

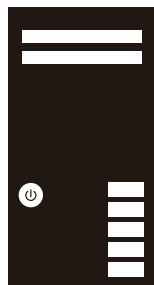
5秒で見る
30秒で比べる
3分で確かめる

店員に聞く前に読む

スマホ・PCで損をしない「スペックの見方」がわかる本

工学社

スマホ・PCの スペック表がわかる本



5秒

30秒

3分

で



その性能、本当に必要ですか？

〔著〕東京メディア研究会

その性能、本当に必要ですか？

5秒

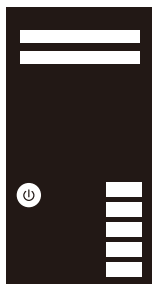
30秒

3分

で



スマホ・PCの スペック表がわかる本



5秒で見る
30秒で比べる
3分で確かめる

店員に聞く前に読む

スマホ・PCで損をしない「スペックの見方」がわかる本

はじめに

スマートフォンやパソコンは、いまや日常生活に欠かせない道具になりました。ところが、いざ買い替えようとなると、CPU、メモリ、ストレージ、通信速度、解像度など、たくさんの専門用語や数字が並んでいます。製品の種類も多く、「結局、どれを選べばいいのだろう」と迷うことも少なくありません。私たち自身も、デジタル製品を選ぶたびに同じような難しさを感じています。

そこで本書では、スマホやパソコン、周辺機器を選ぶときに目にする「スペック」を、実際の買い物に役立つ形で整理しました。

スペック表には多くの情報が載っていますが、別に、そのすべてを理解する必要なんてありません。自分の使い方に関係する項目は、思っているほど多くないものです。見るべきところが分かれば、あとはそれほど気にしなくてもよい場合もあります。

高性能な製品を選べば安心ではありますが、必要以上の性能にお金をかけることもしたくない。一方で、安さだけで選んだ結果、性能が足りず、あとからやりたいことができなくなるのも困ります。失敗しないポイントは、数字の大小だけで判断するのではなく、「自分は何に使いたいのか」「そのためには、どのくらいの性能があれば十分なのか」を考えることです。

本書は、最初から最後まで読み通す以外にも、スマホやPCを買おうと思ったときに、気になるところを開いて確認する使い方もできます。製品を比較する前に、いったん立ち止まって、自分が本当に必要としているものを考えるきっかけにもしていただければと思います。

本書が、デジタル製品を選ぶときの迷いを少しでも減らす手助けになれば幸いです。

目次

はじめに	3
------------	---

第1章 スペック表は全部読まなくてもいい

[1-1] スペック表は、全部読まなくていい	7
[1-2] 数字が大きいほど「いい」とは限らない	11
[1-3] 買うときは「5秒→30秒→3分」で見る	16

第2章 速さ・カメラ・バッテリー…スマホはここを見る！

[2-1] 128GBと256GB、スマホの容量はどちらを選ぶ？	19
[2-2] メモリ8GBで足りる？ 多いと何が変わる？	24
[2-3] スマホの「速さ」はどこを見ればいい？	28
[2-4] 5000万画素なら写真はきれい？	32
[2-5] スマホの画面は、どこを見れば違いがわかる？	38
[2-6] 5000mAhならバッテリーは長持ち？	44
[2-7] 今のSIMをそのまま使える？	48
[2-8] 長く使えるスマホは、どこを見ればいい？	53
[2-9] 買う前に、最後にここを確認	58

第3章 メモリ・ストレージ・速度…パソコンはここを見る！

[3-1] パソコンの「速さ」はどこを見ればいい？	61
[3-2] メモリ16GBで足りる？ 32GBは必要？	67
[3-3] SSDは512GBで足りる？ 1TBにした方がいい？	71
[3-4] ゲームや動画編集をするなら、何を見ればいい？	75
[3-5] 14型と16型、画面は大きい方が使いやすい？	80
[3-6] 軽いノートPCなら、持ち歩きやすさはそれだけで決まる？	85
[3-7] USB-Cが付いていれば、端子はそれで十分？	90
スペック早見① 画面サイズと解像度を実感する	95
[3-8] 買う前に、最後にここを確認	96

