



ライフサイクルに合わせた
情報をお伝えいたします！

第11回（運用編）

『Windows7のバックアップ復元について』

前回Windows7の標準機能である「バックアップと復元」でバックアップ
を取る方法をお伝えしましたが、試された方はいらっしゃいますか？

まだの方は大切なデータを失わないためにも設定しておくことをおすすめ
致します。

また、バックアップを取ったからにはもしもの時に活用したいですね。
今回は取ったバックアップからデータを復元する方法をご説明いたします。

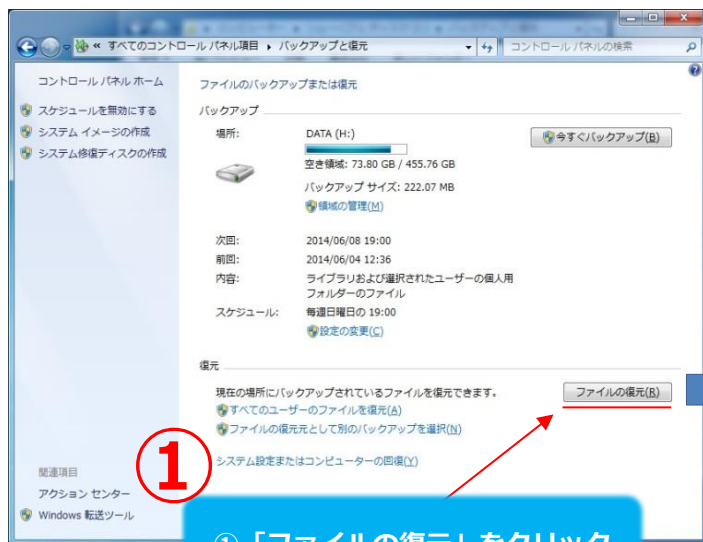


重要なデータをバックアップから復元する方法

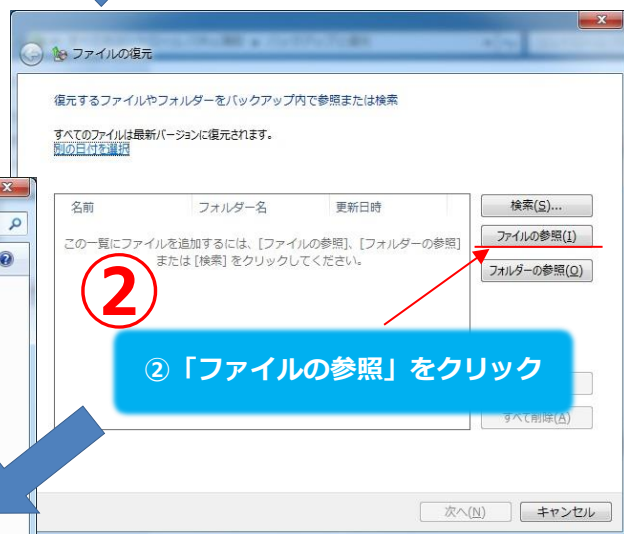
あったはずのファイルが無くなった事はありますか？

そんな時Windows 7のバックアップ機能でバックアップを取ってあれば簡単な
操作で復元する事が出来ます。

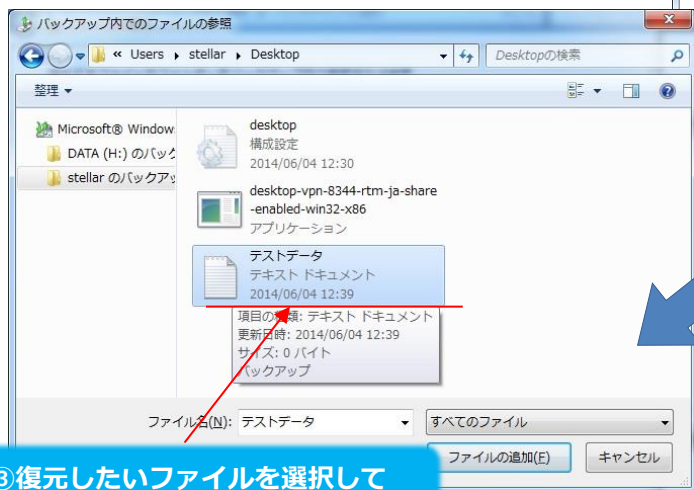
まず、コントロールパネルを開き「バックアップの作成」または「バックアッ
プと復元」をクリックします。



