

E14 Gen 3 / E15 Gen 3

ユーザー・ガイド

ThinkPad[®]



Lenovo

はじめにお読みください

本書および本書で紹介する製品をご使用になる前に、以下に記載されているドキュメントを読んで理解してください。

- 「安全上の注意と保証についての手引き」
- 「セットアップ・ガイド」
- [一般的な安全と規制に関する注意](#)

第1版 (2021年4月)

© Copyright Lenovo 2021.

制限付き権利に関する通知: データまたはソフトウェアが米国一般調達局 (GSA: General Services Administration) 契約に準じて提供される場合、使用、複製、または開示は契約番号 GS-35F-05925 に規定された制限に従うものとします。

目次

Lenovo ノートブックの検出	iii	第 5 章 . 詳細設定の構成	27
第 1 章 . コンピューターを見る	1	UEFI BIOS	27
前面	1	UEFI BIOS メニューを開く	27
側面	5	UEFI BIOS インターフェース内を移動する	27
仕様	5	システム日付とシステム時刻の設定	27
USB 仕様	5	起動デバイスの変更	27
UEFI BIOS の更新	28	UEFI BIOS の更新	28
第 2 章 . コンピューターを初めて使う	7	リカバリー	28
ネットワークへのアクセス	7	システム・ファイルおよび設定の以前の時点への復元	28
Wi-Fi ネットワークへの接続	7	バックアップからのファイルの復元	28
有線イーサネットへの接続	7	コンピューターのリセット	28
「機内モード」をオンにします	7	詳細オプションの使用	28
コンピューターとのやり取り	7	Windows の自動回復	29
ThinkPad Integrated Earbuds (E15 Gen 3 の一部のモデル)	8	リカバリー USB デバイスの作成	29
キーボード・ショートカットの使用	8	Windows 10 とドライバーのインストール	29
TrackPoint ポインティング・デバイスの使用	10	第 6 章 . CRU 交換部品	31
トラックパッドの使用	11	CRU リスト	31
外付けモニターへの接続	12	高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする	31
第 3 章 . コンピューターの探索	15	CRU の交換	32
Vantage アプリ	15	ベース・カバー・アセンブリー	32
AI Meeting Manager	15	ディスクリット・メモリー・モジュール (一部のモデル)	33
ナイト・ライト・モードの使用	16	M.2 ソリッド・ステート・ドライブ	35
インテリジェント・クーリング	17	第 7 章 . サービスとサポート	37
電源の管理	17	よくある質問と答え	37
バッテリー状況のチェック	17	エラー・メッセージ	39
コンピューターの充電	18	ビープ音が鳴るエラー	40
電源設定の変更	19	自己ヘルプ・リソース	41
データの転送	19	Windows ラベル	41
Bluetooth 接続の設定	19	電話によるサポート	42
アクセサリの購入	19	Lenovo に電話をかける前に	42
Lenovo スマートセンター	43	Lenovo サービスの購入	44
第 4 章 . コンピューターと情報を保護する	21	付録 A . ユーザー補助および人間工学情報	45
コンピューターのロック	21	付録 B . 規制情報	49
指紋認証でログインする	21	付録 C . 特記事項および商標	53
顔 ID を使用してログイン (一部のモデル)	22		
電源断からデータを保護 (一部のモデル)	22		
UEFI BIOS パスワード	22		
パスワードの種類	22		
パスワードの設定、変更、削除	23		

Lenovo ノートブックの検出

Lenovo® ノートブックをお買い上げいただき、ありがとうございます。当社は、お客様に最適なソリューションを提供するよう努めています。

ツアーを開始する前に、以下の情報をお読みください。

- この資料に示す図は、ご使用の製品とは異なる場合があります。
- モデルによっては、一部のオプションのアクセサリ、機能、ソフトウェア・プログラム、およびユーザー・インターフェースに関する指示がご使用のコンピューターに該当しない場合があります。
- ドキュメントの内容は予告なしに変更される場合があります。最新のドキュメントを入手するには、<https://pcsupport.lenovo.com> にアクセスしてください。

第 1 章 コンピューターを見る

前面

E14 Gen 3



	赤外線カメラ*/カメラ*		Web カメラ・プライバシー・シャッター
	マイクロホン		電源ボタン/指紋センサー機能付き電源ボタン

	TrackPoint® ポインティング・スティック		スピーカー
	トラックパッド		TrackPoint ボタン

E15 Gen 3



	赤外線カメラ*/カメラ*		Web カメラ・プライバシー・シャッター
	マイクロホン		電源ボタン/指紋センサー機能付き電源ボタン
	TrackPoint® ポインティング・スティック		スピーカー
	トラックパッド		TrackPoint ボタン

* 一部のモデル

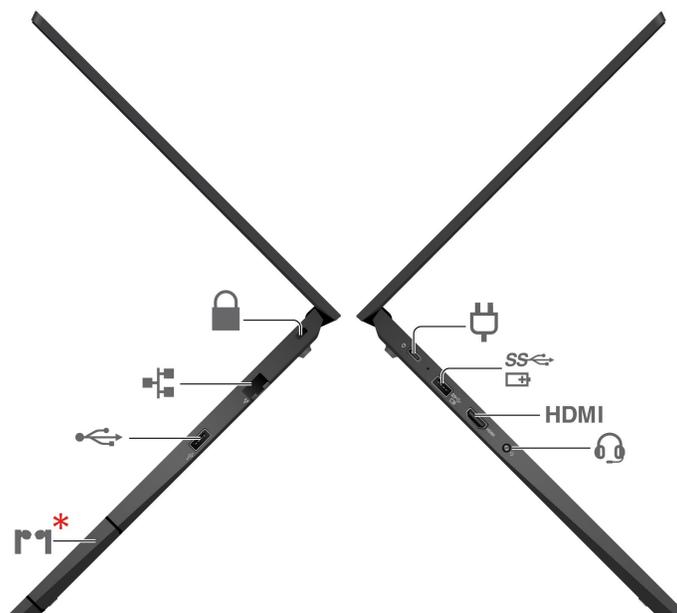
Web カメラ・プライバシー・シャッター

Web カメラ・プライバシー・シャッターをスライドし、カメラのレンズのカバーを付けたり外したりします。プライバシーを保護するために作成されています。

関連トピック

- 22 ページの「顔 ID を使用してログイン (一部のモデル)」
- 21 ページの「指紋認証でログインする」
- 10 ページの「TrackPoint ポインティング・デバイスの使用」
- 11 ページの「トラックパッドの使用」

