

# Windows 10

## 高速化設定(実用編)

### 講習内容

#### 1. Windows10 の高速化設定

発行：2021.10.28 (作成 持田)

改版：2023.08.02 (作成 持田)

枚方市シルバー人材センター

# ★Windows10を高速化にする設定★

(Windows10を初期設定のままで、使用していませんか?)

サクサク動いてストレスのないパソコン生活を送りましょう！！

1, スタートメニューを左クリックし**設定**を開く

- ① 「システム」の”電源とスリープ”で電源の追加設定
- ② 「システム」の”詳細設定”の”起動と回復”でシステムログの設定
- ③ 「システム」の”パフォーマンスの変更”でアニメーションなしに設定
- ④ 「デバイス」“自動再生”の設定
- ⑤ 「アプリ」の“スタートアップ”の削減設定
- ⑥ 「検索」“Windows 検索”のオフ設定
- ⑦ 「プライバシー」の“アクティビティ”と“履歴”の設定
- ⑧ 「プライバシー」の“バックグラウンドアプリ”の削減設定
- ⑨ 「更新とセキュリティ」の“Windows Update”の通知設定

2, スタートメニューを左クリックし**コントロールパネル**を開く

- ① “インターネットオプション”の設定(履歴消去及び削減、詳細設定にて終了時に消去)

3, Microsoft Edge の設定

- ① “プライバシーの履歴の消去”の削減設定

4, Cドライブの最適化の設定

- ① プロパティのツールから“解析”の“最適化”を実行(時間がかかるので暇な時に実施)
- ① “デフラグ”の自動更新を“オフ”に設定
- ② デスククリーニングを実行(Cドライブのプロパティから実施)

5, 空USBメモリー(8GB 以上)を使って Ready Boost の設定(HDDをSSD化)

- ① 空きUSBのプロパティから“Ready Boost”専用に設定

6, CCleaner をインストールする(お掃除ロボ)

- ① オプションの設定で、毎回起動時に自動的にお掃除
- ② 手動でレジストリのお掃除

# ★Windows10 を高速化にする設定★

## 7, HDDをSSDにクローン化した後に交換する

- ① Cドライブの最適化メニュー又は、タスクマネージャーから確認できる  
HDD:ハードディスク(機械動作)  
SSD:ソリッドステート(半導体)

## その他

### 1, 古い不要なアプリケーションの削除

- ① Windows システムツールから“コントロールパネル”を表示する
- ② “プログラムと機能”からアンインストール(削除)する

## メモ欄

1. 市販の有料セキュリティソフトは不要。
2. 市販のセキュリティソフトがOS更新の妨げになる場合がある。
3. SSDはクローンが簡単なランセンド製がおすすめ。
4. WiFi(無線 LAN)機器に接続の LAN ケーブルを BELDEN に交換する。
5. プリンターケーブルを“unibrain”に交換する。
6. 変な動作時には、Shift キーを、押しながらシャットダウンをする。
7. 自身のパソコンの性能を確認しておく。(設定→システム→詳細情報)
8. たまには、Shift キーを、押しながらシャットダウンをする。
9. マイクロソフトの毎月の更新を確認しておく。(毎月第 2 水曜日に配布)

# Windows 10

## トラブル対応(実用編)

### 講習内容

#### 1. Windows10 のトラブル対応

発行: 2021.10.28 (作成 持田)

改版: 2023.06.10 (作成 持田)

枚方市シルバー人材センター

# ★Windows10 のトラブル対応★

## ●マウスポインタの色と大きさを変えて見やすくしておく

- ① win10 設定で「デバイス」を選択する
- ② "マウス"を選択する
- ③ "マウスとカーソルのサイズを調整する"を選択する
- ④ ポインタの“大きさ”を変更する
- ⑤ 色を”カスタム”で”金色に設定する

