



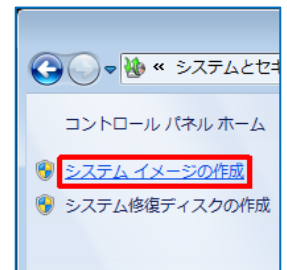
## Windows10 アップデートの前にバックアップを

Windows 10がよいよお目見え！もうアップデートされませんでしたでしょうか？



Windows 10へアップグレードする前には、必ずデータをバックアップするようにしましょう。保存先は、DVDよりUSBメモリーや外付けのHDDがおすすめです。バックアップはバックアップツールを利用するほうが楽ですが、ドライブごとイメージファイルで保存するイメージバックアップを利用しましょう。

Windows 7ではコントロールパネルから「バックアップの作成」→「システムイメージの作成」でバックアップできますし、Windows 8にも同様の機能が用意されています。



復旧する場合は、Windows 7/8.1のインストールディスクから起動し、「今すぐインストール」の画面で「コンピュータを修復する」をクリックし、「トラブルシューティング」から読み込みます。Windows 7の場合は、あらかじめ作成しておいたシステム修復ディスクを利用することも可能です。



### オートマチック車とエンジンブレーキ

長い下り坂を下りる時には、ブレーキの負担軽減の為エンジンブレーキで補助する必要がある。なぜか、ブレーキを使いすぎるとブレーキオイルの過熱を引き起こしブレーキが利かなくなる恐れがある。このことを防ぐ為にエンジンブレーキを使用したほうが好ましいのである。



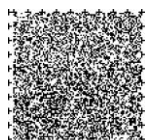
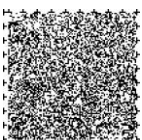
又急激なシフトダウンは、タイヤスリップを起こす危険も含むことからまずはオーバードライブOFFを行う、前走車との車間調整もブレーキの前にエンジンブレーキで調整する。



今は、CTVなる燃費の良い無段変速車が出てきている。車種によっては(＋－)の表示があり、この場合(＋)でシフトアップ、(－)でシフトダウンができるし選択位置をキープ出来る。(雪道や滑りやすい路面にも有効である)

T.S

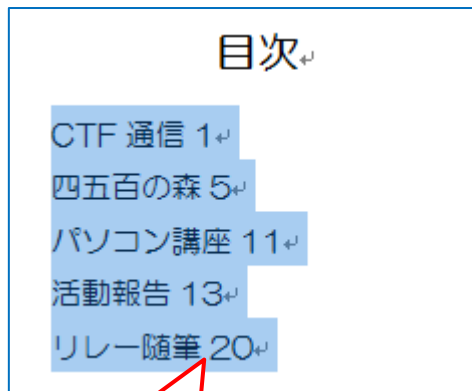
今月号は文字数が多いので、第1ページと第4ページにSPコードを2個付けてあります。第1ページと第4ページでは、先に左下のSPコードを、次に右下のSPコードを読んでください。