第4章 USB・ケーブル…周辺機器はここを見る！

[4-1]	SDカードは64GBで足りる？	97
[4-2]	SSD・HDD・USBメモリはどう選ぶ？	102
[4-3]	USBケーブルはどれでも同じ？	109
[4-4]	充電器は何Wを選べばいい？	115
[4-5]	10000mAhで何回充電できる？	120
[4-6]	ハブ・ドックは端子数だけでいい？	125
	スペック早見② 速度・充電の単位を見分ける	131
[4-7]	買う前に、最後にここを確認	132

第5章 Wi-Fiとモニターはここを見る！

[5-1]	ルーターは数字が大きいほど速い？	133
[5-2]	遠い部屋でWi-Fiが遅いのは？	138
[5-3]	Wi-Fiが届かない家はどうする？	143
[5-4]	モニターは何型を選べばいい？	147
[5-5]	144Hzはゲーム以外にも必要？	152
[5-6]	HDR・色域・USB-Cは必要？	156
[5-7]	買う前に、最後にここを確認	162

第6章 数字が同じでも、値段が違うのはなぜ？

[6-1]	同じスペックでも値段が違うのは？	163
[6-2]	「最大」が同じでも差が出るのは？	167
[6-3]	高い方を選ぶ価値があるのは？	172

こんなとき、どこを見る？逆引きQ&A	177
--------------------	-----

スペック早見③ 似ている数字・表記を取り違えない	187
--------------------------	-----

索引	188
----	-----

第1章

スペック表は全部読まなくてもいい

スマホやパソコンの商品ページを開くと、数字と規格の名前がずらりと並びます。いい買い物をするためには、これ全部を調べる必要があるのでしょうか？

実は、買いたいものと使い方が決まっていれば、見るところはかなり限られます。

1-1 スペック表は、全部読まなくていい

商品ページのスペック表には、知らない言葉と数字がまとめて載っています。全部を調べてから買おうとすると、調べているうちに別の言葉が出てきて、いつまでも買えません。

そこで、スペック表のどこを見て、どこを飛ばしてよいのかを、使い方から決める考え方を覚えていきます。



スマホの買い替えを考えて、通販サイトで候補の商品ページを開いたんだけど、「6.7インチ有機EL 120Hz」「Snapdragon ○○」「12GB／256GB」「5000万画素＋1200万画素＋1000万画素」「5000mAh」「IP68」「FeliCa」とか書いてあって、なにがなんだか…

256GBは容量で、5000万画素はカメラのことくらいはわかるけど、あとは何となく数字が大きい方がよさそうってことくらいしか…



そこで「120Hzとはなんぞや」と検索すると、説明の中にまた知らない言葉が出てきて、調べ物が枝分かれしていく。たのしい買い物のはずが、いつの間にか、つらくくるしい勉強になっている。この本を手にとった人の多くが、この経験をしているはずです。著者である私も、無縁ではありません。

1-2 数字が大きいほど「いい」とは限らない

5000万画素より2億画素、30Wより100W、60Hzより144Hz……スペック表の数字は、大きい方が上に見えます。実際に大きい方が優れている場面もありますが、その数字が何を測ったもので、どんな条件で出るものかを知らないと、買った後に「思ったほどではなかったな…」ということになります。



商品ページに「最大2,000MB/s」と書いてある外付けSSDを買ったんだけど、家のノートPCにつないで動画ファイルをコピーしたら、表示された速度は400MB/s台だったんだ

不良品だったとか？



そう思ってメーカーに問い合わせてみたら、「お使いのPCのUSB端子の速度が上限のようです」だってさ

このケースでは、SSDは正常で、数字も嘘ではなく、ただその数字が出る条件を、この人の環境が満たしていなかっただけ…ということでした。



スペック表の数字は、「何を表す数字か」「どんな条件で出る数字か」「自分がその性能を使うか」「つなぐ相手が対応しているか」の4つと一緒に読む。

数字が大きいこと自体は悪くないが、「その性能を必要とする使い方」でこそ、大きい数字に意味がある。

第2章

速さ・カメラ・バッテリー… スマホはここを見る!

スマホの商品ページには、容量、メモリ、プロセッサ、画素数、バッテリー、通信方式と、数字と用語が並びます。それらをひとつずつ解説していくときがないので、一般のユーザーが見るところに絞って説明していきます。どの数字が自分の使い方に関係し、どの数字は気にしなくてよいかが分かれば、候補はすいぶん選びやすくなります。

2-1 128GBと256GB、スマホの容量はどちらを選ぶ?

