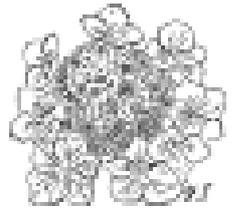


このプラザニュースは、厚木市情報プラザで活動しているマルチメディア・ボランティア（マルボラ）が、地域住民とのコミュニケーションを図るために、厚木市の協力を得て、編集・発行しています。ご自由にお持ち帰りください。

プラザニュース



〒243 - 0021 厚木市岡田 3050 情報プラザ Tel 046 - 220 - 2711 月曜休館
http://www.city.atsugi.kanagawa.jp マルチメディア・ボランティアのページから

23 (隔月刊)
2003年6月1日発行

Copyright 2003 Atsugi City Multimedia Volunteer. All rights reserved.

特集：「インターネット危険度チェック」 2、3ページ
ボランティア登場：失って知るもの 重原 悦子さん 4ページ

ホームページ懇話会



「ホームページ懇話会」は初心者の方のホームページ立ち上げや運営の一助となりたいとの思いから、2001年より始まり、このたび第3回目を4月12日（土）に開催しました。今回は13名の方が参加されました。今回はテーマを特に決めず、参加者の皆様にホームページについての思いや、工夫などを語っていただきました。



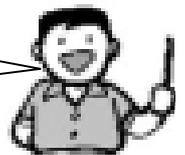
お話を聞いていくうちに、共通の苦労話や問題点などを共有する事ができ、疑問を投げかければいくつかの答えが返ってくるといった、和気あいあいとした雰囲気の中で2時間という時間が過ぎていきました。

参加した皆様からは、「以前より参加したいと思っていました、他の人の話をゆっくり聞いて参考になり有意義な時間をもてました。」
「まだまだ分からない事があるのでこれからも勉強です」という感想をいただきました。

ホームページ懇話会は年1、2回行っています。次回はぜひあなたも参加して見ませんか！ホームページを持っていない人も、ぜひご参加ください、とても参考になると思います。

（開催日の2ヶ月前に情報プラザ内へポスターを掲示します。）

「ホームページを作ってみたい・・・けどどうやって作るの？」「パソコン初心者の私に出来るのかな？」と思ったら「マルボラの手ほどき」をご活用ください！！お待ちしております。



こらむ

意外に身近なところに “ 商 標 ” !

“Windows” といえばマイクロソフト社の登録商標ですね。商標(ブランド名)はその企業活動の有力な武器ですから、他社の使用に制約をかけるのは当然といえましょう。

ところがいま海の向こうでは、マイクロソフト社が行った「Lindows」という名称は“Windows”に紛らわしい」との訴えに、「“Windows”は一般語に近く、商標には馴染まない...」との見解が出されて、なにやら難しいことになっているようです。

実は、商標(ブランド名)が一般語(普通名詞)になってしまう例は多く、シャープペンシル・ホッチキス・セロテープ・バンドエイド・タッパーウェア・宅急便・ゼロックスなど数え挙げればきりがありません。

そういえば以前NHKが“味の素”を化学調味料と言い換えたことがありました。

ところでコピーを他人に頼む場合、普通「○○部コピーして..」といいますが、「ゼロックスして..」「リコピーお願い..」「○○部焼いて..」と聞こえたら、その方は年配の方だと考えてよいでしょう。

- mg -

特集

インターネット 危険度チェック

- パソコンのセキュリティ入門 -

例えば、こんなことはありませんでしたか？
「あなたからウイルスが送られてきた」と言われた
「クレジットカードの番号を盗まれた」
「不気味な画面が出てきて、パソコンの中味が消えてしまった」

パソコンを始めたばかりの頃はウイルスに狙われる可能性はほとんどありませんが、パソコンを使いこなしていくにつれて狙われる可能性が高くなっていきます。パソコンの操作を覚えるにつれてセキュリティについての知識を高めていってほしいと思います。

パソコンをインターネットに接続すると、あなたのパソコンから相手のパソコンにインターネットを介して、呼びかけ（アクセスといいます）を行って、メールを送ったりホームページを見たりできるのです。しかしこれと同じように他人からあなたのパソコンにアクセスを行うこともできるわけです。ちゃんと防犯しないとあなたのパソコンの中身を見られたり中身を壊されたりすることもあります。家に鍵をかけるのと同じように、インターネットにつないだパソコンにも防犯が必要です。家の防犯と同じように、パソコンの防犯はいくらやってもやりすぎることはありませんが、今回は最低限の防犯（セキュリティと呼びます）について説明したいと思います。

