

## 1. はじめに（講習会の目標）

クラウドとは？

比較的簡単にライオンズクラブの活動をインターネット（Facebook）へアップできる！  
講習会というよりは、『実習』の概要

3時間（実質 150分）でできること、できるようになりましょう！

- 『gmail（ジー・メール）、もしくは Yahoo Mail』を取得し使えるようになりましょう。  
（基本中の基本！）
- 『宅ファイル便』（大容量のデータを送受信可能、300MB まで無料！）
- 『facebook』に挑戦！

## 2. gmail

### a. アカウントの作成

- ブラウザ（インターネットエクスプローラ）を起動する。



- 入力する。 **gmail.com** .....①
- 「アカウント作成」をクリックする。 .....②



・以下を参考に入力する。

### 情報入力画面

ログイン

**名前**

姓  名

**ユーザー名を選択**

@gmail.com

**パスワードを作成**

**パスワードを再入力**

**誕生日**

年  月  日

**性別**

選択してください

**携帯電話**

+81

**現在のメール アドレス**

**デフォルトのホームページ**

Google をデフォルトのホームページに設定する

ブラウザのデフォルトのホームページとは、ブラウザを開くと最初に表示されるページです。

**ロボットによる登録でないことを証明**

この確認をスキップします(電話の確認が必要になる場合があります)

**Henry** *click*

2 つの単語を入力してください:

**国/地域**

日本

Google の利用規約とプライバシー ポリシーに同意します。

Google 以外のウェブサイトにおけるコンテンツや広告への +1 のパーソナライズを目的として Google が私のアカウント情報を使用することを許可します。  
パーソナライズについて

**次のステップ**

この情報が必要である理由については、[こちら](#)をご覧ください。

日本語

クラブ名（例えば、岩見沢）

ライオンズクラブ

別表を参照

任意、クラブ名+電話番号とか(12 文字迄)

同上

認証年月日とか

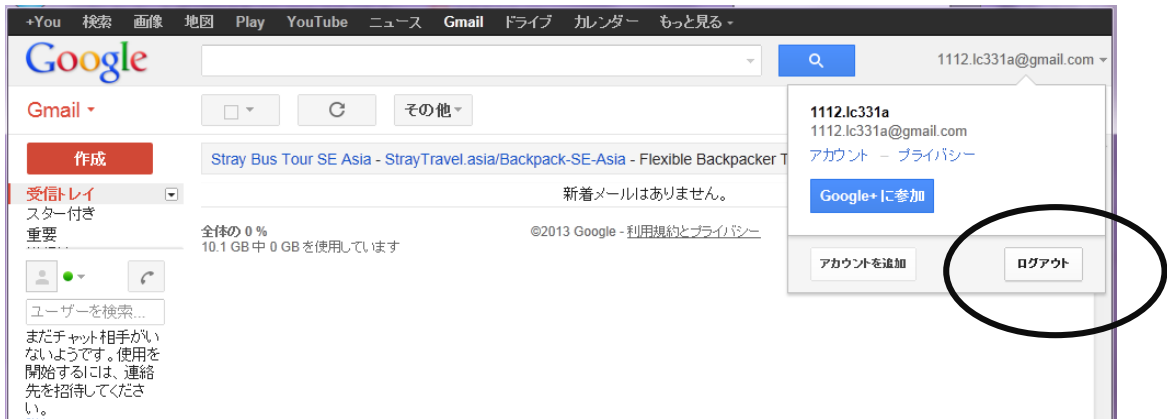
お好きな方で

入力しない

表示している通り入力する  
もしわからなければ、  
 をクリック

(チェック) とする

**Gmail に移動**



b. ログイン

- ・ユーザ名及びパスワードを入力する。……………③
- ・「ログイン状態を保持する」が  “なら”  “とする。……………④
- ・「ログイン」クリックする。……………⑤

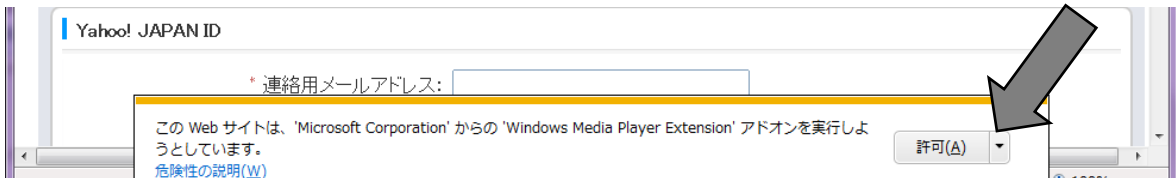


IE7  
 「ツール」 →  
 「オプション」  
 →（上のタブ  
 の）「一般」

### 3. Yahoo Mail

[https://account.edit.yahoo.co.jp/registration?.done=http%3A//mail.yahoo.co.jp/&.src=y  
m&fl=100](https://account.edit.yahoo.co.jp/registration?.done=http%3A//mail.yahoo.co.jp/&.src=y<br/>m&fl=100) （この URL だと、連絡用メールアドレスを入れなくてもよい！）

もしこのように表示されたら、x もしくは「許可」をクリックする。



この Web サイトは、'Microsoft Corporation' からの 'Windows Media Player Extension' アドオンを実行しようとしています。  
危険性の説明(以下)

許可(A)

Yahoo! JAPAN ID

\* Yahoo! JAPAN ID: Lc331a\_makino  
半角英数字、記号( ) 4~31文字

Yahoo!メールアドレス: Lc331a\_makino@yahoo.co.jp

\* パスワード: ●●●●●●●● パスワードの安全性 中  
半角英数字・記号、6文字以上

再入力 \* パスワード: ●●●●●●●●  
確認のため、同じパスワードを再度入力してください。

お客様情報の入力

\* 郵便番号: 0790261  
半角数字、7文字 例:1066182

\* 性別: 男性

\* 生年月日: 19●●●●  
半角数字、8文字  
例:19800501(1980年5月1日の場合)  
パスワードを忘れた場合に必要です。  
登録後に変更できません。

秘密の質問と答え

\* 秘密の質問: 座右の銘は?

