



アバスト! バックアップ for Windows ユーザ ガイド

目次

第 1 章 :

アバスト! バックアップ の概要.....	5
-----------------------	---

第 2 章 :

アバスト! バックアップ のインストール.....	7
---------------------------	---

アバスト! バックアップ のダウンロード.....	7
アバスト! バックアップ クライアントのインストール.....	8
セットアップ ウィザードの使用法.....	8
ライセンス キーを使用したサインイン.....	9
ファイルのスキャン.....	9
セットアップ完了.....	10

第 3 章 : [設定] ウィンドウの使用法..... 11

バックアップ セットについて.....	12
バックアップ セットの選択.....	13
バックアップ セットの編集.....	13
カスタム バックアップ セットの作成.....	13
[ファイル システム] タブを使用したバックアップ コンテンツの選択.....	17
Windows エクスプローラによるファイルおよびフォルダの追加.....	18
ネットワーク共有の追加.....	18
ファイルの削除、移動、および名前変更について.....	19
バックアップのスケジュール.....	20
自動バックアップの設定.....	20
バックアップ スケジュールの設定.....	21
バックアップを一時的に中断する.....	22
オプションの設定.....	23
全般オプションの設定.....	23
パフォーマンスの調整.....	24
指定のネットワーク上でのバックアップの禁止.....	25
プロキシ サーバの使用.....	26
[詳細オプション] の設定.....	27
ローカル バックアップについて理解する.....	28
ローカル バックアップの設定.....	29
履歴について.....	30
バックアップおよび リストア 履歴の表示.....	31

第 4 章 : [ステータス] ウィンドウ..... 33

[ステータス] ウィンドウの使用法.....	33
[ステータス] ウィンドウに % 完了を表示する.....	34
どのファイルがバックアップされるが表示する.....	35

第 5 章 : クライアントからのファイルのリストア..... 37

[リストア] タブを使用したファイルのリストア.....	37
VSS リストアの実行.....	39
Microsoft Exchange Server データのリストア.....	39
Active Directory および SYSVOL データのリストア.....	40
Microsoft SQL Server データのリストア.....	41
COM+ のリストア.....	42
レジストリのリストア.....	42

アバスト! バックアップ の仮想ドライブの使用方法.....	43
右クリック リストア.....	43
第 6 章 : ウェブからのファイルのリストア.....	45
アバスト! ウェブ復元 へのログイン.....	45
ウェブからのファイルのリストア.....	45

リストアするファイルの選択.....	46
全ファイルのリストア.....	48
1つのファイルのリストア.....	49
複数ファイルのリストア.....	49
コンピュータから削除したファイルのリストア.....	50
古いバージョンのファイルのリストア.....	51
異なるドライブからのファイルのリストア.....	52
異なるコンピュータからのファイルのリストア.....	53
バックアップ セットのリストア.....	53
参照ページについて.....	54
ファイルの検索.....	55
アバスト! ウェブ復元 を使用するための方法.....	56
リストア ファイルの配布方法の選択.....	57
配布方法の選択.....	58
リストアするファイルの取得.....	58
リストアの詳細を確認できる場所.....	59
アバスト! 復元 マネージャ ー につい	
て.....	60
アバスト! 復元 マネージャ ー	
でのダウンロード.....	60
手動でのファイルのダウンロード.....	61
トラブルシューティング.....	63
バックアップしていない余分なファイルが表示される理由.....	63
第 7 章 : コンピュータの置き換え.....	65
1つのプラットフォームから別のプラットフォームに移行するには、どうしたらよいです か?.....	67
第 8 章 : アカウントのオンライン管理.....	69
オンライン アカウントへのログイン.....	69
ログアウト.....	70
パスワード.....	70
第 9 章 : 国際化.....	71
Windows MUI のインストール.....	71
MS Windows の言語サポート.....	71
ローカライズされている言語.....	72
ログイン時に アバスト! バックアップ オンライン アカウント ページが言語を選択する方 法.....	73
ログイン時に アバスト! バックアップ 管理者コンソールが言語を選択する方 法.....	73
第 10 章 : アバスト! バックアップ のアンインストー ル.....	75
第 11 章 : インストール コマンドライン スイッチ.....	77
第 12 章 : よくある質問.....	79
バックアップにはどのくらい時間がかかりますか?.....	79
初回バックアップにかなりの時間がかかるのはなぜですか?.....	79
バックアップするデータの量.....	79
アップロード速度.....	80
帯域幅をテストできますか?.....	80
アバスト! バックアップ はバックアップするファイルをどのように決めます か?.....	80

第 1 章

アバスト! バックアップ の概要

アバスト!バックアップは、事業のニーズにこたえる安全性および信頼性の高いバックアップソリューションです。ファイルの選択やバックアップのスケジュール設定は、アバスト!バックアップの使いやすいクライアントインターフェイスでカスタマイズできます。アバスト!バックアップバックアップサービスでは、バックアップしたファイルの 30 日間のデータ履歴が保存されます。アバスト!バックアップを使用すれば、ファイルをリストアする必要がある場合 (コンピュータの故障や紛失など) でも、アバスト!バックアップクライアントによりデータを簡単に回復できます。

アバスト!バックアップではデータがローカルで暗号化され、SSL 接続でアバスト!データセンターに送信されます。その後バックアップがアバスト!データセンターで保存され、448 ビット Blowfish または 256 bit AES 暗号化により確実に保護されます。

アバスト!バックアップクライアントのインストールと設定は簡単です。 www.avast.com で登録してクライアントをダウンロードおよびインストールし、バックアップする必要があるファイルを選択するだけで使用を開始できます。

第 2 章

アバスト! バックアップ のインストール

アバスト! バックアップ をインストールするには、次の作業を実行する必要があります。

- アバスト! バックアップ をダウンロードします。詳細については、「[アバスト! バックアップのダウンロード 7 ページの](#)」を参照してください。
- バックアップするファイルのセットを選択し、ファイルの暗号化を設定しながら、アバスト! バックアップ をインストールします。詳細については、「[アバスト! バックアップクライアントのインストール 8 ページの](#)」および「[セットアップウィザードの使用法 8 ページの](#)」を参照してください。
- 初回のバックアップは自動的に開始します。追加設定の詳細については、「[\[設定\] ウィンドウの使用法 11 ページの](#)」を参照してください。


トピック：

- [アバスト! バックアップ のダウンロード](#)
- [アバスト! バックアップ クライアントのインストール](#)
- [セットアップウィザードの使用法](#)

アバスト! バックアップ のダウンロード

任意のコンピュータに アバスト! バックアップ をダウンロードできます。次のような理由で、これが必要になる場合があります。

- 現在バックアップしているコンピューターの アバスト! バックアップ を手動で最新バージョンにアップグレードする。
- アカウントに追加した新しいコンピューターのバックアップを開始する。
- 古いコンピュータが紛失、盗難、または破損した場合に、置換するコンピューターのバックアップを開始する。

 **ヒント：** 使用できなくなったコンピューターに置き換わる新しいコンピューターに アバスト! バックアップ をインストールする前に、古いコンピューターからバックアップされているすべてのファイルをリストアしてください。それには、オンラインアカウントにログインして、ウェブからリストアします。置換するコンピューターが 1 度バックアップされると、新しいコンピューター上に存在していないファイルは、30 日後に アバスト! サーバーから完全に削除するように設定されるため、これはよい方法です。この方法なら、必要なだけ時間をかけて、すべてのファイルが安全に新しいコンピューターにリストアされていることを確認できます。確認できたら、アバスト! バックアップ をインストールして、古いコンピューターを置き換えたこと、およびファイルを引き続きバックアップすることが アバスト! に認識されるようにします。

コンピュータに アバスト! バックアップ をダウンロードするには、次の手順を実行します。

1. ブラウザの [アドレス] バーに「http://files.avast.com/files/backup/avast_backup_setup.exe」と入力し、**Enter** キーを押します。
 2. デスクトップなど、見つけやすい場所にファイルを保存します。
- これで、アバスト! バックアップ をインストールできるようになりました。

アバスト! バックアップ クライアントのインストール

1. アバスト! バックアップ クライアントを保存した場所に移動し、Windows 版 アバスト! バックアップ クライアント実行可能ファイル (ファイル名の末尾が `.exe` のファイル) をダブルクリックします。
- アバスト! バックアップ ウィザードが起動します。

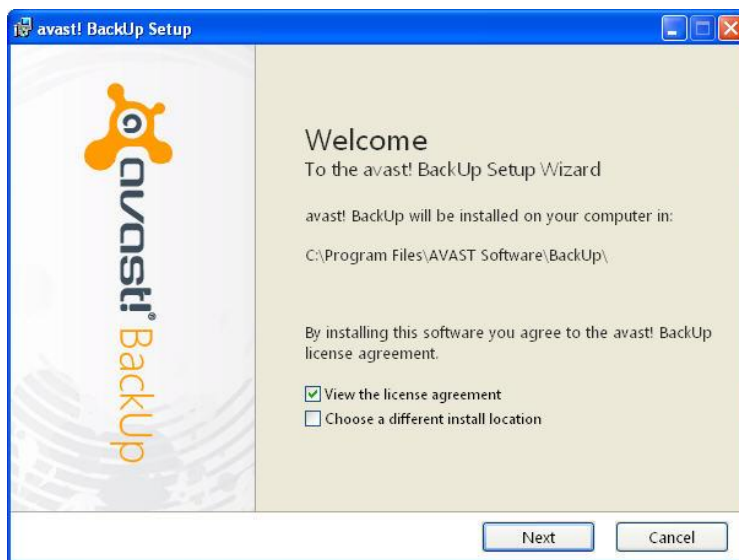


図 1: 開始画面

2. (オプション) 別のインストール ディレクトリを選択するには、[別のインストール先を選択する] チェックボックスを選択します。
3. [インストール] をクリックしてインストールを開始してセットアップウィザードを続行します。

セットアップ ウィザードの使用方法

アバスト! バックアップ ファイルがコピーされると、セットアップ ウィザードが自動的に開始されます。セットアップ ウィザードを完了しなかった場合、アバスト! バックアップ の [設定] を開くたびにセット アップ ウィザードが開始されます。セットアップ ウィザードの完了後に、[設定] ウィンドウを使用して、必要に応じて設定に追加の変更を行います。

ライセンス キーを使用したサインイン

電子メールで配信されたライセンスキーを使用してクライアントを登録する場合、ライセンスキーはそのメールの下の部分にあります。

1. [ライセンス キー] フィールドに電子メールで受信したライセンス キーを入力するかコピーします。
2. [電子メール アドレス] フィールドに、メールを受信したメールアドレスを入力します。
3. [次へ] をクリックしてサインインして、次の手順に進みます。
4. パスワードの入力を求められたら、このアカウントのパスワードを入力します。

ファイルのスキャン

アバスト!バックアップはハードドライブのデータ ファイルをスキャンして、一般的なファイルタイプ別にファイルをまとめて、バックアップ セットを作成します。これらのバックアップ セットは、セットアップ ウィザードの最後の [設定] ボタンを使用して、編集できます。アカウントに容量制限があり、選択したファイルのサイズが許容量を超えた場合は、容量が制限以下になるようにファイルの選択を解除します。許容量を超過した状態で処理を続行した場合、アバスト!バックアップによって許容量まではファイルがバックアップされますが、許容量を越えるた後のファイルはバックアップされません。

さらにストレージ容量が必要な場合は、管理者にお問い合わせください。

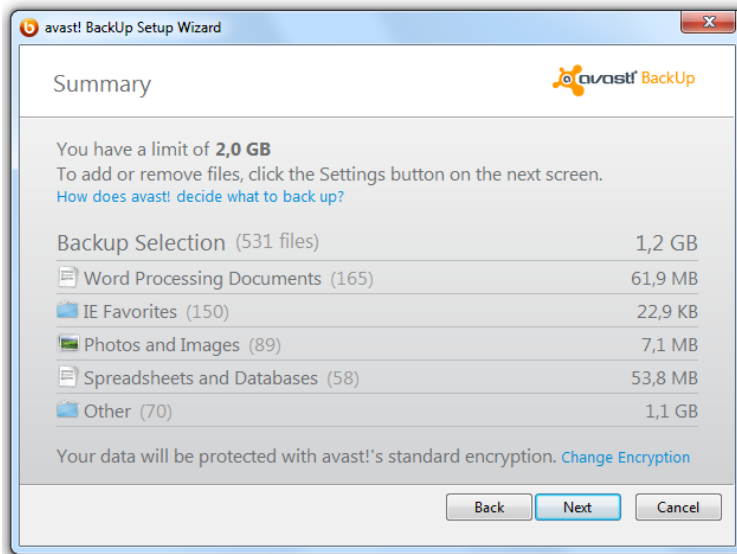


図 2: ファイルの選択

1. (条件的) 容量に制限がある場合、次のいずれかのオプションを選択します。
 - 管理者にストレージ容量の追加を依頼する。
 - 許容量の範囲内でバックアップするファイルのセットを選択します。許容量を超過している場合は、制限以下になるまでファイルの選択を解除します。さらに詳細にファイルを選択する必要のある場合は、次のウィンドウの [設定] をクリックします。

選択したファイルの合計サイズが許容量を超えている状態で処理を続行した場合、アバスト!バックアップは許容量の範囲内でファイルをバックアップします。それ以外のファイルはバックアップされません。

2. [次へ] をクリックします。

セットアップ完了

[セットアップ完了] ダイアログ ボックスの情報を確認して、バックアップの推定所要時間を確認します。初回のバックアップは、選択したすべてのファイルを暗号化してから、バックアップ サーバに送信する必要があるため、時間がかかります。初回のバックアップにかかる時間は、コンピュータの負荷状況とインターネット接続速度によって異なります。これは、すべてのオンライン バックアップ サービスに共通する問題です。

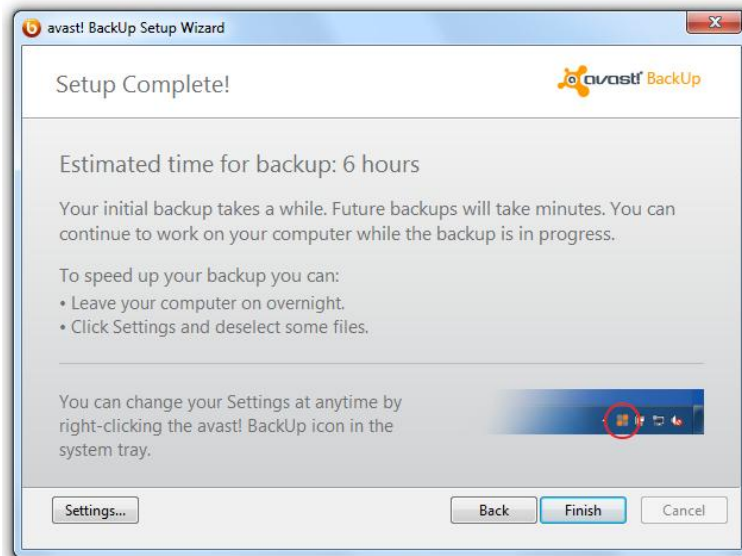


図 3 : [セットアップ完了] 画面


オプションを選択します。

- [設定]: セットアップウィザードを終了して、設定ウィンドウを開き、バックアップセットを編集して他の設定を変更できます。
- [戻る]: セットアップウィザードに戻り、選択内容を変更するには、このボタンを使用します。
- [完了]: セットアップウィザードを終了して、初回のバックアップを開始します。
- [キャンセル]: 行った変更を保存せずにセットアップウィザードを終了します。アバスト!バックアップはインストールされますが設定されていません。アバスト!バックアップの設定ウィンドウを開くと、セットアップウィザードが再度起動されます。

第 3 章

[設定] ウィンドウの使用方法

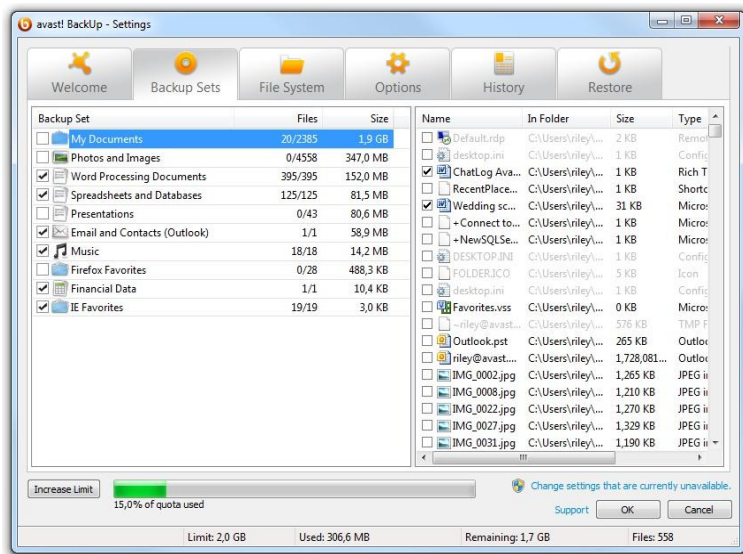
[設定] ウィンドウを使用すると、バックアップする特定のファイルの選択、バックアップの実行時間、表示させるアラートなど、追加の設定オプションを設定できます。[設定] ウィンドウは次のいずれかのオプションを使用して開くことができます。

・システムトレイにある **アバスト! バックアップ アイコン**  を右クリックし、[設定] をクリックします。

・バックアップが完了すると、[ステータス] ウィンドウが表示されます。[設定] をクリックしてアバスト! バックアップ 設定ウィンドウを開きます。

タブをクリックしてバックアップ設定を表示または変更します。変更が終了したら、[保存] をクリックします。[設定] ウィンドウが閉じます。

図 4 : [設定] ウィンドウ



関連トピック

トピック：

- ・ [バックアップ セットについて](#)
- ・ [\[ファイル システム\] タブを使用したバックアップ コンテンツの選択](#)
- ・ [ファイルの削除、移動、および名前変更について](#)
- ・ [バックアップのスケジュール](#)
- ・ [オプションの設定](#)

- ローカル バックアップについて理解する
- 履歴について

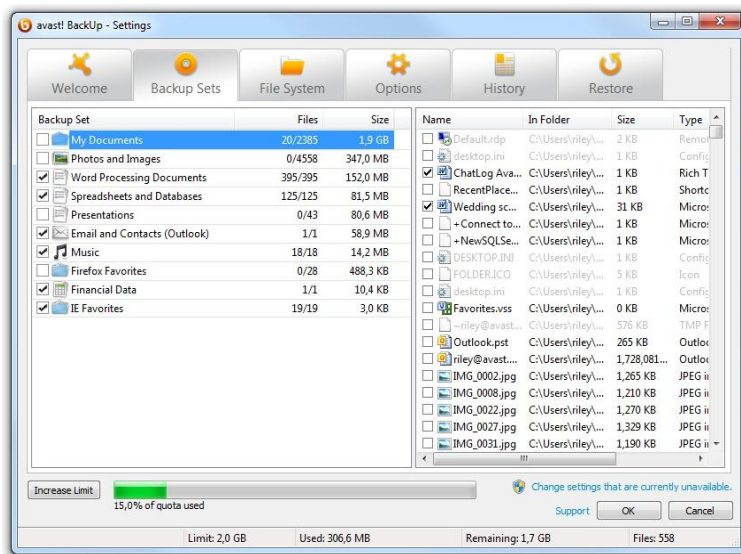
バックアップ セットについて

バックアップ セットを使用すると、指定ディレクトリ内でファイル タイプにしたがってバックアップ対象ファイルを選択することができます。あるファイル タイプの新しいファイルをバックアップするために選択し、そのファイルがコンピュータに保存されると、その後のすべてのバックアップで アバスト! バックアップ が自動的にそのファイルを選択します。

デフォルトで条件を満たすファイルのないバックアップ セットは、利用可能なバックアップ セットとしてリストに表示されなくなります。すべての利用可能なバックアップ セットのリストを表示するには、[すべての設定済みバックアップ セットを表示する] オプションを選択する必要があります。このオプションの変更方法については、[オプションの設定](#) 23 ページの を参照してください。

たとえば、[ワープロ文書] バックアップ セットのチェックボックスを選択すると、コンピュータの「My Documents」と「Desktop」フォルダに保存されているすべての Microsoft Word ファイル、OpenOffice.org ファイル、WordPerfect ファイル、Adobe Acrobat ファイル、およびテキスト ファイルが自動的にバックアップされます。その後コンピュータのこれらのフォルダに保存された同じ拡張子を持つファイルは、自動的にバックアップに追加されます。

図 5: バックアップ セット




バックアップ セット名をクリックすると、そのバックアップ セットに含まれているファイルのリストが右側のパネルに表示されます。暗号化されたファイルのファイル名は、ほかのファイルとは異なる色で表示されます。

- 👉 **注:** ローカル バックアップ を使用している場合、ローカルで EFS 暗号化されているファイルはバックアップできません。アバスト! バックアップ で最初のローカル バックアップ を実行する前に、EFS 暗号化ファイルを除外する必要があります。

この表は、バックアップ セットのセレクトアの動作を説明します。


チェックボックス	説明
<input type="checkbox"/>	このバックアップ セットに一致する新しいファイルは、バックアップされません。ただし、ファイルが別のバックアップ セットのルールに一致したか、ファイルが明示的に選択されたため、バックアップ セットはバックアップされているファイルを表示します。
<input checked="" type="checkbox"/>	これらのファイルすべてがバックアップされ、このセット内の新しいファイルがバックアップされません。 バックアップ セットのチェックボックスを選択すると、すべての既存のファイルはバックアップに選択されます。チェックボックスの選択を解除すると、バックアップ セット内のすべてのファイルが選択解除されます。

