

## 電源オプション

電源オプションは [スタート] ボタンをクリックして表示される『電源』アイコンをクリックし表示される下の図のようなメニューです。



上のメニューのうち『休止状態』は表示されない場合があります。『休止状態』を表示させる方法はのちに説明します。

上のメニューのうち『シャットダウン』と『再起動』についてはよく使用されるので改めて説明をする必要はないと思いますのでここでは『スリープ』と『休止状態』について説明します。

『スリープ』と『休止状態』は作業の中断をするときに使う機能で、シャットダウンのようにパソコンの動作を停止させるのですが、開いているファイルを閉じることもソフトを終了することも必要なく、起動するときには、時間が短く、またすぐソフトを使用することができます。したがって、しばらく（数時間程度）パソコンを使わないときは、『スリープ』または『休止状態』で停止すると次に使い始めるときにすぐパソコンが使えるという利点があります。

『スリープ』と『休止状態』はともに作業を中断をするときに使用するのですが、下表のような違いがあります。

	スリープ (Sleep スリープ)	休止状態 (Hibernate ハイバネート)
中断処理	その時点のメモリー上のデータが維持されたまま、スタンバイ状態（節約モード）になる。	その時点のメモリー上のデータが HDD（もしくは SSD）に書き込まれてシャットダウン状態にする。

復帰処理	すぐにサインインの画面が表示され、サインイン後もすぐに元の状態になる。	いつものように OS が起動する。但し、サインイン後はすぐに元の状態になる。
状態の保存先	メモリー	HDD(もしくは SSD)
中断に掛かる時間	速い	HDD(もしくは SSD)に書き込むため遅い
復帰に掛かる時間	速い	遅い
電源の状態	シャットダウンするわけではない。 メモリーを動作させるために、わずかに電力が使われる (節電モード)。	シャットダウンされた状態 (注)
状態の見分け方	電源ランプが点滅している	電源が切れている (ランプは消灯)
向いている PC タイプ	ノート PC	ノート PC と デスクトップ PC
メリット	中断する際に HDD への書き込みを行わないので、HDD を故障させる確率が低い。	HDD(もしくは SSD)に書き込むため電力供給が途絶えても、データが消えない。
デメリット	スリープの復帰にうまく対応できないデバイスがあったりする。	

注 休止状態の後に OS を起動しても、「システム起動時間」は更新されません。

また、あるデスクトップ PC を [休止状態にしする] → [コンセントを外す] → [しばらくしてコンセントをつなぐ] とした場合、勝手に Windows の起動が始まる場合があります。

上記の表のように『スリープ』は、メモリーに電源を供給する必要があるため少々電力を使用しますが、中断・復帰時間が短いため 1 時間程度の中断に使用するとよいでしょう。

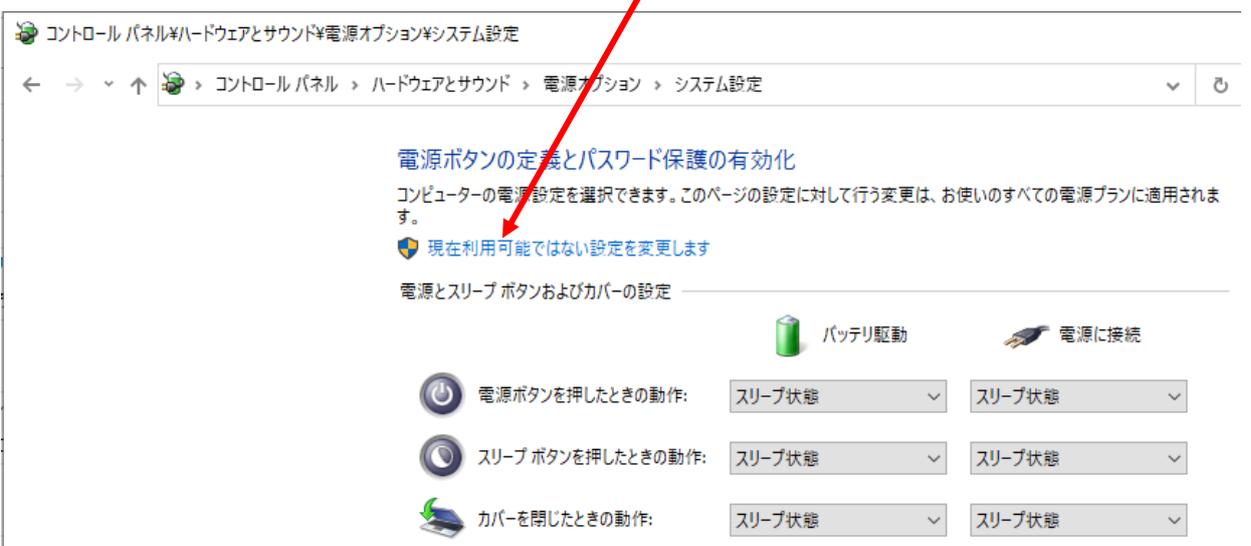
## 電源オプションに『休止状態』を表示させる

電源オプションに『休止状態』を表示させるのは以下の手順です。

1. [スタート] ボタンをクリックし『設定』アイコンをクリックします。
2. 『設定』画面の『システム』をクリックします。
3. 左の柱にある『電源とスリープ』をクリックします。
4. 『電源とスリープ』画面の右にある『関連設定』の下にある『電源の追加設定』をクリックします。
5. 下の『コントロールパネル¥ハードウェアとサウンド¥電源オプション』ボックスが表示されたら、『電源ボタンの動作を選択する』をクリックします。



6. 下の『コントロールパネル¥ハードウェアとサウンド¥電源オプション¥システム設定』ボックスの『現在利用可能ではない設定を変更します』をクリックします。



7. 『シャットダウン設定』の下にある『休止状態』をクリックしてチェックを入れます。

### 電源ボタンの定義とパスワード保護の有効化

コンピューターの電源設定を選択できます。このページの設定に対して行う変更は、お使いのすべての電源プランに適用されます。

#### 電源とスリープ ボタンおよびカバーの設定

	 バッテリー駆動	 電源に接続
 電源ボタンを押したときの動作:	スリープ状態	スリープ状態
 スリープ ボタンを押したときの動作:	スリープ状態	スリープ状態
 カバーを開いたときの動作:	スリープ状態	スリープ状態

#### シャットダウン設定

- 高速スタートアップを有効にする (推奨)  
これにより、シャットダウン後の PC の起動時間が速くなります。再起動は影響を受けません。 [詳細情報](#)
- スリープ  
電源メニューに表示されます。
- 休止状態  
電源メニューに表示されます。
- ロック  
アカウントの画像メニューに表示されます。

8. 下右にある [変更の保存] ボタンをクリックしたあと『コントロールパネル¥ハードウェアとサウンド¥電源オプション』ボックスを閉じたら電源オプションに『休止状態』が表示されます。