

11月号

Ginpaso Tushin

銀パソ通信

シルバー人材センターの、安心のパソコン講座

発行

公益社団法人 野州市
シルバー人材センター

シルバー・パソコン班

★ ホームページへ ★

TEL.077-586-2333

〔野州市

シルバー・パソコン班〕

で検索できます。

2023

パソコンが遅くなったと感じていませんか？

「購入時はサクサク動いていたのに段々遅くなった。」「急に遅くなった。」と感じている方がおられるのでは？ 参考までに原因調査と解消方法について記載します。

▶ **遅い原因？**… 遅くなった原因はさまざまです。遅い現象を調べてみましょう。

1. インターネットの立ち上げに時間がかかるようになった。
2. パソコンの起動（スタートアップ）に時間がかかるようになった。
3. すべての動作が遅い。
4. メール等特定のアプリの立ち上げが遅い。
5. 長時間使用していると遅くなる。

などがあげられると思います。

▶ **遅い原因を調査して対処**

1. タスクマネージャーを起動してパフォーマンスを調べる。

Ctrl+Alt+Delete を同時に押してタスクマネージャーを選択または Windows（窓マーク）から右クリックしてタスクマネージャーを選択してタスクマネージャーを起動させます。パフォーマンスを開くと CPU、メモリ、ディスク、Wifi の使用率が表示されています。

☆ **メモリ、CPU使用率が高くなっている場合**

- ①メモリ不足が考えられます。Windows10 以上では8GB以上が望ましいです。
- ②バックグラウンドで動いているアプリで不要なものがあれば「タスクの終了」でアプリを終了できます。ただし、終了しても問題ないアプリか確認したうえで終了させてください。
- ③ゴミやほこりで冷却性能が低下し動作に支障

をきたすことがあります。特にノートパソコンをご利用の場合は、排熱性能（冷却の仕組み）が高くないので熱くなりやすいので、デスクトップパソコンに比べて、熱による動作不良が起きやすいため、こまめにお手入れをするなど注意が必要です。

☆ **パソコン起動に時間がかかるようになった。**

①タスクマネージャーのスタートアップを開き有効になっているアプリを確認し不要なアプリを無効にすることで起動時間が改善されます。

2. インターネットの立ち上げ時間がかかる。

履歴が大量に残っているとブラウザが開くのが遅くなります。

①Microsoft Edge の履歴削除方法

- 画面右上の をクリックして履歴+履歴を選択して履歴画面の閲覧データを選択
- すべての期間を選択して履歴をクリアする。
- 「ブラウザを閉じるたびにクリアするデータを選択」することもできます。

3. すべての動作が遅い

- ①複数のアプリが軌道している場合、使っていないアプリを閉じる。
- ②バックグラウンドで動作している不要アプリを停止させる。

☆ Windows10 の場合「設定」「プライバシー」「バックグラウンドアプリ」からバックグラウンドで実行しなくていいアプリをオフにする。

☆ Windows11 の場合「設定」「アプリ」から不アプリを選択して「詳細オプション」があればバックグラウンドを「常にオフ」に設定する。

③セキュリティアプリが複数インストールされていな



いか確認する。
セキュリティソフトがアプリをダウンロードした時に認識していない状態で一緒にダウンロードされることがあります。

これらの対処で改善されることがあります。

4.メール等特定のアプリが遅い

①Outlook などのメールソフトの場合、1つのフォルダーに大量のメールがあるとフォルダーを開くだけでかなりの時間がかかる事があります。

この場合、階層フォルダーを作成してメールが格納される場所を増やすことで改善されます。

②写真ファイルや動画ファイルを利用することが多い場合は、頻繁に使用しないデータなどは外付

けHDD やUSB メモリ、クラウドストレージなど、外部メディアに移動する癖をつけるとよいと思われます。

▼今回は一部しか紹介できませんでしたが、パソコンの動きが遅くなる理由は様々です。対処方法が解らない方が多いのではと思われます。チョコツと相談室や個別相談に問い合わせただければ、パソコン班のメンバーがサポートします。お気軽に御相談ください。

(NOGAW)

▼問い合わせ先：

野洲市シルバー人材センター

077-586-2333 まで



パソコン講座のご案内

初めてのLINE講座

講師 野殿



スマホにLINEアプリを導入し、基本の使い方をお教えします。

日時：11月22日(水) 9:30～12:00

受講料：¥1,500円 (テキスト代含む)

対象：スマホでLINEアプリを使ってみたい初心者で、スマホを持ち込める方
先着8名、年齢不問。

申込締切：11月10日(金)までに住所、氏名、電話番号を野洲市シルバー人材センターまでお知らせ下さい。



「パソコン・スマホ チョコツと相談室」を開設しています。

パソコンやスマホの操作で、メール、インターネット、ワードやエクセル操作が分からない、動作が遅くなった、どのアプリを使えばいいか、データの整理方法などなど、日頃のお困りごとをご相談ください。(機器の故障等には対応致しません)



参加費

・参加費【一時間限定】… ¥500

・申し込みは事前予約制です。・定員：各2名×3(6名)先着順

・開催日：毎月第2木曜日と第4木曜日 13:30～16:30

※申込時にお名前、住所、電話番号と相談内容をお知らせください。

受講のお申し込み、お問い合わせは
(講座会場は野洲市シルバー人材センターの2階)

TEL 077-586-2333

FAX 077-586-0887

公益社団法人 野洲市シルバー人材センター