バックアップ セットの選択

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定] を選択し、[バックアップ セット] をクリックします。
3. 左側のペインにある [バックアップセット] リストで、バックアップするセットの横にあるチェックボックスをオンにします。
バックアップ セット名を選択すると、そのセットのファイル リストが右側のペインに表示されます。
4. ファイルリストにバックアップしないファイルがある場合は、そのファイルの横にあるチェックボックスをオフにします。
5. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

バックアップ セットの編集

バックアップ セットはすばやく簡単に編集できます。バックアップ セットを編集するときには、ファイル属性を変更したり、ファイルがバックアップ セットに含まれているか判別するために使用するディレクトリを変更できます。

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定] を選択し、[バックアップ セット] をクリックします。
3. [バックアップ セット] で、編集するバックアップ セットをダブルクリックします。
4. バックアップ セットを編集します。
詳細については、「[カスタム バックアップ セットの作成](#) 13 ページの」を参照してください。
5. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

カスタム バックアップ セットの作成

アバスト! バックアップ では、特定のニーズに合わせてカスタム バックアップ セットを作成できます。カスタムバックアップセットを作成する際には、セットに含める特定のファイルまたはディレクトリを選択するか、ファイルおよびディレクトリを含める/除外するルールを作成します。たとえば、よく Photoshop で写真編集を行なう場合、オリジナルの Photoshop .psd ファイルがあるので編集

結果の出力ファイルすべてを保存する必要はないことがあります。この場合、作業中の Photoshop ディレクトリを選択し、jpg、gif、その他の画像ファイル形式すべてを除外するルールを作成します。そうすればオリジナルの Photoshop ファイルのみをバックアップできます。

また、バックアップディレクトリを作成した後で、[このセットに一致するファイルは最終的なバックアップセットから除外されます] チェックボックスを選択して、バックアップからのセット除外を選択することも可能です。このチェックボックスは、[設定] ウィンドウの [オプション] の [詳細設定] タブにある [詳細バックアップセット機能を表示する] が選択されている場合に表示されます。


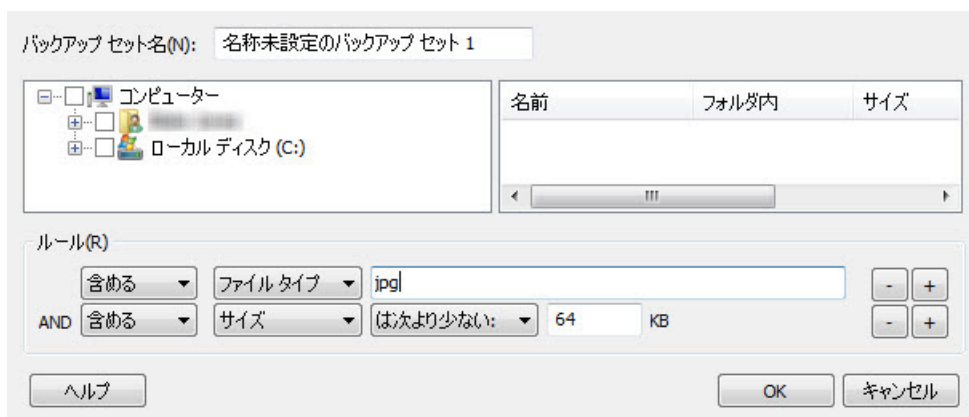
1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定] を選択し、[バックアップセット] をクリックします。
3. [バックアップセット] タブでウィンドウの左側パネル内を右クリックし、[バックアップセットの追加] を選択します。
[バックアップセット] ウィンドウが表示されます。
4. [バックアップセット名] フィールドで新しいバックアップセットの名前を指定します。
5. 右側のパネルで、ファイルの保存先を選択します。
6. バックアップセットのルールを作成するには、[ルールの追加] をクリックします。
ドロップダウンとテキストフィールドを使用してルール条件を指定します。
ルールウィザードが表示されます。

図 6: バックアップセットエディタ



7. さらにルールを追加するには、[+] をクリックします。
8. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

ルールの設定

バックアップセットには、さまざまな組み合わせのルールを設定できます。ルールはすべて、仕様に従って特定のファイルを含めるか除外するかに基づいています。以下のセクションでは、様々なルールの作成方法、およびルール作成中に左から右に移動する方法について解説します。

含めるデータと除外するデータ

まず最初に、バックアップセットに含めるデータと除外するデータを選択します。

最初のドロップダウンをクリックし、以下のいずれかを選択します。

- データを含める場合は [含める]
- データを除外する場合は [除外]

ファイル属性の選択 このセクションには、以下のトピックが含まれます。 ファイル タイプ

テキスト ボックスにファイルの拡張子を指定します。拡張子とは、exe、doc、txt、pdf などのことです。ファイル拡張子はスペースで区切ってください。ドットは不要です。

含める ▼ ファイルタイプ ▼ jpg

サイズ

オプションで [は次より少ない] または [は次より大きい] をいずれかを選択し、テキストボックスにキロバイト数を指定します。

含める ▼ サイズ ▼ は次より少ない ▼ 64 KB

前回の変更

次のドロップダウン リストで [前]、[後]、または [間] のいずれかを選択します。

[前] および [後] を選択すると、日付フィールドで日付を指定できます。[間] を選択した場合は、日付フィールドが 2 つ表示されるので日付範囲を設定できます。

手動で日付を入力するか、[日付フィールド] ドロップダウン メニューをクリックすると表示されるカレンダーから日付を選択します。

含める ▼ 前回更新日 ▼ 次の前 ▼ 1/ 1/2011

作成日時

次のドロップダウン リストで [前]、[後]、または [間] のいずれかを選択します。

[前] および [後] を選択すると、日付フィールドで日付を指定できます。[間] を選択した場合は、日付フィールドが 2 つ表示されるので日付範囲を設定できます。

手動で日付を入力するか、[日付フィールド] ドロップダウン メニューをクリックすると表示されるカレンダーから日付を選択します。

含める ▼ 作成日 ▼ 次の前 ▼ 1/ 1/2011

ファイル名

次のドロップダウン メニューで次のいずれかを選択します。

- is (次と等しい)
- is not (次と異なる)
- starts with (次で始まる)
- doesn't start with (次で始まらない)
- ends with (次で終わる)
- doesn't end with (次で終わらない)

テキストボックスに単語または文字列を指定します。

含める ▼ ファイル名 ▼ 次で開始 ▼ D

- 注: ファイルの名前を指定する場合に、その名前にスペースが含まれている場合、名前全体を二重引用符で囲む必要があります。たとえば、ファイル名が "expense reports" の場合は、「"expense reports"」と入力します。

フォルダ名

次のドロップダウンメニューで次のいずれかを選択します。

- is (次と等しい)
- is not (次と異なる)
- starts with (次で始まる)
- doesn't start with (次で始まらない)
- ends with (次で終わる)
- doesn't end with (次で終わらない)

テキストボックスに単語または文字列を指定し、検索条件として[ファイル]または[ファイルとフォルダ]を選択します。

含める ▼	フォルダ名 ▼	次で終わる ▼	ment	ファイル ▼
-------	---------	---------	------	--------

- 注: フォルダの名前を指定する場合に、その名前にスペースが含まれている場合、名前全体を二重引用符で囲む必要があります。たとえば、フォルダ名が "my docs" の場合は、「"my docs"」のように入力します。

Microsoft Volume Shadow Services バックアップ セット ルールの設定

サーバ バックアップの場合、Microsoft Exchange、Active Directory、Microsoft SQL Server、SYSVOL、レジストリ、および COM+ データをバックアップすることをお勧めします。これにより、データを損失した場合でもすばやくリストアすることができます。アバスト! では、このプロセスを簡単に実行できます。Microsoft Exchange、Active Directory、Microsoft SQL Server、SYSVOL、レジストリ、および COM+ データの場合、アバスト! バックアップでは、サービスの実行中にネイティブの Microsoft VSS ライターを使用してデータがバックアップされます。Microsoft VSS は、Windows 2003 Server 以降でのみサポートされています。

- 重要: この機能を使用するには、アバスト! バックアップ サーバ ライセンスが必要です。

お使いのコンピュータでこれらのサービスが実行されている場合は、アバスト! バックアップ クライアントにより使用可能なサービスが自動的に検出され、[バックアップ セット] タブに表示されます。


ファイル セットにこれらのアプリケーションをバックアップするには、バックアップ セットの横にあるチェックボックスをオンにします。その後 アバスト! バックアップ クライアントにより、自動的に Microsoft Volume Shadow-copy Service (VSS) ライターを使用したバックアップが実行されます。

バックアップ時に Exchange サービスが実行されている場合は、バックアップが開始することを通知するよう、VSS にリクエストされます。バックアップが実行されると、バックアップが正常に行われたことが Exchange に通知され、Exchange によって Exchange ログが削除されます。

Microsoft SQL Server をバックアップする場合は、バックアップ セットが表示される前に SQL Server VSS ライター サービスを開始する必要があります。SQL Server VSS ライター サービスを Windows の開始時に自動的に開始するよう設定することをお勧めします。Microsoft SQL Server のバックアップ セットが表示されている場合は、各データベースが別個のバックアップ セットとして表示されます。SQL Server サービスおよび SQL Server VSS ライターは、最新の変更がバックアップに確実に含まれるよう、メモリで保留されているすべてのトランザクションをストア ファイルに保存します。その後、ファイルのスナップショットがバックアップされます。


ファイルが アバスト! バックアップ によりバックアップされた後、ファイルの変更されたブロックのみが転送されます。このプロセスはファイルレベルではなくブロックレベルで行われるため、その後のバックアップを数分で行うことが可能になります。

Exchange のバックアップおよび SQL Server のバックアップをこのように行うことで、サーバのパフォーマンスおよび SQL/Exchange サービスに与える影響を大幅に軽減することができます。アバスト! バックアップ ではサービスと直接やり取りすることがないため、ダウンタイムやスローダウンは一切発生しません。

-  **重要:** ドメイン コントローラと同じハードウェア上にある Microsoft Exchange Server をアバスト! バックアップ でバックアップするよう設定している場合は、VSS Active Directory バックアップ セットおよび Windows ファイル複製サービス (SYSVOL) バックアップ セットを選択することが重要です。

[ファイル システム] タブを使用したバックアップ コンテンツの選択

[ファイルシステム] タブでは、お使いのシステムにあるファイルまたはフォルダのうち、バックアップに含めるファイルまたはフォルダの選択/選択解除を切り替えることができます。この方法は、ファイル タイプではなくバックアップする個々のファイルやフォルダを検索する点で、バックアップ セットとは異なります。[バックアップ セット] タブまたは [ファイル システム] タブで選択されたすべてのファイルは、両方のタブで選択された状態で表示されます。同様に、いずれかのタブでファイルの選択を解除すると、もう一方のタブでも選択が解除されます。

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定] を選択し、[バックアップ セット] をクリックします。
3. [ファイル システム] をクリックします。
[ファイル システム] は左側パネルに表示され、個々のファイルは右側パネルに表示されます。暗号化されたファイルのファイル名は、ほかのファイルとは異なる色で表示されます。

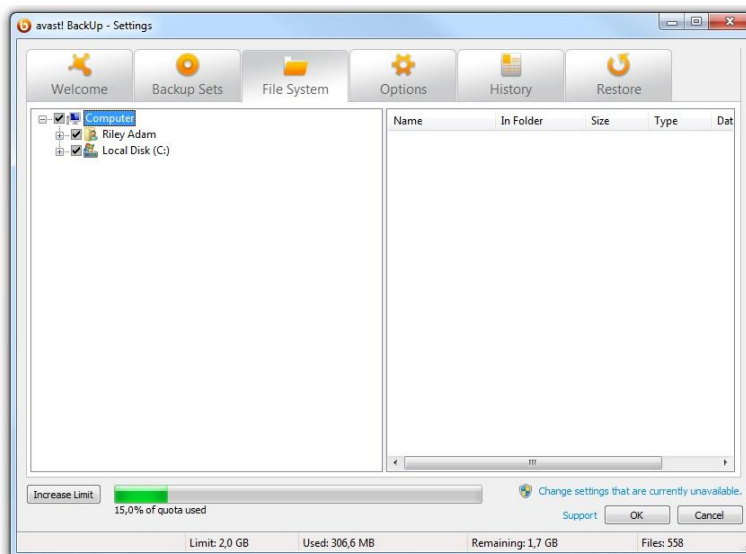


図 7: [ファイル システム] タブ

4. バックアップに含めるフォルダを選択します。フォルダを選択すると、すべてのサブフォルダも選択されます。
5. バックアップに含める/除外する個々のファイルを右側パネルで選択/選択解除します。
6. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

上記のステップは、選択したフォルダで新たに作成されたファイルを自動的にマークする機能を無効にするものではありません。フォルダ上にマウス ポインタを当てると、バックアップ時の処理を説明するヒントが表示されます。

Windows エクスプローラによるファイルおよびフォルダの追加

Windows エクスプローラでファイルまたはフォルダを右クリックすることで、ファイルおよびフォルダをバックアップ リストに追加できます。[アバスト! バックアップ バックアップに追加する] がオプションとして使用できない場合は、ファイルがバックアップに既に選択されているか、ショートカットなど アバスト! がバックアップできないファイルであることを意味します。この方法を使用して、マップされたネットワークドライブをバックアップに追加することはできません。

右クリックして、バックアップからファイルとフォルダを削除することはできません。[設定] ウィンドウを使用する必要があります。


ファイルまたはフォルダをバックアップ リストに追加するには、次の手順を実行します。

1. Windows エクスプローラを開きます。
2. 追加するファイルまたはフォルダを右クリックし、[アバスト! バックアップ バックアップに追加する] を選択します。


ファイルまたはフォルダがバックアップ リストに追加され、次回のスケジュール バックアップ実行時にバックアップされます。

ネットワーク共有の追加

コンピュータがネットワーク環境にある場合は、ネットワーク共有をファイル システム バックアップに追加できます。これにより、共有されている別のコンピュータのコンテンツをバックアップすることが可能です。ネットワーク共有を追加するには、サーバ ライセンスが必要です。

 **重要:** この機能を使用するには、アバスト! バックアップ サーバ ライセンスが必要です。

別のコンピュータのファイルおよびフォルダを共有する方法の詳細については、コンピュータにインストールされているオペレーティング システムのヘルプを参照してください。

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [ファイル システム] タブをクリックします。
3. 左側にあるフォルダ リスト パネルで右クリックし、[ネットワーク共有の追加] を選択します。
4. [共有] フィールドに共有する UNC パスを入力します。
UNC パスとは、たとえば \\¥¥shareserver¥¥share などです。

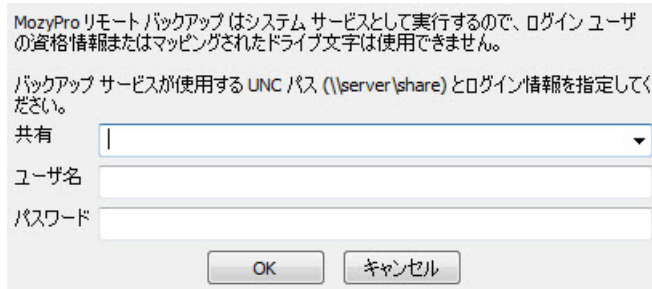


図 8 : ネットワーク共有

5. 共有を使用するためにログインを要求するコンピュータでは、[ユーザ名] フィールドにユーザ名を入力します。
6. [パスワード] フィールドには、共有に必要なパスワードを入力します。
7. [OK] をクリックします。共有が正しく設定されている場合は、左側のペインのリストに共有ポイントが表示されます。

ファイルの削除、移動、および名前変更について

アバスト! バックアップはユーザがコンピュータでファイルを削除、移動、またはファイル名の変更を行うときに認識して、バックアップサーバを更新します。アバスト! バックアップでは、現在選択しているファイルとまったく同じコピーがバックアップサーバに維持されます。すなわち、システムにあるファイルに対するすべての変更(削除、名前変更、および移動)がミラーされます。現在選択しているファイルのみがストレージ容量を使用するものとしてカウントされます。

30日前まで遡ったファイルバージョンが維持されます。たとえば、ファイルをバックアップしてそれに一切変更を行わなければ、バックアップがどれ程前に行われたかにかかわらず、アカウントが有効である限りそのファイルの最初のバージョンをリストアすることができます。ファイルに毎日変更を行いその変更を毎日バックアップすると、リストアできる最も古いバージョンは30日前のものとなります。7日ごとにファイルに変更を行いその変更を毎日バックアップすると、リストアできるのは最新のバージョン4つとなります。

コンピュータからファイルを削除(またはファイルの選択を解除しバックアップから除外)するとアバスト! バックアップで自動的にコンピュータのバックアップが実行され、これらのファイルはマークされて30日後バックアップサーバーから永久的に削除されます。ファイルは削除用に設定された時点でストレージ容量を使用するものとしてカウントされなくなります。ただし、ファイルの最新バージョンは30日間保持されます。その後ファイルはバックアップサーバーから永久に削除されて、取得できなくなります。

コンピュータでファイル名を変更すると、アバスト! バックアップでは(古い名前の)ファイルを削除して(新しい名前の)同じ内容の新しいファイルを作成したものと扱われます。名前を変更した後でファイルをリストアする必要がある場合、新しい名前の最新バージョンをリストアするオプションと、30日以内であれば古い名前のバージョンをリストアするオプションがあります。

コンピュータのあるフォルダから別のフォルダにファイルを移動すると、アバスト! バックアップでは名前変更の場合と同様に扱われます。

バックアップのスケジュール

アバスト! バックアップ によるコンピュータのバックアップ時間および頻度をカスタマイズするには、²

つのスケジュール方法があります。

- 自動: コンピュータが使用中でない時にバックアップが実行されます。自動バックアップ開始のタイミングを決定するためにアバスト! バックアップが使用するパラメータを選択できます。「[自動バックアップの設定](#) 20 ページの」を参照してください。
- スケジュール: バックアップは選択した時間に実行されます。バックアップの頻度および日時を選択することができます。「[バックアップスケジュールの設定](#) 21 ページの」を参照してください。

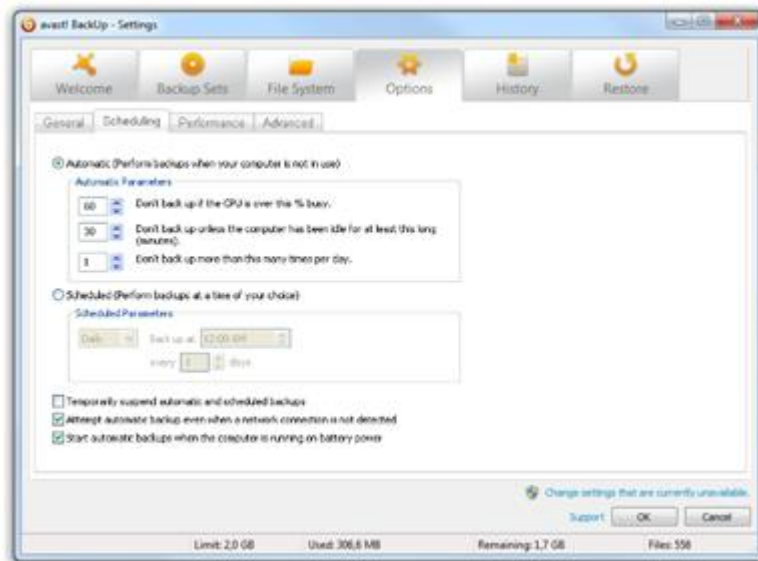



図 9: スケジュール

自動バックアップの設定

自動バックアップは、コンピュータがアイドル時間などの特定条件を満たした際に実行します。

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. 入力を求められた場合、ユーザ名とパスワードを入力します。
3. [その他の設定] を選択し、[オプション]、[スケジュール] タブの順にクリックします。
4. [自動 (コンピュータが使用中でないときにバックアップを実行する)] を選択します。
5. 上下方向の矢印をクリックして、パラメータを設定します。


オプション

説明

CPU 稼働率がこの % 以上の場合
バックアップしない

バックアップが実行される最大 CPU 稼働率を指定します。自動バックアップ中にコンピュータの CPU 稼働率がこの割合を超えると、指定した設定未満の CPU 稼働率になるまでバックアップが中断します。たとえば、この値を 15% に設定すると、CPU 稼働率が 15% 未満になるまでバックアップは開始しません。

オプション	説明
この時間分 以上コンピュータがアイドル状態でない限りバックアップしない	バックアップが実行される前に、コンピュータがアイドル状態になっている時間(分)を指定します。 プログラムまたはシステムの設定によりコンピュータがアクティブになると、指定した時間(分)システムがアイドル状態になるまでバックアップは中断します。 たとえば、この値を30分に設定すると、コンピュータが30分間アイドル状態になるまでバックアップは開始しません。バックアップ中にコンピュータがアクティブになると、バックアップは中断し、再度コンピュータが30分間アイドル状態になるまでバックアップは再開しません。
1日にこの回数以上バックアップしない	自動バックアップを実行するまでアバスト!バックアップが待機する最小時間を指定します。

 **注意:** これらは累積的なパラメータです。つまり、バックアップが開始または再開する前にすべての条件が満たされていなければならないということです。

6. (オプション) 次のオプションを設定します:

