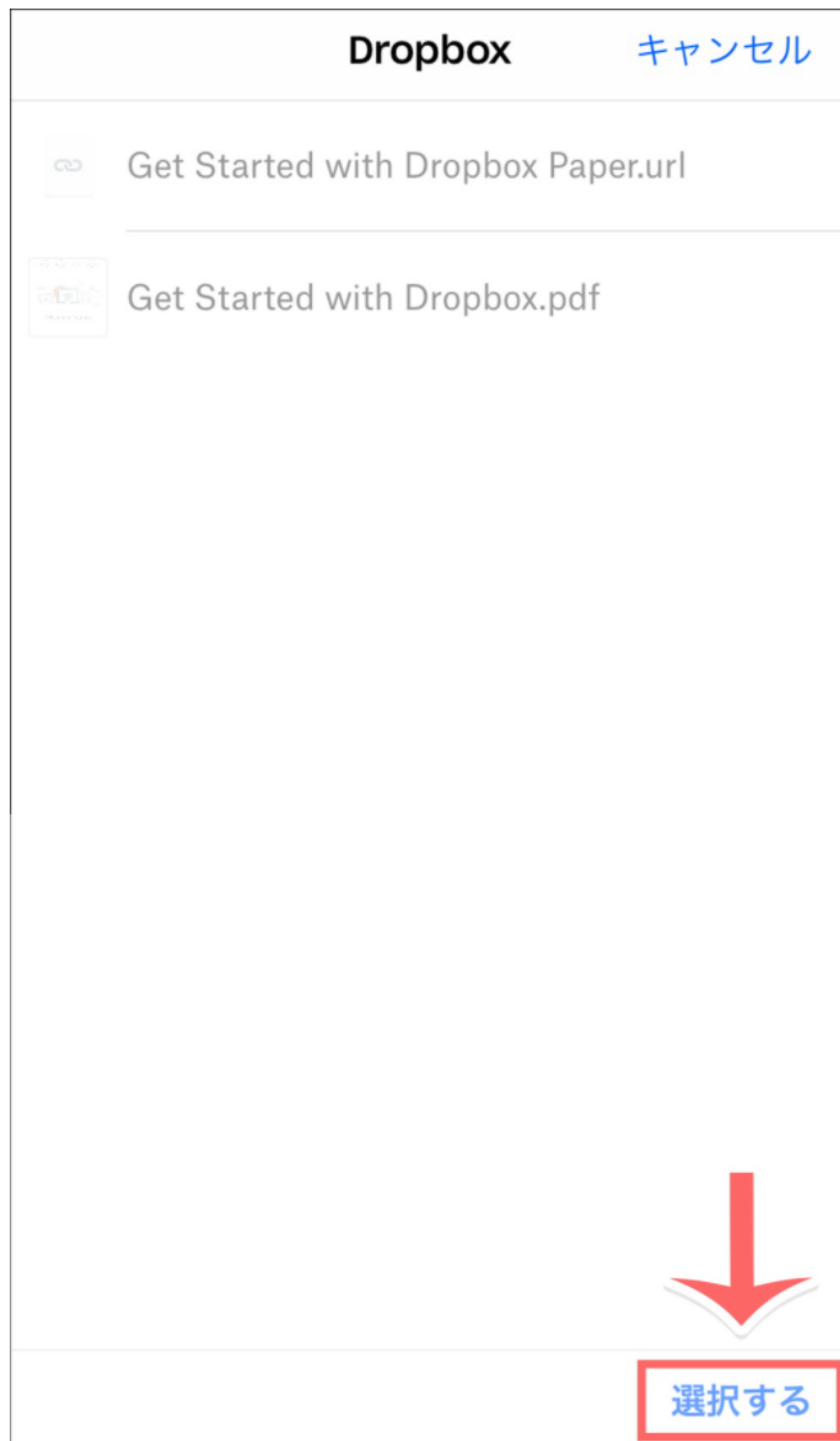
すると、

こんな画面が表示されますから、

「フォルダを選択してください」

をタップしてください。

(20) 「選択する」をタップ



次にこんな画面が表示されますから、

「**選択する**」

を**タップ**してください。

(※どこかを選ばなくても、そのまま「**選択する**」をタップして大丈夫です)

