

Perry's Bonfireにて、マクロのご購入ありがとうございます。

こちらは「**ダイエット管理表**」ファイルとマクロの取り扱い説明書です。もしご購入いただいたものと違う説明書である場合は[こちらのフォーム](#)にてお知らせください（このフォームは「マクロ（VBA）の不具合など」となっていますが、こちらでお知らせください）。

目次（クリックでそのページに飛びます）

[2：注意事項とお知らせ](#)

[3：①確認](#)

[4：②「入力」シート&「入力完了」ボタンについて](#)

[5：③ここからは「表」シート](#)

[6：④「グラフ消去ボタン」について](#)

[7：⑤「グラフ作成」ボタン](#)

[8：⑥「PDFで保存」ボタン](#)

[9：⑦各シートのより詳しい説明](#)

## 注意事項（必読）

- 1、当マクロ（VBA）と当ファイルの転売、共有は禁止されています。
- 2、不具合があったり、使い方がわからない場合がございますら、[こちらのフォーム](#)よりお知らせください。
- 3、シートの名前は変更しないでください。変更するとマクロが作動しないことがあります。
- 4、簡易的な変更や修正を加えたい場合は無償で行います。[こちらのフォーム](#)より何を変更・修正したいのかをお知らせください。\*簡易的ではないと認められた場合、変更・修正ができないこともあります。
- 5、エクセルのことがよくわからない！というエクセル初心者の方は、項目⑦「各シートのより詳しい説明」を先にお読みください。

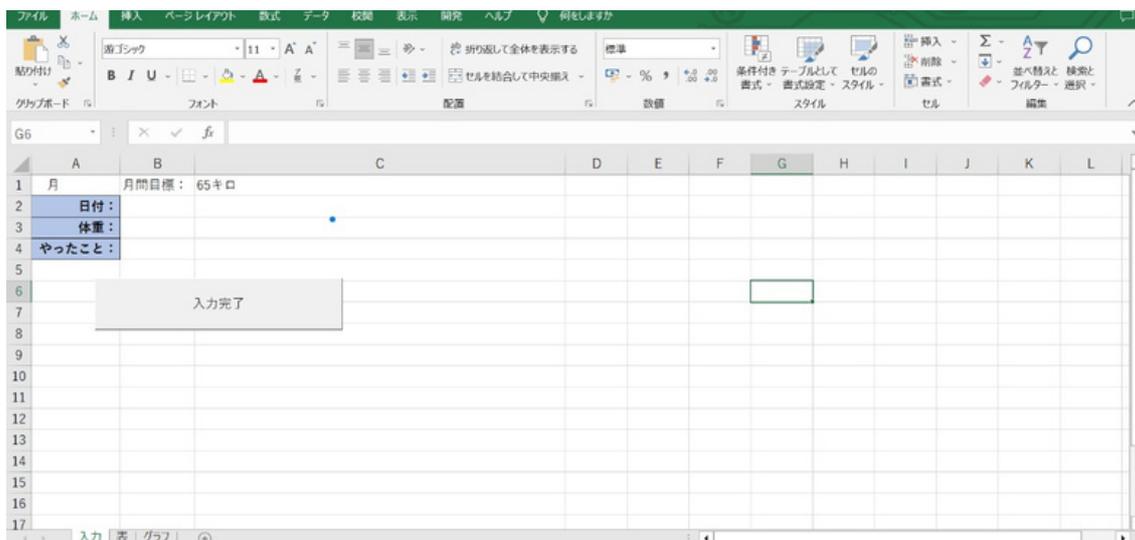
## お知らせ

[ペリーズボンファイア](#)では、ブログ管理人で現役大学生のペリーが学生向けの超有益な記事を発信しています！おすすめの家電やレポートの書き方、presentationの作り方、英語の勉強方法(管理人ペリーが外国語学科のため)などなど。もしよかったら見に来てくださいね！！