オプション	説明
ネットワーク接続が検出されない場合でも自動バックアップを試行する	ネットワーク接続が検出されたかどうかにかかわらず、バックアップの実行が試行されます。ネットワーク接続が常に確立されているか確かでない場合は、これを使用します。このオプションはデフォルトでは選択されていません。
コンピュータがバッテリーで動作している場合自動バックアップを開始する	コンピュータがバッテリーで動作している場合でもバックアップを開始します。このオプションはデフォルトでは選択されていません。

7. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

 **注:** バックアップを実行するために Windows にログインする必要はありません。

設定が表示されるがアクセスできない場合で、Microsoft の Vista または Windows 7 を使用している場合は、Windows に通知してアバスト!バックアップ設定にアクセスできるようにする必要があります。


- Windows 7 の場合は、アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウで [ユーザー アカウント制御] アイコンへのリンクをクリックします。
- Vista の場合は、アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウの右上部にある [現在使用不可能な設定を変更する] をクリックした後、Windows の [アクセス制御] ウィンドウで [信頼] をクリックします。

アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウが再度読み込まれ、前に淡色表示されていた設定にアクセスできるようになります。

バックアップ スケジュールの設定


コンピュータがバックアップされる時にスケジュールを設定します。たとえば、昼食時間、夜の特定の時間、または毎週指定した日付に、コンピュータをバックアップすることができます。

コンピュータがバックアップされるタイミングのスケジュールを設定するには:

1. システムトレイにある [アバスト!バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。

2. [その他の設定] を選択し、[オプション]、[スケジュール] タブの順にクリックします。
3. [スケジュール済み] を選択します。
4. [毎日] または [毎週] のいずれかをバックアップの頻度を選択します。
5. コンピュータをバックアップする適切な時刻を選択します。[毎週] のバックアップを選択した場合は、バックアップを実行する曜日も選択する必要があります。コンピュータのバックアップは、選択した時間の 15 分前と 15 分後の 30 分の時間枠で開始されます。正確な時間はバックアップによって異なる場合があります。これにより、バックアップを簡単に行えます。アバスト! バックアップサーバに同時にアップロードを開始するコンピュータの数が多すぎるとバックアップは失敗します。
6. [毎日] または [毎週] のいずれかをバックアップの頻度を選択します。(2 日に 1 回、毎週など)
7. (オプション) 次のオプションを設定します:

オプション	説明
ネットワーク接続が検出されない場合でも自動バックアップを試行する	ネットワーク接続が検出されたかどうかにかかわらず、バックアップの実行が試行されます。ネットワーク接続が常に確立されているか確かでない場合は、これを使用します。このオプションはデフォルトでは選択されていません。
コンピュータがバッテリーで動作している場合自動バックアップを開始する	コンピュータがバッテリーで動作している場合でもバックアップを開始します。このオプションはデフォルトでは選択されていません。
8. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

 **注:** バックアップをスケジュールどおりに実行するために Windows にログインする必要はありません。ただし、コンピュータをオンにしてインターネットに接続しておく必要があります。スリープモードや休止状態にはしないでください。


設定が表示されるがアクセスできない場合で、Microsoft の Vista または Windows 7 を使用している場合は、Windows に通知してアバスト! バックアップ設定にアクセスできるようにする必要があります。


- Windows 7 の場合は、アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウで [ユーザー アカウント制御] アイコンへのリンクをクリックします。
- Vista の場合は、アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウの右上部にある [現在使用不可能な設定を変更する] をクリックした後、Windows の [アクセス制御] ウィンドウで [信頼] をクリックします。


アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウが再度読み込まれ、前に淡色表示されていた設定にアクセスできるようになります。

バックアップを一時的に中断する

自動バックアップとスケジュール バックアップを一時的に中断することができます。


1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定] を選択し、[オプション]、[スケジュール] タブの順にクリックします。
3. [自動バックアップとスケジュール バックアップを一時的に中断する] を選択します。

 **注:** 中断オプションの選択を解除するまで、アバスト! バックアップのバックアップは実行されません。

システムトレイにある アバスト!バックアップ アイコン  を右クリックし、[設定]、[中断] の順にクリックして、この設定のオン/オフをすばやく切り替えることができます。

オプションの設定

基本設定およびシステム設定にしたがって特定機能のオン/オフを切り替えることができます。

1. システムトレイにある [アバスト!バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定]、[オプション] の順にクリックします。
3. 下位のタブを使用して アバスト!バックアップ の設定を変更します。

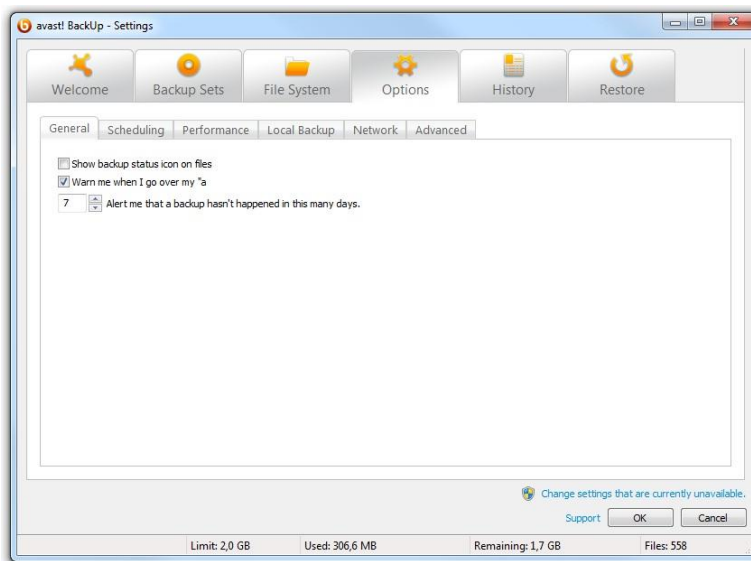


図 10 : クライアント オプション


設定が表示されるがアクセスできない場合で、Microsoft の Vista または Windows 7 を使用している場合は、Windows に通知してアバスト!バックアップ設定にアクセスできるようにする必要があります。

- Windows 7 の場合は、アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウで [ユーザー アカウント制御] アイコンへのリンクをクリックします。
- Vista の場合は、アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウの右上部にある [現在使用不可能な設定を変更する] をクリックした後、Windows の [アクセス制御] ウィンドウで [信頼] をクリックします。

アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウが再度読み込まれ、前に淡色表示されていた設定にアクセスできるようになります。

全般オプションの設定

基本設定にしたがって特定機能のオン/オフを切り替えることができます。

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定]、[オプション] の順にクリックします。
3. [全般] タブをクリックし、有効にするオプションを選択します。不要なオプションはオフにします。

オプション	説明
ファイルにバックアップステータスアイコンを表示する	バックアップリストにファイルを含めると Windows エクスプローラのファイルおよびフォルダの横にアイコンを表示します。このオプションはデフォルトで選択されています。
クォータの超過時に警告する この日数バックアップが実行されなかった場合に警告する	クォータを超過したことを知らせる小さなウィンドウを開きます。このオプションはデフォルトで選択されています。
バックアップが実行されなかった場合に警告する	バックアップが実行されていないことをポップアップで警告するまでの日数を設定できます。

4. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

設定が表示されるがアクセスできない場合で、Microsoft の Vista または Windows 7 を使用している場合は、Windows に通知してアバスト! バックアップ設定にアクセスできるようにする必要があります。

- Windows 7 の場合は、アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウで [ユーザー アカウント制御] アイコンへのリンクをクリックします。
- Vista の場合は、アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウの右上部にある [現在使用不可能な設定を変更する] をクリックした後、Windows の [アクセス制御] ウィンドウで [信頼] をクリックします。

アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウが再度読み込まれ、前に淡色表示されていた設定にアクセスできるようになります。


パフォーマンスの調整

次のオプションを使用して、バックアップのパフォーマンスを調整できます。

帯域幅制限の設定

帯域幅制限がどのように機能するかを理解するには、家屋につながれている 2 本の電線に、電気ではなくワープロ文書ファイル、画像などの情報が流れていると想像するとわかりやすいでしょう。一方の電線はインターネットへのアップロード専用(アバスト! バックアップバックアップ、電子メールなど)で、他方の電線はインターネットからのダウンロード専用(電子メール、写真、プログラムなどの受信)です。この情報用電線は、インターネット サービス プロバイダにより供給され、電線のサイズも決められています。電線に一度に流すことのできるデータ量は、そのサイズによって制限されます。


1 日のある時間帯(利用しているサービスによっては一日中)は、アバスト! バックアップで使用するアップロードの帯域幅を抑制し、優先度の高い、電子メールなどのほかのサービスがより多くの帯域幅を使用できるようにする必要があります。これを「帯域幅制限」と呼びます。つまり、バックアップの帯域幅制限をカスタマイズし、別の用途で情報用電線を必要とする際にバックアップで帯域幅を使い切らないようにすることが可能です。帯域幅制限によりアバスト! バックアップが使用する帯域幅が決まり、バックアップ速度によりコンピュータのリソース(CPU)のうち、ファイルの暗号化とバックアップに用いられる割合が決まります。

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定]、[オプション] の順にクリックします。
3. [パフォーマンス] タブをクリックし、[帯域幅制限を有効にする] を選択します。
4. スライダをクリックしたまま左右に移動します。バックアップに使用する帯域幅を減らすには左に、バックアップが利用できる帯域幅を増やすには右にスライドします。
5. アバスト! バックアップの使用する帯域幅を常に制限するか、通常勤務時間中など、一日の特定の時間帯にのみ制限するかを決定します。
[制限する時間帯] を選択する場合は、時間帯を指定します。
6. アバスト! バックアップ で帯域幅を制限する日の範囲 (週間勤務日など) を指定します。
アバスト! バックアップ で帯域幅を制限する特定の日を選択します。
7. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

バックアップ速度の設定

バックアップ速度により、コンピュータのリソース (CPU) のうち、ファイルの暗号化とバックアップに用いられる割合が決まります。バックアップの速度を優先するか、コンピュータのパフォーマンスを優先するかを選択できます。


バックアップ速度を設定するには:

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. 次のいずれかの方法を選択してください。
 - バックアップ速度をすばやく設定するには、[バックアップ速度] を選択し、[低速]、[中速]、または [高速] のいずれかをクリックします。
 - バックアップ速度の設定オプションをさらに表示するには、次の手順に進みます。
3. [その他の設定] をクリックします。
[設定] ウィンドウが開きます。
4. [オプション] をクリックし、[パフォーマンス] タブをクリックします。
5. [バックアップ速度] の下にあるスライダをクリックしたまま右にドラッグしてバックアップ速度を向上させるか、左にドラッグしてコンピュータのパフォーマンスを向上させます。
6. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

指定のネットワーク上でのバックアップの禁止

特定のネットワーク上でインターネットに接続しているときに、コンピュータをバックアップしないように アバスト! バックアップ を設定できます。この機能は、たとえば、従量制ネットワークやモバイル ネットワークに接続している場合に役立ちます。この設定が アバスト! バックアップ 管理者によって行われている場合、ネットワークの選択を解除することはできません。


指定のネットワーク上でバックアップされないように設定するには:

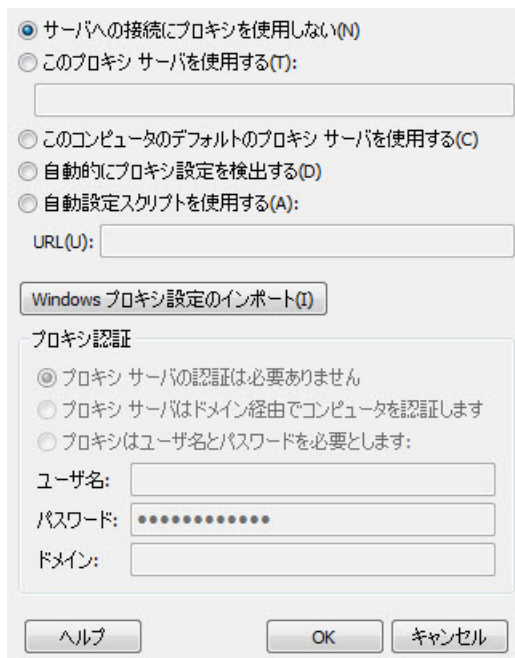
1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。

2. [その他の設定]、[オプション] の順にクリックします。
3. [ネットワーク] タブをクリックして、[ネットワーク フィルタ] で、コンピュータをバックアップするときには使用しないネットワークを選択します。 選択されてロックされているネットワークがある場合は、そのネットワークを使用対象から外すことが アバスト! バックアップ 管理者によって既に設定されていることを意味します。 この設定を変更するには、アバスト! バックアップ 管理者に連絡してください。

プロキシ サーバの使用

コンピュータでプロキシ サーバを利用している場合、バックアップ時に アバスト! バックアップ が サーバを使用するかどうかを選択できます。 デフォルトではプロキシ サーバは使用されず、[サーバへの接続にプロキシを使用しない] オプションが選択されています。

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定]、[オプション] の順にクリックします。
3. [ネットワーク]、[プロキシのセットアップ] の順にクリックします。




このスクリーンショットは、Windows の「プロキシ設定のインポート」ダイアログボックスを示しています。ダイアログには、プロキシ設定に関するいくつかのオプションがあります。最初のセクションには、5つのラジオボタンがあり、「サーバへの接続にプロキシを使用しない(N)」が選択されています。その下には「このプロキシ サーバを使用する(T)」というオプションがあり、その下に空のテキスト入力フィールドがあります。さらに、「このコンピュータのデフォルトのプロキシ サーバを使用する(C)」、「自動的にプロキシ設定を検出する(D)」、「自動設定スクリプトを使用する(A)」という3つのラジオボタンがあります。その下には「URL(U):」というラベルと空のテキスト入力フィールドがあります。ダイアログの下部には「Windows プロキシ設定のインポート(I)」というボタンがあります。その下には「プロキシ認証」セクションがあり、3つのラジオボタンがあります。「プロキシ サーバの認証は必要ありません」が選択されています。その下には「ユーザ名:」、「パスワード:」、「ドメイン:」という3つのテキスト入力フィールドがあります。ダイアログの最下部には「ヘルプ」、「OK」、「キャンセル」の3つのボタンがあります。

図 11 : プロキシの設定

4. プロキシ サーバを使用するには、以下のいずれかを選択します。
 - このプロキシ サーバを使用する: アバスト! バックアップ が使用するプロキシ サーバを入力します。
 - このコンピュータのデフォルトのプロキシ サーバを使用する: アバスト! バックアップ は、このコンピュータで設定されたデフォルトのプロキシ サーバを使用します。
 - 自動的にプロキシ設定を検出する: アバスト! バックアップ は、ローカル ネットワーク プロキシ設定に基づいてプロキシ サーバを設定します。
 - 自動設定スクリプトを使用する: アバスト! バックアップ は、プロキシ サービスを有効にするために指定したスクリプトを使用します。スクリプトの存在する URL を入力します。

- **Windows プロキシ設定のインポート: アバスト! バックアップ** は、選択した際に既存の Windows プロキシ設定を自動的にコピーします。継続的に Windows プロキシ設定の変更を監視するわけではありません。プロキシ設定が変更された場合は、[プロキシの設定] ウィンドウを使用して再度設定をインポートする必要があります。
5. [プロキシ認証] オプションを 1 つ選択します。
 - プロキシ サーバの認証は必要ありません: 認証は使用されません。
 - プロキシ サーバはドメイン経由でコンピュータを認証します: 認証にはドメインが使用されます。
 - プロキシはユーザ名とパスワードを必要とします: プロキシサーバのユーザ名、パスワード、およびドメイン (オプション) を指定します。
 6. [OK] をクリックして設定を保存します。
 7. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

[詳細オプション] の設定

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. 入力を求められた場合、ユーザ名とパスワードを入力します。
3. [その他の設定]、[オプション] の順にクリックします。
4. [詳細設定] タブをクリックし、有効にするオプションを選択します。不要なオプションはオフにします。

オプション 通知せずに自動的にクライア 説明

ソフトウェアを更新する

更新がリリースされると、自動的にインストールされます。このオプションはデフォルトで選択されています。

[設定] ウィンドウを開くときに自動的にログインする

[設定] ウィンドウにアクセスする度にログインする必要がないようにユーザ名とパスワードを保存します。このオプションはデフォルトで選択されています。

バックアップの完了時にステータスを表示する

バックアップが正常に完了したときに [ステータス] ウィンドウを起動します。このオプションはデフォルトで選択されています。

すべての設定済みバックアップ セットを表示する

事前に設定されたすべてのバックアップ セットが [バックアップ セット] タブに表示されます。このオプションはデフォルトでは選択されていません。

詳細バックアップセット機能を表示する

バックアップするファイルのセットではなく、バックアップしないファイルのセットを定義できるようになります。このオプションはデフォルトでは選択されていません。

コンピュータで仮想ドライブを表示する

[マイ コンピュータ] を開いたときに仮想ドライブ {{{virtual_drive_name}}} を表示します。このオプションはデフォルトで選択されています。

Windows エクスプローラーの右クリックメニューにリストア オプションを表示する


Windows エクスプローラーの右クリックメニューにある [フォルダ内のファイルをリストア] 項目を表示します。このオプションはデフォルトで選択されています。

開いているファイルのバックアップのサポートを有効にする

アバスト! バックアップ は、開いているファイルとロックされているファイルの両方をバックアップします。これは Windows 2000 などの NTFS 形式ドライブがないシステムでは利用できません。デフォルトで選択されています。

EFS 暗号化ファイルのバックアップのサポートを有効にする

アバスト! バックアップ で EFS 暗号化ファイルがバックアップされます。

 注: EFS 暗号化ファイルにローカル バックアップを使用することはできません。ローカル バックアップを使用するには、バックアップセット内の EFS 暗号化ファイルの選択を解除する必要があります。

オプション	説明
	このオプションはデフォルトでは選択されていません。
保護されているオペレーティングシステムファイルのバックアップと表示を許可する	C:\¥Program Files フォルダと C:\¥Windows フォルダを表示し、それらのフォルダ内のファイルのバックアップを許可します。このオプションが選択されていないと、これらのフォルダ内のファイルはバックアップされません。これらのフォルダを非表示にしておくと、より効率的にバックアップファイルの選択ができます。このオプションはデフォルトでは選択されていません。
[ステータス] ウィンドウに詳細を表示する	[ステータス] ウィンドウにメガバイト数などのバックアップまたはリストアについての追加情報を表示します。このオプションはデフォルトでは選択されていません。

- このタブでの設定が完了したら、必要に応じて続けて他のタブで設定の変更を行った後、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

 注: バックアップを実行するために Windows にログインする必要はありません。

ローカル バックアップについて理解する

オンラインバックアップサーバへファイルをバックアップするに加え、使用しているコンピュータに接続されたドライブまたは UNC パスを使用するネットワークドライブに同じファイルをバックアップできます。これにより最新のオンラインバックアップのスナップショットがローカルに保管されるので、ローカルバックアップから即座にリストアでき、リストアリクエストに対応してリストアが実行されるのを待つ必要がなくなります。これは便利なだけでなく、ファイルを二重に保護することになります。

ローカルバックアップは、オンラインバックアップと同時に実行され、まったく同じファイルがバックアップされます。バックアップの最中にオンラインバックアップが停止した場合も、ローカルバックアップは続行されます。ローカルバックアップドライブを使用できない場合、オンラインバックアップがスケジュールどおりに続行されます。次にローカルバックアップドライブが使用可能になると、ローカルドライブにデータがバックアップされます。バックアップ後にローカルバックアップドライブを取り外し、バックアップデータを含まない新しいドライブと交換した場合、新しいドライブに同じドライブ文字を割り当てるだけで、すべてのバックアップデータが新しいドライブに同期されます。インターネットに接続されていない場合など、ローカルバックアップはできるがオンラインバックアップが実行できない場合、ローカルバックアップが完了するまで、ステータスが、[データの準備中...]]か[[サーバと通信中...]]のいずれかになります。

オンラインバックアップと違って、ローカルバックアップ内のファイルは暗号化されません。これは、ユーザ自身または同じドライブを使用する他のユーザがデータに容易にアクセスできることを意味します。必要な場合、Bitlocker や Truecrypt などのプログラムを使用して、ローカルドライブのデータを暗号化できます。ローカルバックアップファイルに直接アクセスしてそのバックアップセットのフォルダを削除した場合、削除されたフォルダはローカルにバックアップされなくなりますが、オンラインでは引き続きバックアップされます。リストアが必要になった場合、ファイルはオンラインバックアップからリストアされます。

ローカルバックアップイベントは、オンラインバックアップアカウントと同様に履歴で確認できますが、ローカルバックアップが正常に実行されたかのみが表示され、詳細は表示されません。ローカルバックアップについては、最終ステータスの情報のみが表示されますが、リムーバブルドライブへのローカルバックアップ中には、ドライブアクティビティの説明が表示されます。


一部の項目を除外するように設定を変更した場合、またはバックアップ対象として選択した項目を削除した場合、それらのファイルとフォルダはローカル バックアップからリストアできなくなります。ただし、オンラインバックアップではファイルを30日間保存するので、オンラインバックアップからリストアすることは可能です。


ローカルバックアップの最大サイズは、オンラインバックアップアカウントと同じです。たとえば、アカウントが2GBに制限されている場合は、ローカルバックアップも2GBに制限されます。

