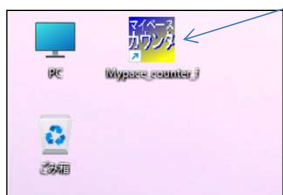


# Mypace\_counter\_f 操作説明書

1. アプリの起動は、下記のどちらかのアイコンをダブルクリック又は、クリックする。



デスクトップのショートカットから  
アプリ起動



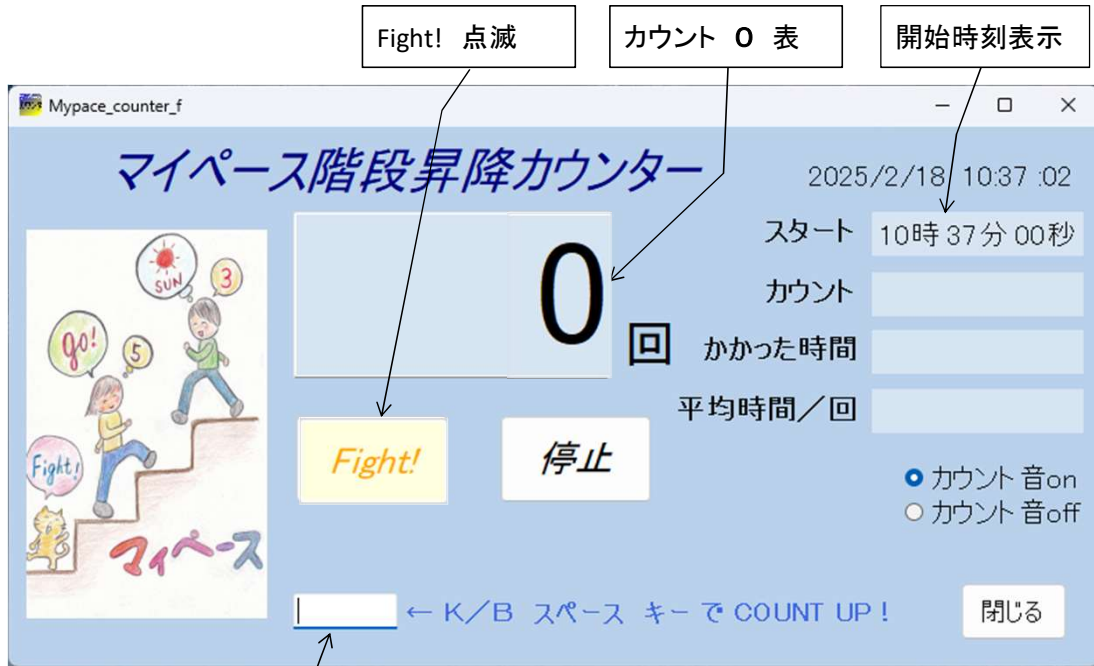
スタートからアプリ起動

2. アプリ起動により下記のフォーム画面が表示されます。(画面は常に最前面)  
歩く準備ができたなら最初に開始ボタンを押してください。



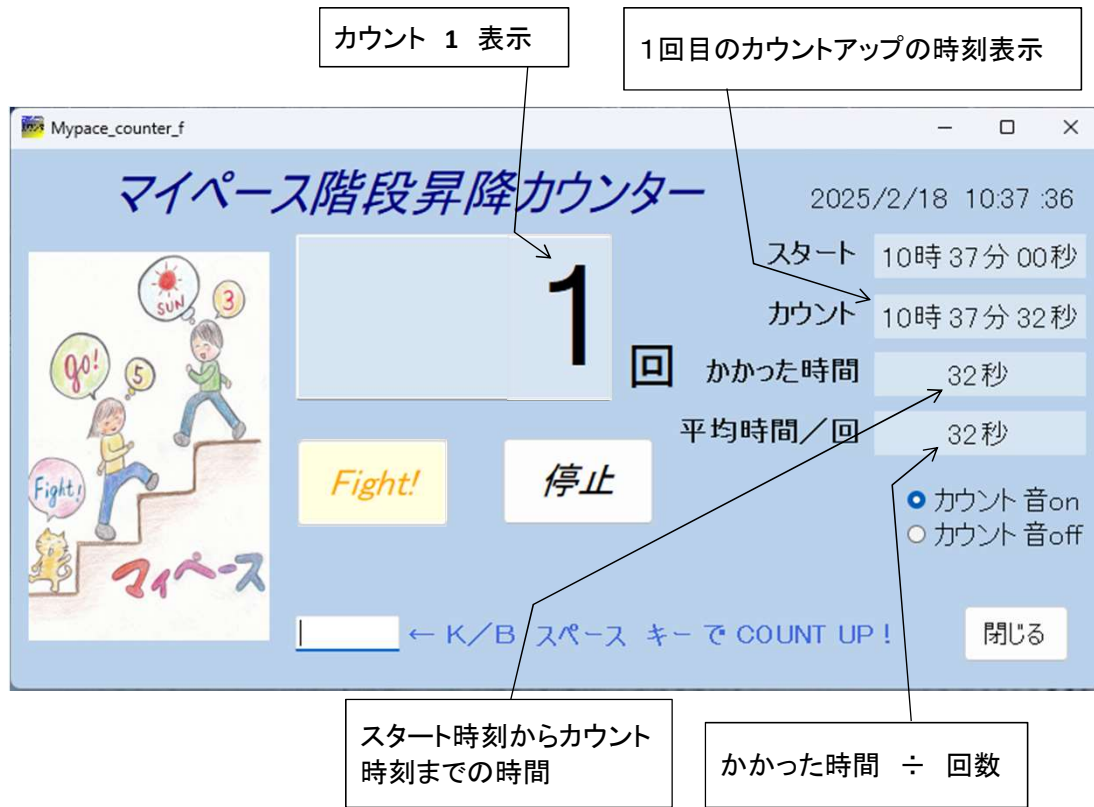
onにするとカウントアップ時に電子音(ポロン♪)が鳴ります。  
on/off はいつでも切り替え可能です。  
起動時はonになっています。

