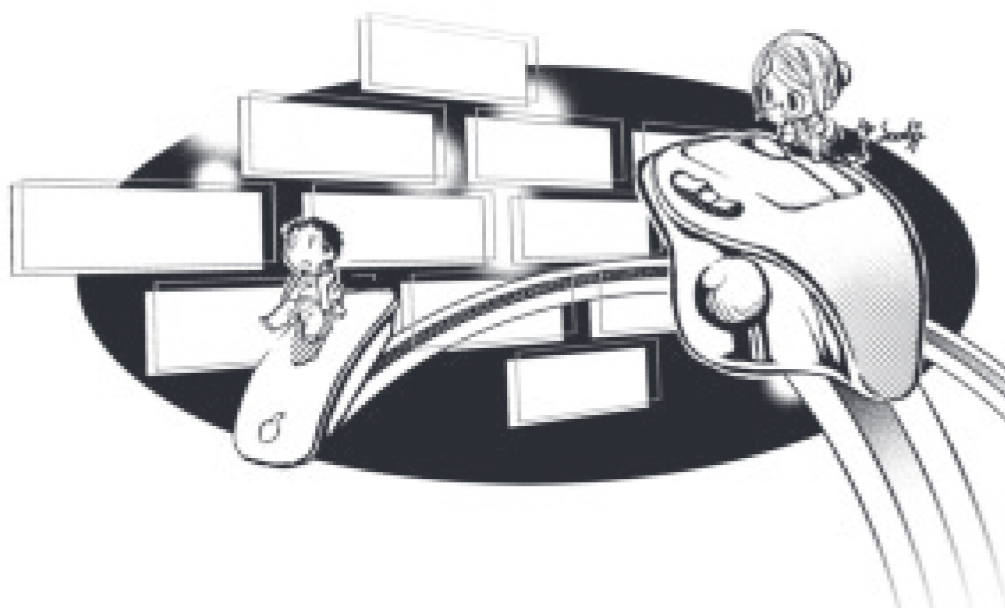

第3章

コンピュータを使う

コンピュータは今日の社会生活において、欠くことのできない道具になりました。大学でのコンピュータ使用は社会人への前段階といえますが、大学生のうちに誤った使い方を身につけてしまうと、後々まで尾を引いてしまい、思わぬトラブルに巻き込まれることもあります。

本章では、大学生として備えておくべきコンピュータの知識と技術について学びます。



(a) 大学生にとってのコンピュータ

📁 パソコンの選び方

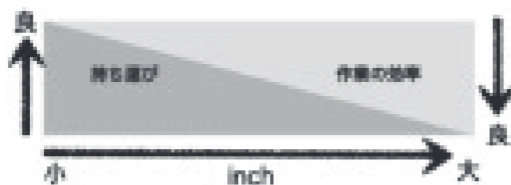
*大学でも学生用コンピュータを用意してあります。

最近では、自分専用のコンピュータ（パーソナルコンピュータ：パソコン）をもつ学生が増えてきました*。しかし、様々なパソコンが市販されていて、購入に際し困ることもあります。

市販のパソコンは大きく分けると、机の上に設置して使用する「デスクトップ型」、携帯性に優れた「ラップトップ型」（いわゆるノートパソコン）があります。デスクトップ型には性能に優れた機種が多いようですが、学内・自宅と様々な場所で使用する学生にとっては「ラップトップ型」が便利でしょう。

デスクトップとラップトップの比較

デスクトップ	V.S	ラップトップ
高機能	性能	中機能
やや高め	価格	やや低め
不可能	携帯性	高い
大きい	画面	小さい



購入時には、ディスプレイ（画面）のサイズにも注意が必要です。ラップトップ型パソコンでは11～15インチが多いですが、小さくなればなるほど持ち運びは便利でも作業は不便になります。総合的に考えると13インチ程度のディスプレイがおすすめです。