## メモ欄

### ★設定で解決できる症状★

1. 今見ている画面の文字が、小さい又は大きい。(Ctrl+マウス)
2. 毎回インターネット(Web)の画面が、小さい又は大きい。(Edge外観設定)
3. 毎回全体的に画面が、小さい又は大きい。(ディスプレイ設定)
4. WiFiに接続できなくなった。(タスクバーの地球儀アイコンで設定)
5. ファイルの拡張子が、表示されない。(エクスプローラ表示設定)
6. アプリをアンインストールしても、削除されない。(コントロールパネルで削除)
7. しばらくすると画面が勝手に消える。(電源とスリープ設定)
8. タスクバーに不要なアイコンができた。(タスクバーを右クリックで設定)
9. USBを挿入しても表示が変わらない。(自動再生の設定)
10. スマホの写真をパソコンに移したいが画面が出てこない。(USB接続設定)
11. Windows10 の立上り時間が長い。(高速化設定/HDDをSSDに交換)
12. 全体的にもっさりしてて動作が遅い。(市販のセキュリティソフトを削除)
13. ネットを見ていたら警告が出た。(Cntrl+Alt+Delete で再起動)

# ★Windows10 のトラブル対応★

## 1, 少しでも調子が悪い場合

- ① Windows PowerShell(管理者)から `sfc /scannow` を実行する。
- ② 次に、`DISM.exe /Online /Cleanup-image /Restorehealth` を実行する。
- ③ “Shift釦”を押しながら“シャットダウン”をする。

## 2, OSの更新がたまっているしまったく調子が悪いが、まだwebが活着ている場合

- ① Webの“win10 ダウロード”から、アップグレードする。  
(アップグレードしても、保存されていたデータは消えずに引継がれる)  
◆それでも復旧しない場合は、ドライバーやBIOSの更新を試してみる。  
(その他、古いアプリを削除し、レジストリの掃除をした後に、1項目を試してみる)
- ② それでも復旧しない場合は、設定のシステムから“高速スタートアップ”のチェックを外して再起動した後に、1項目を試みる。
- ③ タスクマネージャーから、OneDrive や市販のセキュリティソフト、Office その他の古いアプリを一旦停止(タスクの終了)した後に、1項目を試みる。

## 3, ブルースクリーンになって固まって進まない場合

- ① Ctrl+Alt+Delete し、メニューから shift+”再起動”で、ガイドランスから”トラブルシューティング“の詳細オプション”を選択する。  
(反応がない場合は長押しで強制電源OFF後 BIOS から起動を試みる)
- ② ”詳細オプション”をクリックし、詳細オプションメニューから”スタートアップ設定”を選択する。
- ③ 再び再起動後、任意の項目番号を選択していろいろ試す。  
(最初に一番効果のある、”(7)ドライバー署名の強制を無効にする”を選択する。)
- ④ 他の項目も試してWebが復旧したら2項目のアップグレードを実行する。

## 4, 1~3項目を実行しても復旧しない場合の最後の手段

- ① ”win10 インストーラーUSB”から、win10 をクリーンインストールする。  
(保存されていたデータは全て消去されるので要注意！)

## 5, ハードディスク(HDD)自体が故障の場合は、SSDに交換する。

- ① SSDに交換後、”win10 インストーラーUSB”から、win10 をインストールする。

## その他

### 1, win10のユーザーアカウント表示の変更

- ① コントロールパネルを表示する
- ② ”セキュリティとメンテナンス”を選択する
- ③ ”ユーザーアカウント制御設定の変更”をクリックする
- ④ ”通知しない”に設定変更する