3. 開始ボタンクリックにて、下記の画面に変わったら、パソコンから一旦離れて、階段を一往復してください。一往復して戻ってきたら、キーボードのスペースキーを押してください。



\*ここにK/B入力されます。  
 \*スペースキーのみカウントアップします。  
 \*7秒以上の間隔を空けないと受付ません。

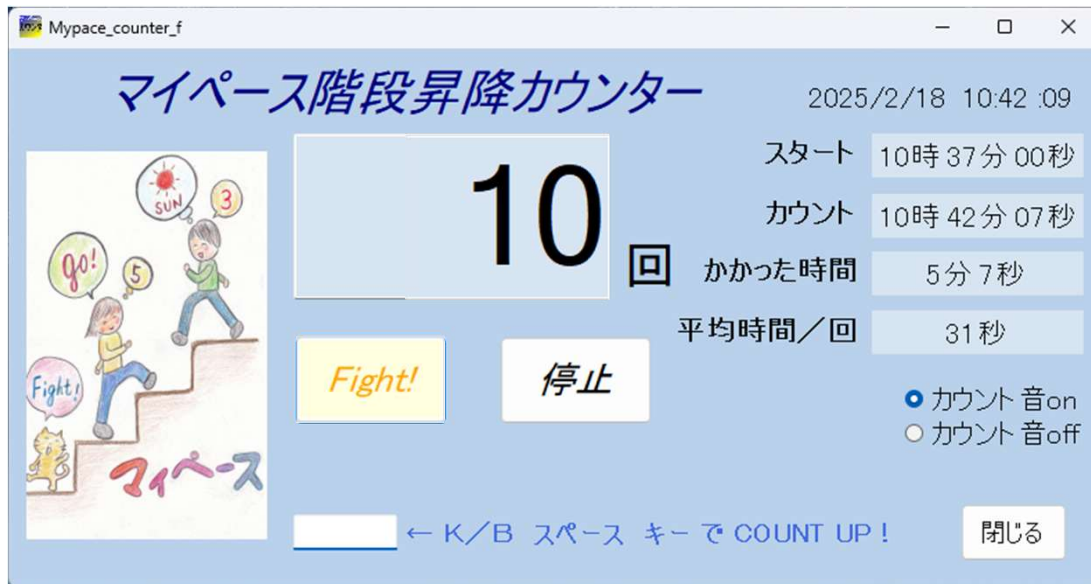
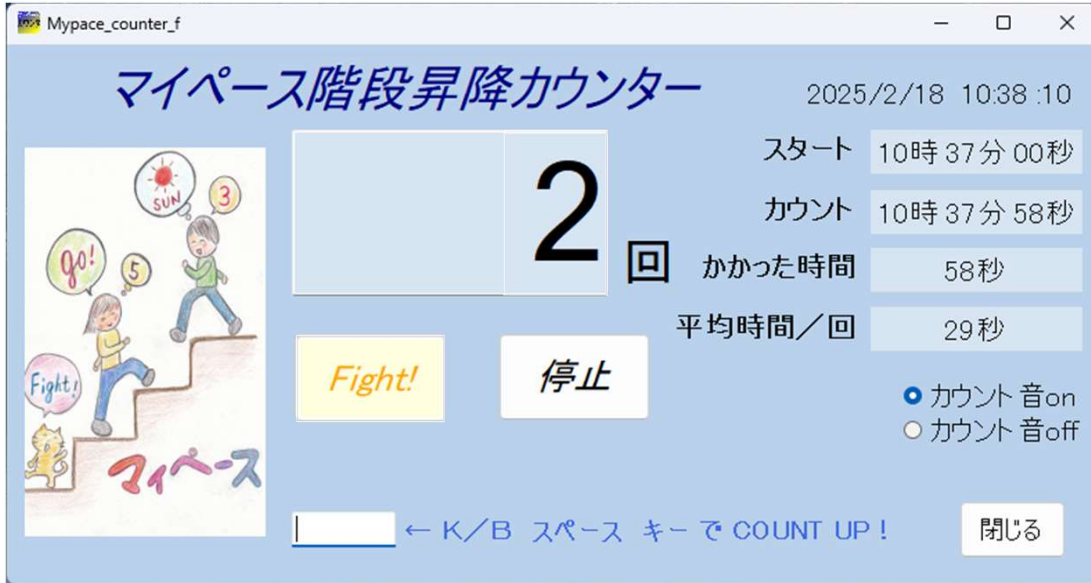
4. スペースキー押下にて、下記の画面に変わったら、またパソコンから一旦離れて、階段を一往復してください。一往復して戻ってきたら、キーボードのスペースキーを押してください。



