USER GUIDE



つづり日記

使い方ガイド

カレンダーから始める、ブログ風のおしゃれな日記帳。
写真・音声入力・生体認証・パソコンとの同期に対応。

Android版　Ver.1.4.0　／　creator7

はじめに

「つづり日記」は、スマートフォンで毎日の出来事を気軽に書き残せる日記アプリです。書いた日記はスマートフォンの中に保存され、パソコン版「つづり日記」と**暗号化通信で同期**して、パソコンでも読み書きできます（インターネット上のサーバーには送られません）。このガイドでは、実際の画面イメージを使って操作のしかたを順番に説明します。

このアプリでできること

- **カレンダーで管理**
  記事のある日に印。左右スワイプで月送り
- **ブログ風に書ける**
  タイトル・本文・天気・時刻・写真
- **音声入力**
  話すだけで本文に入力。「改行」「まる」も
- **カテゴリー分類**
  色分けして整理。いつでも追加・変更
- **3通りの検索**
  キーワード・カテゴリー・期間
- **6つのスタイル**
  桜・和紙・夜空など好みの見た目に
- **パスワード＋生体認証**
  指紋・顔でサッとロック解除
- **パソコンと同期**
  PC版と暗号化通信で双方向に同期
- **他のアプリと連携**
  テキスト・CSV・Markdownで書き出し／取り込み
- **バックアップ**
  写真ごとZIPで保存。PC版とも共通

目次

1 画面の見かた（ホーム画面） 3
2 日記を書く 4
3 音声で入力する 5
4 日記を読む・直す・消す・共有する 6
5 日記を探す（検索） 7
6 カテゴリーを整理する 8
7 見た目を変える（スタイル） 9
8 パスワードと生体認証 10
9 パソコンと同期する（はじめの設定） 11
10 パソコンと同期する（毎日の使い方） 12
11 テキストで書き出す・取り込む・共有する 13
12 バックアップと機種変更 14
13 困ったときは／お問い合わせ 15

動作環境

対応OS	Android 8.0 以上
インターネット	不要（音声入力は端末の音声認識サービスを利用するため、通信する場合があります）
パソコンとの同期	パソコン版「つづり日記」（Windows）と同じネットワーク（自宅Wi-Fi・公共Wi-Fi・スマホのテザリング）につながっていること
生体認証	指紋センサーまたは顔認証を搭載し、端末に登録済みの機種

※ このガイドの画面はイメージです。機種や設定により実際の表示とは異なる場合があります。

1 画面の見かた（ホーム画面）

アプリを開くと最初に表示される画面です。上にカレンダー、下に選んだ日の日記が並びます。



1. **検索**：キーワード・カテゴリー・期間で日記を探します（→ 7ページ）
2. **設定**：スタイル、パスワード、カテゴリー管理、バックアップなど
3. **月送り**：「＜」「＞」で前後の月へ。カレンダーを**左右にスワイプ**しても切り替わります
4. **今日**：今日の日付にすぐ戻ります
5. **カレンダー**：日付をタップするとその日の日記を表示。●印は**日記がある日**、塗りつぶしの丸は選択中の日、枠の丸は今日です
6. **表示の切り替え**：「選んだ日」だけか「その月の記事すべて」かを切り替えます
7. **日記カード**：時刻・天気・カテゴリー・タイトル・本文の冒頭と写真が表示されます。タップで全文を開きます
8. **新しい記事を作成**：選んでいる日付で日記を書き始めます（→ 4ページ）
9. **PCと同期**：パソコンとペアリングすると表示されます。押すとすぐに同期します（→ 12ページ）

