

# スマホの電磁波対策

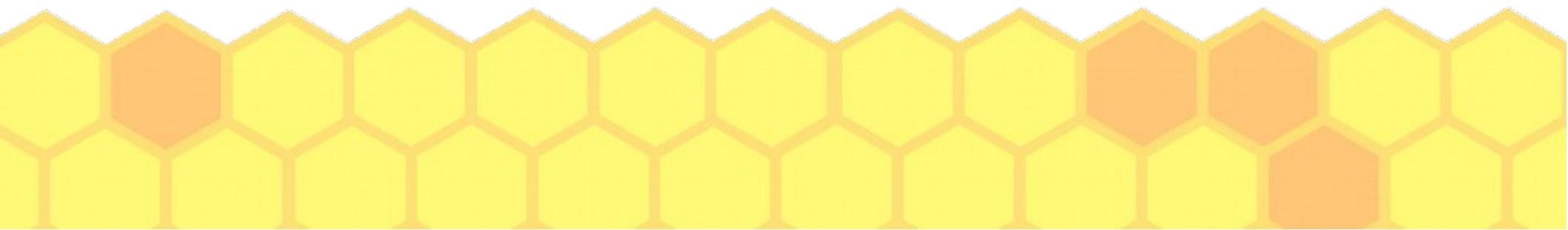
2024.07.07 ると著

現代通信機器(5G等)の危険性を認知してる方へ  
初步的な高周波の対策、設定方法を5つ取り上げました  
QRコードを読み取ると、手順の詳細ページを確認できます

この資料はご自由にお使いください

# 常に心がける設定項目5つ

- ・5G通信のオフ
- ・Bluetoothのオフ
- ・位置情報のオフ
- ・プライバシー管理
  - ⇒マイク使用を通話アプリや、録音撮影アプリのみ（例）
  - ⇒カメラ使用をカメラとQRコード読み取アソブリのみ（例）
- ・寝るときは機内モード or 電源をオフ！



# :5G通信のオフ

- ・iPhone



<https://youtube.com/watch?v=bi0MUYdJENE>

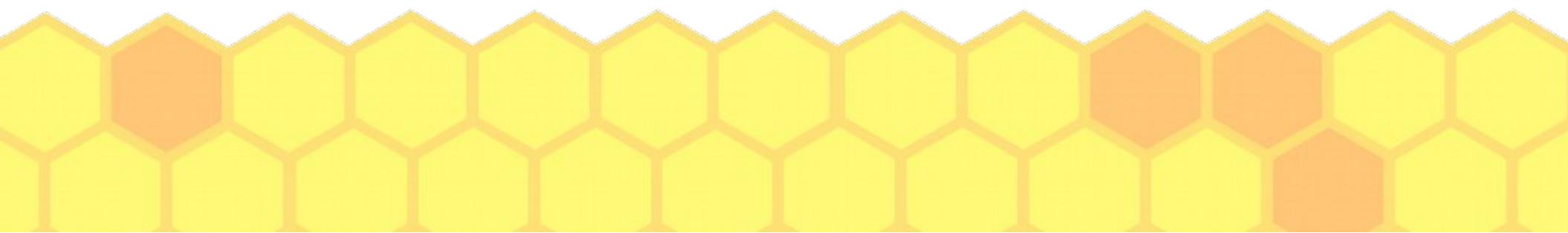
設定 ⇒ モバイルデータ通信 ⇒ 通話のオプション ⇒ 4Gのみに切り替え & 省データモードに

- ・android



<https://youtube.com/watch?v=e9yKVF9Lumk>

設定 ⇒ インターネット ⇒ モバイルネットワーク  
⇒ 優先接続を4Gのみ



## 2:Bluetoothのオフ

- ・iPhone



<https://appllio.com/ios-wi-fi-bluetooth-off-settings-iphone-ipad>

設定 ⇒ Bluetooth ⇒ オフに

必ず設定アプリからBluetoothをオフにする！

AirDropを使い終わったらBluetoothをオフに！

- ・android



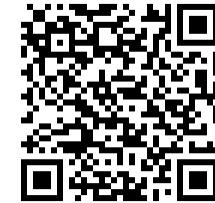
<https://areizshop.com/archives/1855>

設定 ⇒ Bluetooth ⇒ オフ

使わないなら常にオフにしておく。

詳細ページで勝手にオンにならないよう要確認！

# 3:位置情報のオフ(iPhone)



<https://timelessberry.com/column/linux/iphone1.html#gps>

設定 ⇒ プライバシーとセキュリティ ⇒ 位置情報サービス ⇒ 各アプリ毎に位置情報を「使用しない」を推奨  
(必要なのはmapくらいではないか?)

