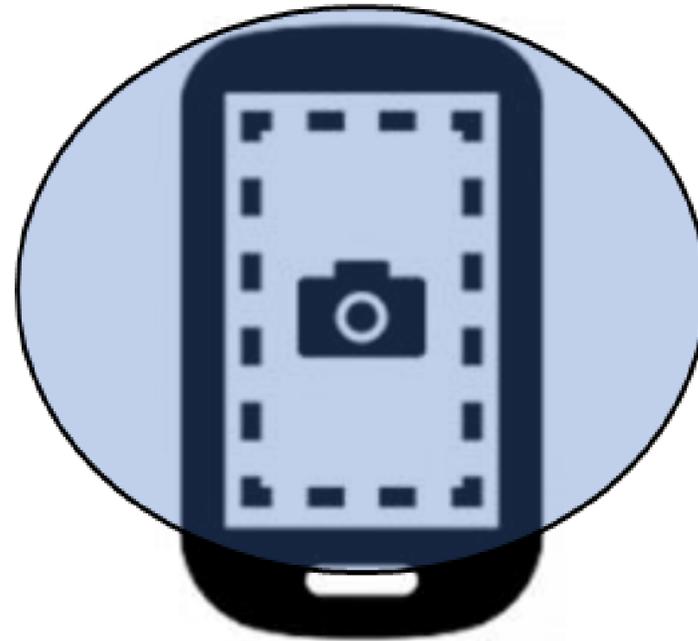


スマホのシェイプアップ



その（２）ストレージを管理してアプリを軽くする

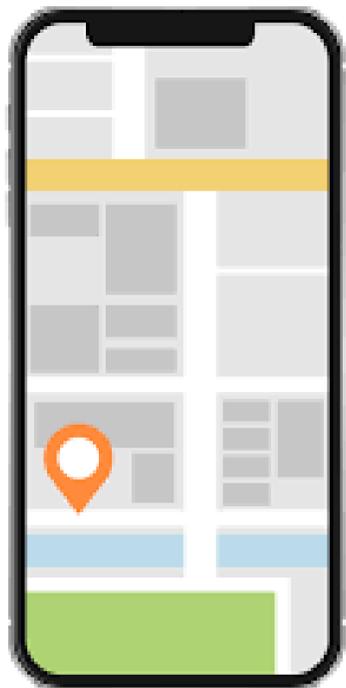
2024年5月7日



◆改めて… ストレージとは？

アプリを始め、音楽や写真などのデータを保存しておく場所を、ストレージといいます。ストレージとは「倉庫」の意味です。「ストレージが不足している」という場合、ふつうは、スマホ本体のストレージを指す場合が多いのですが、ストレージには大きく分けて3つの種類があることをまずは確認しておきましょう。それは、**内部ストレージ**、**外部ストレージ**、**クラウドストレージ**の3つです。

内部ストレージ



スマホ本体にあるデータの保管場所が、内部ストレージです。アプリをインストールしたり、写真などのデータを保存したりする場所で、容量はスマホによって異なります。内部ストレージ容量が少なくなると、アプリのダウンロードや OS アップデートができなかったり、動作が遅くなったりする場合があります。

外部ストレージ



外部ストレージとは、スマホなどのデバイスに接続して使用する外付けのストレージです。USB メモリやカードリーダー経由で接続できる SD カードなどがあります。Android スマホでは、端末内に SD カードを入れられるものもあります。

クラウドストレージ

クラウドストレージとは、インターネット上にデータを保存できるサービスです。オンラインストレージと呼ばれることもあります。インターネット環境があれば接続できるため、場所を選ばずにアクセスできます。前回、「グーグルドライブ」でクラウドストレージを作成しました。



Googleドライブ



OneDrive



Dropbox



iCloud Drive

内部ストレージの空き容量を増やすには

◇クラウド ストレージや外部ストレージが役立ちます。スマホ内の音楽や写真、動画などのデータを外部にバックアップして本体のデータを削除すれば、内部ストレージの容量を増やせます。

