



# コンサポ+ ティーブレイク

I 生きがいを見つける Information C 心つながる Communication T ともに学ぼう Technology

春爛漫ですね。皆様、お変わりありませんか？

コロナワクチンの接種が始まり、感染終息へと期待が膨らみます。予防接種を受ける？受けない？いろいろな意見がありますが、ワクチンについて少し知識を得てみましょう。具体的な接種方法やスケジュールなどの情報も収集してみましょう。

★「首相官邸 新型コロナワクチンについて」

<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/vaccine.html>



\*スマホでQRコードを読み取ってみよう！\*

スマホで左のQRコードを読み取り、のサイトを閲覧してみましょう。iPhoneは、カメラアプリから、Androidスマホは、カメラアプリかQRコードリーダーなどのアプリから読み取ることができます。

## パソ coop 2021 カレンダー作品展

パソ coop 会員教室に通う生徒さんたちの「2021年カレンダー作品展」が開催されました。締め切りの2月14日までに、33教室619作品の投稿がありました。多くのご参加ありがとうございました。作品は引き続き閲覧していただけます。どれも力作揃いで見応えがあります。ぜひご覧ください。来年のカレンダーづくりの参考になれば幸いです。



★カレンダー作品展はこちらから

→ <http://pasocoop.org/2021cal/shasinkan.cgi>

→ QRコードから閲覧することもできます。スマホから閲覧してみましょう！



## 今月のアプリ



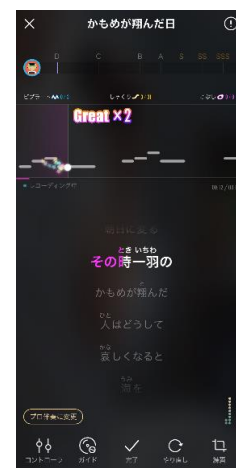
「Pokekara-採点カラオケアプリ」 iOS, Android

長引く自粛生活。本格的なカラオケが楽しめるアプリで、歌ってストレス解消しませんか？歌うことによってストレスホルモンが減少し、幸せを感じるセロトニンなどのホルモンが分泌さ

れるんです。(^^♪

イヤホンを使うとよりエコーが効いて、カラオケ屋さんで歌っているような雰囲気になります。採点もしてくれるので練習にも最適です！

★パソプラでアプリの使い方を紹介しています。記事はこちらから⇒



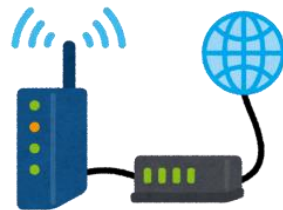
## そこが知りたい！

### ★Wi-Fiルーターはどこに置けばいいの？★

「うちのネットが時々切れたりして不安定なのよねえ」という方いらっしゃいませんか？そんな時に見落としがちなのがWi-Fiルーターの「置き場所」です。以下のチェックポイントを参考にしてみましょう。

#### ① ルーターが古い。

- 買ってからもう10年ぐらい…という場合は、買い替えましょう。無線の規格が合わなくなっている場合があります。



#### ② ケーブルが古い。

- ルーターをつなぐLANケーブルも古い規格のままでは速度がでません。また、中で切断していることもあるかもしれません。ルーターを新しくするならケーブルも新しくしましょう。

#### ③ 家の中の障害物を確認する。

- ルーターの近くに電子レンジやテレビなどがある。  
→電波障害を起こします。影響のない場所に移動しましょう。
- ルーターを床に直置きしている。  
→電波が床に反射して広がりにくくなります。床から1～2mぐらいの場所に置きましょう。
- ルーターの傍に水槽やウォーターサーバーなどがある。  
→水は電波を通しにくくする性質があります。
- 部屋の隅や棚の中に置いてある。  
→電波を遮ったり、反射して弱めたりします。



#### ④ 近所に電波障害を起こす建造物や工事現場などがある。

- 自分ではどうすることもできませんが、回線の契約そのものを見直すことで解決する場合もあるかもしれません。通信業者に相談してみましょう。



パ・ソ・プ・ラ  
Pa・So・P・La

「パソプラ」は、デジタルライフコンシェルジュがお送りする「私流デジタルの楽しみ方」を紹介するサイトです。毎日更新しています。<https://www.pasocoop.jp/>

WiFi 関連記事 ⇒

★「メッシュWi-Fiを導入してみた」



2021年2月によく読まれた記事を日付順にご紹介します。

★「イヴルルド遙華のアカウント姓名判断」

Twitter・InstagramやWebサービスなどに付けるアカウント名に迷ったら利用してみましょう。

★「要注目！この3月からの携帯新料金」

4つの携帯会社から発表されたこの春開始の新料金について、わかりやすく紹介されています。

★「話題の「Clubhouse」ってなんだ？」

Clubhouse（クラブハウス）の特徴やできること、ルールなどがわかります。どんなものか気になった方はぜひこの記事を読んでみてください。



パソプラの記事は  
QRコードをチェック

# おしらせ 掲示板

## 2021年1月～3月 1,000円講座 全3回 「いまさら聞けない！ブログ・シリーズ」

zoomを使ってオンラインで行いました。

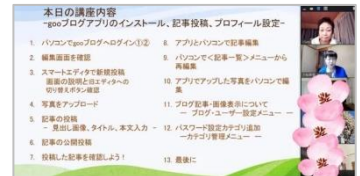
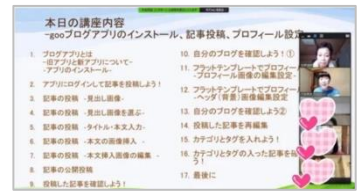
1月12日 1回目「ブログって何？」