側面



	USB-C® (3.2 Gen 1) 電源コネクタ		Always On USB 3.2 Gen 1 コネクタ
HDMI	HDMI™ コネクタ		オーディオ・コネクタ
	ThinkPad Integrated Earbuds (E15 Gen 3 の一部のモデル)		USB 2.0 コネクタ
	イーサネット・コネクタ		セキュリティー・ロック・スロット

関連トピック

- 18 ページの「コンピューターの充電」
- 5 ページの「USB 仕様」
- 21 ページの「コンピューターのロック」
- 8 ページの「ThinkPad Integrated Earbuds (E15 Gen 3 の一部のモデル)」

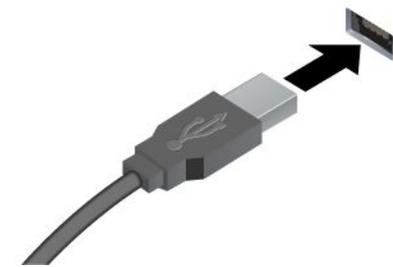
仕様

ご使用のコンピューターの仕様の詳細については、<https://psref.lenovo.com> を参照してください。

USB 仕様

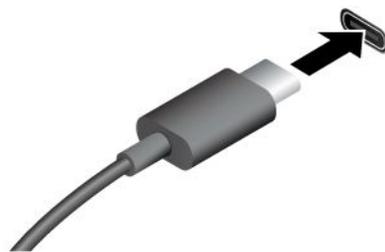
注：コンピューター・モデルによっては、一部の USB コネクタをコンピューターで使用できないことがあります。

コネクタ名	説明
-------	----



USB 2.0 コネクタ

USB キーボード、USB マウス、USB ストレージ・デバイス、USB プリンターなどの USB 対応デバイスを接続します。



USB-C (3.2 Gen 1) コネクタ

- コンピューターの充電。
- 出力電圧 5 V および出力電流 3 A の USB-C 対応デバイスに充電します。
- USB 3.2 の速度 (最大 5 Gbps) でデータ転送。
- 外付けモニターへの接続:
 - USB-C - VGA: 最大 1920 x 1080 ピクセル、60 Hz
 - USB-C - DP: 最大 3840 x 2160 ピクセル、60 Hz
- 別のコンピューターを使用して P-to-P (ピアツーピア) 2.0 充電機能への電源を供給します。18 ページの「P-to-P 2.0 (ピアツーピア 2.0) 充電機能の使用」を参照してください。
- コンピューターの機能を拡張するための USB-C 付属品に接続します。USB-C 付属品を購入するには、<https://www.lenovo.com/accessories> にアクセスしてください。

USB の転送速度に関する声明

このデバイスの各種 USB コネクタを使用した実際の転送速度は、ホストや周辺機器の処理能力、ファイル属性、システム構成やオペレーティング・システムに関連する他の要素などの多くの要素に応じて異なり、以下に掲載されている対応する各デバイスのデータ・レートより遅くなる場合があります。

USB デバイス	データ・レート (ギガビット/秒)
3.2 Gen 1 / 3.1 Gen 1	5
3.2 Gen 2 / 3.1 Gen 2	10
3.2 Gen 2 × 2	20
USB-C コネクタ (Thunderbolt 3)	40
USB-C コネクタ (Thunderbolt 4)	40

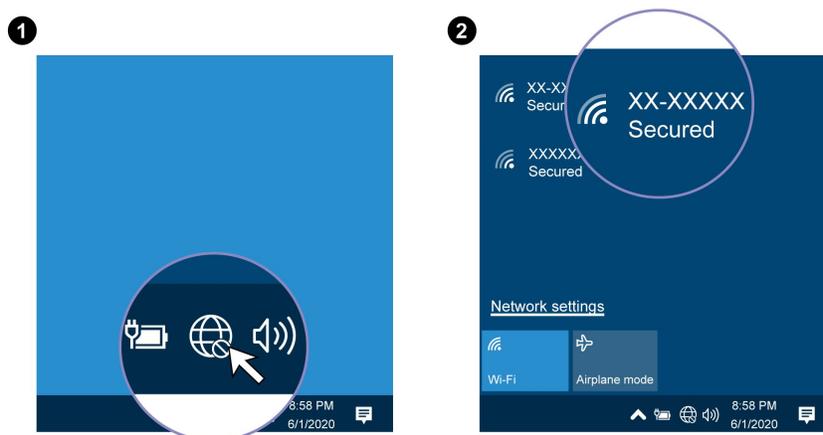
第2章 コンピューターを初めて使う

ネットワークへのアクセス

ここでは、ワイヤレスまたは有線ネットワークへの接続に役立つ情報を記載しています。

Wi-Fi ネットワークへの接続

Windows® の通知領域にあるネットワーク・アイコンをクリックして、接続するネットワークを選択します。必要な情報を入力します。



有線イーサネットへの接続

イーサネット・ケーブルを使用して、イーサネット・コネクタを通してコンピューターをローカル・ネットワークに接続します。



「機内モード」をオンにします

機内モードを有効にすると、すべてのワイヤレス機能は無効になります。

1. Windows 通知領域のアクションセンター・アイコン  をクリックします。
2. 「機内モード」をクリックして、機内モードをオンにします。

コンピューターとのやり取り

ご使用のコンピューターには、画面を移動するさまざまな方法が用意されています。

ThinkPad Integrated Earbuds (E15 Gen 3 の一部のモデル)

ThinkPad Integrated Earbuds (Earbuds と呼びます) を使用すると、通話や会議で作業をより快適かつ効率的に行うことができます。

内蔵の Versa Bay (トレイ) を押して、Versa Bay をスロットから慎重に引き出し、Earbuds にアクセスします。



Lenovo Bud'dy を使用すると、Earbuds の状況を簡単に把握して、Earbuds 設定をカスタマイズすることができます。Lenovo Bud'dy にアクセスするには、「スタート」メニューを開き、 をクリックします。

ThinkPad Integrated Earbuds について詳しくは、https://support.lenovo.com/docs/thinkpad_earbuds_manual にアクセスしてください。