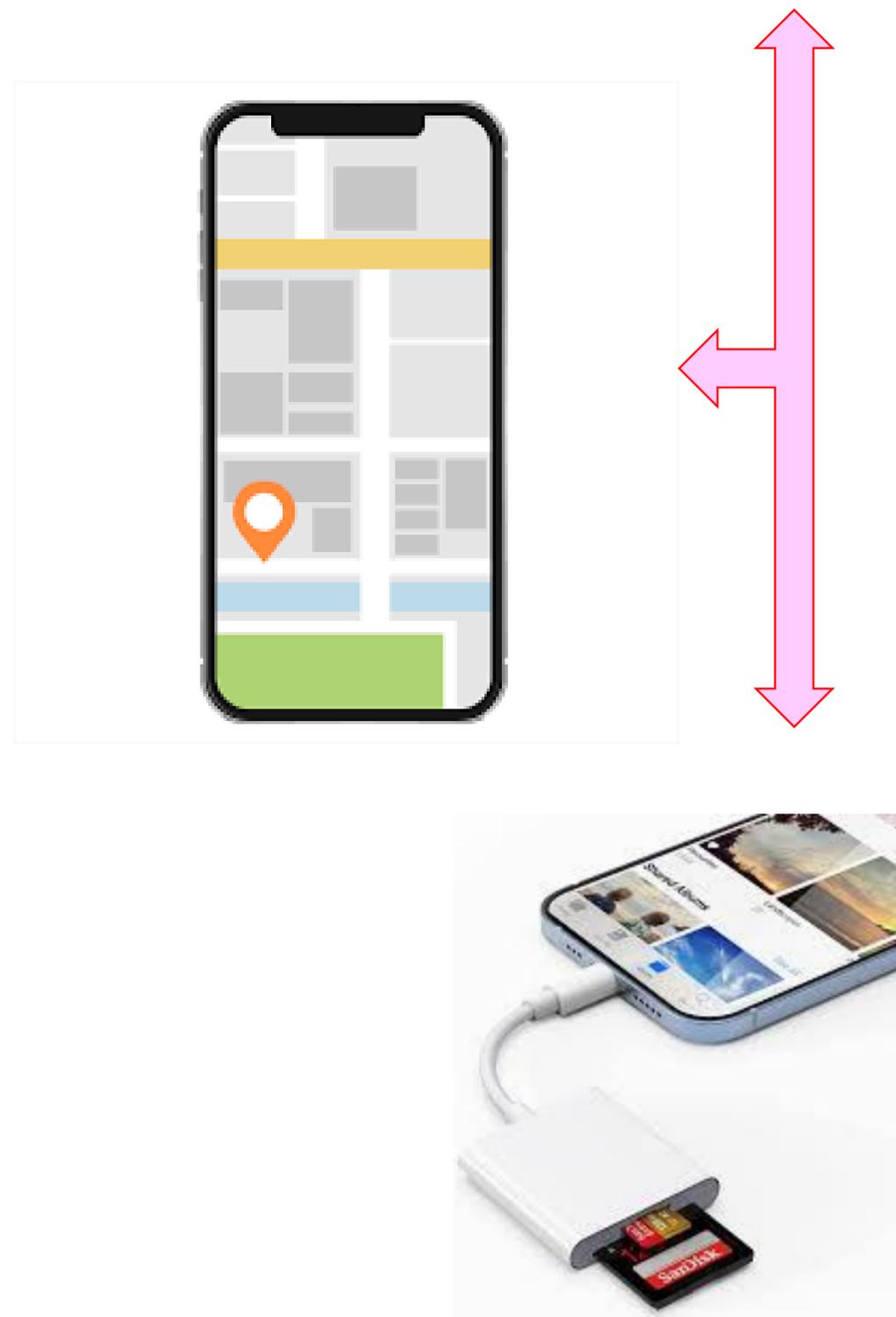
◇外部ストレージはデータ通信がないときでも利用できるもので、状況に応じてクラウド ストレージと使い分けるとよいでしょう。

内部ストレージの容量を空けておきたい理由

内部ストレージはアプリを始め、音楽や写真などのデータを保存する場所です。そのため、大量のデータをダウンロードしたり保存したりしたい場合は、あらかじめ容量を空けておくことをお勧めします。

また、ストレージの空き容量が少なくなると、スマホの動作に問題が発生することがあります。アプリの動作が以前よりも重く感じたり、ファイルがスムーズに開けなかったりした場合は、内部ストレージの容量が圧迫されている可能性が高いです。

スマホを快適に使うためにも、空き容量は日ごろから確認し、余裕のある状態にしておくのが大切でしょう。



ストレージの使用状況を確認する → まずは、現在のストレージの使用状況を確認してみましょう。
「設定」アプリを開き、そこから空き容量を確認します。

使用状況の確認（ 아이폰 ）

アイフォンで内部ストレージの空き容量を確かめる方法を紹介します。

「設定」アプリから＞ [一般] ＞ [ストレージ] の順に開きます。

[ストレージ] の欄に空き容量が表示されます。

アプリや画像、動画などの項目別に、どのくらいの容量が使われているのかを知りたい場合は、[ストレージ] をタップして確認してください。
おおまかな使用済みのストレージが確認できます。



