

## バックアップについて

『バックアップをしたいが何をどうすれば良いか分からない』と云う書き込みが良くあります。30分講座でも、また、折に触れバックアップについて説明しており、個別にも説明してきておりますが「バックアップしました」と云う人は殆どいないのが実態ですので、バックアップに深く関係する全体を説明します。

バックアップは何故必要か、それは機械は何時か故障するものですから、そのことへの備えであることは誰もが理解していると思います。ところが、パソコンの不調には色々な状態があり、その状態に応じて必要なものを事前準備することによって、快適にパソコンを使えるようになるのであって、バックアップはその必要なものの一つに過ぎないと云うことをまず知って欲しいと思います。

そして、新しいパソコンにはどんどん新しい機能が追加されてきて、従来のバックアップと云う方法が主力ではなくなってきた傾向もありますから、これからも新しい機能に注視しておきたいと思います。

この資料を読んで、パソコン不調時に備えておく対策、バックアップ対象を何にするか、どこに保存するのか（入れ物の準備）、どれを使うか、作業を円滑に進めるためのツール（ソフト）の準備、それらを全て揃えた段階で実際にどうするのか指導員に相談して下さい。パソコンにトラブル・不調はつきものです、パソコンを快適状態で継続使用するためにはどうしても必要なことですから、こむづかしい内容になっていると思いますが最後まで読んで下さい。

### <パソコン不調時に備えておく対策>

一般的なバックアップは『無くなっては困るものを事前に別場所にも保存しておいて、パソコンが壊れた時等に備える』ことですが、パソコンが不調になったときに一番最初にしなければならないことは、元の状態に戻すことです。バックアップは必要ですが、元の状態に戻すことに役立つものではありませんから、その前に最初にやっておかなければならないことがあります。

一つは「リカバリーディスクの作成」、二つ目は「システム修復ディスクの作成」です。

PCのハードディスクが壊れ取り替えた時やウィルスに侵入されどうしようもなくなった時に、PCを購入時点の状態に戻すときに必要となるのが「リカバリーディスク」です。10年前まではPCに付いてきたのですが、現在は利用者が自分で作成しなければならなくなっています。PCショップでも提供はあるようですが結構な値段がするようですから、是非、自分で作成して下さい。

PCによってやりかたが違いますからここで説明することは出来ませんが、購入したPCの内部機能を使って作成出来るものです。PCの取説に載っていますからそれを参照して下さい。通常、DVD4枚程度は必要なようですが、PC画面に全て指示が出てきますから難しいことはありません。

二つ目の「システム修復ディスク」はハードのトラブルではない原因でシステムが起動出来なくなった時に各種の回復を行ったり、後述する最も効果のあるバックアップである「パソコン丸ごとイメージファイル」から復元するために必要なものです。尚、これは

Windows7 から必要になってきたもので、『システム修復ディスクの作成』としてHPの資料の中に載せています。これも簡単ですぐに終わりますから是非実行しておいて下さい。

## <バックアップ対象を何にするか>

本題のバックアップですが、PCが壊れて取り出せなくなって困るものが無ければバックアップを考える必要はありません。取り出せなくなって困るものを保存しておくのですから、一般的には次のようなものでしょう。(個人差はあります)。

- ①写真 (一般的にはピクチャの中)
- ②個人作成文書 (一般的にはドキュメントの中)
- ③音楽 (一般的にはミュージックの中)
- ④メールアカウント
- ⑤メール文書
- ⑥アドレス帳
- ⑦住所録
- ⑧お気に入り

Word,Excel と云った OfficeSoft は購入時点で CD が付いてきているのが一般的ですからバックアップ対象外になります。また、IT ふたば会の手順書はネットから何時でも入手出来るし、会で使用したソフトはフリーソフトですからこれも何時でも入手出来ますからバックアップ対象外になります。

そう考えるとバックアップ対象は案外少ないと思いませんか。写真は既に CD や DVD に保存している人も居るでしょうし、④⑤⑥⑧にはそれぞれエクスポートと云う機能が付いていますからワン操作でバックアップ出来ます。

## <最近が一番調子の良かった状態に戻すことが出来る機能が付いている>

上記項目のバックアップの前にもう一つ考えておきたいことがあります。それは、パソコンが不調状態になったときには元に戻したい訳ですが、その元とはどんな状態でしょうか。パソコンを入手してから上記 8 項目は当然のこととして、ソフトインストールからデスクトップ上のアイコン配置から色んなことに手を加えていますね。購入時点の状態に戻したいのではなく、**最近の一番調子の良かった状態に戻したい**と云うことではないでしょうか。

Windows7 からは**パソコンを丸ごと保存出来る機能**が標準装備されました。イメージファイル保存と云ってます。初期状態に戻すリカバリーと違って『保存した時の状態に全てを戻す』ですから保存していた写真や文書、メール文書、インストールしたソフト、更新データ全てが一気に保存時の状態に復元されますから、すぐに以前のように使えるようになります。

ウィルスに侵された時でも、間違っってデータやソフトを削除してしまった時でも、それが丸ごと保存されていればその保存状態にすぐに元に戻せます。実に便利な機能です。HDD を交換した場合でも使えます。Vista では上位機種限定でしたが Win7 からはどの機種でも標準装備になっていますから是非利用して下さい。

