

ダイエットについて、ネットであれこれ調べたり、自分の体で実験したり。最近は一安田式食べるダイエットに落ち着いています。ふだんからちゃんと食べる。そして、週に一回はスベシヤルテ、お好み焼きの食べ放題とか中華や焼き肉ランチの二人前注文とか。

心身ともに絶好調、こんな邪道で成果が出るなら、正攻法ならバキバキのすごいボクヤイになれるんじゃないか。そんな「欲」が出ちゃって、2ヶ月ほど、カロリー制限ダイエットにしてみました。

いやあ、ツライ。体も心も元気が出なくて、おもしろくも何ともない。妙に悟ったような、世を憐む気分。もうがマンの限界、ってことで、先月また「食べるダイエット」にカムバック。

新しくできたイオンモール座間に、シエーキーズがあるんですよ。ああ、高校時代のあるがれ。60近いオッサンが一人で食べ放題なんて、なんとなく汚らしい図で申しおけないけど、2週連続で行っちゃいました。今日は、かつは寿司の食べホーから始めようかな。

IBMの人工知能で性格診断

7月6日の記事から
ビジネスで活躍中のAIが
あなたの性格を分析
よく当たってる?



夏の、安全対策

7月18日・26日の記事から
熱中症や水の事故の
意外な事実。
一度、確認しておこう。



文章要約サービス

7月27日の記事から
むずかしいサービスだけど、
これはなかなか優秀。
ニュースなどには実用的。



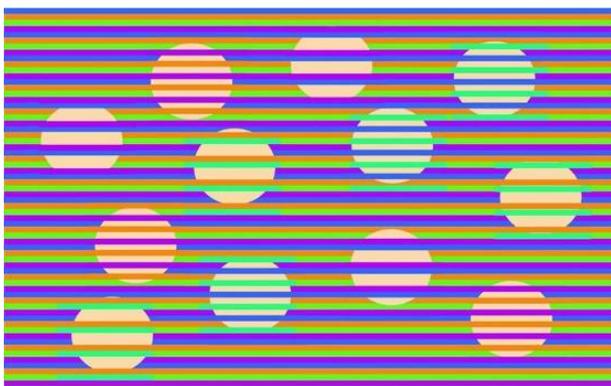
地域の防犯情報

7月2日・15日の記事から
不審者情報などを
すばやくチェック。



何色あるかな?

ネット上で話題になっていた画像の
円は、全部で何色あるかな。
答えは、どーじょーHPのいちばん下に。



メンテナンス担当 たんちゃんメッセージ

最近、便利に使っているのが、グーグル地図の「タイムライン」。スマホを持ち歩いていれば、自分が行った場所やその経路を勝手に記録してくれます。「あれ、先週の土曜日はどこへ行ったんだっけ?」なんてときも、「タイムライン」を見ればOK。そのとき撮った写真を一緒に撮った写真を一緒に表示してくれるので、旅行記みたいな使い方もできちゃう。

グーグル地図には他にも、お気に入りの場所登録や、渋滞状況の確認とか、ラインで自分の居場所を友だちに送ったりとか。地図を見るだけじゃもったいない機能がいっぱいありますから、あれこれ試してみてくださいね。