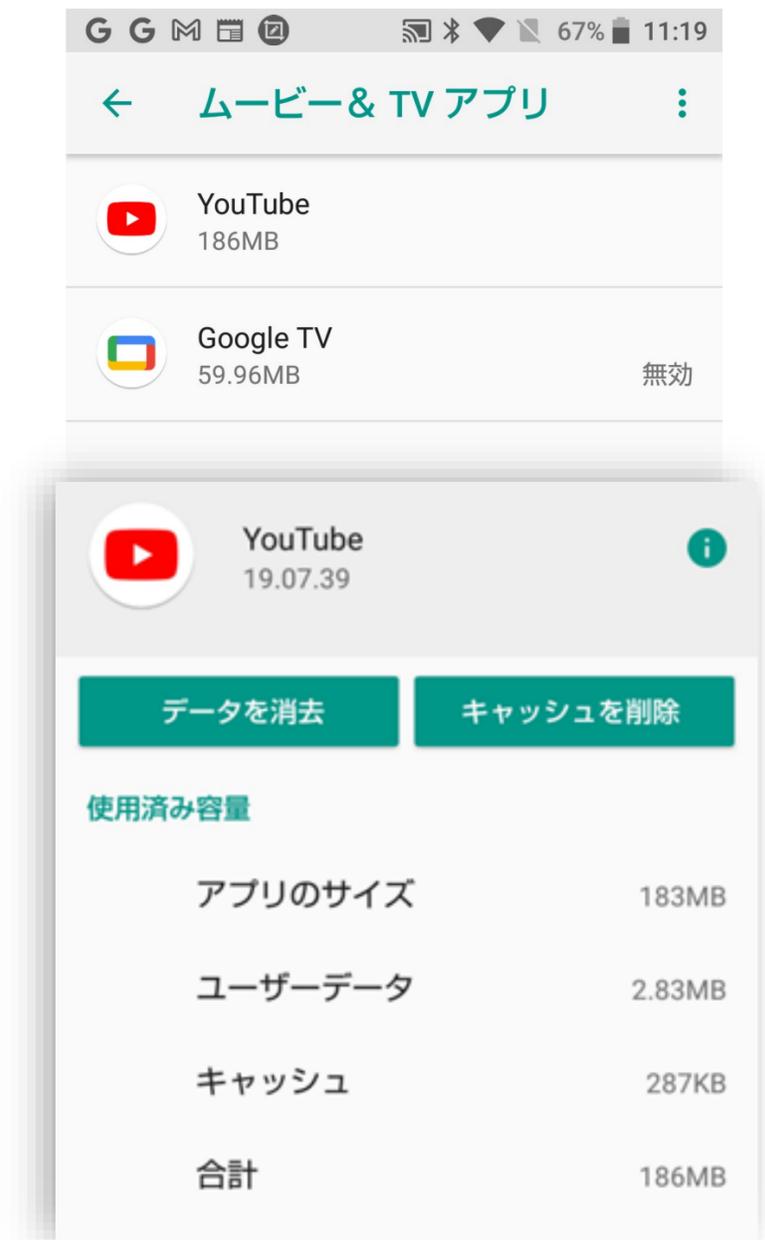
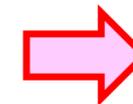
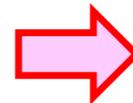
使用状況の確認（Android）



設定アプリ

Android スマホの空き容量を確かめる方法は、次の通りです。

「設定」アプリを開き [ストレージ] をタップすると、空き容量が表示されます。アプリや画像、動画などの項目別に、どのくらいの容量が使われているのかを知りたい場合は、[ストレージ] を開いて、詳細を確認します。例では「写真と動画」を開いてユーチューブの内訳を調べています。



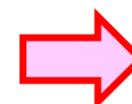
Androidでストレージ容量を減らす方法

次に、ストレージ容量を減らす方法を紹介します。
Androidでは、設定>ストレージ と開いていくと、ジャンルごとのストレージ容量が表示されます。

例えば、右図で「写真と動画」のジャンルを開くと、「ユーチューブ」のアイコンが現れ、ここをタップするとユーチューブの容量の詳細が表示されます。

ここで、「データを消去」や「キャッシュを消去」のボタンをタップすると、ファイル容量を減らすことができます。

ただし、実際のところは、この操作方法では、あまり容量を減らすことができないという問題があります。思い切って容量を減らすためには、使うことの少ない「アプリを削除する」必要があります。



※「アプリを削除する」➡この項は、次回解説します。

Files by Google を使って空き容量を確認する

Androidでは、ファイルズ（Files by Google）を使って操作する方法もあります。ファイルズは、以前メモリーカードを使ったストレージ管理を勉強した時に入手しました。ファイルズのアプリがない人は、プレイストアからダウンロードしてください。右のようなアイコンが目印です。

