

あと1年使うための パソコン強化術

整理術、USBメモリ、フリーソフト、快速技で
あなたのパソコンはまだまだ使える!

ピーシークラブ

science i



サイエンス・アイ新書

SoftBank Creative



SIS-128

ねん つか きょう か じゅつ

あと1年使うためのパソコン強化術

あなたのパソコンはまだまだ使える!

2009年 8月24日 初版第1刷発行

印刷・製本 図書印刷株式会社

SoftBank Creative

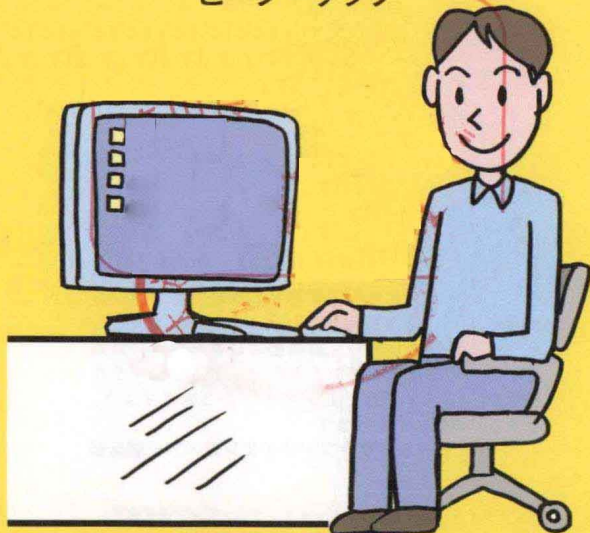


あと1年使うための パソコン強化術

学院図書館
書庫

整理術、USBメモリ、フリーソフト、快速技で
あなたのパソコンはまだまだ使える!

ピーシークラブ



【お断り】

本書で取り上げたフリーソフトやテクニックに関しましては、刊行前に編集部で十分な検証を行っております。ただ、お使いのパソコンにインストールされているソフトや周辺機器との相性で、トラブルが発生する可能性も皆無ではありません。万が一、トラブルが発生しても、編集部では責任を負いかねますので、本書でも書いたとおり、大事なデータなどはバックアップして実践していただきますよう、よろしくお願いいたします

ピーシークラブ／サイエンス・アイ編集部

本文デザイン・アートディレクション：クニメディア株式会社

カバー・本文イラスト：あしはらたいじ

はじめに

いま、みなさんが使っているパソコンは購入してから何年経っていますか？ 多くの人が3～4年、なかには5年以上という人もいます。そしてパソコンに搭載されているOSは、ほとんどの人がWindowsXPではないでしょうか。そうでないと、この「あと1年使うため」というタイトルの本書を手取ることはなかったと思います。

しかし、パソコンは10年以上使える冷蔵庫や洗濯機とは違い、製品サイクルが速く、快適に使えるのは長くてもせいぜい5年くらいでしょう。でも、だからといってパソコンは高価なので、気軽に買い替えるわけにはいきません。ましてや先の見えないこの不況の中、買い替えることはますます難しくなっています。

しかしながら、パソコンは使う時間が長くなるほど動作が重くなっていくもの。少しでも長く使い続けたいと思っても、購入時に比べると明らかにパソコンの動作は重くなっていて、それにストレスを感じている人も多いはずです。ムダなお金は使いたくないけれど、このままでは使うたびにストレスがたまってしまう……。ひどい悪循環です。

本書はそんなパソコンユーザーのために、お金を使わず「あと1年パソコンを使うためのテクニック」を紹介しています。具体的には、ハードディスクの中身を掃除したり、フリーソフトを使って操作性を高めたり、さらには小手先のショートカット技を駆使して体感速度を向上するというものです。本書で紹介するフリーソフトには、ムダなメモリの使用量を削減するものや、ハードディスクの寿命を測定するものまで、役に立つツールを数多く紹介しています。