ローカルバックアップを使用するための要件

- ローカルバックアップは、NTFSまたはFAT32ファイルシステムで動作しますが、FAT32は4GBを超えるファイルのバックアップをサポートしていません。
- ローカルバックアップには、内蔵ドライブ、または外付けのUSBまたはFirewireドライブが使用できますが、ドライブにはドライブ文字を割り当てる必要があります。ステータスウィンドウにはバックアップが正常に完了したことが表示されるが、同時に、"n分前の試行は完了しませんでした"というメッセージとLocalBackupError0へのリンクが表示される場合、オンラインバックアップは正常に完了したが、ローカルバックアップができなかったことを示します。これはローカルバックアップに使用したドライブが接続されていないことが原因です。
- ローカルバックアップには、UNCパスを使用するネットワークドライブを使用できます。
- ローカルにEFS暗号化されたファイルにローカルバックアップを使用することはできません。アバスト!バックアップでEFS暗号化ファイルをオンラインでバックアップする場合、最初のローカルバックアップをアバスト!バックアップで実行する前に、EFS暗号化ファイルを除外する必要があります。
- ローカルバックアップ用に選択されたドライブの容量が不足している場合、ローカルバックアップが失敗し、エラーログファイルに「DISK FULL」と入力されます。しかしローカルバックアップが失敗した結果、ドライブにファイルが書き込まれなかったため、ドライブはログファイルにレポートされたように一杯ではありません。
- 深いファイルパスは避けてください。ローカルバックアップでは、完全なパスとファイル名が260文字を超えるファイルをバックアップできません。
- ローカルバックアップは、ドライブのルートに作成されます。ローカルドライブのパスを指定して、そのドライブ上の特定のフォルダにバックアップすることはできません。

ローカルバックアップの設定

1. ローカルバックアップに使用するドライブが、USBドライブや外付けハードドライブなどのリムーバブルドライブである場合は、ドライブが接続されていることを確認します。
2. システムトレイにある[アバスト!バックアップ]アイコン  を右クリックして、[設定]を選択します。
3. [その他の設定]、[オプション]の順にクリックします。
4. [ローカルバックアップ]をクリックし、[ローカルバックアップを有効にする]を選択します。
5. [ドライブ]フィールドで、バックアップファイルを保存するドライブを選択します。

 注: バックアップするファイルを含んでいるドライブを選択することは可能ですが、これはお勧めしません。コンピュータがクラッシュした場合、これらのファイルとローカルバックアップの両方が失われてしまうためです。

[ネットワーク共有の追加]を選択した場合は、アバスト!バックアップがネットワークドライブにバックアップできるように、UNCパスおよびユーザ名とパスワードを指定する必要があります。

設定が表示されるがアクセスできない場合で、Microsoft の Vista または Windows 7 を使用している場合は、Windows に通知してアバスト! バックアップ設定にアクセスできるようにする必要があります。

- Windows 7 の場合は、アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウで [ユーザー アカウント制御] アイコンへのリンクをクリックします。
- Vista の場合は、アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウの右上部にある [現在使用不可能な設定を変更する] をクリックした後、Windows の [アクセス制御] ウィンドウで [信頼] をクリックします。

アバスト! バックアップの [設定] ウィンドウが再度読み込まれ、前に淡色表示されていた設定にアクセスできるようになります。

履歴について

[履歴] タブには、試行されたすべてのアバスト! バックアップバックアップとリストアが表示されます。上部ペインにはすべてのバックアップとリストアの一覧表示が、下部ペインには個々のバックアップとリストアの詳細が表示されます。

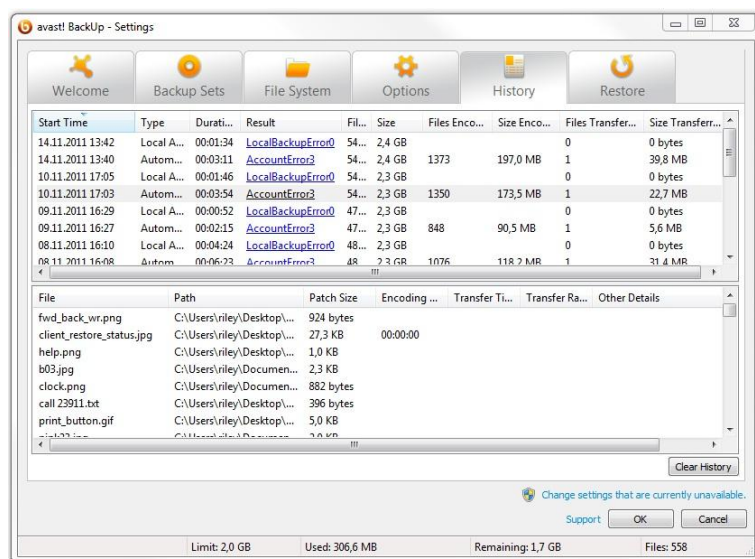



図 12 : 履歴 上部ペインには以下の情報が表


示されます。

- 開始時間
- バックアップまたはリストアのタイプ
- 時間
- 結果
- バックアップまたはリストアされたファイルの数
- バックアップまたはリストア全体のサイズ
- エンコードおよび転送されたファイルの数
- バックアップやリストアおよびエンコード後のファイルのサイズ

バックアップおよび リストア 履歴の表示

[設定] ウィンドウの [履歴] を開くには:

1. システムトレイにある [アバスト!バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定] を選択し、[履歴] をクリックします。
3. 上部パネルでバックアップまたはリストア を1つクリックします。そのバックアップまたはリストアのファイル一覧が下部パネルに表示されます。どちらのパネルのリストも列見出しのいずれかで並べ替えることができます。
4. オプション 履歴をクリアするには [履歴のクリア] をクリックします。
5. これらの設定または他の設定の変更を完了したら、[OK] をクリックします。設定が保存され、[設定] ウィンドウが閉じます。

システムトレイの アバスト!バックアップ  アイコンを右クリックして [履歴] をクリックすることで、[履歴] を表示することもできます。

第4章

[ステータス] ウィンドウ

アバスト!バックアップの [ステータス] ウィンドウでは、最新のバックアップまたはリストアのステータスを確認できます。また、バックアップを手動で開始することもできます。バックアップされるファイルの確認、ファイルのリストア、設定の変更、およびバックアップ容量の追加もできます。

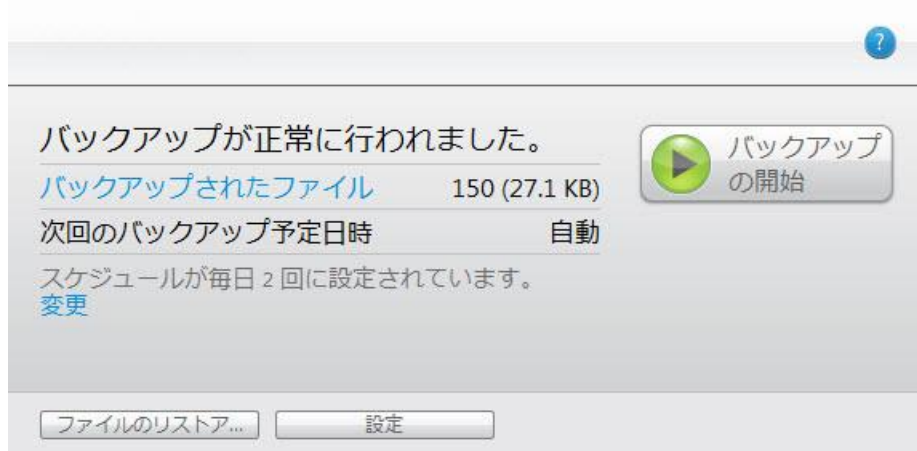


図 13: [ステータス] ウィンドウ バックアップまたはリストアの試行後、[ステータス] ウィンドウには、

バックアップまたはリストアが成

功したかどうか、およびその終了時刻が表示されます。バックアップまたはリストア中にエラーが発生した場合、ウィンドウにはエラーコード、そのエラーの短い説明、および詳細情報へのリンクが表示されます。

関連トピック

トピック:


- [\[ステータス\] ウィンドウの使用法](#)
- [\[ステータス\] ウィンドウに % 完了を表示する](#)
- [どのファイルがバックアップされるか表示する](#)


[ステータス] ウィンドウの使用法

アバスト!バックアップの [ステータス] ウィンドウでは、現在のバックアップまたはリストアのステータスを確認できます。また、バックアップを手動で開始することもできます。バックアップされるファイルの確認、ファイルのリストア、および設定の変更もできます。



図 14 : [ステータス] ウィンドウ


1. システムトレイにある アバスト!バックアップ アイコン  を右クリックしてから、[ステータス] をクリックします。
2. [ステータス] ウィンドウでは、以下のオプションのいずれかを選択できます。

オプション	説明
バックアップの開始	バックアップを開始します。誤った認証情報のためにバックアップに失敗したというメッセージが表示された場合、最も考えられる原因は、オンライン アカウント ページでパスワードを変更したことです。アバスト!バックアップソフトウェアでパスワードを変更するには、[今すぐ認証情報を変更する]をクリックし、オンラインで設定したパスワードと同じパスワードに変更します。
バックアップの一時停止	バックアップが進行中の場合にバックアップを一時停止します。
リストアの停止	リストアが進行中の場合にリストアを停止します。ヘルプを開きます。
 サポート バックアップされたファイル	アバスト!バックアップのオンライン サポート ページをブラウザで開きます。バックアップ ファイル ウィンドウに、現在バックアップされているファイルに関する詳細情報が表示されます。
変更内容	[スケジュール] タブが開き、ファイルをいつバックアップするかを変更できるようになります。
% 完了 ファイルの	(オプション) バックアップの進行状況を示します。
リストア 設定	[リストア] タブが開き、リストアするファイルを検索できるようになります。 [設定] ウィンドウを開きます。

[ステータス] ウィンドウに % 完了を表示する

[ステータス] ウィンドウにバックアップの進行状況に関する情報を表示することもできます。

[ステータス] ウィンドウで % 完了のオン/オフを切り替えるには:

1. システムトレイにある アバスト!バックアップ アイコン  を右クリックします。
2. [設定]、[詳細ビューの有効化] の順にクリックします。

[詳細ビューの有効化] がオンの場合は、[ステータス] ウィンドウに進行中のバックアップの % 完了が表示されます。これは、バックアップに選択したすべてのファイルの合計サイズのうち、現在までにバックアップしたすべてのファイルのサイズです。

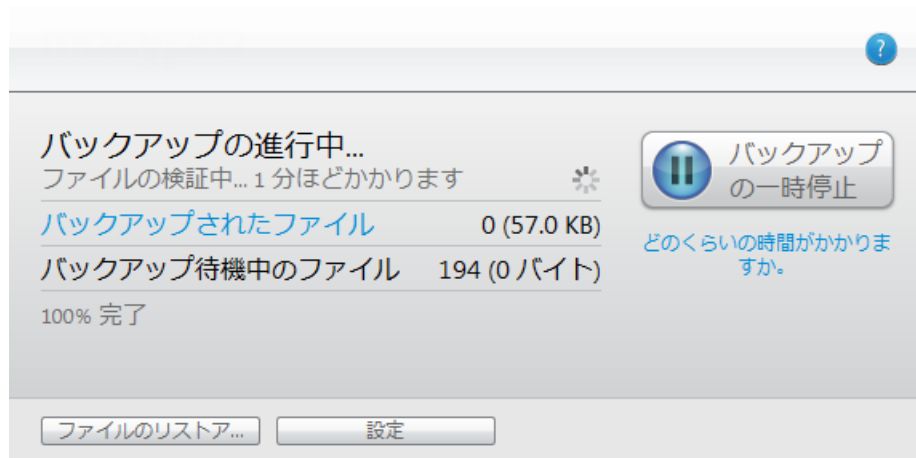



図 15 : % 完了、[ステータス] ウィンドウ

どのファイルがバックアップされるか表示する

バックアップとリストアの処理の履歴を表示するほかに、どのファイルがバックアップされるかを表示できます。バックアップの前後では、ファイルのバックアップリストのみが表示されますが、バックアップ中は、バックアップ待機中のファイルリストも表示されます。

どのファイルがバックアップされるか表示するには、次のいずれかの方法を選択してください。

- システムトレイにある アバスト! バックアップアイコン  を右クリックし、[バックアップファイルの表示] をクリックします。
- [ステータス] ウィンドウの [バックアップされたファイル] をクリックします。

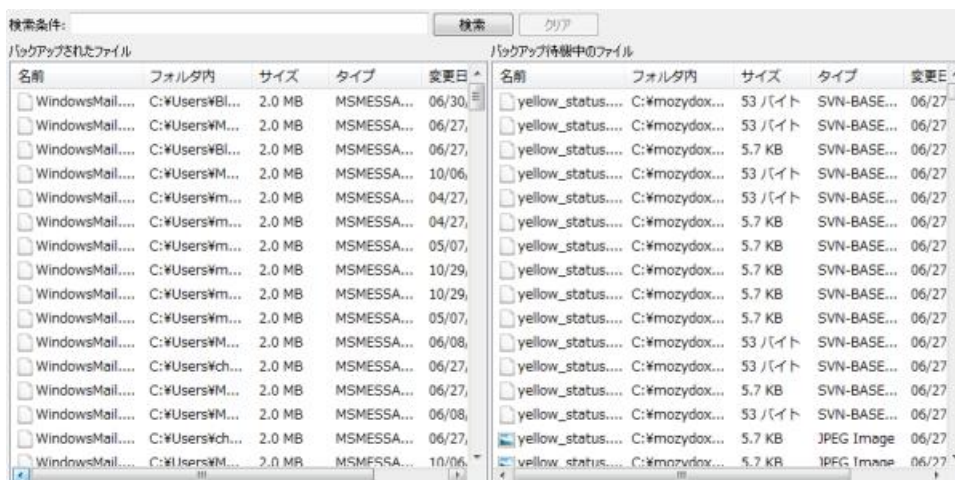


図 16 : バックアップ ファイル ウィンドウ

バックアップ ファイル ウィンドウには、現在バックアップされているファイルに関する情報が表示されます。バックアップ待機中のファイル リストは、バックアップ中にのみ表示されます。次のいずれかの操作を実行できます。

操作	説明
ファイルの検索	[検索条件] フィールドにファイルの検索に使用する文字を入力して、[検索] をクリックします。文字、数字、記号、スペース、およびワイルドカードを使用できます。ファイル名とフォルダの完全なパスに入力した文字があるかどうか検索されます。すべてのファイルのリストを再度表示するには、[検索条件] フィールドをクリアし、[検索] をクリックします。
リストの並べ替え	列のラベルをクリックすると、昇順または降順で選択した列を並べ替えることができます。以下の列で並べ替えることができます。 <ul style="list-style-type: none">• 名前: ファイルの名前 (拡張子を含む)。• フォルダ内: コンピュータ上でファイルが存在するフォルダの完全なパス。• サイズ: ファイルのサイズ。• タイプ: ファイルのタイプ。• 変更日: ファイルがコンピュータで最後に変更された日時。
列のサイズ変更	マウス ポインタを列ラベルの右側に移動します。マウス ポインタがサイズ変更モードに変わったら、ダブルクリックして列内で最も長い情報を含んだ列の幅に拡大します。手動で列を拡大/縮小するには、クリックしてドラッグします。

第 5 章

クライアントからのファイルのリストア

次の表では、アバスト!バックアップを使用したファイルのリストア方法を説明します。

オプション	説明
[リストア] タブ	アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウからファイルのリストアできます。 [リストア] タブは、最初のバックアップの実行後まで表示されません。
{{{virtual_drive_name}}}	ファイル エクスプローラ ウィンドウまたは [マイ コンピュータ] ウィンドウを使用して仮想ドライブからファイルのリストアできます。
右クリック リストア	[エクスプローラ] ウィンドウまたは [マイ コンピュータ] ウィンドウで右クリックしてリストアするファイルを選択することにより、ファイルのリストアできます。

前にバックアップしたコンピュータから新しいコンピュータにファイルのリストアすることもできます。詳細については、「[コンピュータの置き換え 65 ページ](#)の」を参照してください。

関連トピック

トピック：

- [\[リストア\] タブを使用したファイルのリストア](#)
- [VSS リストアの実行](#)
- [アバスト!バックアップの仮想ドライブの使用方法](#)
- [右クリック リストア](#)

[リストア] タブを使用したファイルのリストア

ファイルは アバスト!バックアップの [設定] ウィンドウの [リストア] タブからリストアできます。

この方法でリストアする場合、別のリストア先フォルダを指定しない限り、ファイルはバックアップ時に使用されたフォルダに自動的にリストアされます。

リストアは、1つのファイル、複数のファイル、古いバージョンのファイル、またはすべてのファイルに対して実行できます。ファイル名の一部がわかっている場合は、ファイル名を検索できます。または、ファイルがコンピュータのどこにバックアップされたかがわかっている場合は、その場所を参照できます。コンピュータ上の既存のファイルはリストアするバージョンで上書きするか、既にコンピュータに存在するバージョンを保持し、リストアしたバージョンを別の名前で保存できます。

ローカル バックアップを使用することを選択した場合、アバスト!バックアップのローカルバックアップドライブが接続されていれば、ファイルはインターネット経由ではなく、そのドライブからリストアされます。何らかの理由でローカルバックアップからファイルのリストアできない場合は、アバスト!バックアップ サーバからダウンロードされます。

- 重要:** [リストア] タブは、最初のバックアップが完了するまで使用できません。また、バックアップの実行中も使用できません。

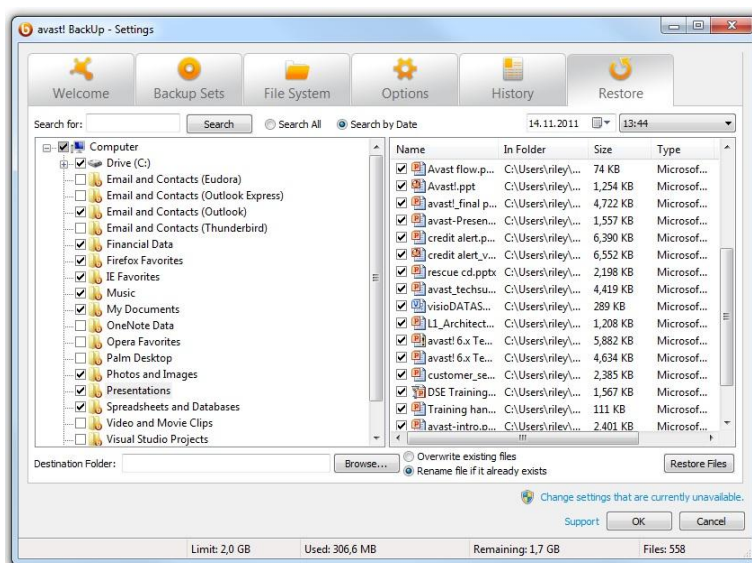



図 17: [リストア] タブ

[リストア] タブを使用してファイルをリストアするには:

1. システムトレイにある [アバスト! バックアップ] アイコン  を右クリックして、[設定] を選択します。
2. [その他の設定] を選択し、[リストア] をクリックします。

- ヒント:** [ステータス] ウィンドウで [ファイルのリストア] をクリックするか、システムトレイにある アバスト! バックアップ アイコンを右クリックして [ファイルのリストア] を選択することもできます。

3. 次のいずれかの方法を選択してください。
 - ファイルがいつバックアップされたかにかかわらず、検索または参照したファイルの最新バージョンをリストアするには、[すべて検索] をクリックします。
 - 特定の日に作成されたバックアップからリストアするには、[日付による検索] をクリックし、[リストア] タブの右上で日時を選択します。
4. 次のいずれかの方法を選択してください。
 - ファイル名の一部を使用してファイルを検索するには、[検索条件] ボックスに検索するファイル名の一部を入力し、[検索] をクリックします。
 - リストアするファイル、フォルダ、またはバックアップ セットを検索するには、左側のペインでファイルのリストア元のドライブ、フォルダ、またはバックアップ セットをクリックします。項目が完全に含まれているか、一部だけが含まれているか、除外されているかを確認するには、項目の選択または選択解除時にチェックボックスの状態を確認します。
5. (オプション) 特定のファイルをリストアするには、右側のペインで、リストアするファイルを選択します。

6. 次のいずれかの方法を選択してください。

オプション	説明
ファイルのリストア先の特定のフォルダを選択する	[参照] をクリックします。リストア先となるフォルダを参照し、必要に応じて新しいフォルダを作成し、[OK] をクリックします。[リストア先フォルダ] フィールドで、選択されているすべてのファイルのリストア先フォルダの完全なパスを確認します。リストア先フォルダの中で、バックアップされたときのフォルダ構造にファイルがリストアされます。
選択したファイルをバックアップ時の元のフォルダ構造に自動的にリストアする	[リストア先フォルダ] が空白であることを確認します。

7. リストア先フォルダ内の既存のファイルを上書きするか、リストアするファイルの名前を変更することで、その場所にある既存のファイルを保持し、名前を変更したリストアバージョンを追加するかどうかを選択します。