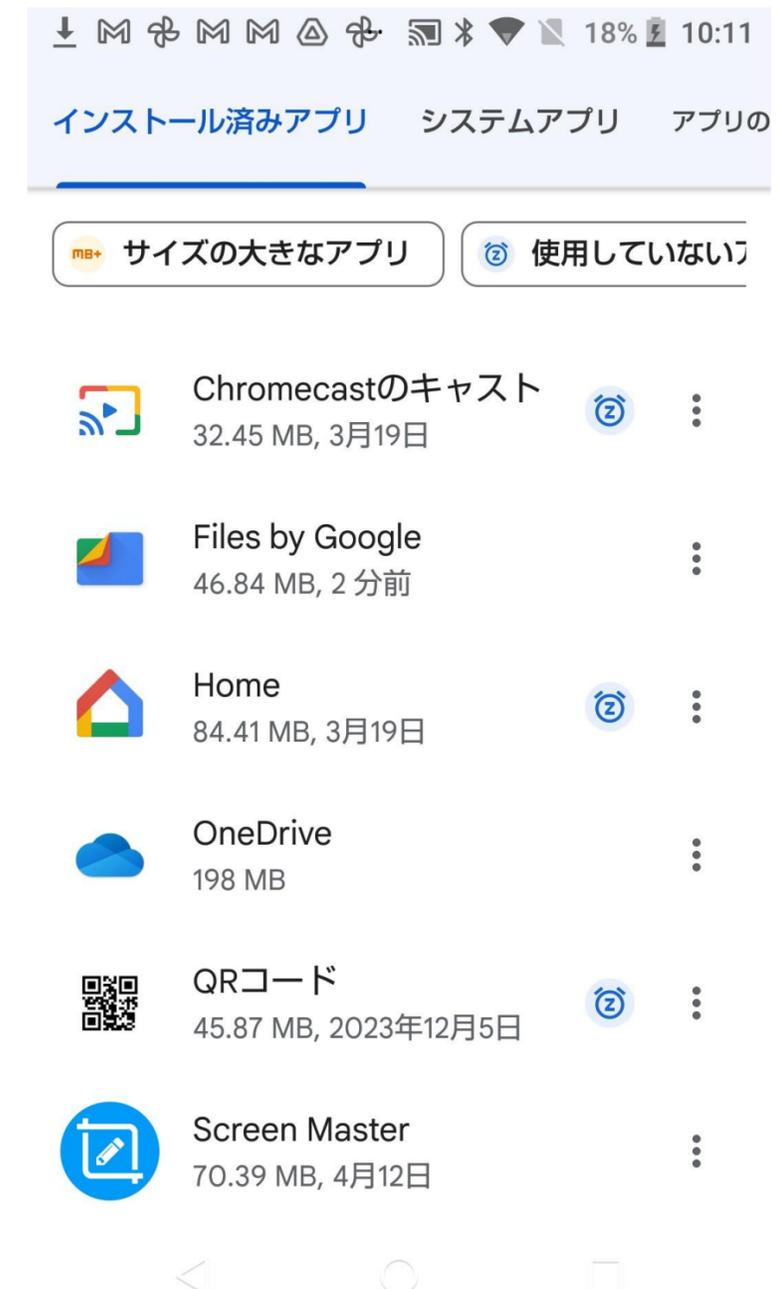
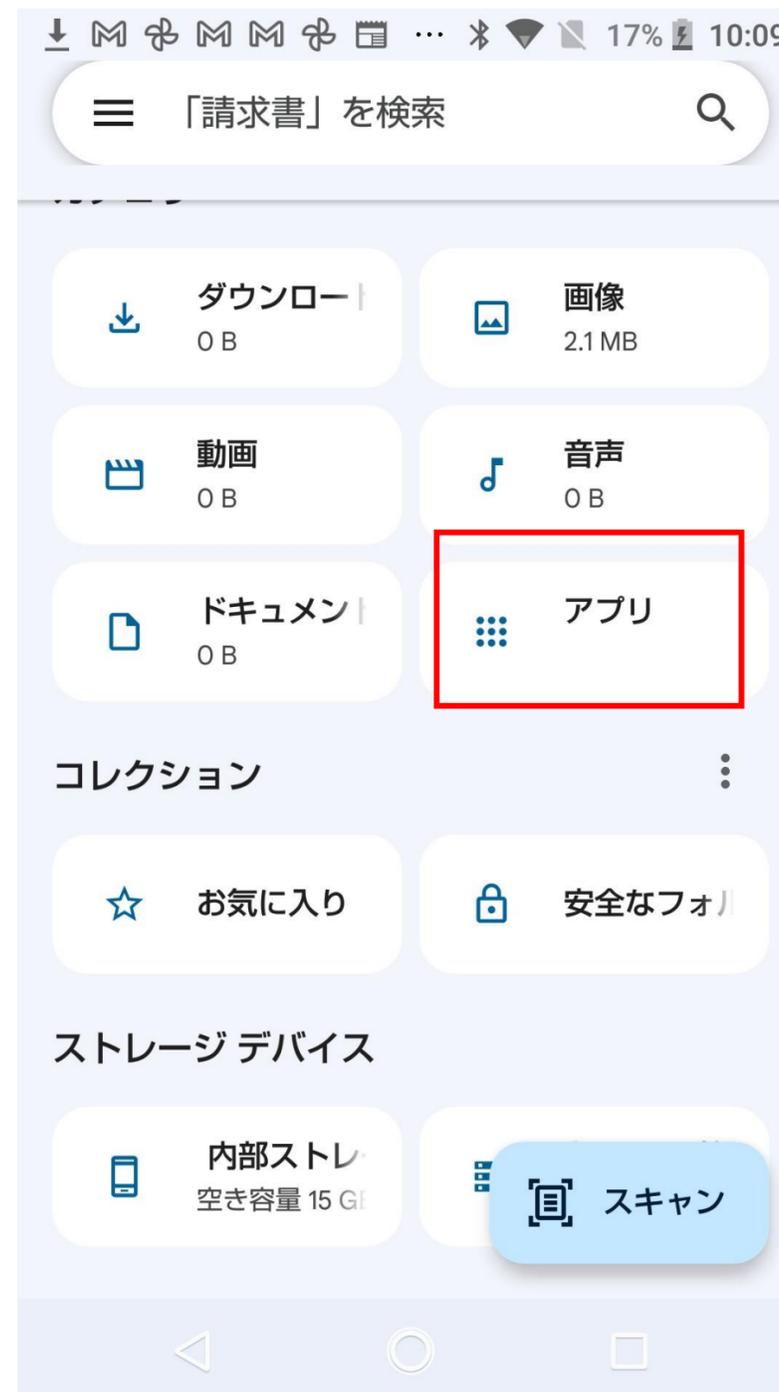