> 💡 **ヒント**
> 1日に何件でも書けます。朝と夜で分けて書くのもおすすめです。

> 🔑 **パスワードを設定している場合**
> 起動時にロック画面が表示されます。解除のしかたは10ページをご覧ください。



1か月分をまとめて見る

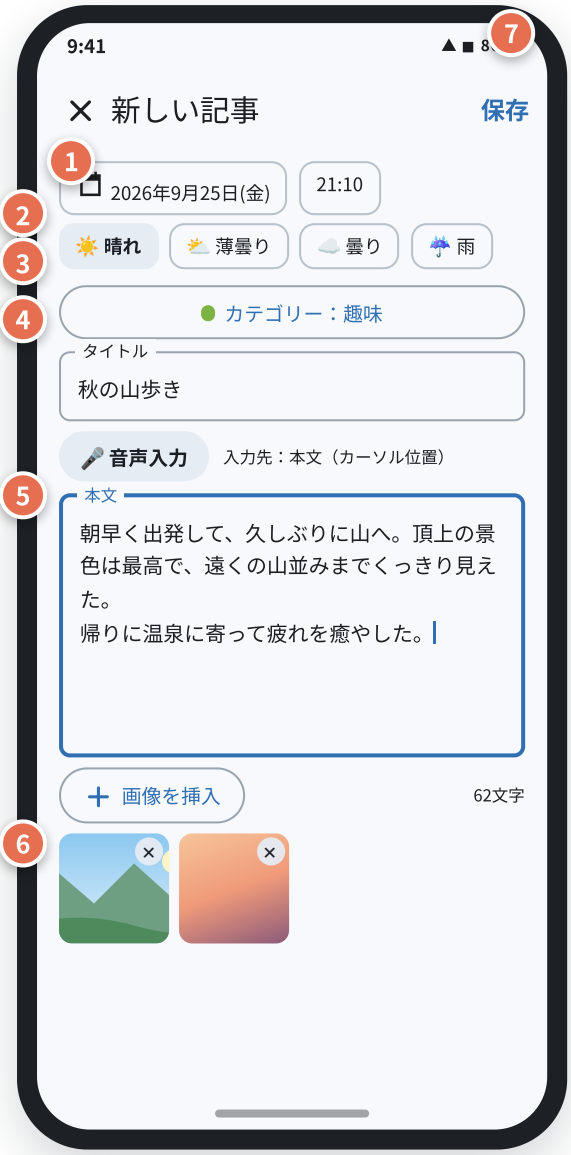
「9月の記事すべて」をタップすると、その月の日記が**日付の古い順**に並びます。カードには日付も表示されます。カレンダーの日付をタップすると、元の「1日分」の表示に戻ります。

基本の操作

操作	できること
日付をタップ	その日の日記を表示
カレンダーを左右にスワイプ	前の月／次の月へ移動
日記カードをタップ	記事の全文を表示
Androidの「戻る」操作	1つ前の画面へ戻る

2 日記を書く

日記は「タイトル」「本文」に加えて、天気・カテゴリー・写真を付けられます。



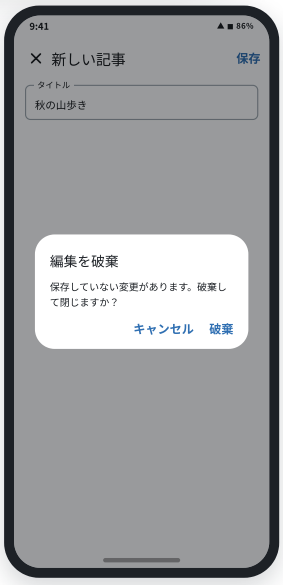
書きかた

1. ホーム画面のカレンダーで**日付をタップ**し、右下の ＋ 新しい記事を作成 を押します。
2. **日付・時刻**：チップをタップすると変更できます（後から別の日に移すことも可能）。
3. **天気**：晴れ・薄曇り・曇り・雨・雪から選びます。もう一度押すと解除されます。
4. **カテゴリー**：ボタンを押して一覧から選びます（→ 8ページ）。
5. **タイトル・本文**を入力します。キーボードの代わりに**音声入力**も使えます（→ 5ページ）。
6. ＋ 画像を挿入 で写真を追加します。一度に10枚まで選べ、何回でも追加できます。サムネイルの × で外せます。
7. 右上の 保存 を押すと完成です。記事の表示画面に切り替わります。

