

# EPOC

えぽっく

## 江別パソコン利用研究会

<http://e-epoc.skr.jp/>

### 2010年 2月

第198号 発行日 2010年2月10日

## 新年を迎えて

皆川 会長



昨年から会長に就任し、講習会では3 DCG教室を担当させていただいています。私自身の「EPOC人」としての日は浅いのですが、講習会や文化祭の様子をもとに述べさせていただくならば、会員の皆様の学び続ける姿勢と情熱がこの組織の原動力であることは疑いのないところだと思います。楽しみながら活動することが、さらなる学習意欲につながっているとも言えるかもしれません。

もちろん、その背景には役員各位による日々の地道な運営の御努力があることは言うまでもありません。

さて、一昨年、会の発足から大きな節目となる20周年を迎え、今年で22年目となります。この長い活動の蓄積を財産として、今後、新たな学びの可能性を探ること、さらには、日々の取り組みの成果を外部に向けて発信する試みができないものでしょうか？

皆様とともに、次なる活動を模索し展開していきたいと思います。

本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

高橋 代表幹事

皆さん明けましておめでとう御座います。さて、私も代表幹事に就任して半年余りが経過しましたが、経験不足の私を皆様方に支えて頂きました事を感謝申し上げます。

今年は、寅年に当たりますが、「虎を描きて狗（いぬ）に類す」という諺があります。凡人が優れた人のまねをして軽薄になってしまうこと、立派すぎるものや大き過ぎるものを求めたがために失敗してしまうことのとえです。然しながら目標を掲げることは必要です。

人それぞれ自分に合った目標を掲げて、地道に一步一步突き進んで行こうではありませんか。

EPOCでの活動も同様で、例えば何でも良いからその活動の中からパソコンに対する新しい知識を一つでも良いから吸収し、自分のものにして行く事の必要性があります。

パソコンではこんな事が出来るんだと感心する事が多々あり、知ることの楽しさを教えてくれます。また皆川会長のコメントにもありました様に、今迄も行ってきましたが、活動の状況を更に外部にも発信する方法を新年度に向けて考えてゆきたいと思っていますので、皆さん方の良いアイデアを提供していただければと思っています。

それでは最後にEPOCの益々の発展と皆様方の健康を祝し挨拶に代えます。

# 部活動予定

## 2月 活動予定



2月 3日 (水)	13:00~16:00	シニア部会・大麻公民館
2月12日 (金)	13:00~14:50	シニア部会・情報図書館
	15:00~17:00	サムデイ部会・情報図書館
2月13日 (土)	13:00~14:50	会員の講習会・情報図書館
	15:00~17:00	オフィス部会・情報図書館
2月14日 (日)	13:00~16:00	インターネット・情報図書館
2月16日 (火)	13:00~16:00	シニア部会・野幌公民館
2月20日 (土)	13:00~16:00	皆川教室・野幌公民館
2月21日 (日)	13:00~15:00	エポック月例会・情報図書館
	18:00~20:00	パブリッシャー講習会・野幌公民館
2月27日 (土)	13:00~14:50	会員の講習会・情報図書館
	15:00~17:00	オフィス部会・情報図書館

3月 3日 (水)	13:00~16:00	シニア部会・大麻公民館
3月12日 (金)	13:00~14:50	シニア部会・情報図書館
	15:00~17:00	サムデイ部会・情報図書館
3月13日 (土)	13:00~14:50	会員の講習会・情報図書館
	15:00~17:00	オフィス部会・情報図書館
3月14日 (日)	13:00~15:00	エクセルの印刷・情報図書館
3月16日 (火)	13:00~16:00	シニア部会・野幌公民館
3月20日 (土)	13:00~16:00	皆川教室・野幌公民館
3月21日 (日)	13:00~16:00	エポック月例会・情報図書館
3月27日 (土)	13:00~14:50	会員の講習会・情報図書館
	15:00~17:00	オフィス部会・情報図書館

## 3月 活動予定



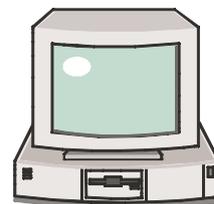
# 新年懇親会 宴

今年も恒例になっています新年懇親会を、1月30日(土)午後17:00より「いろは」で、高橋代表幹事の司会の下、皆川会長の新年に向けての挨拶の後、猪股副代表の乾杯の音頭で開会しました。皆さんそれぞれ自己紹介に移り、パソコンの取り組み方や、日常生活の出来事等を面白おかしく話して頂きました。