# 偽警告画面の対処方法

## 1, Microsoft の偽警告表示例

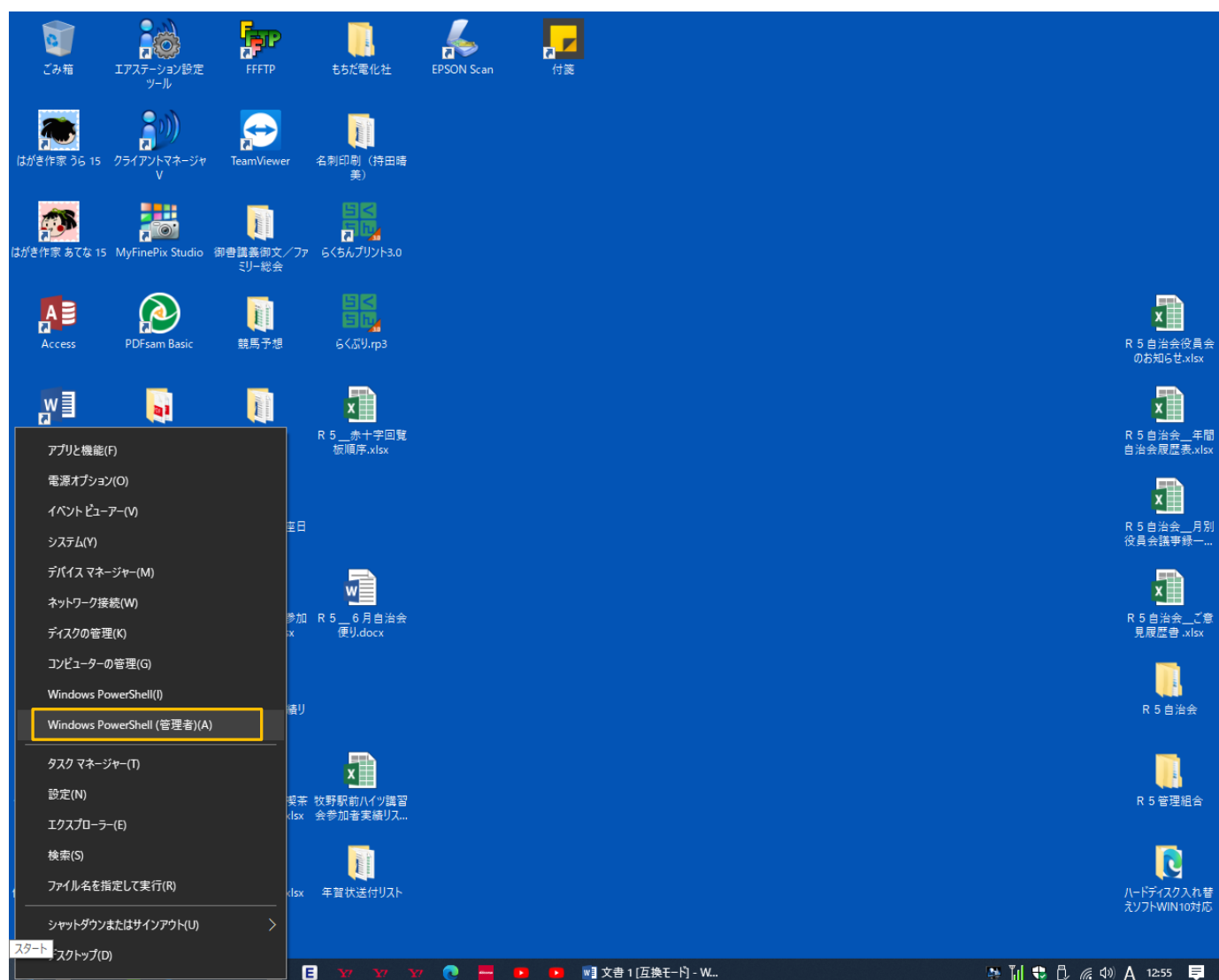


パソコンを使っていると、突然けたたましい音が鳴り響き、画面が一面警告だらけになる。これが「サポート詐欺」画面だ Photo by Satoshi Yamato [拡大画像表示](#)

**注)この時、マウスのクリックや、キー操作をしてはいけません！  
電話もしてはいけません！**

- ①キーボードの Ctrl + Alt + Delete を押す。
- ②右下の、電源アイコンから再起動を選択する。
- ③プログラムチェック(Sfc /Scan)をする。
- ④ウイルスチェック(Windows セキュリティ)をする。
- ⑤最後に Shift+シャットダウンをする。

