

パソコンの休止、スタンバイ、スリープ

パソコンを使用して文書を作成中に、休憩や食事などのために、パソコンから離れなければならないことがあります。その場合「電源を切る」ではなく、「スタンバイ」や「休止状態」にすると、パソコンに戻った際、すぐ起動して作業を続けることができます。

「スタンバイ」:作業中の情報やデータをパソコン内の半導体メモリに保存しておき、その他のデバイスは停止します。保存したメモリ情報を維持するため、メモリの書き換えが自動的に行なわれます。「スタンバイ」中は電力の消費が非常に少なくなり、しかも、作業中の情報がすべて維持されているので、すぐ元の作業状態に戻すことができます。

「休止状態」:作業中の情報やデータをパソコン内のハードディスクメモリに保存しハードディスクや半導体メモリを含めすべてのデバイスを停止します。半導体メモリの書き換えが不要なため、電力の消費はほとんどありません。ハードディスクに記録した情報を読み取って起動するので、パソコンの立ち上げ時間が少し長くなります。「スタンバイ」(または「スリープ」)や「休止状態」にするには、次のようにします。

1. 「スタンバイ」(または「スリープ」)の仕方:

「スタート」「終了オプション」をクリック。
右上図の画面が現れるので「スタンバイ」をマウスで左クリックすると、パソコンの画面が消えて、「スタンバイ」状態になります。



2. 「休止状態」のやりかた:

「スタート」「終了オプション」をクリック。
右上図の画面が現れた状態で「Shift」キーを押すと、右下図のように「スタンバイ」の表示部分が、「休止状態(H)」に変化します。「休止状態」のボタンをマウスクリックすると「スタンバイ」状態になります。

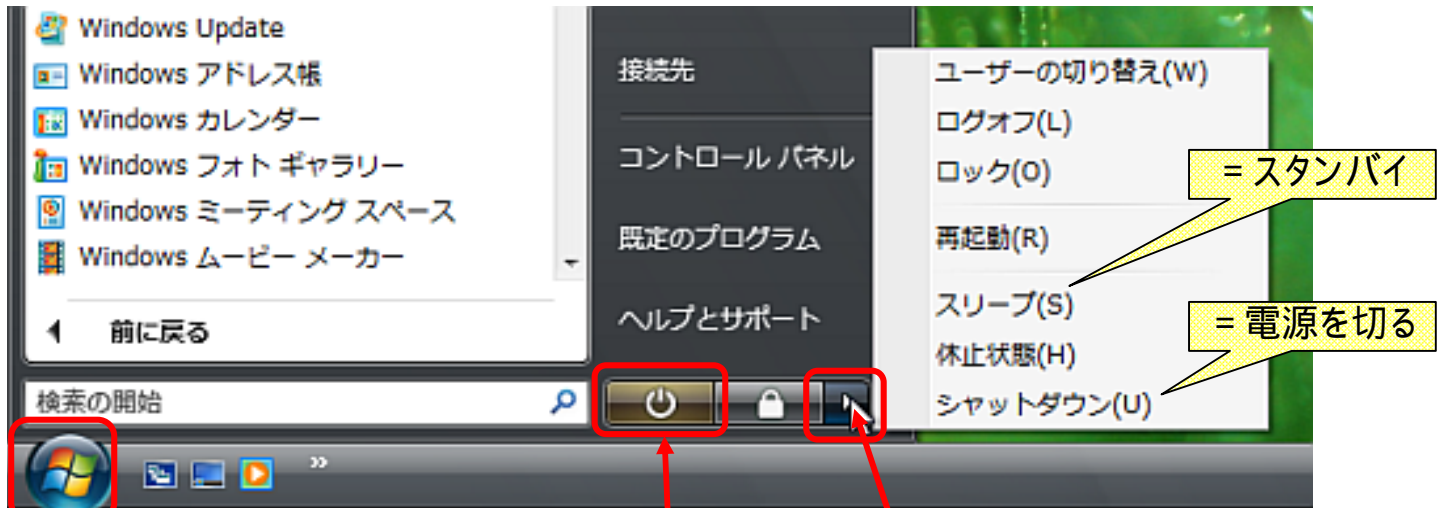


	状態	節電およびバッテリー消耗	PC 起動時間	作業データ	安定性
1	スタンバイ			保持	
2	休止状態			保持	
3	電源を切る		×	消去	

「スタンバイ」や「休止状態」は、ちょっと休憩をとったり、ちょっと家事をするためにパソコン作業を中断する場合に利用すると便利です。「休止状態」は、節電効果が大きいので中断する時間が長い場合や、作業を中断してそのまま他の場所にパソコンを持参してから再び使用するような場合に活用できます。

「スタンバイ」や「休止状態」のパソコンを元に戻すには、パソコン起動用のスイッチ（キー）を押します。中断前のアプリケーション画面がすぐ現れるので、元のパソコン作業を継続して行なうことができます。携帯用パソコンの場合、パソコンを開くだけで起動するものもあります。

< Windows Vistaの場合 > 「スタンバイ」に代わり「スリープ」という表現になります。Windows Vistaではスタートボタンなどデスクトップの様子が少し変わります。



スタートボタン

スリープボタン

終了オプション表示用ボタン

(注: スタートボタンには「スタート」という文字が表示されていません)

下記は「スリープ」や「休止状態」、「シャットダウン」(電源を切る)にする方法です。

1. 「スリープ」のやりかた: 二つの方法があります(下記の または)。
「スタート」「スリープボタン」をクリックします。すぐにパソコンの画面が暗くなり、「スリープ」(スタンバイ)状態になります。
「スリープボタン」にマウスを置くと、「すばやく作業を再開できるように、セッションをメモリに保持してコンピュータを低電力の状態にします」という表示が現れます。
「スタート」をクリックするとすぐ上に表示される「検索の開始」や「スリープボタン」欄の右端の矢印をクリックします。
(終了オプション表示用のボタン)
すると終了オプションの内容が現れます。「スリープ」と書かれた箇所をクリックするとすぐ「スリープ」状態になります。
2. 「休止状態」のやりかた:
「スタート」をクリックするとすぐ上に表示される「検索の開始」や「スリープボタン」の欄の右端の矢印をクリックします。終了オプションの内容が現れるので「休止状態」と書かれた箇所をクリックすると、作業中のパソコン情報をハードディスクに自動保存してから、電源をオフにして「休止状態」になります。
3. 「シャットダウン」(電源を切る): 上記同様に「シャットダウン」をクリックします。