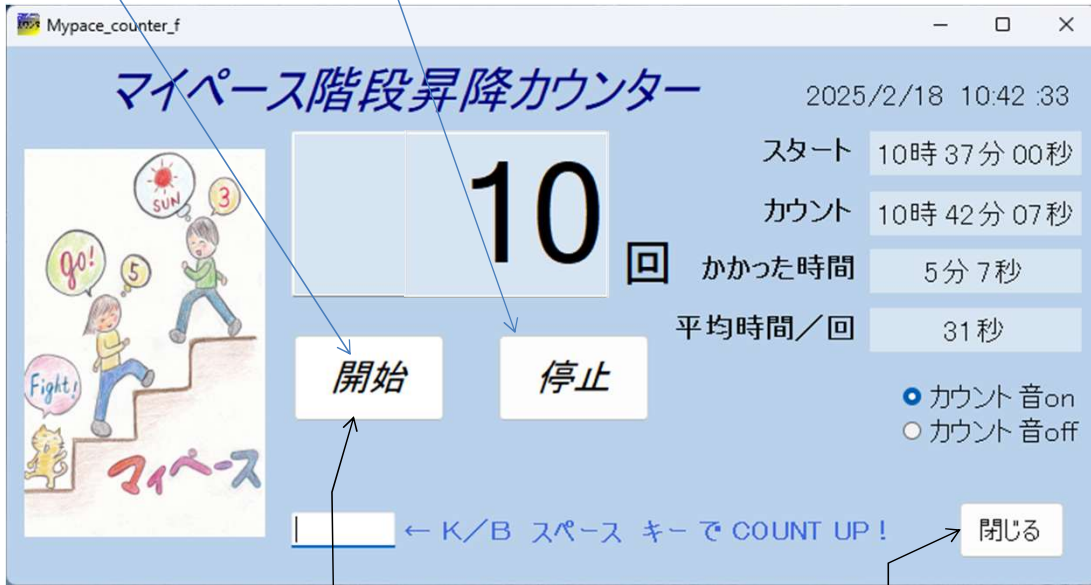
スタート時刻からカウント時刻までの時間

かかった時間 ÷ 回数

5. 下記の画面は、上側が2回往復した時点で、下側は10回往復した時点の表示です。



6. 10回の往復で終わる場合、停止ボタンを押すと、下記のように開始ボタンの表示に変わります。

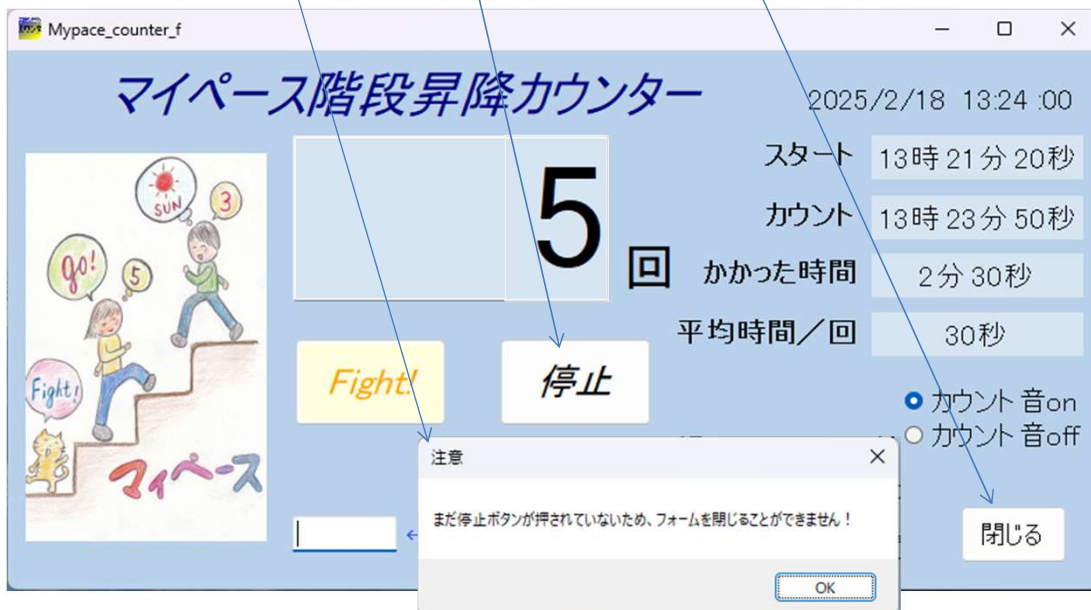


再度、開始する場合は開始ボタンを押してください。  
0回から始まります。(3項からと同じ)

アプリを終了する場合は  
閉じるボタンを押してください。