Files by Google

ファイルズは、ファイルやフォルダを管理するアプリです。Files by Google アプリを開いてみましょう。内部ストレージの使用量が画面上部に表示されています。

右図では、赤枠にある「アプリ」の部分をつまみました。すると個別のアプリごとのファイルサイズ、最終アクセス日、使用中のアプリかどうかなどを知ることができます。

また、個別のアプリをつまみすると、使用しているファイルへアクセスでき、アプリの詳細を知ることができます。



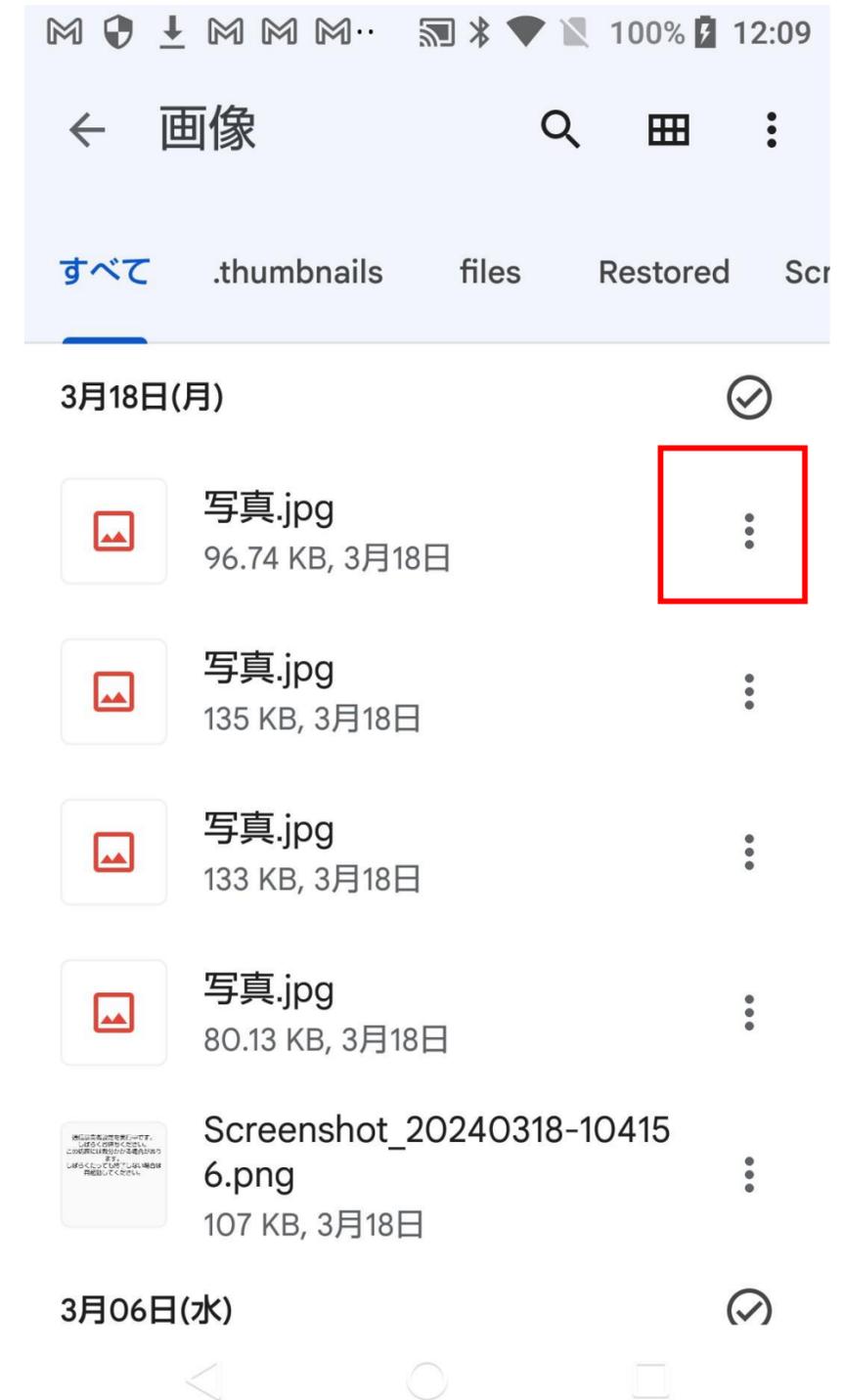
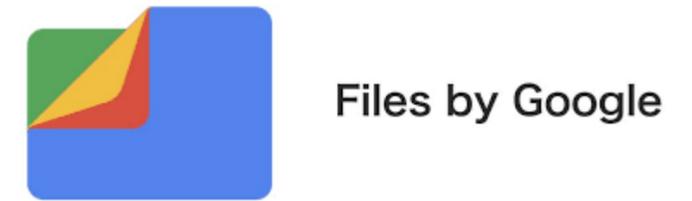
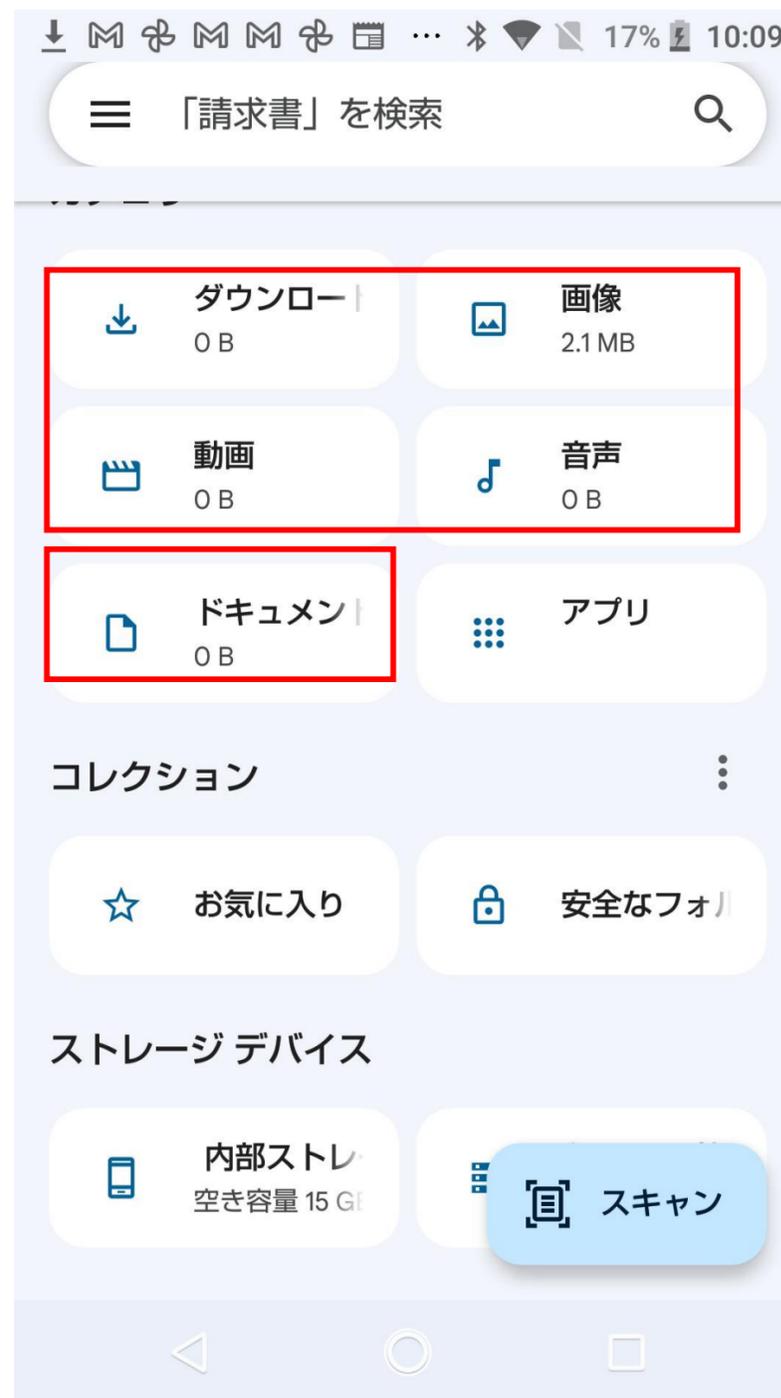
Files by Google を使って空き容量を増やす

ファイルズ (Files by Google) を使ってスマホの空き容量を増やす方法を紹介します。

◆ファイルズを開き、カテゴリ別の空き容量を表示させます。カテゴリには、「ダウンロード」「画像」「動画」「ドキュメント」があります。

◆このカテゴリをタップして内訳を開きます。各アプリごとにファイルが一覧表示されます。

ファイル一覧を開いたら、各ファイル名の右側に並んでいるボタンをタップして不要なファイルを削除します。



※ここで「アプリ」を選ぶと、「強制停止」「アンインストール」など、アプリ本体にアクセスして空き容量を減らす操作が設定できます。
➡この項は、次回解説します。

iPhoneでストレージ容量を減らす方法

「アップを削除する」機能を使う方法と「アップを取り除く」機能を使う方法があります。
今回は、「あまり使わないアプリを一時停止にする」方法として「アップを取り除く」方法を紹介します。