あなたのパソコンが狙われる場合、一番多いのはウイルスが侵入してくる場合とセキュリティホールから侵入される場合です。

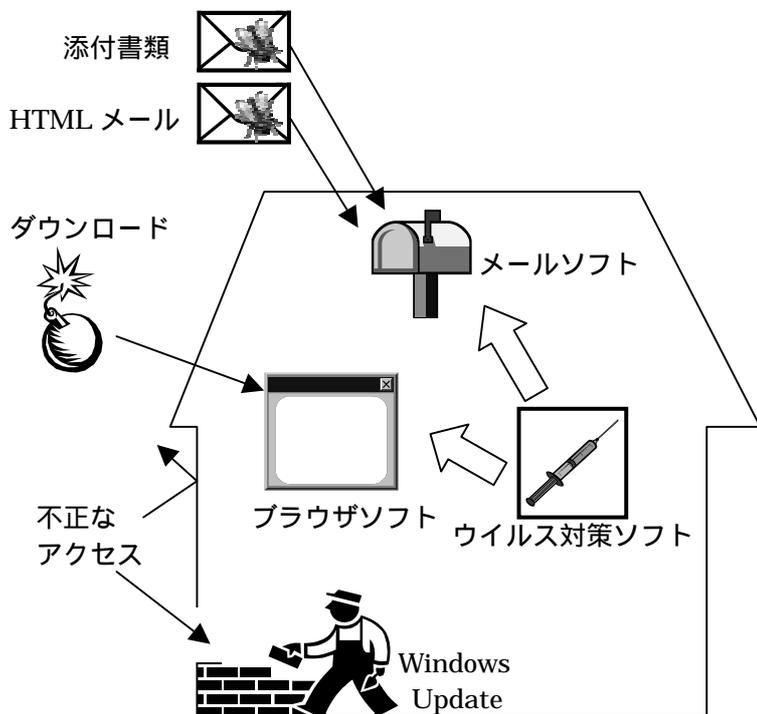
ウイルスが侵入してくる場合

ウイルスが侵入してくるというのは、例えば手紙や宅配便、買い物をしてきたものの中に、知らぬ間に危険物が紛れて入ってきた状態をいいます。

パソコンの場合、電子メールで送られてくる場合と Web サイトでダウンロードしたものに紛れ込んでくるものが多く、これらのウイルスによりパソコンが壊れたり、中身が削除されたりします。特に電子メールの場合、知り合いの名前を使って送られてくる場合もあり、感染すると知らないうちにあなたも知り合いにウイルスをばらまいてしまう可能性もあるので注意が必要です。

セキュリティホールから侵入される場合

セキュリティホールから侵入される場合というのは、例え



ると家のドアに穴が開いている状態をいいます。ドアに鍵を掛けたとしても、穴が開いているのが見つかってしまうと泥棒に入られてしまいます。

パソコンの場合、インターネットとあなたのパソコンの仕切りのドアに穴が開いている状態ですので、知らない人があなたのパソコンに侵入してくることができるようになっています。そしてパソコンを長くインターネットに接続しているほど、あなたのパソコンが狙われやすいので危険度が増します。

ここまで読んで、「パソコンは危なそうだから触るのをやめよう」とは思わないでください。「外出するときは自動車に気をつけて」と言っているだけなのです。言われたからといって外出せずずっと家の中に居ようとは思いませんよ。ただ気をつけて外出を楽しんでほしいだけです。

インターネット 危険度チェック表

当てはまるものに をつけてください

<input type="checkbox"/>	インターネットに何時間もつなぎっぱなしにすることが多い
<input type="checkbox"/>	Windows Updateとは何かを知らない、または知っているけどほとんど実行したことがない
<input type="checkbox"/>	メールソフトはOutlook Express、またはOutlookを使用している
<input type="checkbox"/>	Internet Explorerのセキュリティ設定には特に興味がない
<input type="checkbox"/>	HTMLメールをよく使う。もしくはHTMLメールとテキストメールの違いを知らない。
<input type="checkbox"/>	懸賞サイトや掲示板などに自分のメールアドレスをよく書き込む
<input type="checkbox"/>	まったく知らない人からメールが何通か来たことがある
<input type="checkbox"/>	ウイルス対策ソフトをインストールしていない、もしくはあまり更新していない
<input type="checkbox"/>	あやしいサイトを見るのが好き
<input type="checkbox"/>	ネットショッピングなどでクレジットカード番号を書いたことがある
<input type="checkbox"/>	プロバイダのパスワードを変えたことがない、もしくは自分や家族の名前や誕生日、辞書に載ってる単語をパスワードにしている