📁 必要なソフトウェア

大学生が最もパソコンをよく使う作業はレポート作成です。通常、レポート作成には文書作成ソフトや図表作成ソフトを用います。無料から有料のものまで様々ありますが、最も一般的なものはMicrosoft社の Office (Word、Excel) でしょう*。他のパソコンや他人とのデータ共有には、同じソフトウェアのほうが便利です。

* Microsoft社のOfficeには、大学生が安くソフトウェアを購入できるアカデミック版もあります。ソフトウェアによっては半額以下で購入ができます。

📁 「性能」とは？

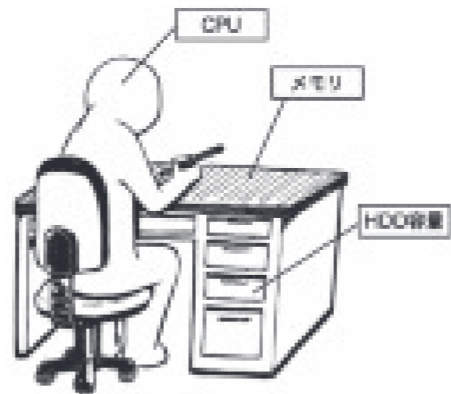
パソコン購入時には「CPU*」「メモリ*」「HDD容量*」などを基準に選びます。数値が大きいほど高性能とされていますが、価格もそれに応じて高額になります。

例えるならCPUは作業をする人、メモリは机の広さ、HDD容量は机の引き出しの数です。作業する人が優秀でも机が小さければ作業は遅くなり、机が広くても人が手間取ればやはり作業は遅くなります。また、いくら高速に作業できても、その作業結果を保存できなければ優秀とはいえません。CPU・メモリ・HDD容量の一部だけが高性能でも十分に性能を発揮できないのです。購入時には価格だけでなく、性能のバランスも考えて機種を選びましょう。

* CPU (Central Processing Unit) : 数値計算や情報処理をおこなう回路。(性能単位: Hz)

* メモリ (cache memory) : CPUの同時処理が可能となる容量。(性能単位: GB, MB)

* HDD容量: パソコン内に保存できるデータの容量。(性能単位: GB, TB)



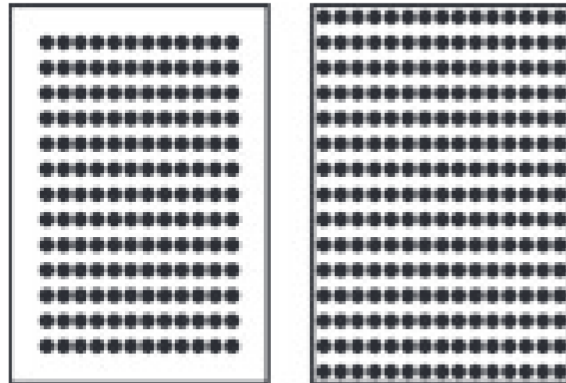
(b) 文書を作る

パソコンを使ってレポートなどの文書類を作成するには、形式上の注意点があります。

📁 用紙の余白

レポートを1枚にまとめる課題が出たとします。左図は余白調整*なし、右図は余白を小さくしたものです。

*文書作成ソフトでは初期設定されていますが、仕上がりによっては余白調整が必要になることがあります。



文字（●）数の多い右図に比べ、左図の方が読みやすくなります。文書はあくまで他人に読んでもらうために作成するものです。無理な余白調整は避けましょう。

📁 文字フォント

以下の文章を読んでください。

A：学修ハンドブックを読んで、より良い大学生活を送ってください。

B：学修ハンドブックを読んで、**より良い大学生活を送ってください。**

Aの方が読みやすいことは一目瞭然です。レポートでは一般的にBのような文字修飾は使用しません。本文中のフォントやフォントサイズは必ず統一しましょう*。

*特に指定のない場合、和文が明朝体の10.5ポイント、欧文がTimes New Romanの12ポイントを使うのが一般的です。

📁 文字数

レポート*課題では基本的に、枚数制限や文字数制限が設定されています。1枚あたりの文字数は、1行の文字数に行数をかけることで算出できますが、文書作成ソフトには文字数をすぐにカウントできる機能があります。

