

携帯電話・スマホ料金の改善テクニック

携帯電話、スマホ料金の現状

携帯電話は私たちの生活に欠かせないツールです。近年ではiPhoneをはじめとするスマートフォン（スマホ）の登場によって、より私たちの生活を便利にする必需品となりました。

現在、携帯電話（スマホを含む。以下同じ）はどの程度普及しているのでしょうか。総務省「電気通信サービスの契約数及びシェアに関する四半期データの公表」によると、平成26年3月末の携帯電話契約数は1億4401万件となっています。これは平成22年の国勢調査における日本の総人口約1億3000万人を超え、普及率はなんと100%を超えて、112・5%となっています。つまり、統計資料上は、1人1台以上契約していることになります。

一方、携帯電話の普及に伴い、携帯電話の

料金が家計の大きなウェイトを占めるようにもなりました。平成24年にNECビッグロブが実施したアンケートを参照すると、スマホ利用者の月額平均は6785円／人となっています。家族4人がスマホを利用した場合、6785円×4人＝2万7140円です。4人家族世帯の1カ月の消費支出が25万円だとすると、その1割以上をスマホが占めることとなります。これは決して軽くない負担です。そこで今回は、携帯電話の料金を改善するテクニックについて、すぐに使えるもの、簡単に使えるものを中心に、さまざまな方法を紹介したいと思います。

携帯電話の料金体系について

改善テクニックを紹介する前に、まずは、現在、携帯電話の料金プランがどのような体系になっているかについて簡単に解説をします。

一時期は非常に複雑化していた携帯電話



新田ヒカル
スマホ評論家

【につた ひかる】1997年日本電信電話株式会社入社。現在はマネー評論家、スマホ評論家として、フジテレビ「スーパーニュース」、テレビ東京「ワールド・ビジネス サテライト」に出演。日経新聞、読売新聞、朝日新聞、週刊文春、週刊東洋経済等に掲載。

の料金プランですが、平成26年6月にドコモが「カケホーダイ」プランをスタートしたことで、新料金体系が登場し、とてもシンプルになりました。現在に至るまでドコモ、au、ソフトバンクも同じ金額、同じ体系を採用しています。

現在の携帯電話の料金体系は

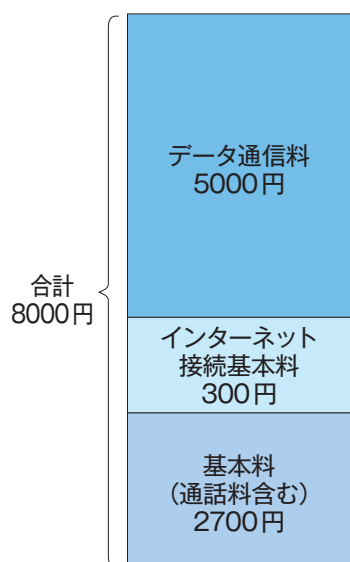
基本料 + インターネット接続基本料 + データ通信料

という3段重ねになっています（図1）。

基本料は月額2700円です。ここに通話料が含まれますので、別途通話料は発生しません。いわゆる「掛け放題」です。

インターネット接続基本料として月額300円がかかります。この契約によって、携帯電話がインターネットに接続できるようになります。また、キャリアメールと呼ばれる

図1 携帯電話の料金体系



る、携帯電話用メールアドレスも付与されます。携帯電話用のプロバイダ料金と言いつてもよいでしょう。

データ通信料は、インターネットに接続した際にやりとりされるデータの量によって決まります。最小の2GBの場合3500円、5GBなら5000円など、通信できるデータ量が大きい契約ほど、料金が高くなります。おおむね、5GBで5000円のプランを選ぶ人が多いようです。

もし5GBを選んで、5GBを超える通信を行った場合、どのようなことになるでしょうか。通信ができなくなるわけではないのですが、通信速度に制限がかかり極端に遅くなります。制限時の速度イメージとしては、メールやLINEであれば問題なく利用できるものの、大きな添付ファイルの受信や、サイト閲覧、地図を開くなどは、読み込みには翌月まで待つか、もしくは1GB当たり1000円で追加購入して制限を解除することも可能です。