## 2, コマンドコマンドでプログラムチェックを行う。

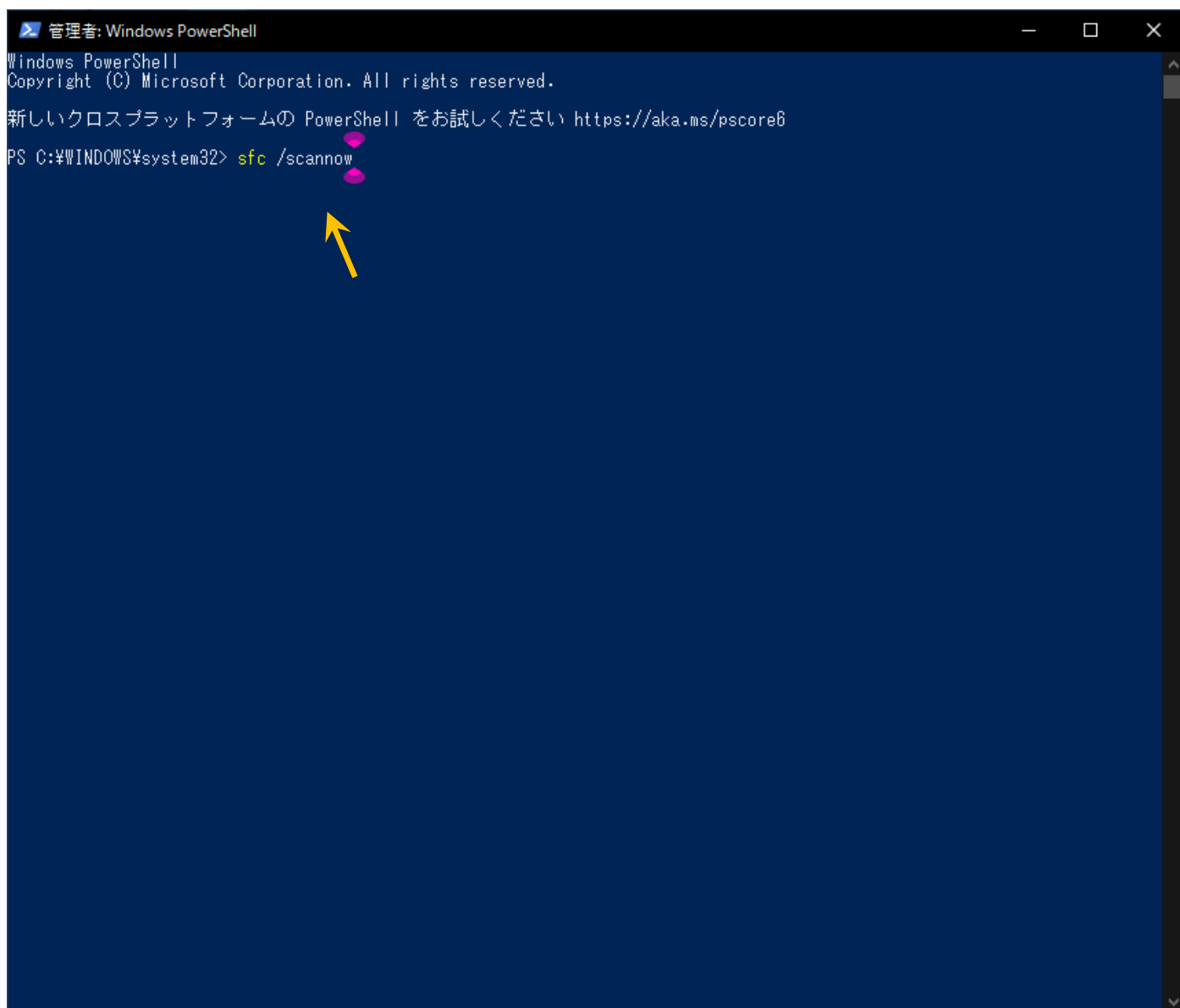


①スタートを右クリックする。

②Windows PowerShell(管理者権限)を左クリックする。



3, キー入力で `sfc /scannow` と打ち込む。



```
管理: Windows PowerShell
Windows PowerShell