[設定]アプリ > [一般] > [ストレージ] と開き、アプリごとのファイルサイズを表示させます。

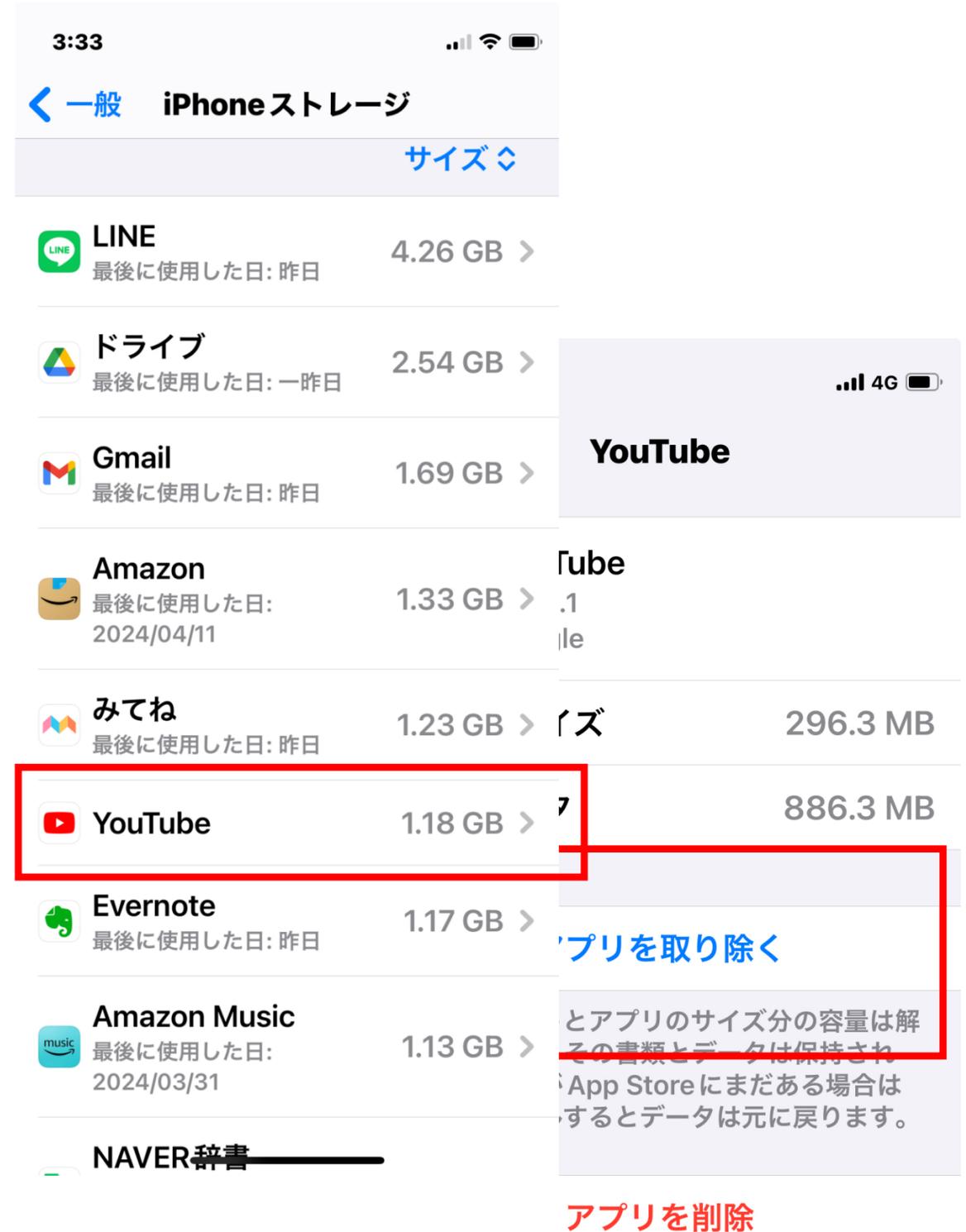
ここで「ユーチューブ」アプリに注目してみましょう。

◇現在の使用状況を見ると1.18GBとの記録。また、最後に使用した日の記録がありません。
→これはしばらく使う必要はなさそうです...