> 💡 **ヒント**
> 写真は保存時に自動で縮小（長辺1920px）されるので、容量を気にせず貼れます。元の写真は変更されません。

> 📝 **覚えておくと便利**
> ・タイトルが空のときは「無題」として保存されます。
> ・左上の × や戻る操作で閉じようとすると、保存していない変更がある場合は「破棄しますか？」と確認が出ます。





日付・時刻を変える

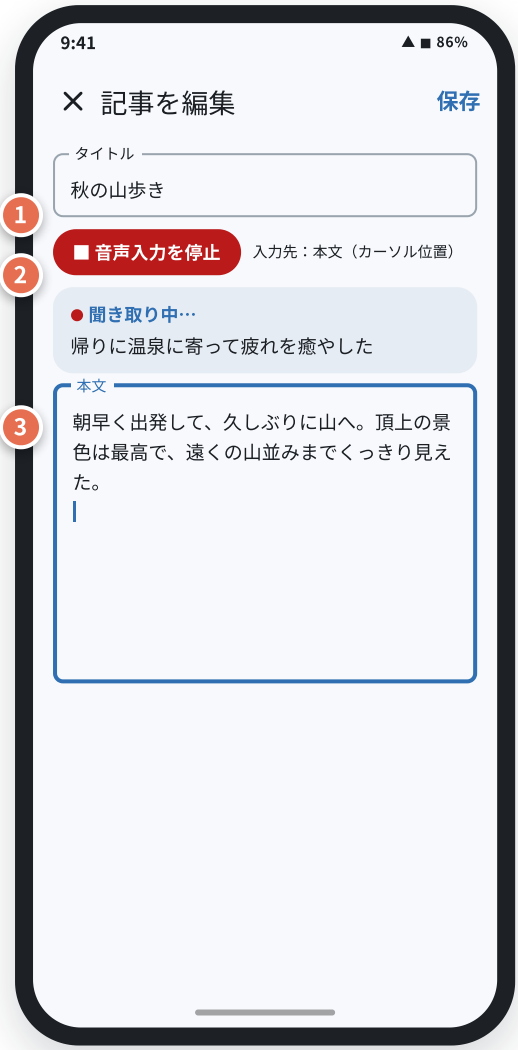
日付のチップを押すとカレンダーが開きます。日付を選んで OK 。時刻のチップでは「時」「分」を数字で入力します（24時間表示）。書き忘れた日の日記も、あとから正しい日付で残せます。

書くのをやめるとき

左上の × を押します。変更がある場合は右のような確認が出ます。破棄 で閉じると、その回に追加した写真も取り消されます。

3 音声で入力する

話した言葉がそのまま文字になります。長い日記もラクに書けます。



使いかた

1. 文字を入れたい欄（**タイトル**か**本文**）を一度タップします。本文では、カーソルのある位置に入ります。
2. 🎤 音声入力 を押します。ボタンが赤い ■ 音声入力を停止 に変わり、聞き取りが始まります。
3. スマートフォンに向かって話します。話している途中の文字は「聞き取り中…」の枠に表示され、**話し終えると自動で入力**されます。
4. 続けて話すと、次々に追加されます。終わったら赤いボタンを押して停止します。

記号を入れる音声コマンド

話す言葉	入力されるもの	話す言葉	入力されるもの
「改行」	改行	「びっくり」	！
「まる」「句点」	。	「はてな」	？
「てん」「読点」	、	例：「楽しかった まる 改行」	



