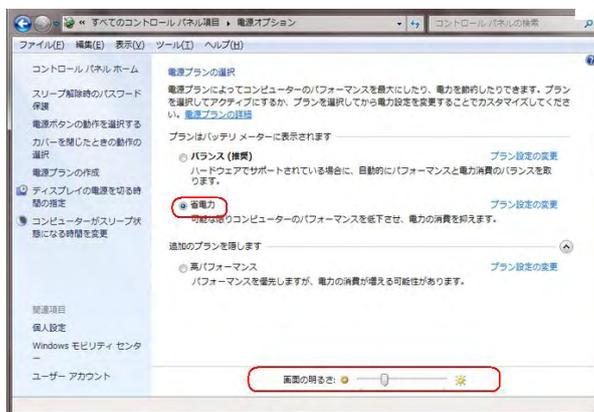


## 画面の輝度調整

パソコンの節電対策に効果的なのが、デスクトップ画面の明るさを適度に落とす、があります。電力不安の無いころに作られたノートパソコンやデスクトップ機のディスプレイの設定はやや明るめにできています。落ち着いた明るさまで輝度を落とし節電を行いましょ

### 1. ノートパソコンの設定(Windows7 の例)

スタートボタン>コントロールパネル>電源オプション>で画面の明るさが調整できます、50%くらいにしましょう。



### 2. デスクトップ型パソコンのモニター設定

デスクトップ型パソコンの場合はモニタにあるボタンから操作します。



マイナスボタンを何度か押して、50%くらいにしましょう。

明るすぎるのは目にも良くないでしょうから。

