



いるか塾資料  
No.2015-4-21  
発行 2015-4-21  
小林利治



## ディスクデフラグ (ファイルの整理・最適化)

ディスククリーンアップ、チェックディスクと来たら、最後にディスクデフラグです。ディスクデフラグとは、ハードディスクの中のデータを整理し最適化することです。

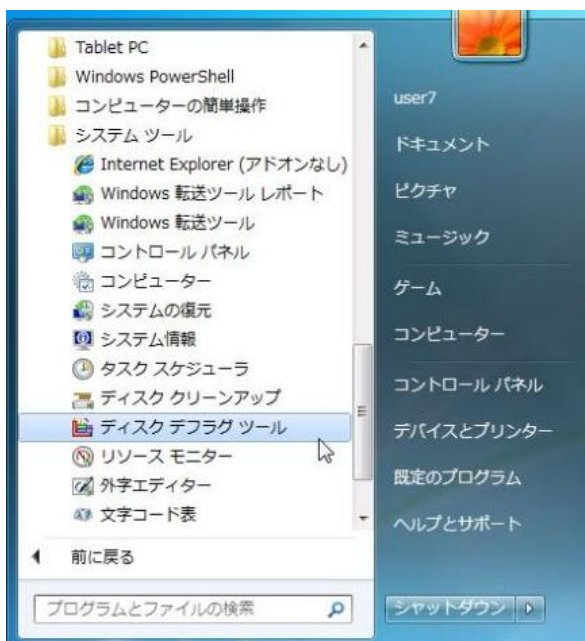
ディスクデフラグは多少慎重に行う必要があります。ハードディスクのアクセスが頻繁に行われるからです。デフラグ時の代表的な注意点として下記のことをよく言われています。

- ・ディスククリーンアップ、スキャンディスクの後に実行するのが望ましい
- ・停電の可能性 (落雷、ブレーカーが落ちる) のある時は、デフラグは実行しない
- ・実行中のプログラムはできるだけ停止する
- ・デフラグするドライブの空き領域は、15%以上確保する

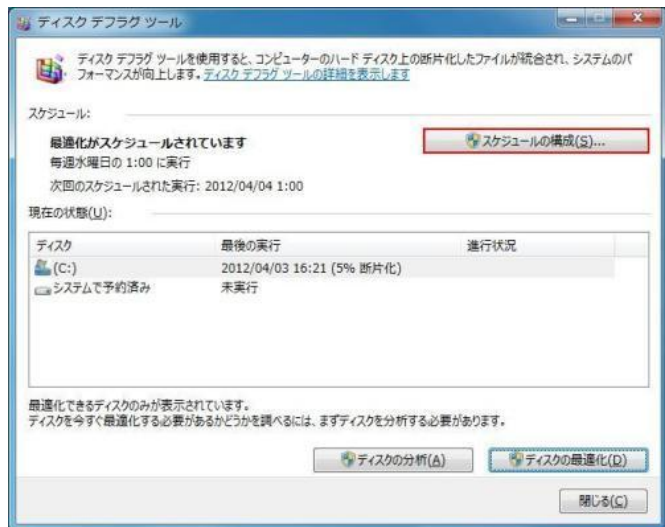
デフラグを行うと、ハードディスクの読み込み速度が回復したり、安定動作にも繋がります。ひいては長持ちにも関係します。

## Windows 7 でのやり方

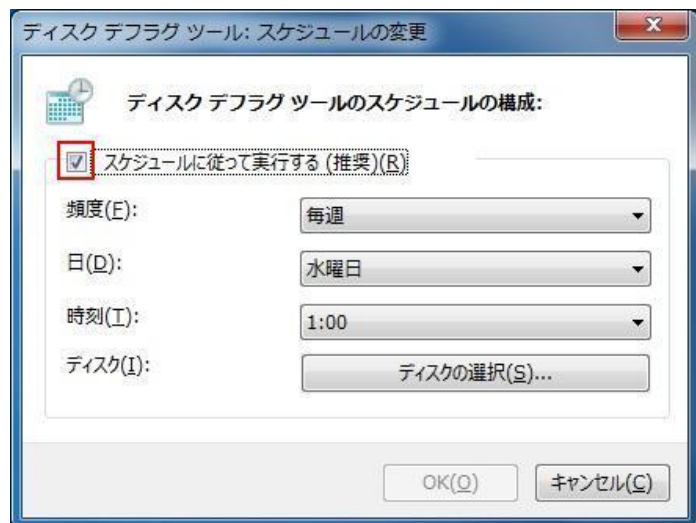
左下スタート→すべてのプログラム→アクセサリ→システムツール→ディスクデフラグと進みます。