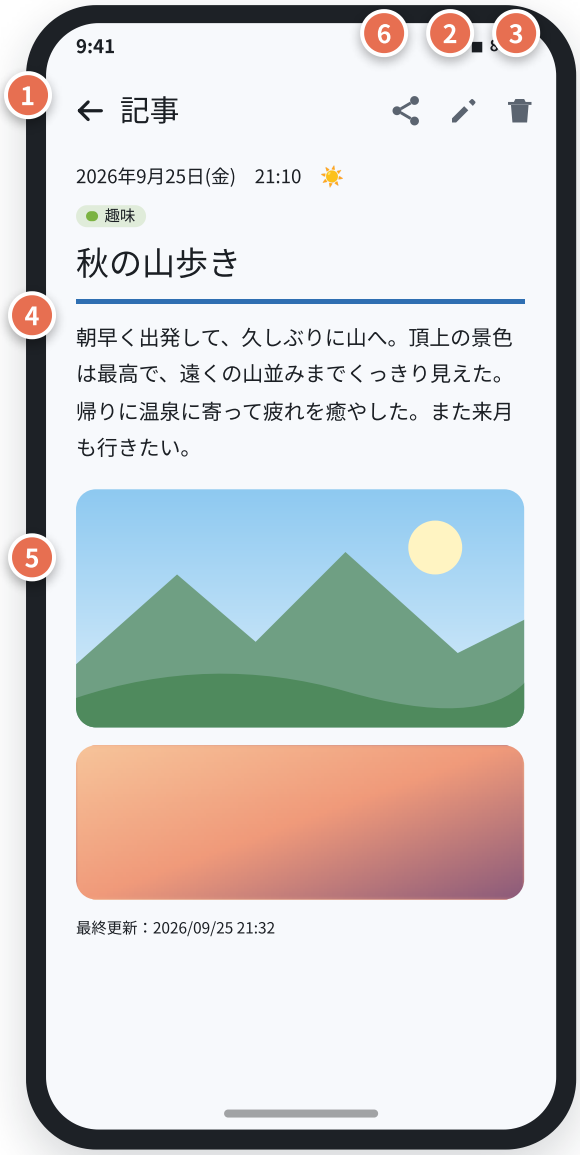
はじめて使うとき

マイクの使用許可を求める画面が出ます。**「アプリの使用時のみ」**を選んでください。「許可しない」を選んだ場合は、Androidの 設定 → アプリ → つづり日記 → 権限 → マイク から後で許可できます。

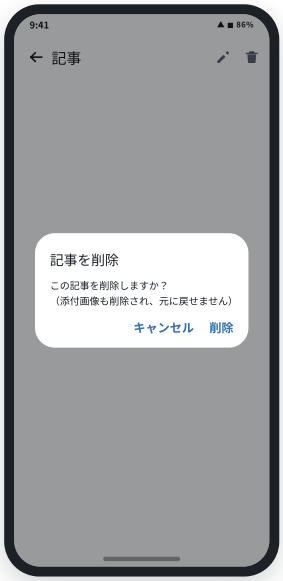
> ⚠ **ご注意**
>
> ・音声は端末の音声認識サービス（通常はGoogle）で文字に変換されるため、通信が発生する場合があります。端末設定で**日本語のオフライン音声認識**をダウンロードしておくと、通信なしでも使える場合があります。
> ・機種によっては、聞き取りを再開するたびに「ポン」と通知音が鳴ります。
> ・周りが騒がしいと認識しにくくなります。はっきり、少しゆっくり話すのがコツです。

4 日記を読む・直す・消す・共有する

ホーム画面や検索結果で日記カードをタップすると、記事の全文が表示されます。

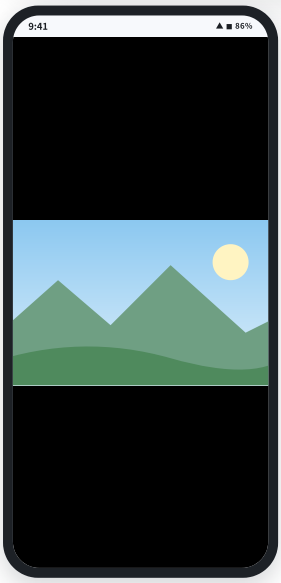


1. **戻る**：前の画面に戻ります
2. **編集**：書きかけの画面と同じ編集画面が開き、内容・日付・写真などを直せます。`保存`で反映されます
3. **削除**：確認の後、記事を削除します
4. **本文**：長押しすると文字を選択してコピーできます
5. **写真**：タップすると画面いっぱいに拡大表示。もう一度タップで閉じます
6. **共有**：記事をテキストにして、メール・メモなど他のアプリへ送ります（→ 13ページ）



