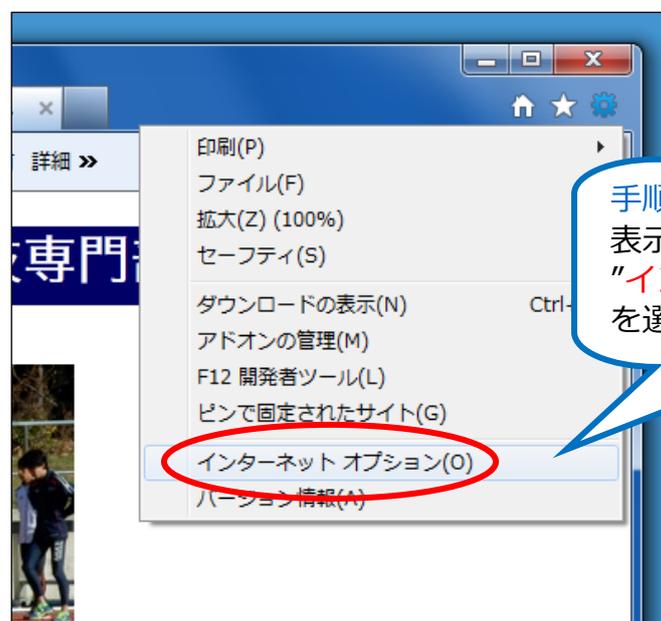
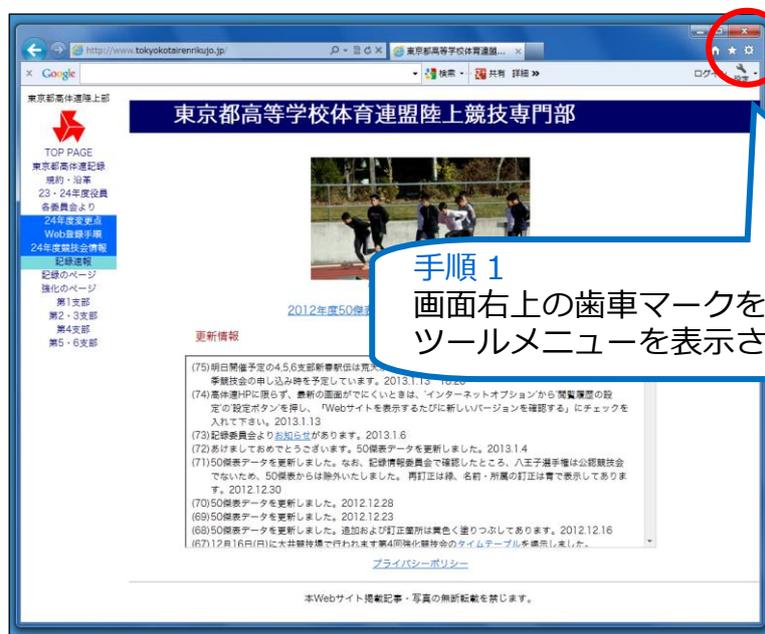


