



今年はどうなるのか毎年期待しています。年末になると今年もあまり良くなかったとならないよう頑張らしましょう。

このニュースレターは、電子入札用ICカード購入をして頂いたお客様、当社とお取引のあるお客様、私と名刺交換して頂いた方へお送りしています。

IT関連の情報やニュース、気になる製品等をお伝えいたします。お気軽にお読みください。

宜しければ社内回覧などして頂くと励みになり、嬉しくなります。

## いつの間に? 不要なソフトをインストールしていませんか!

自分では身に覚えがないのに、いつの間にか知らないソフトウェアがインストールされていたという経験はないでしょうか? ある日気づいたら、デスクトップに見たことのないアイコンがあったとか、ブラウザ(ホームページ閲覧ソフト)のツールバーに知らない機能が追加されていたとか……。もし、このような経験が一度でもあれば要注意です。

例) 下図の様な一般的なソフトのバージョンアップでも、提供オプションのチェックを外さなければ 不要なソフトがインストールされてしまいます。

上記以外にも色々な方法で、不要なソフトがインストールされます。自己防衛するしか方法が無いようです。

間違っても、不要なソフトをインストールした場合、自分自身でソフトを削除する必要があります。

### 【不要なソフトの削除方法】

- ・「コントロールパネル」→「プログラムと機能」→「該当ソフトを選択」→「アンインストール」



### ～ ポケットWiFi ～

いつでも、どこでもインターネットができる便利なポケットWiFiです。難点は契約期間2年間後の1ヶ月間しか解約できません。

やっと2年間の縛りが終了したので、以前使っていた機種の新モデルへ交換しました。(軽くて、薄いのが気に入ってました)  
新モデルは少し大きくなっていました。  
サイズは約W110mm×H66mm×D9.3mm、重量は約95gと胸のポケットに入れても嵩張らない大きさと重さです。  
一回の充電で約8時間使って、通信速度も速くなっています。



パソコン、iPad、スマートフォン等のインターネットに接続して使う機器は約10台は同時接続できます。

光回線が引けない場所や、短期出張などで持ち歩くには便利な製品です。  
但し、電波が届き難い場所では通信速度が遅かったり、使えない所もあります。

UQ-WiMAXのホームページから「Try WiMAX レンタル」へ申し込みすれば、15日間無料でお試しができます。

URL : <http://www.uqwimax.jp/>

### ～ 「杏仁豆腐」は咳止めに効く?! ～

空気が乾燥しているため、のどや鼻の粘膜も乾燥し、咳が出るという人もいるのではないのでしょうか? 季節の変わり目でもあるため風邪も引きやすい季節です。

こんな季節にぴったりな、のどを潤し、咳を抑えるはたらきのある身近なデザートといえば、杏仁豆腐! 杏仁豆腐が持つパワーについてご紹介します。



#### 杏仁豆腐は咳止めのデザート

中華料理のデザートとしてもおなじみの杏仁豆腐。ツルツとしたのどごととクリーミーな味わいで好きな人も多いのではないのでしょうか?

実は、杏仁豆腐の原料である「杏仁(きょうにん)」は漢方薬に使用される生薬のひとつで、主にのどの調子を整えたり、咳を止めるはたらきがあり、のどに潤いを与えることにより乾いた咳やぜん息を落ち着かせ



杏仁には、甘杏仁(南杏)と苦杏仁(北杏)の2種類あり、デザートに用いられるのは甘杏仁の方で、一般的に手に入るのは甘杏仁を粉末状にした杏仁霜(きょうにんそう)です。甘杏仁100%のものは、香りが良く薬効も期待できるので、自分で杏仁豆腐を作る際には杏仁100%の杏仁霜を選ぶようにすると良いでしょう。

#### のどを潤すおすすめ杏仁豆腐レシピ

##### 〈材料〉

- 杏仁霜…20g
- 水…200cc
- 黒砂糖…15g
- 寒天粉…小さじ1
- グラニュー糖…15g
- 牛乳…200cc

##### 〈作り方〉

1. 鍋に、牛乳以外の全材料を入れてよく混ぜる。
2. 中火にかけ、とろみがつき始めたら牛乳を加えて混ぜ続けながら沸騰直前で止める。
3. 器に移して冷蔵庫で冷やし固めて完成!

冷やし固める時間も待てない! という人には、温めた牛乳にお湯で溶かした杏仁霜を加え、はちみつで甘味を加えたホットドリンクはいかがでしょうか? 杏仁豆腐を作ろうと思って、杏仁霜を買ったものの余らせてしまっている人にもおすすめの使用方法です。温かくてのどを潤すので、乾燥の季節にぴったりなおやつにもなりますね。ぜひお試しください。

### ～ 編集後記 ～

十数年振り救急車で病院へ運ばれました。病名は尿管結石です。久しぶりに激痛に襲われ右脇腹を押えて七転八倒の苦しみを味わいました。一番強い座薬の痛み止めが効かず、ベッドの上で歯を食いしばり苦しみました。その後、痛み止めの注射(モルヒネ?)でやっと楽になりました。平日に超音波で結石を割る手術?を受け。その後、尿と一緒に砕かれた結石が出るまで10日ほど掛かりました。結石の場合、水分を多く取りましょうは間違えです。結石が見つかった時点から水分は少なめに取り。結石が体外に出た後は、水分を多めに取りましょう。担当の医師に言われました。もう二度とあんな痛みは嫌ですが、体質的に結石が出来易いので我慢して受け入れるしか方法は無さそうです(泣)。 記 奥村