ここからは使い方を説明していきます！！

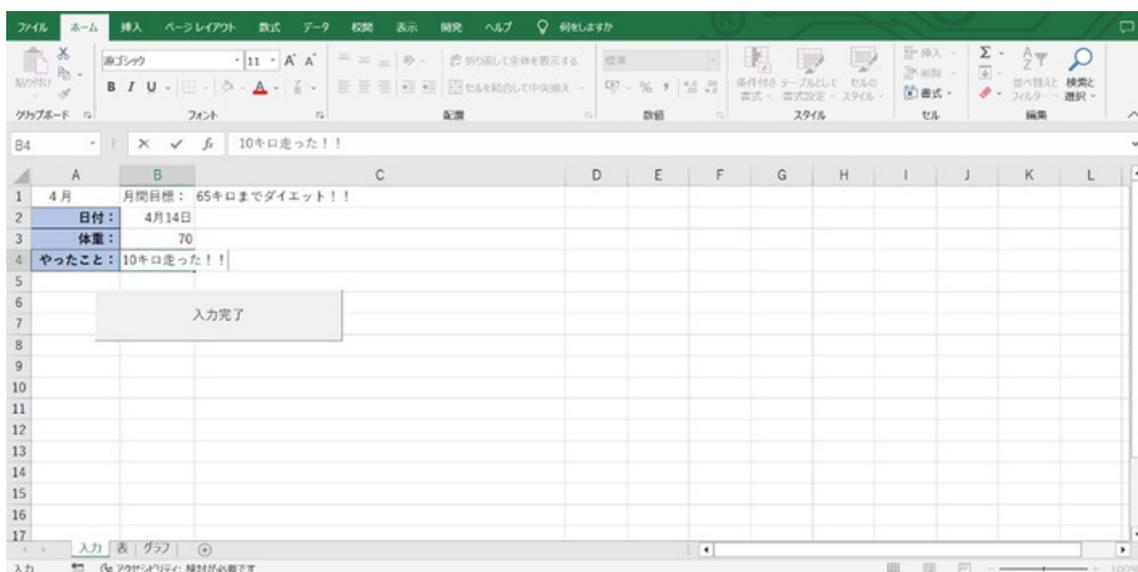
## ① 確認

- ・ A1セルにはご自身で何月かをご記入ください。
- ・ 月間目標をC1セルにご記入ください。
- ・ シートが3つ（「入力」「表」「グラフ」）あることをご確認ください。



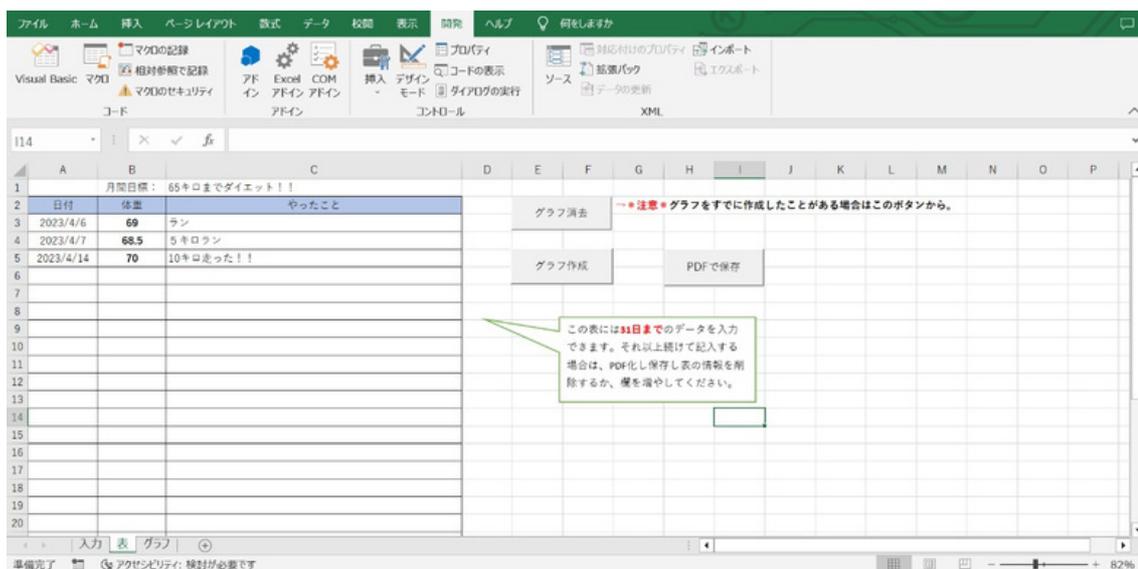
## ② 「入力」シート & 「入力完了」ボタンについて

- ・日付、体重、その日にやったことをそれぞれ記入します。
- ・記入したら、「入力完了」ボタンを押します。
- ・今、記入した内容が「入力」シートから消えて、「表」シートにコピーされたことを確認してください。