\* 秘密の答え: 奉仕  
全角2文字以上、半角4文字以上

Yahoo!デリバー

メールマガジン:  配信を希望する(無料)

文字認証

不正な登録を防ぐため認証を行います。 [? 画像や音声による認証について](#)

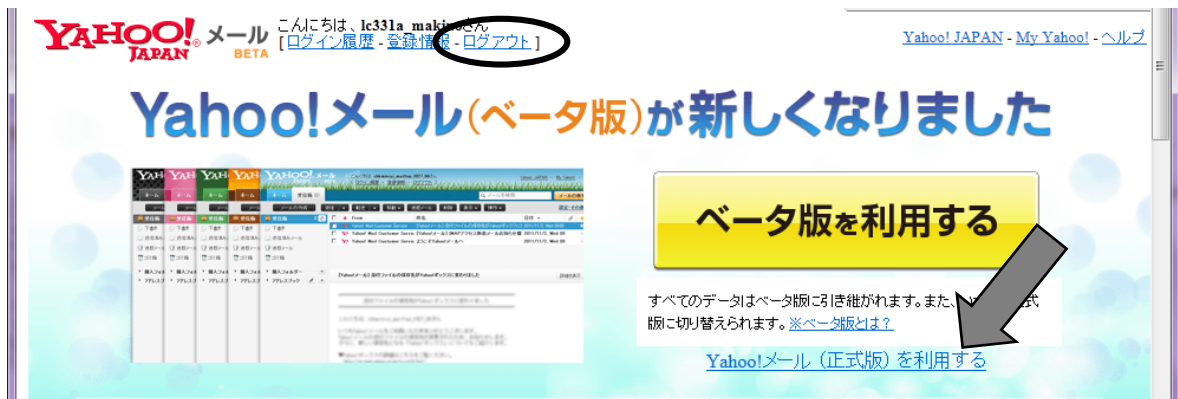
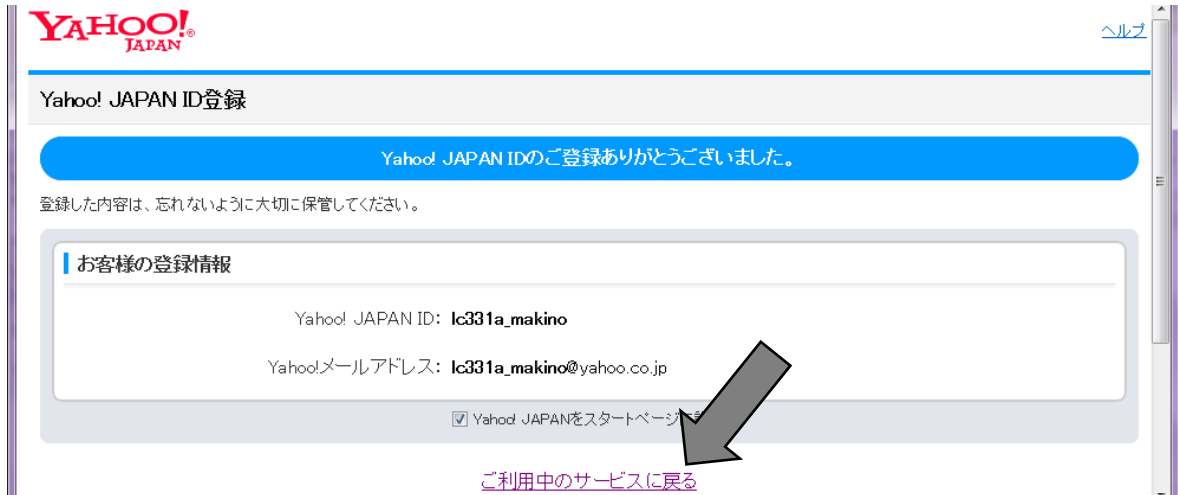
画像で認証する 音声で認証する

315079  
別の画像を表示する

\* 数字の入力: 315079  
半角数字 例:123456  
上の画像に表示されている数字を入力してください。

利用規約(Yahoo!メールガイドラインを含む)をお読みいただき、同意される方のみ「同意して登録」ボタンをクリックしてください。Yahoo! JAPANは、「プライバシーポリシー」にしたがってお客様の情報を取り扱います。また、お客様のご連絡先に各サービスや特集などのご案内をお送りすることがあります。