スマホの購入画面で最初に選ばされるのが、128GB、256GB、512GBといった本体容量です。価格差は数千円から1万円を超えることもあります。



128GBと256GB、どちらにするか決めた?

写真も増えてきたし、多い方が安心だけど、そこまで使うかな



大きいのに越したことはないんじゃない?

でも結構値段も違うしなあ



スマホの容量は、自分の使い方と使う年数から考えます。

容量で迷ったとき、いちばん役に立つ情報は商品ページにはなく、今使っているスマホの中にあります。



今のスマホの使用済み容量を見て、そこに「使う年数分の増え方」を足して考える。一般的な使い方なら128GBが基準。動画をよく撮る、大きなゲームを複数入れる、4～5年使うつもりなら256GB以上を候補にする。

2-3 スマホの「速さ」はどこを見ればいい？

「サクサク動くか」は、スマホを選ぶうえでいちばん気になることのひとつなのに、商品ページにはそれを直接示す数字がありません。代わりに「Snapdragon 8 Gen ○」「Dimensity ○○」「A○○」のような、意味の分かりにくい名前が載っています。その名前が何を表しているのか、自分の使い方ではどのクラスを選べばよいのか、そして候補同士の速さをざっくり比べる方法について見ていきましょう。



この同じメーカーのスマホ、どちらもメモリ8GBで画面サイズも同じだけど値段は4万円と9万円とずいぶん違うな

こっちの方が、アプリがすぐ開くね



画面もメモリも同じなのに、何が違うんだろう

ゲームの画面にも、なめらかさの違いを感じます。仕様表を見比べて違うところを探すと、「プロセッサ」「CPU」「SoC」といった欄に書かれた名前が違います。ここが、スマホの処理の速さを決めている部品です。



速さを決めるのはメモリの量ではなく SoC。電話・SNS・ウェブ・動画視聴が中心なら中位クラスで十分快適。重い3Dゲームや動画編集なら上位クラス、長く使うなら中位以上を候補にする。

2-4 5000万画素なら写真はきれい？

スマホの商品ページで、カメラはいちばん力を入れて宣伝される部分です。「5000万画素」「2億画素」「トリプルカメラ」「100倍ズーム」。数字も名前も派手ですが、どれが写真のきれいさに直結する数字で、どれが宣伝のための数字なのかは分かりにくいものです。

カメラの仕様表のどこを見れば、自分が撮りたい場面に合うスマホを選べるのでしょうか？



5年前から使ってるスマホが1200万画素だけど、買い替えるなら2億画素の方がきれいに撮れるのかな

作例を見たら、夜景は5000万画素の方が好きかもしれない



単純に2億画素の方が上だと思ってたけど、実は違うのかも？

この「数字と印象のずれ」が、スマホのカメラ選びの出発点になります。



画素数の大小で写真のきれいさは決まらない。仕様表で先に見るのは、どんな画角のカメラがそろっているか(メイン・超広角・望遠)、光学ズームが何倍まであるか、手ブレ補正があるか。画質そのものは実写例で確かめる。

2-5 スマホの画面は、どこを見れば違いがわかる？

画面は、スマホの中でいちばん長く見ている部分なのに、仕様表の項目は「6.7インチ 有機EL 120Hz 2000nit」のように、それぞれの数字が何に効くのか分かりにくい形で並んでいます。画面の項目のうち日常の見やすさや使い心地に関わるものを選び、どの項目を優先すべきかを整理していきます。



スワイプしてみると、こっちのほうがなめらかだね

あっちの方は少し引っ掛かりがあったよな



なめらかなほうが2万円ほど高いけど、毎日使うと違うのかな

これらの違いは、仕様表では「120Hz」と「60Hz」という数字に対応しています。ただ、この差にお金を払う価値があるかは、店頭ではなく、自分が普段どこでスマホを見ているかで決まります。



画面で最初に見るのは、画面サイズ（持ちやすさと見やすさ）、表示の滑らかさ（Hz）、明るさ（屋外での見やすさ）の3つ。パネルの方式や解像度も比べる材料になるが、数字の高さだけで優劣は決まらない。