> **⚠ 削除は元に戻せません**
> 削除すると、その記事に付けた写真もいっしょに消えます。大切な日記は、定期的にバックアップ（→ 14ページ）しておきましょう。

> **💡 1か月分をまとめて読む**
> ホーム画面で「○月の記事すべて」を選ぶと、その月の日記が日付順に並びます。



写真を大きく見る

記事の中の写真をタップすると、黒い背景で画面いっぱいに表示されます。画面のどこかをタップするか「戻る」操作で、記事に戻ります。

文字をコピーする

本文を長押しすると文字が選択され、メニューから`コピー`できます。メールやSNSに貼り付けたいときに便利です（本文はここでは直接書き換えられません。直すときは ✎ 編集から）。

> **💡 書き忘れに気づいたら**
> ✎ 編集で**日付**を変えると、記事ごと別の日に移動できます。

5 日記を探す（検索）

ホーム画面右上の 🔍 から検索画面を開きます。3つの条件は組み合わせて使えます。



1. **キーワード検索**：タイトルと本文から探します。**スペースで区切る**と「すべての言葉を含む」日記に絞り込めます（例：「温泉 山」）
2. **カテゴリー検索**：「すべて」「カテゴリーなし」または各カテゴリーを選びます
3. **日付指定検索**：開始日・終了日を指定します。片方だけでもOKです
4. `検索` を押すと結果が表示されます。キーボードの検索キーでも実行できます
5. **検索結果**：新しい日付順に並びます。タップで記事を開きます

検索の例

探したいもの	条件の入れかた
去年の旅行の日記	カテゴリー「家族」＋期間 2025/1/1〜2025/12/31
「誕生日」と書いた日	キーワード「誕生日」
分類し忘れた日記	カテゴリー「カテゴリーなし」
今月の仕事メモ	カテゴリー「仕事」＋開始日に今月1日

> 💡 **ヒント**
> `条件をクリア` で、すべての条件を一度に消せます。

6 カテゴリーを整理する

日記を「日常」「趣味」などに分けておくと、あとで探しやすくなります。最初から **日常・趣味・仕事・家族** の4つが用意されています。



開きかた： ホーム右上の ⚙ 設定 → カテゴリーの管理

1. **編集（✎）・削除（🗑）**：名前や色を変えたり、カテゴリーを削除したりします
2. **追加（＋）**：新しいカテゴリーを作ります

追加・変更のしかた

1. 右下の ＋ （変更は ✎）を押します。
2. **名前**を入力します（20文字まで）。
3. 8色の中から**色**をタップして選びます。カレンダーや記事カードの色分けに使われます。
4. 保存 を押します。

> 📝 **削除したときは？**
> カテゴリーを削除しても**日記は消えません**。そのカテゴリーの日記は「カテゴリーなし」になります。

> ⚠
> 同じ名前のカテゴリーは作れません。



▲ カテゴリー追加の画面。名前を入れて色を選び、保存します。

> 💡 **使いかたのアイデア**
> 「旅行」「子どもの成長」「読書記録」「健康メモ」など、続けたいテーマごとに作ると、あとで1年分をまとめて振り返れます。

7 見た目を変える（スタイル）

アプリ全体の色やフォントを、6種類のスタイルから選べます。選んだスタイルは、HTMLで書き出すとき（→ 11ページ）のデザインにも使われます。

変えかた： ⚙ 設定 → デザイン（スタイル）→ 好きなスタイルをタップ　選んだ瞬間に切り替わります。



スタンダード
すっきりとした青基調



桜
やわらかな桜色



若葉
さわやかな緑



和紙
明朝体で落ち着いた和風



オーシャン
深い海の青緑



夜空
目にやさしいダークテーマ

> 💡 **おすすめ**
> 寝る前に日記を書く方は、画面がまぶしくない**「夜空」**がおすすめです。**「和紙」**は明朝体になり、手帳のような落ち着いた雰囲気になります。

