

しずおか創造ネット

第44号

2013.9.1



「ネット断食」の勧め

スマホやパソコンを1日5時間以上、夢中になる「ネット依存」は中学生で9%、高校生で14%に上るといわれている。こうした若者たちは、睡眠障害に陥り、昼夜逆転の生活になりがちだ。ネットでは「人に認められたい」「人とつながりたい」という心理から、返信はすべししないと仲間外れにされる、仲間の称賛を受けたいと画面から目を離せなくなる。

さて、私たちも「ネット依存」の生活に陥りやすい、それだけスマホやパソコンの世界は便利で快適だからである。でも、そこは「としの功」……。周りを見回して「ネット依存」の若者たちに自覚を求めるなどの働き掛けをしませんか。……。そうです。……。週一回のネット断食をして、戸外の新鮮な空気を吸いましょう。……」

ウインドウズ8.1

10月18日発売

マイクロソフト挽回へ。

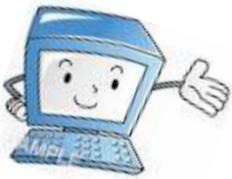
「8」の利用者は無料で更新できる。

何でも出来る賢いパソコンさん!

明石三那江

七十の手習いで始めたパソコン 家計簿や健康記録が迷うことなく、入力出来る事を目標に、楽しみながら頑張っています。一つの問題を解決できると又次の問題と、記憶力の悪い私も三歩進んで二歩下がる、繰り返し、繰り返し達成感を味わうパソコン教室が、今は老化防止?だと、思っています。年二回のデジカメ講座に参加し、カメラが私の体の一部のようにになりました。自分で撮影したものも、イラストとして利用するのも、世界で、ひとつしかないオリジナル。

S型のポラントニアでも、生かしています。メカになじめない私ですが、優しい講師のもとで、悩んだり、悦んだり、また次に向かって挑戦の気持ちで頑張ります。 感謝!



豆知識! パソコンも夏バテ?

記録的な猛暑になった今年の夏ですが、9月に入ってもその勢いは衰えず、パソコンにとっても夏バテが心配です。パソコンは熱に弱く、一部を除きファンを回して内部の温度を下げる仕組みになっています。猛暑で普段よりファンもフル稼働を強いられ、埃が溜まるなどしてうまく熱を逃がすことができないと、オーバークヒートで故障する原因となります。ファンから異音が出る場合は要注意です。

普段から気をつける点としては、本体外側にある通気口(小さい穴がいくつも空いている箇所)に埃が溜まる場合が多いため、時々掃除機等で吸い取ることをお勧めします。ただし、精密機器のため電源は落としてから行った方がいいでしょう。自信がある方は蓋を外して内部も掃除してください。その場合、空気で埃を飛ばす専用商品を使うといいでしょう。

また、設置方法・使い方では、デスクトップの場合、本体周りにはできる限り空間を空けるようにします。ノートで底面が非常に熱くなっている場合は、底面を少しを浮かせるようにすると熱が逃げやすくなる場合があります。



保土ヶ谷宿

新町橋を渡ると保土ヶ谷に入る。

二八と 只書いてある。

そば屋だろう。

二人の女が客引きに居て

丁度こっちも二人。

弥次喜多はなんなく

二八そば屋に吸いこまれて行った。

作者 松永宝蔵氏



<事務局への投稿方法>

◆投稿用のアドレス

sozo-net@yahoogroups.jp

◆emailの方:

ishikubo@shizuoka.tnc.ne.jp

◆faxの方:

054-246-1421

◆封書・ハガキの方:

静岡市葵区千代田3-11-43-6

しずおか創造ネット事務局宛て