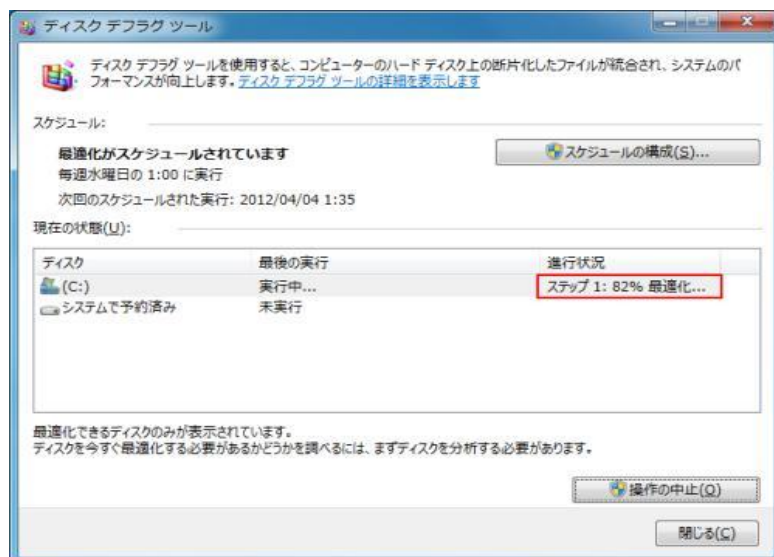
ディスクデフラグ ツールが起動します。Windows 7 ではデフォルトではディスクデフラグがスケジュールとして設定されています。スケジュールの間隔を設定する場合は、スケジュールの変更をクリックします。



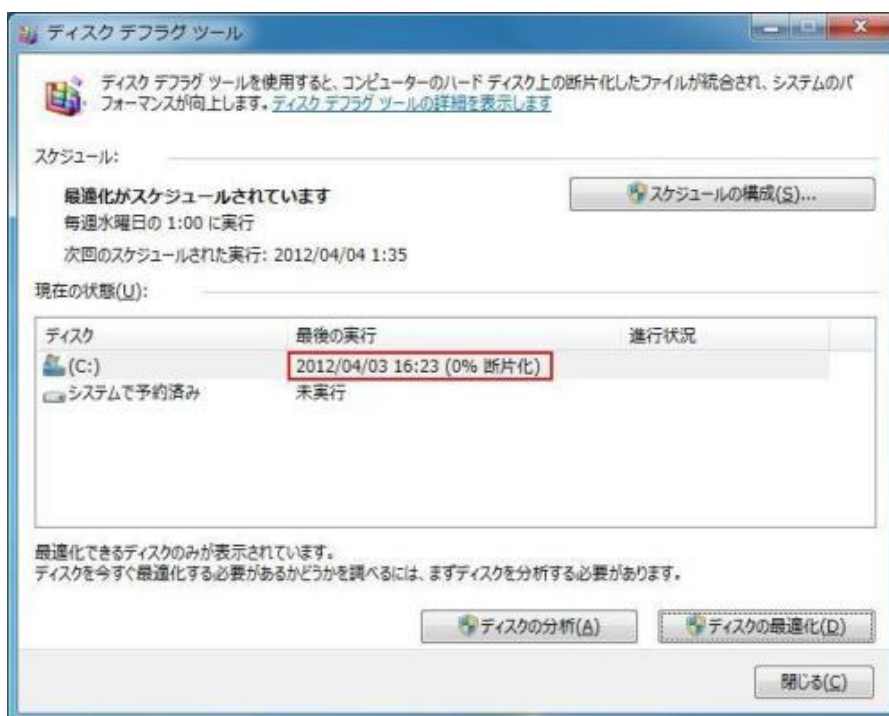
スケジュールの間隔を設定できます。スケジュールの設定を行わない場合はチェックを外します。（このままで可）