2月9日 2回目「iPhone、iPadアプリで投稿！」

3月9日 3回目「パソコンで投稿！」

コンサポートのブログ仲間はリアルになかなか会えなくても、違うクラスで直接会ったことがない方でも、なんとなくお友達です。

コンサポートの「gooブログ」はいつでもスタートOK♥  
気になったら、ぜひ、お気軽に担当講師や受付にお声がけください。  
スタッフ一同、楽しみにお待ちしております。



## 大船 1,000円ランチ「焼肉ライク大船店」

本日ご紹介するのは「焼肉ライク大船店」さんです。

お店の場所はこちら。→

教室からも駅からもすぐ近くですね！

少し前から工事をされていて、気になっていたからもいらっしゃるかと思えます。開店が今年3月17日で、まだできたばかりのお店です。

とはいえ、開店直後から行列ができていて、最初に伺った17日はグラウンドオープン当日ということもあってか、おそらく3桁におよぶ行列ができていました。

1週間たった24日はそこまでの混雑ではありませんでしたが、それでも10人程度は行列していました。

営業時間は右の表をご覧ください。  
ただし、今は時短営業で早く閉店する  
そうなので、夜間に来店されるときにはお気をつけください。

開店	閉店	ラストオーダー
10:00	23:00	22:30

お願いしたのは匠カルビ・ハラミセット(100g.ご飯、わかめスープ、キムチ付き)！880円です！

それにしても、火で焼かれるお肉がこれほど美味しいとは！久しく忘れておりました。あまりに美味しく、お肉をおかわりしちゃいました。



## 今月のパソコンテキスト ★3月15日リリース Eテキスト★

- W-0187: エンジョイパック A5 ファイルをデザインしよう (イラスト編)
- W-0188: インターネットを利用した文書作成 その2
- E-0124: 関数入門編 その2
- IA3-0060: LINE スタンプを作ろう

## 「おてがる講座」のご案内

今月はZoomを使った遠隔授業をおこないます。Zoomについて事前学習もご用意しています。お申し込みは、ホームページよりお願いいたします。

おてがる講座	講座の内容	開講日時	講師
クラウドアプリ 入門(1) クラウドアプリ って何？	パソコンで便利に使っているワードやエクセルですが、最近ではそれがインターネットを通じて「アプリケーション」そのものを提供する仕組みが増えてきています。みんなで共有する情報(ワードやエクセルのデータなど)を、オンライン上で同時に作業できたり確認できたりしたら便利ですよ。初回は、そんなアプリをいくつかご紹介いたします。	4月14日(水) 13:30~14:30	小野 薫
クラウドアプリ 入門(2) Google ドキュメントを使 ってみよう	Google のサービスの中で、ワープロの位置づけが「ドキュメント」です。ワードとの違いを中心に、簡単な使い方をご紹介します。Google アカウントがあれば、誰でも無料で利用できるので、とても便利です。	5月19日(水) 13:30~14:30	小野 薫

4月号のお題は「春になったら、外に出て深呼吸したいよね!」です。

自律神経を整える意味でも、深呼吸することは身体にとってとても大切だそうです。

どうせなら、やっぱり自然に囲まれた環境で深呼吸したいですよね。なるべく人工物が目に入らないような場所で。近場なら「鎌倉湖」や「六国見山」などがオススメです!

### <キリマンジャロ>

釣り船で最初のポイントへ移動する時、進行方向に向かって春風を受け止めながら、深呼吸したいデス!! 船上から眺める岬に淡いピンクの桜を見つけたら最高! 柔らかな春の陽射しと優しい風、潮の香りの中、全身で深呼吸。桜鯛が釣れたら、もう完璧!!

∞~ カモミール ~∞

明るい季節が始まりました♪ 心地良い風が吹いて花が咲き、新芽が芽吹き、日差しが眩しい、これから楽しいことがたくさんあるような気持ちになります!(^\_^) 空気が澄んで思いっきり深呼吸できる草原に行きたいですね~。父母との思い出のある「美ヶ原高原」に行ってみました。

:: :: : 抹茶 :: :: :

伊豆高原の「大室山」にリフトで登って空気の澄んだ高い所で深呼吸すると心身共にリフレッシュ出来そう。でも花粉の時期が終わってからのいいなあ。無意識の呼吸は浅く自律神経が乱れて体調が悪くなるそうですが、改めて深呼吸すると肺も強くなる気がしてスッキリします。健康の為に深呼吸ですね^\_^

~エスプレッソ~

気温が高くなり、上着も軽くなりましたね。まだ日常はマスクをつけた生活ですが、冬のこわばった体をほぐしに箱根あたりに出かけて足湯につかりながら、深呼吸をしたくなりますね。

◇ カフェオレ ◇

外に出て深呼吸するとき、「逆腹式呼吸」を試してみたいかがでしょうか。

つま先をそろえて前に向けて肩幅程度に開き、膝を少し緩め、背筋を伸ばして手のひらを重ねてヘソの下に当てます。

同じ長さで、吸うときにお腹をへこませ、吐くときにくらませるように、呼吸します。太極拳講座で習ったのですが、お試しいかがでしょうか。

▲茶柱▼

cuさん、Poohによるイラスト ACのイラスト



## 「ティーブレイク」Vol.304 (2021年4月号)

編集：パソコン事務局 コンサポート大船・港南台教室

発行：鎌倉市大船 1-23-11 松岡大船ビル 4階 コンサポート大船教室/港南台教室

TEL：0467-40-2330(大船教室)/045-832-1121(港南台教室)

URL：https://www.oofuna.com E-Mail：oofuna@comspt.com

編集：小野 克美 発行責任者：小野 薫

2021年4月1日(木)発行



パソコン写真館  
ID：pasopla  
P/W：uso

