

愛してやまない 私の地元

私が住んでいるのは西東京市と練馬区の境にある東伏見です。東伏見はアイスアリーナと早稲田大学のグラウンドがあり、部活動の学生が多い駅です。商店街がないため小さな街ですが、なぜかインドカレー屋さんだけは充実しています。今回は知られざるカレーの街・東伏見を紹介します。

1) アジア料理 たらさん

駅から徒歩2分の黄色い店構えが目印のお店です。トムヤムクンやフォーなどもあるアジア料理屋さんで、安さが魅力です。ランチのインドカレーは650円でドリンクもついてきます。わたしはサグ（ほうれん草）カレーを食べましたが、それほど辛くないため食べやすかったです。ランチは6種類のカレーから選ぶことができます。安いので初めての味にもチャレンジしやすいと思います。

2) Sanan

ここも駅から徒歩2分ほどのところにある、一軒家を改装して店舗にしているカレー屋さんです。靴のまま家の

今日の地元 東伏見



執筆：システム開発事業部 大久保 綾香

中に入るの、初めは若干戸惑います。スケートリンクの近くにあり、土日は学生や家族連れで賑わっています。このレディースセットは2種類のカレーにナンやサラダ、ライスもついていてボリューム満点です。1人で訪れたのですが、外国人の店員さんがサービスでラッシーを出してくれました。カレーは結構スパイシーなので、スパイスの辛さが好きな方におすすめです。

3) スワガット

東伏見駅と武蔵関駅の中間にあるお店です。ここはナンとキーマカレーがすごく美味しいです。カレー1種類で680円、2種類で800円のセットがお得で、ナンはお代わりし放題です。昼も夜もセットが注文できます。東京では一番お気に入りのカレー屋さんです。わたしのおすすめは、キーマカレーとサグチキンとチーズナンです。

安くて美味しいインドカレーが食べくなったときは、東伏見まで足を運んで見てはいかがでしょうか。



▲ たらさん



▲ Sanan



▲ スワガット



ニュース流用で
広報業務の効果 UP

執筆：ITコンサルティング事業部
村上 宜久

企業ホームページには『お知らせ』や『News』などを掲載しているコーナーがあると思います。新製品の紹介やご挨拶、社内人事、その他さまざまなニュースを掲載していますが、外部の企業 PR 配信サイトは利用されていますか？

せっかくのニュースを自社のホームページだけではなく、外部サイトに掲載することでポータルサイトなどでも取り上げられる可能性があります。また、テレビ、新聞、雑誌の記者もこのような PR 配信サイトをチェックしているため自社の宣伝に大きく寄与してくれるかもしれません。

さらに自社サイトに載せているニュースと同じモノを掲載するだけです。広報業務を効率的に且つ効果を倍増できるチャンスです。

PR 配信サイトには無料で掲載できるプランを用意したサイトもあります。ニュースを自社ホームページで掲載している方は、ぜひ外部サイトへの掲載を行なってください。多数ありますが、参考までに一部記載しておきます。

- ・@Press
- ・ValuePress!
- ・DreamNews

夏期休業のお知らせ

平素より格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。夏期休業についてご連絡をさせていただきます。

●休業期間 **2013年8月12日(月)から 2013年8月16日(金)まで**

※8月19日(月)から平常どおり営業いたします。その間お問い合わせを頂いても、ご返答が遅くなる場合がございますので、あらかじめご了承ください。ご不便をおかけしますが、何卒ご理解いただきますようお願い致します。

編集後記



最近息子が戦隊モノにはまっています。ゴーカイジャー、ウルトラマン、ウルトラセブン、ウルトラマンマックス、いっぱい種類がありすぎて母はもうついていけません。Hulu で探して自分で見まわっているようです。古い作品を見られるのは少しうれしい気持ちになります。ゲームに興味があれば、ぜひファミコンから始めてもらいたいです。

プロジェクトマネジメント事業部 yamada

ilovex MAGAZINE 通信

アイロベックスが月1でお届けしている広報誌

08
August.2013
Vol.95

第2弾! 八田チームの購入した機種とは!?
Windows8 は買い!? アイロベックス社員の評価とは?
めんどろな PC の廃棄をカンタン無料でする方法
教えて! 西槇先生 ~結局、クラウドのサーバとレンタルの専用サーバどっちがいいの?~
社長のひとこと —脳波トレーニング de リラックス

*** 社長のひとこと ***

脳波トレーニング de リラックス



代表取締役社長 杉山 淳子

まさか脳波をトレーニングできるとは思っていませんでした。

コンピュータで脳波を測定し、自分の脳波の形を一番理想形に合わせるようにアレンジされた音楽を聴き続ける。これだけです。半信半疑。それでも、興味津々です。

子供の頃は、気持ちやこころは胸にあるのかと思っていましたが、よくよく考えれば、思考力も感情もみんな脳にあるんですね。だから、チベットの高僧のような落ち着いた脳波になれば、自分の一番コンディションの良い発想や創造ができるはず。

