

パソコンの正しい利用方法

1) Windows について

Windows 10	2015年7月発売開始 年に2回（春・秋）の大きなアップグレードを実施中。アップグレードは随時するのが望ましい。 新規購入は、10では動作しないアプリケーションをお持ちの方以外は、10にすべし。	メモリは、 最低4GB、 8GB以上が望ましい
Windows 8 または 8.1	2012年発売開始 2022年末でサポート終了予定 あまり評判のよくないバージョン できれば、Windows10にアップグレードすべし。	メモリは、 最低4GB、 8GBが望ましい
Windows 7	2009年発売開始 2020年1月でサポート終了予定 安定したバージョンのため、利用者には好評であった。 使える内は利用すべし。	メモリは、 最低2GB、 4GB以上が望ましい
Windows Vista	2007年発売開始 サポートはすでに終了 あまり評判のよくないバージョン 機械も古いので、壊れても修理が不可能な可能性が高く、データを失う前になるべく早めに買い換えるのが賢明	メモリは、 最低2GB、 4GBが望ましい
Windows XP	2002年発売開始 サポートはすでに終了 安定したバージョンのため、利用者には好評であった。 しかし、 機械も古いので、壊れても修理が不可能。 データを失う前になるべく早めに買い換えるのが賢明	メモリは、 最低1GB、 2GB以上が望ましい

2) パソコンの動作が遅いことについて

パソコンの動作が遅いは、大きく2つに分けられます。

①起動が遅い。Word、Excel、お絵かきソフト、年賀状ソフトなどインターネットとは無関係な状態での動作が遅い

②インターネットが遅い

①の場合は、

- ・最低限度、半年または最低でも1年に1度、一時ファイルなどの動作時のゴミデータの削除を実施する必要があります。(次ページ以降に操作方法を掲載)
- ・前ページのWindowsのバージョンに合ったメモリを積んでいるか?
- ・ハードディスクの空き容量は十分あるか?
- ・いつの間にかインストールされた知らないアプリケーションソフトが、裏で動いていないか? そのようなアプリケーションソフトがあればアンインストールする。

等をチェックする必要があります。

また、ご自分で意識はされていても、沢山のアプリケーションソフトを同時に走らせているのは、動作は遅くなります。どうしても必要で有る場合は、メモリを増設する必要があります。さらに、ウィルスチェックソフトが動作している場合も遅くなります。ウィルスチェックソフトの動作時間帯を、あまりパソコンを使わない時間帯にずらす設定をしてみましょう。

②の場合は、

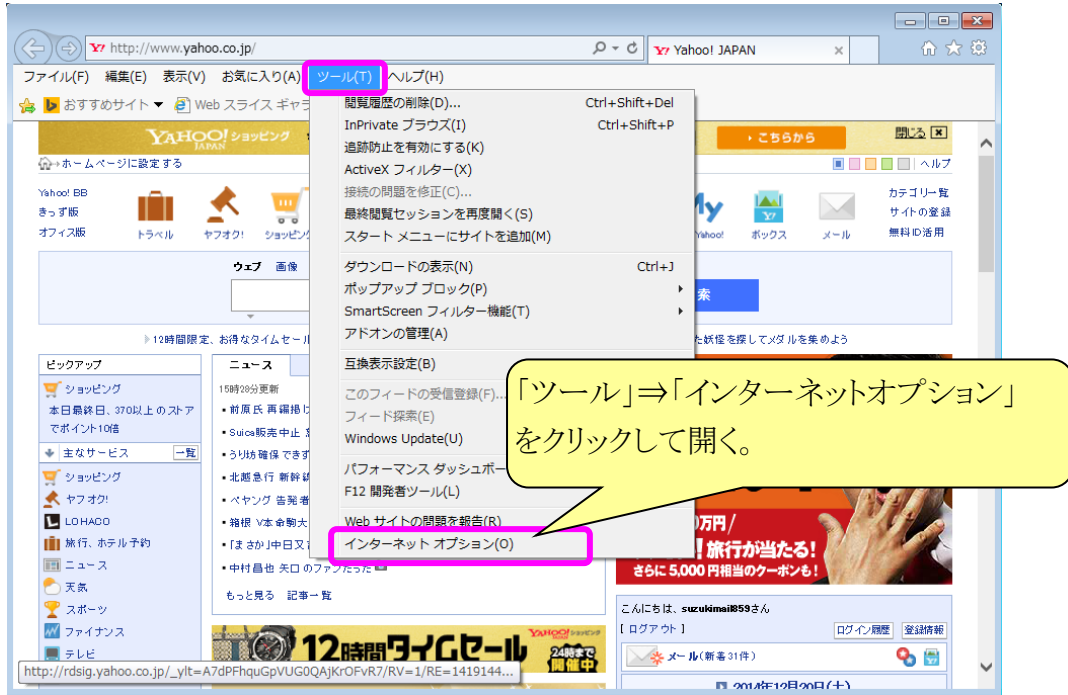
- ・インターネット回線は、同じ回線を複数の方で使用しています。その中で、先に使った人が勝ちで動くベストエフォート型で動作しています。ヘビーユーザや動画などを頻繁に利用する人が、その同じ回線利用者の中にいると遅くなってしまふことが多々あります。
- ・ご自分の家の中のルーター、ハブ、LAN ケーブル等は高速対応(ギガ対応)になっていますでしょうか? あまりのも古いもの(10年以上前)をお使いの場合、高速対応になっていない可能性があります。速度が遅いものが混じっていると、それにより全ての速度がその一番遅いものに合わされてしまいます。特にLAN ケーブルは**カテゴリー6**以上を使いましょう。(カテゴリーはケーブルに印字されています)



