2019年6月11日 パソコンを使いこなす会



【第5回分科会のテーマ:パソコンのメンテナンス】

- 1. Microsoft アカウントにサインイン
- 3. Skype

2. OneDrive

4. Windows のメンテナンス

【具体的内容: - パソコンのメンテナンス -】

- 1. Microsoft アカウントにオンラインでサインインする
- A. Microsoft アカウントのサイト
- ① <u>Microsoft アカウント</u>(https://account.microsoft.com/)に移動する。



無料の Microsoft アカウントを作成して使用すると、さまざまなデジタル アイテムに簡単にアクセスできます



- ② [Microsoft アカウントでサインイン] を選択する。
- B. Microsoft アカウントを持っている場合
- Microsoft アカウントのメールアドレス(\*\*\*\*\*\*\*@outlook.com または \*\*\*\*\*\*@outlook.co.jp)を入力して「次へ」をクリック



サインイン

- ② パスワードを入力して「サインイン」をクリック
- C. パスワードを忘れた場合
- ① B. ②で「パスワードを忘れた場合」をクリック
- ② 「アカウントの回復」が開くので Microsoft ア カウントのメールアドレスを入力して「次へ」を クリック

Microsoft

### アカウントの回復

手順に従って、パスワードとセキュリティ情報をリセットできま す。まず、お使いの Microsoft アカウントを入力し、以下の手 順に従ってください。

		hiro_hayashi_nifty@o	utlook.com		×
			キャンセル	次へ	
3	「本人の確認が必要です」のメッセージが表示され るので、セキュリティーコードの受け取り方法を選 択(メールを送信が望ましい)	<ul> <li>Microsoft</li> <li>本人確認が。</li> <li>どの方法でセキュリティ</li> <li>hi*****@nifty.cc</li> <li>*******20 (こ SI</li> <li>*******20 (こ電</li> <li>すべての情報が</li> </ul>	<b>必要です</b> 'コードを受け取りま om にメールを送信 MS を送信 話をかける 下明 キャンヤル	きすか? ii	
4	次の画面でメールアドレスを正しく入力し「コードの 送信」をクリック	<ul> <li>Microsoft</li> <li>本人確認が</li> <li>どの方法でセキュリテ・</li> <li>の方法でセキュリテ・</li> <li>から方法でセキュリテ・</li> <li>これが自分のメール・</li> <li>ている部分を完成され</li> <li>受け取ってください。</li> <li>hiro_hayashi</li> <li>************************************</li></ul>	<b>必要です</b> イコードを受け取りま com にメールを送信 アドレスであることを せ、「コードの送信」 な	ミすか? 確認するため、 Eクリックして⊐・ × @nif	.隠れ 一ドを fty.com
		○ ********20 (こ S ○ ********20 (こ E	SMS を送信 記話をかける		
		○ すべての情報が コードを持っている場合	不明 キャンセル	⊐−۴ <u>の</u> ₽	取得

⑤ Microsoft account team からメールで Code が届く



3/8

## ⑨ これで、自分のアカウントの状況が表示された

HAYASHI Hiroshi hiro.hayashi.nifty@outook.com ริดต่อง79yay ~		□ 支払い方法を設定する 支払よ請求 設定 >	をつ ボイントの獲得と引き換え Microsoft Rewards 詳細を表示 >	<b>日</b> デバス数:7 デバス 管理>
サブスクリブション	ファミリー	デバイス		支払いと請求
Uffice 365 を無料で試す 生産性を高める - PowerPoint, Word, Excel, OneNote など, Office 365 をお試しください。	Hayashi Hiroshi	- 	iPhone 管理 Hiro-LaVie 音速 Hiro-AspireOne 管理	<b>友払い方法を設定する</b> Microsoft Store ですばやく権重できるようにアカウン トにわ支払い方法を追加します。
無料試用版を使ってみる >	ファミリの管理 >	ġ	べてのデバイス >	設定 >
Rewards	プライバシー	セキュリティ		ヘルブ
Microsoft Rewards	お客様のプライバシーを尊重しています	ta ta	1 ■ ■ ■ 1 リティ情報の更新	です アカウントのヘルプ
Xbox や Windows から Microsoft Store でショッピ ングしてポイントを獲得しましょう。	Microsoft アカウントに保存されている個人デ 示および管理します。	ータを表 パスワードを忘れた ?	と場合は、最新の情報であることを 確認してください。	Microsoftの製品やサービスに関するエキスパートの回答とアドバイスを得ることができます。
詳細 >	アクティビティの履歴 >		最新 >	ヘルプを表示する >