デフラグを行う場合は、ディスクの最適化をクリックします。



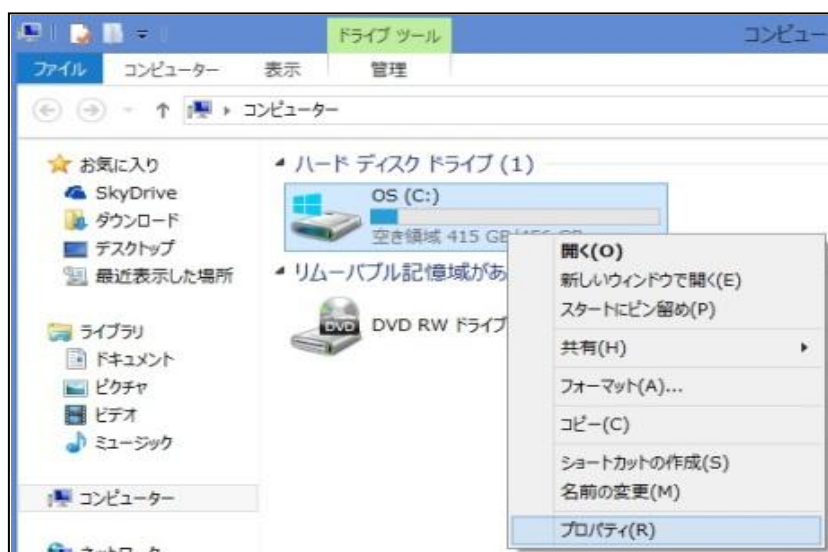
デフラグが終わったらこの画面になります。



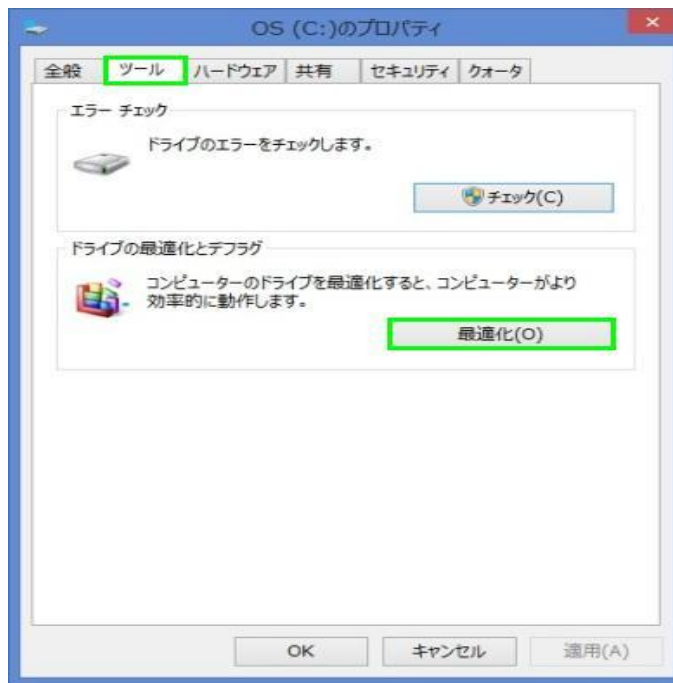
Windows 8 でのやり方も XP、Vista、7 とほとんど同じです。

コンピューターを開いて、デフラグしたいドライブを右クリック→プロパティ。

コンピューターが見当たらないときは キーボード左下の Windows キーを押しながら E。



デフラグ・最適化を選びます。



分析か最適化を選びます。スケジュール設定を行うこともできます（このままで可）



**\*\*参考**

**Q&A**

Q.パソコンのリカバリー後は、デフラグはすべきですか？リカバリーするとファイルの断片化はないのでしょうか？

A.リカバリー後もファイルは断片化された状態になっています。ただし半年間や1年間使用した後のように極端に断片化しているわけではありません。完璧を期すならリカバリー後にデフラグをするのも一定の効果はあります。

Q.どのくらいの頻度で行うべきですか？

A.デフラグはHDDに負荷がかかるため、デフラグしすぎることもかえってよくありません。3,4ヶ月に一度ぐらいでいいでしょう。速度がそれほど遅いと感じられないなら半年～1年に一度ぐらいでもいいかと思います。

