

ご家族への説明シート

わが家のスマホ代を、一緒に確認する

書き込んで、ご家族に見せながらお使いいただけます。
ご家庭の通信費を、家族みんなで把握するためのシートです。

1 はじめに、2つの数字をご覧ください

大手4キャリアの平均月額

8,551円

MMD研究所「2025年9月 通信サービスの料金と容量に関する実態調査」（スマホ利用者36,421人）

見直した方の事例（1回線）

9,226 → 2,178円

年間84,576円の削減。実際に乗り換えを実行し、確定した金額です。ご契約状況により結果は異なります。

スマホ代は、契約した時期のプランがそのまま続いていることがあります。**今の使い方に合っているかは、使っている量とプランを並べれば確かめられます。**まずはご家庭の数字を書き出すところから始めましょう。

2 わが家の使い方を、回線ごとに書き出す

スマホ代は1回線ずつ中身が違います。回線ごとに並べると、ご家庭全体の通信費がひと目で分かります。分かる範囲で構いませんので、使っている方ごとに書いてみてください。

	回線1	回線2	回線3	回線4
使っている方 夫・妻・子など				
契約している会社 ドコモ／au／ソフトバンク／楽天／その他				
毎月の料金 明細やアプリで確認できます				
毎月使うデータ量 スマホの設定画面で確認できます				
端末代の分割払い 残っていれば「あり」				

世帯の合計（毎月）		気になっていること	
-----------	--	-----------	--

※ 分からない欄は空欄のままで大丈夫です。そのままお持ちいただければ、無料相談で一緒に確認します。

3 ご家族からよくいただく5つの質問

見直しの話をすると、次の5つをよく聞かれます。事実にもとづいてお答えします。

Q. 今のままで困っていないけれど、見直す意味はある？

- A. 困っていないことと、払いすぎていないことは別の話です。同じ使い方のまま、月々の支払いだけが下がる場合があります。まずは無料相談（15分）で見直す余地があるかどうかだけ確認してください。「今のままで問題なさそう」という結論なら、費用は一切かからずに終われます。

Q. 格安SIMでも、これまでどおりつながる？

- A. 格安SIMは大手キャリアの回線を借りて提供しています。ただし混雑する時間帯に速度が落ちる会社もあるため、お住まいの地域と使い方と合うかどうかを確認したうえで比較します。条件に合わなければ、大手のまま安いプランに変える案もあります。

Q. 手続きは、自分たちでもできる？

- A. 必要な手順と準備物を事前に整理してお渡しします。ご自身で進めるのが不安な場合は、隣で手順をご案内する同席サポート（希望者のみ・別料金）もあります。操作はご本人に行っていただくため、IDやパスワードをお預かりすることはありません。

Q. 電話番号やLINE、写真はそのまま使える？

- A. 電話番号は今のまま、変わりません。他社に乗り換えても同じ番号を使い続けられる仕組みがあります。LINEのトーク履歴や写真も、事前にバックアップを取っておけば引き継げます。

Q. 特定の会社を勧められたりしない？

- A. らくらくデジタルナビは、どの通信会社からも紹介料や販売手数料を受け取っていません。だから診断が有料です。特定の会社に誘導する理由がないので、「今の契約を続けるのが一番いい」という結論もお伝えします。



吉田 敦 株式会社らくらくデジタルナビ 代表取締役

この仕事に25年。ショップの店頭から店長・エリアマネージャーまでを15年、社員教育の責任者を6年、自治体でのデジタル支援を4年。店頭で取り扱えるのは自社商品だけで、ご相談は販売とセットになります。だからこそこのキャリアからも紹介料を受け取らない立場で会社をつくりました。これまでの経験を、ご家庭の通信費の見直しに役立てます。

通信業界25年

キャリアショップ店長・エリアマネージャー

自治体スマホ講座講師

4 ご家族で確認すること

決めるのは「乗り換えるかどうか」ではありません。まずは「一度確認してみるかどうか」だけで大丈夫です。

- ☐ 今のスマホ代を、回線ごとに把握している
- ☐ 使っていないオプションがないか、確認したい
- ☐ 電話番号はそのまま、LINEや写真も引き継げると理解した
- ☐ まずは無料相談で、見直す余地があるかだけ確認する
- ☐ 「今のままでよさそう」なら、そこで終わってよいと理解した

まずは無料相談から

無料相談（15分）は費用ゼロです。ここで「今のままで問題なさそう」となれば、それで終わりです。
有料の診断に進むかどうかは、相談の内容を確認してからお決めいただけます。

5 この後の進め方

- ① **無料相談（15分・オンライン）＝0円**
このシートを見ながら、見直す余地があるかを確認します。「今のままでよさそう」という結論も、もちろんあります。
- ② **内容を確認して、家族で判断**
診断に進むかどうかは、相談のあとで決められます。その場での申し込みは不要です。
- ③ **本診断（9,900円）**
大手キャリアから格安SIMまで横断して比較し、削減できる金額と注意点をレポートにまとめます。オンライン（全国）または対面（大和市近隣・最寄りのカフェなど）で承ります。
- ④ **実行するかどうかを、ご家庭で決める**
手続きはご本人が行います。不安な方には同席サポート（希望者のみ・別料金）もあります。

お申し込み：rakuraku-digital-navi.com / info@rakuraku-digital-navi.com / ※本診断は創業記念価格9,900円（税込・1世帯／目安4回線まで）。2026年10月31日お申し込み分まで、11月1日から16,500円（税込）。