の数が多いほど危険が多いということになります。

では、具体的にどういう対策をとればいいのか？

1. 電子メールの添付ファイルやHTMLメールに注意

一番頻度が高いのが電子メールに添付されているファイルにウイルスが紛れ込んでいる場合です。HTMLメールに紛れ込んでくる場合もあります。ウイルス対策ソフトをインストールしてあれば一応の予防はできます。が、ウイルス対策ソフトも最新のウイルスに対しては効果がありませんので自己防衛が基本です。むやみに添付されたファイルを開かないとか、HTMLメールを使わないとかで自己防衛してください。またこちらから画像を送る場合は、件名欄に「添付ファイルあります」等を記載したほうが良いと思います。



2. Windows Update をこまめに行う

セキュリティホールをふさぐ一番の方法は Windows Update を行うことです (Windows Update というのは、Windows の不具合を修正するプログラムのことです)。特に ADSL やケーブルテレビなどで長時間インターネットにつないでいる方は、頻りにアップデートを行うことをお勧めします。Windows Update はスタートメニュー内にあると思います。もし見つからない方はこちらをご覧ください。やり方についてもここに書かれています。

<http://v4.windowsupdate.microsoft.com/ja/>

3. Internet Explorer のセキュリティ設定を緩めない

Internet Explorer のセキュリティ設定は、最初は「中」になっています。これ以上低くしないことをお勧めします。インターネットのサイトによっては「セキュリティを低く

設定してください」と言ってくるところもありますが、無防備に低くしないでください。どうしても低くする必要がある場合は信頼できるサイトのみにし、そのサイトを見終わったらセキュリティ設定を元に戻すくらいの心構えが必要です。

4. ウイルス対策ソフトのインストールとこまめな更新

特に ADSL やケーブルテレビなどで長時間インターネットにつないでいる方は、ウイルス対策ソフトをインストールしましょう。ただウイルス対策ソフトも万全ではないので、常に最新版にバージョンアップしましょう。

5. 必要なファイルをバックアップ

万一ウイルスに侵されたりパソコンの中身が消されてしまったための、必要なファイルは CD-R などに保存しておきましょう。

ダイヤルアップで接続している方は、少なくとも1だけは行うことをお勧めします。ADSL やケーブルテレビなどの方は、5項目すべてを行うことをお勧めします。特に長時間インターネットにつないでいる方は、この5項目以外にもやったほうが良いかと思います。



最後に

パソコン雑誌でセキュリティ特集をしていることもありますので、そちらも参考にしてください。またマルボラのサイトも参考にしてください。

<http://mulvol.soc.or.jp/SEQ.htm>

おすすめWEBサイト

6月といえば、じめじめした梅雨ですね。

でも皆さん、梅雨でも楽しい事もたくさんあるんですよ。お子さんと遊ぶ時間が多くなったり、アジサイを見に行ったりとか、雨だからこそ楽しい事もあります。梅雨を楽しんでお過ごしください。(Jiyuri)

