



みなさん、こんにちは！GWもあけていよいよ仕事に気合をいれないといけないと感じているボクですが…

今回は、だるい体を蘇らせる運動を少し紹介します。だるさ解消のポイントは血液の循環なのです。

ぶらぶら運動

1. 座ったまま両肘を曲げ、肩はリラックスします。
2. 横に手首を振ります。
3. 縦に手首を振ります。
4. 首を回し深呼吸する。

心臓は血液を押し出す事しかできません。同じ体勢が続いたり、体がだるいと思ったときに是非お試しください。

~俺の店~VOL.6

~PCバッテリーの寿命と長持ちする方法~



博士！最近ノートパソコンのバッテリーがすぐ切れるんだ…

バッテリーもいろんな事が原因で不具合が生じるんだよ。今回は長持ちさせる方法も含めてバッテリーの種類について勉強してみよう！



ノートパソコンのバッテリーには、二次電池(充電して繰り返し使える電池のこと)が使われているけど、主流な電池の種類と特徴について知っておこう！

バッテリーに使われる二次電池の種類

▶ ニッケル水素電池

ニッカド電池に続く新世代の充電電池として登場

(*1)メモリ効果の影響が少ない

最高性能を維持するためにフル充電/放電の周期を繰り返す必要があります

リチウムイオン電池の普及に伴い、利用機器は減ってきています

▶ リチウムイオン電池

二次電池の中で最もエネルギー密度が高く、高い電圧が得られるので駆動時間が長い

ニッケル水素電池にみられるような(*1)メモリ効果がほとんど無いので、継ぎ足し充電を頻繁に行うノートパソコンや携帯電話に向いているので、都合の良い時に充電することが可能

自己放電(使わずに放っておくと少しずつ残量が減っていく現象)が他の電池よりも少なく、常温1ヶ月で5%以下

*1メモリ効果

電気がまだ残っている状態で継ぎ足し充電を繰り返し行くと、電池の容量が残っているにもかかわらず見かけの容量が減少した様になってしまう事です

▶ バッテリーの寿命(劣化)の原因とは…

サイクル劣化

充電/放電を繰り返すことにより、バッテリーの容量が低下して起こる劣化

高温劣化

保存温度環境が高温になるほど化学反応の酸化によって起こる劣化

▶ 長持ちさせる方法とは…

正しいACアダプタを使用していることを確認する

(他の機種用のものなど正しくないACアダプタを使用すると、バッテリーが十分に充電されないなど、バッテリーパックの安全性を損なう原因になります)

バッテリーパックやパソコンを、高温の環境下に放置しない

なるべく省電力機能(スタンバイや休止状態など)を使用して、バッテリーの充電回数を少なくする

長時間使用しないときは、ACアダプタをコンセントから外す

1ヵ月以上の長期間バッテリーを使わないときは、本体から外して、湿度の低い冷暗所に保管する

バッテリーリフレッシュ機能を使う(機能が無い機種もあるので注意して下さい)



自分達でもできる事はたくさんあるんだね～！

せっかく買ったパソコンを大切に使おう！



おまけ



携帯電話や携帯音楽プレイヤーでこんなことしていませんか？？

【電池パックの劣化や寿命を縮める原因の例】

電池を使い切らない状態で充電を繰り返す

充電をしながら通話やメール作成などをする

充電完了後も、充電器からはずさずに長時間放置する

バックライトを常にオンに設定している