

## パソコンの活用

### (1) メールの送受信(Outlook Express=OE と略す)

送信形式に「テキスト」と「HTML」があるが、通常は「テキスト」で行う。

(受信トレイ→メニューバー「ツール」→オプション→送信→メール送信の形式「テキスト形式」)

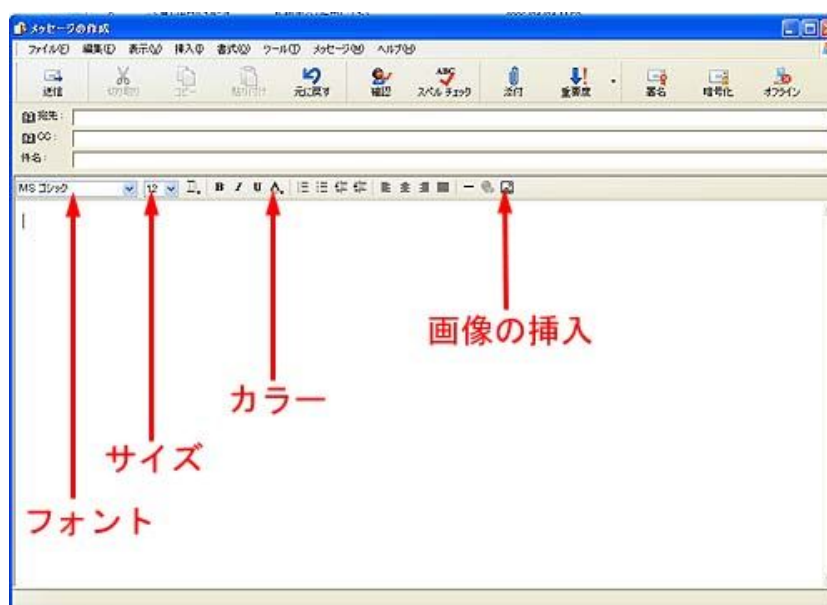
#### ○ テキスト形式:(書体、フォント)

(受信トレイ→メニューバー「ツール」→オプション→作成→作成時のフォント→メール→「フォントの設定」で決める)

#### ○ HTML 形式: 画像を入れたり、文字を装飾したりすることが出来るが、送り先のパソコンのブラウザが対応していなければ見ることが出来ないので、通常は使わない。

- ・使用する場合 (メッセージの作成→(メッセージ作成画面のメニューバーの)書式→リッチテキスト(HTML))

リッチテキスト(HTML)のメッセージ作成画面のツールバーで、フォントの書体、サイズ、カラー、画像の挿入(右端ボタン)などが出来る。



### (2) 資料の作成

#### ○ 画像: デジカメの写真、スキャンした写真・画像

大きく取り込んでおき、他人に送る場合は縮小(解像度を小さくする)して送る。

- ・ソフト: プリンタ、スキャナに附属しているものを活用。

森推奨ソフト・・・「IrfanView32」

<http://www8.plala.or.jp/kusutaku/iview/>

ダウンロード→Ver.3.98「自己解凍形式ファイル(900kb)」

#### ○ 文書: Word、Excel、メモ帳 etc.

#### ○ PDF ファイル化: 画像、文書の容量を軽減できるので、ファイルのやり取りに便利。

「Adobe Reader」のインストールが必要。

- ・無料ソフト: 「クセロ」(<http://xelo.jp/xelopdf/>) (対応 OS: Windows2000/XP)

## 「クセロ」のインストールと利用

- (1) 上記ホームページから手順を踏んでソフトをダウンロード。
- (2) ダウンロードしたファイルを実行すると、クセロがプリンタにインストールされる。  
(登録して、シリアルナンバーを取得する必要あり)
- (3) 印刷したいファイルを開き、メニューバーの「ファイル」→「印刷」
- (4) 画面の「プリンタ名」の窓の右の下向きボタンをクリックし、中の「クセロ PDF」を選択
- (5) 「OK」ボタンクリックで、ファイルが PDF ファイル化される。

## (2) フォルダ、ファイルの圧縮・解凍

OS が WindowsXP の場合は、フォルダ、ファイルの上で右クリック。「送る」メニューの中に圧縮があるので簡単に実行できる。

他の OS の場合は圧縮・解凍ソフトを使う。

- ・ 圧縮・解凍ソフト：「Lhaplus」、「Lhasa」 etc.

デスクトップにおいた場合：ドラッグ&ドロップ

「SendTo」フォルダに入れた場合：右クリック

## (3) 「宅ふぁいる便」の活用 (1MB 以上のファイルの授受)

「宅ふぁいる便」(<http://www.filesend.to/>) (大阪ガスの大容量ファイルの送受サービス)

### 利用方法

#### (送信)

1. 「宅ふぁいる便」のホームページで会員登録する。(無料)
2. ホームページの「ファイルを送る」をクリック。
3. 「受信者」欄に送信先のメールアドレス、氏名を入力。
4. 「送信者」欄に自分のメールアドレスと登録時に取得したパスワードを入力。
5. 「ファイル指定」欄に自分のパソコン内の送付するファイルを入れる。
6. 「伝言文」を書き、「ファイルを送信する」をクリック。  
(容量によって時間がかかるが、待つこと)
7. 送信確認画面が出たら、送信完了。

#### (受信)

1. 「宅ふぁいる便」からファイル預かりのメールが届く。
2. ファイル受け取りの URL を開く。
3. 「同意してファイルを受取る」をクリック。
4. 開いたページで、「ファイル受取り方法」に従い、ファイルをダウンロードする。  
(ダウンロードファイルの置き場所は、デスクトップが分かりやすい)
5. ファイルが圧縮フォルダの場合は、上記(2)の方法で解凍する。

## (4) 検索の活用

- ・ 「Yahoo」(<http://www.yahoo.co.jp/>)
- ・ 「Google」(<http://www.google.co.jp/>)
- ・ 「goo」(<http://www.goo.ne.jp/>)

検索のコツ：キーワードを半角で区切って列挙すると、検索が絞り込める。

## (5) セキュリティについて

### (ウイルス対策)

1. Windows Update をこまめに実行。  
(WindowsXP の場合は、サービスパック 2 を導入----Microsoft ホームページより)
2. ウィルス対策ソフトをインストール。
3. 見知らぬメールの添付ファイルは絶対に開かない。
4. 月に数回はウィルススキャンする。

### (スパム、フィッシング対策)

1. ウィルス対策ソフトでガードする。
2. 不審メールの URL に絶対に寄り付かない。
3. 不要な個人情報を発信しない。
4. 不審なメールには返信しない。

### (迷惑メール対策)

1. 出会い系など迷惑メールは、サーバーに登録し、サーバーに入った段階でシャットする。
2. メールルールで仕分けし、自動削除する。
3. URL に寄り付かない。
4. 返信しない。
5. 本メールアドレスは、ホームページや書込みで出来るだけ公表しない。

## (6) その他

- ・ パソコンの快適操作
  - ・ 切り取り、コピー、張付けのショートカット使用(Ctrl+X、Ctrl+C、Ctrl+V)
  - ・ フォルダ、ファイルのネーム変更(F2 キー)
  - ・ 全角カタカナ変換(F7 キー)、半角カタカナ変換(F8 キー)
  - ・ メモ帳の活用
  - ・ IME 手書きパッドの活用

[メモ]