ヤフー：Yahoo!天気情報

<http://weather.yahoo.co.jp/weather/>

ヤフーの天気情報サイト。通常の天気予報や天気図などのほかに、郵便番号を入力することによって、特定の地域の風向きや3時間毎の詳細な天気予報を調べることができます。



東京電力：「雨量・雷 観測情報」

<http://www0.thunder.ne.jp/>

現在どこに雨が降っているかを知ることが出来ます。画面は6分おきに更新されます。

CRC ソリューションズ：「WEATHER EYE」

<http://weather.crc.co.jp/>

特徴的なのは、ユーザーが自分の地域のお天気レポートをリアルタイムで報告する機能です。

日本洋傘振興協議会：「HAPPY LUCKY UMBRELLA」

<http://www.jupa.gr.jp/>

日本洋傘振興協議会(JUPA)の公式サイト。洋傘・パラソルの今年のトレンドを調べることができます。

松下精工：梅雨どきに上手に洗濯物を乾かそう

<http://panasonic.co.jp/mesc/info/iinkai/june/>

松下精工の「風と空気の健康向上委員会」が提供するサイト。月毎にテーマが決められており、6月のテーマは「梅雨どきに上手に洗濯物を乾かそう」です。

ライオン：沿線家族の耳より！生活情報局「プロワザ！ 拝見」

<http://www.salus.ne.jp/community/lif/backnumber/main.html>

ライオンが情報提供する、生活に関する裏ワザを紹介しています。

厚生労働省：「食中毒・食品監視関連情報」

<http://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/index.html>

厚生労働省の「食中毒関連情報」のページ。



失って知るもの

失ってからその価値に気が付く事って、たくさんあると思います。伴侶だったり、地位や肩書きだったり、親族だったり。その中に一つに、私は「時間」があると思うのです。専業主婦って、意外と「駒切れ」な時間の中にいます。世間が求める完璧な主婦像をこなそうとしたら、そりゃあ大変。一日24時間では足りなくなります。

だから、一生懸命知恵を絞り、自分の時間を作ります。「手抜き」と呼ばれる時もあります。いえいえ、知恵と知識がなければ上手に「手抜き」は出来ません。バレないようにするのが賢い主婦。バレても笑って誤魔化するのが普通の主婦。手抜きと言わせないのが...

上の子達が幼稚園に通っていた頃、私はあるテレビゲームに夢中でした。子ども二人を通園バスに乗せてからが自分の時間です。家事を手早く済ませて、テレビの前に座ったらお迎えの時間までのびのびとゲームに浸りきっていました。何度もチャレンジしてクリアした時の感激は今で

も忘れません。

どちらかというとなら社交的な性格の私ですから、「お母様方」との付き合いは欠かした事はありません。むしろ我が家は社交場と化していた事もあります。まさかオタクのイメージが強いゲーマーだとは誰も知らなかったことでしょう。三番目の子が生まれてからはさすがにテレビゲームの世界から足を洗いました。が、かわりにネットの世界が待ち受けていました。インターネットで広がるバーチャルな空間は元ゲーマーの私には十分すぎるほど魅力的でした。賢く稼いだ自分だけの時間を使っているつもりが、いつのまにか笑って誤魔化すようになり、今では堂々とパソコンの前に座っています。

ただ、兼業主婦となった今では、どんなに賢く稼ごうと思っても時間が足りないのです。失ってはじめて、有り余る時間の中でなにかに夢中だった自分をうらやましく思っています。



「初心者のためのパソコン講座」と「パソコンの手ほどき」は、どちらも電話予約が必要です。

電話 046-220-2711 (情報プラザ)

開催月の前月1日から受付しています。

初心者のためのパソコン講座

これからパソコンを始めようと考えている方が、基礎的な操作方法を学ぶための教室です。

「はじめようパソコン(文字入力)」

「はじめようインターネット」

「はじめようメール」

の3コース。マルボラがていねいに説明します。お気軽にご参加ください。何回でも受講できます。

日時 毎週土曜日 午前10時～12時(休館日は除く)

定員 16名

パソコンの手ほどき

文字入力、表計算、インターネット、メール、画像処理など希望する内容の基本操作をボランティアが個人又はグループを対象に手ほどき(個人指導)いたします。

ワード(Word)やエクセル(Excel)などの使用、操作方法などで困っている方、覚えたい方に適しています。

日時 毎週木・土 午前10時～12時(休館日は除く)

会場 情報プラザ・デジタル工房

定員 木曜日10名 土曜日4名

申込後キャンセルされる場合は、早めに連絡をして下さい、キャンセル待ちの方がいらっしゃいます。受講回数 4回まで受講できます。5回以上の受講希望者は希望受講日の前日に電話申込をして下さい。定員に余裕がある場合受け入れいたします。(木曜日は当日朝でも可)

日程はこちら

6月 7日 インターネット

6月 14日 文字入力

6月 21日 メール

6月 28日 インターネット

7月 5日 文字入力

7月 12日 メール

7月 19日 インターネット

7月 26日 文字入力

質問相談コーナー

マルボラの土曜講座と同時開催中

(毎週土曜日10時～12時)

予約はいりません。案内の出ているミニデジタル工房にお入り下さい

編集後記

プラザニュースの編集にたずさわり始めて、はや5回目。いつもふっと頭をよぎる言葉は「3人寄れば文殊の知恵」、みんなで一つ一つ積み重ねていって印刷の日を迎えます。読んでくださる皆様の後押しも「知恵の一つ」になっているように思えます。もの作りの楽しさを味わせてくれる「みんな」に乾杯! (Pm)