Copyright (C) Microsoft Corporation. All rights reserved.

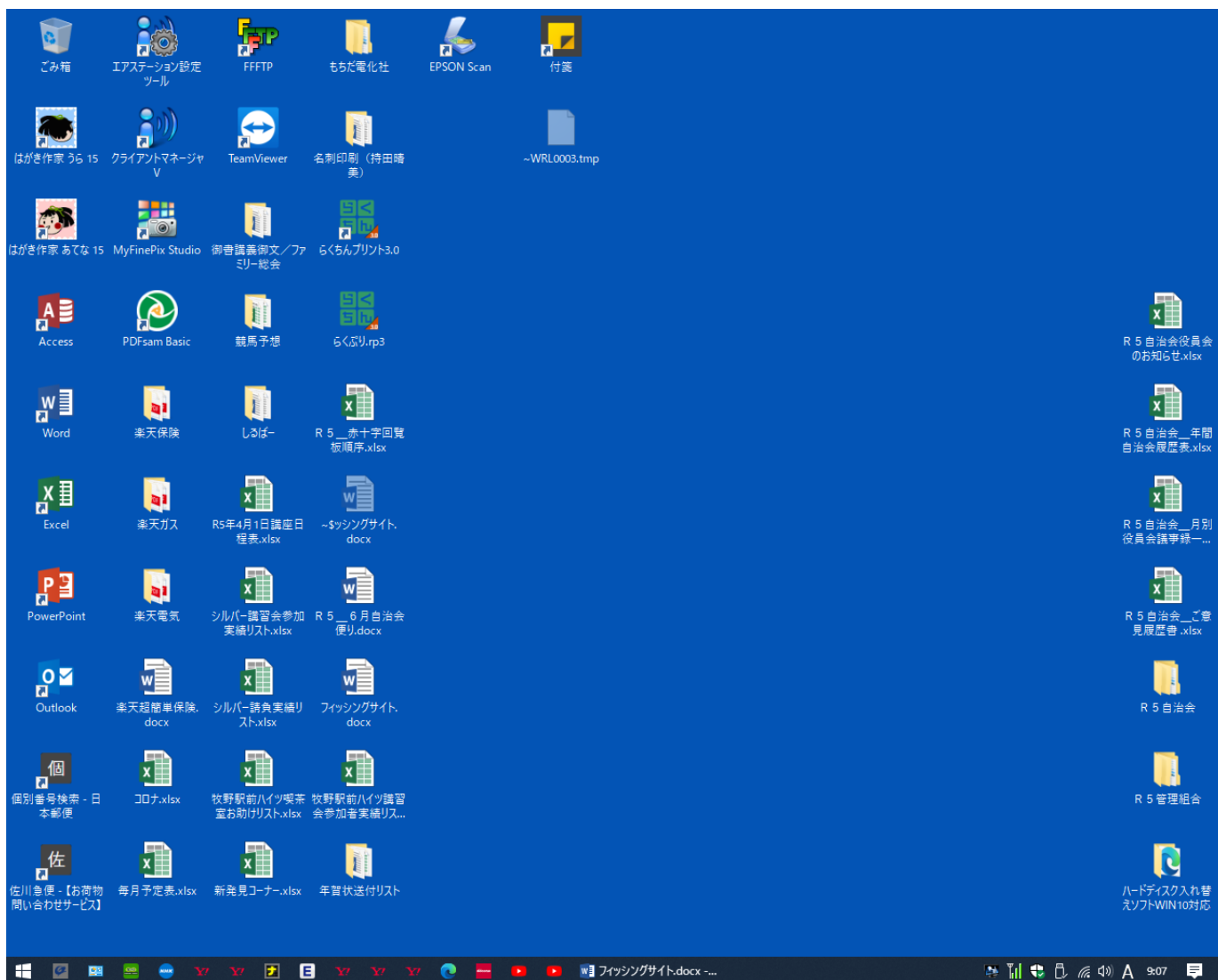
新しいクロスプラットフォームの PowerShell をお試しください https://aka.ms/pscore6
PS C:\WINDOWS\system32> sfc /scannow
```

