

各 位

2019年9月24日  
株式会社インプレス**Windows 7 のデータを安全・確実に移行できる！新刊『できるパソコンのお引っ越し Windows 7 から Windows 10 に乗り換えるために読む本 令和改訂版』9月24日に発売**

インプレスグループでIT関連メディア事業を展開する株式会社インプレス（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：小川 亨）は、2020年1月にサポート切れが迫るWindows 7のパソコンからWindows 10のパソコンへ「メール」や「写真」「大切なファイル」などを確実にデータ移行する方法を解説した『できるパソコンのお引っ越し Windows 7からWindows 10に乗り換えるために読む本 令和改訂版』を2019年9月24日（火）に発売します。

**■Windows 7のサポートが終了するまでに環境をWindows 10のパソコンへ**

2009年10月22日にリリースされたWindows 7もいよいよ2020年1月14日にサポートが終了します。サポート終了後はセキュリティ更新プログラムが提供されなくなり、Windows 7のパソコンを使い続けられますが安全性は下がり、セキュリティのリスクやウイルスの被害を受けやすくなります。そのため、Windows 7のサポートが終了する前に、最新のOSであるWindows 10へ環境を移行することがマイクロソフトから推奨されています。

本書は、これまでWindows 7に蓄積してきた、WordやExcelのファイルからデジタルカメラで撮影した写

真データ、メールソフトに保存されているプロバイダーのメールなどをWindows 10の新しいパソコンへ順序立てて引っ越しする方法を丁寧に解説しています。

### 1 Windows 7を使い続けるリスクとは

Windows 10導入のメリット

**サポート期間とは**

製品に品質保証がなくなるように、パソコンに搭載されているOS (Windows) にもサポート期間があります。「サポート」と言っても同じ意味のことではありません。Windowsの開発元のマイクロソフトは、製品の発売後も、後から発見されたOSの不具合を修正し、Windows Updateの更新プログラムとして提供しています。ウイルスやランサムウェアなどのパソコン被害を及ぼすマルウェアの中には、OSの不具合を利用して感染を拡大するものも少なくありません。更新プログラムをインストールすることはとても大切なことです。しかし、サポート期間が終了すると、この重要な更新プログラムの提供が終了します。また多くの人がパソコンで使っているWindows 7のサポート期間終了は2020年1月です。この日以降は、万が一、悪用されやすい不具合が発見されたとしても、不具合は修正されずに放置されてしまうこととなります。

**2020年1月がくると...**

サポートが切れている最新のアプリケーションへ対応できない

ソフトウェアのウイルスに感染しやすくなる

**サポート期間とは**

Windows	p.149
Microsoft Office 365 Suite	p.149
ブラウザ	p.151
マルウェア	p.152
ランサムウェア	p.152

**MINITI**

まだある古いパソコンやOSを使い続けるデメリットを挙げてみる

そもそもパソコンが古くなると、故障の危険性も高くなります。内部に搭載されているファンが故障して熱暴走しやすくなる。ハードウェアが故障してデータが失われてしまったらどうなるでしょうか。また、サポート期間が切れたOSには、新しい周辺機器やソフトウェアも対応しなくなってしまうので、最新の技術に対応したハードウェアやソフトウェアを使うことも難しくなります。

**MINITI**

Office 2010のサポート期間にも注意する

Windowsと同様に、Office製品にもサポート期間があります。Office 2007は2017年10月31日までにサポートが終了しました。また、Office 2010は2020年1月に、Office 2013は2023年1月にサポートが終了します。サポートが終了する前に新しいOfficeに入れ替えましょう。Office 365を利用すれば、毎月の利用料を払う代わりに最新のOfficeに入れ替えることができます。現在のOffice 2019のサポート期間が切れることにも、次のバージョンに入れ替えましょう。

### 最新のWindows 10を使う

Windows 10は、2015年に登場した最新のOSです。発売後もオンラインで定期的に新機能が追加され、使いやすさと安全性が日々進化し続けているOSとなります。これまでのWindows 7/8.1で使っていたアプリも動かせるうえ、スタートメニューやデスクトップなどの使い慣れた操作も受け継がれているので、Windows 7から乗り換えても違和感なく操作できます。もちろん、それだけではなく、電源オンですぐに起動するうえ、クラウドサービスとの連携により、新しいアプリをすぐにダウンロードしたり、大切なファイルをクラウドに保存しやすくなります。詳しいサポート期間も定期的なアップデートを適用することで延長されるうえ、高速で安全な最新のブラウザやセキュリティ対策ソフトの機能も標準で搭載されているので、安心してパソコンを使い続けることができます。

**クラウドサービスと連携している**

**新しいブラウザ (Microsoft Edge) を利用できる**

**セキュリティ対策が標準で搭載されている**

**MINITI**

Windows 10のHomeとProの違いは?