8. [ファイルのリストア] をクリックします。

[ステータス] ウィンドウにリストア中のファイルの進行状況が表示されます。

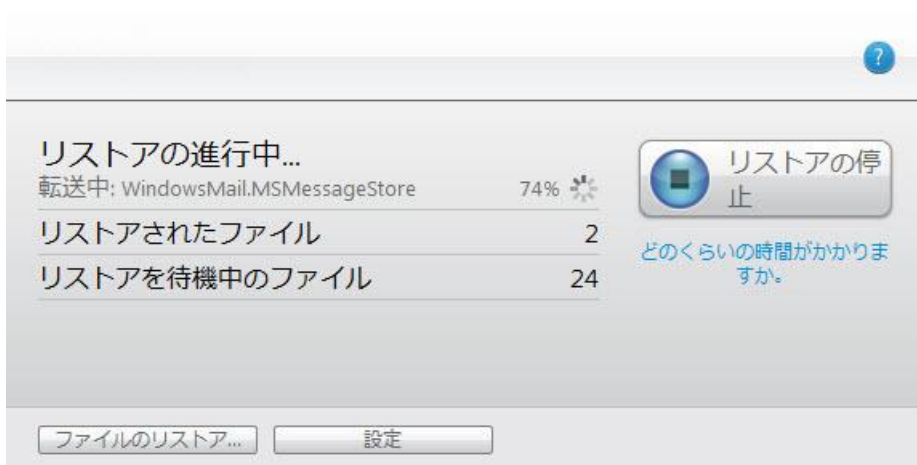


図 18 : [ステータス] ウィンドウ

VSS リストアの実行

サーバライセンスを持ち、Microsoft SQL Server、Microsoft Exchange Server、Active Directory、および Windows File Replication Service (たとえば、SYSVOL) などの VSS データをバックアップした場合、VSS リストアを使用してデータを回復できます。

重要: この機能を使用するには、アバスト! バックアップ サーバライセンスが必要です。

VSS データのリストア プロセスは、リストアするデータのタイプによって若干異なります。

Microsoft Exchange Server データのリストア このタスク

は、次の一連の手順で構成されています。 [すべてのメールボックスストアのマウント解除](#) 40 ページの [リストアの実行](#) 40 ページの

すべてのメールボックスストアのマウント 40 ページの

すべてのメールボックスストアのマウント解除


Microsoft Exchange データをリストアする前に、すべてのメールボックスストアのマウントを解除する必要があります。

1. Microsoft Exchange システム マネージャを開き、[Servers] フォルダに移動します。
2. 各ストレージ グループを展開します。
3. 各メールボックスストアについては、メールボックスストアを右クリックし、[ストアのマウントを解除] をクリックします。

リストアの実行

すべてのメールボックスストアのマウントが問題なく解除されると、リストアを実行できます。

1. システムトレイにある アバスト! バックアップ アイコンを右クリックし、[ファイルのリストア] をクリックします。
2. [VSS リストア] をクリックします。
3. VSS: MS Exchange Server バックアップ セットを選択します。

 **注意:** [信頼できるリストア] を選択すると、バックアップのリストア後、リストアしたディレクトリ データベースがそのドメインにある別のサーバに強制的に複製されます。

4. バックアップ セットにアクセスする方法を選択します。
 - アバスト! バックアップ リモート バックアップ サーバからファイルをダウンロードする。
 - 前にダウンロードしたリストアを使用する。
5. 前にダウンロードしたリストアを使用するように選択する場合は、ファイルが保存される場所を参照します。
6. [次へ] をクリックします。
[VSS のダウンロード中] ウィンドウが表示されます。
データがダウンロードされると、VSS ライターが自動的にファイルを正しい場所にコピーします。

すべてのメールボックスストアのマウント リストアが完了したら、すべてのメールボックスストアをマウントする必要があります。

1. Microsoft Exchange システム マネージャを開き、[Servers] フォルダに移動します。
2. 各ストレージ グループを展開します。
3. 各メールボックスストアについては、メールボックスストアを右クリックし、[ストアのマウント] をクリックします。

Active Directory および SYSVOL データのリストア

このタスクは、次の一連の手順で構成されています。

- [ディレクトリ サービス リストア モードでのサーバの再起動](#) 41 ページの
- [Active Directory および SYSVOL へのデータのリストア](#) 41 ページの

ディレクトリ サービス リストア モードでのサーバの再起動

Active Directory および SYSVOL にデータをリストアする前に、サーバをディレクトリ サービス リストア モードで再起動する必要があります。

1. サーバを再起動します。
2. 再起動プロセス中に、キーボードの [F8] キーを押したままにします。
3. Windows の [詳細オプション] メニューが表示されたら、[ディレクトリ サービス リストア モード] を選択し、Enter キーを押します。
4. [認証] ウィンドウが表示されたら、ローカル管理者としてログインします。

Active Directory および SYSVOL へのデータのリストア

サーバをディレクトリ サービス リペア モードで再起動したら、リストアプロセスを開始できます。

1. システムトレイにある アバスト! バックアップ アイコンを右クリックし、[ファイルのリストア] をクリックします。
2. [VSS リストア] をクリックします。
3. [VSS Active Directory] および [SYSVOL] を選択します。



注意: [信頼できるリストア] を選択すると Windows により Active Directory がそのドメインにあるすべてのドメイン コントローラに複製され、オブジェクトおよびオブジェクト ツリーが上書きされます。

4. バックアップ セットにアクセスする方法を選択します。
 - アバスト! バックアップ リモート バックアップ サーバからファイルをダウンロードする。
 - 前にダウンロードしたリストアを使用する。
5. 前にダウンロードしたリストアを使用するように選択する場合は、ファイルが保存される場所を参照します。
6. [次へ] をクリックします。
[VSS のダウンロード中] ウィンドウが表示されます。
データがダウンロードされると、VSS ライターが自動的にファイルを正しい場所にコピーします。

Active Directory および SYSVOL を問題なくリストアしたら、Windows Server を標準モードで再起動し、ドメイン コントローラ管理者としてログインします。

Microsoft SQL Server データのリストア

1. [開始]>[>実行] をクリックし、「Service.msc」を入力し、次に、[OK] をクリックします。
2. [SQL Server] サービスを右クリックし、[停止] をクリックします。



注: SQL Server VSS ライターのプロセスは停止しないでください。

3. システムトレイにある アバスト! バックアップ アイコンを右クリックし、[ファイルのリストア] をクリックします。
4. [VSS リストア] をクリックします。

-
5. リストアする必要がある VSS: MS SQL Server バックアップ セットを選択します。
 6. バックアップ セットにアクセスする方法を選択します。
 - アバスト!バックアップ リモート バックアップ サーバからファイルをダウンロードする。
 - 前にダウンロードしたリストアを使用する。
 7. 前にダウンロードしたリストアを使用するように選択する場合は、ファイルが保存される場所を参照します。
 8. [次へ] をクリックします。

[VSS のダウンロード中] ウィンドウが表示されます。

データがダウンロードされると、VSS ライターが自動的にファイルを正しい場所にコピーします。
 9. [開始]>[>実行] をクリックし、「Service.msc」を入力し、次に、[OK] をクリックします。
 10. [SQL Server] サービスを右クリックし、[開始] をクリックします。

COM+ のリストア

1. システムトレイにある アバスト!バックアップ アイコンを右クリックし、[ファイルのリストア] をクリックします。
2. [VSS リストア] をクリックします。
3. VSS: COM+ バックアップ セットを選択します。
 - アバスト!バックアップ リモート バックアップ サーバからファイルをダウンロードする
 - 以前ダウンロードされたウェブ リストア または DVD リストアからコピーしたファイルを使用する
4. 以前ダウンロードされたリストアを使用するよう選択した場合は、ファイルまたは DVD のいずれかが格納されている場所に移動します。
5. [次へ] をクリックします。[VSS のダウンロード中] ウィンドウが表示されます。
6. データがダウンロードされると、VSS ライターが自動的にファイルを正しい場所にコピーします。

リストアの完了後、リストアを有効にするには、Windows を再起動する必要があります。

レジストリのリストア

1. システムトレイにある アバスト!バックアップ アイコンを右クリックし、[ファイルのリストア] をクリックします。
2. [VSS リストア] をクリックします。
3. VSS: Registry バックアップ セットを選択します。
 - アバスト!バックアップ リモート バックアップ サーバからファイルをダウンロードする
 - 前にダウンロードしたリストアを使用する。
4. 前にダウンロードしたリストアを使用するように選択する場合は、ファイルが保存される場所を参照します。
5. [次へ] をクリックします。[VSS のダウンロード中] ウィンドウが表示されます。

データがダウンロードされると、VSS ライターが自動的にファイルを正しい場所にコピーします。

リストアの完了後、リストアを有効にするには、Windows を再起動する必要があります。

アバスト! バックアップ の仮想ドライブの使用方法

1. [マイ コンピュータ] ウィンドウにアクセスするには、以下の手順を実行します。
 - [スタート] メニューまたはデスクトップ アイコンを使用して [マイ コンピュータ] (Vista では [コンピュータ]) に移動する
 - [スタート] ボタンを右クリックして [エクスプローラ] をクリックし、[マイ コンピュータ] (Vista ユーザの場合は [コンピュータ]) をクリックします。
2. ファイル一覧が表示されたら、`{{virtual_drive_name}}` を選択します。
3. リストアするフォルダおよびファイルに移動します。
複数の異なる日時のバックアップ ファイルから選択することが必要となる場合もあります。
4. 最新のファイルまたは必要な特定のファイルを選択します。
5. フォルダまたはファイルを右クリックし、ドロップダウン メニューから [リストア] を選択します。
6. (条件的)ファイルが壊れた場合で、同じ名前のファイルがローカルドライブに存在しているときは、アバスト! バックアップ に尋ねられたら上書きまたは名前変更のいずれかを行います。
ファイルが確実に壊れているため上書きする場合は、[上書き] をクリックします。確かでない場合は、[名前変更] をクリックしてファイル名を変更します。作成した新しいファイルは記録しておいてください。

[ステータス] ウィンドウにファイルのリストアの進行状況が表示されます。

右クリック リストア

右クリック リストアにより、Windows の [エクスプローラ] ウィンドウで右クリックしてリストアするファイルを選択できます。右クリック リストアは、データを誤って損失、削除、または損傷した場合など、Windows で少数のファイルをリストアする最も簡単で効率的な方法です。1 つのファイル、フォルダ内の複数のファイル、またはファイルの前のバージョンをリストアできます。複数のディレクトリに渡ってファイルをリストアするには、[設定] で [リストア] タブを使用します。詳細については、「[\[リストア\] タブを使用したファイルのリストア 37 ページの](#)」を参照してください。

1. Windows エクスプローラを開きます。

オプション	説明
Windows 2000/XP/2003	<ul style="list-style-type: none"> • [スタート] メニューまたはデスクトップ アイコンを使用して [マイ コンピュータ] に移動します。 • [スタート] ボタンを右クリックして [エクスプローラ] をクリックします。
Windows Vista	<ul style="list-style-type: none"> • [スタート] メニューまたはデスクトップ アイコンを使用して [コンピュータ] に移動します。

オプション

説明

・[スタート] ボタンを右クリックして [エクスプローラを開く] をクリックし、

2. リストアするファイルまたはフォルダを参照します。
3. 次のいずれかの方法を選択してください。

オプション

説明

フォルダ内のファイルをリストアする

Windows エクスプローラ ウィンドウで右クリックして、[フォルダ内のファイルをリストアする] をクリックします。

新しいウィンドウが開き、リストアできるファイルが表示されます。

ファイルの前のバージョンをリストアする

ファイルを右クリックして、[以前のバージョンのリストア] をクリックします。

新しいウィンドウが開き、リストアできるファイルの前のバージョンを表示します。

4. リストアするファイルまたはファイルのバージョンをリストから選択し、選択したファイルまたはフォルダを右クリックします。
5. 次のいずれかの方法を選択してください。

オプション

説明

リストア

ファイルまたはフォルダを同じ場所にリストアする場合に使用します。ファイルが既に存在する場合は、[上書き]、[名前変更]、またはリストアを [キャンセル] するか選択する必要があります。

リストア先

ファイルまたはフォルダを新しい場所にリストアする場合に使用します。ファイルの保存先に移動し、[保存] をクリックします。

[ステータス] ウィンドウにリストアの進行状態が表示されます。

第 6 章

ウェブからのファイルのリストア

この章には、以下のトピックが含まれます。

トピック：

- [アバスト! ウェブ復元 へのログイン](#)
- [ウェブからのファイルのリストア](#)
- [リストアするファイルの選択](#)
- [アバスト! ウェブ復元 を使用するための方法](#)
- [リストア ファイルの配布方法の選択](#)
- [リストアするファイルの取得](#)
- [トラブルシューティング](#)

アバスト! ウェブ復元 へのログイン

オンライン アカウントにログインし、ウェブからファイルのリストアするには、以下の手順を実行します。

1. [アバスト! バックアップ 管理者から通知された URL](#) で、オンライン アカウントにログインします。

これは、<https://subdomain.mozypro.com/login> のような URL です。"subdomain" には、使用しているアバスト! バックアップ アカウントの実際のサブドメインが入ります。

2. ファイルをリストアするコンピュータの名前を見つけ、[ファイルのリストア] クリックします。

アバスト! ウェブ復元 が表示され、選択したコンピュータからバックアップしたファイルのリストアを開始できます。詳細については、「[リストアするファイルの選択](#) 46 ページの」を参照してください。

ウェブからのファイルのリストア

アバスト! バックアップ ソフトウェアを使用してコンピュータ上にすばやく簡単にファイルのリストアできますが、オンラインでアカウントにログインしてファイルのリストアすることもできます。アバスト! バックアップ と同様、古いバージョンのファイルや過去 30 日以内にコンピュータから削除したファイルを含め、1 つまたは少数のファイルをすばやくリストアできます。さらには、すべてのファイルをリストアすることも可能です。

リストアするファイルの選択

アバスト! ウェブ復元 には、リストアするファイルまたはフォルダを検索する方法がいくつか用意されています。リストアプロセスへの理解を深めようとする場合は、処理効率を最大限に高めるのに役立つ推奨事項と方法を参照してください。詳細については、「[アバスト! ウェブ復元 を使用するための方法](#) 56 ページの」を参照してください。

- [参照] ページでは、コンピュータ上のフォルダ構造と同じフォルダ構造でファイルを検索します。詳細については、「[参照ページについて](#) 54 ページの」を参照してください。
- 名前の文字の一部または全部を使用してファイルまたはフォルダを検索し、[検索結果] ページでファイルまたはフォルダを選択します。詳細については、「[ファイルの検索](#) 55 ページの」および「[検索結果ページについて](#) 56 ページの」を参照してください。
- アバスト! バックアップ のデフォルトまたはカスタム バックアップ セットをベースにしたグループとしてファイルまたはフォルダを検索します。詳細については、「[バックアップ セット ページについて](#) 53 ページの」を参照してください。
- 1 回のクリックで、リストアするファイルすべてを選択します。詳細については、「[/すべてリストア/](#) について 48 ページの」を参照してください。

[参照]、[バックアップ セット]、[検索結果] の各ページでファイルを表示しているとき、以下の操作を実行できます。

操作	説明
階層リンクを使用して移動する ファイル	[参照] ページまたは [バックアップ セット] ページでのみ使用できます。詳細については、「 参照ページについて 54 ページの」または「 バックアップ セット ページについて 53 ページの」を参照してください。
またはフォルダの情報を表示する	ファイルまたはフォルダをクリックします。 右側の [詳細] ウィンドウで情報を表示できます。ファイルのプレビューを表示できる場合もあります。 [詳細] ウィンドウが表示されない場合は、  をクリックします。
リストビューとサムネイルビューを切り替える	 または  をクリックします。
ファイルとフォルダの表示を別々に並べ替える	リストビューでは、列のラベルをクリックすると、昇順または降順で列を並べ替えることができます。 サムネイルビューでは、[並べ替え] をクリックして属性を選択し、昇順または降順で列を並べ替えることができます。
列の幅を変更する	列が表示されているビューでは、列のラベルの間の仕切りの上にマウス ポインタを置き、マウス ポインタの両端が矢印に変わったら、クリックしてドラッグし、列の幅を変更します。
今すぐファイルをリストアする	ファイルに対して  をクリックします。ファイルがコンピュータにダウンロードされます。ご使用のウェブブラウザによっては、インターネットからダウンロードするその他のファイルと同様に、ファイルがコンピュータに保存されるか、開かれます。  注: 100 MB より大きいファイルを短時間でダウンロードすることはできません。代わりに、このようなア

操作	説明
	<p>イルは、リストアするセットに追加する必要があります。</p>
<p>リストアするファイルセットにファイルまたはフォルダを追加する</p>	<p>ファイルまたはフォルダのチェックボックスをクリックします。</p> <p>ファイルまたはフォルダは、[リストアの概要] ウィンドウで作成しているセットに追加されます。</p>
<p>過去 30 日間にコンピュータから削除したファイルを表示する</p>	<p>[参照]または[検索結果]ページで、[削除されたファイルの表示]をクリックします。</p> <p>削除されたファイルは、[バックアップセット]ページに表示されません。</p>
<p>ファイルの以前のバージョンを表示する</p>	<p> をクリックします。以前のバージョンのリストが表示されます。バージョンを選択して、右側の [詳細] ウィンドウでその詳細を表示します。</p> <p>以前のバージョンをすぐにダウンロードするには、そのバージョンに対して  をクリックします。</p> <p> 注: 100 MB より大きいファイルを短時間でダウンロードすることはできません。代わりに、このようなファイルは、リストアするセットに追加する必要があります。</p> <p>以前のバージョンをリストアセットに追加するには、 をクリックしてバージョンを選択し、ファイルのチェックボックスをクリックします。1つのリストアセットでリストアできるファイルのバージョンは1つだけです。</p>
<p>特定の日付からバックアップされたファイルを表示する日付を変更する</p>	<p> をクリックします。これを実行すると、リストア対象として既に選択されているファイルの選択が解除されます。同時に選択できるのは同じ日付のファイルのみです。</p>
<p>リストアするファイルセットからファイルまたはフォルダを削除する (間違っって選択した場合)</p>	<p>[リストアの概要] ウィンドウで、ファイルまたはフォルダのチェックボックスをクリックします。</p> <p>ファイルまたはフォルダは、[リストアの概要] ウィンドウで作成しているセットに表示されなくなります。</p>
<p>リストアするファイルセットからすべてのファイルまたはフォルダを削除する</p>	<p>[リストアの概要] ウィンドウで [すべてクリア] をクリックします。</p> <p>[リストアの概要] ウィンドウにはファイルが表示されなくなります。</p>
<p>リストアするファイルセットを送信する</p>	<p>[リストアの概要] ウィンドウで [送信] をクリックします。</p> <p>リストア ファイルの配布方法を選択します。詳細については、「配布方法の選択 58 ページの」を参照してください。</p>
<p>表示しているページのヘルプトピックを表示する</p>	<p> をクリックします。表示しているページに関連するトピックのリストが表示されます。</p>
<p>アバスト! ウェブ復元 からのメッセージを表示する</p>	<p> をクリックします。メッセージの [リストアの詳細の表示] をクリックすると、その特定のリストアが [リストアの状態] ウィンドウで強調表示されます。</p>


関連トピック

全ファイルのリストア

アバスト! ウェブ復元を使用すると、損失したコンピュータ、損傷したコンピュータ、または盗難されたコンピュータからファイルをリストアできます。

また、次の場合でもすべてのファイルをリストアできます。

- オペレーティングシステムをアップグレードまたは再インストールした場合。
- 新しいハードドライブをアップグレードまたはインストールした場合。
- 新しいコンピュータに変更する予定がある場合 (Windows と Mac のようにプラットフォームが異なる場合も含まれます)。

 注: アバスト! ウェブ復元 はファイル転送ユーティリティではありません。ファイルの移動に使用することはできますが、前もって計画して手動でファイルを転送する準備を整える場合は、より良い方法が見つかる可能性があります。詳細については、「[アバスト! ウェブ復元を使用するための方法](#) 56 ページの」を参照してください。

すべてのファイルをリストアするには:


1. (オプション) 過去 30 日間にコンピュータから削除したすべてのファイルをリストアに含めるには、[削除されたファイルの表示] のボックスにチェックマークを入れます。詳細については、「[コンピュータから削除したファイルのリストア](#) 50 ページの」を参照してください。
2. アバスト! ウェブ復元 ホーム ページで、[すべてリストア] をクリックします。
3. リストアされたファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

ファイルを受け取ってコンピュータに格納すると、同じユーザ ID とパスワードを使用してアバスト! バックアップ をインストールし、元のコンピュータを置き換えるように選択できます。お使いのコンピュータ上の アバスト! バックアップ は既にサーバにあるすべてのファイルと関連付けることしかできないため、最初のバックアップにはゼロからバックアップするときほどの時間はかかりません。

関連トピック [すべてリス

トア] について

アバスト! ウェブ復元の [すべてリストア] は、コンピュータの紛失、盗難、損傷の場合に、すべてのファイルを簡単にリストアできる機能です。[すべてリストア] を使用すると、すべてのバックアップファイルが 1 つのセットにパッケージ化され、そのパッケージの配布方法を選択できるようになります。詳細については、「[アバスト! ウェブ復元を使用するための方法](#) 56 ページの」および「[リストアファイルの配布方法の選択](#) 57 ページの」を参照してください。

 注: 古いコンピュータがまだ使用できる場合は、アバスト! ウェブ復元 を使用してファイルを新しいコンピュータに取得することはお勧めできません。アバスト! ウェブ復元 はバックアップ ファイルをリストアするように設計されていますが、ファイル転送ユーティリティの役割を果たすものではありません。詳細については、「[古いコンピュータをまだ使用できる場合](#) 49 ページの」を参照してください。

どの配布方法を使用しても、すべてのファイルを取得するには相当な時間がかかります。したがって、少数のファイルが早急に必要な場合は、それらのファイルのみをダウンロードすることを検討してください。詳細については、「[複数ファイルのリストア](#) 49 ページの」を参照してください。

[すべてリストア] を使用すると、すべてのファイルの最新のバックアップバージョンのみがリストアされます。ファイルは、このコンピュータのすべてのドライブからリストアされます。削除する

