

# PCカフェ（第13回：2024年09月23日）

---

Microsoft 365 あれこれ

（Family版をインストールして、疑問質問や良かった点）

# MICROSOFT 365のポイント

- Microsoft 365（以下Ms365）は、Officeソフトだけではない。OneDriveの存在も大きい。
- Ms365（Office＋OneDrive）は、PCだけでなくスマホでもOK。
  1. クラウド：WEB（ブラウザ）で使用できる・・・他人のパソコンを借りて使用も可能（注意：ゲストモード使用）  
※WebのMs365で作成（編集）したファイルは、OneDriveにのみ保存できる（ダウンロード、アップロードは可能）。
  2. パソコン（Desktopアプリ）で使用できる・・・アプリ（OneDrive、Ms365(Office)）をインストールして使用  
※webアプリよりもデスクトップアプリの方が高度の作業ができる

- OneDriveに新しい機能

正確には、新しい「Windowsバックアップ」アプリにより、OneDriveに保存されるものが（文書・写真など）データだけでなく、アプリやシステム環境も自動保存できるようになった。

「Windowsバックアップ」は、新しいPCへ引越し（スマホの機種変更と同様）する時に便利なアプリ。使用中のPCの復元には物足りない（PCに紐づいたOS・アプリは別途インストールが必要）

- OneDriveの使い方

1. タスクバーの雲のマーク > ⚙ > 設定（同期とバックアップ、OneDriveのアカウント他）
2. スタート（Windowsマーク） > アプリ > Windowsバックアップ

# WINDOWS（標準搭載）のバックアップ

## 1. 新しいPCへの引っ越し用

「Windowsバックアップ」アプリを使用して、backupファイルはOneDriveの保存

## 2. 使用中のPCのバックアップ・復元用

Backupファイルは原則として、外付けHDDに保存することになる

### A) バックアップと復元（Windows7）

- ① （重要）「システムイメージの作成」・・・PCまるごとバックアップ（都度）
- ② バックアップの設定・・・・・・・・システムイメージとデータの自動バックアップ（定期的）

※OneDriveでオンデマンド機能を利用するとファイルはメタデータとなるため、自動バックアップには対応しない。  
メタデータをCopy&Pasteするとデータはクラウドからダウンロードされる。ローカルのOneDriveを外付けHDDへ手動でコピー。

### B) ファイル履歴

（システムイメージは対象外）ファイルはバージョン管理（上書きの修正履歴）まで復元できる（自動でバックアップ）。

※OneDriveでオンデマンド機能を利用するとファイルはメタデータとなるため、自動バックアップには対応しない。

### C) 復元ポイントの作成

Windows Updateやアプリのインストールなどシステムに影響する操作を行う前（PCが正常に動作している）の状態を自動で記憶させる。  
手動で任意にその時点の状態を記憶させることも可能。不具合が発生した場合、正常であった時点を指定して戻ることができる。

## Windows (10・11 共通) のバックアップ機能



コントロールパネルを表示する方法： タスクバーの検索欄に「コントロールパネル」と入力すると表示される。

表示方法はカテゴリー表示にする。

1. ファイル履歴でファイルのバックアップコピーを保存・・・アドレス帳、お気に入り、およびデスクトップに保存されているファイルなどを、自動でバックアップできる機能。定期的にフォルダーがスキャンされ、ファイルの変更を検知した際にバックアップされます。システムは対象外。ファイルのバージョン履歴（上書きなど）もバックアップしてくれる。
2. バックアップと復元 (Windows 7)
  - (ア) バックアップの設定・・・書類などのデータの他に、システムイメージもバックアップ対象。スケジュール管理も可能。
  - (イ) システムイメージの作成・・・PC の丸ごとバックアップをしてくれる。復元はバックアップした PC のみ。

前ページの「バックアップと復元 (Windows7)」をクリックすると、下図に進む。←

(ア) システムイメージの作成←

(イ) バックアップの設定←

←

←

←

←

←

←

←

←

←

←

←

←

←

←



PC を購入直後の工場出荷状態に戻すツールに、「リカバリーメディア」(PC メーカーによる) と Windows の「回復ドライブ」がありますが、Windows のセットアップなど最初の設定からやり直す必要があるので面倒です。←

Windows のセットアップや Wi-Fi その他設定を終わり、PC を使える状態にした後で「システムイメージの作成」で PC 丸ごとバックアップをする方が便利だと思います。PC 丸ごととは文書ファイルなどのデータ及び自分で追加したアプリなども含まれますので、半年または 1 年に 1 度「システムイメージの作成」でバックアップをしておく心安心です。←

(二重三重の安全のため、リカバリーメディア、回復ドライブもあった方が良いでしょう) ←