同意して登録



※利用後は、必ず【ログアウト】する。

b. ログイン後、登録情報の画面へ遷移した場合



YAHOO! JAPAN こんには、[redacted] 5さん [ログイン履歴 - ログアウト] ヘルプ

## 登録情報の確認

変更するには、各項目にある「編集」を押してください。編集後には必ず「終了」を押してください。

Yahoo! JAPAN ID 登録情報	セキュリティ
登録日時: 2013年03月14日 16時19分18秒 Yahoo! JAPAN ID: lc3[redacted] Yahoo!メールアドレス: lc3[redacted]@yahoo.co.jp パスワード: <a href="#">パスワード変更</a> 前回の変更日時: 2013年03月14日 16時19分18秒	<ul style="list-style-type: none"><li>ワンタイムパスワード</li><li>ログイン時に使用するIDの設定 (シークレットIDの設定)</li><li>ログインアラート ?</li><li>ログイン履歴</li><li>ログインシール</li></ul>
<b>お客様情報</b> <a href="#">編集</a> ○お客様情報 性別: 男性 生年月日: - 非表示 - 業種: 職種:	<b>Yahoo!サービスの設定</b> それぞれのサービスの設定状況と利用履歴にリンクしています。
○一般設定 タイムゾーン: GMT +09:00 日本、韓国 パスワードの確認頻度: 4週間	<ul style="list-style-type: none"><li>Yahoo!プロフィール 表示名: lc3*1* [redacted] ニックネーム [redacted] 登録されていません <a href="#">ニックネームの編集</a></li><li>Yahoo!ウォレット 登録されていません <a href="#">登録する</a></li><li>Yahoo!プレミアム 登録されていません <a href="#">会員登録する</a></li><li>Yahoo! BB 登録されていません <a href="#">入会案内</a></li><li>Yahoo!ポイント 0(利用可能ポイント) <a href="#">ポイント通帳</a></li><li>スタークラブ <a href="#">リンクを確認</a></li></ul>
<b>メールアドレス情報</b> <a href="#">編集</a> ○メールアドレス Yahoo!メールアドレス: lc331a[redacted]@yahoo.co.jp (メイン) 登録メールアドレス: [redacted].jp	<ul style="list-style-type: none"><li>Yahoo!デリバリー 情報提供を希望しない</li><li><a href="#">おすすめ情報メール</a></li><li><a href="#">Yahoo!メール</a></li><li>Yahoo!カレンダー</li><li>Yahoo!アドレスブック</li></ul>
<b>氏名・住所情報</b> <a href="#">編集</a> ○氏名 名前: - 未設定 - フリガナ: - 未設定 - ○自宅	

次に【メールの確認】をクリックする。

#### 4. 宅ファイル便

他にも、「JLO」などがありますが、私が慣れているものを紹介します。

##### a. 会員登録

無料大容量ファイル転送サービス「宅ふぁいる便」  
www.filesend.to を入力する

23区内 営業マンが訪問OK!

いろいろな印刷をいつもお手ごろな価格で  
**BEST PRINT**

ファイルを送る(無料) サービス概要 よくあるご質問(Q&A) 宅ふぁいる便ポイント リサーチ お楽しみコンテンツ

保存容量UP!フォルダごと選択して簡単送信できる専用ツールも! 宅ふぁいる便 ビジネスプラスは [こちらから](#)

マイページ(宅ふぁいる便ポイントの確認) いいね! 1,211

新発売! 血圧が高めの方に トマト酢生活 トマト酢 15,000mg 配合!!

あなたの気になる血圧に 血圧が高めの方にいいトクホ飲料 トマト酢生活 トライア

激安印刷!カンタン注文!  
チラシ・フライヤー  
片面フルカラー コート90kg  
100枚 780円~

イロドリ 送料無料! 激安価格! 今すぐチェック>>

ファイルを送る(無料)

新規会員登録 会員情報の変更はこちら  
退会はこちら

今すぐクーポン クリック

ファイルを送る(無料) サービス概要 よくあるご質問(Q&A) 宅ふぁいる便ポイント リサーチ お楽しみコンテンツ

保存容量UP!フォルダごと選択して簡単送信できる専用ツールも! 宅ふぁいる便 ビジネスプラスは [こちらから](#)

仮登録 本登録

1 メールアドレスの入力 → 2 登録用メール 送信完了 → 3 会員情報の入力 → 4 会員情報の確認 → 5 会員登録完了

プレミアム会員登録(無料)へようこそ

宅ふぁいる便プレミアム会員に登録すると…

- ・1回で最大300MBまでのデータが送れるようになります。
- ・送信が完了すると、相手にメールで通知されるので手間が省けます。
- ・また、ファイル送信確認、開封通知など希望するお知らせをメールで受けたい場合は、[プレミアム会員のメリットはこちら](#)
- ・ご利用にあたり料金は一切不要(無償サービス)です。

Gmail もしくは Yahoo Mail のメールアドレスを入力する

メールアドレス入力

メールアドレス 必須  半角英数字

メールアドレス確認 必須  半角英数字

▲確認のため、再度入力してください。

登録時の注意事項

- 1 すべての必須項目に入力してください。
- 2 内容修正、退会される場合はご本人が行ってください。

www.filesend.to  
cybertrust

登録用URLが記載されたメールを送信する(無料)

会員登録後はメールマガジン(広告含む)の受け取りが必要となります。

ご登録に際してはスポンサーに効果的なプロモーション展開をしてもらえるようWEBマーケティングに関わるアンケートを実施させていただいております。

※スポンサーには統計処理後の限定されたデータのみを提供する場合があります。  
メールアドレスや氏名等個人を特定できる情報は当社で厳重に管理し、外部に提供することは一切ありません。





**【宅ふぁいる便】仮登録受付 1112.lc331a@gmail.com様**

宅ふぁいる便 <shiroyagi@filesend.to> 20:42 (0分前) ☆

To 自分

無料の大容量ファイル転送サービス

■ 宅ふぁいる便 ■

<http://www.filesend.to>

★★★★ 宅ふぁいる便ではファイル送受信時にデータ通信を ★★★★★  
☆☆☆ 全て256bitSSL暗号化することで安全性を第一に考えています。  
☆☆☆  
「宅ふぁいる便」サーバは米国サイバートラスト社により認証されています。