①チェックがスタートしたら、パーセントが表示される。

②100%になったら終了です。

③異常があった場合は、自動で修復されます。

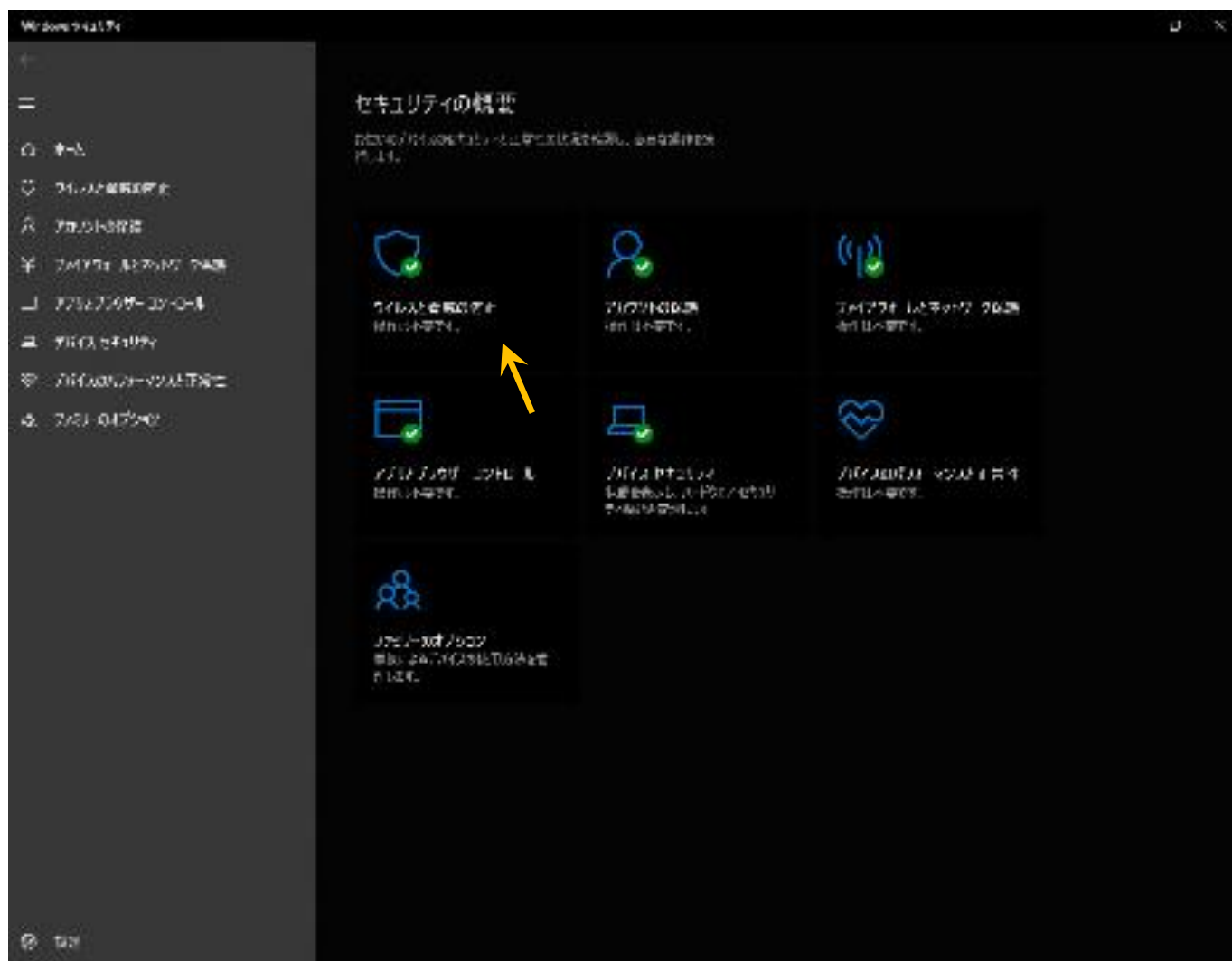
#### 4, デフェンダーでウイルスチェックをします。



①スタート画面右下タスクトレイのデフェンダーアイコンを左クリックして  