- C. アカウントを持っていない場合、
- ① B. ①で[アカウントをお持ちでない場合、作成できます] をクリックする



④ パスワードを入力して「次へ」をクリック

Microsoft

 $\leftarrow$  machi\_hayashi@outlook.com

## パスワードの作成

お客様のアカウントで使用するパスワードを入力します。

•••••

 Microsoft 製品とサービスに関する情報、ヒント、特典 を受け取ります。

【次へ】を選択することにより、Microsoft サービス規約とプライバシーと Cookie に関する声明に同意するものとします。

次へ

⑤ 確認のため表示されている文字を入力して「次へ」をクリック



 $\leftarrow$  machi\_hayashi@outlook.com

アカウントの作成

続行する前に、実在する方がこのアカウントを作成したことを 確認する必要があります。



表示されている文字を入力してください



⑥ これで、自分のアカウントの状況が表示された

### 2. OneDrive

OneDrive は Microsoft が提供するサービスの一つ。

- 「サービスとサブスクリプション」タブをクリックすると下の画面になる。 サブスクリプション(subscription)サービスとは、提供する商品やサービスの数ではなく、利用期間に対して対価を支払う方式のことである。 <u>https://kotobank.jp/word/サブスクリプション-275882</u> <u>https://ja.wikipedia.org/wiki/サブスクリプション方式</u>
- ② ここで Microsoft が提供するサービスが提示されている。
- ③ 一例として「OneDrive」サービスの状況を見るため、「写真を OneDrive に移動してください」をクリックすると



④ OneDrive に保存しているファイルが下図のように表示される。

::: OneDrive						♦ @	? 👩			
♀ すべて検索	+ 新規 〜 ↑ アップロード 〜					↓〒 並べ替え ∨				
OneDrive ファイル	ファイル									
最近使ったアイテム 写真 共有 ごみ箱	413	* Sector	685	<ul> <li>I</li> <li>I</li> <li>I</li> <li>I</li> <li>I</li> </ul>	/e			a <del>n</del>	- 🗆	×
PC	_PC分料会 2016年8月18日 3	J代Jン何でも相談室 2016年10月17日	【PII 2016年8月 2	フェル ホーム 共存 日 S クイックアクセス コピー 貼り にドン留めする	す 表示 ▼ ▼ ● ● ● ●	<ul> <li>▶移動先 × )× 削除 ×</li> <li>№ 一, 200 - 先 × ● 名前の変更</li> </ul>	● 「■ · 新しい フォルダー	ריין אין אין אין אין אין אין אין אין אין	■ すべて選択 ● 選択解除 ● 選択の切り	へ e そ り替え
	カルテ 2019年7月30日	タブレット	К+тдX 2018/62.8	クリップボード		整理	新規	開く	選択	
30 GB 中 26.6 GB を使用	20104-17300	2010+37/311	20104-37	$\leftarrow \rightarrow \checkmark \uparrow \bigtriangleup >$	OneDrive			~ Ū	OneDrive	Q
プレミアムに移行 1 TB (1,000 G8) のストレージ と新しい Office 2016 アプリを 手に入れましょう。	4			> 📌 クイック アクセス	^ 🗆 4	へ 5前	更新日時	種類		1^
詳細はこちらをご覧ください。 OneDrive アプリの入手	年賀状作成 2018年8月27日	悠遊パソ金沢 2016年8月18日	日経PC21_2017 2018年8月	> 🗠 OneDrive	1	_PC分科会 _パソコン何でも相談室	2019/03/31 2018/07/15	1 14:51 ファイ 5 17:07 ファイ	ル フォルダー ル フォルダー	
5 これは ンの「 ている	、右図のよ OneDrive 。	うにパソ		<ul> <li>▶ PC</li> <li>⇒ D オブジェクト</li> <li>⇒ Desktop</li> <li>⇒ ダウンロード</li> <li>⇒ ダウンロード</li> <li>⇒ ビクチャ</li> <li>&gt; ご ビクチャ</li> <li>&gt; ご ビグオ</li> <li>⇒ ミュージック</li> <li>&gt; ご ローカル ディスク (C</li> <li>&gt; Photo_Storage (I</li> <li>&gt; ≪ Kayoko (F:)</li> <li>28 個の項目</li> </ul>	~ <	IP I M       Outlook       Pictures       お気に入り       カルテ       タブレット       ドキュメント       印刷設定       画像       小澤資料       添付ファイル	2018/04/01 2018/04/01 2018/08/27 2018/08/27 2018/08/27 2019/03/31 2018/04/01 2018/09/05 2018/09/05 2018/04/01 2018/07/15	110:52         774           10:52         774           9:20         774           7:10:43         774           9:20         774           114:51         774           18:38         774           5:20:50         774           5:10:56         774           9:03         774           5:20:48         774	ル フォルダー ル フォルダー	~

# 3. Skype

Skype も Microsoft が提供するサービスの一つ。

- ① 「スタート」 「Skype」をクリックすると
- ② Microsoftアカウントにサインインしてない場合は次頁左図のようにサインインを要求される。
- ③ Microsoft アカウントID をクリックしてパスワードを入力すると次頁右図のように Skype を 使用できる。
- ④ Microsoft アカウントにサインインしる場合は直接次頁右図のようになり Skype を使用できる。

