

玩转智能手机，中老年人不与时代脱节

# 中老年人

学用

# 智能手机

曾增 / 编著



- 聊微信、刷朋友圈、抢红包，都没有我的份？
- 坐公交、逛菜市、进超市，还要不要带钱包？
- 淘宝京东、美团外卖，不靠儿女自己能搞定？
- 看大剧、评时事，哪里去找最新资讯？
- 看股市、买理财，养老金能否安全增值？

.....

这些是否是您现在正面临的问题和烦恼？  
不用怕，您将不止学会这些。

玩转智能手机，紧跟时尚

中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



# 中老年人

## 学用

# 智能手机

曾增 / 编著

中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



## 内 容 简 介

这是一本专门针对中老年人学用智能手机而编写的工具书，对中老年人在使用智能手机的过程中可能遇到的基本操作问题进行全面而详细的介绍。

本书一共8章，内容包括智能手机的基本操作，管理手机中的应用软件，手机拍照怎么用，QQ和微信怎么玩，用手机怎么在网上买东西并付款、怎么订餐、怎么看病、怎么减少出行交通费，如何在手机上听歌、看电视、唱歌及发视频，以及如何用手机快速购买理财产品等。

因此，本书的主要读者群针对的是对智能手机毫无接触或接触较少的中老年人。另外，由于本书介绍了很多日常生活中比较实用的手机应用软件，所以对除中老年人群之外的其他广大读者也有参考使用意义。

### 图书在版编目（CIP）数据

中老年人学用智能手机 / 曾增编著. —北京：中国铁道出版社，2018.8

ISBN 978-7-113-24542-9

I. ①中… II. ①曾… III. ①移动电话机—中老年读物  
IV. ①TN929.53-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第106613号

书 名：中老年人学用智能手机  
作 者：曾增 编著

责任编辑：张亚慧  
责任印制：赵星辰

读者热线电话：010-63560056  
封面设计：**MXK** DESIGN  
STUDIO

出版发行：中国铁道出版社（100054，北京市西城区右安门西街8号）

印 刷：中国铁道出版社印刷厂

版 次：2018年8月第1版 2018年8月第1次印刷

开 本：787mm×1092mm 1/16 印张：15.25 字数：266千

书 号：ISBN 978-7-113-24542-9

定 价：59.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书，如有印制质量问题，请与本社读者服务部联系调换。电话：（010）51873174

打击盗版举报电话：（010）51873659



哎，现在市场中的手机，更新换代的速度非常快。这不，前几天我女儿给我买了一部智能手机，到现在我都还不会用呢！



谁说不是呢，爷爷，智能手机的功能远比以前的手机功能强大，所以用起来会比较复杂。我给您推荐一本书，叫《中老年人学用智能手机》，非常实用，相信对您学习使用智能手机会很有帮助。



哦，是吗？可是我怕自己看不懂啊！



不会的，爷爷，这本书介绍的智能手机使用方法都比较基础，而且涵盖的内容都是简单易懂的。

第1章 中老年人玩智能手机要会的操作

第2章 中老年人也能轻松管理手机软件

**智能手机基本操作和软件管理**

**拍照和社交软件的使用**

第3章 拍好照，修好图，中老年人也可以

第4章 跟上潮流轻松学会QQ和微信

第5章 手机购物与支付不是年轻人的专属

第6章 手机让中老年人的生活更方便

第7章 除了广场舞，还可选择哪些娱乐活动

**手机购物、支付和娱乐**

**手机理财**

第8章 玩转手机理财，实现养老金稳增



看起来这些内容确实挺常见的，这下好了，有了这本书我就不用担心学不会使用智能手机了。



是的，爷爷。而且这本书还有很多自己的特色呢，保证您在阅读和学习的过程中不会觉得枯燥乏味。





不过，您要注意，这本书是以某国产品牌手机为例进行介绍的，如果您的手机界面和书中介绍的稍有不同，这是正常现象，咱们主要是学习其中的操作方法。至于这本书的读者群，主要有如下一些。