[1112.lc331a@gmail.com](mailto:1112.lc331a@gmail.com)様

宅ふぁいる便のご利用ありがとうございます。現在は仮登録の段階です。  
本登録用のURLにアクセスしていただくことで「登録」が完了いたします。

メールアドレス：[1112.lc331a@gmail.com](mailto:1112.lc331a@gmail.com)

↓こちらが本登録用のアドレスです。このURLにアクセスしてください。

[https://www.filesend.to/member/regist3\\_phtml?id=eeb59c99baef6ba987e687e50f6d3abb](https://www.filesend.to/member/regist3_phtml?id=eeb59c99baef6ba987e687e50f6d3abb)

※お使いのメールソフトによってはリンクが異常になっている場合があります。  
この場合はクリックされるのではなくURLをブラウザのアドレス欄にコピー＆ペーストしてアクセスしてください。

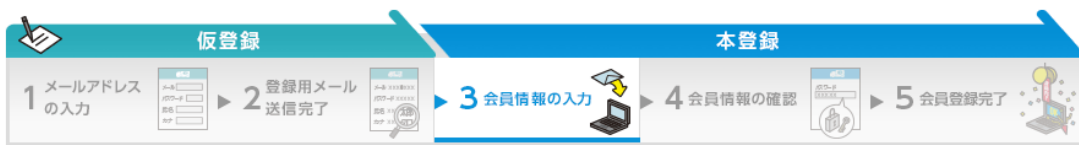
■本登録できない場合のよくあるケース

Q1. パスワードが正しくないと表示され登録できない場合  
入力可能なパスワード文字数は半角英数字12文字以内となっています。  
12文字より多く入力してある場合は、12文字までを入力してみてください。

Q2. どうしても登録できない場合  
本登録が完了するまでは何度でも、新規会員登録ができます。このため、再度、新規会員登録を行ってください。この場合は、一番新しく届いた仮登録通知メールに記載している登録用[URL]にアクセスしてください。

※なお、このメールに直接返信されましても送信専用アドレスのため確認することができません。





### プレミアム会員（無料）情報の入力

会員情報を入力してください

#### 会員情報入力

メールアドレス

パスワード  **必須** 6文字以上12文字以下半角英数字 **12文字以下**

パスワード確認  **必須** **12文字以下**  
▲確認のため、再度入力してください。

氏名(漢字) **必須** (姓)  (名)

氏名(全角カタカナ) **必須** (セイ)  (メイ)

生年月日 **必須**  年  月  日  
半角数字 西暦 例) 1975年01月29日

性別 **必須**  女性  男性

都道府県 **必須** ▼選んでください ▼

職業 **必須** ▼選んでください ▼

業種 **必須** ▼選んでください ▼

職種 **必須** ▼選んでください ▼

第2メールアドレス  半角英数字  
(例) eeeee@eeeeee.ee.ip

第2メールアドレス確認  半角英数字  
▲確認のため、再度入力してください。

#### 登録時の注意事項

- 1.すべての必須項目に入力してください。
- 2.内容修正、退会される場合はご本人が行ってください。



#### 【第2メールアドレスとは】

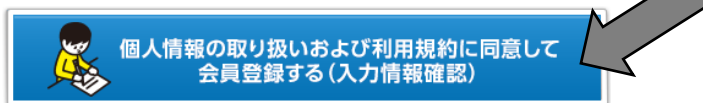
2つ目のメールアドレスを登録することができます。  
PCのメールアドレスを入力すると、複数のPCで通知メールを受け取ることができます。  
携帯のメールアドレスを登録すると、通知を携帯電話でも受け取ることができます。  
**※2つ目のメールアドレスでは会員ログインはできません。通知専用になります。**

宅ふぁいる便ポイント通帳を作成する [宅ふぁいる便ポイントの詳細はこちら](#)

以下、宅ふぁいる便ポイント通帳を作成する方のみ、お答えください。  
**※一つ以上必須になります。**

？ 興味のジャンルはなんですか？（※複数選択可）

上記の利用規約に同意いただける場合のみ「利用規約に同意して会員登録する」ボタンを押してください。



b. ファイル送信

www.filesend.to/ を入力する

23区内 日本郵便 協賛サービス

宅ふぁいる便 大容量ファイル転送サービス

ファイルを送る(無料) サービス概要 よくあるご質問(Q&A) 宅ふぁいる便ポイント リサーチ お楽しみコンテンツ

保存容量UP!フォルダごと選択して簡単送信できる専用ツールも! 宅ふぁいる便 ビジネスプラスは [こちらから](#)

マイページ(宅ふぁいる便ポイントの確認)

いいね!

ファイルを送る(無料)

新規会員登録 会員情報の変更はこちら 退会はこちら

クーポン 今すぐクリック

プレミアム会員の方 最大300MB送信・無料

メールアドレス   
※半角英数字 例) eeeee@eeeeee.ee.jp

パスワード   
※半角英数字 ご自身で設定されたパスワードです。  
[パスワードを忘れた方はこちら](#)

次回以降ログイン情報を自動表示

[ログイン](#)

[ご自身が何会員かわからない方はこちら](#)

[プレミアム会員 新規登録](#)

[サービス内容の説明はこちら](#)

ビジネスプラス会員の方 最大3GB送信・月額525円(税込)

メールアドレス   
※半角英数字 例) eeeee@eeeeee.ee.jp

パスワード   
※半角英数字 ご自身で設定されたパスワードです。  
[パスワードを忘れた方はこちら](#)