タイトルこそ「あと1年使う」とうたっていますが、それはあくまでも目安。性能と状態がよければ、1年どころか、2年でも3年でも使い続けられるでしょう。とにかく「最低でも1年は使い続けて、出費をできるだけ抑えるよう」というのが本書の目的です。少しでも長くパソコンを使えば、ムダな出費が抑えられるだけでなく、試行錯誤を重ねることで自分自身のスキルアップにもつながります。

また、今年の10月にはWindowsVistaに続く最新OS「Windows7」の発売が控えていますが、いまのパソコンがまだ使える状態なら、すぐに買い替えるのは考えものです。新OSはしばらく様子を見てから判断しても遅くないでしょう。

さて本書では、いま使っているパソコンを強化し、長もちさせるための方法を5つの章に分けて紹介していきます。

第1章では、パソコンを軽くするための具体的なやり方を見ていきます。いますぐ、そしてタダで実行できる「お手軽整理術」を紹介していますので、ぜひ試してみてください

い。この第1章をいくつか実践するだけでも、パフォーマンスは大きく向上するでしょう。

第2章ではUSBメモリを使った強化テクニックを解説します。USBメモリを賢く活用することでハードディスクの負担を減らし、必要なときだけ機能を追加できるようにするのがポイントです。

第3章では、動作が軽くて環境改善に役立つフリーソフトを紹介しています。ファイルを圧縮・解凍するソフトや、デジカメ画像を効率的に管理するソフト、ファイルのバックアップに役立つCD/DVDライティングソフトなど、人気の高い秀逸ソフト10本を取り上げています。

第4章ではパソコンを使ううえでの快速技を見ていきます。ここではパソコンの動作を速くするのではなく、自分自身の能力を高めることが速さを実感するという、いわば逆転の発想です。パソコンを快適に操作するためのテクニックをマスターしましょう。

そして第5章では、最新OSであるWindows7について紹介しています。Windows7の概要だけでなく、導入に関するメリット・デメリット、WindowsXPやWindowsVistaとの速度比較なども検証していますので、次の買い替えの参考にしてください。

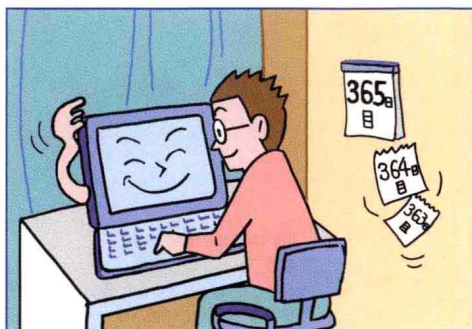
それではさっそく、パソコンが重くなる理由や、軽くするための手段を確認していきましょう。

2009年8月 ピーシークラブ

あと1年使うためのパソコン強化術

CONTENTS

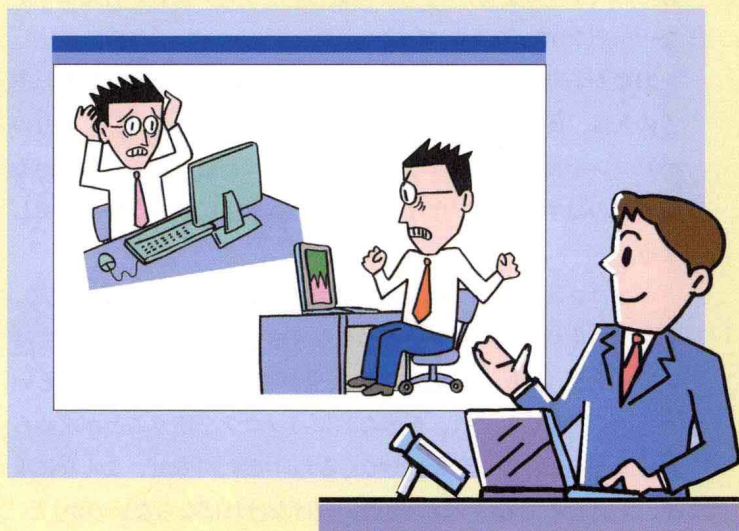
はじめに	3
序章	パソコンが“重たくなる”って どういうこと？ 9
	誰もが一度は口にする「最近、～になった」 という文句 10
	パソコンが重たくなる、の正しい意味は？ 12
第1章	整理術でパソコンは ここまでよみがえる！ 21
	いますぐ“遅い”を改善！
	実践その1
	なにはともあれデスクトップを片づける 22
	実践その2
	デザインよりもパフォーマンス優先で 26
	実践その3
	壁紙を表示しなければせめて画像は軽くする 30
	実践その4
	一度に複数のことをせずシンプルに使う 32
	実践その5
	使わないソフトはいますぐ削除！ 36
	実践その6
	バックアップこそ快適環境への近道 40
	実践その7
	セキュリティソフトは最新バージョンで 46
	実践その8
	Windowsの再インストールは最終手段 50
第2章	USBメモリで必要なときだけ 機能強化！ 55
	USBメモリを使ったパソコン強化術とは 56
	USBメモリに入れられるソフトを見きわめる 58
	OpenOffice Portableを USBメモリに入れて使う 60
	Firefox Portableを USBメモリに入れて使う 64
	もち歩くからこそ、 セキュリティ対策はしっかり！ 68



