

## INDEX

- ◎ TASHIRO'S コラム
- ◎ ワンポイント PC テクニック
- ◎ スタッフ紹介  
棟方 絵美里  
(むなかた えみり)
- ◎ あとがき

## ごあいさつ

こんにちは。8月の猛烈な暑さが一転涼しくなり秋らしい空気を感じられるようになりました。さて、皆さんにご注意です。Googleのクチコミってご存知ですか？社名で検索すると、地図と一緒に星マークが表示されて、5段階でユーザーが評価できるようになっています。今、このサービスを利用した詐欺が増えていきます。自分で1つ星の低評価をつけて、それをすぐに消しますよ、という自作自演詐欺です。クチコミ評価を操作することができるのかGoogleに確認したところ、事実無根の評価であれば、Google側で削除するが、それでも3~4ヶ月はかかるとのこと。「クチコミ消しますよ」は詐欺なので気をつけましょう。

## TASHIRO'S コラム



## 断捨離のメリットデメリット

皆さん、こんにちは。田代です。新居に引っ越しをして1ヶ月以上経ちました。引っ越し際にいらぬ物を捨てたり売ったりして大きな断捨離をしたのですが、不要なものを捨てて、部屋が片付いていく快感がたまらなくなってしまう、今でも私の断捨離ブームは続いております。

今回は、断捨離を通して得られたメリットをご紹介しますと思います。

## 服、靴の断捨離をしたら、いい女に近づいたかもしれない

服や、靴、靴などは大事な物と、そうでもない物があったのですが、大事な方は丁寧に使いたかったので、そうでもない方をよく使うようにしてたんですね。今回引っ越ししてクローゼットに入るものだけ使う事にしようと思い、大事な物以

外は売ったり捨てたりして処分したんです。(サイズがちょっとあってないものとか、毛玉があるけどまだ着てるニットとか。)

すると、どうでしょう、自分の好きなスタイル、似合うものなんか絞られ、自分をより良く見せれる服しかなくなりました。またクローゼットを開けると自分の好きなものしかないのが気分がよく、余計な買い物も無くなり、どの服を着ようかなーと迷う時間も無くなり、日々の時間を有意義に使えるようになりました『フランス人は10着しか服を持たない』という本にも"いつも服装や身だしなみを整えておくのは、敬意を表すということ——自分自身に対して、そして家族や恋人はもちろん、日常生活であなたが会うすべての人びとに、敬意を表すこと"と書かれていました。いつもきちんとした装いを心がけることにより人としての品位が少し上がったような気がします。

## 家の中の断捨離で情報量を整理しリラックスした空間へ

いつか使うかもしれない、捨てるの勿体ないとしておいたものは、どんどん捨てたり売りました。子供部屋で余ったジョイントマット、家具を作った時に余ったネジ、思い出のサイズアウトした子供服、貰い物のあまり好みではないもの etc... 使わずに置いてあるものって、結局使わないものなんですよ。

所有する物が多くなると「あれ、どこにしまったっけ...」が増えて二重に物を買ってしまったたり探す時間もかかったりして効率的ではありません。子供の制作物とかも写真に撮って、どん

どん捨てました。ネジも家具はほぼ IKEA なので IKEA に行けばネジくれますし、作り終わった家具の予備ネジを家に保管しておく必要もないし捨てました。家の中の情報量を少なくすることによって自分にとって本当に必要なものが浮き彫りになってきますし、不要な情報を遮断することにより、以前よりリラックスできる空間になった気がします。デザインの現場でも余白の重要性についてや、必要な情報を目立たせることを学んできたりするので日常的に「いるもの、いらぬもの」を判断していくことは仕事にも役立っているような気がしています。

### 仕事環境の断捨離で作業効率アップ

いつももらったかわからない、顔も思い出せない人の名刺はどんどん捨てました。

1年以上も交流の無い人は今後 90% くらいは交流の無い、縁がない人だと思うのです。名刺の整理はイコール人脈の整理でもあるんですが、名刺整理をすることによって大事にしていきたい人、そうでない人の線引きが自分の中で明確化され、大事じゃない人にいくら腹のたつことを言われても「まあ今後人生で関わることもないしね。」(落ち着いたらこの人の名刺捨てよ) と心が軽くなり、人間関係のストレスが少し減ったような気がします。デスクの上も必要なもの以外は置かないようにし、本も情報が古いもの、読み潰したものは売るか捨てました。新しい本が置けるスペースができたので、頭の中のアップデートができそうです。(電子書籍は売れないので、本はデータではなく、モノを買う派です)