次回以降ログイン情報を自動表示

[ログイン](#)

[ご自身が何会員かわからない方はこちら](#)

[ビジネスプラス会員 新規登録](#)

[サービス内容の説明はこちら](#)

filesend.to のパスワードを保存しますか?  
このメッセージが表示されている理由(W)

はい(Y) いいえ(N)

https://www.filesend.to/mem

https://www.filesend.to/fileup/index ファイル送信 | 大容... x


### ファイルを送信する (10ファイル/300MBまで)

→ファイルの送り方はこちら

[送信ファイル数] 3 同時に10ファイルまで送信できます。  
[参照]ボタンを押してファイルを選んでください。

送信ファイル1   **必須**  
送信ファイル2    
送信ファイル3

→ドラッグによるファイル送信方式は、こちら  
※インターネットエクスプローラなど一部のブラウザでは、ドラッグによるファイル選択はできません

 **お預かり期間** 2013年3月9日20時0分 ~ 2013年3月12日20時0分  
→預かり期間を過ぎすには？

#### お届け先

[お届け先数] 1人 ※3人まで増やせます

メールアドレス 氏名(任意)  
宛先1   様

#### 開封通知・ダウンロード通知

[通知先]  PC  
※ 第2メールアドレスを登録すると、通知先に携帯を選べるようになります。→登録はこちら

[通知内容]  開封通知  ダウンロード通知  リマインダー通知


#### 伝言

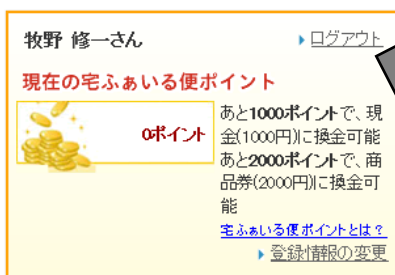
相手がファイルの到着を確認したタイミングで通知メールを受け取ることができます。  
[\[通知メールの詳細はこちら\]](#)

ファイルと一緒にメッセージを送ることができます。  
2000文字以内で入力できます。

**送受信されるファイル内容には一切責任を負いません。  
詳細は利用規約をご覧ください。**

※送信先の相手にどのように送られるかサンプルを見る

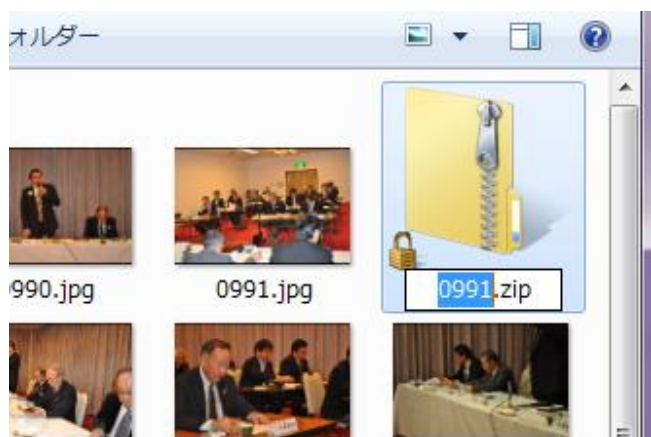
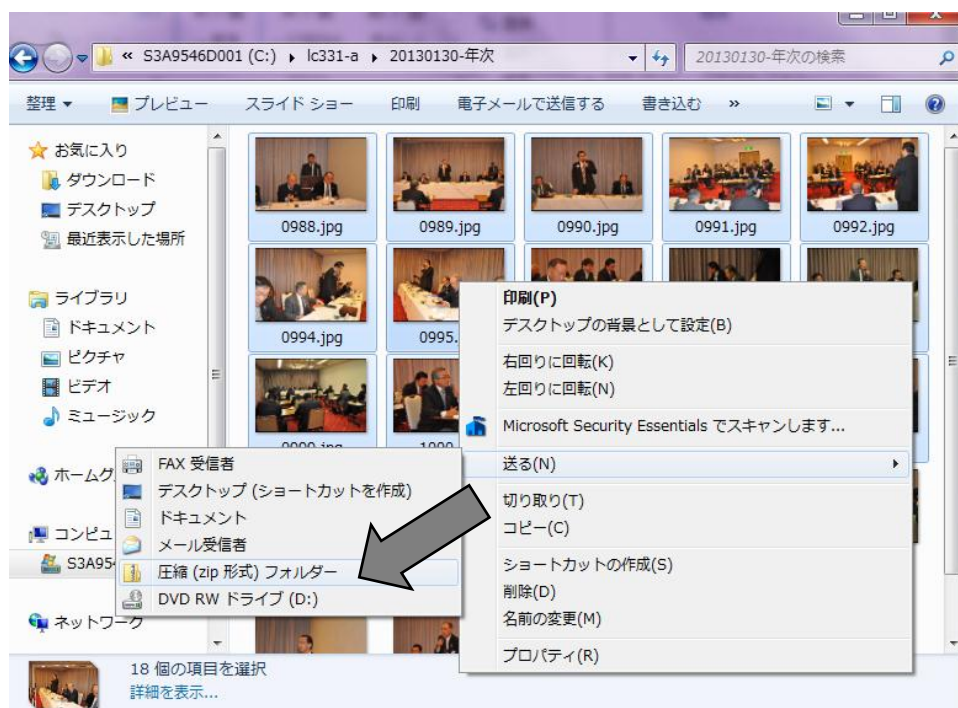
 **ファイルを送信する**