7. 開始後、カウントが1回以上のときに、停止ボタンを押さずに閉じるボタンを押すと まだ停止ボタンが押されていない旨の注意メッセージが表示されます。

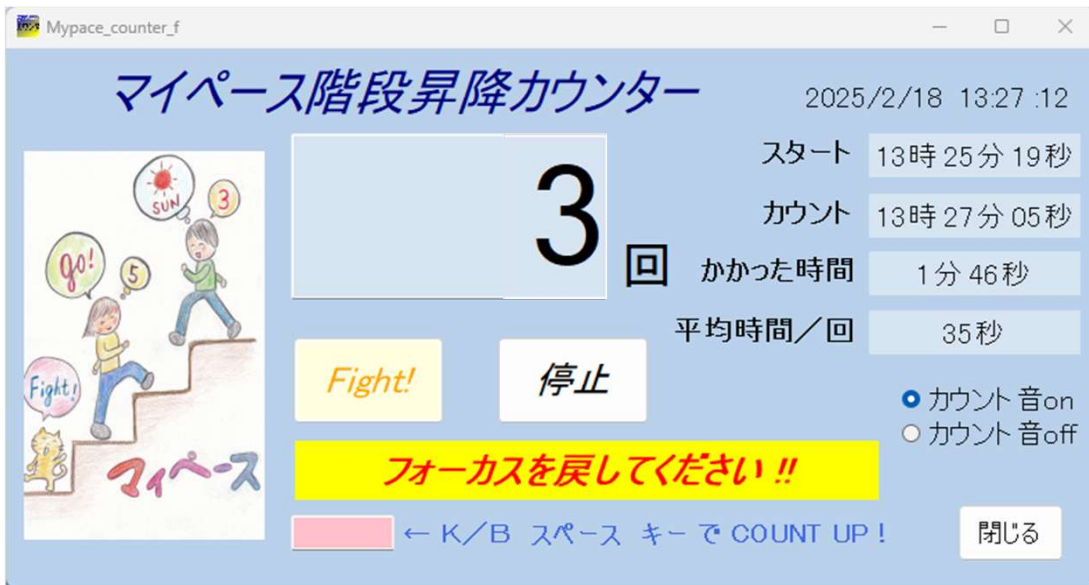
カウントが1回以上あるときはかならず停止ボタンを押してから閉じてください。



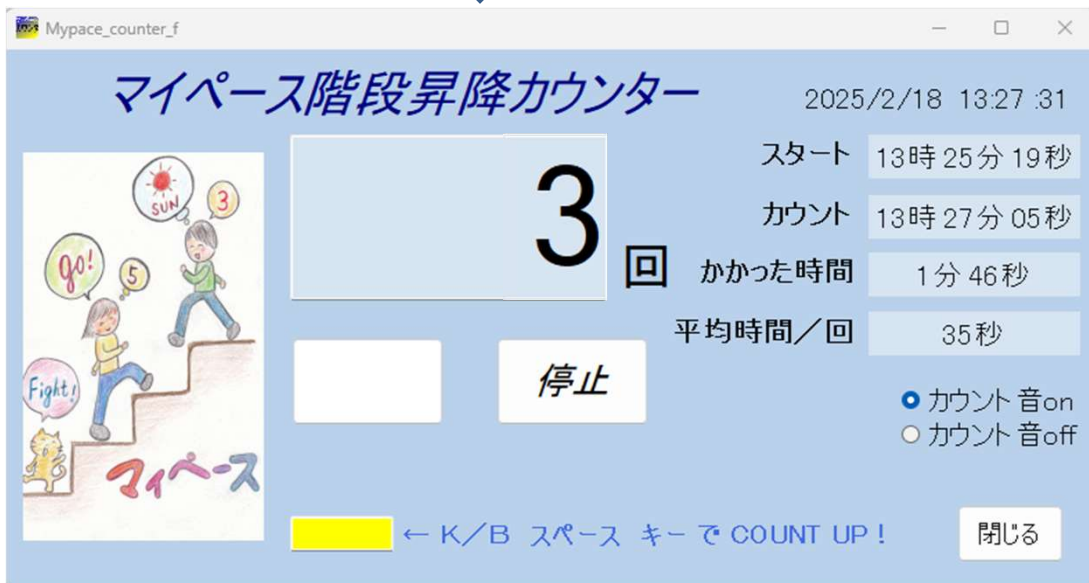


8. フォーカスが他のアプリ等に移動すると、下記の様に画面が交互に表示されてフォーカスを戻す様に注意メッセージが表示されます。  
このフォームのどこかをクリックすればフォーカスが戻り、通常の画面に戻ります。