Windows 10には、いくつかのオプションがあります。ここで紹介されているのは、多くのパソコンに搭載されているのは、標準版のWindows 10 Homeです。クラウド機能やセキュリティ機能など、ほとんどの機能が使えるので、通常はHomeを選ぶといいでしょう。一方、Windows 10 Proには、家庭版のHomeでは利用できない一部の機能が標準搭載されています。Active Directory Domain Joinの機能などもその一つ。BitLockerによる暗号化、マルウェアによる被害を減らすWindows SandboxなどもProならではの機能になります。企業で使うパソコンでは、Windows 10 Proを推奨しましょう。

**Point**

最新のパソコンで安全、継続、便利を手に入れよう

「また動くから大丈夫!」そんな考えで古いパソコンを使い続けるのは危険です。古いパソコンは、速くは不要なだけでなく、サポート期間の終了によって、いつの日かアプリが動かなくなってしまう危険性も高くなります。Windows 7のサポート期間終了まで、まだ期間がありますが、最新のWindows 10に更新し、安全だけでなく、パソコンをもっと便利に使えるようになります。最新のパソコンへ入れ替えをおすすめします。

Windows 7のサポート終了とWindows 10を使うことの重要性も分かる

## ■読者の声を反映してメールソフトをOutlookとWindows Liveメールに両対応

今回の改訂版は、できるシリーズの読者サポートサービス「できるサポート」に年間1万件以上寄せられる読者の声を反映して内容を刷新しました。今回は、Windows 7のメールソフトをMicrosoft Outlookだけでなく2017年1月にサポートが終了したWindows Liveメールも対象として、Windows 10へ確実にメールデータや連絡先などをクラウドサービスのOutlook.comへ引っ越しできるようにしました。クラウドサービスに移行することで、今後パソコンを買い替える時に移行作業の必要なくなる上、パソコンだけでなくスマートフォンからもメールを確認できるため、本書ではクラウドサービスのOutlook.comへの移行を推奨しています。Microsoft OutlookからMicrosoft Outlookへデータを引っ越しの方法も付録で解説しています。

### 20 メールの移行の流れを知ろう

利用できるメールサービスとソフト

**Outlook.comへの移行**

かつては、メールソフトを使ってメールをやり取りするのが一般的でしたが、最近ではブラウザを使ってメールをやり取りするのが一般的です。そこで、本書では、メールソフトのOutlookでやり取りしたメールのデータを、クラウドサービスのOutlook.comに移行する方法を解説します。

**MINITI**

移行にはMicrosoftアカウントが必要になる

Outlook.comは、無料で利用できますが、利用するにはMicrosoftアカウントを取得する必要があります(既製のメールアドレスではなく、新しく取得する)。また、取得していない場合は、レッスン8を参照してMicrosoftアカウントを取得しておきましょう。

**MINITI**

Windows 10でもOutlookを使いたい場合は

Windows 10で、ブラウザではなく、パソコンにインストールしたOutlookを使ってメールをやり取りしたいときは、古いパソコンでOutlookのデータをインストールし、新しいパソコンのOutlookでデータをインポートします。具体的な移行方法については付録を参照してください。

**STEP2** OutlookのメールをOutlook.comに同期する

**STEP3** プロバイダーのメールをOutlook.comに設定する

**STEP4** 連絡先を移行する

**MINITI**

古いパソコンでの作業だけで移行が完了する

Outlook.comへの移行作業は、古いパソコンだけで済みます。メールのデータや連絡先をアップロードしてしまえば、新しいパソコンでOutlook.comにアクセスするだけでメールを確認できます。

**MINITI**

Windows Liveメールを利用している場合は

Windows Liveメールは、2017年1月にサポートが終了していますが、IMAPを利用することでOutlook.comに接続できます。このため、同じOutlook.com経由でメールを移行できます。詳しくはレッスン8を参照してください。