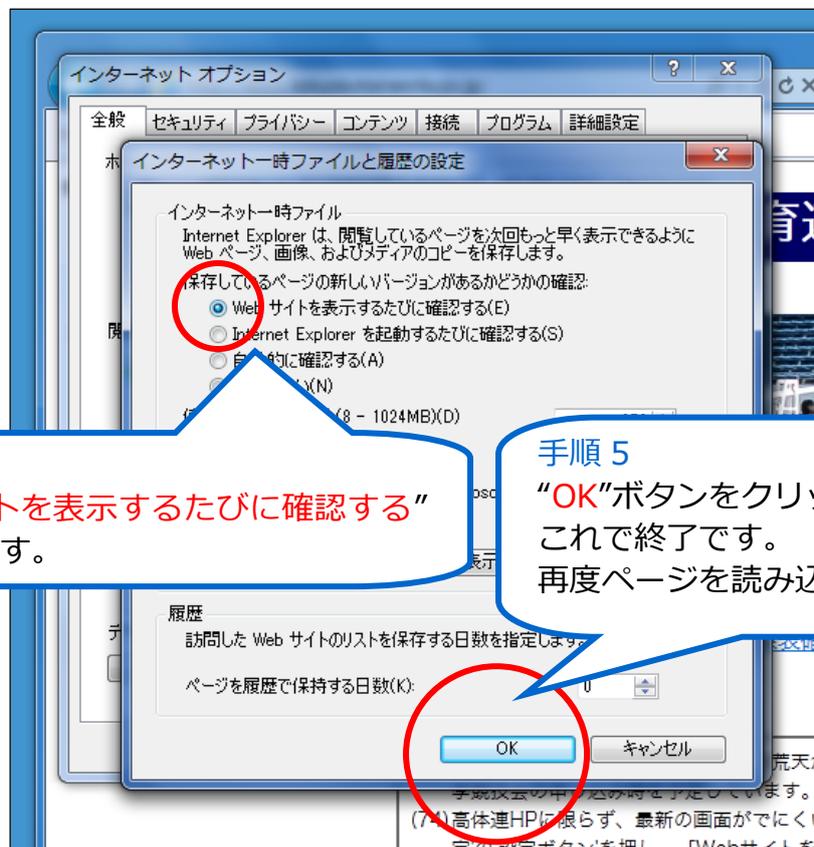
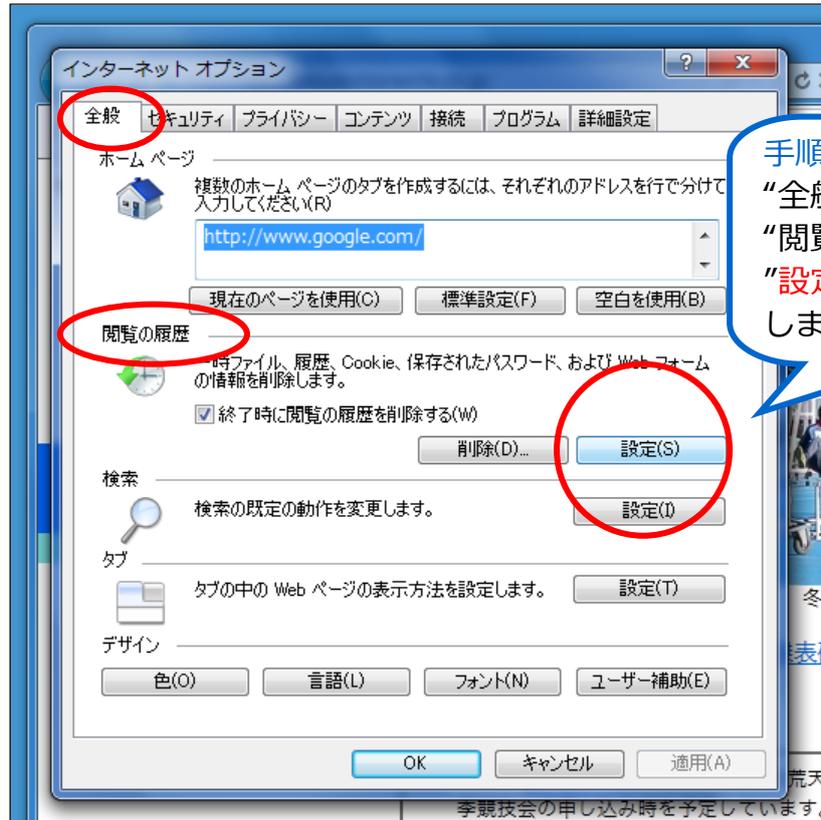
最新の画面をご覧くださいのために Windows

2013.1.20
東京都高体連陸上部広報委員会

インターネット閲覧用のブラウザは、一度閲覧したページをより早く表示できるよう、ページをコピーして保存しています。これをキャッシュと呼んでいます。一日に何度も同じページを閲覧される方は、キャッシュを空にしたり、閲覧のたびに最新のページを確認するようにPCを設定すると最新の画面を表示させることができます。