ようにマークされたファイル(過去30日間にコンピュータから削除したファイル)はリストアに含まれません。これらのファイルをリストアに含めるには、[すべてリストア]をクリックする前に[削除されたファイルの表示]をオンにします。詳細については、「[コンピュータから削除したファイルのリストア 50 ページの](#)」を参照してください。

すべてのファイルをリストアした後、同じユーザIDとパスワードを使用して新しいコンピュータにアバスト!バックアップをインストールし、元のコンピュータと置き換えるように選択できます。これにより、新しいコンピュータは、古いコンピュータからバックアップしたファイルが新しいコンピュータに属することを認識します。また古いコンピュータでアバスト!バックアップを使用できなくなります。新しいコンピュータは、古いコンピュータからバックアップされたファイルに関連付けられているので、新しいコンピュータからすべてのファイルをアップロードする必要はありません。既にファイルが移動されているので、リストアの必要もありません。足りないファイルがある場合、30日以内であればアバスト!ウェブ復元かアバスト!バックアップを使用してリストアできます。

古いコンピュータをまだ使用できる場合

多くの場合、2つのコンピュータ間で直接ファイルを移動する方が適切です。その方がアバスト!ウェブ復元を使用するよりも短時間で完了します。また技術的な素養がない場合、アバスト!ウェブ復元を使用するよりも手動でファイルを移動する方が容易です。直接ファイルを移動するためのツールや情報は、ご使用のコンピュータ上やインターネット上で見つけることができます。またはコンピュータに詳しい友達に尋ねてください。それでもなおご希望であれば、適切な方法でアバスト!ウェブ復元を使用してファイルを移動することは可能です。

1つのファイルのリストア

1つのファイルはすぐにダウンロードできますが、例外が1つあります。ファイルのサイズが100MBより大きい場合、すぐにダウンロードせずに、ファイルを新しいリストアセットに追加し、ダウンロードの準備の完了が通知されてからセットを一度にダウンロードする必要があります。

また、古いバージョンのファイル、またはコンピュータから削除したファイルをリストアすることもできます。詳細については、「[コンピュータから削除したファイルのリストア 50 ページの](#)」または「[古いバージョンのファイルのリストア 51 ページの](#)」を参照してください。

1つのファイルをリストアするには:

1. アバスト!ウェブ復元で、[参照]、[検索]、または[バックアップセット]をクリックして、リストアするファイルを見つけます。
2. 次のいずれかの方法を選択してください。
 - ファイルのサイズが100MBより小さい場合、ダウンロードするファイルについて[📄]をクリックします。ファイルがコンピュータにダウンロードされます。ご使用のウェブブラウザによっては、インターネットからダウンロードするその他のファイルと同様に、ファイルがコンピュータに保存されるか、開かれます。
 - ファイルのサイズが100MBより大きい場合、ファイルのチェックボックスをクリックします。ファイルが[リストアの概要]ウィンドウにファイルが表示されます。次の手順に進みます。
3. [送信]をクリックし、リストアファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択 58 ページの](#)」を参照してください。

複数ファイルのリストア

複数のファイルまたはフォルダを取得するには、それらをセットに追加します。

セットが小さい場合は、ダウンロードが最適の選択です。セットのサイズが非常に大きい場合は、ダウンロード準備の完了を示す通知を受け取るまでに時間がかかる場合があります。大きいサイズのセットは、ダウンロードにも時間がかかります。このため、ファイルのセットのサイズが非常に大きい場合、直接送付してもらうほうが適していることがあります。送付を希望しない場合、非常に大きいサイズの 1 つのセットよりも小さいサイズの複数のセットを作成する方が簡単になりやすいです。

複数のファイルまたはフォルダを 1 つのセットで取得するには:

1. アバスト! ウェブ復元で、[参照]、[検索]、または [バックアップセット] をクリックして、リストアするファイルを見つけます。
2. セットに追加するファイルまたはフォルダのチェックボックスをクリックします。
3. [送信] をクリックし、リストア ファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

コンピュータから削除したファイルのリストア

ファイルまたはフォルダをコンピュータから削除しても アバスト! バックアップでバックアップをとっておけば、そのファイルやフォルダをリストアするための期間が 30 日間あります。これは、誤って削除した場合の備えです。ただし、30 日が経過すると削除は意図的なものであると見なされて、ファイルまたはフォルダは完全にオンライン バックアップから削除されます。

オンライン バックアップから削除フラグが付けられたファイルは、完全に削除されるまで、ユーザーのコンピュータと同じフォルダ構造で保管されます。

 注: 削除されたファイルは、[バックアップセット] ページに表示されません。

コンピュータから削除したファイルまたはフォルダをリストアするには:

1. アバスト! ウェブ復元で、[参照] または [検索] をクリックして、リストアするファイルを探します。
2. [参照] または [検索結果] ページで、[削除されたファイルの表示] をクリックします。

名前	タイプ	サイズ	日付	バージョン
BD18180_ (削除済み)	wmf	2.29 KB	98/08/24	
BD18181_ (削除済み)	wmf	2.8 KB	98/10/23	
BD18182_ (削除済み)	wmf	3.09 KB	98/08/24	
BD18184_ (削除済み)	wmf	3.29 KB	98/08/24	
BD18185_ (削除済み)	wmf	3.32 KB	98/08/24	
BD18187_ (削除済み)	wmf	1.84 KB	98/08/24	
BD18189_ (削除済み)	wmf	2.38 KB	98/08/24	
BD18190_ (削除済み)	wmf	2.4 KB	98/10/23	
BD18191_ (削除済み)	wmf	3.16 KB	98/08/24	
BD18192_ (削除済み)	wmf	8.11 KB	98/08/24	
BD18193_ (削除済み)	wmf	4.64 KB	98/08/24	
BD18194_ (削除済み)	wmf	3.47 KB	98/08/24	
BD18196_ (削除済み)	wmf	1.41 KB	98/08/24	
BD18197_ (削除済み)	wmf	1.43 KB	98/10/23	
BD18198_ (削除済み)	wmf	1.45 KB	98/10/23	
BD18199_ (削除済み)	wmf	3.06 KB	98/08/24	

削除されたファイルの表示

1 2 3 4 5 | 次へ (1 - 50 / 299 項目)

図 19: 削除されたファイルの表示

オンライン バックアップから削除フラグを付けられたファイルまたはフォルダは、アバスト! ウェブ復元に「削除済み」として表示されます。

3. セットにファイルまたはフォルダを追加するには、チェックボックスをクリックします。
4. [送信] をクリックし、リストア ファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

古いバージョンのファイルのリストア

長い期間をかけてファイルを編集すると、さまざまなバージョンのファイルがバックアップされます。ファイルのリストアを選択する際に、古いバージョンのファイルでも選択できます。古いバージョンのファイルを単独で即座にダウンロードできますが、 リストアする一連のファイルに追加することも可能です。

リストアする単一ファイルのセットでは、1 つのバージョンの同じファイルしかダウンロードできません。つまり、昨日バックアップしたファイルや、先週バックアップしたファイル バージョンを含んでいるセットは作成できません。

複数バージョンのファイルをリストアする場合は、ファイルを個別にダウンロードし、お使いのコンピュータに別の名前で別の場所に保存してください。

古いバージョンのファイルのリストアするには:

1. アバスト! ウェブ復元 で、[参照]、[検索]、または [バックアップセット] をクリックして、リストアするファイルを見つけます。

2. [バージョン] 列を見て、少なくとも 2 つのバージョンの使用可能ファイルがあるかどうかを確認します。



図 20 : 使用可能なバージョン

3. **6** をクリックします。このボタンの数字は、リストアに使用できるバージョンの数を示しています。バックアップされた日時に基づいて並べ替えられているバージョンのリストが表示されます。
4. 古いバージョンのファイルをリストアセットに追加するには、**○** をクリックして選択し、ファイルのチェックボックスをクリックします。
1 つのリストアセットでリストアできるファイルのバージョンは 1 つだけです。
5. [送信] をクリックし、リストア ファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

異なるドライブからのファイルのリストア

検索またはバックアップ セットを使用してファイルを表示すると、すべてのドライブからバックアップした全ファイルを表示できます。

[参照] を使用してファイルを表示すると、一度に 1 つのドライブのファイルしか表示できません。別のドライブ (2 つ目のハード ドライブなど) からファイルをバックアップした場合、参照しているパスを変更しないと別のドライブからバックアップしたファイルは表示されません。

[参照] ページを使用しているときに参照中のパスを変更するには:

1. アバスト! ウェブ復元 で、[参照] をクリックします。
2. [参照] ページの階層リンクで、ファイルをリストアするコンピュータの名前をクリックします。コンピュータ名が階層リンクの最初のセグメントで、ドライブ文字は 2 番目のセグメントです。



図 21 : 階層リンクのコンピュータ名 コンピュータ

の別のドライブが一覧表示されます。

3. リストアするファイルまたはフォルダを参照するドライブをクリックします。

4. セットにファイルまたはフォルダを追加するには、チェックボックスをクリックします。
5. [送信] をクリックし、リストア ファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

異なるコンピュータからのファイルのリストア

アバスト! バックアップ を使って複数のコンピュータをバックアップする場合、ファイルのリストアする別のコンピュータを選択するためにアカウント ページに戻る必要が生じることがあります。

アバスト! ウェブ復元 からアカウント ページに戻るには:

[サインアウト] の横にある、右上隅のユーザ名をクリックします。

バックアップ セットのリストア

アバスト! バックアップ で、一般的なファイルの種類は、バックアップ セットにまとめられてバックアップ用に自動的に選択されます。詳細については、「[バックアップ セットについて](#) 54 ページの」を参照してください。

Photos and Images、*Email and Contacts* などのバックアップ セットを使用してリストアするファイルと類似した一連のファイルをすべて選択したり、リストアするバックアップ セット内で特定のファイルを選択したりすることができます。コンピュータ上の複数のドライブからファイルをバックアップする場合、バックアップ セットは、それぞれのドライブでファイルに移動して選択する必要がなく、リストアするファイルを選択するのに便利な方法です。

バックアップ セットを使用してファイルを選択するには:

1. アバスト! ウェブ復元 で、[バックアップ セット] をクリックします。
バックアップ セットのリストが表示されます。
2. 次の操作のいずれかを実行します。
 - リストアするバックアップ セット全体を選択するには、そのバックアップ セットのチェックボックスをクリックします。
 - バックアップ セットから特定のファイルまたはフォルダを選択するには、バックアップ セット内に移動し、対象のファイルまたはフォルダのチェックボックスをクリックします。
3. [送信] をクリックし、リストア ファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

バックアップ セット ページについて

バックアップ セット ページでは、ファイルのバックアップ方法の規則に従って、ファイルをグループで表示できます。詳細については、「[バックアップ セットについて](#) 54 ページの」を参照してください。

バックアップ セット ページは、リストアするファイルの種類はわかっているが、どのような名前でもコンピュータ上のどこにあるかがわからない場合に便利です。音楽などの特定のファイルのカテゴリからすばやくリストアする必要がある場合にも便利です。たとえば、音楽用の標準バックアップ セットには、音楽ファイルが含まれているドライブやフォルダに関係なく、バックアップされたすべての音楽ファイルが表示されます。バックアップ セット ページには、過去 30 日の間にコンピュータから削除したファイルが表示されることはありません。

バックアップ セット ページを開くには、[バックアップ セット] をクリックします。



図 22 : バックアップ セット ページ

バックアップ セット ページでは、階層リンクを使用して移動できます。バックアップ セットのリスト全体を表示するには、[バックアップ セット] をクリックします。または、◀▶ をクリックすると、Web ブラウザで使用する [戻る] ボタンと [進む] ボタンのように、次に進んだり前に戻ったりできます。

バックアップ セットについて

バックアップ セットを使用すると、指定ディレクトリ内でファイル タイプに従ってアバスト! バックアップ ソフトウェアでバックアップ対象ファイルを選択することができます。あるファイル タイプの新しいファイルをバックアップするために選択し、そのファイルがコンピュータに保存されると、その後のすべてのバックアップでアバスト! バックアップ が自動的にそのファイルを選択します。

たとえば、ワープロ文書バックアップ セットを選択すると、コンピュータの「My Documents」と「Desktop」フォルダに保存されているすべての Microsoft Word ファイル、OpenOffice.org ファイル、WordPerfect ファイル、Adobe Acrobat ファイル、およびテキスト ファイルが自動的にバックアップされます。その後コンピュータのこれらのフォルダに保存された同じ拡張子を持つファイルは、自動的にバックアップに追加されます。

参照ページについて

参照ページでは、バックアップファイルがコンピュータ上で配置されるのと同じ方法で、バックアップ ファイルをフォルダ構造で表示できます。

リストアする特定のフォルダとファイルの場所がわかっている場合は、参照ビューを使用してフォルダ構造内を移動できます。特定のフォルダまたはファイルを見つけたら、セットに追加してリストアするか、1つのファイルをすぐにダウンロードできます。

ブラウズ ページを開くには、[ブラウズ] をクリックします。



図 23 : ブラウズ ページ

ブラウズ ページでは、階層リンクを使用して移動できます。黒いバーの階層リンクでは、バックアップファイルのフォルダ構造内のどこに自分がいるかが表示

されます。バックアップしたコンピュータの名前は、階層リンクの最初の部分です。

次に表示されるのがバックアップしたドライブです。確認するドライブを変更するには、コンピュータの名前をクリックします。

この後、フォルダ構造内をクリックすると、フォルダの名前を表示できます。現在参照しているフォルダの名前は最後に表示されます。フォルダの名前が非常に長い場合は、現在参照しているフォルダ名のスペースを確保するために、階層リンク内で非表示になっていることがあります。

階層リンクの一部をクリックすると、バックアップされたフォルダ構造の対応する部分に移動します。または、 をクリックすると、Web ブラウザで使用する [戻る] ボタンと [進む] ボタンのように、次に進んだり前に戻ったりできます。

ファイルの検索

検索機能を使用すると、入力した検索語が名前に含まれているファイルとフォルダを見つけることができます。検索では、ファイル拡張子を含むファイル名とフォルダ名の中で検索語を探します。検索結果は、一度に1つのセットのみを表示できます。

ファイルまたはフォルダを検索するには:

1. アバスト! ウェブ復元 で、次のいずれかの方法を選択します。

- [検索] ボックスに検索語を入力し、 をクリックします。

注: 検索語は、少なくとも2文字(文字、数字、または記号)を入力する必要があり、最後の文字にのみワイルドカード (*) を使用できます。


- 最近使用した5つの検索語のいずれかを使用するには、 をクリックし、検索語のいずれかを選択します。
- [検索] ボックスにテキストを入力している途中でテキストをクリアするには、 をクリックします。
- 検索を完了前に停止するには、 をクリックします。
- 最後の検索結果をクリアし、1つ前のビューに戻るには、 をクリックします。

検索結果が表示されます。

2. セットにファイルまたはフォルダを追加するには、チェックボックスをクリックします。

3. [送信] をクリックし、リストア ファイルの配布方法を選択します。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

検索結果ページについて 検索では、バックアップ元のドライブやフォルダやファイルが属するバックアップ セットに関係なく、ファイル タイプも含めて、フォルダやファイル名に入力した文字を探してファイルとフォルダを見つけることができます。

検索結果を表示するには、[検索] ボックスに少なくとも2文字(文字、数字、または記号)を入力し、 をクリックします。


 ヒント: 最後の文字にのみワイルドカード (*) を使用できます。



図 24 : 検索結果ページ

アバスト! ウェブ復元 を使用するための方法

1つまたは若干数のファイルをリストアしたり、コンピュータから削除した1つのファイルをリストアしたりするなどのリストア処理は簡単ですが、すべてのファイルをリストアする必要がある場合は、状況に応じた有効な方法を選択するためにいくつかの概念を理解しておく必要があります。以下の質問に対する回答によって、使用する最も有効な方法は異なります。

質問	方法
このリストアセットはどのくらいのサイズですか?	高速で信頼できるインターネット接続が確立されていない場合、リストアされた大きなファイル セットをダウンロードすることは難しくなる可能性があります。大きなファイル セットを1つ作成するのではなく、複数の小さなファイル セットを作成することを検討してください。整理しやすいように、同じようなファイルを含んだセット (バックアップ セットごとなど) を作成できます。または、ファイルの重要性やファイルを必要とする緊急性に基づいてセットを作成することもできます。
ファイルのリストアにはどのくらいの速度が必要ですか?	多数のファイルをダウンロードする場合は、時間がかかることがあります。ダウンロードにかかる正確な時間は、ダウンロードしているリストア セットの合計サイズとインターネット接続の速度によって異なります。 一部のファイルのみが早急に必要な場合は、別のセットで選択することを検討してください。このセットのサイズは小さい可能性が高いため、より高速にダウンロードすることができます。急ぎでないファイルは、後で別にダウンロードできます。

質問	方法
古いコンピュータを使用できますか?	<p>アバスト! ウェブ復元 はバックアップ ファイルをリストアするように設計されていますが、ファイル転送ユーティリティの役割を果たすものではありません。古いコンピュータを使用できる場合は、自分でファイルを移動する必要があります。詳細については、「[すべてリストア]について 48 ページの」を参照してください。</p> <p>古いコンピュータが使用できなくなった場合は、すべてのファイルを新しいコンピュータにリストアしてから、アバスト!バックアップ をインストールし古いコンピュータを置き換えてください。この作業には必要なだけの時間を費やすことができるため、アバスト!バックアップ のインストール後 30 日以内にリストアされたすべてのファイルを確認するというプレッシャーを回避できます。</p>
リストアするコンピュータは、同じプラットフォームですか、異なるプラットフォーム (Windows/Mac) ですか?	リストアを別のプラットフォームにダウンロードすることはできませんが、実行する場合に発生する技術的な問題に対処できるよう準備しておく必要があります。
置換先のコンピュータにアバスト!バックアップ を既にインストールしましたか?	置換先のコンピュータにアバスト!バックアップ をインストールし、古いコンピュータを置き換えるように選択している場合は、30 日以内にファイルをリストアしてください。これは、前にバックアップしたファイルがバックアップされているコンピュータに存在しなくなった理由をアバスト!バックアップ がわかっていないためです。バックアップ用に存在しないファイル、30 日後にアバスト!サーバから完全にすべて削除されます。
作成日や最終変更日などのファイルのメタデータは必要ですか?	アバスト!ウェブ復元 を使用してリストアする場合、メタデータは保持されません。メタデータが重要である場合は、アバスト!ウェブ復元 でなくアバスト!バックアップ の [リストア] タブを使用してこれらのファイルをリストアします。

リストア ファイルの配布方法の選択

[すべてリストア] をクリックする場合、または [リストアの概要] ウィンドウの下部にある [送信] をクリックする場合、リストア ファイルの配布方法を選択する必要があります。以下の質問に対する答えに基づいて、ニーズに合った配布方法を選択します。

- このリストア セットはどのくらいのサイズですか?
- これらのファイルのリストアにはどのくらいの速度が必要ですか?
- リストアするコンピュータは、同じプラットフォームですか、異なるプラットフォーム (Windows/Mac) ですか?
- 特定の配布方法によってコンピュータにファイルを保存するために必要な手順を実行できますか?