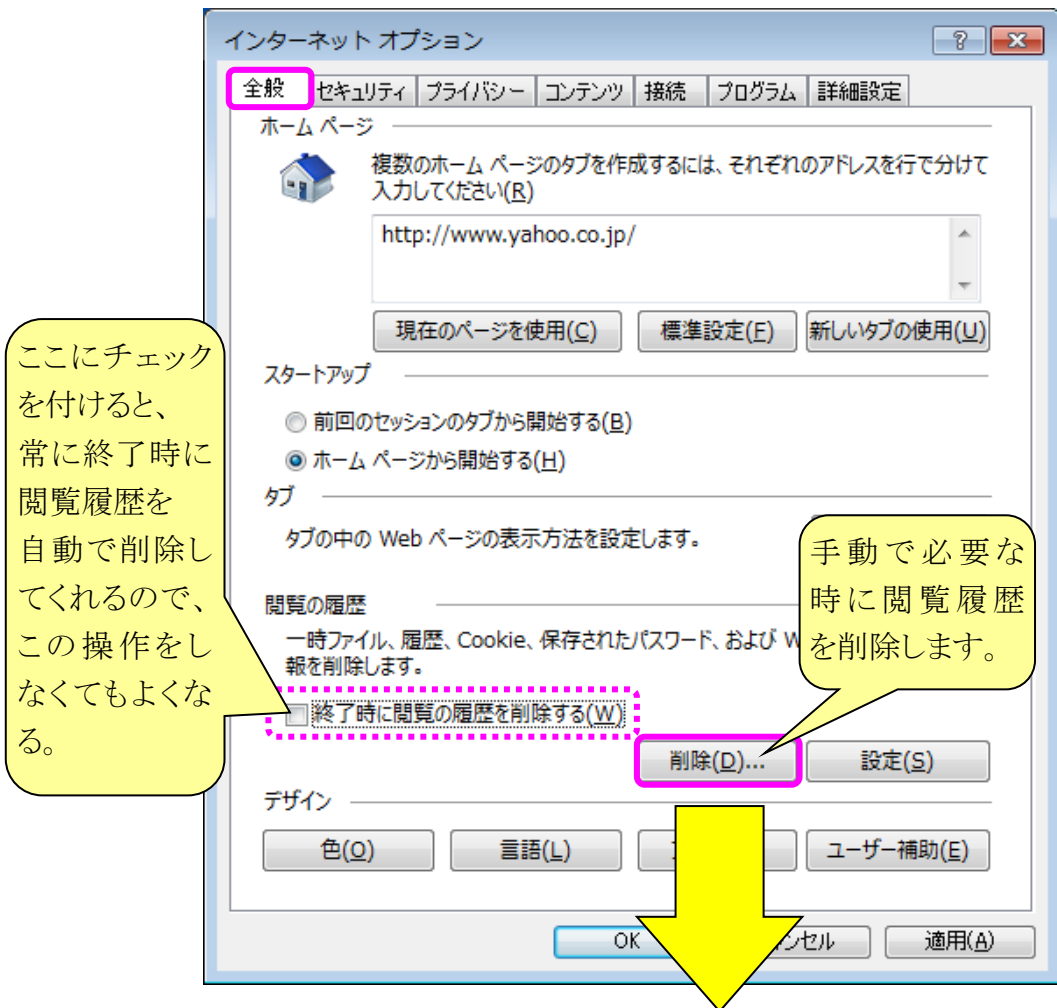
- ・現在は、光回線が主流です。特に理由がない限り、ADSL、ISDN等はやめて光回線に乗り換えましょう。