必ず、「ログアウト」しましょう！

### c.ZIP ファイルで送信

複数のファイルを選択し、右クリック、「送る」→「圧縮 (zip 形式) フォルダー」で  
選択したファイルが『1 ケ』のファイルとなります。



「0991.zip」の中に選択した  
ファイルが格納されている。  
元に戻すには、  
右クリックし、  
『すべて展開』をクリックす  
る。

## 5. Facebook

- ・フェイスブックは実名登録
- ・商用利用が認められている
- ・個人アカウントページ、フェイスブックページの違い

	個人アカウントページ	フェイスブックページ
友達機能の利用	可	不可
ファンの獲得	不可	可
カスタマイズ	ほぼ不可	可
検索エンジンからの集客 (Yahoo、Google…)	ほぼ見込めない	イベントやノートなど、各コンテンツが検索対象となる。SEO 対策が効果有
他のユーザとの交流	ウェブ上にあるすべての「いいね！」や「シェア」、コメント機能などが利用可能	フェイスブックページ同士でしか交流が図れない
個人へのメッセージ送信	可	不可（受信したメッセージへの返信のみ可）

ファン：フェイスブックページ上の「いいね！」のボタンをクリックすると、「そのフェイスブックのファンになる」という意味。

シェア：簡単に言うと、他人が投稿した記事を自分のフェイスブック上にあたかも自分が投稿したようになる。

SEO (Search Engine Optimization) 対策：作成したページを検索され易くすること。

フェイスブックでのマナー

- ・誹謗中傷をしない
- ・公序良俗に反しない
- ・著作権を侵さない（勝手なコピーや転載、シェアにも気をつける、URL の転載 OK）





a. アカウント登録  
facebook.com



The screenshot shows the Facebook registration page. The form fields are filled with the following information:

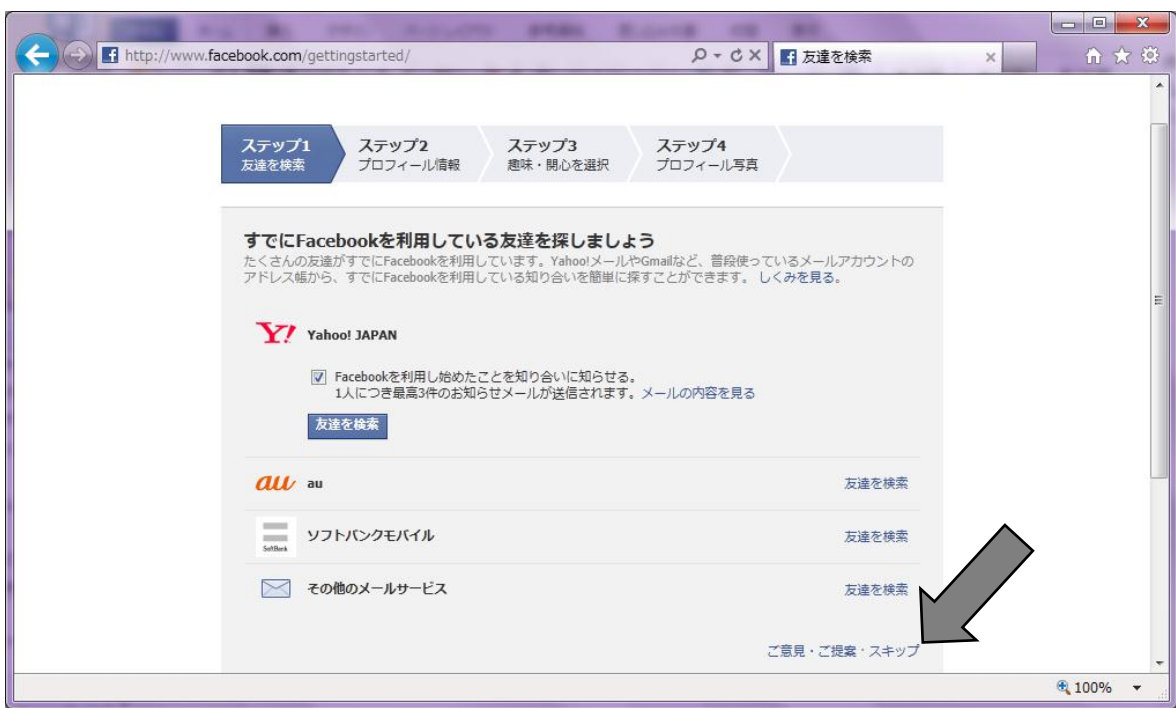
- 姓 (ローマ字): bibai
- 名 (ローマ字): lionsclub
- メールアドレス: lc331a\_makino@yahoo.co.jp
- メールを再入力: lc331a\_makino@yahoo.co.jp
- パスワード: ●●●●●●●●
- 性別: 男
- 誕生日: 8月8日

A grey arrow points to the green "アカウント登録" button. To the right of the form, there are four callout boxes:

- Empty box
- LionsClub
- .....@xxxx.yyy
- .....@xxxx.yyy
- メールと同じ方が良い

Below these boxes is a text box containing the following text:

本当に実名、会長名で登録する？  
後でも変更できますが、  
変更回数に制限あり。



The screenshot shows the "getting started" page on Facebook. At the top, there is a progress bar with four steps:

- ステップ1 友達を検索
- ステップ2 プロフィール情報
- ステップ3 趣味・関心を選択
- ステップ4 プロフィール写真

The main heading is "すでにFacebookを利用している友達を探しましょう". Below this, there is a list of email providers with "友達を検索" buttons:

- Yahoo! JAPAN:  Facebookを利用し始めたことを知りに知らせる。1人につき最高3件のお知らせメールが送信されます。メールの内容を見る
- au
- ソフトバンクモバイル
- その他のメールサービス

A grey arrow points to the "友達を検索" button for "その他のメールサービス". At the bottom right, there is a link: "ご意見・ご提案・スキップ".