8 パスワードと生体認証

日記を他の人に見られないよう、アプリを開くときに鍵をかけられます。指紋や顔認証でサッと開くこともできます。



① パスワードを設定する

1. ⚙ 設定 → パスワードを設定 を開きます。
2. 数字**4〜8桁**の新しいパスワードを、確認用とあわせて2回入力し、設定 を押します。

② 生体認証をオンにする

1. **「生体認証（指紋・顔）で解除」**のスイッチをオンにします。
2. 確認のため指紋（または顔）の認証が1回表示されます。成功すれば設定完了です。

> 📝 **スイッチが押せないときは**
>
> ・先にパスワードを設定してください（生体認証が使えないときの予備になります）。
>
> ・端末の設定で指紋や顔を登録していない場合は、先に Androidの設定 → セキュリティ で登録してください。

③ パスワードを変更・解除する

変更・解除には**現在のパスワード**が必要です。解除すると生体認証も同時にオフになります。



起動するとき（ロック画面）

生体認証がオンなら、起動と同時に認証画面が出ます。指を当てる／顔を向けるだけで開きます。パスワードを使う を押すと数字キーでの入力に切り替わり、👆 指紋・顔で解除 で認証画面を再表示できます。

> 🔒 **自動で鍵がかかるタイミング**
>
> アプリを閉じたりホームに戻ったりしてから**60秒以上**たつと、再びロックされます。パスワードを**5回続けて間違える**と、30秒間入力できなくなります。

> ⚠ **パスワードを忘れると日記を開けません**
>
> パスワードを元に戻す方法はありません。忘れないよう控えておき、バックアップやPCとの同期で日記を守ってください。

9 パソコンと同期する（はじめの設定）

パソコン版「つづり日記」とペアリングすると、どちらで書いた・直した・消した日記も、もう一方に反映されます。設定は最初に一度だけです。

💻 パソコン（PC版）
同期サーバーを開始し、ペアリングコードと確認コードを表示

🔒 暗号化通信（TLS）
⇄
同じネットワーク内

📱 スマートフォン（Android版）
PCを探し、確認コードを見比べてからペアリングコードを入力



▲ PC版の同期画面（実際の画面）

パソコン側の準備

1. パソコン版を起動し、ツールバーの「🔄 スマホと同期」を押します。
2. 「▶ 同期サーバーを開始」(A)を押します。初回は Windows のファイアウォール確認が出るので、**使うネットワークにチェックを入れて許可**します。
3. 画面に**ペアリングコード（6桁）**(B)と**確認コード**(C)が表示されます。この画面を開いたままにします。

💡
「このアプリの起動時に自動で開始」をオンにすると、次回から手順2が不要になります。



スマートフォン側の設定

1. 「⚙ 設定 → PCと同期」を開き、「🔍 同じネットワーク内のPCを探す」を押します。
2. 見つかったPC（例：MY-PC）をタップします。見つからないときは、PC画面の**IPアドレス**と**ポート**を直接入力します。
3. 「🔒 PCに接続して確認コードを表示」を押します。
4. 表示された**確認コード**が、PC画面の確認コード (C) と**同じ**か見比べます。
5. PC画面の**6桁のペアリングコード** (B) を入力します。
6. 「確認コードが一致したので接続する」を押すと、すぐに最初の同期が始まります。

⚠ 確認コードが違うときは接続しないでください
同じネットワーク上の別の機器がPCになりすましている可能性があります。いったん中止し、PCのIPアドレスを確かめてからやり直してください。

📝
ペアリングコードは使うたびに新しいものに変わります。もう一度ペアリングするときは、PC画面の最新のコードを入力してください。

10 パソコンと同期する（毎日の使い方）

ペアリングが終われば、あとはボタンひとつ、またはアプリを開くだけで同期されます。



1. **接続先**：ペアリングしたPCの名前とアドレス。🔒は暗号化通信の印です
2. **今すぐ同期**：その場で同期します。ホーム画面右上の ⟳ ボタンでも同じです
3. **自動で同期**：オンにすると、アプリを開いたとき（ロック解除後）に自動で同期します
4. **ペアリングを解除**：このPCとの同期をやめます（スマホ・PCどちらの日記も消えません）