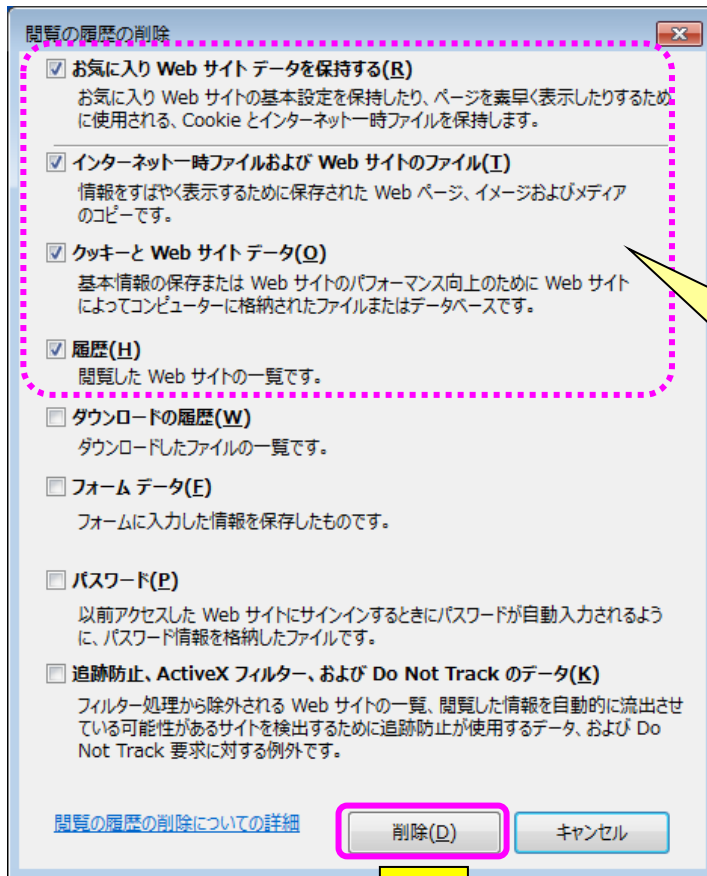
- パソコンを快適に使う為に、最低限度、以下の2つを実施しましょう。
- ①閲覧履歴などのゴミのクリア（少なくとも半年に1回は実行しましょう）