状況に基づいて、該当する推奨事項と方法を参照してください。詳細については、「[アバスト! ウェブ復元を使用するための方法](#) 56 ページの」を参照してください。

選択できる配布方法は以下のとおりです。

配布方法	説明
直接ダウンロード	<p>直接ダウンロードを使用して、コンピュータで アバスト! 復元マネージャー を実行できます。</p> <p>アバスト! 復元マネージャー では、1 回および複数のダウンロード セッションで、大きいファイルまたはファイル セットをかなり高速でダウンロードできます。接続が失われた場合やコンピュータをオフにした場合、アバスト! 復元マネージャー は、中断したところから再開します。</p> <p>アバスト! ウェブ復元 では、リストア ファイルを自動的に元の場所またはユーザが選択した場所に保存できます。そのため、直接ダウンロードは、紛失または破損した、あるいは盗難</p>

に遭ったコンピュータから同じプラットフォームの新しいコンピュータにすべてのファイルをリストアする場合に最適な方法です。

配布方法	説明
アーカイブ パッケージ	<p>アーカイブ パッケージでは、選択したファイルを1つのファイルに圧縮するので、高速でダウンロードできます。ファイル セットを含んでいるアーカイブ パッケージの準備ができたら、ダウンロード可能であることが通知されます。アーカイブ パッケージのサイズが小さい場合は、速やかに通知されます。アーカイブ パッケージのサイズが非常に大きい場合は、通知を受け取るまでに時間がかかる場合があります。大きいアーカイブ パッケージは、ダウンロードにも時間がかかる場合があります。</p> <p>アーカイブ パッケージをダウンロードしたら、ファイルを抽出し、手動ですべてのファイルを目的の場所に保存する必要があります。</p> <p>[リストアの概要] で、リストア セットのサイズが 200 GB を上回ることがわかった場合は、代わりにメディアリストアまたは直接ダウンロードを選択するか、1つの大きいセットではなくいくつかの小さいセットを作成することを検討してください。これにより、最も重要なファイル セットを最初にダウンロードできるので、さほど重要でないファイルをダウンロードしながら、重要なファイルの使用を開始できます。</p> <p>非常に大きいファイル セット (たとえば、1 TB) にアーカイブ パッケージを選択した場合、1回の大きいダウンロードではなく、分割してダウンロード可能であることが通知される場合があります。小さいダウンロードの方が、ユーザの待ち時間とダウンロード時間が短くて済むため、ユーザに配慮した方法です。</p>

配布方法の選択

[すべてリストア] をクリックする場合、または [リストアの概要] ウィンドウの下部にある [送信] をクリックする場合、リストア ファイルの配布方法を選択する必要があります。

状況に基づいて、該当する推奨事項と方法を参照してください。詳細については、

「[アバスト! ウェブ復元を使用するための方法](#) 56 ページの」または「[リストア ファイルの配布方法の選択](#) 57 ページの」を参照してください。

配布方法を選択するには、以下の手順を実行してください。

- (オプション) リストア ファイル セットに名前を指定する場合は、64 文字まで入力できます。名前を指定しない場合は、ID 番号を使用して、リストア ファイル セットを識別できます。この番号は、[最近のメッセージ]、[リストアの状態]、および [アバスト! ウェブ復元](#) から受け取った電子メール メッセージで確認できます。
- ファイル セットに次のいずれかの配布方法を選択します。
 - [アバスト! 復元マネージャー](#) を使用した直接ダウンロードでは、ファイルをコンピュータにストリーミングし、バックアップ元と同じフォルダまたはユーザが選択したフォルダに自動的にリストアします。詳細については、「[アバスト! 復元マネージャーについて](#) 60 ページの」を参照してください。
 - アーカイブ パッケージでは、手動でダウンロードと解凍を行う必要があります。アーカイブ パッケージのダウンロード準備が完了すると、ユーザに通知されます。[リストアの状態] ウィンドウでアーカイブ パッケージのステータスを確認できます。詳細については、「[リストアの詳細を確認できる場所](#) 59 ページの」および「[手動でのファイルのダウンロード](#) 61 ページの」を参照してください。

リストアするファイルの取得

[アバスト! ウェブ復元](#) では、1つのファイルをすぐにダウンロードするか、ファイルのセットをダウンロードするか、セットで送付してもらうかを選択できます。詳細については、「[配布方法の選択](#) 58 ページの」を参照してください。

- 1つのファイルをすぐにダウンロードするために [📌] をクリックした場合は、ファイルがお使いのコンピュータにダウンロードされます。ご使用のウェブブラウザによっては、インターネットからダウンロードするその他のファイルと同様に、ファイルがコンピュータに保存されるか、開かれます。詳細については、「[1つのファイルのリストア](#) 49 ページの」を参照してください。
- ファイルをセットに追加し、アーカイブ パッケージを選択した場合は、「[手動でのファイルのダウンロード](#) 61 ページの」を参照してください。
- ファイルをセットに追加し、アバスト! 復元マネージャー を使用した直接ダウンロードを選択した場合は、「[アバスト! 復元マネージャーでのダウンロード](#) 60 ページの」を参照してください。
- ファイルをセットに追加し、メディア リストアを選択した場合は、ファイルをリストアするための情報がパッケージに含まれます。

リストアの詳細を確認できる場所

ホームページの [リストアの状態] ウィンドウには、リクエストしたすべてのリストア セットの詳細が表示されています。各リストアの状態と詳細を表示し、リストアをダウンロードまたはキャンセルできます。


[リストアの状態] ウィンドウを表示するには、ホームページにアクセスする必要があります。ウィンドウの下部にスクロールし、[🔄] をクリックします。

ID	名前	リクエスト日	タイプ	リストアの状態	リストアの詳細
47431		11/05/04 00:15	直接ダウンロード	🔄 進行中	
47430		11/05/04 00:15	アーカイブ	✅ ダウンロード準備完了	
47419		11/05/03 03:00	メディア	✅ 3 of 3 - 発送完了	
47307	Media Resto	11/04/27 13:32	メディア	🔄 2/3 - メディアを準備しています	リストア ID: 名前: 47307 / Media Restore 合計ファイル数/サイズ: 1ファイル / 816 baito 完了日時: 11/04/27 13:33 メディアリストアの状態: ファイルをメディアに転送中です。発送が完了しましたら、電子メールでお知らせいたします。

前へ | 1 2 3 4 5 | 次へ (11 - 20 / 460 項目) 表示の更新

図 25: リストアの状態

各ページでは、最大 10 個のリストアまでスクロールできます。リストアの数 が 10 個を超える場合は、ページネーション コントロールを使用してページを編集し、リスト全体をスクロールすることもできます。

-  **注:** [リストアの状態] ウィンドウは、5 分後に自動的に更新されます。[リストアの状態] ウィンドウをすぐに更新するには、[表示の更新] をクリックします。ダウンロードする小さいファイル セットを先ほどリクエストし、ダウンロード待ち状態である場合は、[リストアの状態] ウィンドウの更新が必要になることがあります。

[リストアの状態] ウィンドウでは、以下の情報を確認できます。

列	説明
ID	リストア セットの ID 番号。ID の順に並べ替えるには、列の見出しをクリックします。
名前 リクエ	リストア セットの名前。名前の順に並べ替えるには、列の見出しをクリックします。 リストア セットの名前を指定する場合は、指定するリストアの [名前] 列をクリックし、64 文字まで入力します。
スト日	リストアするファイル セットの リクエストを送信した日時。リクエスト日の順に並べ替えるには、列の見出しをクリックします。

列	説明
タイプ リスト	ファイル セットをリクエストしたときに指定したメソッドが直接ダウンロード、アーカイブ パッケージ、またはメディアであるかを識別します。 タイプの順に並べ替えるには、列の見出しをクリックします。
アの状態	<p>リストア タイプが直接ダウンロードである場合、状態は次のようになります。</p> <ul style="list-style-type: none"> 待機中: アバスト! 復元マネージャー を取得してファイルのダウンロードを開始するか、ファイルの直接ダウンロードを開始する必要があります。 進行中: アバスト! 復元マネージャー によりファイルのリストアが進行中です。 完了: アバスト! 復元マネージャー によってファイルがリストアされました。 キャンセル済み: リストア リクエストはキャンセルされました。 <p>直接ダウンロード リストアのリクエストをキャンセルするには、進行中の状態に入る前に、[✖] をクリックします。進行中の状態に入ると、リクエストをキャンセルすることはできません。</p> <p>リストア タイプがアーカイブ パッケージである場合、状態は次のようになります。</p> <ul style="list-style-type: none"> 処理中: リストアできるようにファイルを準備しています。 % 完了: ファイルを取得しています。 ダウンロード準備完了: [ダウンロード リンク] をクリックし、ファイルをダウンロードします。 ダウンロード済み: ファイル セットをダウンロードしました。 期限切れ: リクエストとダウンロードしたすべてのファイルが期限切れになりました。 キャンセル済み: リストア リクエストはキャンセルされました。 <p>アーカイブ パッケージ リストアのリクエストをキャンセルするには、ダウンロード準備完了の状態に入る前に、[✖] をクリックします。ダウンロード準備完了の状態に入ると、リクエストをキャンセルすることはできません。</p>
リストアの詳細	<p>選択したリストア セットのリストア ID と名前を確認し、リストアに関する以下の詳細を表示します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ファイルの合計数とリストア セットの合計サイズ。 状態の詳細。 タイプがアーカイブ パッケージである場合は、ダウンロード用のリンクが [ダウンロード リンク] の下に表示されます。ファイル セットをダウンロードするには、リンクまたは [ダウンロード リンク] の下にあるリンクをクリックします。詳細については、「手動でのファイルのダウンロード」61 ページの「手動でのファイルのダウンロード」を参照してください。 <p>注: 非常にサイズの大きな 1 つのアーカイブ パッケージ リストアをリクエストした場合は、個別の小さなダウンロードに分割されていることがあります。これは、ユーザのことを考えた処理です。小さいダウンロードの方が、ユーザの待ち時間とダウンロード時間が短くて済むからです。</p>

アバスト! 復元マネージャー について

アバスト! 復元マネージャー は、バックアップのダウンロードとリストアの処理を簡素化するために設計されています。直接ダウンロードを選択し、アバスト! 復元マネージャー を使用すると、必要な数のファイルまたはフォルダを選択したり、ダウンロードを一時停止、キャンセル、および再開できます。

アバスト! 復元マネージャー は実際にはコンピュータにインストールされていません。ファイルを元の場所または選択した場所にダウンロード、復号化、圧縮解除、リストアするために 1 回実行されるのはプログラムです。

アバスト! 復元マネージャー でのダウンロード

リクエストしたリストアを アバスト! 復元マネージャー でダウンロードするには、以下の手順を実行します。

1. アバスト! ウェブ復元の ホーム ページの [リストアの状態] パネルで、ダウンロードするリストアを検索し、[待機中] をクリックします。

2. [直接ダウンロード] ウィンドウで、[ダウンロード] をクリックしてこのリストアのアバスト! 復元マネージャー をダウンロードします。
アバスト! 復元マネージャー によってブラウザのデフォルトの場所にダウンロードが行われます。
3. アバスト! 復元マネージャー を探して実行します。
アバスト! 復元マネージャー のログイン ウィンドウが表示されます。
4. 電子メールとパスワードを入力し、[次へ] をクリックします。
[直接ダウンロード] のリストアすべてが次のウィンドウに一覧表示されます。
5. 現在のリストアを選択し、[次へ] をクリックします。
6. ファイルのリストア先を選択し、[次へ] をクリックします。
7. リストアの詳細を確認し、[開始] をクリックします。 リストアを一時停止したか、接続が失われた場合、アバスト! 復元マネージャー では中断された時点 からリストアを再開します。

ファイルが選択した場所にリストアされます。

アバスト! バックアップ がインストールされていないコンピュータにリストアする場合は、[Mozy バックアップのインストール] をクリックします。 このコンピュータをアカウントに追加するか、コンピュータを置換することを選択できます。 詳細については、https://support.avast.com/index.php?_m=knowledgebase&_a=view&parentcategoryid=656 の該当するトピックを参照してください。


手動でのファイルのダウンロード

直接ダウンロードと アバスト! 復元マネージャー を使用しないことを選択した場合は、ダウンロード マネージャを使用する必要があります。 Firefox や Safari などのウェブ ブラウザには、独自のダウンロード マネージャがあります。 これは、リストアのサイズが大きいため、完全にダウンロードされるまでに時間がかかる可能性があるためです。 ダウンロード プロセス中に問題や中断が発生しても、ダウンロード マネージャを使用していれば、最初からダウンロード全体をやり直すのではなく、中断された場所からダウンロードを再開できます。 ダウンロード マネージャはインターネットで検索して入手できます。

リクエストしたリストアをダウンロードするには、以下の手順を実行します。

1. [リストアの状態] ウィンドウで、ダウンロードするリストアを探します。 詳細については、「[リストアの詳細を確認できる場所](#) 59 ページの」を参照してください。
2. 目的のリストアを選択し、[リストアの詳細] の下でリストアをダウンロードするリンクをクリックします。
3. 圧縮されたリストア ファイルをデスクトップに保存します。

このファイルは、フォルダのような構造になっている場合があります。 ファイルのサイズをできるだけ小さくして、ダウンロードにかかる時間が短くなるように、すべてのリストア ファイルが圧縮 (zip) されています。

 注: ファイルの保存が開始しない場合、またはウェブ ブラウザがファイルを保存するオプションを表示せずに単にファイルを開こうとする場合は、ブラウザの設定を変更してから再試行してください。この操作の手順については、ご使用のウェブブラウザのヘルプトピックを参照してください。

4. 以下から、次の操作を選択します。
 - この指定をしていない場合は、次の手順に進みます。
5. 圧縮ファイルを展開します。 手順については、該当するトピックを参照してください。

関連トピック

ダウンロードしたファイルを Windows コンピュータで展開


お使いの Windows コンピュータに Microsoft が提供する展開プログラムがない場合は、インターネットで展開プログラム (7-Zip など) を検索して入手できます。7-Zip アプリケーションは、次のアドレスからダウンロードできます:


http://sourceforge.net/project/downloading.php?groupname=sevenzip&filename=7z457.msi&use_mirror=superb-east.

Windows コンピュータでファイル セットを展開するには、次の手順を実行します。

1. フォルダを右クリックして、[すべて展開] をクリックします。
2. 次のいずれかの方法を選択してください。
 - ファイルをバックアップしたのと同じコンピュータ、または同じオペレーティング システムが動作するコンピュータを使用している場合は、すべてのファイルとフォルダをバックアップ時と同じフォルダ構造にリストアできます。バックアップ元のドライブ文字 (通常、C: ドライブ) を参照します。
 - ファイルをバックアップしたのとは異なるコンピュータ、または異なるオペレーティング システムが動作するコンピュータを使用している場合、すべてのファイルとフォルダをバックアップ時と同じフォルダ構造にリストアし、そこから最終的な保存場所に移動します。 リストア先のドライブ文字 (通常、C: ドライブ) を参照します。
3. [展開] をクリックします。

すべてのファイルが、バックアップ時と同じ元のフォルダ構造で、C ドライブにコピーされます。これには、ファイルのコピー時にファイルの圧縮解除も処理されるため、時間がかかります。この処理の際、存在しなかったフォルダは新しく作成されます。

 注: フォルダに名前が同じファイルが既に存在する場合は、既存のファイルを置き換えるかどうかを選択する必要があります。Windows Vista または Windows 7 を使用している場合は、ファイルをコピーして名前を変更できるため、既存のファイルを保持して、同じフォルダに名前を変更したリストア ファイルを追加することもできます。

 注: ファイルの移動について詳細が必要な場合は、「[プラットフォームまたはオペレーティングシステムについて](#)」を参照してください。

一般的なアプリケーションのリストア ファイルの保存先

ファイルをリストアする場合、通常、ファイルは、バックアップされたときに格納されていたフォルダ構造と同じ構造でリストアされます。 ファイルを検索できる大部分のプログラムについては、通常、これで十分です。

ほとんどの場合、ファイルをどこにリストアするかということは重要ではありません。 プログラムがアクセスできる場所であれば、ファイルをどこへでもリストアできます。 ただし、次のような場合でも特定のフォルダに格納されているファイルをプログラムが検索できることを確認する必要があります。

- プラットフォームを変更した場合。
- オペレーティング システムをアップグレードした場合。
- 再インストールしたプログラムを使ってクラッシュからリストアする場合。

詳細については、「[プラットフォームまたはオペレーティングシステムについて](#)」を参照してください。

通常はどのようなプログラムでも、[ファイル]>[>開く]メニューを使用すると、デフォルトで開かれるフォルダの完全なパスを確認できます。その後で、必要なファイルそのフォルダに移動できます。

場合によっては、特定のフォルダにファイルを置くだけでは不十分なときがあります。Outlook、Entourage、Quickenのような電子メールプログラムや会計プログラムなどの特定のプログラムに、データファイルがリストアされた場所を示す必要が生じる場合もあります。ファイルが正しいフォルダに格納されたら、プログラムの [ファイル]>[>開く]メニューを使用して実際に必要なファイルを開きます。

アバスト! バックアップ のカスタマが使用するプログラムの種類とそのバージョン、さらにそれぞれのセットアップ方法の違いには、多くの多様性があります。そのため、幅広いプログラムでファイルを示すための詳細な手順を説明しようと試みることは現実的ではありません。プログラムのマニュアルには、このようなファイルが格納されるフォルダに関する説明と、必要に応じて、ファイルを示すための手順が記載されています。

多くのお客様が Windows の MS Outlook でこの問題に遭遇するため、次の一般的な情報が、お使いの MS Outlook のバージョン用に Microsoft が提供しているマニュアルから必要なトピックを見つけるのに役立つかもしれません。その他のプログラムでのマニュアルの検索方法を理解するのに役立つ可能性があります。

Windows では、MS Outlook は、電子メール、連絡先、およびその他の項目を単一の大きいデータファイルに格納します。ほとんどの場合、それらは次のようなものになります。個人用フォルダファイル、または .PST ファイル。 .PST またはデータファイルについての製品ヘルプまたはマニュアルを検索すると、リストアした電子メールの MS Outlook への再関連付けをサポートするトピックが数多く表示されます。たとえば、MS Outlook 2007 を使用する場合は、「Outlook データファイルを別のコンピュータに移動する」というタイトルのヘルプ記事が役立つ可能性があります。

トラブルシューティング

アバスト! ウェブ復元 に関する具体的な質問で、回答がどのページにも見つからない場合は、ここで回答が見つかることがあります。

バックアップしていない余分なファイルが表示される理由

アバスト! ウェブ復元 に、コンピュータに存在せず、バックアップしていないファイルが表示されることがあります。

これはバックアッププロセスの不具合で、特定の種類の Mac または Linux ファイルにのみ見られます。ファイルをリストアする場合、それらのファイルを含める必要はありませんが、選択しても特に問題はありません。

第7章

コンピュータの置き換え

コンピュータの故障やデータの紛失が起きたときにアバスト!バックアップを使用して、バックアップしたデータを別のコンピュータに簡単にリストアできます。1つのコンピュータから別のコンピュータにバックアップを移行したり、前のコンピュータから新しいコンピュータにファイルを転送することもできます。アバスト!バックアップアカウントを使用して新しいコンピュータに切り替えるには、既存のコンピュータを置き換える必要があります。

- 👉 **注:** 既存のアカウントでコンピュータを変更すると、置き換える元のコンピュータでバックアップを実行することはできなくなりますが、30日間そのコンピュータからファイルをリストアすることができます。
- 👉 **重要:** 新しいコンピュータのプラットフォーム (Windows/Mac) が置き換え前のコンピュータと異なる場合、この手順は使用できません。詳細については、「[異なるプラットフォームまたはオペレーティングシステムへのリストア](#)」を参照してください。

コンピュータを置き換えるには、次の手順を実行します。

1. 置き換え先となるコンピュータでアバスト!バックアップの最新バージョンをダウンロードしてインストールを開始します。最新のクライアントをダウンロードおよびインストールする手順については、「[アバスト!バックアップのインストール](#)」7ページの」を参照してください。
2. インストール中にログインメッセージが表示されたら、電子メールとパスワードを入力してアバスト!バックアップにログインします。アバスト!バックアップはユーザが別のコンピュータを使用していることを自動的に認識して、[コンピュータの置き換え] ウィザードを起動します。

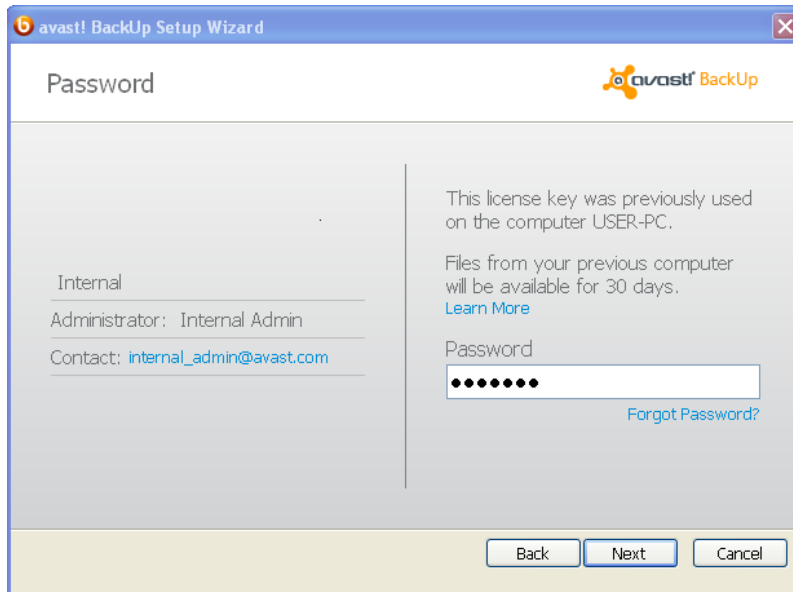


図 26 : コンピュータの置き換えウィザード

3. パスワードを入力して、[次へ] をクリックします。
置き換えを確認するダイアログが表示されます。

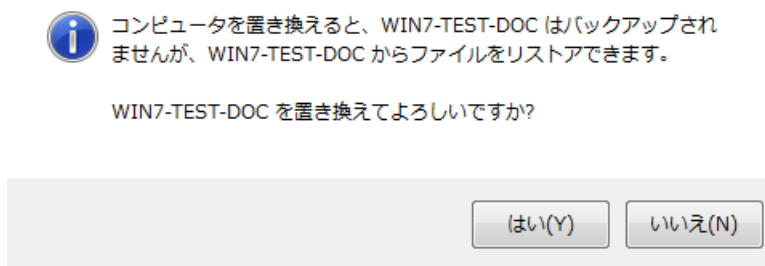


図 27 : [置き換えの確認] ダイアログ

4. [はい] をクリックして、置き換え作業に進みます。
セットアップウィザードがコンピュータのセットアップを続行します。「[ファイルのスキャン 9 ページの](#)」を参照してください。

トピック：

- [1つのプラットフォームから別のプラットフォームに移行するには、どうしたらよいですか?](#)

1つのプラットフォームから別のプラットフォームに移行するには、どうしたらよいですか？

アバスト! バックアップ では、あるプラットフォームからバックアップしたファイルを、別のプラットフォームに直接リストアすることはできません (Windows から Mac へのリストアなど)。つまり、アバスト! バックアップ を新しいコンピュータにインストールするときに、新しいコンピュータと古いコンピュータのプラットフォームが異なる場合、コンピュータを置き換えるオプションを選択することはできません。

ただし、プラットフォーム間でファイルをリストアすることは可能です。これを行うための最善の選択肢は、互換性の点で最も優れた DVD リストアをリクエストすることです。詳細については、「[ウェブからのファイルのリストア](#) 45 ページの」を参照してください。

プラットフォーム間の Web リストアを使用してダウンロードすることも可能ですが、コンピュータに精通したユーザの方にはこの方法はお勧めできません。この作業には、手動による多数の操作、プラットフォーム間のフォルダ構造の違いに対する理解、両方のプラットフォームにおけるファイル圧縮に関する実践的な知識が必要となるからです。

