



CTF通信

集う・遊ぶ
学ぶ・働く

第123号

2013年6月

発行：CTF松阪

NPO 法人 CTF 松阪 平成 25 年度通常総会開催

5月18日（土）11時から11時35分まで、松阪市魚町まどみのやかた見庵において、NPO 法人 CTF 松阪の平成25年度通常総会が開催されました。

あらかじめ表決を委任された方を含めて34名の正会員が出席し、伊藤義徳議長の議事進行により、平成24年度事業報告および平成24年度活動決算、平成25年度事業計画および平成25年度活動予算ならびに本年5月末で任期満了となる役員の改選について審議を行い、いずれも原案どおり議決されました。

議長からも発言がありましたが、役員の方々は、向こう2年間ご苦勞をおかけしますが、CTF 松阪がますます発展し、その活動が障がい者の方々の社会参加・自己実現の支えとなり、自立に寄与するという CTF 松阪の目的・使命を持ってご尽力いただくようお願いいたします。

（右の写真は、議案を審議される皆さま）



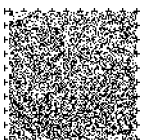
スーパーで値段が安くて、美味しい食べ物は、タマゴとバナナですよネ！

バナナは便利な果物で、携帯が楽で何処にでもそのまま持って行けます。食べやすく腹持ちが良い食べ物です。特にバナナのエネルギーは、即効性と持続性を兼ね、カリウムたっぷりで、筋肉の動きを円滑にしてくれます。（便秘の解消にも役立つそうです）

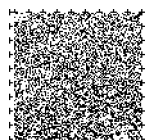
シュガースポットと呼ばれる黒い斑点が現れた完熟したものは免疫力を増強させる力がダントツに強く、ウイルスや細菌と戦う白血球の数を増やし、質を高めます。また、精神を安定させるマグネシウムも多いので、うつ病にも良い。

朝食を摂る時間が無い時でも、バナナ1本と相性の良い牛乳を飲むことで朝のダルサなども克服でき、更に強力な酸化作用と、イライラ気分を吹き飛ばすパワーがいっぱいのフルーツです。もちろんバナナと牛乳を、飲みながらこの原稿を打ってます！！

I・S



今月号は文字数が多いので、第1ページと第2ページ、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2ページ、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。



Windows XP のサポートが後 1 年で終了！



「Microsoft Windows XP」は 2001 年に発売されてから長くサポートが続いていましたが、2014 年 4 月 9 日に XP のサポートが打ち切られます。サポートが切れるとはいえ XP が急に使えなくなるわけではありません。ではなぜ移行しなくてはいけないのでしょうか。

サポート期間中であれば、Microsoft が「Windows Update」により脆弱性などを修正・強化してくれますが、サポートが打ち切られることによりセキュリティリスクが新たに発見されても「完全放置状態」となり、必然的にコンピューターウイルスに感染するリスクが高くなります。

セキュリティ対策ソフトがあれば良いのでは

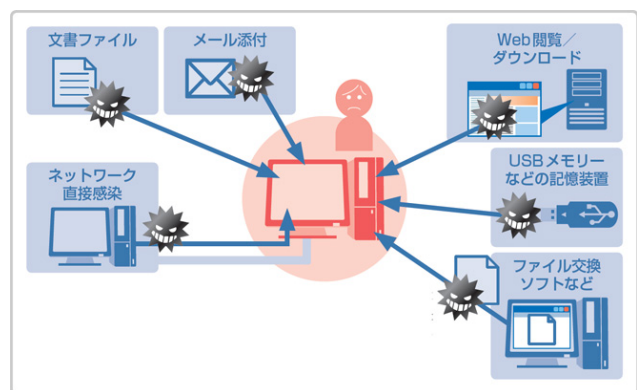
そんなことはありません。セキュリティ対策ソフトは OS の脆弱性まで対策してくれませんが、未知の脆弱性を突かれるとセキュリティ対策ソフトは完全スルーの可能性もあります。また XP のサポート終了によりセキュリティ対策ソフト自体も XP への対応を切るでしょうから、どちらにせよ長期的なサポートは期待出来ません。

ウイルスに感染したら困るのは自分だけでは

そんなことはありません。感染したウイルスによっては踏台(サーバー攻撃等)になったりすることもあり、社会的な迷惑にもなることがあります。

ネットに繋がなければ良いのでは

USB メモリから感染するウイルスをご存知でしょうか。ネットに繋いでないからと油断はできません。友人・同僚などからもらった USB メモリから感染する場合があります。よくデータのやり取りをしている方は気をつけてください。