・「ツール」⇒「インターネットオプション」

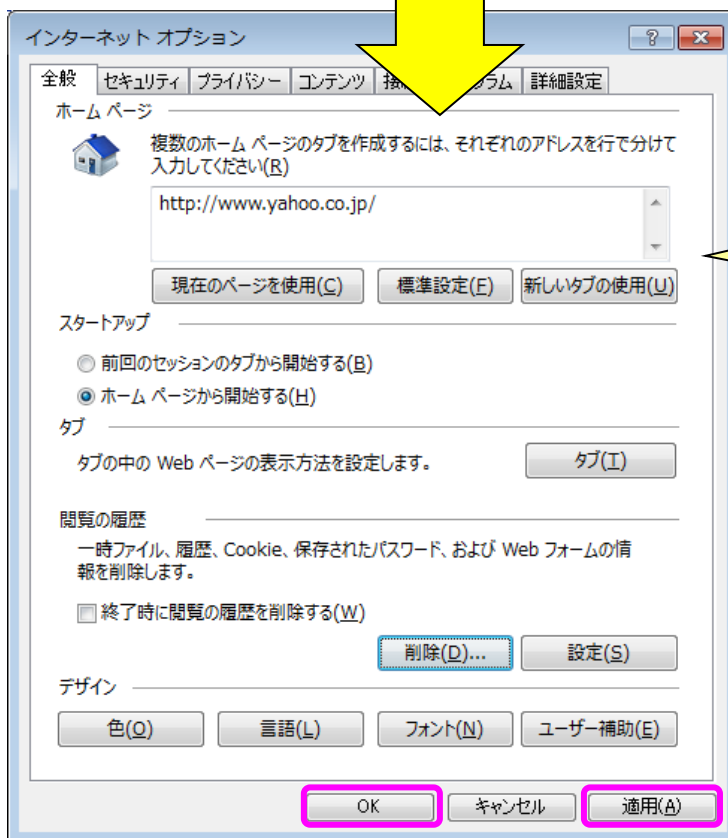


・インターネットオプションで閲覧履歴を削除する（手動）





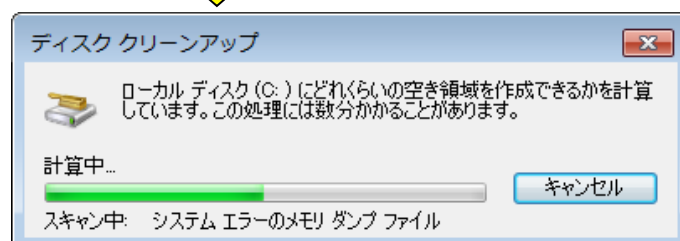
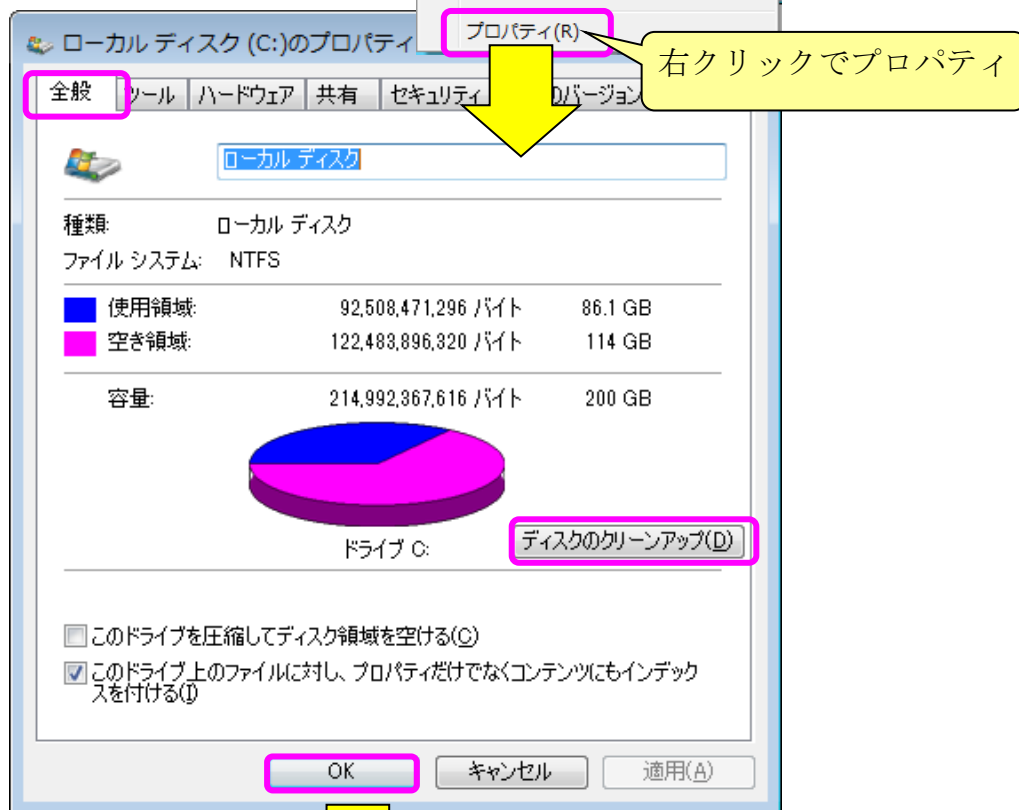
最小限、これら
4つにチェック
を付けて、「削
除」を実行しま