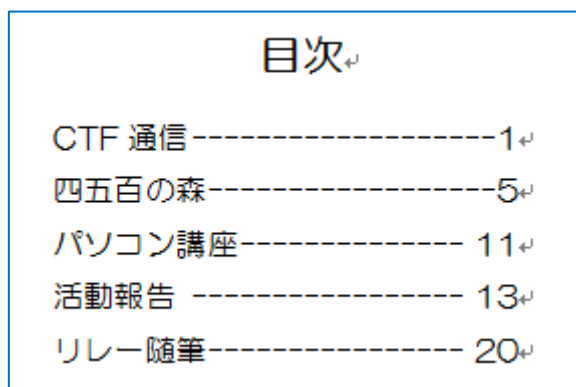
## Word 目次ページで、項目とページ数を揃える



前回（第 149 号）で紹介した文字列と文字列の間に「リーダー」を挿入する機能を使って、ページ数の位置を揃えた目次を作る方法を紹介する。

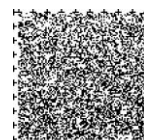
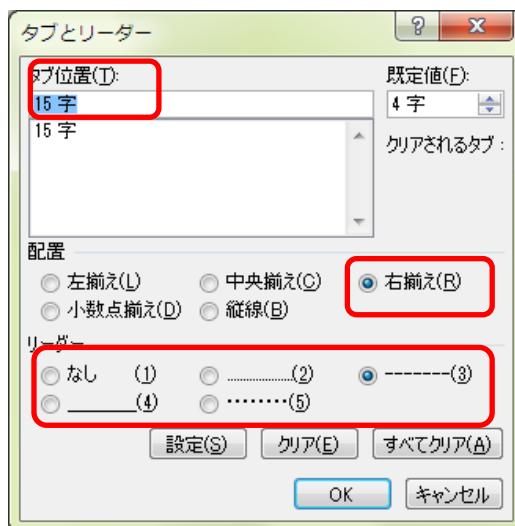
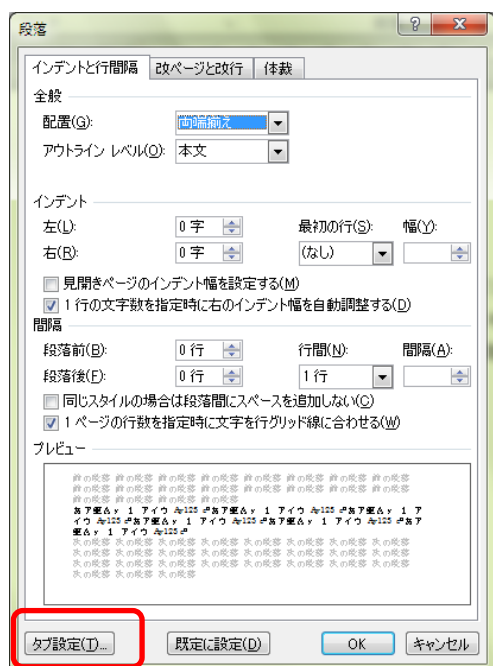


カーソルをここに合わせ  
「Tab」キーを押す



1. 目次の範囲を選択する。
2. [ホーム] タブの [段落] グループの右下にある [ダイアログボックス起動ツール] をクリックする。
3. [段落] ダイアログボックスの [インデントと行間幅] タブの左下にある [タブ設定] ボタンをクリックする。  
文字列の右端を行頭から何 mm のところに設定するか決めて、「タブ位置」にその値を入力する。  
※設定は文字単位（字数）でも可能
4. 「種類」を「右揃え」にする。
5. 「リーダー」から好きな線種を選択する。
6. 「OK」をクリックする。
7. リーダーを入力したい目次項目とページ数の間にカーソルを合わせ、「Tab」キーを押すと、ページ数が指定の場所まで移動して、目次項目とページ数の間にリーダーが入力される。

なお入力したリーダーを削除する場合は、「タブとリーダー」の画面で、「すべてクリア」をクリックする。



【8月】

障がい者対象個人向けパソコン講座

(4日、18日、25日)

ITサポート訪問

(12日、19日、24日)

【9月】

障がい者対象個人向けパソコン講座

1日、8日、15日

松阪市障がい者福祉センター 9:30~11:30

## 松阪の川と橋

### 坂内川・・・白猪橋 矢津川・・・掘坂橋

今回は坂内の、前島食堂前に架かる橋を見に行こうと出かけたのじゃ。

勿論昼餉は前島さんで、若鳥の焼き肉と鳥野菜を頂くつもりなのじゃよ。

じゃがのう、行って見て驚いたのじゃ。

坂内川に架かる橋は白猪橋と分かったのじゃが、なんと大河内小学校の前にも橋があったのじゃよ。

橋の名前は「掘坂橋」と読めたが川の名が書かれておらんのじゃ。

通りかかった人に聞いてみると「矢津川」とのこと。

市役所河川課の例の若いお兄さんに調べてもらうと、矢津川は矢津、勢津地内に源を発し、矢津、坂内地内で坂内川に合流される全長 3、785kmの二級河川であるとの事。橋と橋の空き地に「大河内中学校跡」の碑が立って居ったわ。

