NTT 西日本
“光”。ひろがる。ひびきあう。

暮らしに輝きをプラスするネットの使い方。

Clip Click On

クリップ クリック オン

2016 Vol.09

［特集］広島県

うさぎの島と船の町。

パソコンやスマホやタブレットを連動するとこんなに便利。
同期の利点とコツをお教えいたします。

なんでもWi-Fi教え隊!〈特別セミナー・同期編〉

極みへの第一歩 ❺

疲れがやわらぐ入浴法。

審査番号 16-2011-1

うさぎの島と船の町。

広島にはかずかずの名所や名物がありますが、市内からちょっと離れたところに特に外国の方に人気の場所があるのをご存知ですか？それはうさぎの島といわれる大久野島と、造船の町である呉。広島市内から少し離れた場所なのに、この島と町に多くの外国人観光客が訪れているのです。何が彼らの心を惹きつけているのでしょうか。ということで今回は、うさぎの島と船の町へ。それは癒やしと感動に満ちた旅でした。

CLUB NTT-West 会員専用

パソコンやスマホやタブレットを連動するとこんなに便利。
同期の利点とコツをお教えいたします。

特別セミナー・同期編

なんでもWi-Fi教え隊!

〔タージン〕
年間ロケ200日など「ロケの神様」の異名を取るマルチタレント。
朝日放送「おはよう朝日です」など、関西を中心にさまざまな番組のリポーターなどで活躍中。

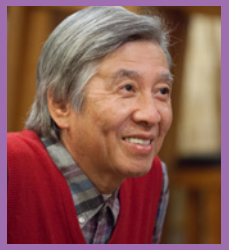
〔太田 百合子〕
デジモノライター。
現在、小学館「DIME」ほか、ITmediaで執筆。
「All About」でスマートフォン・タブレットのガイドを務める。

[もっといろいろな使い方を学びたいと、今回ご参加してくださった読者の方々です。]

ナカさん(仮名)
趣味は無線通信で、その世界もインターネットをどんどん利用する時代になっているので、ネットの便利な使い方を学びたくて参加されました。

フクさん(仮名)
ネットに関するサービスがどんどん便利になって、知らないことがたくさんあるので、少しでも最新の利用法を学びたいと参加されました。

ミカさん(仮名)
パソコンだけでなくスマホもどんどん利用するようになったミカさん。どちらもうまく使える方法を学びたくて参加されました。



オサさん(仮名)
クラウドは便利そうで使ってみたいけれど、セキュリティーの面で心配があるので、その解消のためにも参加されました。

極みへの第一歩 5

疲れがやわらぐ入浴法。

体も心もしっかりほぐす、

一日の疲れを癒し、寒い時期にはとくに心地よさを感じる入浴。お湯にゆっくりと浸かり、体をポカポカと温めるだけで、疲れがやわらいでいく気持ち良さを得られますが、ちょっとした心掛けで、その効果をもっと高めることができます。そこで今回、パーソナルトレーナー小林素明さんに、効果的な疲労回復の方法やストレス解消も期待できる、入浴法について教えていただきました。

小林素明さん

一人ひとりの体質に合わせたトレーニングを指導する、個人指導専門ジム「どこでもフィット」代表。また、企業や病院、温泉施設で行う健康指導をはじめ、テレビやラジオなどのメディア出演も多数こなす、いま関西で話題のパーソナルトレーナー。

C.C.O
clip click on

› 全編閲覧はコチラ

Clip Click Onを読んでわからないことや、インターネットの使い方でお困りごとがあれば、気軽にお電話ください。

CLUB NTT-West
会員専用ヘルプデスク

0120-685-310 bbsc_crm@ipcc.ntt-w.net

電話番号をお確かめのうえお問い合わせください。受付時間:午前9時～午後9時　土曜・日曜・祝日も受付中です。(年末年始12/29～1/3を除きます)