大分酒も入り酔い始めた所で、話術巧みな黒沢さんの進行で例年行われています「オークション」が始まりました。黒沢さんの威勢の良い声につられて、高いのか安いのか解らずに、次から次へと手を上げ品物を受け取る方の姿は、滑稽でした。時間もあっという間に過ぎ、懇親会も終わり、予定通り次の二次会に向かう人々が寒さを忘れて夜の街に散って行きました。皆さん、今年も健康で元気よく過ごしましょう。



(高橋 晃 記)



### オフィス部会

★1月23日 (土) 情報図書館 15:00～17:00  
参加者14名 講師 猪股さん

学習内容 1 数式の入力 2 数式のコピー  
Excel P53～57まで

次回2/12は「計算をしよう」のP58から行います。

ちょっと難しいP58 相対参照・絶対参照、そして関数にはいります。

でも、完全に覚えなくてもこんな事も出来るんだ程度で、後で参考になる事があると思われまますので、是非ご参加下さい。

### アーカイブ部会

★1月14日 (木) 情報図書館 13:30～15:30  
講師 情報図書館 佐々木館長さん  
講師 高間 和儀さん

学習内容 「江別の学校の移り変わり」  
その2 戦後編

昭和23年新野幌小学校の開校より始まり、昭和11年の上江別小学校の開校までの歴史を説明して頂きました。その他中学校、江別高校、野幌高校、三愛高校、江別が学園都市となつた礎の酪農学園大学、札幌学院大学等の開校の背景を知ることが出来ました。

次回 4月予定ですが、日時、題目については、後日連絡いたします。

### サムデイ部会

★1月8日 (金) 情報図書館 15:00～17:00  
参加者 4名 説明者 高橋さん

学習内容 「Word 2003応用」  
第五章「長文作成をサポートする機能Ⅰ」

- アウトライン番号の設定
- アウトライン番号の書式変更の変更
- 見出しの移動 ■目次の作成
- 改ページの挿入
- 目次を利用して本文にジャンプすることが出来る。

文書作成の際の箇条書きの設定をし、見出しのレベルを三段階等に分ける事により、文章の強調部分を表して、全体の構成を解かり易く表す事が出来ます。

次回 2月12日 (金)

第六章「長文作成をサポートする機能Ⅱ」

いよいよテキストも最終段階近くなって来ました。今の段階ですと後3回ほどで終了し、新しいテキストで行うこととなりますが、皆さんと相談して題目を決めたいと思っています。

### パブリッシャー講習会

★1月24日 (日) 野幌公民館 18:00～20:00  
参加者 4名 講師 佐々木弘さん

学習内容  
第9章 「ページ操作とレイアウト」  
第8章 「表の作成」

次回 2月21日 (日) 18:00より

### シニア部会

#### 2月予定

2月 3日 (水) 13:00～16:00 大麻公民館  
2月12日 (金) 13:00～14:50 情報図書館  
2月16日 (火) 13:00～16:00 野幌公民館

#### 3月予定

3月 3日 (水) 13:00～16:00 大麻公民館  
3月12日 (金) 13:00～14:50 情報図書館  
3月16日 (火) 13:00～16:00 野幌公民館

### ■ 御 願 い

エポックも皆さんご存知の様に、市民のための講習会等、年36回の講習会を行っています。皆さんが今までエポックで学んだ事を市民や新しい会員の方々に、是非講師になって教えて欲しいと思います。新年度4月よりの講師担当を決めたいと思っていますので、講師を引き受けてくれる方は、高橋まで連絡をお願い致します。

# パソコン基礎講座



## CPUて何？

CPUとは「Central Processing Unit」の略で、日本語では「中央演算装置」という意味になります。CPUは、パソコンの中でプログラムという命令に従って、さまざまな計算を行いデータを処理します。例えるなら、CPUは人間の頭脳に当たります。高速なCPUほど処理が速いので、**CPUの性能がパソコンの性能といっても過言ではありません。**

## CPUの種類は？

CPUは、パソコンの用途や機能に合わせてさまざまな種類があり、現在はインテル®社とAMD社のCPUがその大半を占めています。

インテル®社のCPUには「Core™ 2 Duo」「Core™ 2 Quad」「Celeron®」「Atom™」などのブランドが、AMD社のCPUには「Athlon™ X2」「Turion™ X2」などのブランドがあり、高性能で高価なタイプ、消費電力が低いタイプ、性能は高くないけれど低価格なタイプなど、それぞれ性能や特長が異なります。