同期されるもの・されないもの

✅ 同期される	➖ 端末ごとの設定（同期されない）
記事（新規・編集・削除） 写真 カテゴリー（追加・名前・色・削除）	パスワード・生体認証 スタイル（見た目） 自動同期のオン／オフ

📝 同じ記事を両方で直したら？

後から保存した方の内容が残ります。削除も同期されるので、PCで消した日記はスマホからも消えます。

外出先・公共Wi-Fiで同期するには

🔒 公共Wi-Fiでも安全

通信はすべて暗号化（TLS）され、スマホはペアリング時に確認したPCとだけ通信します。日記の内容を他人にのぞかれることはありません。

📶 つながらないときはテザリング

お店などのWi-Fiは端末どうしの通信を禁止していることがあります。その場合は、スマホの**テザリング（アクセスポイント）**にPCをつなげば同期できます。

同期できないときは

表示・状態	確認すること
「PCに接続できませんでした」	PCで同期サーバーが開始されているか／同じネットワークにつながっているか／Windowsファイアウォールで許可したか
「ペアリングが解除されています」	PC側で端末が解除されました。もう一度ペアリングしてください（11ページ）
「暗号化証明書が一致しません」	別の機器になりすましている可能性があるため通信を止めました。PCを入れ替えた・再インストールした場合は、ペアリングをやり直してください
ホーム画面に ⟳ が出ない	まだペアリングしていません。 ⚙ 設定 → PCと同期 から設定します

11 テキストで書き出す・取り込む・共有する

日記は、ほかのアプリで使える形式で書き出したり、ほかのアプリのデータを取り込んだりできます。

⚙ 設定 → 書き出し・取り込み から行います。



書き出せる形式

形式	使いみち（取り込めるアプリの例）
テキスト .txt	メモ帳・メール・他の日記アプリへ貼り付け。どの機器でも読めます
CSV .csv	Excel・Googleスプレッドシート・Notion のデータベースなど。1行＝1記事（日付・時刻・タイトル・本文・カテゴリー・天気）
Markdown .md	Obsidian・Notion・Joplin・Evernote などのノートアプリ。見出し付きで読みやすい形
HTML .html	ブラウザで読む・印刷する（写真入り。14ページ）

取り込み

1. テキスト・CSV・Markdown から取り込む を押し、ファイルを選びます（複数可）。
2. 形式は自動で判別され、日記に追加されます。**同じ内容の記事はスキップ**されるので、二重登録の心配はありません。

> 📝 **取り込めるファイル**
> ・PC版／Android版で書き出したテキスト・CSV・Markdown
> ・他のアプリのCSV（1行目に「日付」「タイトル」「本文」などの列名。英語の date・title・body も可。Excelで保存した日本語CSVも自動判別）
> ・ふつうのメモ（1ファイル＝1件。1行目がタイトル）
> ※写真は取り込まれません（写真ごと移すときはバックアップを使います）



記事を他のアプリへ共有する

記事の画面の右上 **共有ボタン** を押すと、記事がテキストになって、メール・メモ・メッセージなどに送れます。

他のアプリから日記に取り込む

ブラウザやメモなど他のアプリで **「共有」→「つづり日記に追加」** を選ぶと：

- **文章** → 新しい記事の下書きとして開きます（そのまま編集して保存）
- **ファイル**（.txt／.csv／.md）→ そのまま日記に取り込みます

12 HTML書き出し・バックアップ・機種変更

写真も含めて日記を丸ごと保存するのがバックアップです。PC版と同じ形式なので、パソコンでも復元できます。

メニュー	できること	こんなときに
HTMLで書き出す	選択中のスタイルで、ブログのような1枚のWebページに。写真も入ります	パソコンのブラウザで読み返す／印刷する／家族に見せる
テキスト・CSV・Markdown	文字だけのファイルに（13ページ）	ほかのアプリで使う・長く残す
バックアップ（ZIP）	記事・カテゴリー・写真を**まるごと**1つのファイルに保存	機種変更、万一の故障・紛失への備え
バックアップから復元	ZIPファイルから、すべてのデータを元に戻す（PC版のバックアップも可）	新しい端末へ引っ越す