第3章	フリーソフトで軽くて快適な パソコン環境を実現！	73
	フリーソフトは厳選して使うのがベスト	74
	インターネット時代に欠かせない 圧縮・解凍ソフト「+Lhaca」	76
	レタッチ機能を装備した 軽快な画像閲覧ソフト「ViX」	80
	画像ファイルを瞬時に小さくするソフト 「縮小専用。」	92
	バックアップなどのコピー時間を 大幅に短縮！「FastCopy」	96
	バックアップに役立つ 書き込みソフト「CDBurnerXP」	102
	ホームページやブログ、ビジネスで 重宝するFTPソフト「FFFTP」	108
	ハードディスクのコンディションを監視する 「HDDlife フリー版」	112
	不要なデータを削除してメモリ不足を解消！ 「めもりークリーナー」	118
	文字入力に特化した動作の軽い テキスト入力ソフト「TeraPad」	126
	印刷できるものならなんでもPDFに変換 「PrimoPDF 日本語版」	132
第4章	快速技でパソコンの操作が こんなに軽くなる！	139
	パソコン操作が“軽い”と感じる 使い方を覚える	140
	コピーと貼りつけを1秒で行う基本技	142
	ドラッグ&ドロップでファイルを 複製する方法	144

思いのままに追加できる	
複数ファイルの選択術	146
ドラッグよりもはるかに速い全選択の技	148
誤操作を瞬時にリカバリーするテクニック	150
目的の単語をあっという間に探す方法	152
目からウロコのインターネット快適閲覧法	154
非力なパソコンをサポートする	
ページ先読み術	156
並べ替えを活用してすばやくメールを	
片づけよう	158
時間のムダをなくす迷惑メール撲滅作戦	160
文字のスタイル設定はキー操作がポイント	162
変更しすぎた書式を完全にクリアする技	164
郵便番号だけで住所入力する方法	166
わからない言葉を一瞬で調べる超便利機能	168
転ばぬ先のファイル保存術	170
マウスだけでできる連続コピー法	172
真上のセルを一発でコピー＆貼りつける技	174
行と列の追加・削除をすばやく行う方法	176
同じ作業を繰り返せる便利なキー	178
セルの大きさを簡単一発調整	180
第5章 Windows7に乗り換えるべきか	
どうか？	183
シリーズ最新OSのWindows7とは	184
Windows7に用意されるのは	
5つのエディション	186
Windows7にするメリットとは？	190
最新の周辺機器と省電力への対応	192
Windows7の便利機能をチェック	194
ウィンドウをゆするとウィンドウが最小化	196
Windows7にするデメリットはあるのか？	198
各Windowsシリーズの速度を検証	200
Windows7に乗り換えるタイミングは？	202
索引	204

《序章》

パソコンが“重たくなる”って
どういうこと？

パソコンに対する不満の最たるものに、「最近、パソコンが重たくなった気がする」というのがあります。では、この“重たくなる”というのはどういう状態なのでしょう。買い替えを考えるきっかけとなるこの動作が、実はふだんのパソコンの使い方にあることを、この序章で学んでください。