フォーカスを失うとこの部分の文字が薄く表示されます。



画面が交互に切り替わり注意喚起!!



※フォーカスが他のアプリ等に移動してる時の注意点

キーボードのスペースキーを押下したとき、他のアプリ(例えば Excelのシート)のデータが書き変えられてしまうことがありますので特に注意願います。(具体例は9項参照)

※スペースキーを押すときは本アプリがフォーカスを失っていないか注意願います。

- ・フォーカスを失った時の注意メッセージが表示されていないか
- ・カウント値はプラス1アップしているか
- ・カウント時の音onの時は電子音が鳴っているか

※最善は、他のキーボード入力を伴うアプリは全て閉じて本アプリだけを起動して使われることをお勧めします。

## 9. 注意点

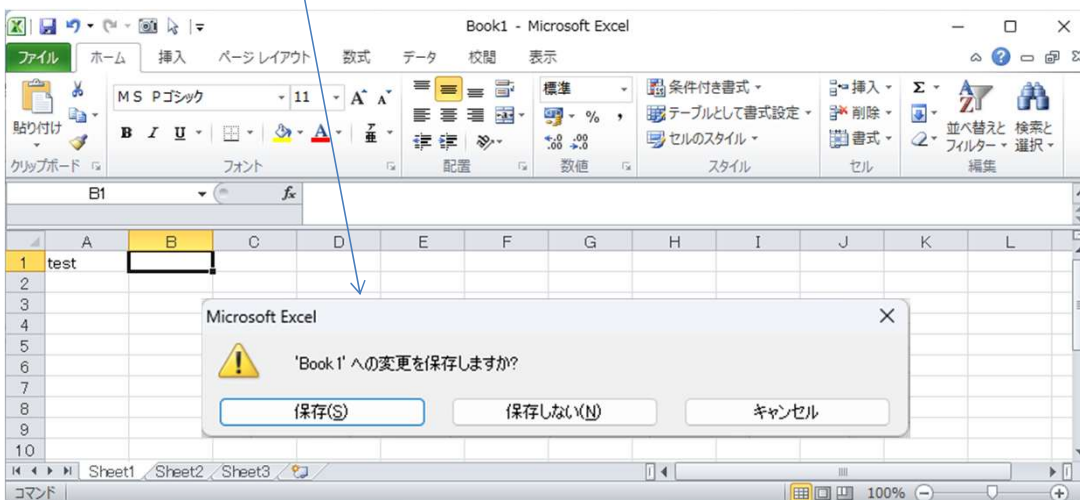
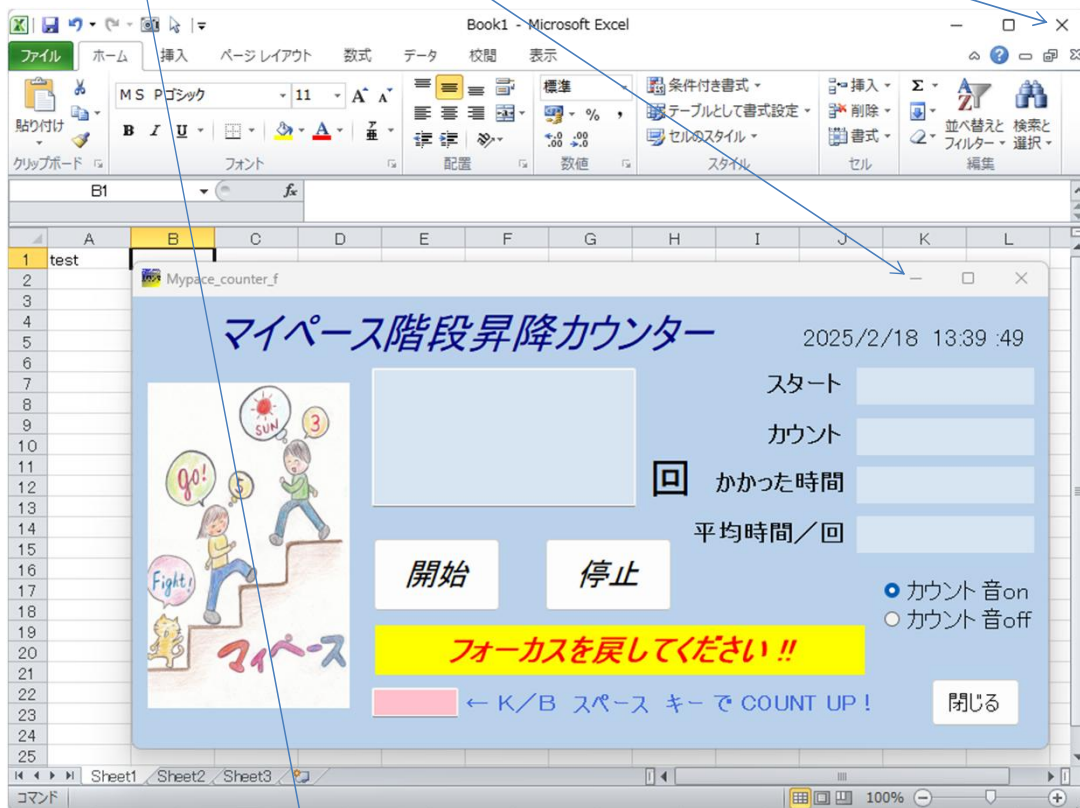
### <その1>