脳波トレーニングしている最中は、催眠術にかかったような感じです。気持ち良い音楽が聞こえているけど、ボーッとしている。あっという間に時間が経ちます。1 日 2 セッション、計 3 時間のトレーニングの後は、ちょっと頭がふらつきます。

しかし、不思議なことに、確かに心のコンディションが良くなっている自分を感じます。

感情の起伏が落ち着いていて穏やかなんだけど、次々に前向きな、やりたいことが出てくる感じです。ストレスが溜まってくると自然に不安感が募っていたのだということに今更ながらに気づきました。

Windows8は買い!?
アイロベックス社員の
評価とは?

iLOVEX meets
八田チーム
Windows8

～前回までのあらすじ～

代表の杉山の「2014年4月の WindowsXP サポート終了に向け、いろいろな提案をお客さまにできるように、Windows8 搭載のノートPC 購入するわよ!」という一声で、各チームがそれぞれ機種を選び購入してもらいました。

前月から引き続き、購入したノートPCのご紹介をできたいと思います。

私たちが購入したのは、SONY の VAIO Duo 11 です。

(VAIO Duo 11 SVD1121AJ Core i7/ メモリー 8GB/Windows 8 Pro 搭載 2012 年秋モデル)

購入に当たっては、まずは Windows8 のタッチパネル対応モデルをざっと調べ、その中から選んでいきましたが、この機種にした決め手は、主に以下の点です。



システム開発事業部 松本 智子

VAIO Duo 11 シーンに合わせて 自由なスタイルで 使い方が広がる

【VAIO Duo 11 を選んだ4つのポイント】

- 1 OS が Windows8 Pro**
社内の ActiveDirectory に参加したいので、OS のエディションは Pro にしました。
- 2 メモリが 8GB**
タッチパネル対応となると、タブレットのような使い方を想定しているのか、4GB くらいのもデルが一番多かったです。その中で 8GB を積んでいたのが魅力的でした。
- 3 液晶がタッチペン対応で、解像度が高い**
付属でタッチペンがついていて、タッチペンで画面にいろいろ描くことができます。液晶がフル HD の 11.6 インチ(1920×1080)で高解像度です。
- 4 デザインがカッコイイ**
やっぱり見た目も大事ですよ。

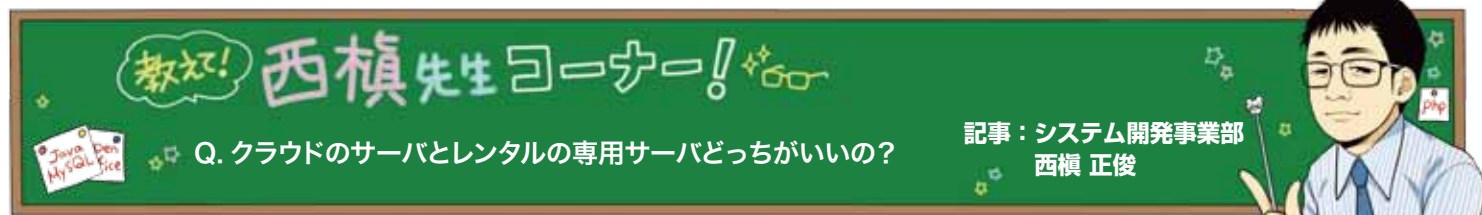
このマシンのメリットは、やはりタッチペン対応ということですね。[Note Anytime] という Windows アプリを入れて、主にチーム会議の際に使っています。机の上にマシンを置いて、それを囲んで座れば、ホワイトボードがない場所でも、内容を書き込みながらそのまま議事録としても使えます。お客様のところへお伺いした際にも、この機能は便利に使えそうです。また、外出先で使う際も、マウスがなくても指でタッチすることで、マウスを置くスペースを確保しなくても済むところが便利ではないでしょうか。

デメリットは、少々キーボードが使いづらい点があります。キーが小さいからか、打ち込みミスも多いので、このマシンでプログラムを組むのは難しいなと感じています。開発にも耐えられるように、とメモリが大きいものを選びましたが、開発よりも動作確認で活躍してくれそうです。

仮想環境を使用したい場合、Windows8 では VirtualPC ではなく Hyper-V になったため、BIOS の設定変更が必要です。前提として、仮想化に対応したスペックのマシンである必要がありますが、対応していたとしても、機能が有効化されていないようであれば、BIOS の設定を変更しないと、Hyper-V が利用できません。設定を変更してしまえば、あとは使えるのでデメリットというほどではありませんが、Hyper-V を使用したい方は、注意が必要です。

その他細かい点としては、バッテリーの持ちが悪く感じる、Office などのソフトをインストール後にどこから起動すればいいのかわかりづらい、などありますが、そういった点については、使い込んで慣れていけば問題ないと思います。