50、60和70多岁的中老年人



刚开始使用Android系统智能手机的读者

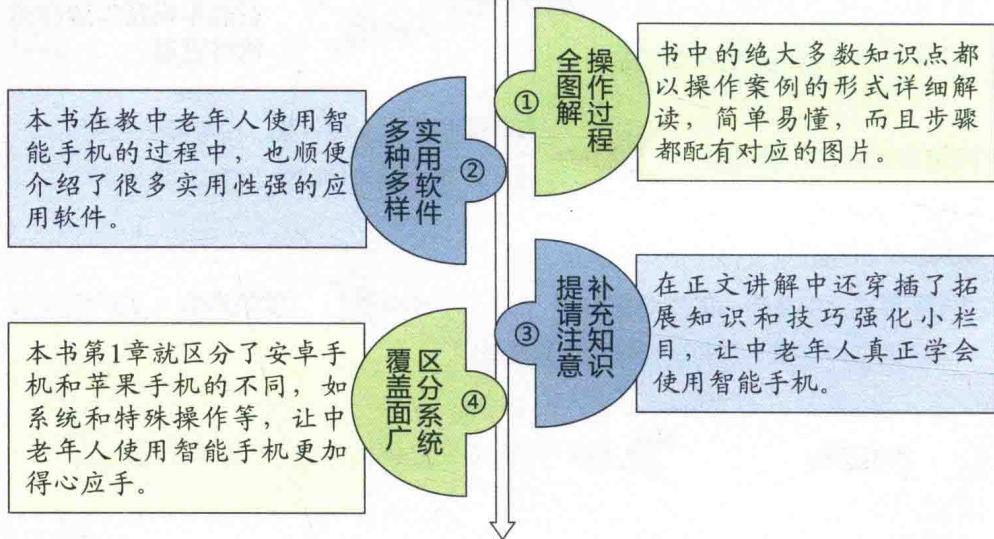


适合各中、高职学校和培训学校作为移动互联网基础教材使用



数码产品发烧友和时尚达人

### 本书特色





## 第1章 中老年人玩智能手机要会的操作

<b>1.1 认识新手机的组成结构</b> .....	<b>2</b>
1.1.1 智能手机的一般结构 .....	2
[跟我学] 了解智能手机的组成部分 .....	2
1.1.2 Android系统与苹果iOS系统的差别 .....	4
[跟我学] Android系统与iOS系统的比较 .....	4
1.1.3 怎么保护手机尽量不受损 .....	5
[跟我学] 怎么才能让手机尽可能不受损 .....	5
<b>1.2 智能手机的基础操作</b> .....	<b>6</b>
1.2.1 搞懂按键才能用好指法 .....	7
[跟我学] 手机机体上的按键使用说明 .....	7
1.2.2 点、滑、推、拉、按、双击 .....	7
[跟我学] 智能手机使用过程中涉及的指法 .....	7
1.2.3 看不清屏幕？放大系统字体 .....	9
[跟我做] 如何调大手机系统的字体 .....	9
1.2.4 怎么把常用的软件放在显眼的位置 .....	11
[跟我做] 学会移动软件图标到主菜单第一页 .....	11
1.2.5 怎么复制原手机中的电话簿和图片 .....	12
[跟我做] 通过蓝牙功能传送手机号码 .....	12
1.2.6 给亲人手机号设置来电头像 .....	14
[跟我做] 通过电话簿设置来电头像 .....	14
1.2.7 忘记字怎么写了？用拼音打字 .....	15
[跟我做] 给亲人发短信时用拼音打字 .....	15
1.2.8 移动网络和无线WIFI的启用 .....	17
[跟我学] 出门在外连接移动网络上网 .....	18
[跟我做] 连接无线WIFI上网速度更快 .....	18
<b>1.3 中老年人学会使用“设置”功能</b> .....	<b>19</b>
1.3.1 怎么把子孙的照片设置为桌面背景 .....	19
[跟我做] 进入“设置”界面更改手机桌面背景 .....	20
1.3.2 锁屏太快？设置“自动锁屏”的时间 .....	21
[跟我做] 设置手机的自动锁屏时间为一分钟 .....	21