◇ここでは1.18GBの内訳としてアプリのサイズが296MB 書類のサイズが886MBとなっています。

◆ユーチューブアプリに「アップを取り除く」機能を使ってみます。「アプリを取り除く」をタップしてみました。

※「アップを削除する」は、使わないアプリを削るために使います。
➡この項は、次回解説します。



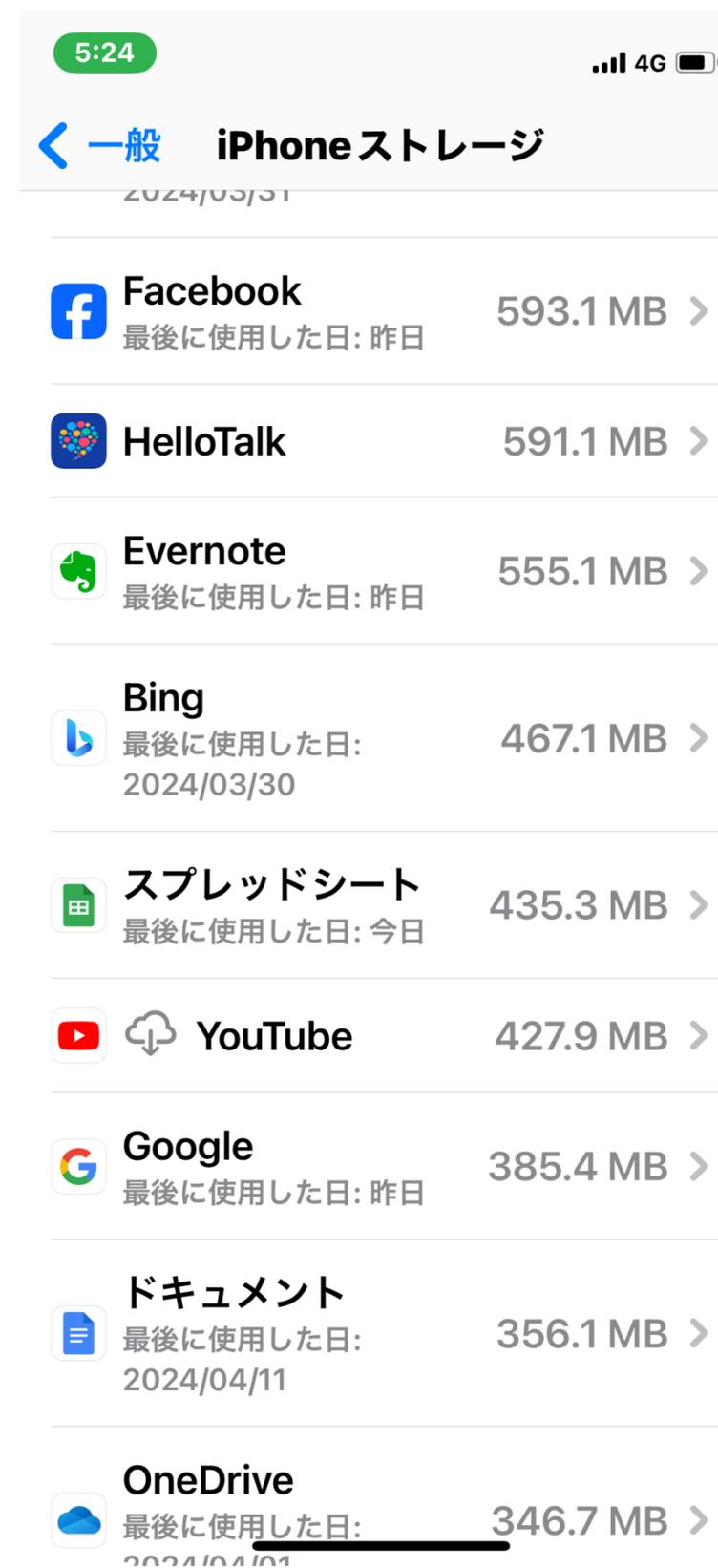
この操作を行うとこのアプリとそれに関連するすべてのデータがこのiPhoneから削除されます。この操作は取り消せません。

◆するとストレージ容量は429.7MBとなりました。アイコンのそばには下矢印の印  が。アプリがお休みの表示です。

◆ここで、もう一度ストレージで確認してみると、428MBに縮小されていることが分かります。
1.18GB (1180MB)のファイルサイズから428MBのサイズへと、半分以下に縮小されました。

◇「アップを取り除く」機能を使うと、アプリが一時停止となるだけです。アプリに付属したデータなどはそのまま残ります。また使用を再開したいときは、アプリを再インストールすると、そのままデータが保存された状態で使用可能になります。

ただ、ファイルサイズは大きく削減することができましたが、まだ400MB以上が残っています。これを減らすには「**アプリを削除**」する必要があります。これは次回紹介します



The screenshot shows the 'iPhone Storage' settings page. At the top, the time is 5:24 and the signal strength is 4G. The page title is 'iPhone ストレージ' with a back arrow and the word '一般'. Below the title, there is a list of apps with their storage usage and last used dates. The apps listed are Facebook (593.1 MB), HelloTalk (591.1 MB), Evernote (555.1 MB), Bing (467.1 MB), スプレッドシート (435.3 MB), YouTube (427.9 MB), Google (385.4 MB), ドキュメント (356.1 MB), and OneDrive (346.7 MB). Each app entry includes an icon, the app name, the storage usage, and a right-pointing arrow. Some entries also show the last used date.

App	Storage Usage	Last Used
Facebook	593.1 MB	最後に使用した日: 昨日
HelloTalk	591.1 MB	
Evernote	555.1 MB	最後に使用した日: 昨日
Bing	467.1 MB	最後に使用した日: 2024/03/30
スプレッドシート	435.3 MB	最後に使用した日: 今日
YouTube	427.9 MB	
Google	385.4 MB	最後に使用した日: 昨日
ドキュメント	356.1 MB	最後に使用した日: 2024/04/11
OneDrive	346.7 MB	最後に使用した日: 2024/04/11