トレンドワードから効率化を読む（第5回）

バックアップとは？必要性と方法について解説

2020.03.17



「バックアップは重要だ」といわれています。しかし、具体的に何をどのようにバックアップすればよいか、分からない人も多いのではないでしょうか。

今回は、バックアップとはそもそも何なのか、なぜ必要なのか、といった基本的な情報から、具体的なバックアップ方法、復元方法まで解説していきます。

【基本】バックアップの必要性・バックアップすべきデータ

日常的に使われる「バックアップ」という言葉ですが、具体的な内容はご存じでしょうか。ここでは、バックアップの基本的な知識についてご紹介します。

＜バックアップとは＞
バックアップは、システムの異常や機器の故障などのトラブルによるデータの破損に備えて、データを複製することを表します。バックアップ対象となるデータは、画像データや書類データなど、あなたが利用するすべてのデータが該当します。

予期しないトラブルによるデータ破損を回避する方法が、バックアップとなります。

＜なぜ、バックアップが必要なのか＞
パソコンは精密機械であるため、ちょっとしたトラブルでデータが破損してしまうこともあります。例えばパソコンを操作しているときに、突然フリーズして作業中のデータが消えてしまった経験はないでしょうか。

パソコンのデータが破損する原因はさまざまですが、次のような場合が考えられます。

・利用しているアプリがクラッシュ
・停電などによる主電源への電源供給停止
・メモリー不具合によるOSクラッシュ
・落下などの衝撃による物理的不具合
など

先に挙げた例は事前に防ぐのが難しいものです。気を配れば避けられるときもありますが、万全とはいえないでしょう。このような突然のトラブルに対して、バックアップを取得しておくことで、データの破損を防げます。

バックアップを取得することで、突然のトラブルに対応できるだけでなく、次のメリットも挙げられます。

・OSバージョンアップなどによる不具合発生時の切り戻しが可能
・システムやファイル内容の変更による不具合発生時の切り戻しが可能
・誤動作によるファイル消失対策
など

突然のトラブルへの対応だけでなく、変更内容の切り戻しにも非常に有効であるため、バックアップは必要なのです。

＜どんなデータをバックアップするべきか＞… 続きを読む