### ③ ここからは「表」シート

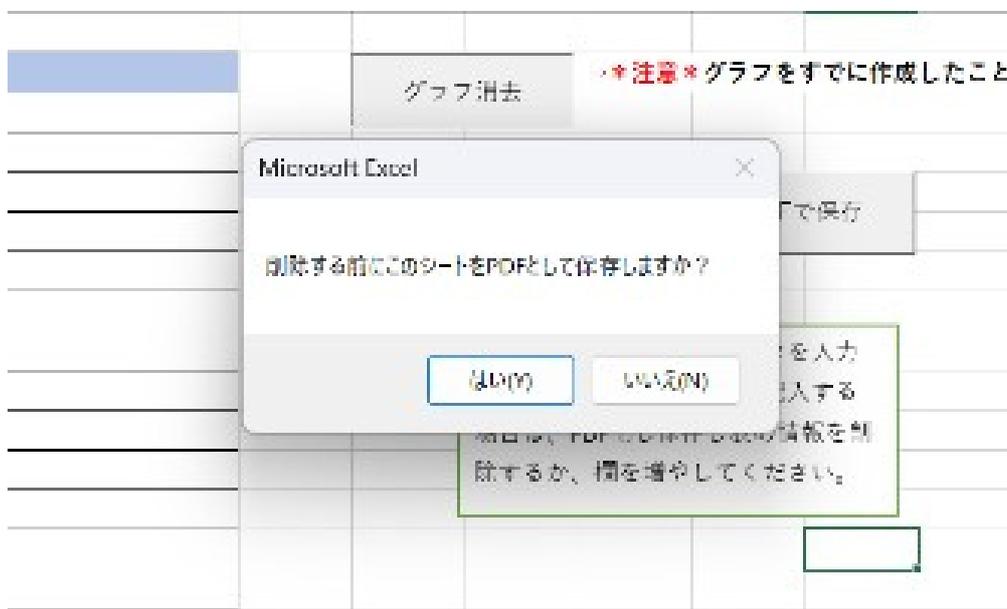
- ・「表」シートでは、以下の画像のように「入力」シートで入力した内容が移ってきています。
- ・また「表」シートには様々なボタンが設置されています。それぞれのボタンについて説明していきます。



## ④ 「グラフ消去ボタン」について

ここからは各ボタンについての説明をしていきます（「入力」シートの入力完了ボタンは説明②を参照してください）。

・まずは「**グラフ消去**」ボタンです。このボタンは「グラフ」シートの内容を消去するボタンです。ですから、新しくグラフを作成する前に必ずこのボタンを押してください。このボタンを押すと、以下のようなメッセージが出てきます。



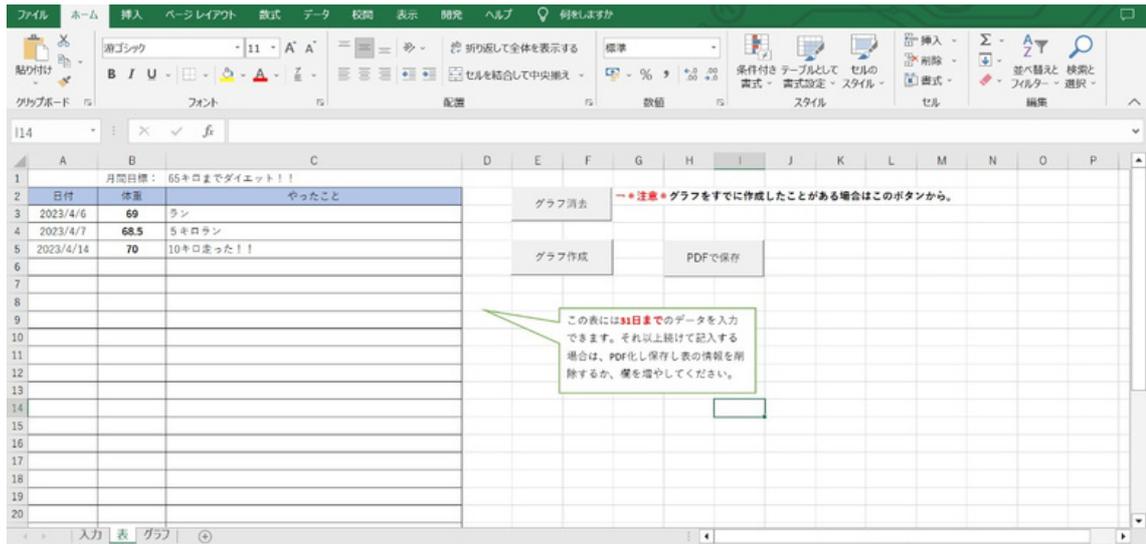
・見えにくいですが、「消去する前にPDFとして保存しますか?」と表示されますので、もし、PDFとして保存したい場合は「はい」を押してください。

・選択すると、次に「このシートを削除します。よろしいですか?」と聞かれます。ここで言う「このシート」とは「グラフ」シートのことです。「はい」を選択すると、「グラフ」シートのグラフ、平均体重が消去されます。