1.3.3 对手机的各种声音进行调节.....	21
[跟我学] 利用“设置”功能调节音量.....	22
1.3.4 害怕错过信息? 开启“通知和状态栏”功能.....	22
[跟我做] 统一开启“通知和状态栏”功能.....	22
<b>1.4 自带功能让生活更简单.....</b>	<b>24</b>
1.4.1 想看黄历? 看日历.....	24
[跟我做] 查看黄历, 了解当天的宜忌.....	24
1.4.2 担心孙子/女上学迟到? 设置闹铃.....	25
[跟我做] 设置闹铃提醒.....	25
1.4.3 买菜不怕菜商算错, 手机计算器搞定.....	27
[跟我学] 运用“计算器”功能轻松完成算术.....	27
1.4.4 走夜路看不见, 用手电筒.....	28
[跟我学] 一键开启“手电筒”功能.....	28
1.4.5 使用手机收音机功能也能听广播.....	28
[跟我做] 用“收音机”功能听广播.....	28
<b>1.5 苹果手机的一些特殊操作.....</b>	<b>30</b>
1.5.1 对正在编写的短信进行“晃一晃”操作.....	30
[跟我学] 晃一晃删除已经输入的短信内容.....	30
[跟我学] 晃一晃恢复刚刚删除的短信内容.....	31
[跟我学] 将粘贴的短信内容快速删除.....	31
1.5.2 利用iMessage功能发短信只耗流量.....	32
[跟我做] 开启苹果手机的iMessage功能.....	32
1.5.3 苹果手机的其他特殊操作.....	34
[跟我学] 使用苹果手机的窍门儿.....	34

## 第2章 中老年人也能轻松管理手机软件

<b>2.1 手机系统自带的“应用商店”.....</b>	<b>36</b>
2.1.1 直接搜索、下载并安装软件.....	36
[跟我做] 在搜索框中输入软件名称进行下载安装.....	36
2.1.2 不知道选哪种? 搜索分类看评价.....	37
[跟我做] 进入“分类”界面查找软件.....	37



2.1.3 想赶潮流? 利用排行榜安装热门应用 .....	38
[跟我做] 利用排行榜查找热门应用 .....	38
2.1.4 怕手机中毒? 下载百度手机卫士 .....	39
[跟我做] 通过细分类查找并安装百度手机卫士 .....	39
<b>2.2 每个手机都有的“手机管家” .....</b>	<b>40</b>
2.2.1 手机内存不够? 清理垃圾文件 .....	40
[跟我做] 用“手机管家”清理手机中的垃圾 .....	41
2.2.2 担心流量用超? 设置流量控制 .....	42
[跟我做] 进行流量管理与控制 .....	42
2.2.3 总是接到推销电话? 开启“骚扰拦截” .....	43
[跟我做] 设置“骚扰拦截”屏蔽推销电话 .....	43
2.2.4 怕外出游玩电量不够? 开启低电量模式 .....	45
[跟我做] 启用低电量模式延长手机可使用的时	45
2.2.5 查杀手机病毒保护个人信息 .....	47
[跟我做] 扫描手机并进行杀毒 .....	47
<b>2.3 中老年人学习使用百度手机卫士 .....</b>	<b>48</b>
2.3.1 为软件上锁, 保护资金和隐私 .....	48
[跟我做] 给重要的软件加锁保护 .....	48
2.3.2 开启红包助手, 抢红包比年轻人还快 .....	50
[跟我做] 利用红包助手抢红包快人一步 .....	50
2.3.3 想向各种官方机构了解情况? 查看正规热线 .....	51
[跟我做] 轻松查看正规机构的服务热线 .....	52
2.3.4 不想打游戏被中断? 开启“游戏免打扰” .....	53
[跟我做] 设置“游戏免打扰”安心玩游戏 .....	53
2.3.5 APP不是越多越好, 卸载没用的软件 .....	54
[跟我做] 清理手机中的无用软件, 为其减负 .....	55
<b>2.4 提高警惕, 防止手机诈骗 .....</b>	<b>56</b>
2.4.1 手机诈骗的基本类型 .....	56
[跟我学] 常见的手机诈骗类型 .....	56
2.4.2 如何防止手机诈骗 .....	57
[跟我学] 手机诈骗的常见防范措施 .....	57
[跟我学] 了解手机诈骗的一些实例 .....	58