キーボード・ショートカットの使用

キーボードには、作業をより効率的に行うのに役立つ特殊キーが装備されています。



各キーまたは F1-F12 ファンクション・キーの標準機能でアイコンとして印刷された、特殊機能呼び出します。

FnLock インジケーターオン: 標準機能

FnLock ・インジケーターオフ: 特殊機能



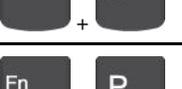
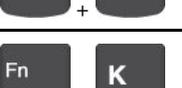
スピーカーを有効/無効にする



音量を下げる



音量を上げる

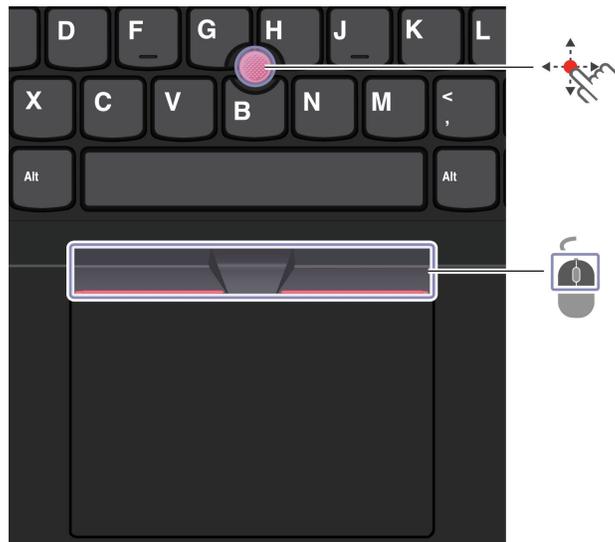
	マイクロホンを有効/無効にする
	ディスプレイを暗くする
	ディスプレイを明るくする
	外付けディスプレイの管理
	ワイヤレスを使用可能/使用不可能にする
	通知センターを開く/折りたたむ
	着信に応答する
	この機能は、Skype for Business 2016 や Microsoft Teams 1.0 など一部のアプリでのみ機能します。 デフォルトで、この機能は Skype for Business 2016 で動作します。デフォルト設定は Vantage アプリで変更できます。
	着信を拒否する
	この機能は、Skype for Business 2016 や Microsoft Teams 1.0 など一部のアプリでのみ機能します。 デフォルトで、この機能は Skype for Business 2016 で動作します。デフォルト設定は Vantage アプリで変更できます。 注：F11 を押して、Skype for Business 2016 での通話を切断することもできます。
	Vantage アプリを開きます。Vantage アプリでこのキーの機能をカスタマイズできます。
	電卓を開く (E15 Gen 3 のみ)
	スリープ状態の開始 (E15 Gen 3 のみ)
	Snipping Tool を開く
	キーボードのバックライトの切り替え (一部のモデル)
	中断操作
	操作の一時停止
	コンテンツのスクロール

 + 	システム・リクエストの送信
 + 	スリープ状態の開始 ウェイクアップするには、Fn または電源ボタンを押します。
 + 	最初に移動
 + 	最後に移動

TrackPoint ポインティング・デバイスの使用

TrackPoint ポインティング・デバイスは、ポインティング、クリック、スクロールなど従来のマウスの機能をすべて行うことができます。

TrackPoint ポインティング・デバイスの使用



TrackPoint ポインティング・スティック

指でポインティング・スティックのキャップに圧力を加えます。圧力は、キーボード面に対して平行に 360° 自由に加えます。これによって、画面上のポインターが移動します。かける圧力が高いほど、ポインタが速く動きます。



TrackPoint ボタン

左クリック・ボタンと右クリック・ボタンは、従来のマウスの左と右のボタンに対応しています。点状の中央ボタンを指で押したままにしながら、垂直または水平方向にポインティング・スティックに圧力を加えます。それから、文書、Web サイト、またはアプリなどをスクロールします。

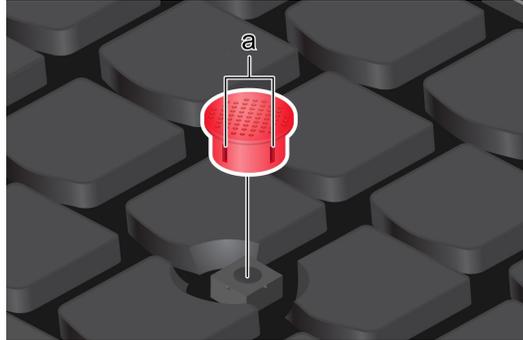
TrackPoint ポインティング・デバイスを無効にする

TrackPoint ポインティング・デバイスはデフォルトではアクティブです。デバイスを無効にするには:

1. 「スタート」メニューを開き、「設定」 → 「デバイス」 → 「マウス」をクリックします。
2. 画面上の指示に従って、TrackPoint を無効にします。