1. Internet Explorer をお使いの場合

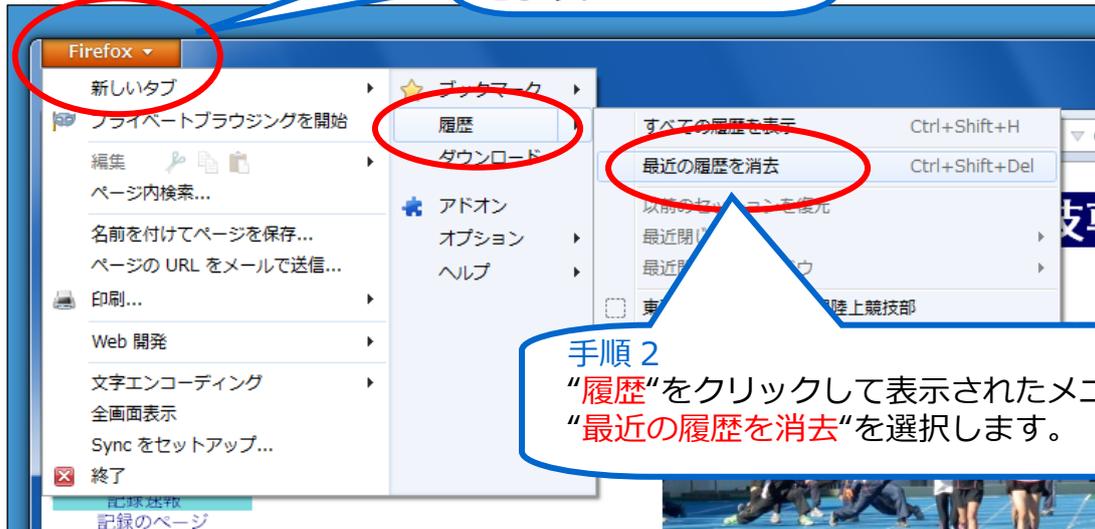




2.Firefox をお使いの場合

手順 1

“Firefox”をクリックしてメニューを表示させます。

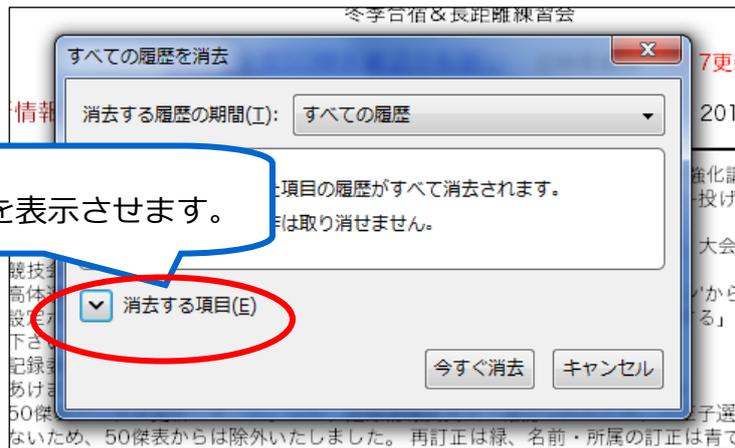


手順 2

“履歴”をクリックして表示されたメニューから“最近の履歴を消去”を選択します。

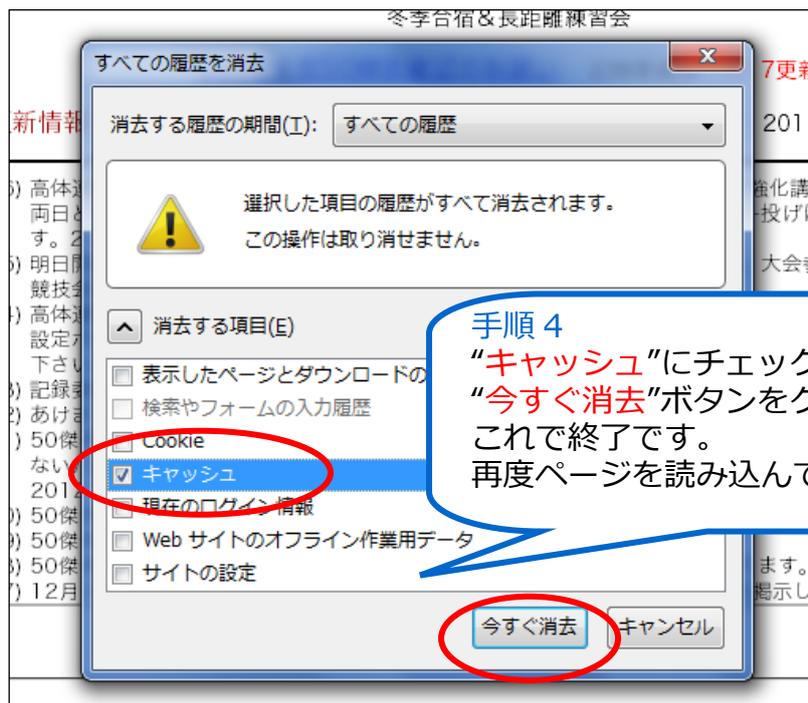
手順 3

“消去する項目”を表示させます。

