

40歳を過ぎたころから、脇腹に、ストーカーが住みついています。いわゆる、「腹の上のポッコリ」というヤツ。GI値がどうだとか、低糖質だとか、いろいろ試したんですが、どうも決定打に欠ける。完全に、ヤツにナメられている。

よっしゃ、男どじよ主、ホンキを見せてやろうじゃないか。ということ、これまで封印してきた最終兵器、ケトジエニックダイエットに挑戦しました。どんなダイエット法かは、7月29日の記事を見てね。

賛否両論ある手法ですが、やってみる価値はありますよ。正しくやれば、たった2週間で、かなりの成果が出ます。また、「料理ができるようになる」「食生活を直せる」「味に敏感になる」といった副産物も。

難点は……、二言めには「糖質、糖質」言ってしまうので、確実に人に嫌われます。チャレンジする場合は、友だちを減らす覚悟のうえでどうぞ。

ネットの大学受験予備校

7月17日の記事から「実力勝負」の意気込みのある高校生諸君、ぜひ活用してみてください。



白黒画像をカラー化

7月16日の記事から何が写っているのか認識して、色付け。人工知能、すごい!



Paint.NETでフォトシヨ資産活用

7月3日の記事から6月からのシリーズの最終回。膨大な資産を活用できます。



ファイルやフォルダを隠す

7月12日の記事からとくに、個人情報などの持ち歩きに、安全対策を。



オリンピック・エンブレムクイズ

夏季オリンピックのエンブレムです。それぞれ、開催国・都市が言えるかな。

1996年



2008年



2000年



2012年



2004年



2016年



答え合わせは、ネットで調べてみよう。

たんちゃんメッセージ



↑似顔絵イラスト
メーカーで作成

「青春18きっぷ」の存在ですか。「なつかしい」といつかたも、おられるかも。JRの普通列車が、5回乗り放題になるんです。心は18歳、今年の夏はこれで「乗り鉄」してこようと思えます。

温泉に入って……。18歳にしては、ちょっとオシサン臭いか。いつもは、パソコンやスマホで路線検索を駆使して移動しますが、昔に戻ってみようかと。時刻表とにらめっこしながら、乗車計画を立てたり。楽しみだなあ。