これは大河内が松阪市に合併する前の飯南郡大河内町立大河内中学校が有った記念碑じゃそうな。

それとじゃなあ～大河内小学校には農らには何とも懐かしい二宮金次郎の銅像が今も建っておったよ。長い間ご苦労様じゃのう。

ところで前島さんじゃが、まだ昼に間があるのに店の外にも待って居るんじゃ。噂に違わぬ行列の出来る店じゃった。

店は家族連れや、若者で盛り上がっておった。

農ら爺二人と婆二人で、若鳥の焼き肉6人前と鳥野菜スープ2人前をペロりと平らげたよ。 満腹～満腹。



坂内川に架かる白猪橋



矢津川に架かる掘坂橋



二宮金次郎の銅像



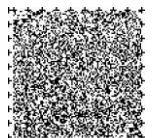
前島食堂前



若鶏焼肉 1人前 430円



鶏野菜スープ 1人前 430円



今月はCTF松阪の重鎮、またあるときは・・・でもある参様よりご投稿いただきました。

## リレー随筆

148

7月29日の朝姉は身罷りました。今年5月には白寿の祝いをしたばかりの姉でした。

電話魔の姉は白寿の祝いをあちこちに電話で連絡をとり料理屋から、招待したい身内に知らせ、帰りの記念品まで決めて5月の誕生日に賑やかにまた和やかに祝っていました。

1男6女の長男に嫁いで3ヶ月後に義兄は出征して行ったのだから今の伊勢市での、姪や甥はすべて義理の仲であったわけです。

その姉が21日の朝、足腰が立たなくなり救急車で伊勢日赤に搬送させました。血液検査や、頭部のMRIやら胸部のCTとかの検査を受けても、病的な異常が見つからず、点滴を受けて帰されましたが、帰宅後呼び掛けには元気よくハイと答えてくれますが視点は定まらず意識レベルが大分低くなって居る様でした。

姉は主治医に、意識が無くなり下の事が自分で出来なくなった時点で、延命治療の拒否を書面で委託しており22日より点滴のみの治療になりました。親族一同で二人組で夜の当番を組み看病に備えました。

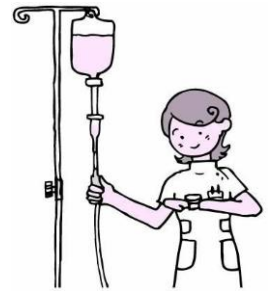
21日、22日は意識が薄れる中で上半身を上げ、ベッドを降りようとする仕草が有りました。トイレに行きたい意思表示のように思われました。

その動作も23日からは出来なくなり、「お母さん～おかあちゃん～」と母親を求める叫びにも似た呼び声に代っていきました。

無言の危篤状態の患者さんの御見舞いと違い、「お母さん～おかあちゃん～」と呼びかけに何か応えなくてはならないので人それぞれ戸惑いがありました。養子は「お母さん大丈夫、大丈夫だよ」と励まします。「おばちゃん、子供になったんやな～優しいお母さんやったんやなあ」とは姪っ子(と言っても85歳)、「ここに居るよ～どこにも行かへんでな～」

「お母さん何処やろなあ、一緒に探しに行こか」「お母さんて何処のお母さんの事やろ」等々でそれぞれの立場で必死に励ましてくれていました。

そんな心優しい人達に囲まれて98年の生涯を終えた姉は幸せだったと確信しています。 参



### 編集後記



夏から秋にと、ゆっくり季節が動きます。此の季節夏の疲れが少しづつ出てきます。皆さん十分に体調には気を付けて秋を楽しんでください。

9月は・・・日曜日・敬老の日・国民の休日・秋分の日・と4日間暦の上では休日です。今から楽しい計画を考えてみませんか？又夜はお月見かな？其れとも・・・さんまの塩焼きで夕食それも良いですね。

皆さん楽しい毎日を・・・



## CTF 通信第 150 号

2015年(平成27年)9月発行  
発行者 ITを活用した障がい者支援NPO法人

CTF 松阪

発行責任者 川 口 保 美  
住 所 〒515-0081

松阪市本町 2181-1

電 話 0598-21-7268

U R L <http://ctf.dip.jp/>

