1. Windows Update

「スタート」 →「すべてのプログラム」 →「Windows Update」 あとは、Web のウィザードに従っていくと最新版をインストールできます。



2. ディスククリーンアップ

「スタート」 →「すべてのプログラム」 →「アクセサリ」 →「システムツール」 → 「ディスク クリーンアップ」

ドライブの選択 ? 🔀	
ディスククリーンアップを実行するドライブを指定してください。	クリーンアップする
	ドライブを選びます
(OK) 終7⊗	(通常 C ドライブ)
	このとられ両面がまこされ
「イスク クリーンアラフ (い)に作成される空き領域を計算しています。数分	このよりな画面が衣小され
計算中 (=== キャンセル	(ここでは何もしません)
スキャン中: 古いファイルの圧縮	※結構時間がかかります
。ディスク クリーンアップ - (C:) 🕐 🗙	3
ディスク クリーン / 詳細オブション / ディスク クリーンアップを実行すると (C)の空き領域が	
2,428,469 KB 増加します。 削除するファイル(E):	
 ✓ 33オフライン Web ページ ✓ 4 Microsoft エラー報告の一時ファイル 1 KB 	数値の入っている 全ての
 № 10 Office セットアップ ファイル	ファイルにチェックを入れ、
説明 特定のページを表示したときにインターネットから自動的にダウンロードされる。	OKします。
Retwork コンドロールや Java アフレアにく9。とれらなントントレイス500 [Downloaded Program Files] フォルダに一時的に保存されます。	
ファイルの表示(公)	
OK ++>セル	
ィスク クリーンアップ - (C:) 🔟	
3 これらの操作を実行しますか?	「はい」を押します。
ィスク クリーンアゥプ 🔀 ,	のようか画面が表示されます
💰 このコンピュータにある不要なファイルを整理しています。	
ドライブ (0)をクリーンアップ中 キャンセル	(ここては内ひしよと///) ※ は 株時間がかかります
リーンアップ中: 古いファイルの圧縮	☆№1再时间バババりよ 9

※上の画面が(自動的に)閉じれば、終了です。

3. デフラグ ※スクリーンセーバーや自動電源オフ等の設定は解除しておきます

「スタート」 →「すべてのプログラム」 →「アクセサリ」 →「システムツール」 → 「ディスク デフラグ」

び ディスク デフラグ ツー。 ファイル(E) 操作(A) ★	ル 転の へルプ(40)				
+ → 🖪 😫					
<u> ポリューム</u> セ	アッションの状態	ファイル システム	容量	空き領域	空き領域の割合 🔷
		NTFS	11.94 GB	11.65 GB	97 %
(G) /* \		FAT	62 MB	60 MB	98 X 🞽
いまたの前のディスカの使	田光堂.				
00100010034775012	JITTON.	_	_	_	
		_	_	-	
最適化の後のディスクの使	用状況	-	-	_	
			3.6		
分析 最	501L -19	停止	1/ボートの	表示	
■ 断片化されたファイル	■ 連続ファイル	■ 移動できないファイ。	↓ □空き領域		
				10	
ぎ ディスタ デフラダ ツー	л				
ファイル(E) 操作(A) ま	表示(⊻) ヘルプ(出)				
⊢ → 🗰 😫					
ポリューム セ	2ッションの状態 1面化中	ファイル システム NTFS	容量 39.05 GB	空き領域 30.92 GB	空き領域の割合 ^ 79.%
= (D;) = (C)		NTFS	11.94 GB	11.65 GB	97 % 98 %
		EAT	02 MB	00 MB	96 %
長遠化の約のディスカの値	5 FF1+P2D-				
現通100mm0091入500度	CHRIANE				
最適化の後のディスクの使	使用状况 :				
分析	5適化 ── 8	特停止 停止	V#-10	D表示	
■ 断片化されたファイル	■ 連続ファイル	■ 移動できないファイ	「ル □空き領域		
(0) 長適化す	Þ 3% ファイルを移着	540 A0001197		1	
CO BOBILT	P.2 0/0 // 1/2 6199				
		STAR			
ティスク テン	フラクツ	ール			<u> 2 🛛</u>
最適化/	が完了しま	もした			
	(C	.)			
			1		
(m)	. 16 1 -		n F	-	
	レポートの	表示(R)		閉じる	©
i linne			<u>ل</u>		

〔ディスク デフラグ〕の画面も閉じ、終了します。