デスクの上が綺麗なので、やらなければいけないことに関する資料しかない状態なので、集中力が上がり、とても作業効率が上がったような気がします。

アップルでも月に 1 回オフィスの整理整頓をしているようで、それを実施することによって生産性が 3 倍アップしているそうです。

### 断捨離依存症に注意

と、断捨離であった良いことをつらつらと並べてみましたが、やりすぎると「断捨離依存症」と

いうものになってしまうようです。少しでも物が増えるとイライラしたり、捨てるのが快感になって必要なものまで捨ててしまい、後悔したりするようです。

私は恐らく、コレな状態だったんじゃないかろうかと思当たるフシがあります。昔ライターだった時に企画で、コスプレして堀川りょうさん(ドラゴンボールのベジータの声優さん)にインタビューする機会がありまして、その時にコス衣装にサインをもらったんですが、当時のコスネーム(コスプレイヤーとしての源氏名みたいなやつ)宛だったこともあり、そのサインを捨ててしまったのです。なんかコスプレライターだったことが黒歴史だなあ... と思うこともあり、それに関係するものをほぼ捨てたい衝動にかられ。けど、堀川りょうさんのサインは捨てなきゃよかったと激しく後悔しています。堀川さん、マジすみません...。(多分ドットワン通信見てないと思うけど)

幽遊白書の鴉が好きだったんですけど、その声優さんでもあったんで、まじで後悔してます。鴉は初恋の相手だったのに...

私がおばあさんになった時、コス衣装に書かれた堀川さんのサインを眺めて、ベジータや鴉に想いを馳せる時間があつたかもしれない... と思うと、やりきれません。

**今回の一言：断捨離ハイになると、人として大事ななものも捨ててしまうかもしれないよ**

(文・イラスト 田代彩乃)

作業効率を上げる

## ワンポイント PC テクニック

**パソコンが遅い理由 ソフトウェア編  
Outlook が原因で PC 全体が遅くなっているかも!?**

メールクライアントは Outlook2013, 2016, 2019 をご利用の方が多いかと思われます。

出勤して PC 起動後にまず立ち上げるアプリケーションの一つであり、出勤中は起動したままという方も多いのではないのでしょうか?

PC の動きが悪い・重い・フリーズする原因の一つがこの Outlook の場合があります。良く使わ



れるアプリケーションの代表格ですから PC 全体への影響も大きいのです。

特に「Outlook を立ち上げる時たまにフリーズする」「Outlook の動作が突然遅くなった」のような症状が出ている方には以下の対処法は大変効果的です。では早速 Outlook の問題を解決して快適にする方法をご紹介します。

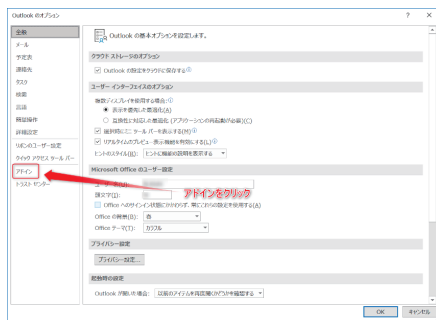
1. それではまず、Outlook を起動しましょう。

2. 左上 [ファイル] をクリックします。



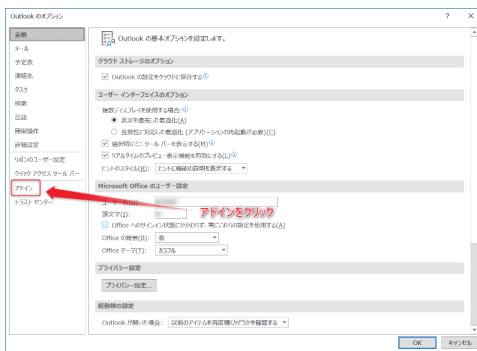
オプションをクリック

3. 左下の [オプション] をクリックします。



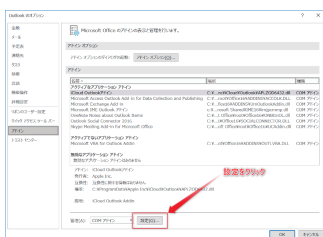
アドインをクリック

4. 左下 [アドイン] をクリックします



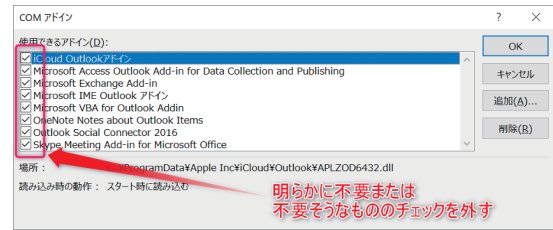
アドインをクリック

5. 一番下にある [設定] をクリックします。



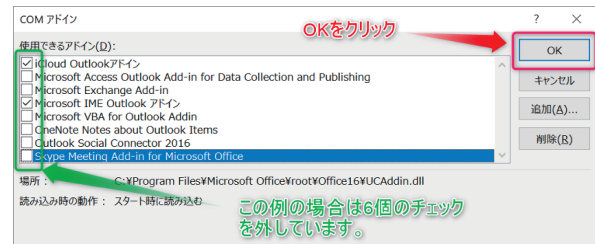
設定をクリック

6. 明らかに不要または不要そうなもののチェックを外します。※この操作で今までと異なる動作になった場合はここのチェックを入れれば今まで通り元に戻ります。



明らかに不要または不要そうなもののチェックを外す

7.OK をクリックします。



OKをクリック

この例の場合は6個のチェックを外しています。

8. 右上の [×] をクリックして作業終了です。お疲れさまでした。

Outlook が遅くて、お悩みの方はお気軽にご連絡下さい。



クリエイティブ事業部 デザイナー  
棟方 絵美里(むなかた えみり)

