

2017年
9月号

銀パソコン通信

GIN PASO TSUSIN

発行

公益社団法人
野洲市シルバー
人材センター
(野洲市辻町439)



シルバー・パソコン班

野洲市シルバー人材センターは独自事業として、パソコン講座の開催とパソコン活用支援サービス事業を行っています。これら事業を企画し運営しているのが、パソコン経験豊かなシルバー会員で構成するシルバー・パソコン班です。

メールのフリーソフト「サンダーバード」の活用



最近、フリーソフト（無料ソフト）の「サンダーバード」を利用する人が増えている。とりわけ、W7パソコンを使っている人が、こぞってインストールしている。というのは、W7パソコンで使ってきたWindows LiveメールやOutlook2010のメールソフトが、マイクロソフト社のサポート終了に伴い、セキュリティ面で信用が置けなくなったからだ。

「サンダーバード」ソフトは、ネット閲覧ソフト「Fire Fox」をオープンにしている、ソフト開発プロジェクトMozillaが提供している。

「サンダーバード」は、「Outlook」のアドレス帳、メール、アカウント設定をインポートする機能も備えており、他のメールソフトからもスムーズに乗り換えられる。

パソコン班の板谷講師も「サンダーバード」をネットからダウンロードし、活用している。下記サイトよりダウンロードできる。

<https://www.mozilla.org/ja/thunderbird/>

👁️ ドライアイ？

このところ、目がゴロゴロする、目が疲れるといった症状を訴える人が多くなっています。ひょっとしてパソコンに向かっている時間は長くないですか？ 普通、人は1分間に20回ぐらいまばたきをしますが、パソコン画面に集中している時は平均5～6回になっているようです。まばたきが少ないと涙で目が潤わないので眼球が乾いてしまうのです。そのような状態がドライアイです。そんな時は、温かいタオルを目に当てると血行が良くなり改善される事があります。パソコンに向かうときは画面の明るさを適切に調節し、目と画面の距離も取りましょう。又、時々画面から目をそらして遠くを眺める事も大事です。一時間に一度は休憩を取り、操作中はまばたきを意識しましょう。目を酷使しないよう、上手にパソコンとお付き合い下さい。

オープン！ パソコン談話室

9月14日
13時～15時

ワンコイン・パソコンカフェをオープンしました。コーヒーを飲みながら、パソコン談議をしませんか。日頃、パソコンについて、あれやこれや疑問に思っていることをどしどしご質問下さい。シルバー・パソコン班員がマンツーマンでお答えし、ご指導いたします。

9月度の開催は、14日（木）13時～15時です。会場は、野洲市シルバー人材センター本所2階の研修室です。会費は500円です。

予約はいりません。当日、直接、会場へお越しください。

お待ちしております。





平成29年9月



シルバー・パソコン講座のご案内

案内ちらしを作いませんか

秋のイベントシーズンを控え、各種案内ちらしやハガキによる案内状を「パワーポイント」ソフトで簡単に、又ビジュアルに仕上げます。

- 1、日時 9月19日(火), 20日(水), 21日(木), 22日(金) 午後1時~4時 (全4回)
講師 メイン: 松村 サブ: 若松
- 2、対象 パソコンの基本操作が出来て、Powerpoint2010以降を搭載したパソコンを持ち込める人。
※年齢不問
- 3、受講料 4,500円、(テキスト代含む)
- 4、申込締切日 9月8日(金)

英語道場

英語を話すためのトレーニング講座です。英語会話の上達を目指します。インターネットのサイトを使用し、本物の英語から学びます。

- 1、日時 9月11日(月)・25日(月) ★午前の部 9時30分~12時 (全2回)
★午後の部 13時30分~16時 (全2回)
講師 メイン: 松岡
- 2、対象 募集人員は英語中習者 4名。 ※年齢不問
- 3、受講料 2,500円 (テキスト代含む)
- 4、申込締切日 9月6日(水)

初心者のためのWord講座

パソコンで文書を書いたりイラストを挿入したりする初心者向けの楽しい講座です。簡単な文書やきれいなチラシを作成しましょう。再受講の方もOK!

- 1、日時 9月25日(月)・26日(火)・27日(水)
いずれも午前9時半~正午まで (全3回)
講師 メイン: 亀谷
- 2、対象 簡単な文字入力のできる方。先着8名 パソコンwindows7以上持込限定。
- 3、受講料 4,200円(テキスト代含む)
- 4、申込締切日 9月15日(金)まで

受講のお申し込みは

*講座会場は、下記2階の研修室です。

公益社団法人野洲市シルバー人材センター
TEL 077-586-2333

まで (但し、受付は9月1日からとさせていただきます)