



# 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

マウスやタッチパッドを使い、カーソルを移動させて操作するパソコン。実は、その操作の多くはキーボードのみでも可能なものが多いのをご存知ですか。知らないままではもったいない、そんな便利なキーボード操作の方法 ショートカットキーをご紹介します。

**注目!**



## もっと速く、もっと便利に！ショートカットキーを使ってみよう

ショートカットキーとは、キーボードを使ってパソコンの操作を簡単に行うための機能です。ショートカットキーを使用すると、キーボードから手を離してマウスに持ち替える必要がないので効率よく作業できます。とはいえ、ショートカットキーにはたくさんの種類があるので覚えるのも大変です。そこで今回は、組み合わせに使う【修飾キー】([Ctrl] [Shift] [Alt] [Windows])など、他のキーと一緒に押すことでその機能を一時的に変更するためのキーの持つ意味にも着目してみました。一緒に押すのは Ctrl だけ？Shift だけ？という時に、修飾キーの役割がイメージできると迷わず使えそうですね。

### 【Ctrl】 コントロールキー

コントロール  
「Control」を略した文字で「制御する」の意味があり、アルファベットキーや数字キーと組み合わせることで効率的な操作ができる。

- Ctrl+C … 選択した項目をコピーする
- Ctrl+X … 選択した項目を切り取る
- Ctrl+V … 切り取り、コピーした項目を貼り付ける
- Ctrl+Z … 操作を元に戻す
- Ctrl+A … すべての項目を選択する
- Ctrl+F … 文字を検索する
- Ctrl+N … 新規作成
- Ctrl+P … 印刷
- Ctrl+S … 上書き保存



### 【Shift】 シフトキー

「切り替える」の意味があり Shift キーを押しながら文字や数字、記号を押すと上段に表記されている文字等を入力できる。方向キーと合わせて範囲選択に使用することも便利。

- |                |               |
|----------------|---------------|
| Shift+数字・記号    | 上段の文字等を入力     |
| Shift+アルファベット  | 大文字を入力        |
| Shift+CapsLock | 大・小文字固定切替     |
| Shift+スペース     | 半角スペースを入力     |
| Shift+F10      | ショートカットメニュー表示 |
| Shift+方向キー     | 文字や項目の範囲選択    |
| Shift+Delete   | ゴミ箱に入れず完全削除   |
| Shift+Ctrl+Esc | タスクマネージャを表示   |

### 【Alt】 オルトキー

オルタネート  
「Alternate」を略した文字で「代替の」という意味があり、他のキーと組み合わせることで特殊な動作を実行できる。

- Alt+Esc … 開いているアプリを順番に切り替える
- Alt+Tab … 開いているアプリを一覧し切り替える
- Alt+F4 … アプリケーションを終了する

### 【Windows】 ウィンドウズキー

Windows の機能を素早く呼び出す。

- ≡ スタートメニューを表示/非表示にする
- ≡ +D … デスクトップを表示/非表示にする
- ≡ +E … エクスプローラを表示する
- ≡ +↑ … ウィンドウを最大化する
- ≡ +↓ … ウィンドウを最小化する

**LET'S TRY!**

初めはどのキーを押せばいいのか覚える必要がありますが、続けていくうちにすばやく操作することが普通になり、マウスをあまり使わずに様々な操作ができるようになりますよ。ぜひお試しください！

※今回は Windows のショートカットキーを取り上げました。Mac をお使いの方は、教室の先生にお声掛けしてみてくださいね。



# 私の散歩道

Vol.18 おとなのAula 練馬校（東京都）PC サークル「flower」の皆様

## 「flower」は生徒様の自主的なパソコンサークル



おとなのAula 練馬校のパソコンサークル「flower」は「パソコンを通して人生を楽しむ」ということを目的に2002年から活動が始まりました。パソコン授業ではなく生徒様が自主的に活動をし、教室のスタッフはサポート役としてお手伝いさせていただいております。毎年開催される恒例の「パソコン生徒作品展」では目玉作品として来場者の皆さんから絶賛されています。今後の活動で大いに人生を楽しんでいただきたいと思います。



吉田和子さん

幼少の頃より肘の先から両手のない吉田さんですがチャレンジ精神は人並外れたものをお持ちです。1964年の東京パラリンピックでは水泳や陸上などで金メダルを獲得されました。教室の第1期生として21年間通われ何事にも前向きで新し物好き。不可能を感じさせない周りの方々をも幸せにしています。これからも何事にもチャレンジされ人生を楽しんでいただきたいと思います。

### 【本人談】

「大好きな絵をパソコンで描き完成したときの喜びは人生の大きな刺激です。」

### 【通われている教室】

PC、スマホ、タブレット、AppleWatch、健康ダイエット、水彩、吹矢、一眼レフカメラ 他



村田洋子さん

テニスで全国大会に出場されるほど活動的な村田さんはスポーティーなだけでなく繊細な刺繍などの手作業も大得意。それに加え教室に通われて19年、ITという先端技術にも挑戦され目いっぱい楽しんでいます。flowerでの作品作成もメキメキと上達されさらなる高度な作品作りに挑戦されていかれることでしょう。今後の作品展への出展作品が大いに楽しみです。