このアプリのフォーム画面は常に最前面に表示するように設定しています。普通のアプリは後で起動したアプリの方が最前面に表示されますが、このアプリは常に最前面に表示されます。但し、最前面に表示されていてもフォーカスは後で起動したアプリ側に移っているので注意が必要です！

例えば

他のアプリ(Excel)を閉じようとしても何故か閉じてくれない。警告音も鳴ります。この時Excelが注意メッセージを出していたのが、フォーム画面で隠れていてメッセージに気づかなかったため少し慌てる場合があります。

この場合は、フォームの最小ボタンを押して確認願います。そうすれば、メッセージの確認ができ閉じない理由がわかります。

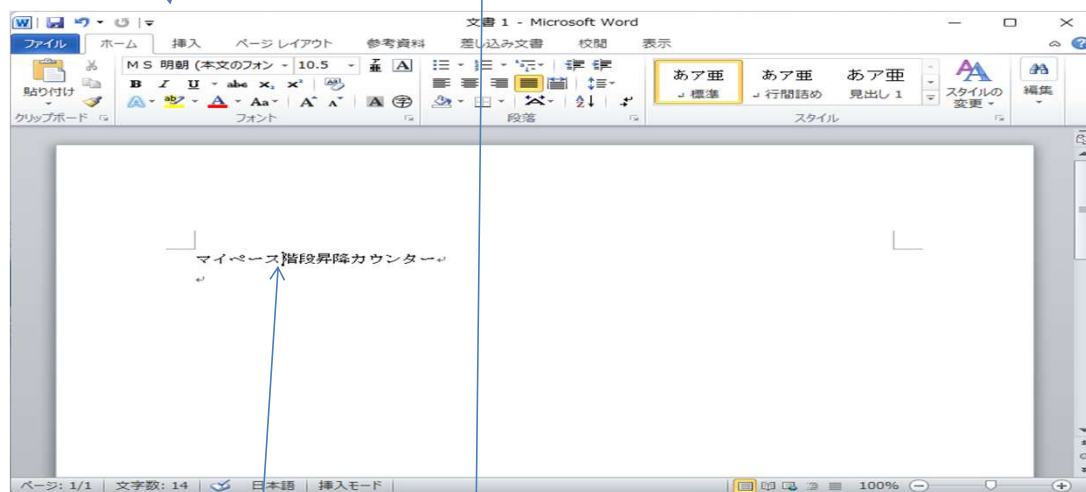


## <その2>

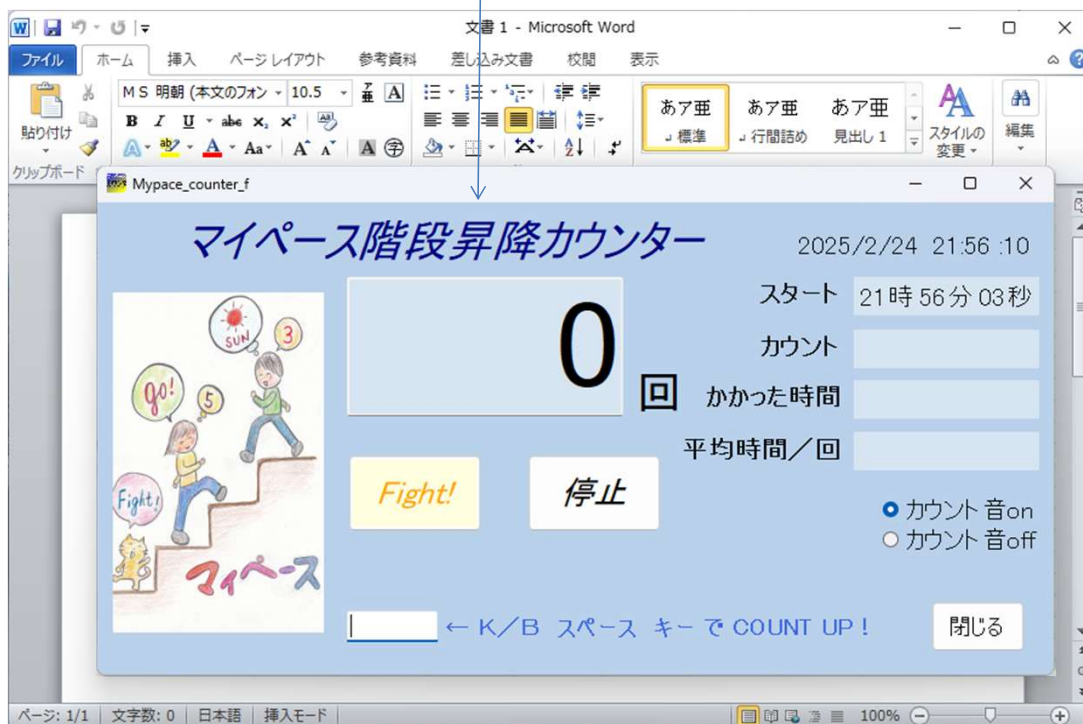
フォーカスが他のアプリ等に移動していることに気づかずにキーボードのスペースキーを押した時他のアプリのデータが書き変えられる恐れがあります。

例えば

Word編集のままで一旦中断し、本アプリを起動して階段歩行をしようとしたとき、何らかの要因(意図せずマウスでWordをクリック)でWordにフォーカスが移り、そのことに気づかなかつた場合Word文書にスペースが入力されます。