*レポートの具体的な形式や書き方については第5章も参照しましょう。

(c) インターネットを使う

大学生のパソコン使用目的のひとつがインターネットを用いた情報収集です。スマートフォンや公衆Wi-Fiの普及により、キーワードをいくつか入力するだけで自分の欲しい情報をすぐに手に入れられる便利さがあります。しかしその一方で、下記の点には注意しなければなりません。

誤った情報の掲載

インターネット上に情報を提示するウェブサイト（サイト）では、作成者が個人的な考えのみを掲載したり、その情報が間違っている可能性があります*。

例えば、薬局で購入の薬Aで怪我が治ったという情報を個人のサイトに掲載したとします。医学的には薬Aより薬Bの方が効果的と実証されていても、このサイトのみを閲覧した人は薬Aが優秀だと判断しかねません。このように誰でも自分の考えを発信できるインターネットは便利ですが、その情報をすぐに信用するのは危険です。慎重な利用が求められます。

*教科書や論文などは、科学的裏付けをもとに執筆され、信憑性も十分に審査されています。

ID・パスワードの自己管理

インターネットを使う際に設定・入力するユーザー ID*とパスワード*は自分で厳重に管理しなければなりません。特にパスワードは銀行キャッシュカードやロッカーなどの暗証番号に相当するものです。個人情報を守るためのカギであるパスワードが他人にわたり悪用されてしまうと、自分がインターネット上でやった覚えのないことであっても、すべて自分の行動とみなされてしまいます。

覚えにくいからといって、名前や電話番号、学籍番号、同じ数字や連番など、他人に類推される*分かりやすいパスワードは絶対に設定しないよう、気をつけましょう。

危険なアクセス

現代のインターネット犯罪は巧妙化しています。キーワードをもとに情報収集をおこなっている最中、いつの間にかフィッシング詐欺*のサイトへアクセスしてしまったり、スパイウェア*などによって知らない間に自分の検索履歴に関する情報が収集されていたりすることもあります。

*ユーザー ID：パソコンやネットワークを利用する人を識別するために用いる、特定の文字や数字の羅列のこと。

*パスワード：ネットワークなど特定の機能を利用する際に本人であることを確認する、認証用の暗号のこと。

*たとえ仲の良い友人であっても他人であることに変わりはありません。お互いの安全のため、自己管理を徹底しましょう。

*フィッシング詐欺：普段利用しているサイトとそっくりな偽物のサイトへ誘導し、IDやパスワードを入力させて個人情報を収集する詐欺のこと。

*スパイウェア：ユーザーが知らないところで情報を収集・送信する機能を持ったソフトのこと。

(d) 電子メールを書く

パソコンを用いた電子メール（メール）では、携帯電話のショートメールや、LINEなどのSNS（Social Networking Service）とは異なり、添付書類としてデータの送受信が可能です。

件名

メールには件名を書くことがマナーです。用件を簡潔にまとめて記載しましょう。件名が空欄だとソフトウェアによっては迷惑メールと判断され、届かないこともあるので注意が必要です。

例) 講義内容に関する質問があり、先生の都合を伺うメールを送る場合

良い例：

「〇〇学の授業について」「授業に関する質問」←簡潔でわかりやすいもの

悪い例：

「〇〇学について質問があり先生の研究室に伺いたいです」←件名が長い

「 」←空白

メール本文

本文を書く際に注意する点を以下に記載します（A～E）。

○○先生	A
○○学の講義を受講しております○○学科1年の○○と申します。	B
(内容)	C
お手数をお掛けして申し訳ございません。 宜しくお願い致します。	D
..... ○○大学○○学部○○学科 学籍番号○○○○	].....E
氏名	
Eメール：○○番○○.○○ 携帯：○○-○○-○○	