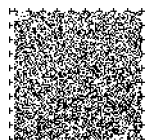
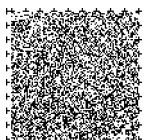
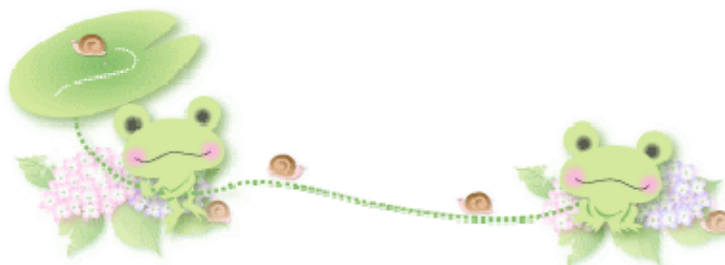


感染したらリカバリで直せばよいのでは

感染したことになかなか気づくことはできません。隠れてこっそり活動をしているウイルスを見つけては都度正常な状態へ戻す作業は面倒かと思えます。感染させないことが一番です。

このように、XP をサポート終了後も使い続けることは危険な行為であると言えます。Linux 等の無料 OS を使うという手もありますし、スマートホンやタブレットにするとかこの機会にご自分の環境を考えてみる良い機会だと思います。新 OS に変更するのがベストですが、乗り換えの前にいつも使っているソフトウェアやプリンタなどの周辺機器がちゃんと動くかどうか、事前に調べておかれることをお勧めします。

次号に続く



活動報告

【5月】

平成25年度通常総会 (18日)

障がい者対象個人向けパソコン講座
(7日、14日、21日、28日)

活動予定

【6月】

障がい者対象個人向けパソコン講座

4日、11日、18日、25日
9:30~11:30
松阪市障害者福祉センターにて



続・松阪食べある記

キッチンハウス キャロット

今月は、キッチンハウス キャロットさんでランチをいただきました。

お店の名前を聞いたことがある方もおられると思いますが、このお店、昭和59年に駅部田町で開店以来、大黒田町、多気町と三度の移転で、今が集大成とのこと。三重高校から虹が丘へ通じる市道から右へ入り、ゴルフ練習場の隣にあります。

店内は清潔感があり、明るく、優しい感じです。

『料理は愛情』との信念で、一品一品に十分な時間と手間をかけて作られる料理は、申し分のない味わい深いものでした。

Aランチ・ハンバーグ 1,250円 (写真上)

Aランチ・ロールキャベツ 1,250円 (写真下)

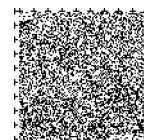
所在地：松阪市上川町255-1

電話：0598-28-2223

営業時間：ランチ 11:30~14:30 (L.O.14:00)

ディナー17:30~21:00 (L.O.20:30)

定休日：水曜日



ミステリー・ツアー

NY2013

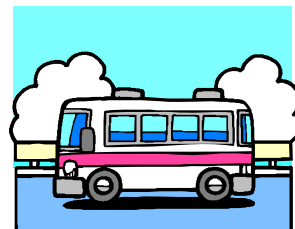
ミステリー、といっても怖い方のミステリーではなく、行き先を公開せずに、バスに乗って頂く、朝7時出発、夜7時30分に帰ってくるという情報と下記の行き先候補を挙げて、何のヒントもなしに行き先を当ててもらおうというツアーを企画して、5月19日に実施しました。

【行き先候補】

1. 和歌山(高野山)、2. 奈良(吉野金峯山寺)、3. 大阪(大水族館・グランド花月)、4. 京都(嵐山・金閣寺・貴船)、5. 滋賀(近江八幡商人の町)、6. 愛知岐阜(おちよぼ稲荷・モンキーセンター)、7. 岐阜(高山・白川郷)、8. 福井(永平寺・芦原温泉)、9. 静岡(浜名湖・久能山東照宮)、10. 長野(小布施北斎の天井絵)

皆さん、どこへ行ったと思いますか？ヒントなしですから難しいですね。5番が正解でした。58名が投票して正解者はたったの2名でした。数少ない正解者には豪華商品(かつお一本)を翌日お届けするという事にしました。

それにしても、旅行前にそれとなく色々質問されましたがそれらに引っかけられないように注意して受け答えをするというのは苦しさ一杯でした。この苦しさも楽しみの一つでやみつきになるかも???



編集後記

NPO 法人 CTF 松阪平成 25 年度通常総会も滞りなく終了しました。6 月梅雨の季節に入ります。今年の梅雨は空梅雨か？シトシト続く長雨か？どちらでしょうね。又雨の日のお花は色鮮やかに写ります。雨も又楽しいですね。
ピチピチ・チャブチャブ・ランラン♪



CTF 通信第 122 号

2013 年(平成 25 年)6 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/>