ポインティング・スティック・ノンスリップ・キャップの交換

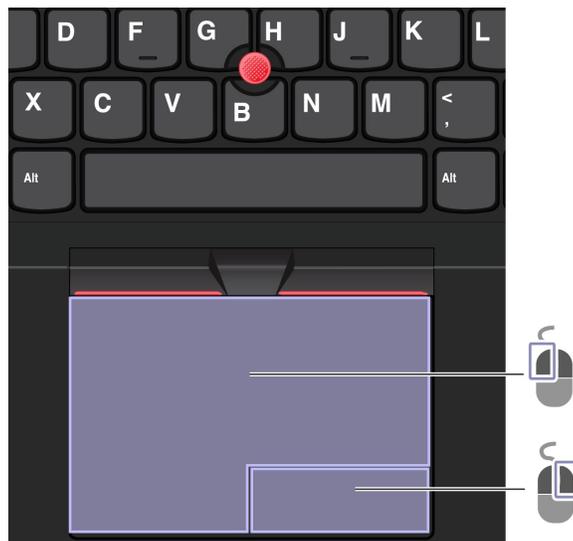
注：新しいキャップに溝 **a** が付いていることを確認します。



トラックパッドの使用

従来のマウスのポインティング、クリック、スクロール機能をすべてトラックパッドで行うことができます。

トラックパッドの使用

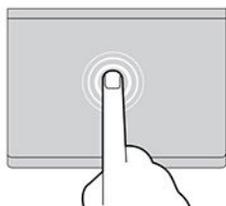


左クリック・ゾーン

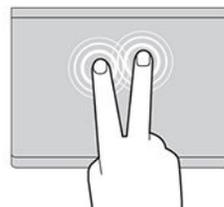


右クリック・ゾーン

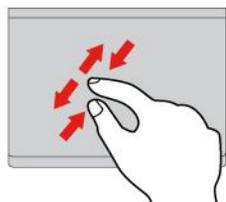
タッチ・ジェスチャーの使用



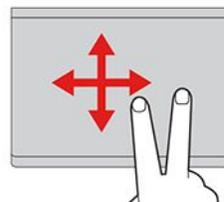
項目を選択したり開いたりするには、1回タップします。



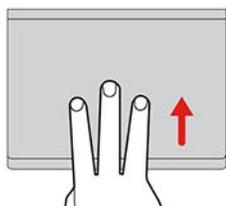
すばやく2回タップしてショートカット・メニューを表示します。



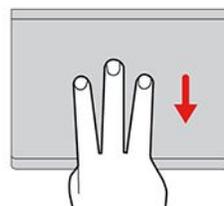
2本の指でズームイン/ズームアウトします。



項目をスクロールします。



タスク・ビューを開いて、開いているウィンドウをすべて表示します。



デスクトップを表示します。

注：

- 複数の指を使用する場合は、指の間を少し離して置いてください。
- 一部のジェスチャーは、直前の操作が TrackPoint ポインティング・デバイスで行われた場合は使用できません。
- 一部のジェスチャーは、特定のアプリを使用している場合にのみ使用できます。
- トラックパッドの表面が油分で汚れた場合は、まずコンピューターの電源をオフにします。柔らかく糸くずの出ない布をぬるま湯またはコンピューター用洗剤で湿らせ、トラックパッドの表面を軽くふきます。

その他のジェスチャーについては、ポインティング・デバイスのヘルプ情報を参照してください。

トラックパッドを無効にする

トラックパッドは、デフォルトで有効です。デバイスを無効にするには：

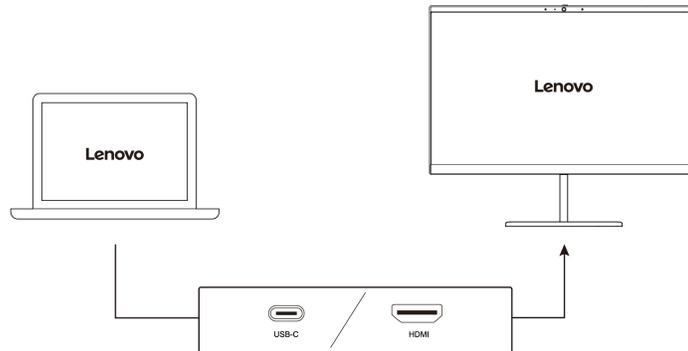
1. 「スタート」メニューを開き、「設定」→「デバイス」→「タッチパッド」をクリックします。
2. 「タッチパッド」セクションで、「タッチパッド」コントロールをオフにします。

外付けモニターへの接続

コンピューターをプロジェクターやモニターに接続して、プレゼンテーションを行ったりワークスペースを拡張したりします。

有線ディスプレイへの接続

ご使用のコンピューターが外付けディスプレイを検出できない場合は、デスクトップ上の空白領域で右クリックし、「ディスプレイの設定」 → 「検出」をクリックします。



サポートされる解像度

次の表に、外付けディスプレイでサポートされる最大解像度を示します。

外付けモニターの接続	サポートされる解像度
USB-C コネクタ	最大 4096 x 2160 ピクセル/60 Hz
HDMI コネクタ	最大 4096 x 2160 ピクセル/24 Hz

ワイヤレス・ディスプレイへの接続

ワイヤレス・ディスプレイを使用するには、コンピューターと外付けディスプレイの両方が Miracast® 機能をサポートしていることを確認します。

 +  を押して、接続するワイヤレス・ディスプレイを選択します。

表示モードの設定

 または  +  を押して、お好みの表示モードを選択します。

画面の設定

1. デスクトップの空白領域で右クリックし、「ディスプレイの設定」を選択します。
2. 構成するディスプレイを選択します。
3. お好みに合わせて表示設定を変更します。

コンピューターの液晶ディスプレイと外付けディスプレイの両方の設定を変更できます。たとえば、どちらをメイン・ディスプレイにしてどちらをセカンダリー・ディスプレイにするか定義できます。また、解像度や向きも変更できます。

第3章 コンピューターの探索

Vantage アプリ

初期インストールされている Vantage アプリは、自動化されたアップデートと修正、ハードウェア設定の構成、およびパーソナライズされたサポートを提供して、コンピューターをメンテナンスするのに役立つカスタマイズされたワンストップ・ソリューションです。

注：

- 使用可能な機能は、コンピューターのモデルによって異なります。
- Vantage アプリでは、コンピューターの体験を向上させるために定期的に機能を更新しています。機能の説明は、実際のユーザー・インターフェースと異なる場合があります。

Vantage アプリにアクセスするには、検索ボックスに「Vantage」と入力します。

主な機能

Vantage アプリを使用すると、次のことができます。

- デバイスの状態を容易に把握して、デバイス設定をカスタマイズできます。
- UEFI BIOS、ファームウェアおよびドライバーの更新をダウンロードしてインストールし、コンピューターを最新の状態に保ちます。
- コンピューターの健全性を監視し、外部の脅威からコンピューターを保護します。
- コンピューター・ハードウェアをスキャンして、ハードウェアの問題を診断します。
- 保証状況を調べます (オンライン)。
- 「ユーザー・ガイド」および役に立つ資料にアクセスします。

AI Meeting Manager



AI Meeting Manager を使用すると、異文化間の会議で、言葉の壁を伴わずにより生産的かつ効率的になることができます。音声をテキストに変換し、(音声からテキストへ)リアルタイム翻訳を行い、オーディオ・スピーチおよび翻訳されたテキストを記録するので、議事録をとるのに役立ちます。

アプリへのアクセス

AI Meeting Manager にアクセスするには、以下のいずれかを実行します。

- 「スタート」メニューを開き、「AI Meeting Manager」をクリックします。
- 検索ボックスに AI Meeting Manager と入力します。