## <どこに保存するのか（入れ物の準備）>

パソコンを丸ごと保存は最も有効なバックアップですがパソコンを丸ごと保存することから大きな入れ物『外付けハードディスク(HDD)』を必要とします。500GB のもので8千円程度でしょうか。

これを高いと思うならばパソコン丸ごと保存は諦めて、項目ごとのバックアップを選ぶことになりませんが、バックアップは一度やれば良いと云うことではなく、データが更新される都度（実際は定期的）に行う必要がありますから、差分保存が出来て且つ容量の大きい HDD があったほうが便利です。

ところが上記丸ごと保存しておけば全てOKかと云うとそうでもありません。この丸ごとイメージ保存と云うのは復元するときも丸ごとでであって、保存した中身を個別に見たり取り出したりすることが出来ないようになっていきます。従って、写真やビデオの長期保存はそれとは別の保存方式をとっておく必要があります。

## <私のバックアップの構成>

話がややこしくなってきたと思いますので、ここで私のバックアップ構成を説明します（私個人のやりかたであって理想型と云うものではありません）。

BACKUP-1-：パソコン丸ごと保存（外付けハードディスク）

BACKUP-2-：前頁①～⑧、その他の保存（外付けハードディスク）

BACKUP-3-：PC 容量を減らすために古い写真・ビデオの移動（以前は DVD、現在はブルーレイディスク）

BACKUP-4-：ネット購入ソフトの保存（ブルーレイディスク）----はがき作家など CD がないもの

BACKUP-1-と-2-は1～2ヶ月ごとに更新。BACKUP-3-は2～3年単位に作成。将来的にはこれにクラウドを加えて、我が家が無くなってもデータだけは残るようにするつもりです。

## <作業を円滑に進めるためのツール（ソフト）の準備>

外付け HDD も揃えていよいよバックアップに入るとして、上記 BACKUP-1-は Windows の標準機能を使うので数回クリックすれば済みますが、BACKUP-2-は保存元を選んで保存先を選んだと、毎回行わなければならない大変です。その負担を減らして一回設定すればワンクリックで全てを行ってくれるのがバックアップソフトです。

[Backup](#)：完全日本語表記、シンプルさが特徴

[BunBackUp](#)：バックアップソフトの定番とも云える古くからあるソフト

[FastCopy](#)：高速コピー

いずれも評判の良いフリーソフトです。DR先リンクを貼ってますから、そこから入手して下さい。リンク先には使用方法の記述もあり、印刷しておくとも良いですね。

バックアップソフトを使おうとすると馴染みのない言葉が出てきますので説明しておきます。

保存元（バックアップ元）：パソコン

保存先（バックアップ先）：外付け HDD

差分バックアップ：2回目以降のバックアップにおいて、前回のバックアップ以降に追加されたものや修正されたものだけを保存する仕組み。

同期バックアップ：2回目以降のバックアップにおいて、保存元と保存先の内容を完全一致させる仕組み。保存元に追加されたものは当然保存先にも追加されますが、保存元から削除されたものは保存先からも削除される。鏡と云う意味でミラーリングと呼ぶところもある。

通常、この機能はオプションになっています。データによってはPC側では削除しても残しておきたいものもあるでしょうから、ニーズに合わせて個別設定することです。

バックアップ元の場所：お気に入りやアドレス帳は分かり易い位置にありますますが、メール文書・アカウントと解り難いですね。Win8 の場合は下記になっています。  
C:\ユーザー¥UserName¥AppData¥Local¥Microsoft¥Windows Live Mail フォルダ全部をバックアップ対象にしておくといいでしょう。

## <期待する機能「ファイル履歴保存」>

Windows8 から追加された個人作成データを対象にして自動保存する機能。既定値はドキュメント・ピクチャ・ミュージック・アドレス帳だけですが、ライブラリに追加すればそれらも保存対象になります。

バックアップそのものと云うことで使用してみたのですが、私の場合はまったく機能しませんでした。調べてみるとそのような人は多らしく、パスが長いとか日本語名が使われている場合はダメとかで、それらを修正したならば使えたとの記事もありましたが、日本語表記も長いファイル名も現実には必要であり、それが使えないものは利用価値なしとして放置しています。（GIMP 関係では日本語は使わないとか出来る限り半角英数値は使っていますが、100%半角英数値にはなっていません。また、お気に入りに日本語は当然のことですから）

しかし、これがこのような制約なしに使えるように改善されれば、記録メディアの耐久性を考慮した以外の従来のバックアップ方法は不要になると思いますので、早期に問題解決があることを期待しています。

私がダメだからと云ってみなさんも使えないとは限りませんので、興味のあるかたは下記リンクから使用方法を勉強して下さい。ダウンロードも何も必要なくすごく簡単な操作で、一度設定すればあとは自動で保存してくれるようになる、本来は優れものです。

<http://h10010.www1.hp.com/ewfrf/wc/document?cc=jp&lc=ja&dlc=ja&docname=c03729340>