## 第3章 拍好照，修好图，中老年人也可以

<b>3.1 系统拍照功能与相册的使用</b> .....	<b>62</b>
3.1.1 不想麻烦别人？启用自拍功能 .....	62
[跟我做] 启用手机照相机的自拍模式 .....	62
3.1.2 想记录孙子/女的成长？拍摄视频 .....	63
[跟我做] 启用录像功能拍摄视频 .....	63
3.1.3 添加时间水印记录照片的拍摄时间 .....	64
[跟我做] 给拍摄的照片添加时间水印 .....	64
3.1.4 想自己照全家福？开启“声控快门” .....	65
[跟我做] 通过说话控制拍照快门的作用时间 .....	65
3.1.5 晚上拍不出照片？用“闪光”功能 .....	66
[跟我做] 晚上拍照用“闪光”功能 .....	66
<b>3.2 要想照片不显老，美图软件来搞定</b> .....	<b>67</b>
3.2.1 天天P图好用又潮流 .....	67
[跟我学] 天天P图的七大模块 .....	67
3.2.2 修图太麻烦？“一键美化”照片 .....	68
[跟我做] “一键美化”轻松修图 .....	68
3.2.3 不想旅游照片里有其他人？“裁剪”掉 .....	69
[跟我做] 将照片中不想要的部分裁减掉 .....	69
3.2.4 不想照片中有杂物？用“贴纸”来隐藏 .....	70
[跟我做] 用“贴纸”隐藏照片中不美观的部分 .....	70
3.2.5 想记录照相时的心情？给照片加点文字 .....	71
[跟我做] 给照片添加表达拍摄心情的文字 .....	71
3.2.6 照片很暗怎么办？调节曝光补偿来修正 .....	72
[跟我做] 调节照片的补光和亮度 .....	72
3.2.7 跟孙子/女一起拍萌萌哒的照片 .....	73
[跟我做] 和小辈们拍摄萌照 .....	73
<b>3.3 美容美妆让中老年人一键变年轻</b> .....	<b>74</b>
3.3.1 化妆太奇怪？“特效”帮你化 .....	74
[跟我做] 运用“特效”功能给照片中的自己化妆 .....	74
3.3.2 人老珠黄？“美白”功能告别黄脸婆 .....	75



[跟我做] 给照片美白, 让皮肤看起来更好看.....	75
3.3.3 老年斑照出来了? “磨皮” 去除斑点 .....	76
[跟我做] 使用“磨皮” 功能美化照片 .....	76
3.3.4 牙齿黄了不想笑? 用“白牙” 功能 .....	78
[跟我做] 给照片中的黄色牙齿美白 .....	78
3.3.5 拍照没有表情? “微笑” 功能告别僵硬脸 .....	79
[跟我做] 利用“微笑” 功能抹去照片中的僵硬脸 .....	79
3.3.6 想将几张照片合为一张? 进行“故事拼图” .....	80
[跟我做] 合并照片, 让一张照片说故事 .....	80

## 第4章 跟上潮流轻松学会QQ和微信

4.1 中老年人也能随时随地聊QQ.....	84
4.1.1 把头像换成喜欢的图片 .....	84
[跟我做] 将孙子/女儿的照片设置为自己的QQ头像 .....	84
4.1.2 添加好友建立联系 .....	86
[跟我做] 添加QQ好友 .....	86
4.1.3 给好友发送语音消息 .....	88
[跟我做] 发送语音消息让沟通更简单方便 .....	88
4.1.4 连WIFI让语音/视频通话更流畅 .....	89
[跟我做] 发起语音通话享受无延时沟通 .....	89
[跟我学] 向QQ好友发起视频通话 .....	90
4.1.5 创建兴趣群, 当群主 .....	90
[跟我做] 创建兴趣群, 组织其他中老年人参与活动 .....	90
4.1.6 怎么把QQ好友进行分组管理 .....	92
[跟我做] 添加QQ好友分组 .....	92
[跟我做] 删除QQ好友分组 .....	93
[跟我做] 将经常联系的分组联系人移至列表前面 .....	94
[跟我做] 移动好友至合适的分组 .....	95
4.2 微信朋友圈沟通老友们的生活 .....	96
4.2.1 进入朋友圈查看好友近况 .....	96
[跟我做] 查看微信好友发布的朋友圈 .....	96
4.2.2 给朋友发布的信息点赞、评论 .....	97





