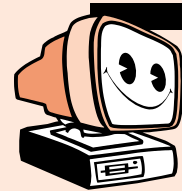


インターネット活用してますか?



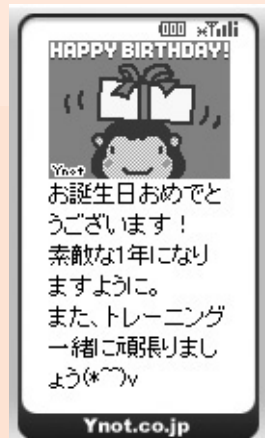
by Yukari Kakuta

角田 ゆかり (かくた・ゆかり)
AFAA/PFT MOT (マイクロソフト公認トレーナー)
ITコーディネータ (経済産業省推奨資格)

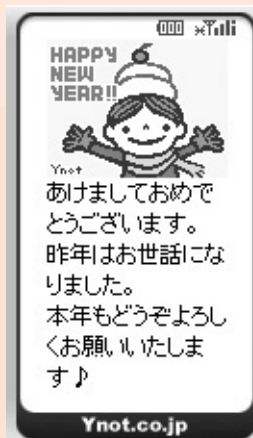


グリーティングカードを送ってみよう!

携帯: 誕生日カード (Ynot)



携帯: 年賀状カード (Ynot)



皆さん、インターネットでグリーティングカードを送ったことはありますか? 毎日の挨拶から、大切な記念の日や季節の挨拶など... 手紙やはがき、カードを送るのはちょっと大げさ... だけど、なにかメッセージを送りたい。という時に、インターネットを利用したグリーティングカードがお勧めです。

携帯やPCのメールにイラスト付のメッセージが届きます。もちろん料金は無料です。受け取った側も負担にならず、楽しめます。操作も簡単! 相手のメールアドレスさえ知っていればOKです!

今年のクリスマスカードや年賀状でチャレンジしてみたいか? はいかがでしょうか?

使い方はとっても簡単!

まずは、右記のいずれかのサイトにアクセスします。携帯からでもPCからでも利用することができます。たくさんのイラストの中から、好きなイラストを選んで、自分の名前、メールアドレス、相手の名前、メールアドレスとメッセージを入力するだけですOK(*^^)v

受け取る側は、さんからグリーティングカードが届いています。というメールを受信します。そこに作成したメッセージカードが保存されているURL (アドレス) が書かれていますので、そのアドレスをクリックすれば、カードを見ることができます。

< 活用法 >

パーソナルトレーニングのお客様には最初に必ずカウンセリングの際に生年月日をお伺いしているため、日頃の感謝の気持ちも込めて、お誕生日メールのアドレスにグリーティングカードを送るようにしています。お客様とのコミュニケーションのツールとしても活用できます!

「ありがとうカード」や「ごめんなさいカード」もあります。身近な人に、感謝の気持ちをなかなか言葉で伝えるのが照れくさい時にも使えます!

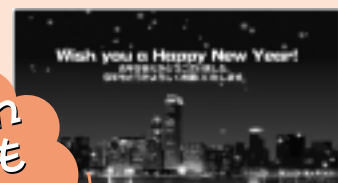
【グリーティングカードを送ることができるサイト】

Ynot eカード (会員登録が必要)
<http://www.ynot.co.jp/> (携帯、PCの両方から使用できます。)

楽天グリーティング
<http://greeting.rakuten.co.jp/> (携帯、PCの両方から使用できます。)

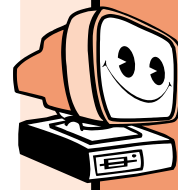
Yahoo! グリーティング
<http://greetings.yahoo.co.jp/> (PCから)
<http://greetings.mobile.yahoo.co.jp/> (携帯から)

PC年賀状カード (楽天グリーティング)



出された年賀状もこれでバッチリ!