ファイルのリストアは、バックアップ元コンピュータのプラットフォームに適した形式およびフォルダ構造で行われます。

Windows プラットフォームからバックアップされたファイルは、.zip ファイルにまとめて圧縮されます。ファイル名に unicode テキストが含まれている場合、またはファイル名の長さが 257 文字以上である場合、ファイルは .exe ファイルに圧縮されます。.zip ファイルは Mac で開くことができますが、.exe ファイルはまず Windows コンピュータにダウンロードして抽出する必要があります。その後で、手動でファイルを Mac にコピーします。

Mac プラットフォームからバックアップされたファイルは、.dmg ファイルにコンパイルされます。Windows コンピュータにリストアする場合は、この .dmg ファイルからファイルを抽出することもできます。Mac で .dmg ファイルを開いて Windows コンピュータにコピーするか、Windows で .dmg ファイルを抽出できるユーティリティをダウンロードして使用できます。たとえば、7-Zip の最新ベータ版では、Windows で .dmg ファイルを抽出できます。

あるプラットフォームから別のプラットフォームにファイルをリストアすると、ファイルによっては、プラットフォーム間またはアプリケーション間で互換性がなくなる場合があります。リストア操作は、このリスクを十分に理解したうえでお客様自身の責任の下で行ってください。リストアが原因で発生した一切の問題に対しても、アバスト! は責任を負いかねます。

第 8 章

アカウントのオンライン管理

この章には、以下のセクションが含まれます。

トピック：

- [オンライン アカウントへのログイン](#)
- [ログアウト](#)
- [パスワード](#)

オンライン アカウントへのログイン

オンライン アカウントにログインする場合は、電子メール アドレスを確認するか、CAPTCHA テストに合格する必要があります。詳細については、「[CAPTCHA について](#)を参照してください。これらの対策によって、アカウントをアクティベートするときや電子メール アドレスを変更するときのセキュリティが強化され、電子メール アドレスが検証されます。

1. ブラウザの [アドレス] バーに「<https://admin.backup.avast.com/login/user>」と入力し、**Enter** キーを押します。
 2. 該当のフィールドで新しい電子メール アドレスとパスワードを指定し、[ログイン] をクリックします。
 3. (条件的) ログインが失敗した場合は、CAPTCHA テストが表示される可能性があります。
 - a) CAPTCHA 文字を読みます。
 - b) CAPTCHA 文字を入力して、[ログイン] をクリックします。
 4. (条件的) 電子メール アドレスの確認を求める画面が表示される場合があります。
 - この画面に表示されている電子メール アドレスが正しい場合は、ご利用の電子メール アカウントで確認のメッセージを探し、リンクをクリックして電子メール アドレスを確認します。
 - この画面に表示されている電子メール アドレスが正しくない場合は、[電子メール アドレスの変更] に有効なアドレスを入力し、[送信] をクリックします。

ご利用の電子メール アカウントで確認のメッセージを探し、リンクをクリックして電子メール アドレスを確認します。
 - この画面に表示されている電子メール アドレスが正しい場合に、ご利用の電子メール アカウントで確認のメッセージが見つからない場合は、[再送] をクリックします。
- 電子メール アドレスを確認できたら、[アカウントに移動する] をクリックします。

ログアウト

オンライン アカウント ページからログアウトするには:

ページの左側にある [アカウント ページ] メニューの [ログアウト] をクリックします。または、システムにログインしている間に、ページの右上隅にある [ログアウト] をクリックします。


パスワード

パスワードを変更したり、忘れたパスワードをリセットしたりすることができます。アバスト!バックアップソフトウェアに新しいパスワードを入力する必要もあります。これによって、ファイルのバックアップを継続できるようにパスワードを一致させることができます。パスワードを変更するには、以下の手順を実行します。

1. ブラウザのアドレスバーに「<https://admin.backup.avast.com/login/user>」と入力し、**Enter** キーを押します。
2. [パスワード] をクリックします。
3. 電子メール アドレスを入力し、[パスワードのリセット] をクリックします。
4. [続行] をクリックします。

入力したメールアドレスにパスワードをリセットするためのリンクを記載した電子メールが配信されます。
5. このメールに含まれているリンクをクリックします。
6. 新しいパスワードを入力してください。

パスワードは 8 文字以上でなければなりません。
7. [続行] をクリックします。

オンライン アカウントではパスワードが変更されましたが、アバスト!バックアップにも新しいパスワードを入力する必要があります。
8. システムトレイにあるアバスト!バックアップアイコン  を右クリックし、[設定] を選択して [その他の設定] をクリックします。
9. パスワードの入力を求められたら、該当するフィールドに新しいパスワードを入力し、[ログイン] をクリックします。

忘れたパスワードが変更され、ファイルのバックアップを継続できるようになります。

第 9 章

国際化

アバスト! バックアップ Windows クライアントは、Windows オペレーティング システムの表示言語に基づいて、表示する言語を決定します。つまり、Windows オペレーティング システムがイタリア語表示である場合、アバスト! バックアップ をインストールすると、イタリア語で表示されます。

インストール後に アバスト! バックアップ Windows クライアントの言語を変更する必要がある場合、お使いのオペレーティング システムに適した Windows Multilingual User Interface (MUI) をインストールする必要があります。詳細については、「[Windows MUI のインストール](#) 71 ページの」を参照してください。

トピック：

- [Windows MUI のインストール](#)
- [ログイン時に アバスト! バックアップ オンライン アカウント ページが言語を選択する方法](#)
- [ログイン時に アバスト! バックアップ 管理者コンソールが言語を選択する方法](#)

Windows MUI のインストール

インストール後に アバスト! バックアップ Windows クライアントの言語を変更する場合、お使いのオペレーティング システムに適した MS Windows Multilingual User Interface (MUI) をインストールする必要があります。

MUI は Microsoft Corporation のウェブサイト (<http://msdn.microsoft.com/en-us/global/bb978454.aspx>) から入手できます。ここでは、インストールおよび設定の変更に関する手順も入手できます。詳細については、「[MS Windows の言語サポート](#) 71 ページの」を参照してください。

MS Windows の言語サポート

インストール後に アバスト! バックアップ Windows クライアントの表示言語を変更する場合、お使いのオペレーティング システムに適した MS Windows Multilanguage User Interface (MUI) をインストールする必要があります。

Windows には、ローカリゼーションに関連した 4 つの設定があります。これらの設定の変更に関する手順は、マイクロソフトからオンラインで入手できます。

設定	機能	アバスト! バックアップ Windows クライアントでの動作
システム ロケール	Unicode でないアプリケーション用の ANSIコード ページ。この設定を変更した場合、設定を有効にするためにはコンピュータを再起動する必要があります。	クライアントは 100% Unicode なので設定は使用されません。

設定	機能	アバスト!バックアップ Windows クライアントでの動作
ユーザ ロケール	<p>並べ替えのルール、日付、時刻、数値、および通貨形式 この設定を変更した場合、設定は直ちに反映されます。</p> <p>この情報の一部はキャッシュされることがあります。たとえば、ユーザ ロケールを使用して、es-ES の代わりに es を UI 言語として選択する場合があります。そのため、アプリケーションの再起動が必要なこともあります。</p>	<p>数値と時間のすべての並べ替えとフォーマット操作に使用します。ユーザ ロケールは UI 言語と無関係に日付の表示方法を制御するため、この設定によってスケジュール オプションの曜日の言語も変更されることに注意してください。また、これらの設定の多くは完全にカスタマイズ可能です。</p>
ユーザ UI 言語	<p>ユーザ インターフェイスが表示される言語を制御します。この設定を変更した場合、変更を有効にするために、いったんログアウトしてからログインする必要があります。</p>	<p>インストーラとアプリケーションの言語を選択するために使用します。</p> <p>Windows Vista では、すべての言語が完全にローカライズされていないことに注意してください。そのため、フォールバック言語を選択するための追加のオプションが用意されています。たとえば、アラビア語の場合、アラビア語にローカライズされていない部分の表示言語として、フランス語がスペイン語を選択できます。Mozy クライアントはすべてが完全にローカライズされているので、このことは直接関係ありませんが、フォールバック言語を設定することで Mozy 自体のフォールバック リストに複数のエントリが生成されることがあります。そのため、ユーザがアラビア語のフォールバック言語としてフランス語を選択すると、Mozy にはアラビア語がないので、英語の代わりにフランス語で表示されます。</p>
ユーザの地理的位置	<p>ローカル サービス (ニュースや天気) を提供するための物理的位置。これはユーザ ロケールとは別に設定されます。ユーザが現在米国在住/勤務でもフランス出身であれば、フランス式の数字形式を選択することがあるためです。この設定を変更した場合、設定は直ちに反映されます。</p>	<p>コンピュータの起動時に地理的場所を使用すると、データをどのデータ センタに保存するかが自動的に判定されます。</p> <p>この設定は Windows 2000 には存在しません。アバスト!バックアップ ではユーザの地理的位置に最も近似しているものとして、ユーザ ロケールが代わりに使用されます。</p>

ローカライズされている言語

アバスト!バックアップ Windows クライアントは、現在、次の言語にローカライズされています。

言語	ISO 言語コード
ドイツ語	de
英語	ja-JP
英語 (英国)	en-GB
スペイン語 (スペイン)	es-ES
フランス語	fr
イタリア語	it

言語	ISO 言語コード
日本語	ja-JP
オランダ語	nl
ポルトガル語(ブラジル)	pt-BR

ログイン時に アバスト!バックアップ オンライン アカウント ページが言語を選択する方法

使用する言語を決定するために、アバスト!バックアップ オンライン アカウント ページが使用する手順は、次のとおりです。

1. 言語を URL に含めるかどうかを判断します (これは通常ではなく、オプションです)。
2. ログイン cookie があるかどうかを判断します。
3. 言語がブラウザで設定されているかどうかを判断します。
4. デフォルトの言語設定を判断します。

ログインページが言語を決定できない場合、ログインページは英語で表示されます。言語は選択できません。

ログイン時に アバスト!バックアップ 管理者コンソールが言語を選択する方法

使用する言語を決定するために、アバスト!バックアップ 管理コンソールが使用する手順は、次のとおりです。

1. 言語を URL に含めるかどうかを判断します (これは通常ではなく、オプションです)。
2. ログイン cookie があるかどうかを判断します。
3. 言語がブラウザで設定されているかどうかを判断します。
4. デフォルトの言語設定を判断します。

ログインページが言語を決定できない場合、ログインページは英語で表示されます。言語は選択できません。

第 10 章

アバスト! バックアップ のアンインストール

後で アバスト! バックアップ を再インストールする場合は、バックアップ セットおよび

アバスト! バックアップ のその他の設定が格納された設定ファイルを保存しておく必要があります。再インストールの際にコンピュータ上にすべてのファイルが存在し、設定ファイルが保存されている場合、すべてまたは一部のファイルを再アップロードしなくても、アバスト! サーバ上にバックアップされたファイルに再度関連付けができることがあります。このプロセスには時間がかかりますが、フルバックアップよりは短時間で済みます。

アバスト! バックアップ をアンインストールするには:

1. [スタート][> すべてのプログラム][> アバスト! バックアップ > アバスト! バックアップ のアンインストール] の順にクリックします。
2. [はい] をクリックして アバスト! バックアップ をアンインストールすることを確認します。
3. 再起動するかどうかを尋ねるメッセージが表示されたら、[はい] をクリックします。

アバスト! バックアップ をアンインストールしても、アバスト! のサーバーからファイルは削除されません。コンピュータを取り替えた場合、バックアップ ファイルを同じコンピュータまたは異なるコンピュータに関連付けて、必要に応じてリストアし、バックアップを再開できます。詳細については、「[コンピュータの置き換え](#) 65 ページの」を参照してください。

アンインストールしても、アカウントはキャンセルされません。アバスト! バックアップ を使用しているお客様は、カスタマ サポートに連絡してアカウントをキャンセルしてください。

第 11 章

インストール コマンド ライン スイッチ

アバスト!バックアップでは InnoSetup (<http://www.jrsoftware.org/isinfo.php>) を使用して、アバスト!バックアップクライアント インストーラのスクリプトを作成し、パッケージ化します。InnoSetup は他のほとんどのインストーラ パッケージから呼び出すことができ、数多くのパラメータをサポートしています。

次の表では、コマンドラインからインストールを開始するときに使用できるスイッチについて説明します。

スイッチ	定義
/SP	インストールの開始時に表示される、"これにより、コンピュータに ... がインストールされます。続行しますか。" のプロンプトを非表示にします。
/SILENT	インストーラが進行状況バーのみを表示し、詳細やユーザの介入の必要性は表示しないようにします。
/VERYSILENT	インストーラがダイアログを一切表示しないようにします。インストールは完全にバックグラウンドで行われます。ユーザの介入は必要ありません。
/NORESTART	再起動が必要な場合、ユーザにはプロンプトは表示されません。デフォルトでは、再起動が必要な場合、再起動を促すプロンプトがユーザに表示されます。再起動が必要で、/NORESTART コマンドが使用されておらず、セットアップが自動インストールに設定されている場合は、"今すぐ再起動" のメッセージ ボックスが表示されます。/VERYSILENT に設定されている場合は、自動的に再起動されます。
/NOTRAY	トレイ アイコンを無効にします。[ステータス] ウィンドウを非表示にします。インストール
/NOSTATUS	言語とクライアント言語を設定します。言語と地域には es-ES などの 4 桁の ISO
/Lang	コードを使用する必要があります。
/LOG=" [パス] ファイル名"	指定されたディレクトリに、指定されたファイル名を使用してログ ファイルを作成します。パスが指定されない場合、ログ ファイルは現在の作業ディレクトリに作成されます。デフォルトの作業ディレクトリは Windows の場合は ¥Program Files¥{{{short_product_name}}} Enterprise¥Data で、Mac の場合は /Library/Logs です。ログ ファイルにはインストールと実行操作の詳細が記録され、現在の日付に基づいた一意の名前でファイルが作成されます (既存のファイルが上書きされたり、既存のファイルに追加されることはありません)。
/NOCANCEL	インストール プロセス中のユーザによるキャンセルを禁止します。
/RESTARTEXITCODE=終了コード	再起動が必要なときにセットアップによって返されるカスタム終了コードを指定します。
/LOADINF="ファイル名"	コマンドラインの確認後、指定されたファイルから設定を読み込むようにセットアップに指示します。このファイルは以下で説明するように、/SAVEINF= コマンドを使用して準備できます。ファイル名にスペースが含まれている場合は、ファイル名を引用符で必ず囲んでください。
/SAVEINF="ファイル名"	指定されたファイルにインストール設定を保存するようにセットアップに指示します。ファイル名にスペースが含まれている場合は、ファイル名を引用符で必ず囲んでください。
/DIR="x:¥dirname"	[インストール先の場所の選択] ウィザード ページに表示されるデフォルトのディレクトリ名を上書きします。完全修飾されたパス名を指定する必要があります。
/GROUP="フォルダ名"	[開始メニュー フォルダの選択] ウィザード ページに表示されるデフォルトのフォルダ名を上書きします。

スイッチ	定義
/userproxy:PROXY	アバスト! バックアップ がデフォルトにより、指定されたプロキシを使用するようにします。 使用例: /useproxy:proxyserver:80
/usemachinedefaultproxy	アバスト! バックアップ がデフォルトにより、コンピュータのデフォルトのプロキシを使用するようにします。
/autodetectproxy	アバスト! バックアップ がデフォルトにより、DHCP または DNS を使用してプロキシの自動設定スクリプトを自動的に検出するようにします。
/pacurl:URL	アバスト! バックアップ がデフォルトにより、指定された URL にあるプロキシの自動設定スクリプトを使用するようにします。複数のプロキシ オプションが使用されている場合は、最後に指定されているオプションが優先されます。
/usemachineproxyauth (NT ドメインのみ)	アバスト! バックアップ がデフォルトにより、コンピュータの認証情報を使用してプロキシを認証するようにします。
/proxyuser:USERNAME	プロキシ サーバへの接続に使用するユーザ名を指定します。
/proxypass:PASSWORD	プロキシ サーバへの接続に使用するパスワードを指定します。
/proxypass:PASSWORD	プロキシ サーバへの接続に使用するパスワードを指定します。
/proxydomain:DOMAIN (NT ドメインのみ)	アバスト! バックアップ がデフォルトにより、これらの認証情報を使用してプロキシを認証するようにします。複数のプロキシ認証オプションが指定されている場合は、最後のオプションが優先されます。
/ou:ORGANIZATIONALUNIT (NT ドメインのみ)	自動アクティベーションを使用している組織がデフォルトにより、NT ドメインから検索する代わりに組織単位 (OU) を使用するようにします。アクティベーション中は OU を使用して、管理コンソールで新しいユーザのユーザグループが自動的に選択されます。
/preferredactivationtype:TYPE (NT ドメインのみ)	simple、productkey、auto、または assisted を指定して、アバスト! バックアップ クライアントのデフォルトのアクティベーションタイプを変更します。

第 12 章

よくある質問

このセクションには、次のよくある質問に対する回答が記載されています。

トピック：

- バックアップにはどのくらい時間がかかりますか？
- 初回バックアップにかなりの時間がかかるのはなぜですか？
- 帯域幅をテストできますか？
- アバスト!バックアップはバックアップするファイルをどのように決めますか？

バックアップにはどのくらい時間がかかりますか？

一般的な広帯域回線の一般的なシステムの場合、およびバックアップ時にコンピュータに作業を続ける場合、アバスト! 一日あたり約2〜4GBの速度でデータをバックアップします。高速な接続上で静置した場合、ただし、一日に9GBを超えてバックアップすることができます。もし接続に応じて速いまたは遅い速度が発生する可能性があります。

インストール中に、アバスト! あなたのインターネット接続が十分高速であることを確認するために帯域幅をテストします。あなたがあなたの最初のバックアップを開始する前に転送速度の見積もりを取得したい場合、あなたのブロードバンド接続速度を測定するために帯域幅メーターを使用することができます。我々は、[Speakeasy](#) の>または [Speedtest.net](#).

あなたの最初のバックアップの後、後続のバックアップは比較的速いです。あなたがそれらに気づくしないという可能性があります。それだけでそれらがバックアップされた最後の時間に降に変更されたファイルの一部をバックアップすることを意味する、差分バックアップと呼ばれるものを実行アバスト! これは可能です。これは、時間、帯域幅とストレージ容量の多くを保存します。

初回バックアップにかなりの時間がかかるのはなぜですか？

2つのことが初回バックアップにかかる時間に影響します。

バックアップするデータの量

アバスト!バックアップは、バックアップセットを使用して、バックアップするファイルを自動的に判別します。初回バックアップでは、選択したすべてのファイルをサーバにコピーする必要があります。初回バックアップにかかる時間は、バックアップするのに選択したデータの量によります。

アバスト!バックアップのようなすべてのバックアップサービスは同じような問題があります。

初回バックアップにかかる時間を短縮するための 1 つの方法は、アバスト! バックアップの [設定] を使用して初回バックアップでいくつかの重要でないファイルの選択を解除してから、それらのファイルを後でバックアップするように追加することです。バックアップからファイルを削除するには、[バックアップセットの選択](#) 13 ページのを参照してください。

どのファイルがバックアップされるのかを理解するには、[アバスト! バックアップはバックアップするファイルをどのように決めますか?](#) 80 ページのを参照してください。

この後のバックアップは、変更されたファイルのみがサーバにアップロードされるので、数分で完了します。

アップロード速度

現在のインターネット接続はずっと速くなっていますが、電子メールなど、より多くのアプリケーションがインターネット接続を使用しています。これらの多くのタスクがインターネットへのアクセスを必要とするため、アバスト! バックアップはこれらのプログラムを優先して、残りの帯域幅を使用してデータをバックアップサーバに送ります。これにより、電子メールやウェブの閲覧など、他のタスクを実行しながらコンピュータで作業を続けられます。

アバスト! バックアップで使用可能な帯域幅が制限されるため、初回バックアップではサーバに非常に多くのデータを送信するので時間がかかります。アバスト! バックアップのようなすべてのバックアップサービスは同じような問題があります。

アップロード速度を調べるには、[帯域幅をテストできますか?](#) 80 ページのを実行してください。

帯域幅をテストできますか?

以下のサイトを使用して、インターネット接続速度をテストできます。

- [Speakeasy](#)
- [Speedtest.net](#)

スピードテストの結果を購入したインターネットサービスと比較します。帯域幅スロットリングを設定するか、インターネットにアクセスしているアプリケーションを終了することにより、帯域幅の増加を試みることができます。

テストを繰り返して実行すると、おそらく結果が異なります。これは、インターネットの混み具合が常に変化しているため、インターネットにアクセスしているコンピュータのアプリケーションも変化しているためです。ただし、数値は 50% 以上変化しないはずで

アバスト! バックアップはバックアップするファイルをどのように決めますか?

インストール中にアバスト! バックアップはハードドライブをスキャンして、すべてのデータファイルをワープロ文書、デジタル画像、音楽ファイルなどのカテゴリに分けます。

帯域幅の使用を抑えるために、アバスト! バックアップはオペレーティングシステム、アプリケーション、またはインターネット一時ファイルなどはバックアップしません。これらのファイルは、ソフトウェアを再インストールしてシステムに正しく設定されるようにすることにより、最適にリストアされます。その他に、ディスクイメージ (.iso)、仮想ドライブ (.vnc、.vhd、.vmsn)、システム設定ファイルとドライバファイル (.sys)、アプリケーションファイル (.exe、.dll) が除外されます。