[跟我学] 给好友点赞 .....	97
[跟我学] 评论好友的朋友圈 .....	98
4.2.3 如何发自己的朋友圈 .....	98
[跟我做] 发布自己的朋友圈 .....	98
4.2.4 进入相册删除以前的朋友圈信息 .....	100
[跟我做] 删除不想保留记录的朋友圈信息 .....	100
<b>4.3 其他微信功能要了解 .....</b>	<b>101</b>
4.3.1 关注公众号及时获取新闻信息 .....	101
[跟我做] 搜索并关注“北京日报”的公众号 .....	101
4.3.2 微信发红包 .....	102
[跟我做] 给某个微信好友发红包 .....	103
4.3.3 记不住密码? 设置“声音锁”方便登录 .....	104
[跟我做] 为微信设置“声音锁”快捷登录 .....	105
4.3.4 添加“应急联系人”快速找回密码 .....	107
[跟我做] 给微信账号添加“应急联系人” .....	107
4.3.5 怀疑账号被盗时可冻结账号 .....	109
[跟我做] 紧急冻结存在安全隐患的微信账号 .....	109
4.3.6 手机有点卡? 管理微信存储空间 .....	110
[跟我做] 删除微信存储空间中的垃圾 .....	110
4.3.7 中老年人社交要谨慎, 防被骗 .....	112
[跟我学] 社交软件使用过程中的注意事项 .....	112

## 第5章 手机购物与支付不是年轻人的专属

<b>5.1 使用淘宝APP, 购物省时省力 .....</b>	<b>114</b>
5.1.1 选择商品太麻烦? 直接搜索目标商品 .....	114
[跟我做] 搜索想要挑选的商品 .....	114
5.1.2 怎么收货呢? 添加收货地址 .....	116
[跟我做] 添加收货地址方便收取购买的东西 .....	116
5.1.3 想省钱? 领金币抵扣货款 .....	117
[跟我做] 领取淘金币当钱用 .....	117
5.1.4 怎么给钱? 去结算并付款 .....	118
[跟我做] 输入支付密码结算付款 .....	118



5.1.5 不想走路? “天猫超市” 购买生活用品 .....	119
[跟我做] 逛“天猫超市” 买生活必需品 .....	119
5.1.6 买这么多能不能便宜? 领取店铺优惠券 .....	120
[跟我做] 领取店铺优惠券更省钱 .....	120
5.1.7 买一次付一次好麻烦? 使用“购物车” .....	121
[跟我做] 选购的商品全部放入购物车一起结算 .....	121
<b>5.2 中老年人上京东买家电家居 .....</b>	<b>123</b>
5.2.1 进入“分类” 快速找到商品 .....	124
[跟我做] 按类别查找目标商品 .....	124
5.2.2 用“京东到家” 买生鲜更省 .....	125
[跟我做] 用“京东到家” 功能购买生鲜制品 .....	126
5.2.3 给孙儿孙女买点玩具 .....	127
[跟我做] 按年龄段的不同选购玩具 .....	127
5.2.4 和家人一起出去旅游, 买点装备 .....	127
[跟我学] 不同的旅游目的购置不同的户外装备 .....	128
5.2.5 想吃特产? 不出去玩也能买到 .....	128
[跟我做] 到京东商城的“特产馆” 购买特产 .....	128
<b>5.3 线下消费, 各种支付方式任挑任选 .....</b>	<b>129</b>
5.3.1 如何完成购物绑定银行卡 .....	129
[跟我做] 给支付宝绑定银行卡 .....	129
5.3.2 中老年人在用支付宝付款时注意选择方式 .....	131
[跟我做] 在支付宝的“确认付款” 界面选择付款方式 .....	131
5.3.3 中老年人用微信, “零钱” 功能可付款 .....	133
[跟我做] 用微信“零钱” 付款 .....	133
5.3.4 输密码付款太复杂? 用付款码、声波付功能 .....	134
[跟我做] 点击“付钱” 按钮快速支付 .....	134
[跟我做] 开启微信的付款码功能 .....	136