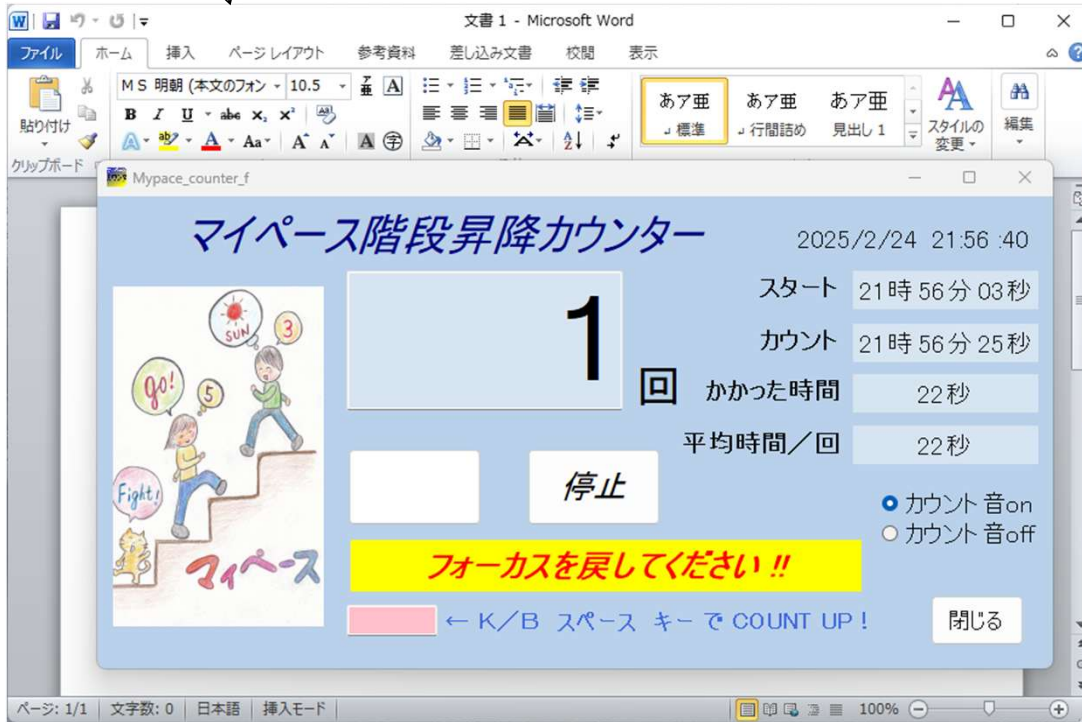
カーソル位置



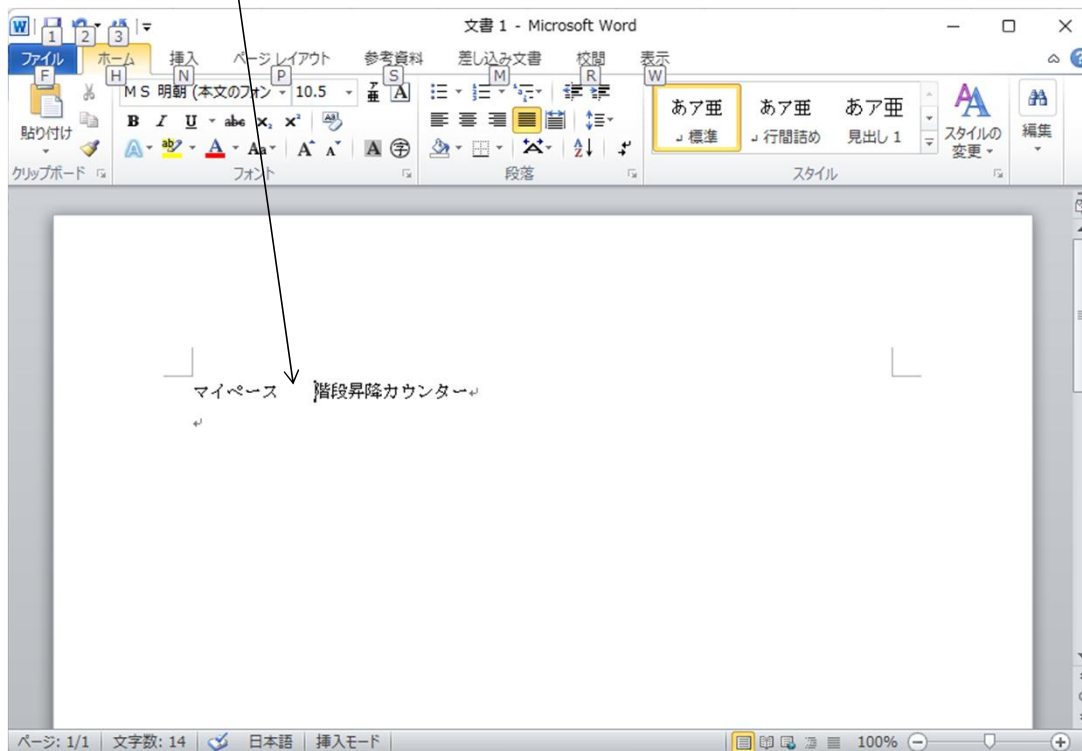
次ページへつづく

前ページよりのつづき

Word にフォーカス移動



Word にスペースキーが入力





#### <その3>

スクリーンセーバーを設定しているとき、設定時間がスペースキーを押すまでの時間より短い場合は、ディスプレイの画面はスクリーンセーバーの画面になります。その状態でスペースキーを押した場合、画面が元に戻るだけでカウントは行われません。もう一度スペースキーを押す必要があります。スクリーンセーバーの設定時間は十分長くした方が良いでしょう。

#### <その4>

電源オプションの設定において、ディスプレイの電源を切る設定時間が、スペースキーを押すまでの時間より短い場合、ディスプレイの画面は真っ黒になっていますが、カウントアップは正常に行います。

また、音がonであれば、音は鳴りますが、ディスプレイ経由(HDMI)で音を鳴らしている場合は、キーを押してからディスプレイの電源が入り立ち上がりまでの時間を要するため正常に鳴らない可能性があります。

目でカウント値が確認できないので、設定時間は十分長くした方が良いでしょう。

#### <その5>

電源オプションの設定において、コンピュータをスリープ状態にする設定時間が、スペースキーを押すまでの時間より短い場合、パソコンはスリープ状態となり、キーは受付できません。