2-6 5000mAhならバッテリーは長持ち？

友人同士で別々のスマホを使っていて、どちらも仕様表のバッテリーは5000mAh。ところが夕方になると、こんな会話になりました。



そっちは、まだ50%も残ってるの？

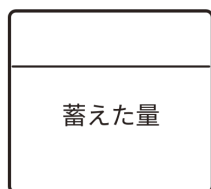
うん。同じ5000mAhのスマホなのに、そっちはもう20%を切ったの？



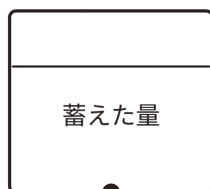
使い方は似たようなもののなのに、なぜこんなに違うのか。

それは、5000mAhが「入れ物の大きさ」であって、「使う速さ」を含んでいないからです。

同じ量を蓄えたタンク



消費が少ない
長く持つ



消費が多い
早く使い切る

蓄えた量が同じでも、消費の多さによって持ち時間は変わる



バッテリー容量は、候補を分ける最初の目安にはなるが、電池持ちを保証する数字ではない。容量と一緒に、画面の大きさとHz、SoCの世代、実際に使った人の電池持ちの評価を見る。充電は「最大充電W」に加えて、メーカーが示す充電時間と測定条件を見る。

こんなとき、どこを見る？ 逆引きQ&A

「スマホの容量はどのくらい必要？」「Wi-Fiが遠い部屋だけ遅い」「同じスペックなのに値段が違う」——そんな疑問から、本文の見る場所を逆引きできます。

気になる項目を読んで、詳しく知りたいときは案内先の節・ページを参照してください。

スマホ関係

写真や動画をたくさん撮るなら、スマホは何GBあればいい？

今使っているスマホの使用済み容量と内訳を見て、これから使う年数の増え方を足して考えます。一般的な使い方なら128GBが基準で、動画をよく撮る、大きなゲームを複数入れる、4~5年使うつもりなら256GB以上も候補です。

→ 2-1 (p.19)

クラウドに保存していれば、本体は小さい容量でいい？

写真の原本をクラウドへ移せば写真が使う容量は減らせますが、アプリ本体や一時データ、オフライン保存した音楽や動画などは本体に残ります。クラウドを使う場合も、写真以外に何を入れるかを見て本体容量を決めます。

→ 2-1 (p.19)

メモリ8GBと12GB、何が変わる？

メモリが多いと、複数のアプリを切り替えたときに開いた状態を保ちやすくなります。Androidでは8GBを比較の出発点にし、重いゲームや複数アプリを頻繁に切り替えるなら12GB以上も候補です。「8GB + 8GB」のような表記は、物理メモリである「+」の前の数字を見ます。

→ 2-2 (p.24)

ゲームをするなら、スマホのどこを見ればいい？

処理の速さは、まずSoC（プロセッサ）のクラスで見ます。重い3Dゲームなら上位クラスを候補にし、メモリや画面のリフレッシュレートも合わせて確認します。長時間のゲームでは同じSoCでも差が出ることがあるので、実機レビューも参考にします。

→ 2-2 (p.24)、2-3 (p.28)、2-5 (p.38)

著者略歴

東京メディア研究会

PC界隈にアングラ文化が色濃く残っていた2000～2005年ごろに活動していたグループ。CD/DVDコピー、エミュレータ、ゲーム改造、ファイル共有など、当時ならではの少しグレーなテーマも扱いつつ、「あくまで技術習得のため」を合言葉に執筆活動を続けてきた。

しばらく表舞台から離れていたが、最近になって新メンバーが加入したとか。時代は変わっても、気になる技術はまず触って確かめるスタンスで活動中。

本書の内容に関するご質問は、

- ①返信用の切手を同封した手紙
- ②往復はがき
- ③E-MAIL editors@kohgakusha.co.jp

のいずれかで、工学社編集部あてにお願いします。
なお、電話によるお問い合わせはご遠慮ください。

サポートページは下記にあります。

[工学社サイト]

<http://www.kohgakusha.co.jp/>

I/O BOOKS

その性能、本当に必要ですか？

5秒/30秒/3分でスマホ・PCのスペック表がわかる本

2026年10月30日 初版発行 ©2026

著者 東京メディア研究会

発行人 星 陽平

発行所 株式会社工学社

〒160-0011 東京都新宿区若葉1-6-2 あかつきビル201

電話 (03)5269-2041 (代) [営業]

(03)5269-6041 (代) [編集]

※定価はカバーに表示してあります。

振替口座 00150-6-22510

印刷：(株)エーヴィスシステムズ

ISBN978-4-7775-2353-5