### プロフィール情報を入力

この情報は友達を見つけるうえで役立ちます。正確な情報を入力してください。

あなたの姓名(漢字): 姓  名   
姓名を日本語で入力してください。

あなたの姓名(カナ): セイ  メイ   
姓名を日本語で入力してください。

ローマ字表記: 姓  名   
ローマ字表記のお名前です。

高校:

大学・専門学校:  または: 大学名一覧から選択(日本の大学のみ)

勤務先:  または: 企業名一覧から選択(主な日本企業のみ)

[戻る](#) [ご意見・ご提案・スキップ](#) [保存して続行](#)

ステップ1 友達を検索    ステップ2 プロフィール情報    **ステップ3 趣味・関心を選択**    ステップ4 プロフィール写真

### 趣味・関心を選択

すべて 選択済み(3)

フェイスブック ジャパン 5,839,593人が「いいね！」と言っています	Facebook navi (フェイスブックナビ) 4,312,335人が「いいね！」と言っています
Music on Facebook Japan 1,030,365人が「いいね！」と言っています	au 884,338人が「いいね！」と言っています
auスマートパス 72,586人が「いいね！」と言っています	チームがんばれ！ニッポン！(Japan Olympic Team) 473,612人が「いいね！」
サッカー-日本代表 1,015,308人が「いいね！」と言っています	

[戻る](#) [ご意見・ご提案・スキップ](#) [保存して続行](#)

ステップ1 友達を検索    ステップ2 プロフィール情報    ステップ3 趣味・関心を選択    **ステップ4 プロフィール写真**

### プロフィール写真を設定

**写真を選択**  
コンピュータ

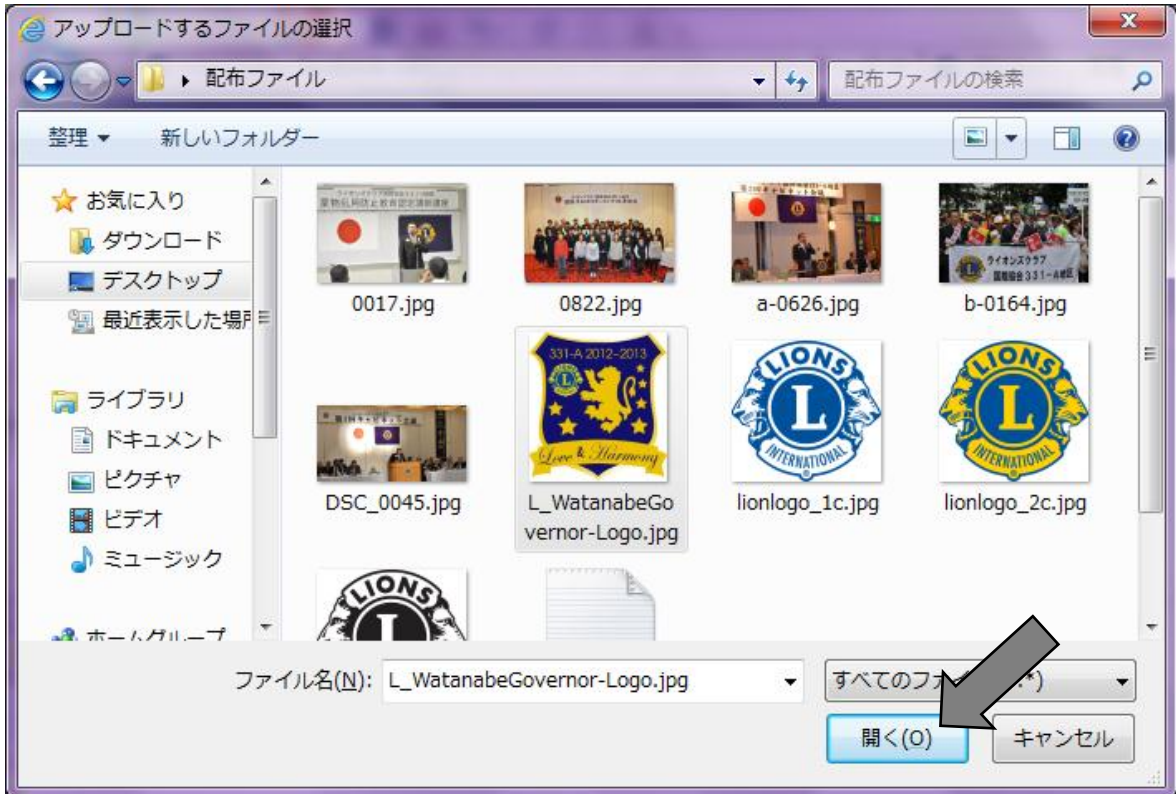
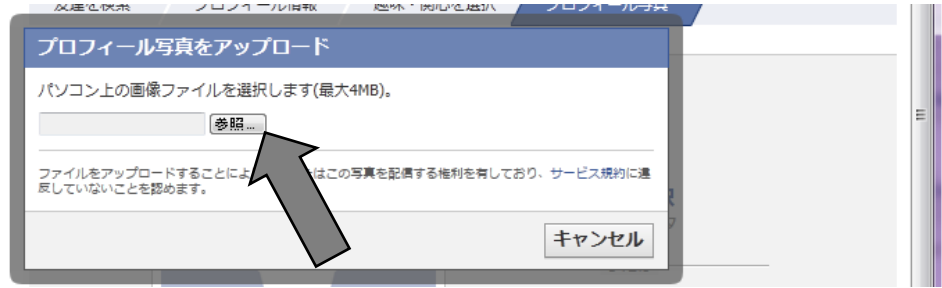
または