誰もが一度は口にする 「最近、～なった」という文句



「最近、パソコンの動作が重くなったような気がする」「最近、画面がよくフリーズするようになった」「最近、エラーメッセージがひんぱんにでるようになった」など、「最近、～なった」という文句は、パソコンを使い続けていると、誰もがかならず口にします。そしてお決まりの文句、「そろそろ新しいパソコンに買い替えようかな……」につながるわけです。

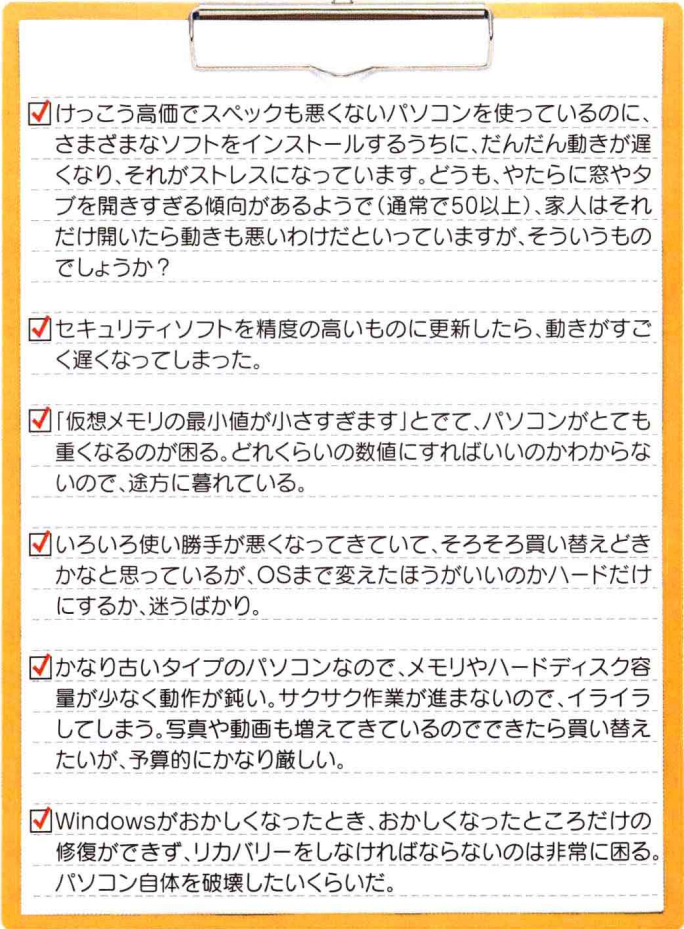
お金があり余っている人なら、それもいいでしょう。しかし多くの人は、買い替えたくても買い替えられない派。つまり、1台のパソコンを長く使い続けることを家計的に、暗に要求されている派の人のはず。そうでなければ、この本を手にとらなかったでしょう。

パソコンはいまや、テレビや冷蔵庫、電子レンジなどと同じく、私たちの生活に欠かせないものになりました。なくても生きてはいけませんが、あれば100倍楽しい人生が送れるのが、パソコンというもの。また会社では、^{いやおう}否応なしにパソコンを使うことが求められます。だからこそ不満がでてくるわけです。「なぜ、こんなに重く、不具合のでるパソコンを使い続けなければならないのか」と。

この本をつくるにあたり、ソフトバンク クリエイティブのリサーチシステム「AQUINET (アキュトネット)」を使って調査してみたところ、多くの人が同じ不満を抱えていることがわかりました。図0-1は、代表的な不満を並べたもの。気持ちは十分わかります。そして買い替えられない事情も、よくわかりました。家庭でも会社でも、不景気の真ただ中では、新しいパソコンの買い替えには、きわめて渋い顔をするもの。であれば、仕方がありま