保存のしかた

1. メニューをタップすると、Androidの保存画面が開きます。
2. 保存先（「ダウンロード」や Googleドライブなど）を選び、必要ならファイル名を変えて 保存 を押します。
3. 「○件の記事を…しました」と表示されれば完了です。

> 💡 **おすすめ**
> バックアップの保存先に **Googleドライブ** を選ぶと、スマートフォンをなくしても日記を守れます。月に1回を目安にどうぞ。



▲ HTMLで書き出した日記をパソコンで開いた例

機種変更のときの手順

STEP 1　古い端末
「バックアップ（ZIP）」でGoogleドライブなどに保存

▶

STEP 2　新しい端末
つづり日記をインストールして開く

▶

STEP 3　新しい端末
「バックアップから復元」でSTEP1のZIPを選び、 復元

> ⚠ **復元するときのご注意**
> 復元すると、**その端末にある日記はすべて消えて**バックアップの内容に置き換わります。PCと同期している場合は、PCの日記にも反映されます。パスワード・スタイル・同期の設定は引き継がれないため、新しい端末で設定し直してください。

> 💡 **PCと同期していれば、機種変更はもっとかんたん**
> 新しいスマホにつづり日記を入れて**PCとペアリングするだけ**で、写真も含めてすべての日記がPCから届きます（11ページ）。

13 困ったときは／お問い合わせ

よくある質問

Q. 日記はどこに保存されていますか？

A. スマートフォンの中（アプリ専用の領域）に保存されます。PCと同期している場合はPCにも同じ日記があります。インターネット上のサーバーには送られません。

Q. PCが見つかりません／同期できません。

A. PCで同期サーバーが開始されているか、同じネットワーク（Wi-Fi・テザリング）につながっているか、Windowsのファイアウォールで許可したかを確認してください。見つからない場合はIPアドレスを直接入力できます（12ページ）。

Q. 確認コードがPCと違います。

A. 接続しないでください。入力したIPアドレスが正しいPCのものか確認し、やり直してください（11ページ）。

Q. 音声入力のボタンを押しても反応しません。

A. マイクの使用が許可されているか確認してください（ `設定 → アプリ → つづり日記 → 権限` ）。また、Googleアプリ（音声入力）が無効になっていると使えません。

Q. 他のアプリのCSVが取り込めません。

A. 1行目に列名（「日付」「タイトル」「本文」など、英語の date・title・body も可）が必要です。日付の列が無い行は取り込まれません（13ページ）。

Q. 生体認証のスイッチがオンにできません。

A. パスワードが設定済みか、端末に指紋・顔が登録済みかを確認してください（10ページ）。

Q. 写真を貼った日記を消したら、写真も消えますか？

A. アプリ内に取り込んだコピーが消えるだけで、スマートフォンのギャラリーにある元の写真は消えません。

Q. パスワードを忘れてしまいました。

A. 安全のため、パスワードを復旧する方法はありません。アプリのデータを消去すると再び使えるようになりますが、日記もすべて消えます。バックアップがあれば、復元で元に戻せます。

Q. 機種変更で日記を引き継ぐには？

A. PCと同期していれば、新しいスマホでペアリングするだけで届きます。同期していない場合はバックアップ（ZIP）から復元します（14ページ）。

お問い合わせ

creator7

メール：creator7.jp@gmail.com

Webサイト：creator7.jp

不具合のご連絡の際は、お使いの機種名・Androidのバージョン・アプリのバージョン（ `設定` 画面の一番下に表示）と、どの操作で起きたかをお知らせください。