**BGMと画像が流れた後に、メッセージが表示されます。(BGMも選択できます。)



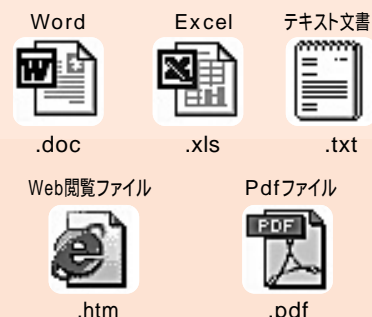
ファイルの種類を覚えよう!

メールで添付ファイルが送られてきたけど開くことができなかった……。なんて経験はありませんか? メールやウェブなどのインターネットでは、画像ファイルや文書ファイルなど様々な種類のファイルが使われています。ここでは一般的に広く使われていて、覚えておくと便利なファイルの種類とその特徴についてご紹介していきます。



通常、ファイルの末尾には「(ピリオド)+英数字3文字」で表す記号のようなものがあります。これが「拡張子(かくちょうし)」と呼ばれるもので、そのファイルがどんな種類のファイルかを特定するための記号です。例えばマイクロソフトのエクセルで文章を作ったとしましょう。これに「edge」という名前をつけて保存すると、自動的に名前の後ろに「.xls」という拡張子がついて「edge.xls」というファイル名になっているのが分かります。この後ろに付いた「.xls」という拡張子によって、このファイルはエクセルによって作られたファイルだということがコンピューター上で判断されます。反対に、この「.xls」の拡張子のついたファイルを開くには、開く側のパソコンにエクセルがインストールされていないと開くことができないといえます。

ファイルのアイコンサンプル



拡張子	特徴	必要なソフト
文書ファイル		
.txt	テキストデータ(文字の大きさや形などのない一番シンプルなデータ)	特になし
.doc	Microsoft Wordで作成された文書ファイル	Microsoft Word
.xls	Microsoft Excel(表計算)で作成されたシートおよびブックファイル	Microsoft Excel
画像ファイル		
.jpg	インターネットで一般的に使われている画像ファイル	特になし
.bmp	Windows標準の画像ファイル 壁紙などはこの形式	特になし
.pdf	パソコンの環境に関係なく、文書を読むことのできる文書閲覧ファイル	Acrobat Reader(参考)
その他		
.htm(.html)	ホームページとして表示させるためのファイル形式	特になし
.zip	圧縮ファイル	圧縮解凍ソフト(参考)
.exe	実行ファイル(プログラムを実行するファイル)	特になし



< 参考 >

ウェブサイトで公開されているスポーツクラブのタイムスケジュールの多くは、pdfファイルが使われています。このpdfファイルを開くには、ADOBE ACROBAT READERというソフトが必要です。ソフトは以下から無料でダウンロードできます。ソフト無料ダウンロードサイト……アドビシステムズ
<http://www.adobe.co.jp/products/acrobat/readstep2.html>
デジカメで撮影した画像ファイルは、多くの場合jpg形式のファイルが使われています。複数のファイルをまとめてメールに添付したい場合や、ファイルの容量(サイズ)が大きい場合は、ファイルをひとつにまとめたり、ファイルのサイズを小さくしたりすることができる「圧縮ソフト」で、ファイルをzip形式に圧縮するのが一般的です。圧縮されたファイルは、同様に圧縮ソフトで解凍する必要があります。無料ソフトダウンロードサイト……窓の杜
<http://www.forest.impress.co.jp/lib/arc/archive/archiver/>

注意

知らない人から送られてきたメールで「.exe」形式のファイルが添付されていたら要注意!! ダブルクリックをしてしまうと、コンピュータウイルスの感染プログラム実行されてしまう可能性が高いのです。いちどウイルスに感染してしまうと、自分のパソコンに保存してあるデータが破壊されてしまったり、パソコン自体が動作しなくなることがあります。更に、あなたから他の人へ送ったメールを介して感染を広げてしまう恐れもあります。また、あなたがパソコンで入力するパスワードや個人情報などが盗み見られる「スパイウェア」というソフトが勝手にインストールされる危険もあります。スパイウェアの恐怖と対策については次号以降でご紹介いたします。