⇒さらに最下部にある**システムサービス**より、位置情報に関する全ての項目をオフに推奨。

特に「**利用頻度の高い場所**」の項目から行動履歴は筒抜けである。  
できれば「探す」もオフにすると、電磁波対策としてかなり効果的。

・各項目設定後、大元の位置情報サービスをオフに  
※mapで現在地確認する時のみ、位置情報をオン。  
それ以外はオフにする等の使い分けて、電磁波が激減する!

# 3:位置情報のオフ(android)

<https://www.tenorshare.jp/change-gps/turn-off-android-location.html>



設定 → 位置情報 → アプリの権限

一覧で「GoogleMap」を使用中のみ許可

それ以外のアプリは位置情報を許可しない、で問題ないはず。特にGoogle関連アプリはオフに

→位置情報のロケーション履歴、位置情報の精度、地震アラーム、緊急位置情報、スキャン→wifiとBluetoothの連動など、本人の預かり知らぬところで色々オフになっているのが問題

各項目設定後、大元の位置情報サービスをオフ

※mapで現在地確認する時のみ、位置情報をオン。

それ以外はオフにする等の使い分けて電磁波が激減する!

## 4:カメラとマイク・その他プライバシー管理

iPhone:「設定」⇒「プライバシーとセキュリティ」

android:「設定」⇒「アプリ」⇒「アプリの権限」

- ・カメラ⇒各アプリ毎にカメラを「使用しない」  
必要なのはカメラアプリとQRコード読み取り等  
インスタなどは撮った写真をアップするだけなので、オフにできる
- ・マイク⇒通話アプリやビデオ撮影、録音のみマイクの使用を許可。それ以外はオフにできる。FBなどは情報漏れの温床

※メーカー側の個人情報監視のために、初期状態（オン）のままだと電力と通信電波を無駄に消耗します。できるだけオフに

# 5:機内モードを活用する

特に就寝時、機内モードにすると主な通信機能と高周波がオフになります。睡眠障害で悩まされる方、あまり疲れが取れない方は、深夜の機内モードを徹底されるといいと思います。

- ・iPhone



[https://www.ipodwave.com/iphone/howto/airplain\\_mode.html](https://www.ipodwave.com/iphone/howto/airplain_mode.html)

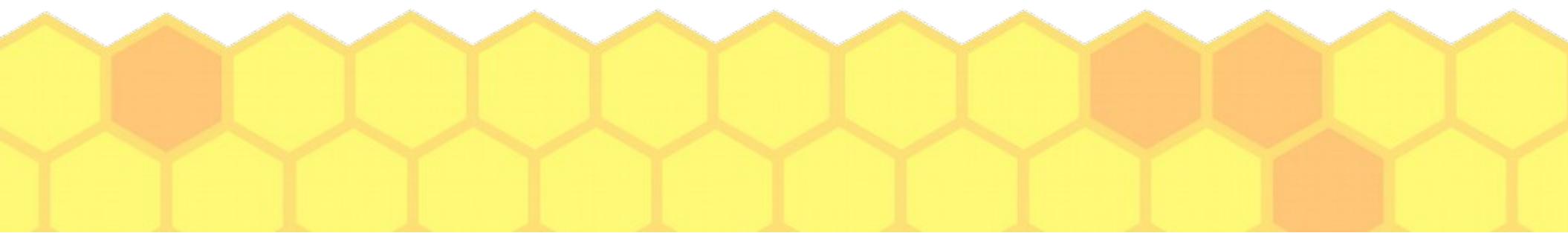
設定⇒機内モード⇒ON、OFFの切り替え

- ・android



<https://aprico-media.com/posts/1162>

設定⇒無線とネットワーク（もっと見る）⇒機内モード⇒ON、OFFの切り替え



# 参考リンク集

- ・5G: 人類への最終兵器

<https://vimeo.com/783143474>



- ・ぬくもりの糸チャンネル(電磁波対策のYoutube動画集)

[https://www.youtube.com/watch?v=Xb7\\_OldZosc](https://www.youtube.com/watch?v=Xb7_OldZosc)



- ・Timelessberry 電磁波対策集

<https://timelessberry.com/column/linux/iphone1.html>

<https://timelessberry.com/column/linux/android1.html>



iPhone



android