デフェンダーメニュー画面を表示する。

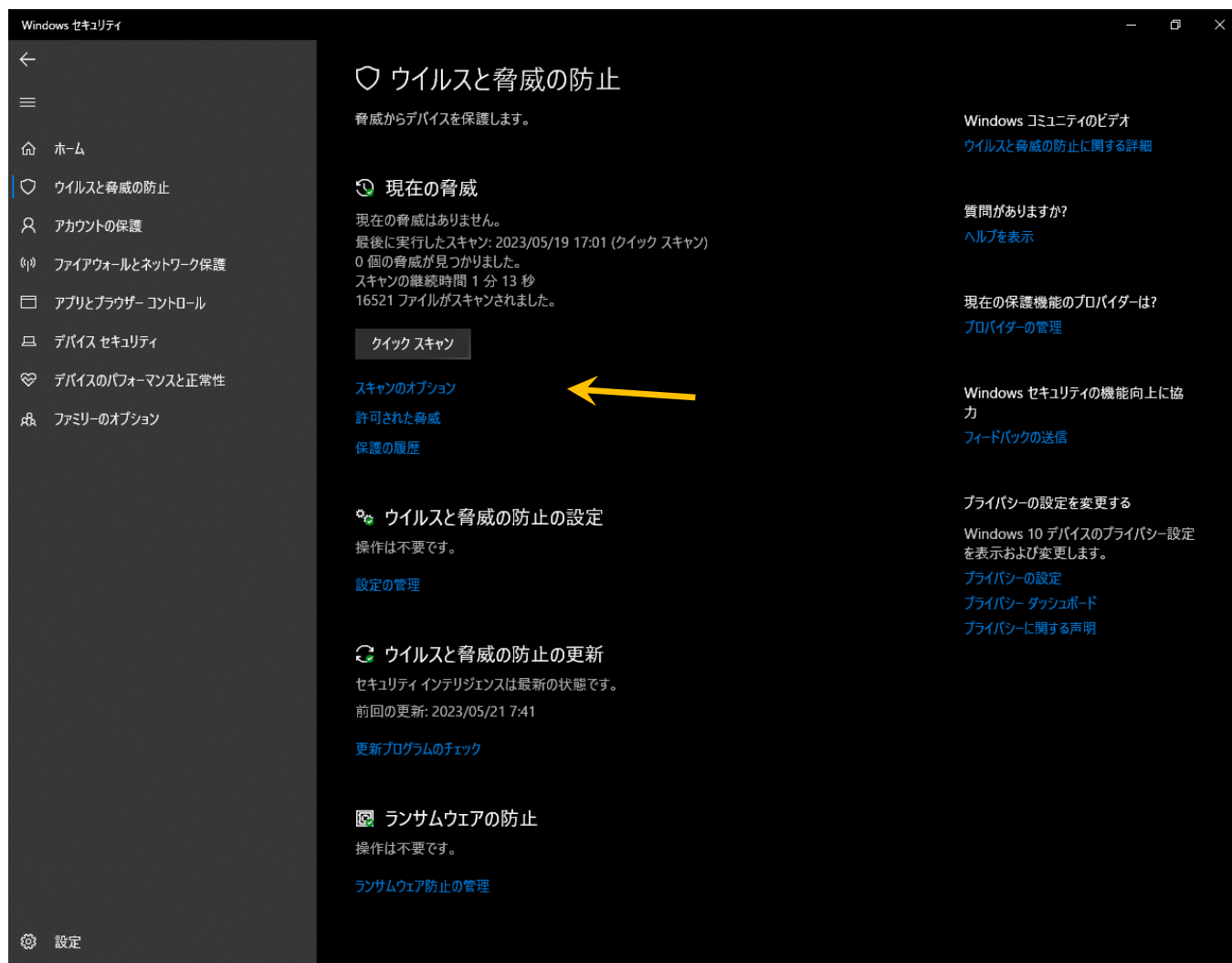
。

## 5, デフェンダーメニュー



①メニューから、“ウイルスと脅威の防止”を選択する。

## 6, 次のメニューから



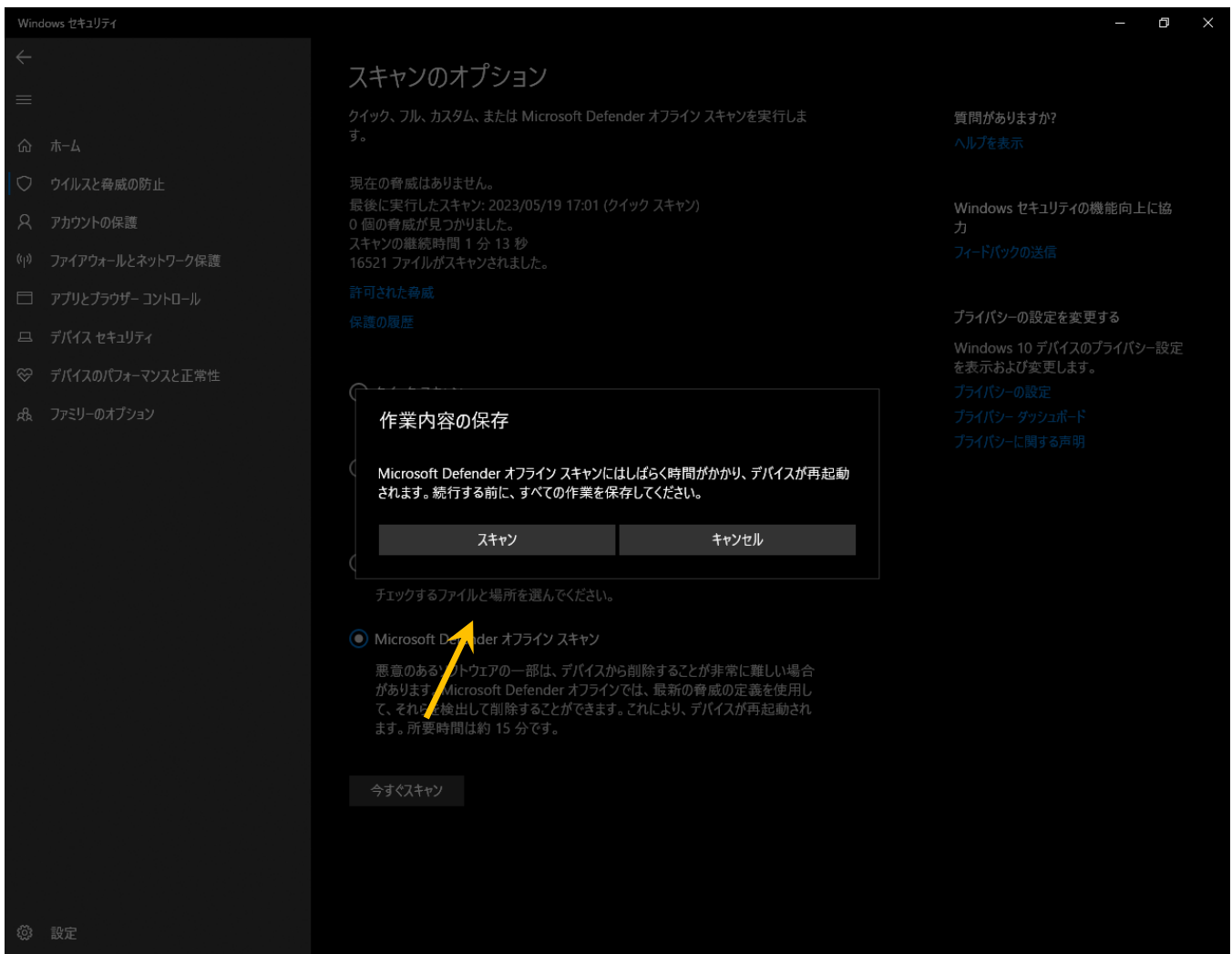
① “スキャンのオプション”！を選択する。

## 7, 次のメニューから



①“Microsoft Defender オフライン スキャン”を選択する。

## 8, 次の画面から



① “はい” を選択する。

② しばらくすると、自動的に再起動する。

③ ウイルスチェックが終了するとまた自動的に再起動して終わる。