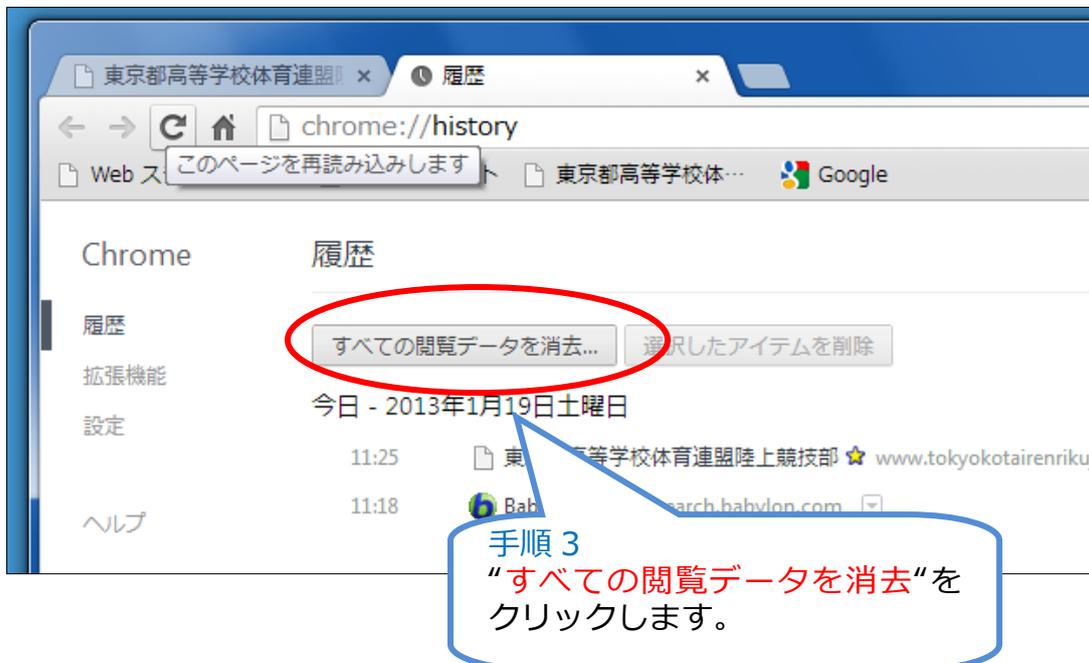
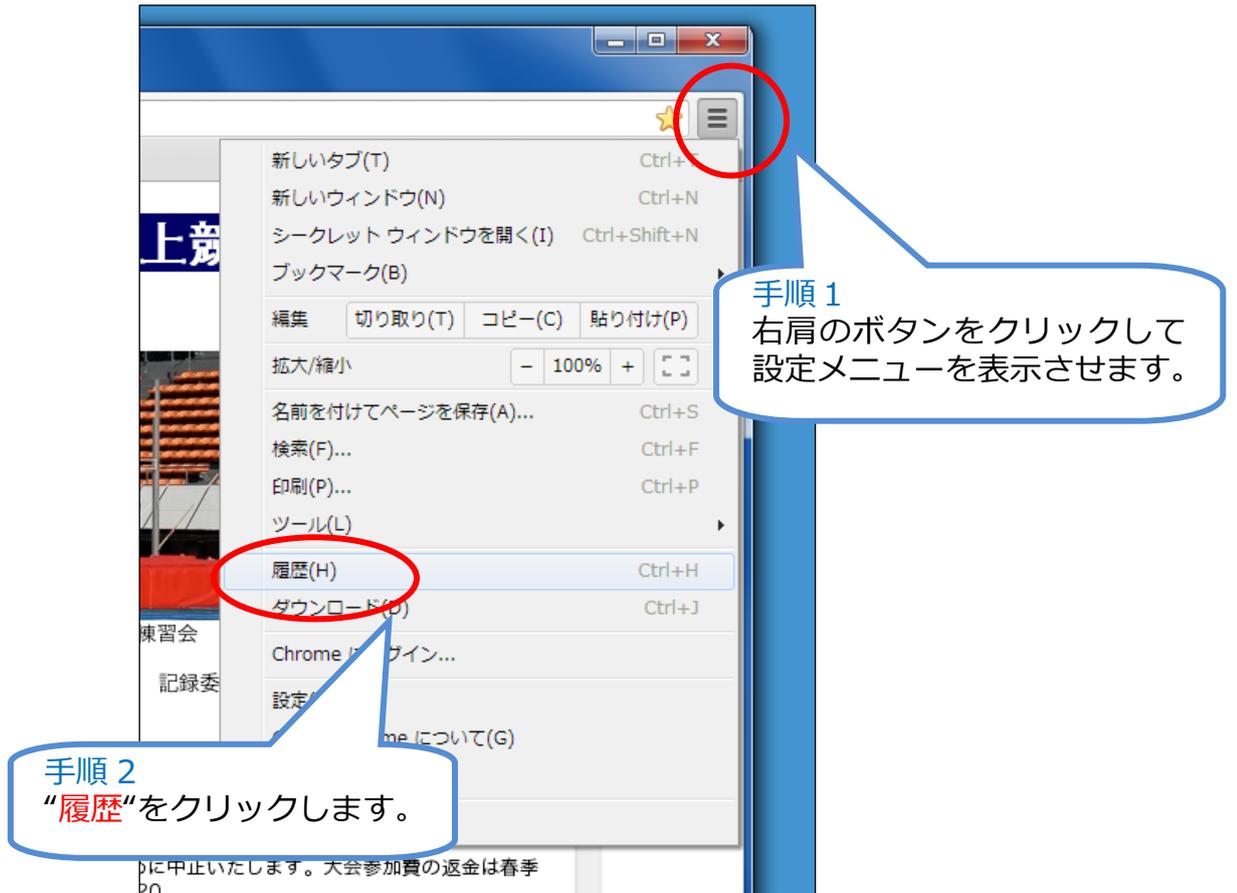


手順 4

“キャッシュ”にチェックマークをつけ、“今すぐ消去”ボタンをクリックします。これで終了です。再度ページを読み込んでください。



3.Google Chrome をお使いの場合



閲覧履歴データを消去する

次の期間のアイテムを消去: 1時間以内 ▼

- 閲覧履歴
- タブレット履歴
- キャッシュ**
- Cookie と他のサイトやプラグインのデータを削除する
- 保存したパスワード
- 保存されている自動入力フォームのデータを消去する
- ホストされるアプリからデータを消去する
- コンテンツ ライセンスの許可を取り消す

[詳しく見る](#)

手順 4
"キャッシュ"にチェックマークをつけます。

手順 5
"今すぐ消去"ボタンをクリックします。
これで終了です。
再度ページを読み込んでください。

4.最後に

Internet Explorer では、設定変更後は更新ボタンさえ押せば最新の画面を見ることができですが、Firefox や Google Chrome を使って同一ページ閲覧中には"キャッシュを空にする"操作によって最新画面への更新が可能になります。