翻訳/字幕

この機能は、会議中に音声またはオーディオをリアルタイムで画面上のテキストに変換します。

字幕機能を使用すると、字幕形式で外国語のビデオを視聴できます。

音声テキスト変換

この機能では、音声をテキストに変換します。任意の入力可能なフィールド (文書の編集領域、Web サイトのブラウザー入力フィールド、および Windows 入力バーなど) を選択し、テキスト入力の代わりに音声を使用してテキストを入力します。

エディター

会議が行われると、オーディオおよび翻訳されたテキストはすべてコンピューターに保存されます。エディターを開くと、記録を表示できます。この機能を使用すると、議事録を簡単に編集できます。テキストのコピー、検索、校正、エクスポート、または削除ができます。また、オーディオの削除や再生もできます。

注：

- AI Meeting Manager の最新バージョンをダウンロードするには、Microsoft Store にアクセスし、アプリ名を検索してください。
- サポートされる機能と言語は、コンピューター・モデルと国および地域によって異なります。
- AI Meeting Manager では、体験を向上させるために定期的に機能を更新しています。機能の説明は、実際のユーザー・インターフェースと異なる場合があります。

ナイト・ライト・モードの使用

コンピューターのディスプレイが青色に点灯します。ブルー・ライトに長時間さらされると、一時的な視覚疲労を引き起こす可能性があります。ナイト・ライト・モードを有効にして、目を保護し、視覚的な疲労を防いでください。ナイト・ライト・モードを有効にした場合、画面が暖色で表示され、放出されるブルー・ライト量が削減されます。

1. 「アクションセンター」アイコン  をクリックします。
2. 「ナイト・ライト」アイコン  をクリックして、ナイト・ライト・モードを有効にします。

注：ナイト・ライト・アイコンが見つからない場合は、「展開」をクリックします。

目の疲労を軽減するためのガイダンスについては、<https://www.lenovo.com/us/en/compliance/visual-fatigue> を参照してください。

色温度の調整

1. 「ナイト・ライト」アイコン  を右クリックして、「設定に移動」アイコンを選択します。
2. 「ナイト・ライト設定」をクリックします。「ナイト・ライト」のスイッチをオンまたはオフにします。
3. スライダーを移動させて、画面の色温度を調整します。

注：ご使用のコンピューターは TUV の低ブルー・ライト認定を受けています。コンピューターの色温度がデフォルト値の 48 に設定されます。

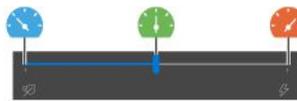
ナイト・ライト・モードのスケジュール設定

1. 「ナイト・ライト設定」をクリックします。「ナイト・ライト」のスイッチをオンまたはオフにします。
2. 「ナイト・ライトのスケジュール設定」のスイッチをオンにします。
3. 使いたいオプションを選択します。

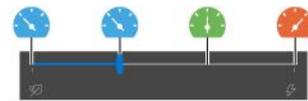
インテリジェント・クーリング

インテリジェント・クーリング機能により、ご使用のコンピューターは以下の3つのモードで動作できます。

- 静音モード: 最低ファン・ノイズ
- バランス・モード: バランスの取れたパフォーマンスとファン・ノイズ
- パフォーマンス・モード: 最高のパフォーマンスと通常のファン・ノイズ



AC 電源



バッテリー電源

優先モードを選択するには、次のようにします。

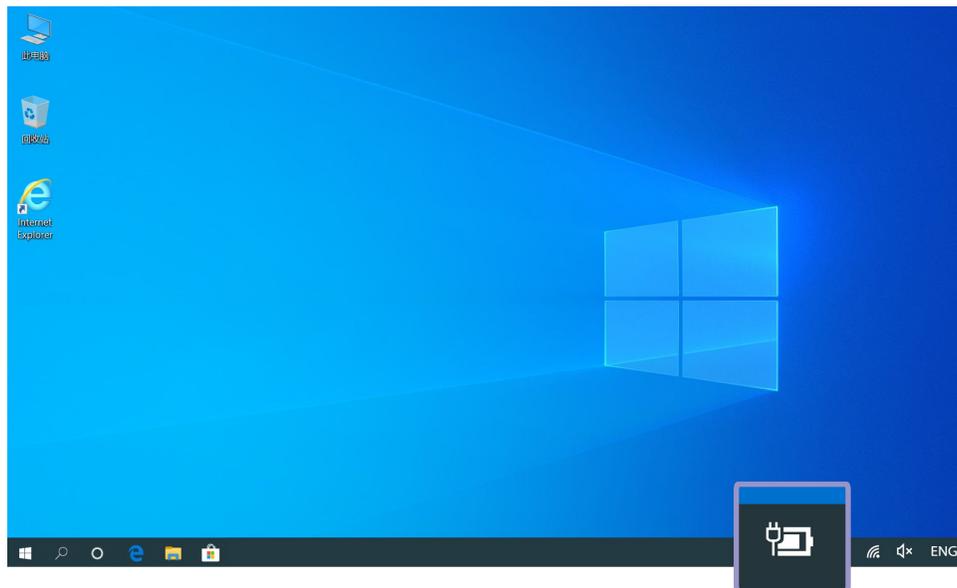
1. Windows の通知領域にあるバッテリー状況アイコンをクリックします。
2. スライダーを左または右に移動させて、希望のモードを選択します。

電源の管理

このセクションの情報を使用して、パフォーマンスと電源の効率の最適なバランスを実現します。

バッテリー状況のチェック

Windows 通知領域のバッテリー・アイコンをクリックして、簡単にバッテリー状況の確認、現在の電源プランの確認、電源モードの変更、バッテリー設定へのアクセスを実行できます。バッテリーについて詳しくは、Vantage アプリを参照してください。

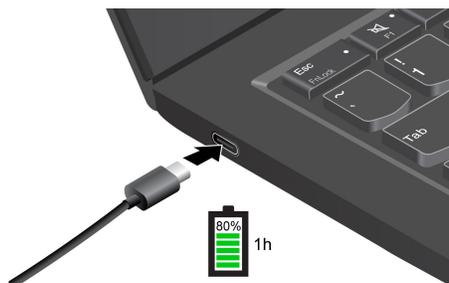


コンピューターの充電

AC 電源の使用

AC 電源アダプターの電源:

