

アットマかわら版



2004年7月25日発行
第18号(2004/8月号)
アットマ for WEB
定期刊行: 会員情報誌
発行元: アットマ本部
(有)アットマシステムズ



インクジェットプリンターをお持ちのみなさん、印刷をあまりしないという方はありませんか？夏場のプリンターはインクが固まりやすいので、二日に一回くらいの割合で、用がなくても印刷するようにしましょう。

ある意味、大当たり!
過去のロト6の出目をエクセルを使ってデータ化して次の当り目を割り出している父。全数字ハズレに驚き



夏休みサービス

かわら版編集部では、アットマ各教室で受講中の方からの、メールを受け付けております。

8月1日～8月末日までの間に、左記のメールアドレス宛メールでデジタルカメラで写された写真をお送りいただきますと、写真を盛り込んだ、かわら版編集部オリジナル「ミニうちわ」を各教室を通じて差し上げます。(先着5名)ぜひ、この機会に、かわら版編集部まで、楽しいメールをお送りください。

なお、お送りいただきますメールに必ずお名前・受講教室を明記してください。かわら版編集部アドレス kawara@atoma.com

クイズ&なぞなぞ
(先月のクイズの答え)
タスクマネージャを起動するキーは?

Ctrl・Alt・Del
(先月のなぞなぞの答え)
症状は全然動かないが忙しいという用語 ビジー

【今月のクイズ】
スタートボタンをクリックして現れるメニューを瞬時に引っ込めるキーは

【今月のなぞなぞ】
小さくなりそうな名前なのにクリックするとなくなってしまうボタン名は?

www.mlt.go.jp/river/kidsweb/

ヤフー夏休み旅行特集

8月31日まで、ヤフートラベルの夏休み旅行特集のページが設けられています。海、温泉、グルメなどの他、海外旅行なども紹介してあって、オンラインでツアー予約なども受け付けています。

間に合うかどうか、は判りませんが、急に旅行したくなったら、一度調べてみては如何でしょうか?

travel.yahoo.co.jp
/special/summer2004/

河川局KIDS・Web

国土交通省 河川局の提供している川に関する情報が満載のWebサイトを紹介します。夏休みといえば海や山が楽しいですが、川の多い日本なのに川って案外、見落としがちです。今一度、川って?と調べてみる楽しみます。

この夏も、アイロンプリントを施したTシャツやハンカチ、オリジナルのミニうちわなどを作って楽しもう

夏休みの教室は快適そのもの、この時期を利用して、アットマ工房メニューの「手作りうちわ」や「アイロンプリント」などの講座をおさらいしましょう。

この夏も、アイロンプリントを施したTシャツやハンカチ、オリジナルのミニうちわなどを作って楽しもう

www.mlt.go.jp/river/kidsweb/

集中豪雨水害

新潟・福井など各地で集中豪雨による大きな被害が出ました。

今回の様に、直径数十キロの範囲に1時間50ミリ以上の雨が降る場合、これを集中豪雨と言います。

床下・床上浸水なども大変ですが、がけ崩れ、土石流・地すべりなども怖いですね。

対策に関するホームページを探してみますと、がけ崩れは崖からの水が濁ったり、小石が落ちると要注意、土石流は、川などの水位が急に下ったりする場合に要注意、地すべりは井戸の水が濁ったり、崖の斜面から水が噴出している場合など要注意、だそうです、もっとも気付いた時には遅かった・・・とならない様、まずは避難が第一です。避難の際、紐のズックがベストというのを知っておきましょう。



サンダーバード

8月7日に世界同時公開が予定されている映画「サンダーバード」実写版。中年のおじさん達にとっては、1号から5号までの国際救助隊の乗り物は憧れだった筈。そういえば今井科学という模型メーカーがプラモデルを製造していて、よく集めたものです。

テレビでの宣伝を見ていても、つい目がいく楽しみな映画ですね。



夏休お出かけガイド

清涼飲料でおなじみのキリンが夏休みお出かけガイドと称してホームページを掲載中です。

地図上の都道府県をクリックすると右側に情報が現れ色々と調べられる。観光案内を見てみよう・・・の表示をクリックして現れる各県の案内は、どれも見やすく、バラエティに富んでいて楽しい。

色々、情報を収集して夏休みのひと時に、お出かけはいかが?

www.kirin.co.jp/kikaku/monodokake/

期間限定リンク

アットマホームページのメニューページにある【おすすめリンク集】では、期間限定リンクとして、エキサイトやgooなどが提供している。「花火大会」情報へのリンクを掲載中です。

編集部より

今年の暑さは長引くとの情報ですね、暑さが長引くとクーラーの使用が増え、都会などでは熱がこもって、さらに暑くなり、しかもエネルギーを余分に浪費します。涼しい夏もピンと来ないけど、暑すぎる夏も困りものですね

味噌

8月はトマト古くから「トマトが赤くなると医者が青くなる」といわれるくらい、体に良い野菜。最近、トマトに含まれるリコピンという色素に注目が集まる。抗酸化作用や抗がん作用があるとかで、トマトが赤くなるほど増え、完熟がGood



夏バテ防止

まず夏バテになりやすい部分に気をつけましょう。冷たい飲み物の摂り過ぎは避け、夜寝るときのクーラー温度は28度前後にします。適度な水分補給、適度な運動を心がけることが夏場を乗り切るコツだそうです。

食事は代謝を促進し疲労を回復するビタミンB1やB2の多い野菜が効果的。きゅうり・たまねぎ・枝豆・ピーマンなどが良いでしょう。そして、案外、効果的なこととして「昼寝」が良いそうですよ