## CPUの見分け方の例（インテル®社の場合）

Core™ 2 Duo プロセッサ P8700 (2.53GHz) (デュアルコアCPU)

### ① ブランド名

性能や機能などによりCPUに付けられている名前です。

### ② プロセッサナンバー

同じブランド内での性能や機能の違いを表すためのもので、同じアルファベットの場合は数値が大きいほど高性能になります。

### ③ クロック周波数

CPUの動作速度を示します。同じブランドであれば、数値が大きいほど高速で動作します。

### ④ CPUコア技術

CPUに採用されているコア技術を表しています。CPUコアとは、CPU内部で処理を行う中核部分のことで、コアが2つ搭載されたものは「デュアルコア」、4つ搭載されたものは「クアッドコア」と呼びます。CPUコアが2つまたは4つになることで、同時に複数の処理を実行することができ、処理効率がアップします。

メーカー	ブランド	特長
インテル®社	Core™ 2 Quad	CPUコアが4つある「クアッドコア」のCPUです。4つの処理を同時に行えるため、Core™ 2 Duoよりもさらに効率がよいのが特長です。Core™ 2 Duo同様、消費電力を抑えながらも、高性能化を実現しています。
	Core™ 2 Duo	CPUコアが2つある「デュアルコア」のCPUで、2つの処理を同時に行えます。低消費電力ながらも処理速度が速く、価格も一般的なため、多くのパソコンで採用され現在主流となっています。
	Celeron®	Core™ 2 DuoやCore™ 2 Quadよりも性能は低いですが、価格が安いのが特長です。メールチェックやホームページの閲覧などといった簡単な作業では、十分な処理能力を発揮します。
	Atom™	LOOX MシリーズやLOOX Uシリーズなどのような、ネットブックやミニノートなどと呼ばれる小型・軽量・低価格のノートパソコンで広く採用されているCPUです。低消費電力で低価格なのが特長です。

## CPUの見分け方の例（AMD社の場合）

Athlon™ X2 デュアルコア・プロセッサ QL-64 (2.10GHz)

### ① ブランド名

性能や機能などによりCPUに付けられている名前です。

### ② CPUコア技術

CPUに採用されているコア技術を表しています。CPUコアとは、CPU内部で処理を行う中核のことで、コアが2つ搭載されたものは「デュアルコア」と呼びます。

CPUコアが2つになることで、同時に複数の処理を実行することができ、処理効率がアップします。

### ③ モデルナンバー

性能や機能の違いを表すためのもので、同じアルファベットの場合は数値が大きいほど高性能になります。

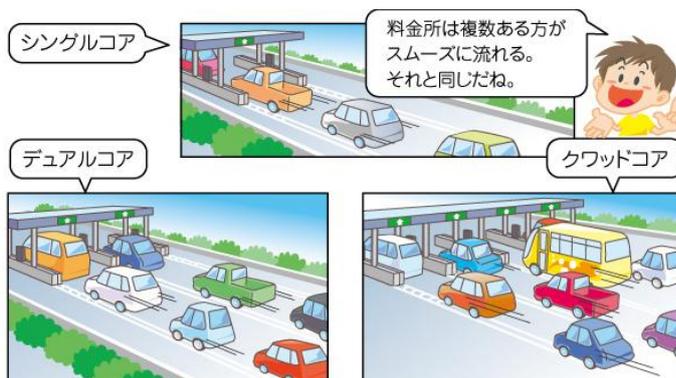
### ④ クロック周波数

CPUの動作速度を示します。同じブランドであれば、数値が大きいほど高速で動作します。

メーカー	ブランド	特長
AMD社	Turion™ X2	ノートパソコン向けに開発された「デュアルコア」のCPUで、Athlon™ X2よりも省電力で発熱が低いのが特長です。基本設計自体はAthlon™ X2とほとんど変わりません。
	Athlon™ X2	CPUコアが2つある「デュアルコア」のCPUで、Core™ 2 Duoに対抗して開発されました。低消費電力で低価格なのが特長です。

### ■ デュアルコア/クワッドコアとは？

高速道路の料金所が1つしかない、車がそこに集中して渋滞が発生してしまいます。複数あれば、車を分散させて流れがスムーズになります。CPUもこれと同じで、シングルコアはデータ処理を1つ1つ順番に行いますが、デュアルコアやクワッドコアは複数のデータを同時に処理できるのでシングルコアよりも効率的です。