初めまして。ドットワンで印刷物を中心に様々なデザインを担当しております棟方 絵美里と申します。今回は自己紹介の場を用意して頂いた為、私自身の事を少しお話させていただきます。専門学校にて、グラフィックデザインを中心に様々なデザイン分野を学んだ後、食べる事が好きなこと、飲食店でアルバイトをして

いた事から飲食店のインハウスデザイナーとして、飲食店の販促物のポスターやポップや途中からアニメのコラボカフェのアニメティや販促物等も制作しておりました。2年後、出産を機に退職をし様々なパートを経験した後、素敵なお縁があり、ドットワンにデザイナーとして入社をさせて頂きました。出身は神奈川県川崎市川崎区生まれ、自慢ではありませんが非常に治安の悪い場所で、近所にはストリップ場、反対側には危ない事務所という場所に住んでいた事もありました。近所で物騒な事件が起きてても地元の友人とは「まあ、川崎だもんねえ〜(笑)」で通じ合っていました(今考えれば凄い会話ですね)そんな川崎とは、専門学校入学と共に別れを告げ、現在八王子市民として穏やかに暮らしています。

好きなことは娘達の観察、食べる事、デザイン、お笑い、映画鑑賞、絵を描く事で嫌いな事は料理です。学生時代から一人暮らしをしていたにも関わらず全く料理をしてきませんでした。そんな中、調理系の仕事に就いてる主人と結婚し、まずい、これは本当にマズいとなり一生懸命練習し、なんとか家族内で出しても、健康に害はない食事を出せる様になりました。練習期間中は主人の口に合わない事も多々あり、たくさん喧嘩もしました。時には味が薄すぎて作った料理に醤油をぶっかけられ、私がそれに激怒し、翌日のお弁当は弁当箱いっぱいに冷凍たこ焼きを大量に詰め持たせたりなどした事もありました(今では笑い話です...)

でもこの経験で思ったことがあり、デザインも料理も近い部分があるな、と感じたのです。料理の練習に最初パスタを作ったのですが、何も知らない状態で調味料も目分量、調理法も自分の知っている限りで作ったら全然美味しくないのです。でも、サイトで美味しいレシピを参考にしたり、主人にパスタの茹でかたのコツを教わったら、とんでもなく美味しいパスタができたのです。ただ鍋にオリーブオイルを垂らして、塩をさらさらって入れたそのひと工夫だけです。デザインをする時も私達クリエイターは1mmの余白やスペースに拘って制作を行っ

ています。『そこまでこだわらなくても...』と仰る方もいますがお客様の問題解決の助けになる様な良いデザインを目指すには、小さじ一杯分くらいの違いを出す為、色を変えたり、レイアウトを変えたりと何でもなさそうだけど、大事なことを積み重ねていく必要があります。そういう部分を大事にしながらデザインも料理も頑張っていき、提供したお客様に喜んで頂きたいと思います。

#### ■木村よりコメント■

Adobe Illustrator の操作をタッチパッドで行うちょっと変わった?女の子です。

きちんとした専門学校を卒業されているので、ソフトの操作やデザインはきちんとした基礎力があります。まだまだ若く、伸びしろがたくさんあるので今後の成長に期待しています。

オリジナルの絵も描いたりしていますし、既に弊社の事例としてHPで紹介させて頂いている印刷物もいくつか作成しております。お見知りおきのほど、どうぞよろしくお願いたします。

#### あ・と・が・き

- 小さな社会貢献として「子供が売られない世界をつくるかものはしプロジェクト」に寄付継続中です。



#### 代表者プロフィール

木村太一 (Kimura Taichi)

1979年8月9日生まれ 東京都日野市出身

日本大学第二高等学校 卒業

日本映画学校(現日本映画大学) 卒業

家族構成: 妻と娘3人

趣味: ゴルフ 筋トレ

・東京稲城ロータリークラブ 会員

#### 出版・編集

ドットワン合同会社

電話: 042-519-6960 / FAX: 042-533-5421

〒196-0001 東京都昭島市美堀町 5-16-22-302

URL: <https://dot1.tv> e-mail: [info@dot1.tv](mailto:info@dot1.tv)

#### 配信停止について

このニュースレターでは、すぐに役に立つ情報アドバイスを提供していますが、本ニュースレターがご不要な場合は上記連絡先まで、ご連絡ください。

#### 免責事項

このニュースレターでは、すぐに役に立つ情報アドバイスを提供していますが、本ニュースレターで提供された情報、およびアドバイスによって発生した問題に関しましては一切、当方やライターに責任や義務は生じません。読者はここでの情報を参考に下した判断や行動は、全て各人自身の責任となります。