**Point**

Outlook.comを利用しよう

古いパソコンのメールアドレスは、Outlook.comに移行してしまっても構いません。古いパソコンの作業のみで済むうえ、メールのデータをクラウドに保存してある。今後、何回パソコンを買い替えることになってもメールの移行作業をする必要がなくなります。パソコンだけでなく、スマートフォンからもメールを確認できるようにする。Outlook.comを利用してメールを移行しましょう。

事前にメールデータを移行する流れを把握することで確実に引っ越しできる

## ■無料電話サポートや動画解説にも対応

各解説書は、「できる」シリーズの読者サポートサービス「できるサポート」に対応しています。書籍を購入した人なら無料で利用でき、解説内容に分からないことがあれば電話やメール、FAXなどでサポートが受けられます。また、書籍内のレッスンでは動画解説を用意しています。紙面に掲載されたQRコードをスマートフォンなどで読み取るだけで動画を見ることができます。紙面で解説している操作を動画で見られるので、より理解が深まります。



本書の内容を電話で質問できるほか、動画で確認することもできる

<本書はこんな人におすすめです>

- Windows 7を使い続けている人
- 新しいWindows 10のパソコンに買い替えた人
- Windows LiveメールやOutlookのメールをどう移行するかわからない人
- Windows 7の環境をWindows 10に移行する方法を知りたい人



古いパソコンから新しいパソコンへの引っ越し作業が一目で分かる

## ■書誌情報



書名：できるパソコンのお引っ越し Windows 7からWindows 10に乗り換えるために読む本 令和改訂版

著者：清水理史&できるシリーズ編集部

定価：本体1,500円＋税

電子版価格：1,500円＋税※インプレス直販価格

発売日：2019年9月24日（火）

ページ数：160ページ

ISBN：978-4-295-00745-6

◇Amazonの書籍情報ページ：<https://www.amazon.co.jp/dp/4295007455/>

◇書誌情報：<https://book.impress.co.jp/books/1119101067>

◇書影ダウンロード：<https://dekiru.net/press/500745.jpg>

### ◇目次

- 第1章 Windows 10について知ろう
- 第2章 Windows 7のデータをバックアップしよう
- 第3章 保存したデータをWindows 10で復元しよう
- 第4章 Outlookのメールデータを移行しよう
- 第5章 Windows Liveメールのメールデータを移行しよう
- 第6章 Outlook.comでメールをやり取りしよう
- 付録1 Outlook同士でメールを移行するには
- 付録2 音楽ファイルを移行するには
- 付録3 イメージバックアップを仮想ディスクとして使うには
- 付録4 古いパソコンを廃棄するには

## ■著者プロフィール

清水理史（しみずまさし）

1971年生まれ東京都出身のフリーライター。雑誌やWeb媒体を中心にOSやネットワーク関連の記事を数多く執筆。「INTERNET Watch」にてネットワーク機器のレビュー記事を掲載する「イニシャルB」を連載中。主な著書に『できるWindows 10 活用編』『できるUiPath 実践RPA』『できるWindows 10 改訂4版』（共著）（インプレス）などがある。

## ■できるシリーズについて

<https://dekiru.net>

「できる」シリーズは、画面写真をふんだんに使い、操作の流れを紙面に再現した入門書の元祖です。操作に必要な「すべての画面」と「すべての手順」を紙面に掲載しているので、パソコンやインターネットの操作に不慣れな方でも簡単に操作や知識を身に付けられます。楽しみながら操作を学べるように、各レッスンにストーリー性を持たせ、章ごとに知識が身に付く構成になっています。おかげさまで「できる」シリーズは、刊行開始から25周年を迎え、シリーズ累計7,500万部を突破しました。

◇できるシリーズ25周年特設サイト

<https://dekiru.net/25th/>

---

**【株式会社インプレス】** <https://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計 7,500 万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT 関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watch」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」、「SmartGrid ニュースレター」、「Web 担当者 Forum」等の企業向け IT 関連メディアブランドを総合的に展開、運営する事業会社です。IT 関連出版メディア事業、及びデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

**【インプレスグループ】** <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：唐島夏生、証券コード：東証 1 部 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「旅・鉄道」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

**【本件に関するお問合せ先】**

株式会社インプレス 広報担当：丸山

TEL：03-6837-5034 E-mail：[pr-info@impress.co.jp](mailto:pr-info@impress.co.jp) URL：<https://www.impress.co.jp/>