### パソコン選びはここがポイント！

パソコンのカタログにはさまざまなスペックが記載されているのであれこれ迷ってしまいがちですが、CPUをチェックするだけでも自分に合ったパソコンを選ぶことができます。

パソコンで主にメールやインターネット、ワードやエクセルなどのソフトを利用しようと考えているのであれば、低価格なCeleron®で問題ありません。ただし、図や写真を多用した文書や大きな表を作成するような場合には、メモリを増設するといいいでしょう。

動画編集や写真加工などを行いたい場合は、Core™ 2 DuoやCore™ 2 Quadなどといった高性能なCPUがお勧めです。同時に複数のソフトを起動して作業するような場合にもデュアルコアやクワッドコアのCPUが向いています。

(佐々木 弘 記)

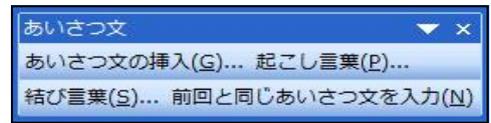


# ねえねえ知ってる。

ワード]で季節のあいさつを簡単に入力したい。※ここでは「ワード2003」を使って解説しています。

## 1. あいさつ文入力のための設定

季節のあいさつ文を入力するための設定を、確認しましょう。  
「ツール」→「オートコレクトのオプション」→「入力オートフォーマット」タブ選択  
「あいさつ文を入力したらウィザードを起動する」を  
チェックし、「OK」をクリックします。



## 2. 「頭語」から「あいさつ文」を入力

あいさつ文の頭語を入力し、対応する結語を自動的に入力しましょう。

「拝啓」と入力・確定し、「Enter」キーを押します。  
「あいさつ文」ツールバーが表示され、拝啓の結語「敬具」が自動入力されます。  
「あいさつ文の挿入」をクリックします。  
「あいさつ文」ダイアログボックスが表示されます。  
「月」の「▼」をクリックし、一覧から任意の月を選択します。  
「月のあいさつ」の一覧から任意のあいさつ文を選択します。  
「安否のあいさつ」の一覧から任意のあいさつ文を選択します。  
「次へ」をクリックします。  
「感謝のあいさつ」の一覧から任意のあいさつ文を選択します。  
「OK」をクリックします。

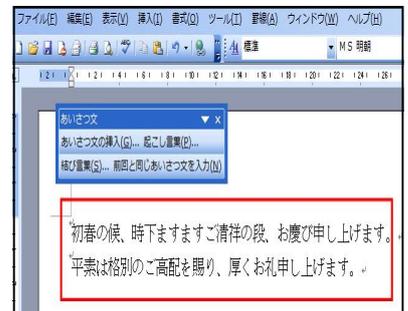


選択したあいさつ文が表示されます。

※「あいさつ文」ツールバーを閉じておきましょう。

## 3. 直接あいさつ文を挿入

メニューバー→表示→ツールバー→あいさつ文をクリック→  
あいさつ文ツールバーが表示されます。



(佐々木 弘 記)

## 編集後記



何処もかしこも、雪また雪の山で道幅が狭く行き交う車も譲りあいながらゆっくり走っています。これも先日の大雪の後遺症でしょうが、高く積まれた雪山にお陽さまの光がキラキラ輝き、眩しくて眼がいたい・・・ 早いもので「あっ」と言う間に正月が過ぎ如月（きさらぎ）です。

如月とは、寒さで着物を更に重ねて着ることから「着更着（きさらぎ）」と呼ぶようになったと言われているようです。

この当時の暖房は、木炭のみのようです。幾重にも着て寒さを凌いだのでしょうか。そうして、如月といえば、節分です。この日に豆をまくのは、中国の習俗が伝わったものとされています。

豆は「魔滅（まめ）」に通じ無病息災を祈る意味があるとのこと、ただ、豆まきに使う豆は炒った豆でなくてははいけないようです。

何故なら、生の豆を使うと、拾い忘れた豆から芽が出てしまうと縁起が悪いそうです。「炒る」は「射る」にも通じ、また、鬼や大豆は陰陽五行説（「木」「火」「土」「金」「水」の五行）の金にあたり、この「金」の作用を滅するといわれる「火」で大豆を炒ることで、鬼を封じ込めるという意味があり、最後は、豆を人間が食べてしまい、鬼を退治したということになるようです。

もうすぐ節分です。豆を食べて邪気を祓い、健やかで良い年であることを祈ります。

遅れ馳せながら、本年も宜しくお付き合い下さい。

(佐藤 慶子 記)