ここまでを整理すると、

基本料2700円
+ **インターネット接続基本料300円**
+ **データ通信料5000円**
= **合計8000円**

これが現在の一般的なスマホの月額利用料ということになります。

この基本料2700円にいわゆる「掛け放題」の通話料が含まれるというのが基本的なプランです。これとは別に以前のプラン(以下、旧プラン)は、基本料程度の無料通話が含まれていましたが、現在のスマホではこの無料通話が必要なくなり、20円/30秒の通話料が別途必要となります。ただし、旧プランの基本料は934円ですので、通話が少ない方にとっては、現行の新プランよりも旧プランの方が安いケースがあります。そのため、あえて旧プランを選ぶことで料金を抑えている人も多いです。

現在、ドコモでは旧プランでの新規契約はできませんが、旧プランを利用中の方はそのまま旧プランを利用することができます。また、auとソフトバンクモバイルについては、旧プランでの新規契約も可能です。

携帯電話、スマホの料金を改善する

新料金プランの時代となり、割引や節約を工夫するポイントも変化しました。

現状における改善ポイントは大きく分けて2つあります。ひとつは「家族向けの割引」を利用すること、もうひとつは「通話料の

節約」です。

家族向けの割引には「複数の回線を束ねる」ことによる割引と、「自宅用インターネット回線とセット」にする割引があります。通話料の節約については、基本料の安い旧プランを選択した上で、通話料を抑えるという方法になります。

家族向けの割引

家族で同じ通信会社の携帯電話を契約している場合、それらをまとめることによって割引が適用されます。

一例としてドコモの場合、データ通信部分を個々人の契約ではなく、「シェアパック」という家族単位でまとめることができます。10GB分通信できる「シェアパック10」を契約すると、家族で10GBを共有することができます。この場合の料金は「シェアパック10」の9500円に加えて、「シェアオプション」というものが必要です。

「シェアオプション」とは「シェアパック」を契約した主回線に対し、副回線として登録するための契約で、これが500円×副回線の台数分必要です。4人家族で「シェアパック10」を共有する場合、9500円+500円×3=1万2000円がかかります(図2)。1台当たり3000円になりますから、単独契約で最も安い2GB 3500円よりも安く、通信できるデータ量は多いので、大変お得です。

ソフトバンクでも同様のサービスが提供さ

図2 家族割引 ドコモ「シェアパック10」を家族4人で利用するケース

基本料 (通話料含む) 2700円	インターネット 接続基本料 300円	データ通信料 9500円
基本料 (通話料含む) 2700円	インターネット 接続基本料 300円	シェア オプション 500円
基本料 (通話料含む) 2700円	インターネット 接続基本料 300円	シェア オプション 500円
基本料 (通話料含む) 2700円	インターネット 接続基本料 300円	シェア オプション 500円

通信できるデータ量家族で共有

れていますので、家族で同じキャリアを使用しているなら、ぜひおすすしたい割引サービスとなっています。

もうひとつの家族向けの割引は、自宅用インターネット回線と携帯電話の組み合わせです。例えば、auが提供する「スマートバリュー」は、自宅用インターネット回線として「auひかり」を契約し、auのスマホで5GB以上のプランを選ぶと、スマホ1台当たり1410円の割引が最長2年間適用になります。家族4人の場合、月に5640円と非常に大きな割引になります。

「スマートバリュー」は1人でも割引は適用されます。

ドコモが提供する「ドコモ光」の場合、NTTの光回線とドコモの携帯電話を組み合わせることによって、月額利用料が安くなります。割引額は契約しているデータ量によって異なり、一例に「シェアパック10」の場合、1200円の割引が適用されます。

ソフトバンクでは「スマート値引き」という名称で、同じく自宅用インターネット回線と携帯電話を両方ともソフトバンクにすることによって、1台当たり最大2000円と大きな割引となっていますが、割引条件が非常に複雑で、諸条件により割引額が大きく変化します。場合によっては、「スマート値引き」を利用した方がむしろ割高になってしまうケースもあるので、ショップなどで、支払うトータル金額がどのようにに変化するかよく確認した上で活用して下さい。

通話料の節約方法

スマホの料金を少しでも安くしたいという場合、月額934円の旧料金プランを選び、通話料をできるだけ抑えるのが効果的です。そこで、通話料を安くするための方法を複数紹介します。

(1) 格安通話アプリを使う

通話料を、最も簡単に安くする方法が格安通話アプリの導入です。例えば、楽天が提供する「楽天でんわ」を使うことで、通話料は20円/30秒から、10円/30秒と一気に半額になります。しかも、月額料金は無料。非常にお得なアプリです。