### 【本人談】

「手間のかかる作品が完成したときの達成感は何事にも変えられない喜びです」

### 【通われている教室】

PC、スマホ、タブレット、AppleWatch、健康ダイエット、水彩 他



橋本幸子さん

flowerの中でも最もたくさんさんの絵を積極的に描かれているのが橋本幸子さんです。その腕前はプロ級で誰もが認めるパソコンを使った水彩画は秀逸な作品ばかり。ほかのflowerの皆さんへのアドバイスなどもされ面倒見の良さも橋本さんの素敵なお人柄。お仕事をされながら教室に通われていらっしゃるため充実した毎日を送られていらっしゃると思います。

### 【本人談】

「難しい絵をパソコンで描くという挑戦で得られる刺激が大好きです」

### 【通われている教室】

PC、タブレット、健康ダイエット、水彩 他



熱心な作業風景→  
←素晴らしい作品  
ぜひご覧ください！





今月の【iPadでお絵描き講座】「ポップな樹」



仕上げのカードもスタンプとの組み合わせが楽しいですね。



最初に~~透明になった色の組み合わせも楽しんでいただきました。

お し ら せ 掲 示 板

おすすめ！！大船のおみやげ \*鎌倉カスター\*

第2回目は「鎌倉カスター」

自然に恵まれた文化のふるさと湘南鎌倉で、鎌倉ニュージャーマンが産声を上げたのは1968年。

創業以来「味作りの名人」を自負し、『かまくらカスター』を主力商品として洋菓子を製造・販売しています。



たっぷりと詰まったとろとろのクリームとふんわり柔らかなスポンジのハーモニーです。

季節ごとに限定の味が楽しめます。

大船ルミネウィング、鎌倉ニュージャーマン 大船工房直売所でも購入できます。



★9月15日リリーステキストのご案内★

- W-0206 : Wordで作るMyカレンダー 2023
- W-0207 : シェイプアートでウサギを描こう
- ma-0010 : 音楽・その他コンテンツを楽しもう



## 「おてがる講座」のご案内

60分1,100円のおてがる講座は、Zoomを使った遠隔授業でおこないます。  
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
続 Google フォーム を使ってみよう	新型コロナ感染拡大防止の観点から、最近ではアンケート用紙なども紙から Web で回答する方式に変わりつつあります。 こうしたアンケートやテストやクイズ、参加申し込みフォームなど多岐に亘る Google フォームの基本的な使い方をご紹介しますと思います。今回は前回の続編です。	10月26日 水曜日 13:30~14:30	小野 薫

教室 LINE を始めました



まずはお友達登録をお願いします。

今月号のお題は  
「スポーツの秋。学生時代にやっていたスポーツは？」です。

今月号のお題は「スポーツの秋」に絡めて。  
私は小学生は器械体操クラブ、中学生の頃は剣道部でした。中学3年生の時は陸上大会だけは長距離走に陸上部に駆り出されていました。高校・大学時代は硬式テニスをやっていました。今は、体形も変わってこれらのスポーツは無理ですね。せいぜいオートバイ、時々ハイキングという感じでしょうか。

### ◁キリマンジャロ▷

中学は軟式テニス部、高校は硬式テニス部。高校3年春まで部活三昧の体育会系でした。卒業後、女子ダブルス一般トーナメントへエントリーして1回戦敗退。ミックスダブルスは1回戦ストレート勝ちで2回戦へ。白髪のご夫妻ペアとラリーが続く楽しい試合でしたが、気づいたらストレート負け！テニスの奥深さを実感した試合となりました。懐かしい思い出です。

### ∞~ カモミール ~∞

中学の部活は「剣道部」3年生で女子一人になってしまったので後半はマネージャー。高校では始めは「新聞部」に入部しましたが、その後「ダンス部」に。クラシックバレエ（トゥシューズ履いて踊る経験もできました）創作バレエなど衣装も自分たちで作成して、スパルタ先生のご指導の下とても良い経験になりました。その時の姿勢の保ち方や歩き方が役立っていると思います。

:::: 抹茶 ::::

小学校高学年の夏休みは学校の方針で連日、水泳に通って鍛えられました。中学と高校は6人制バレーボールで中学時代はセッター、高校時代は背が低いのでレシーブ専門でした。その後9人制ママさんバレーは23年ほど^^

### ~エスプレッソ~

学生時代にスポーツはやっていませんでした。体を動かすということでしたら、小学生の夏休みの時に休まず参加したラジオ体操ぐらいでしょうか。中学校の時は演劇部で、運動部と同じように学校の外周を走らされていましたが、スポーツは見るが好きです。

### ◇ カフェオレ ◇

中学時代にしていたのはサッカー。ポジションはMF(当時はハーフ)志望だったんですけど、力及ばず線審。サブメンバーでさえもない…。高校に入って流れて弓道。今でこそ県内有力校ですが、当時は「…。今再び、と思ってもお金の面で二の足三の足を踏みまくります。地団駄ともいいますね。

### ▲茶柱▼

Hello さんによるイラスト AC のイラスト

# スポーツの秋

## 「ティーブレイク」Vol.322 (2022年10月号)

編集：パソコープ事務局 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 2022年10月3日(月)発行



パソプラ写真館  
ID：pasopla  
P/W：yakiimo