## 第6章 手机让中老年人的生活更方便

<b>6.1 饿了就用“饿了么” 订餐 .....</b>	<b>138</b>
6.1.1 后辈儿不在家? 搜索想吃的美食 .....	138





[跟我做] 在饿了么上搜索美食解决一日三餐.....	138
6.1.2 进入“满减好店”订餐更划算.....	140
[跟我做] 到“满减好店”里面挑选食物.....	140
<b>6.2 用“春雨医生”看身上的小毛病.....</b>	<b>141</b>
6.2.1 小毛病不想去医院挂号？进行快速提问找病因.....	142
[跟我做] 用“春雨医生”快速提问寻病因.....	142
6.2.2 想自己找找病因？利用“人体图”做症状自诊.....	144
[跟我做] 使用“人体图”快速找准病因.....	144
6.2.3 不想排队挂号？进入网络医院预约挂号.....	146
[跟我做] 进入“网络医院”找名医挂号.....	146
6.2.4 想了解简单的健康常识？看春雨直播.....	148
[跟我做] 看春雨直播学习健康常识.....	148
<b>6.3 智能手机让中老年人出行更便利.....</b>	<b>149</b>
6.3.1 用共享单车——省钱+锻炼.....	149
[跟我做] 扫码骑ofo共享单车.....	150
[跟我学] 支付宝中几种共享单车的优惠措施.....	152
6.3.2 滴滴出行——方便+速度快.....	152
[跟我做] 子女不在家，自己也能坐轿车出门.....	152
6.3.3 百度地图——出行找路快又准.....	154
[跟我做] 用“百度地图”搜路线，导航方向.....	154
6.3.4 墨迹天气——提前选择晴雨装备.....	156
[跟我做] 用“墨迹天气”预知天气，做好出门准备.....	156
<b>6.4 中老年人闲暇时可以看书、读新闻.....</b>	<b>157</b>
6.4.1 上当当网免费试读.....	158
[跟我做] 电子档书籍免费试读.....	158
6.4.2 用今日头条APP关注时事新闻.....	159
[跟我学] 今日头条提供的多种新闻资讯类型.....	159
6.4.3 中老年人不用眼睛也能看书——懒人听书.....	160
[跟我做] 中老年人闭着眼睛读书.....	160
<b>6.5 中老年人用“掌厅”节省话费.....</b>	<b>162</b>



6.5.1 以前花的钱不浪费——用积分兑换话费 .....	162
[跟我做] 循环利用积分, 话费“生”话费 .....	162
6.5.2 没有成本就可赢流量或话费——大转盘 .....	164
[跟我做] 转转盘赢流量、话费或积分 .....	164
6.5.3 打发空闲时间——签到抽奖赢流量 .....	164
[跟我做] 去移动掌厅签到可抽奖赢流量 .....	164
6.5.4 礼尚往来——抢流量红包并互相分享 .....	165
[跟我做] 向别人赠送流量红包, 爱分享才会“赢” .....	165
<b>6.6 其他便利生活的手机应用操作 .....</b>	<b>168</b>
6.6.1 刷微博, 看热搜榜 .....	168
[跟我做] 进入微博热搜榜看大众最关心的事 .....	168
6.6.2 想给家做点力所能及的? 缴纳各种生活费用 .....	169
[跟我做] 用微信缴纳燃气费, 省时省力 .....	169
6.6.3 网上购买火车票、汽车票 .....	170
[跟我做] 用“铁路12306”软件购买火车票更方便 .....	170
[跟我学] 用“长途汽车票”软件购买汽车票 .....	172

## 第7章 除了广场舞, 还可选择哪些娱乐活动

<b>7.1 中老年人用手机听歌看电视不费劲 .....</b>	<b>174</b>
7.1.1 进入音乐软件搜索歌曲并播放 .....	174
[跟我做] 进入QQ音乐搜索并播放想听的歌曲 .....	174
7.1.2 想学跳广场舞? 看歌曲MV .....	175
[跟我做] 在QQ音乐软件中观看广场舞视频 .....	175
7.1.3 想看的视频看不了? 选择合适的视频软件看独播 .....	177
[跟我做] 安装合适的视频软件观看独播视频更流畅 .....	177
7.1.4 找不到没看完的视频? 进入“历史记录”继续看 .....	179
[跟我做] 查看“历史记录”接着看剧 .....	179
7.1.5 外出没有网怎么看视频? 提前下载, 离线也能看 .....	179
[跟我做] 下载视频, 离线也能看剧 .....	179
7.1.6 陪孙子/女看电影? 在淘票票里订购电影票 .....	181
[跟我做] 在淘票票APP中购买电影票很划算 .....	181