(21) 「保存」をタップ



次にこの画面が表示されたら、

「保存」

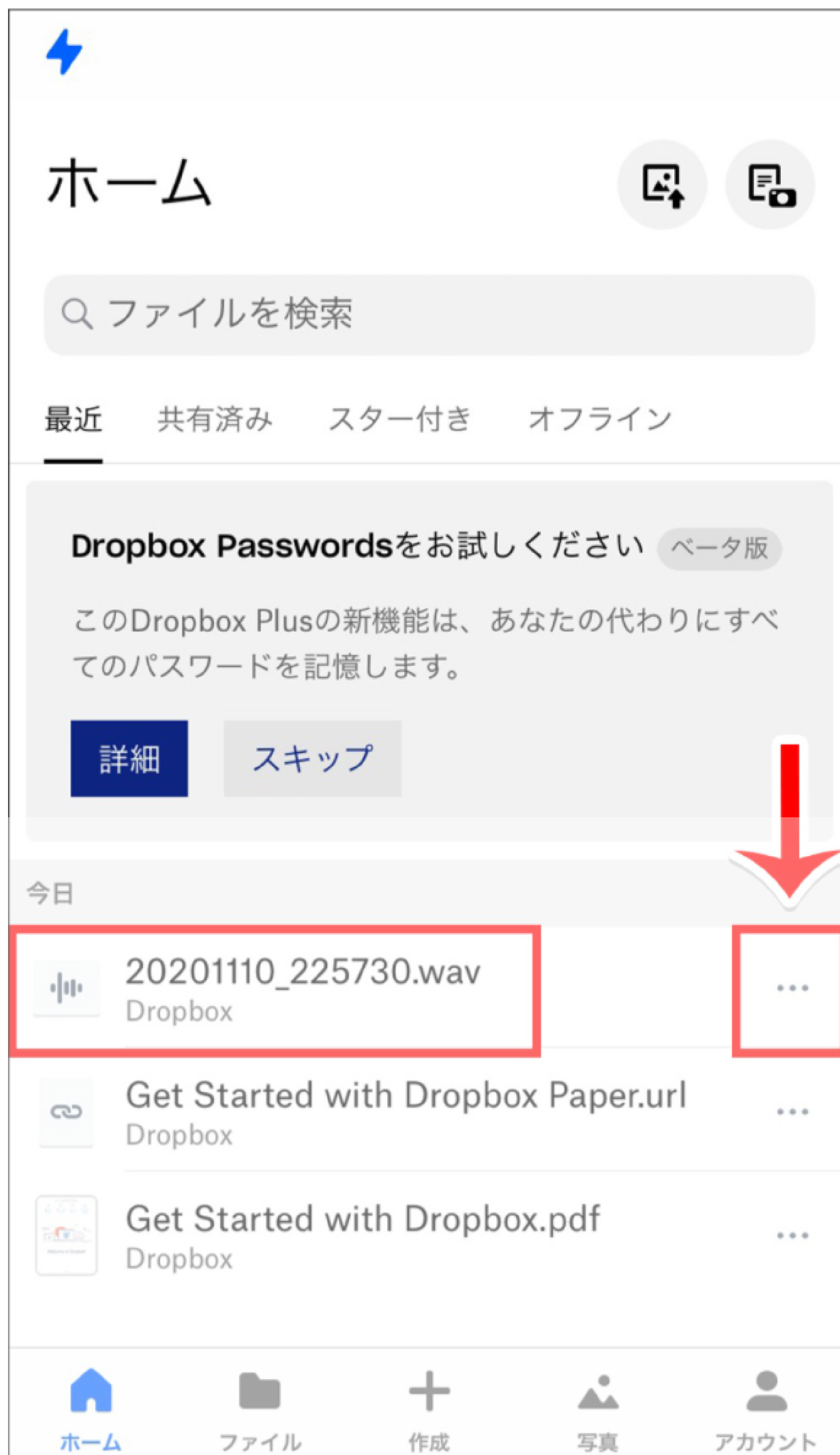
をタップしてください。

(22) 「録音した音声を送る準備」が完了



次にこの画面が表示されたら、
「録音した音声を送る準備」
が完了です。

(23) 「・・・」をタップ



次にこの画面が表示されると、
「先ほど録音した音声」のファイルが
表示されます。

ファイルの右にある、
「・・・」
を、またタップしてください。

(※最初から入っている下の2つのファイルは、いらないので削除してしまっても大丈夫です。)

(24) 「リンクをコピー」をタップ



すると、

こんな画面が表示されます。

(※スマートフォンの機種によって画面の表示は変わります)

この中から

「リンクをコピー」

をタップしてください。

(25) 「コピー完了」



すると、

こんな画面が表示されます。

(※スマートフォンの機種によって画面の表示は変わります)

こんな画面が表示されたら、

「録音した音声ファイルのコピー」が完了です。

スマートフォンの中に保存されました。

(※厳密には「音声ファイルの場所がコピー」されています。)

「仲直りカウンセリング」に「録音した音声」を送るには、

このままメールで送っていただいてもいいですし、

操作がよくわからないかたは、

一旦「キャンセル」を押して、この画面を閉じてしまってください。

(26) 「メール」をする



「画面を一旦閉じたかた」は、
スマートフォンで「メール」を開いてください。

- ① 受信メールに「仲直りカウンセリング」からのメールがあると思いますので、
「受信したメール」を開いて「返信」を押してください。
(受信したメールを、そのまま返信してみてください)
(※スマートフォンの機種によって操作が異なります。)
- ② 「仲直りカウンセリングからのメール」に「返信」すると、
「メールの宛先」に「仲直りカウンセリングのメールアドレス」。
が自動で入ります。
- ③ その状態で
「本文(メール文を入力するところ)」を。
「2～3秒：長押し」してください。
- ④ 「ペースト(貼付)」
というのが出てくるといいますから、。
タップしてください。

(27) 「メールに貼り付けて送信」

キャンセル 「録音した音声を送ります…」 送信

宛先: 「仲直り専門カウンセリング」、 (+)

Cc/Bcc, 差出人: info@counseling.nakanaori.net

件名: 「録音した音声を送ります」 山田

https://www.dropbox.com/s/69vuzug77r9bwsu/20201110_225730.wav?dl=0

山田 太郎

↑

☆123 @#/&_ ABC DEF ⌫

ABC GHI JKL MNO 空白

あいう PQRS TUV WXYZ

🌐 🎤 a/A ' " () . , ? ! 改行

すると、URLが貼り付けられますから、

メールに、

- 件名：「録音した音声を送ります」 + 「お名前」
- 本文：「お名前」を本文に入力してください

この内容を入力して

「仲直りカウンセリング」へメールで送ってください。

これで「録音した音声」の送信が完了です。

(※「仲直りカウンセリング」でメール受信の確認後「受信した旨のメール」をお送りします。)