A【宛名】：

相手の所属(○○大学○○学部 ○○先生)
から記載すると、より丁寧になります。

B【差出人】：

SNSなどとは異なり、メールの差出人が誰
なのか受信者に分からないことがあります。

C【本文内容】：

内容は端的に書きましょう。なお、目上の
人へのメールでは顔文字は使用禁止です。

D【締め言葉】：

用件が終わったら失礼のないように文を締
めます。

E【署名】：

自分の情報*をきちんと記載してください。

*あらかじめメールソフトで署名設定し
ておくとう便利です。

(e) 倫理・作法

現代のパソコンはネットワークを介して社会とつながっており、個人的な空間ではありません。パソコン使用によって他人に迷惑をかけないために、こういった姿勢で向き合うべきか、確認しましょう。

📁 ウイルスの感染

他人のコンピュータに勝手に入り込んで悪さをするプログラムを「ウイルス」といいます。パソコンがウイルスに感染すると、保存されたデータが破壊されることもあります。

ウイルスの主な感染経路

- ・ 電子メール（本文、添付ファイルなど）
- ・ ホームページの閲覧
- ・ ネットワーク上でのファイル共有
- ・ 外部記憶メディア（USBメモリなど）



ウイルス感染を防ぐには、感染要因を理解し、不用意なアクセスをしないことが肝要です。またウイルス対策ソフトを導入し、常に最新の状態に保っておくなどの防衛策もとりましょう。

📁 ネット犯罪とネチケツト*

* ネットワーク上のエチケツトのことです。

インターネットの普及にともない、インターネットを介した犯罪や事件が急増しています。

(1) 違法行為

パソコンを使用した以下のような行為は、処罰の対象になります。

- ・ 賭博行為
- ・ わいせつな文書・画像・動画などの掲載
- ・ 詐欺行為、ネズミ講まがいの行為
- ・ 他人のコンピュータへの侵入、情報の改ざん
- ・ 意図的にウイルスを送りつけること
- ・ 著作物の無断掲載
- ・ ライセンスの侵害（ソフトの複製など）
- ・ 他人のメールを盗み見ること
- ・ 他人のIDの不正使用

(2) 個人情報の漏洩

近年、個人情報の漏洩による様々なトラブルがおきています。個人情報の漏洩には、インターネットが関わるものが少なくありません。

SNSなどへの投稿は、投稿30分後には数千人、12時間後には数万人の閲覧者数になるといわれています*。過去には医療系の大学生がTwitterなどに臨床実習時の患者情報を漏洩させてしまい、事件になったことがありました*。個人情報保護に対する高い意識が必要です。

* 1度投稿した内容は、たとえ本人が削除しても他人が再投稿してしまうことも多く、事態の收拾が難しくなります。

* 本学では、医療系大学の学生として備えるべき情報管理の規範を示しています。

(3) 不適切な投稿

SNSなど（ネット掲示板を含む）への書き込みは、相手の姿が見えないため、衝動的になりがちです。安易な書き込みが他人への中傷になっていないかどうか、普段より慎重にならなければなりません。

(f) 文献リスト

以下は、基礎的内容かつ入手が比較的容易という観点から選んだ関連文献（書籍のみ）です。図書館の所蔵書籍も含まれますので、ぜひ手に取ってみましょう。さらに文献情報が欲しい場合は、関連科目の担当教員に問い合わせましょう。

- 樺澤一之・寺島和浩・木下直彦（2015）『医療・福祉系学生のためのコンピュータリテラシー：Windows8.1・Office2013』
- 川合慧（2006）『情報：東京大学教養学部テキスト』東京大学出版会
- 立田ルミ・堀江郁美・今福啓（2015）『大学生の情報基礎』日経BP社
- 中山和弘・瀬戸山陽子・藤井徹也ほか（2012）『看護情報学』医学書院
- 三木容彦（2000）『大学生のためのコンピュータ入門テキスト』東海大学出版会
- 森園子・池田修・坂本憲昭ほか（2015）『大学生の知の情報ツールⅠ：Word & PowerPoint』共立出版
- 森園子・池田修・谷口厚子ほか（2015）『大学生の知の情報ツールⅡ：Excel & 情報検索とGoogle活用』共立出版
- 吉田郁子（2014）『初歩から学ぶ情報リテラシー：Office2013/Windows7,8 対応』培風館