<b>7.2 随手玩游戏，中老年人打发空闲时间</b> .....	<b>183</b>
7.2.1 玩个游戏不想花钱？选单机游戏 .....	183
[跟我做] 断网状态下也能玩的“开心消消乐” .....	183
7.2.2 单机斗地主还能赢现金 .....	186
[跟我做] 联网状态下玩斗地主，赢卡兑现金 .....	186
7.2.3 手机麻将为您解闷儿 .....	188
[跟我做] 真人麻将对战 .....	188
7.2.4 与网络牌友下象棋 .....	191
[跟我做] 随时随地和牌友来上一局 .....	191
<b>7.3 不去KTV也能尽情K歌</b> .....	<b>193</b>
7.3.1 中老年人如何用手机唱歌 .....	193
[跟我做] 搜索歌曲名称开始录歌 .....	193
7.3.2 去“发现”里面找到并关注歌友 .....	196
[跟我做] 到“发现”界面中搜索并关注好友 .....	196
7.3.3 邀请身边的好友一起K歌 .....	197
[跟我做] 通过“任务”界面邀请好友玩全民K歌 .....	197
7.3.4 线上KTV——加入歌友创建的歌房 .....	198
[跟我做] 进入歌房唱歌，体验线上KTV .....	198
<b>7.4 玩抖音短视频，与儿孙更有话说</b> .....	<b>200</b>
7.4.1 观看他人拍摄的短视频 .....	200
[跟我做] 进入“抖音”即可观看短视频 .....	200
7.4.2 一键关注“抖友” .....	202
[跟我做] 登录账号并关注“抖友” .....	202
7.4.3 几步就能拍出抖音短视频 .....	203
[跟我做] 拍摄并发布生活中的小妙招 .....	203

## **第8章 玩转手机理财，实现养老金稳增**

<b>8.1 学会使用手机银行是理财的基础</b> .....	<b>206</b>
8.1.1 查询银行卡中的余额 .....	206
[跟我做] 设置登录密码，查询“我的资产” .....	206



8.1.2 在手机银行中快速购买理财产品.....	207
[跟我做] 进入“智服务”购买理财产品.....	208
<b>8.2 支付宝让中老年人理财更简单.....</b>	<b>209</b>
8.2.1 从支付宝APP进入余额宝.....	209
[跟我做] 几步操作就能进入余额宝.....	209
8.2.2 一键查看收益情况.....	210
[跟我学] 查看累计收益的历史记录.....	210
8.2.3 把钱存到余额宝中生利息.....	211
[跟我做] 将资金转入余额宝, 存取生息更灵活.....	211
8.2.4 将钱从余额宝中取出来做他用.....	212
[跟我做] 将余额宝中的钱转出到银行卡用于提现.....	212
8.2.5 手机里的钱不够? 用“花呗”先消费后支付.....	213
[跟我做] 买东西用“花呗”, 下月再还款.....	213
8.2.6 怕余额宝里的钱不安全? 给支付宝上“锁”.....	214
[跟我做] 进入安全中心给支付宝设置手势解锁.....	214
<b>8.3 中老年人“微信”理财要用理财通.....</b>	<b>216</b>
8.3.1 担心本金损失? 购买定期产品稳健理财.....	216
[跟我做] 购买定期产品, 理财很稳妥.....	216
8.3.2 想享受高一点的收益? 买保险类产品.....	218
[跟我做] 购买保险产品, 保障和理财兼顾.....	218
8.3.3 想博取大收益? 进入基金专区选购基金.....	219
[跟我做] 选购高收益、高风险的基金产品.....	219
8.3.4 可怜天下父母心——快速为儿女信用卡还款.....	220
[跟我做] 微信还信用卡, 操作简单又方便.....	220
<b>8.4 用京东金融APP也能理财.....</b>	<b>222</b>
8.4.1 类似货币基金的京东小金库.....	222
[跟我做] 开通京东小金库即购买了一只货币基金.....	222
8.4.2 中老年人对黄金感兴趣可买入“京东黄金”.....	224
[跟我做] 在京东金融上买黄金几步就搞定.....	224



# 01

## 第1章

# 中老年人玩智能手机要会的操作

### 学习目标

随着电子科技的发展，智能手机越来越普及。很多年轻的子女都为父母购置了智能手机。由于其功能比以前的普通手机多很多，因此中老年人在刚开始用智能手机的过程中可能会存在很多困难，所以很有必要学习如何使用智能手机。

### 要点内容

- 智能手机的一般结构
- 点、滑、推、拉、按、双击
- 看不清屏幕？放大系统字体
- 怎么复制原手机中的电话簿和图片
- 给亲人手机号设置来电头像
- 怎么把儿孙的照片设置为桌面背景
- 锁屏太快？设置“自动锁屏”的时间

.....