

バッテリーとの付き合い方

スマホを優しく使い、バッテリー寿命を延ばしましょう！

フル充電したスマホのバッテリーが、最近、数時間しかもたない、という話をよく聞きます。そんな方に普段のスマホの使い方、充電の仕方を聞くと「なるほど」と思うこともしばしばです。

バッテリーの劣化については約7年前(2011年7月号)に一度、取り上げましたが、今回はスマホバッテリーの劣化を防ぐ方法について取り上げたいと思います。日頃誰もがやってしまいがちな操作が、実はかなりの負担になっていることを認識しましょう。

バッテリー劣化の理由を知ろう！

基本的にバッテリーは消耗品で、放充電を繰り返すうちに、給電能力は次第に衰え、バッテリーは劣化していきます。スマホのバッテリーは一般的にはリチウムイオン電池が使われていますが、その大きな劣化の理由は以下の3つと言われています。

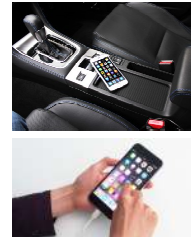
1. 高温環境での劣化
2. 通常の充電(充電と放電を繰り返すこと)での劣化(サイクル劣化)
3. 電池を過充電や過放電(電池切れ状態)で放置することでの劣化(保存劣化)



炎天下の車内放置は厳禁！

こんな使い方はNG

- ・真夏に車の中での放置や、熱の逃げにくい布団等の上での充電
- ・WiFiやモバイルデータ通信などの通信を伴うゲームアプリや、動画アプリ、ナビゲーションアプリ等の長時間利用
→ 端末自体にも熱を持ち、また処理速度アップのため通常より放電しようとし、バッテリー自体にも熱を持ちダブルパンチとなります。カイロのように熱い状態になることもありますが、バッテリーは悲鳴を上げていますよ。
- ・充電器に挿し込みながらの操作
更に上記にプラスして、放電と充電を同時に行うことになりバッテリーに対し更なる負担を掛けます。



バッテリーを長持ちさせる充電方法

スマホバッテリーは寿命に達する充電回数が決まっていると言われます。例えばiPhoneでは500回とされていますが、充電回数とはコードをスマホに接続した回数ではなく、100%のフル充電を何回行ったかです。「フル充電サイクル」と言われますが、1度に100%充電しても、50%の充電を2回行って合計100%であれば充電回数は1回とカウントされます。

さらに「放電深度」「充電深度」という1回の充電量の深さの考え方があり、1回の充電量が少ない方がバッテリーのダメージは軽くなります。

これらのことからバッテリーに優しい充電方法をまとめると以下となります。

1. 過充電・過放電を避け、バッテリーに優しい20~80%の間で使う。
2. 充電完了したら充電コードは速やかに外す。
3. 1回の充電量を少なくし、充電の深度にも配慮する。
4. 早いタイミングでの「継ぎ足し充電」を心がける。



モバイルバッテリーで継ぎ足し充電

モバイルバッテリーを持ち歩き、空になるまで使用せず早めに充電し、満充電になる手前で充電を終了するといった配慮がバッテリーを長持ちさせます。



ソニーのスマホの「いたわり充電」はバッテリーに優しい充電

バッテリーの為にできること...

バッテリーの寿命を延ばすために、できる事は他にもあります。

■OSは常に最新の状態にアップデートしよう

OSのアップデートにはバッテリーや充電関連の改良が含まれることもあるので、出来れば最新の状態に常にアップデートしておくようにしましょう。

ただしバージョンによっては不具合が発生することもあるので、アップデートする際はロコミなどで調べるなどして、慎重に行うことをオススメ致します。

現在iPhoneのiOSの最新バージョンは、iOS12です。

Androidの最新OSは9.0ですが、iPhoneと違いAndroidはメーカーが独自にOSを改良していますので、メーカーによりバージョンアップの時期が違います。メーカーの対応を待ちましょう。



■カバーやケースを外して充電しよう

スマホにカバーやケースを着けている方は多いですが、ケースを着けた状態で充電すると本体に熱が溜まりバッテリーの劣化を進めてしまいます。特に手帳型ケースなどは熱がこもりやすいので、バッテリーを長持ちさせたいなら面倒ですが外してから充電するとよいでしょう。



スマホは充電中は発熱しますからなるべく涼しい状態にしてあげましょう。

開発室から



先月iPhoneに機種変更したのですが、iPhoneにして一番驚いたことは写真を撮るとき画面のシャッターボタンに指を触れるときいきなり連写になったことです。以前使っていたAndroidではボタンから指を離すとシャッターが切れるようになっていたので、そのつもりでボタンに触ると同じ写真が何枚も撮影されてしまいます。慣れるまでまだまだ時間がかかりそうです。