注意点は、格安通話アプリを利用した場合、家族間無料通話や、同キャリア(同通信会社)間無料通話の適用外となります。家族間無料通話や、同キャリア間無料通話を利用したい場合は、標準の電話アプリを使用して下さい。

(2) 旧プランから掛け放題プランへ変更

格安通話アプリを使用しても、長電話をすれば通話料はかさみます。例えば、格安通話アプリを使用して、月に1時間30分の通話をする、基本料934円+通話料1800円=2734円となります。この場合、月額2700円の掛け放題プランへ変更した方が安くなります。つまり、「月に1時間30分以上話すなら、格安通話アプリよりも掛け放題プランにした方がお得」と覚えておくとうれしいと思います。

(3) 無料通話アプリを利用

通話料をゼロ円にしてしまう方法もあります。それが、無料通話アプリです。代表的なものとして「LINE」「Skype」が挙げられます。学生など若年層は「LINE」「ビジネスマンなどは「Skype」を使うことが多いです。これらを用いれば、相手も同じアプリを使用していることが条件になりますが、通話料はかかりません。

ただし、無料通話アプリにも欠点はあります。通話回線ではなく、データ回線を使うため、データの通信品質によって安定度

図3 iPhoneのFaceTimeの画面例



利用は音声通話の方が使いやすいですね。その場合、同じ「Face Time」の項目の「受話器の形をしたアイコン」をタップすることで、「Face Time オーディオ」を使うとよいでしょう。無料通話アプリ同様、

がわかります。通信状態がよければ電話よりも高音質ですが、悪くなると通話が途切れたり、遅延が発生します。そのため、電波の届きづらい地下街などを歩きながらの通話などには向かないことがあります。

(4) FaceTime オーディオを使う

iPhoneには標準で「Face Time」という機能が搭載されています。通話相手もiPhoneであれば、画面から「連絡先」を開いて「Face Time」の項目の「ビデオカメラの形をしたアイコン」をタップすることで、テレビ電話を掛けることができます(図3)。設定は不要、料金は無料です。

無料です。音声通話ができます。

これら、「Face Time」「Face Time オーディオ」は、アプリの導入をせずに無料で使えるのですが、意外と知られていません。「Face Time オーディオ」が利用できるのは、iPhoneに搭載されているOS「iOS」のバージョンが7以降であることが条件となっています。

(5) ガラケーを使う

さきほど基本料2700円と説明しましたがこれはスマホの場合で、ガラケー(「フイーチャーフォン」とも呼ばれています)の場合は同じ掛け放題が2200円で利用できます。スマホは不要だけど、電話はよく掛ける、という方がいらつしやれば、ガラケーを利用することで、月500円の節約になります。

格安スマホの登場

ガラケーにも、長所があります。特に、電池のもちがよい、落としても画面が割れないなどの点が人気です。

最近「格安スマホ」が大変に話題になっています。格安スマホというのは、ドコモ、au、ソフトバンクといった三大キャリア以外と契約する、安価なスマホのことを指します。格安スマホを有名にしたのは「イオンスマホ」です。端末代金を含めて月額1980円(十通話料)と大変手頃になっており、現在も格安スマホの代表的なもののひとつとなっています。

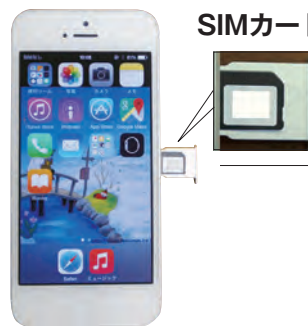
安い、ということは機能を絞っている点もあります。端末機に「おサイフケータイ」の機能がないものがほとんどですし、通信量や通信速度について、三大キャリアよりも上限が抑えられているものがほとんどです。それでも、メールやウェブ閲覧など一般的な使い方の方の範囲では特に問題はなく、スマホを試してみたいというシニア層に人気があります。

注意したい点としては、格安スマホの通話料は20円/30秒で、家族間無料通話や掛け放題プランはありません。そのため、通話時間が長くなると一般のスマホと変わらない料金、あるいはそれよりも高くなってしまいう場合があります。できるだけ、格安通話アプリや無料通話アプリを導入するなどして節約して下さい。