- 50 Hz ~ 60 Hz の正弦波入力
- AC 電源アダプターの定格入力: 100 V ~ 240 V AC、50 Hz ~ 60 Hz



注: バッテリー寿命を最大限にするには、バッテリーが完全に消耗するまで使用し、完全に再充電してから使用してください。バッテリーが完全に充電されたら、94% 以下まで放電してから再充電する必要があります。

P-to-P 2.0 (ピアツーピア 2.0) 充電機能の使用

コンピューターの USB-C コネクタは、Lenovo 独自の P-to-P 2.0 充電機能を使用しています。この機能を使用するには、「Always On USB」および「Charge in Battery Mode」がコンピューターの UEFI BIOS で有効になっていることを確認します。これにより、コンピューターの電源がオフまたは休眠状態でもこの機能が動作します。

「Always On USB」および「Charge in Battery Mode」を有効にするには:

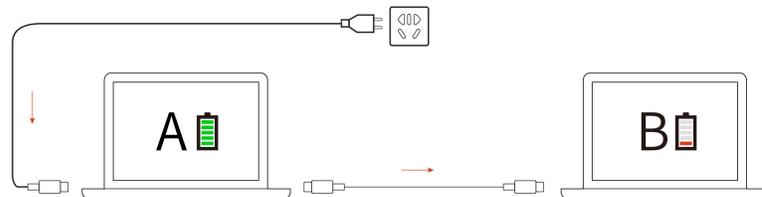
1. F1 を押して UEFI BIOS メニューに入ります。
2. 「Config」→「USB」をクリックしてから、「Always On USB」および「Charge in Battery Mode」を有効にします。

- AC 電源がない場合:



注: コンピューター A のバッテリー電源の残量が 30% 以上であり、コンピューター B を 3% 以上上回っていること。

- AC 電源がある場合:



注：コンピューターの充電機能を使用した実際の充電速度は、コンピューターのバッテリー電源の残量、AC電源アダプターのワット数、コンピューターを使用しているかどうかなど、様々な要因によって異なります。

電源設定の変更

ENERGY STAR® 準拠コンピューターの場合、次の電源プランは、コンピューターが指定された期間アイドル状態になったときに有効になります。

- ディスプレイの電源を切る: 10 分後
- コンピューターをスリープ状態にする: 30 分後

電源プランの設定をリセットするには:

1. バッテリー状況アイコンを右クリックして、「電源オプション」を選択します。
2. 必要に応じて、電源プランを選択またはカスタマイズします。

電源ボタン機能をリセットするには、次のようにします。

1. バッテリー状況アイコンを右クリックして、「電源オプション」 → 「電源ボタンの動作の変更」を選択します。
2. 必要に応じて設定を変更します。

データの転送

同じ機能を備えたデバイス間で、内蔵の Bluetooth テクノロジーを使用してファイルをすばやく共有できます。

Bluetooth 接続の設定

キーボード、マウス、スマートフォン、スピーカーなど、すべてのタイプの Bluetooth 対応デバイスをコンピューターに接続できます。正常に接続されていることを確認するには、デバイスをコンピューターから最大 10 メートル (33 フィート) の位置に置きます。

1. Windows 通知領域のアクションセンター・アイコン  をクリックして、Bluetooth 機能を有効にします。
2. Bluetooth アイコンを右クリックします。
3. 「設定に移動」 → 「Bluetooth または他のデバイスの追加」 → 「Bluetooth」を選択します。
4. Bluetooth デバイスを選択し、画面の指示に従います。

アクセサリの購入

Lenovo では、コンピューターの機能を拡張するための、さまざまなハードウェア・アクセサリや、アップグレードするためのオプションを用意しています。メモリー・モジュール、ストレージ・デバイス、ネットワーク・カード、ポート・リプリケーターまたはドッキング・ステーション、バッテリー、電源アダプター、キーボード、マウス、その他を取り揃えています。

Lenovo でのご購入については、<https://www.lenovo.com/accessories> にアクセスしてください。

第4章 コンピューターと情報を保護する

コンピューターのロック

互換性のあるセキュリティー・ケーブル・ロックを使用して、コンピューターを机、テーブル、またはその他の備品に固定します。

注：セキュリティー・システム・ロック装置とセキュリティー機構の評価、選択、実装は、お客様の責任で行っていただきます。Lenovoは、ロック装置とセキュリティー機能について責任を負いません。
<https://smartfind.lenovo.com> で、ケーブル・ロックを購入できます。



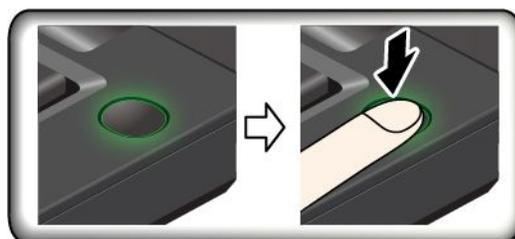
指紋認証でログインする

指紋センサーは、一部のモデルでは電源ボタンと一体になっています。指紋を登録すると、電源ボタンを押すだけでコンピューターの電源をオンにしてログインしたり、1回のタッチで画面のロックを解除したりできます。複雑なパスワードを入力する必要がなく、時間を節約し、生産性を向上させます。

1. 「スタート」メニューを開き、「設定」 → 「アカウント」 → 「サインインオプション」をクリックします。
2. 画面の指示に従って登録を完了します。

注：登録中は指を指紋センサーの中央に置き、指がケガした場合に備えて複数の指紋を登録しておくことをお勧めします。登録すると、指紋は Windows パスワードに自動的に関連付けられます。

3. 指紋認証でログインします。指紋センサー・インジケーターが緑色に点灯している場合は、指紋センサーを指でタップして認証します。



保守のヒント:

- 指紋センサーの表面を硬いもので引っかかないでください。
- 濡れた、汚れた、しわのある、または傷ついた指でリーダーを使用したり、触れたりしないでください。

顔 ID を使用してログイン (一部のモデル)

Web カメラ・プライバシー・シャッターが付属しているモデルの場合は、Windows Hello の顔認識を使用する前に、Web カメラ・プライバシー・シャッターをスライドさせてカメラのレンズを露出させてください。