**写真を撮る**  
ウェブカメラ

[戻る](#) [ご意見・ご提案・スキップ](#) [保存して続行](#)

プロフィール写真とカバー写真は公開情報です。Facebookにアップロードする他の写真の共有範囲は、ご自分で設定できます。





2012-2013 年度 第 1 回 IT 講習会 配布資料  
 3/21・22 北海道立職業能力開発支援センター（札幌市白石区）



2012-2013 年度 第 1 回 IT 講習会 配布資料  
3/21・22 北海道立職業能力開発支援センター（札幌市白石区）

Gmail もしくは Yahoo Mail でログインし、指示の通り。



以上 登録完了！

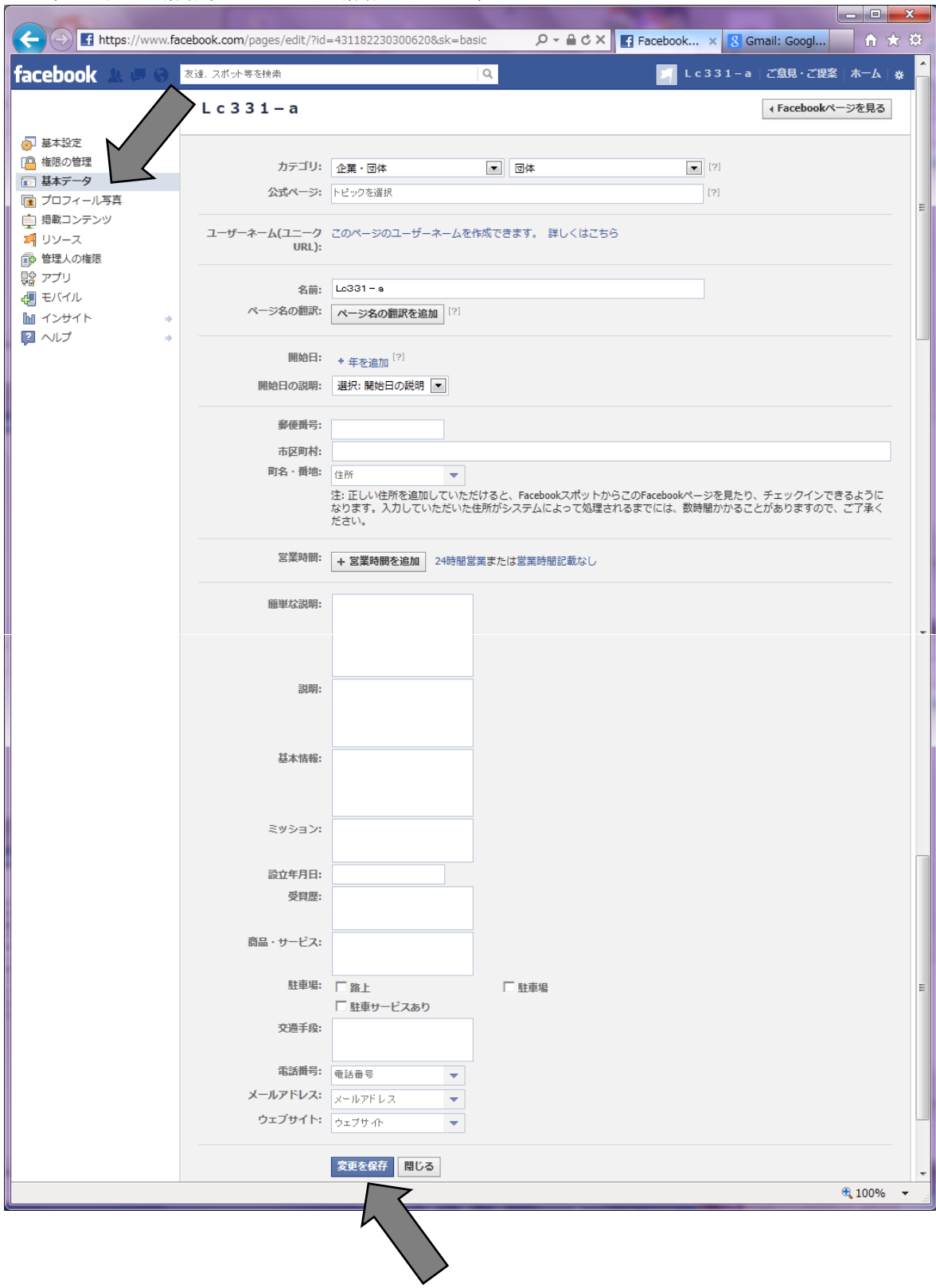
団体ページの作成



個人アカウントページとフェイスブックページとの切り替え



もし、登録した情報、追加したい情報があれば、



c.友達、承認（フェイスブックページでは不可）



今日の講習会の出席者を探す。

**【友達になる】** をクリックする。



試験 ライオンズクラブ  
メッセージを送信

友達リクエスト送信済み



「おもいで玉手箱」は、指定の箱にアナログ時代に撮ったネガ、写真、アルバム、ビデオなど詰め



承認



d.記事投稿



友達が投稿した記事に **【いいね】** をクリック。



補足



ログアウトする。