S		
	Skype	- 🗆 X
	Hiroshi Hayashi ····	
	Q、ユーザー、グルーブ & メッセージ	
	E     L     Q       チャット     通話     道統先     通知	bazz llingabit/
サインイン	すべて 〜 + 通話	ようこて、HIFOSNICん
<ul> <li>Hiroshi Hayashi hiro_hayashi_nifty@outlook.com</li> <li>別のアカウントを使用</li> </ul>	母近の通話 ■ ive:nanayaa031 © 2019/04/04 ● むえ水野 © 2018/10/03 ● Keiko Hayashi 餐 2018/09/29	友達に近況を知らせよう
Skype または Microsoft アカウントを使用します。 <u>ヘルプが必要な場合</u>	43 [we:436369ec87b32152 ♀ 2018/09/29 €tho / Sound Test Service ♀ 2018/07/07 \$7\$700 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$7000 ¥7\$70000 ¥7\$70000 ¥7\$700	会話を開始 誰かを検索してチャットを始めるか、連絡先に移動してチャッ ト可能な相手を見つけます。
Skype は緊急通話には使用できません。 利用規約 プライバシーあよび Cookie	ユーザー Echn / Sound Tact Sanica Suppe で電話と通話 お手頃な料金で通話し、 SMS を送信できます	<b>サインイン名: hiro_hayashi_nifty@outlook.com</b> 連絡先または会話の履歴が表示されない場合は、 <u>アカウントの切り替え</u> を試してみてください。 <b>詳細はこちら</b>

- 4. Windows のメンテナンス
- ① <u>Wise Care 365 ワイズケア 365</u>



Wise Care 365 は、パソコンの健康指数を10 点満点で数値 化し、無効なレジストリエントリやハードディスクの問題点を検 出し、問題点をボタン1つで修復して最適化できます。

② CrystalDiskInfo|クリスタルディスクインフォ|

CrystalDiskInfo は、ハードディスクの健康状態を確認できるフリーソフトです。ハードディスクの健康状態を、「正常」「注

) II 33 (	常 °C C:	4					
		ST35004	18AS 50	00.1 G	в		
<b>建康</b>	大胆	ファームウェア			バッファサ	イズ	
<u> </u>		シリアルナンバー		NV	キャッシュサ	イズ	
	正常	インターフェース			10	転数	
		対応転送モード		回数			
88		ドライブレター			使用	iena .	
3	3	・ と が 応 機 能					
	ID	項目名	現在値	最悪使	しきい種	生の値	4
0	01	リードエラーレート	119	99	6	00000DDFFB53	
0	03	スピンアップ時間	97	96	0	00000000000	
Θ	04	スタート/ストップ回数	98	98	20	00000000B72	1
Θ	05	代替処理済のセクタ数	100	100	36	00000000000	1
Θ	07	シークエラーレート	85	60	30	000015055F88	
Θ	09	使用時間	86	86	0	00000003168	
Θ	0A	スピンアップ再試行函数	100	100	97	00000000000	
0	0C	電源投入回数	99	99	20	00000000589	
Θ	B7	不明	100	100	0	00000000000	
0	B8	エンドツーエンドエラー	100	100	99	00000000000	
۲	BB	報告された訂正不可能エラー	100	100	0	000000000000	
0	BC	コマンドタイムアウト	100	99	0	0000000000F	
0	80	High Ely Writes	100	100	0	000000000000	2

意」「異常」の3段階で評価し、現在の温度も表示されるため、ドライブ交換時期の参考になります。 CrystalDiskInfoでは、型番や容量、バッファサイズといった基本情報に加えて、電源投入回数 や使用時間、温度などの情報を一覧で確認することもできます。タスクトレイに常駐しておけば、ド ライブの温度をタスクトレイアイコンとして表示すると共に、ドライブの温度がしきい値を超えた場 合や、健康状態に変化があったときに、警告をポップアップ表示してくれます。

③ Should I Remove It?

ou h	ave 177 programs installed	Ratings	Removal %	
P	Skype Click to Call by Skype Technologies S.A.	****		•
PEG	4Videosoft Free PDF to JPEG Converter			
8	AtermIT31L/IT21Lユーティリティ			
6	BUFFALO エアステーション設定ツール by BUFFAL			
S?	BUFFALO パソコン環境表示ツール by BUFFALO INC.			
3	CANON iMAGE GATEWAY 無料会員登録 MP610			
٩	PIXUS 使用状況調査プログラム			
<b>*</b>	CrystalDiskInfo 5.4.2 by Crystal Dew World			

メーカー製パソコンの中には、製品ソフトのデモ版や試用版、自分 にとって不要なアプリが大量にプリインストールされて場合があり ます。これらのプリインストールされたアプリはブロートウェア (Bloatware)と呼ばれ、メモリーやディスクの空き容量を浪費し たり、パソコンの動作速度の低下を招いてしまいます。しかし大量 のブロートウェアの中で、どれが必要でどれが不要なのか分から ない場合があります。

このような時に役立つのが「Should I Remove It?」です。

「Should I Remove It?」を起動すると、パソコンにインストールされているすべてのアプリが 「Removal %(削除率)」に従い一覧表示されます。この削除率が高ければ高いほど、そのアプリ は多くの人がアンインストールされていることを意味します。つまり、多くの人にとって不要なアプリ であると判断できます。5 段階の「Rating(評価)」を参考にしながら、自分にとって不要であるか どうか判断しましょう。

以上