また、データ通信速度や、データ通信量の制約については、格安スマホ各社ごとに細かく設定されているので、ニーズに合わせてよく調べて購入する必要があります。

格安スマホと似たものとして、「格安SIM(シム)」と呼ばれるものもあります。携帯電話にはSIMと呼ばれる、指先に乗る程度の小さなチップが挿されています(図4)。SIMには電話番号や、1枚ごとに異なるIMSI(認識番号)が入っていますが、契約者本人の個人情報が保存されているわけではありません。また、SIMに電話帳データを保存することは一部可能です。

最近では、このSIMのみが販売されるようになりまし。SIMだけ購入、契約した



場合、スマホの端末機は別途用意する必要があります。逆に言えば、古くなって使わなくなったスマホがあれば、SIMだけ購入することによってそのスマホが使えるようになります。もし、家族が買い替えて使わなくなったスマホなどあれば、それを譲り受け、そこに格安SIMを挿して使うことができます。

最も安いプランであれば、ワイヤレスゲート社から月額445円（データ通信専用）からありますが、最も多い価格帯は1000（2000円程度のプランで使用頻度の高い方であれば、十分に間に合います。格安SIMの中で人気なものとして、IIJ、OCNなどが挙げられます。

現在流通する格安SIMのほとんどはドコモの端末のみで利用可能で、極一部を除き、auやソフトバンクの端末で利用することはできませんのでよくご確認下さい。

2台持ちのメリット

「2台持ち」と聞くと、携帯電話の料金が高くなりそうですが、逆に2台持ちをすることで携帯電話代を下げることができる場合があります。少し裏技的な方法ですが、この方法がびつたりする人もいるのでご紹介させていただきます。

まずは1台目にガラケーを選びます。3段重ねの「基本料＋インターネット接続基本料＋データ通信料」のうち、基本料のみの契約にします。掛け放題なので通話料は

かかりませんし、データ通信費もかかりませんから、月額2200円のみです。ただし、これだけではネットには接続できません。そこで、2台目はスマホにし、月1000円程度の格安SIMを挿してデータ通信専用として持ちます。こちらはデータ通信専用SIMなので通話できませんが、インターネットには安価で接続できます。

この組み合わせの場合、合計月3200円程度になります。スマホの標準的な5GBのケースで月額8000円、最小の2GBでも6500円であることを考えると、2台持ちにもかかわらず、ずいぶん安く抑えられていることがわかり頂けると幸いです。

2台持ちの他のメリットとしては、通話しながらメールを確認できたり、電池の持ちがよいなどが挙げられます。デメリットとしては、2台持ち歩くという負担です。

無駄なオプションサービスはスリム化

さまざまな節約方法を紹介しましたが、そもそも、ご自身がどんな契約をしているのか把握されていない方も多いと思います。そこで、お時間があるときに携帯電話を持つて携帯電話ショップに行くか、サポートセンターに電話をして、現在の契約しているオプションをぜひすべて確認して下さい。

契約内容を確認すると「この契約はどういう意味があるのだろうか？」と思うオプションサービスに加入している場合があります。そんなときは、スタッフの方に遠慮なくサー

ビス内容を確認して下さい。もしかすると、自分には必要ない無駄なオプションサービスを契約し、毎月数百円ずつ発生しているかもしれません。

有料のオプションサービスの内容はさまざまですが、動画を視聴するもの、音楽を聞くもの、補償に関するもの、留守番電話などがあります。必要なものは残し、不要なものは解約して下さい。もし、説明を聞いてもサービス内容がわからなければ、遠慮なく聞き直して頂いて構いません。

実際、私が相談を受けた多くの方は、不要な有料オプションサービスを契約していました。不要なオプションサービスだけで毎月1000円以上払っている人が珍しくありませんし、中には毎月4000円以上も意味のない料金を払い続けている人もいました。特に最近は、明細が郵送されてこないことで、気づきづらくなっています。また、請求が家族で合算されている場合も、気づきづらいと思います。契約内容は、インターネット上でも確認できるようになっていますので、ぜひ一度ご確認下さい。

※文中の金額は基本的にすべて税抜です。また、平成27年5月1日現在の金額で記載しています。

【参考資料】

- ・総務省「電気通信サービスの契約数及びシェアに関する四半期データの公表（平成25年度第4四半期（3月末））」
http://www.soumu.go.jp/menu_news-news/01kiban04_0200081.html
- ・総務省「家計調査」
http://www.stat.go.jp/data/kakei/