顔 ID を作成し、顔をスキャンしてコンピューターのロックを解除します。

1. 「スタート」メニューを開き、「設定」 → 「アカウント」 → 「サインイン オプション」の順にクリックします。
2. 「パスワード」セクションを見つけ、「追加」をクリックしてパスワードを作成します。
3. 「Windows Hello 顔認証」セクションを見つけ、「顔認識」の中で「セットアップ」をクリックします。次に、「開始する」をクリックします。カメラのプレビューが起動します。
4. 画面の指示に従って、暗証番号 (PIN) を作成してセットアップを完了します。
5. 「精度を高める」をクリックして画質を向上させると、周辺光が異なったり外見が変化しても「Windows Hello」で認識されます。
6. 自分の顔 ID でログインするには、カメラをまっすぐに見てください。

電源断からデータを保護 (一部のモデル)

NVMe (不揮発性メモリー express) M.2 ソリッド・ステート・ドライブは Lenovo 独自の PLP (電源喪失保護) 機能があり、データの損失または損傷を回避します。ご使用のコンピューターが応答しない場合は、電源ボタンを数秒間長押しし、コンピューターをシャットダウンする必要があります。この場合、PLP 機能により、コンピューターのデータがタイムリーに保存されます。しかし、すべてのデータがいかなる状況でも保存されている保証はありません。ご使用の M.2 ソリッド・ステート・ドライブのタイプを確認するには:

1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されたら、すぐに F10 を押すと、Lenovo 診断ウィンドウに入ります。
2. 「ツール」タブで、キーボードの矢印キーを使用して「SYSTEM INFORMATION」 → 「STORAGE」を選択します。
3. 「Device Type」セクションを探し、情報を確認します。

UEFI BIOS パスワード

UEFI (Unified Extensible Firmware Interface) BIOS (Basic Input/Output System) でパスワードを設定して、コンピューターのセキュリティーを強化できます。

パスワードの種類

UEFI BIOS でパワーオン・パスワード、スーパーバイザー・パスワード、システム管理パスワード、または NVMe パスワードを設定して、コンピューターへの不正なアクセスを防ぐことができます。ただし、コンピューターがスリープ状態から復帰したときに UEFI BIOS パスワードを入力するよう求められることはありません。

パワーオン・パスワード

パワーオン・パスワードを設定した場合、コンピューターの電源をオンにすると画面にウィンドウが表示されます。コンピューターを使用するための正しいパスワードを入力します。

スーパーバイザー・パスワード

スーパーバイザー・パスワードは、UEFI BIOS に保存されているシステム情報を保護します。UEFI BIOS メニューに入る場合は、表示されたウィンドウに正しいスーパーバイザー・パスワードを入力します。Enter キーを押してパスワード・プロンプトをスキップすることもできます。ただし、ほとんどの UEFI BIOS のシステム構成オプションは変更することはできません。

スーパーバイザー・パスワードとパワーオン・パスワードの両方を設定している場合、電源をオンにするとスーパーバイザー・パスワードを使用してコンピューターにアクセスできます。スーパーバイザー・パスワードがパワーオン・パスワードを一時的に無効にします。

システム管理パスワード

システム管理パスワードでも、スーパーバイザー・パスワードのように UEFI BIOS に保存されているシステム情報を保護できますが、デフォルトでの権限はより低いものです。システム管理パスワードは、UEFI BIOS メニューを通して、または Lenovo クライアント管理インターフェースを使用して、Windows Management Instrumentation (WMI) を通して設定できます。

スーパーバイザー・パスワードと同じ権限を持つシステム管理パスワードを有効にして、セキュリティ関連の機能を制御できます。UEFI BIOS メニューを通して、システム管理パスワードの権限をカスタマイズするには、以下を行います。

1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押して、UEFI BIOS メニューに入ります。
2. 「Security」 → 「Password」 → 「System Management Password Access Control」を選択します。
3. 画面に表示される指示に従ってください。

スーパーバイザー・パスワードとシステム管理パスワードの両方を設定している場合、スーパーバイザー・パスワードによりシステム管理パスワードが上書きされます。システム管理パスワードとパワーオン・パスワードの両方を設定している場合、システム管理パスワードによりパワーオン・パスワードが上書きされます。

NVMe パスワード

NVMe パスワードにより、許可されていないユーザーによるストレージ・ドライブ上のデータへのアクセスを防ぎます。NVMe パスワードを設定すると、ストレージ・ドライブにアクセスしようとするたびに、有効なパスワードの入力を求めるプロンプトが表示されます。

• シングル・パスワード

シングル NVMe パスワードが設定されている場合、ユーザーはストレージ・ドライブのファイルおよびアプリケーションにアクセスするために、ユーザー NVMe パスワードを入力する必要があります。

• デュアル・パスワード (ユーザー + 管理者)

管理者 NVMe パスワードの設定と使用は、システム管理者が行います。管理者は、システム内のストレージ・ドライブまたは同じネットワークに接続された任意のコンピューターにアクセスできます。管理者は、ネットワーク内の各コンピューターにユーザー NVMe パスワードを設定することもできます。コンピューターのユーザーは、必要に応じてユーザー NVMe パスワードを変更できますが、ユーザー NVMe パスワードを削除できるのは管理者のみです。

NVMe パスワードの入力を求めるプロンプトが表示されたら、F1 キーを押して管理者 NVMe パスワードとユーザー NVMe パスワードを切り替えます。

注：NVMe パスワードは、次の場合には使用できません。

- Trusted Computing Group (TCG) Opal 対応ストレージ・ドライブが取り付けられ、TCG Opal 管理ソフトウェア・プログラムがコンピューターにインストールされていて、TCG Opal 管理ソフトウェア・プログラムが起動している場合。
- eDrive ストレージ・ドライブは、Windows 10 オペレーティング・システムが初期インストールされたコンピューターにインストールされている場合。

パスワードの設定、変更、削除

作業を始める前に、以下の手順を印刷してください。

1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押して、UEFI BIOS メニューに入ります。
2. 矢印キーを使用して、「Security」 → 「Password」を選択します。
3. パスワードのタイプを選択します。次に、画面に表示される指示に従い、パスワードの設定、変更、または削除を行います。

