

ヨシナカ新聞

5月号

発行所

（株）北陸ヨシナカ

東京営業所

TEL: 03-3555-0796

Excel 便利なショートカットキー

Excel ショートカットキー

仕事でパソコンで一番よく使われているソフトはExcelではないでしょうか。私は文書もExcelで作成していますので、これがないと仕事になりません。

そんなExcelを効率的に使用するためにショートカットキーをいくつか使っていましたが、知らなかったのもありましたので、この機会に、便利だと思うショートカットキーの一覧表を作成してみました。宜しければご利用下さい。

[Ctrl] + [S]	作業中のファイルを上書き保存。
[Ctrl] + [X]	選択されたセルを切り取り。
[Ctrl] + [C]	選択されたセルをコピー。
[Ctrl] + [V]	コピーされた内容を貼り付け。
[Ctrl] + [Z]	直前のコマンドまたは操作を元に戻す。
[Ctrl] + [N]	新しいブックを作成。
[Home]	現在の行の最初のセルに移動。
[Ctrl] + [Home]	A1セルに移動。
[Ctrl] + [End]	データが含まれている最後のセルに移動。
[Ctrl] + 方向キー	データ範囲の先頭行、末尾行、先頭列、末尾列に移動。
[Ctrl] + [A]	ワークシート全体を選択。
[Ctrl] + [Y]	直前のコマンドまたは操作を繰り返す。
[Shift] + [F11]	ワークシートが挿入。
[Ctrl] + [Enter]	選択した複数のセルにデータを入力。
[Ctrl] + [Alt] + [V]	『形式を選択して貼り付け』が表示される。
[Ctrl] + [1]	『セルの書式設定』の表示
[Ctrl] + [- (=)]	セル・行・列の削除

K社員のエレク トン奮闘記

練習不足で迎えた発表会は、ボロボロの演奏で、次の発表会でも相変わらずの演奏に自分自身に嫌気がさしてしまいました。何よりショックだったのが、これまで大好きだった『エデンの東』『白い恋人達』をラジオやCDで聴く度に発表会での失態を思い出してしまい、聴くのが嫌になってしまったことでした。このままエレク トンを続けていくと、聴きたくない曲が増えていくのではないかと、そして最後には音楽自体が嫌いになってしまわな

いか。もともと『新日本紀行』だけをレッスンして頂くつもりで習い始めたエレク トンだったので、本当に良くして下さった先生には大変申し訳ないと思いつつ、この辺でレッスンを打ち切ることを決心したのでした。

鋸山登山記（前編）

GW真っ只中の5月5日に友人のNさん、Sさんと三名で千葉県富津市にある鋸山（のこぎり山）に登って来ました。JR内房線の浜金谷駅で落ち合い、まずは登山ルートを打ち合わせ。ロープウェイに乗ろうかという意見も出しましたが、標高330Mとそんなに高くない山だし、『重力道』のコースが人気があるみたいよと、ネットで仕入れた情報をひけらかせて、歩きましょうと私が提案して、いざ出発。

天気もよく頬に当たる風がとても爽やかで、近くでウグイスも鳴いています。気持ちいい！しかし、そう思ったのは歩き始めて10分くらいで、いざ登りになると予想以上にきつくて、普段の運動不足も影響してか、二人のスピードに全く付いていけず、途中休憩した石の採掘場所でも早くもグロッキー状態。しかしまだ20分も歩いていません。



石の採掘場所

いったいこの先どうなるのやらと悲嘆に暮れている暇もなく再出発。舗装されていない段差を進むうちに足が思うように動いてくれなくなりました。途中から舗装階段になったのですが、一段一段の高さが半端なく、短

足な私では殆どスクワット状態で、手すりがないければ間違いないで登れませんでした。

長い階段を上がり、ようやく展望台に到着した時には、ほぼ瀕死の状態（恥）、先に到着していたNさんが私を撮影しようとしてくれたのですが、殆ど落ち武者状態の私にシャッターボタンを押せなかつたそうです。しかし、そこからの眺めは絶景で、僅かながら達成感に浸りながら写真を撮影しました。展望台で食べる筈のおにぎり



展望台からの眺め

も食べる元気がなく、そのまま頂上に向かいます。一旦下って、また登る辛さに耐えながら、辿りついた頂上には、『房州低名山』と書かれた看板が。まるで嫌がらせのような名前に気落ちしながら頂上を後にして、ガクガクの足で下り始めたら、頂上に向かって元気よく登ってくるブードルとすれ違い、私のプライドは風前の灯火の状態になってしまいました。（次号続く）

ステンレス豆知識

ステンレスの金属屋根

金属屋根には亜鉛メッキ鋼、ステンレス、チタン等の板が使われています。

ステンレス屋根は、次の数値が大きいほど錆びやすくなります。

- ①雨に洗われ、堆積物なし。
- ②雨に洗われ、堆積物あり。
- ③雨に洗われず、堆積物なし。
- ④雨に洗われず、堆積物あり。

田園地帯では、SUS304は①では錆びませんが、④では錆びます。②、③では条件次第、SUS316なら④以外

は大丈夫です。

海浜地帯では、SUS316は①では錆びず、②では条件次第。③、④では錆びますので、さらに高耐食のステンレスか、塗装したステンレスが必要です。（『トコトンやさしい錆の本』（日刊工業新聞社）より）