タッチパネルに慣れてしまうと、たまに Windows7 のノートパソコンを使っているときに、画面をタッチしたくなってしまうようです!それほど、なれるとタッチパネルは便利なのです。



社内でお客様のシステムを導入するサーバを見積もる際、クラウドがいいのか専用サーバがいいのか聞かれることが良くあります。「クラウドなんだから安いでしょ?」や「クラウドなら簡単にサーバ増やせるでしょ?(スケールアウト)」とか「クラウドなんだからメモリ増やしたり、ディスク増やしたり簡単にできるでしょ?(スケールアップ)」と言われることがありますが、クラウドだから安いのか?という点については、初期費用という点においては専用サーバよりも安いことがほとんどですが、月額費用は専用サーバより高いことが多いかあまり変わらないことが多いです。

サーバを簡単に増やせるか?という点については、増やすのは簡単ですが、そもそもアプリケーションが複数のサーバで動くことを想定して作られていなければ、正常に動作しません。サーバのスペックを簡単にあげられるか?という点については、物理サーバと比べるとサーバのふたを開けてメモリを増設したり、CPU を交換する手間はありまませんので楽にスペックがあげることができます。しかしサーバを停止せずにはできませんので、結局ダウンタイムは必ず発生してしまいます。また、ディスクを増やした場合は OS 側で認識させる作業が発生することも忘れてはなりません。

本題に戻りますが、クラウドと専用サーバのどちらがいいのか? という点については、場合によりけりですので、どちらが適しているのか、その都度考える必要があります。

個人的にはクラウドにすればハードウェアの故障のことを気にする必要が無く、データの安全性が高くなることもあるので、それだけでもクラウドにしたい気持ちになります。

めんどろな PC の廃棄をカンタン無料にする方法

WindowsXP のサポート期限が来年に迫り、OS だけでなくパソコン自体の入れ替えを検討している企業さまも多いのではないのでしょうか。

そこで問題になるのが、古いパソコンの処分方法です。事業系のパソコンについては、平成 13 年 4 月からメーカーによる回収を行っています。ただし、「PC リサイクルマーク」のあるパソコン(原則平成 15 年 10 月 1 日以降に購入した製品)は無料ですが、無ければ有料。だいたい 3,000 円位/ 1 台かかりますので、処分費用もばかになりません。

そんな時見つけたのが、パソコンファームさんのパソコン無料回収サービスです。

「パソコン処分・パソコン廃棄・パソコン回収・家電処分すべて無料!連絡不要!送るだけ!」だそうです。回収条件の対象商品が 1 台入ってあれば、あとは不要なものを詰められるだけ詰めて OK。つまり、パソコンを 1 台廃棄するついでに不要な物をすべて詰め込んで送るだけ!この際、古い PC と一緒に不要なものを処分して、断捨離しましょう。

ちなみに個人の利用も可能で、私は処分に困っていた地デジ未対応の古い DVD レコーダーを処分しました。

時期によっては送料まで無料のキャンペーンも行なっています。

詳しくはパソコンファームさんのホームページを御覧ください。

パソコンファーム URL : <http://www.highbridge-computer.jp/recycle/>



▲送る前には、HDDをガンガン叩いて物理的破壊がオススメ



▲パソコンファームHP

美味しいごはんを求めて… 新宿ランチ

今月ご紹介するランチは、本格イタリアンとナポリピッツァ&グリル Cucina del Campo クッチーナ デル カンポです。アイロベックスから東新宿方面へ徒歩 5 分の距離にあるお店です。

ランチメニューはリゾット、パスタなど色々種類はあるのですが、このオススメは、窯焼きピザです!いつもマルゲリータを頼んでしまうほど、焼きたてアツアツで美味しいのです。また、ここの魅力はサラダバーとドリンクバー。なんと平日は赤ワインと白ワインもランチのドリンクバーについているのです。仕事なので、いつもグツと我慢していますが、周りを見るとちょいちょい飲んでる人もいますのでうらやましくいつも見えています。

ちなみに、祝日のランチだとスパークリングワインも飲み放題とか。1,000 円でサラダバー、ドリンクバー(アルコール込)、お料理はパスタが 2 種類、ピッツァが 2 種類、リゾット、お魚、お肉の中からチョイスするという内容だったらお得ですよ!

夜の部には、まだ行ったことがないので今度行ってみたいと思います。

記事：プロジェクトマネジメント事業部 山田 美穂



▲マルゲリータとサラダバー



▲お店の外観です。

クッチーナ デル カンポ (Cucina del Campo)

東京都新宿区新宿 7-27-14 アイロベックスから徒歩 5 分
11:30 ~ 15:00 (LO14:30)
17:30 ~ 23:00 (LO22:00)
ランチ営業、夜 10 時以降入店可、日曜営業