① 「ファイルの復元」をクリック

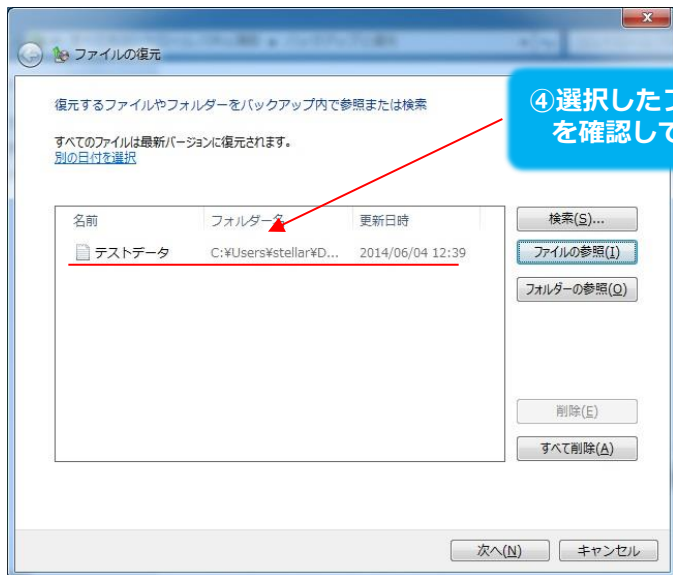


② 「ファイルの参照」をクリック



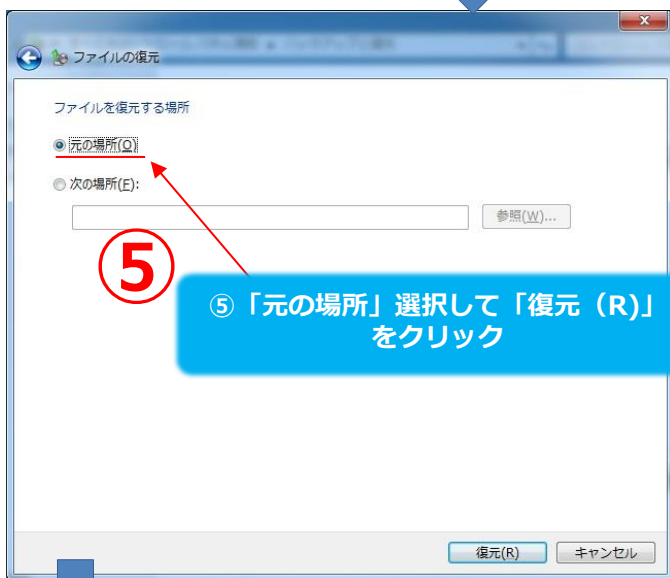
③ 復元したいファイルを選択して
「ファイルの追加 (F)」をクリック

フォルダ丸ごと復元する場合は「フォルダの参照」を
クリックし、次の画面でフォルダを選択し「フォルダ
の追加」をクリックします。



4

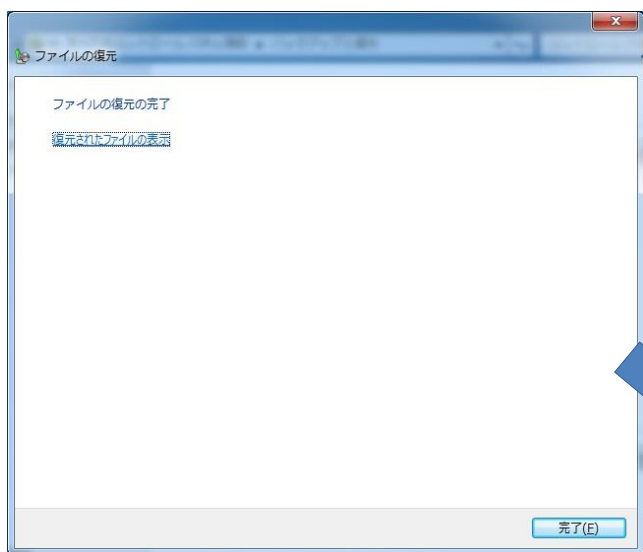
④ 選択したファイルが追加されている事を確認して「次へ (N)」をクリック



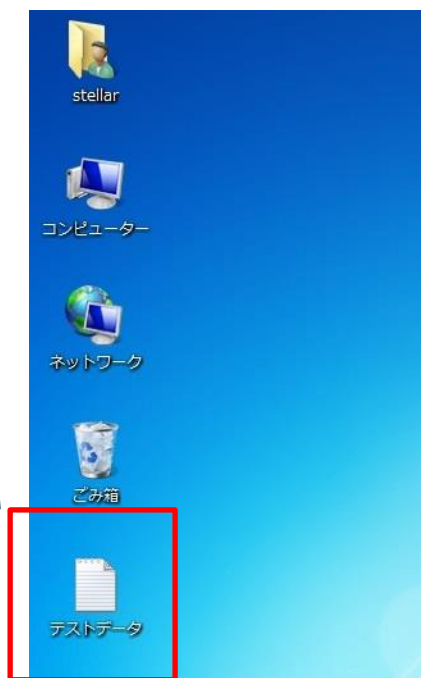
5

⑤ 「元の場所」選択して「復元 (R)」をクリック

元の場所ではなく別の場所に復元したい場合は、「次の場所」を選択して「参照」ボタンをクリックして保存先を決定します。



「ファイルの復元の完了」と表示されたら「完了 (E)」をクリックし、指定した保存先を見てください。



ファイルが復元された！



バックアップ先に指定したハードディスクの中を見ると左のアイコンのファイルが出ていていると思います。このファイルをダブルクリックすると、コントロールパネルを開かずともファイルの復元ウィザードを開くことができます。

また、このファイルを「右クリック」→「開く」とすると日付やバックアップ時刻、データなど階層ごとに構成されていますので、直接ファイルを取り出すこともできます。

ただし、この場合はZIP形式に圧縮されていますので、ほしいデータを見つけることが難しいので注意が必要です。



調子が良いパソコンも、長く使っているとトラブルに見舞われることはあるかと思ひます。突然データがなくなると・・・想像したくありませんが、こまめにバックアップをしていれば安心です。是非この機会にバックアップを実施してみましょう！