一旦、パソコンの電源ボタンを押してから(PIN番号設定の場合は入力要)の再開となるので設定時間は十分長くした方が良いでしょう。

#### <その6>

カウント音がonのとき電子音が鳴りますが、Windows11 のメッセージが出る時などに鳴る電子音と同じような音色なので、お互いの鳴るタイミングによっては勘違いすることがあるかも知れませんのでご注意ください

#### <その7>

カウント音がonのとき電子音が鳴りますが、音楽を聴きながら実行する場合は音楽プレイヤーの音量を抑えめに下げてください、カウント音の方が大きく聞こえるようにボリューム調整することをお勧めします。音楽プレイヤーの音にかき消されて聞こえないことがありますのでご注意ください。

#### <その8>

キーボードのスペースキーを押すとき、スペースキーに隣接するキーは押しても無効となるだけですが、特殊キー(例えばwindowsマークなど)はWindows-OS上で働きますので、スペースキー以外はできるだけ押さないようご注意願います。

## 10. その他

- ①本ソフトの著作権は作者であるTthh330が所有しています。
- ②本ソフトはフリーソフトです。使用に関しては原則自由です。
- ③本ソフトを使用して発生した問題は、利益、損害に関わらず作者は一切の責任を負いません。
- ④本ソフトの一部または全部の内容を無断で変更・改造することは禁止します。