せん。いま、与えられているパソコンを、少しでも長く使い続けられるよう工夫するしかないのです。

図0-1 パソコンに対するさまざまな不満

- 
- ☒ けっこう高価でスペックも悪くないパソコンを使っているのに、さまざまなソフトをインストールするうちに、だんだん動きが遅くなり、それがストレスになっています。どうも、やたらに窓やタブを開きすぎる傾向があるようで（通常で50以上）、家人はそれだけ開いたら動きも悪いわけだといっていますが、そういうものでしょうか？
 - ☒ セキュリティソフトを精度の高いものに更新したら、動きがすごく遅くなってしまった。
 - ☒ 「仮想メモリの最小値が小さすぎます」とでて、パソコンがとても重くなるのが困る。どれくらいの数値にすればいいのかわからないので、途方に暮れている。
 - ☒ いろいろ使い勝手が悪くなってきていて、そろそろ買い替えどころかなと思っているが、OSまで変えたほうがいいのかハードだけにするか、迷うばかり。
 - ☒ かなり古いタイプのパソコンなので、メモリやハードディスク容量が少なく動作が鈍い。サクサク作業が進まないの、イライラしてしまう。写真や動画も増えてきているのでできれば買い替えたいが、予算的にかなり厳しい。
 - ☒ Windowsがおかしくなったとき、おかしくなったところだけの修復ができず、リカバリーをしなければならないのは非常に困る。パソコン自体を破壊したいくらいだ。

AQUTNET（2008年10月16日～2008年10月28日実施、有効回答数3691人）

パソコンが重たくなる、 の正しい意味は？



さて、ここで質問です。「パソコンとは、重くなるものでしょうか?」。「変なことを聞くなあ」と思う人が多いでしょうが、ここから入る理由はちゃんとあります。なぜなら、“重くなる”の意味を正しく理解していない人が、意外なほど多いからです。

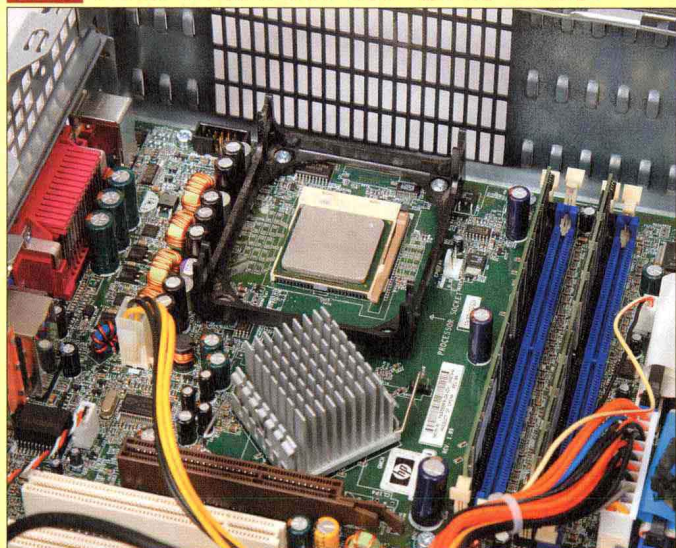
パソコンは、マザーボードと呼ばれる基盤に、CPUやメモリ、そのほか多数のチップが載っています。そしてこの基盤にハードディスクやDVD-ROMドライブなどがつながれているわけです (図0-2)。ここまでがハードの部分。そしてソフトの部分として、ハードディスクにインストールされたOSのWindowsや数々のソフトがあります。

しかしパソコンは、こうした構造を知らなくても使うことができます。だからこそ多くの人が、すべてをまとめてパソコンと呼んでいるのです。

では、CPUは使い続けているうちに、重くなるのでしょうか。重くなるという表現は変ですね。遅くなる、としましょう。答えは、どんなに長く使い続けても、CPUが遅くなることはありません。それは、メモリやマザーボードに載った多数のチップも同じです。CPUは通常、処理速度という言葉で性能が表されますが、処理速度が3年後に10%ダウン、5年後に20%ダウン……となることはありません。CPUの処理速度は、3年後も5年後も、そして10年後も、まったく同じです。そしてこれらのチップは、強い衝撃を加えて物理的に破壊しないかぎり、壊れません。とはいえ機械ですから、数十年も経つと、ハンダづけしている部分などが劣化して動作しなくなることはあるでしょうが。