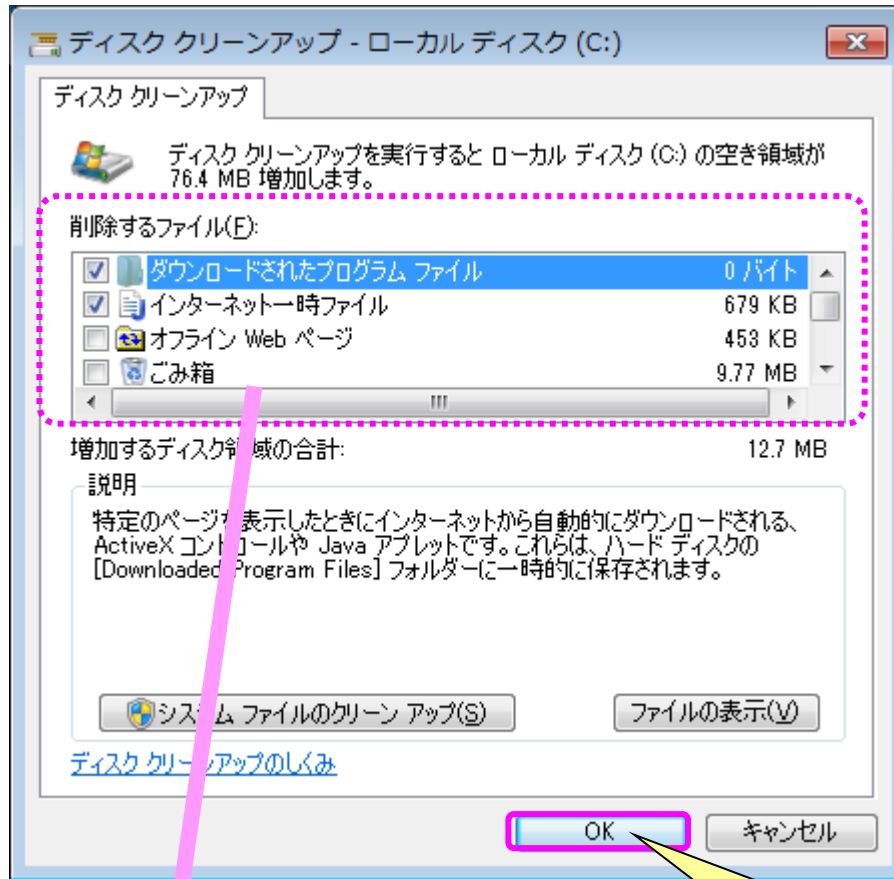
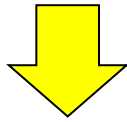


「削除」が実行さ
れると、この画
面に戻るので、
「適用」→「OK」
で終了

②ディスクのクリーンアップ (少なくとも半年に1回は実行しましょう)

- ・ コンピュータ⇒Cドライブ⇒右クリックでプロパティ





(削除するファイルについて)

削除するファイル(E):

<input checked="" type="checkbox"/>	ダウンロードされたプログラム ファイル	0 バイト
<input checked="" type="checkbox"/>	インターネット一時ファイル	679 KB
<input type="checkbox"/>	オフライン Web ページ	453 KB
<input type="checkbox"/>	ごみ箱	9.77 MB
<hr/>		
<input type="checkbox"/>	ログ ファイルの設定	9.35 KB
<input type="checkbox"/>	一時ファイル	53.3 MB
<input checked="" type="checkbox"/>	縮小表示	12.0 MB
<input type="checkbox"/>	ユーザーによってアーカイブされたエラー報告ファイル	176 KB
<input type="checkbox"/>	システムによってアーカイブされたエラー報告ファイル	32.9 KB

※これらのファイルは、すべて削除して問題がないと思いますので、すべてにチェックして、実行しましょう