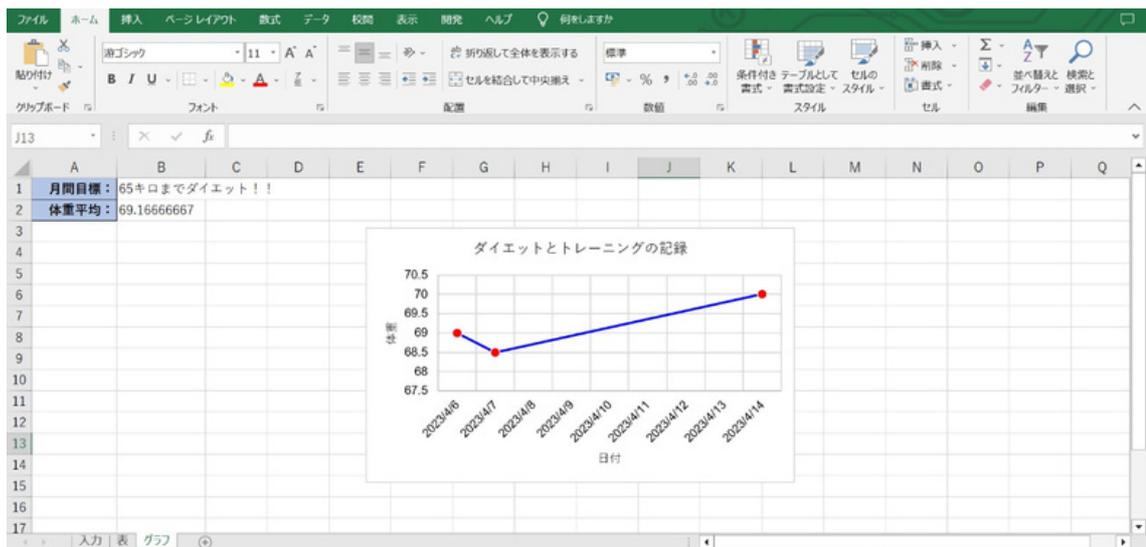
・その選択が終わると、「月間目標は消去しますか?」と聞かれます。ここで「はい」を選択すると、「グラフ」シートの月間目標が消去されます。もし、1週間おきなどのように1か月ごとにグラフを作らない場合は「いいえ」を選択し、月間目標は消去しないという使い方ができます。

## ⑤ 「グラフ作成」 ボタン

- ・次は「グラフ作成」ボタンです。
- ・グラフ作成ボタンを押すと、「グラフ」シートにグラフと月間目標、平均体重が入力されます。



- ・以下の画像のようにグラフなどが追加されます。グラフの位置が、以下の画像のようになりますので、PDFで保存するときにご自身で左に動かしてください。
- \* 「グラフ消去」ボタンではこのシートの内容を消去します。



## ⑥ 「PDFで保存」ボタン

- ・ここからは「PDFで保存」ボタンについてです。
- ・このボタンでPDFを保存したり、今まで入力してきた内容を消去したりすることができます。

まずこのボタンを押すと、メッセージが表示されます。それぞれメッセージボックスの質問に答えていけばOKです。\*PDFはデスクトップに保存されます。

- ・最初に「どのシートを保存しますか？ 1：表のみ 2：グラフシートのみ 3：両方」と聞かれます。このとき、**数字で回答**してください。表シートを保存したいときは「1」、グラフシートを保存したいときは「2」、両方の場合は「3」です。

- ・この回答が終わると、「情報を消去しますか？」と聞かれます。PDFで保存したうえで、表シートやグラフシートなどに記入してきたことをリセットする場合には「はい」を選択してください。そして「はい」を選択すると、「どのシートを消去しますか？ 1：表シート 2：グラフシート 3：両方」と聞かれます。先ほどと同じく数字で回答してください。\*ここで言う消去とは、シートを消去するのではなく、今まで入力してきたことが消去されるだけです。ボタンや罫線などは消えないのでご安心ください。

## ⑦ 各シートのより詳しい説明

・ここからはより詳しい説明をしていきます。エクセルを初めて使った人などはこちらからお読みください。

・シートとは？—シートとは、（エクセルの）ページのようなものです。各シートには名前が振り分けられています。シートはエクセルの画面を開き、下に表示されています。クリックをすると、そのシートに移動します。

・セルとは？—セルとは1つ1つの四角のことです。縦の列が“A列”のように英語で、横の列が数字で名前が付けられています。例えば、A 1というセルは1番左上の四角です。

・「グラフ」シートのB 2セルに表示される平均体重は「表」シートに入力されている体重から平均を算出した数字です。