では、どこが遅くなるのでしょうか。ハードディスク？ いえ、厳密には違います。確かにハードディスクは、CPUやメモリと比べると、明らかな消耗品です。なにしろハードディスクの内部では、ヘッドを動かしてデータの読み書きをするという機械的な作業を行っています。物理的に動作する部分があれば、壊れるのは道理。そしていつ壊れるかも、わかりません。購入してすぐに壊れることもあれば、5年以上なんの問題もなく動作し続ける場合もあります。パソコンの中でいちばん壊れやすいのが、このハードディスクという機械です。しかし、1年も経たずに壊れることはあっても、この1年の間に極端に遅くなることは、まずありません。もちろん、何年も使い続けていれば少しずつ遅くなっていくのもハードディスクがもつ宿命です。

図0-2 パソコンの中身。CPUやメモリが“遅くなる”ことはない





パソコンが“遅い”と感じる理由として、メモリの容量不足は確かにあります。もちろん、購入時にWindowsがサクサクと動いていたのであれば、メモリは十分な容量が搭載されていたのでしょう。最初から“遅い”と感じていたのであれば、メモリの容量が明らかに少なかったのです。

パソコンを少しでも長く使い続けたいと考えているのなら、メモリだけはお金をかける必要があります。たとえばWindowsXPでは、最低でも512Mバイトの容量がなくてははいけません。WindowsVistaであれば、最低でも1Gバイト以上。できればWindowsXPなら1Gバイト、WindowsVistaなら2Gバイトまで増設しておきたいものです。パソコンによって搭載できるメモリ容量には上限がありますから、増設できないこともあるでしょう。ただ、メモリを増設するためのスロットが空いているのなら、対応メモリが安いときに買っておくべきです。なぜならメモリは、供給量が増えるとどんどん価格が下がりますが、供給量が減って品薄になってくると、価格がどんどん上がってきます。実際、数年前に主流だった規格の512Mバイトのメモリより、いま主流の規格の2Gバイトのメモリのほうが安く買えたりするのです。これがメモリという商品の特徴で、買い時を逃すと、結果的に高くついてしまうこともあります。

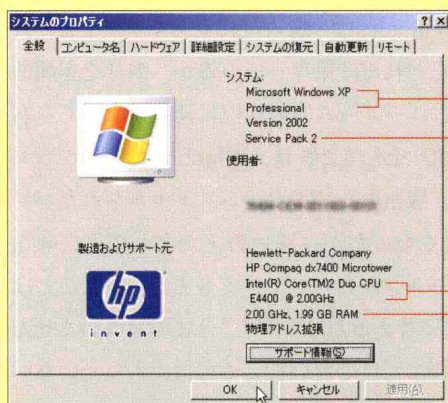
メモリの容量を調べるのはとても簡単です。「スタートメニュー」から「コントロールパネル」を開き、その中にある「システム」をダブルクリックします（WindowsVistaの場合は「システムとメンテナンス」→「システム」）。すると「システムのプロパティ」が開き、OSの種類やCPUの種類とともに、搭載されているメモリ容量が表示されます（**図0-3**）。

とはいえ、あと1年しか使わないのであれば、メモリ容量が足り

なくてもガマンするのがいいかもしれません。パソコンを購入して3年以上経っていれば、前述したとおり、対応メモリが高騰している可能性があります。とりあえずインターネットで価格を調べてみて、財布の中身と相談してみましょ。あと少しお金を足して最新の安いパソコンが買えるのであれば、基本的にガマンするのが吉です。なお、メモリを購入する際には、自分のパソコンに増設するための空きスロットがあるかどうか確認してください。

図0-3 OSやメモリの確認方法

コントロールパネルを開いたら「システム」をダブルクリックして「システムのプロパティ」画面を開く



OSの種類

サービスパックの適用状況

CPUの種類と性能
メモリの容量

ここでOSの種類やサービスパックの適用状況、CPUの種類と性能、メモリの容量などがわかる