すべてのパスワードを記録し、大切に保管しておいてください。パスワードを忘れると、修復操作が必要になった場合に保証の対象になりません。

パワーオン・パスワードを忘れた場合の対処方法

パワーオン・パスワードを忘れた場合に、パワーオン・パスワードを解除するには、次のようにします。

- スーパーバイザー・パスワードを設定していて、覚えている場合:
 1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されたら、すぐに F1 キーを押します。
 2. スーパーバイザー・パスワードを入力し、UEFI BIOS メニューに入ります。
 3. 矢印キーを使用して、「Security」 → 「Password」 → 「Power-On Password」を選択します。
 4. 「Enter Current Password」フィールドに、現行スーパーバイザー・パスワードを入力する。次に、「Enter New Password」フィールドは空白のままにして Enter キーを 2 回押します。
 5. 「Changes have been saved (変更が保存されました)」ウィンドウで Enter キーを押します。
 6. F10 キーを押し、変更を保存して UEFI BIOS メニューを閉じます。
- スーパーバイザー・パスワードを設定していない場合は、Lenovo 認定のサービス提供者に連絡してパワーオン・パスワードの削除を依頼してください。

NVMe パスワードを忘れた場合の対処方法

NVMe パスワード (シングル・パスワード)、またはユーザー NVMe パスワードおよび管理者 NVMe パスワードの両方 (デュアル・パスワード) を忘れた場合は、Lenovo ではパスワードを再設定することも、ストレージ・ドライブからデータを回復することもできません。Lenovo 認定サービス提供者に連絡してストレージ・ドライブの交換を依頼することはできます。部品およびサービスに対する料金がかかります。ストレージ・ドライブが CRU (お客様での取替え可能部品) の場合、Lenovo に連絡して新しいストレージ・ドライブを購入し、お客様ご自身で古いものと交換できます。ストレージ・ドライブが CRU かどうか、および関連する交換手順の確認については、31 ページの第 6 章「CRU 交換部品」を参照してください。

スーパーバイザー・パスワードを忘れた場合の対処方法

スーパーバイザー・パスワードを忘れた場合、パスワードを削除するサービス手順はありません。Lenovo 認定サービス提供者に連絡してシステム・ボード・ドライブの交換を依頼する必要があります。部品およびサービスに対する料金がかかります。

システム管理パスワードを忘れた場合の対処方法

システム管理パスワードを忘れた場合、システム管理パスワードを解除するには、次のようにします。

- スーパーバイザー・パスワードを設定していて、覚えている場合:
 1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されたら、すぐに F1 キーを押します。
 2. スーパーバイザー・パスワードを入力し、UEFI BIOS メニューに入ります。
 3. 矢印キーを使用して、「Security」 → 「Password」 → 「System Management Password」を選択します。
 4. 「Enter Current Password」フィールドに、現行スーパーバイザー・パスワードを入力する。次に、「Enter New Password」フィールドは空白のままにして Enter キーを 2 回押します。
 5. 「Changes have been saved (変更が保存されました)」ウィンドウで Enter キーを押します。
 6. F10 キーを押し、変更を保存して UEFI BIOS メニューを閉じます。

- スーパーバイザー・パスワードを設定していない場合は、Lenovo 認定のサービス提供者に連絡してシステム管理パスワードの削除を依頼してください。

第 5 章 詳細設定の構成

UEFI BIOS

UEFI/BIOS は、コンピューターを実行するときに最初に実行されるプログラムです。コンピューターの電源をオンにすると、UEFI BIOS により、コンピューターのさまざまなデバイスが機能していることを確認するセルフ・テストが実行されます。

UEFI BIOS メニューを開く

コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押して、UEFI BIOS メニューに入ります。

UEFI BIOS インターフェース内を移動する

次のキーを押すことで、UEFI BIOS インターフェースで移動できます。

- F1: 一般的なヘルプ
- F9: デフォルトの設定
- F10: 保存して終了
- F5/F6: 起動優先順位の変更
- ↑↓または PgUp/PgDn: ページの選択/スクロール
- ←→: キーボード・フォーカスの移動
- Esc: 戻る/閉じるダイアログ
- Enter: サブメニューの選択/開く

システム日付とシステム時刻の設定

1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押します。
2. 必要に応じて、「Date/Time」を選択してシステム日付および時刻を設定します。
3. F10 キーを押し、変更を保存して閉じます。

起動デバイスの変更

1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押します。
2. 「Startup」 → 「Boot」を選択します。次に、Enter キーを押します。デフォルトのデバイス順序のリストが表示されます。

注：デバイスからコンピューターを起動できない場合、またはオペレーティング・システムが見つからない場合は、起動可能デバイスは表示されません。

3. 必要に応じて起動順序を設定します。
4. F10 キーを押し、変更を保存して閉じます。

起動順序を一時的に変更するには:

1. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F12 キーを押します。
2. コンピューターを起動するデバイスを選択して、Enter キーを押します。

UEFI BIOS の更新

新しいプログラム、デバイス・ドライバー、またはハードウェア・コンポーネントをインストールすると、UEFI BIOS の更新が必要な場合があります。

次のいずれかの方法で最新の UEFI BIOS 更新パッケージをダウンロードしてインストールします。

- Vantage アプリを開いて、使用可能な更新パッケージを確認します。最新の UEFI BIOS 更新パッケージが利用できる場合は、画面の指示に従ってパッケージをダウンロードしてインストールします。
- <https://pcsupport.lenovo.com> にアクセスして、ご使用のコンピューターの項目を選択します。次に、画面の指示に従って最新の UEFI BIOS 更新パッケージをダウンロードしてインストールします。

UEFI BIOS について詳しくは、<https://pcsupport.lenovo.com> にアクセスして、ご使用のコンピューターのサポート情報を参照してください。

リカバリー

このトピックでは、Windows 10 オペレーティング・システムのリカバリー情報について説明します。画面に表示されるリカバリーの手順をよく読んで、それに従ってください。リカバリー中にコンピューター上のデータが削除されることがあります。データ損失を防ぐためには、保存しておきたいすべてのデータのバックアップ・コピーを作成してください。

システム・ファイルおよび設定の以前の時点への復元

1. 「コントロールパネル」に移動し、大きいアイコンまたは小さいアイコンで表示します。
2. 「リカバリー」 → 「システムの復元を開く」の順にクリックします。画面に表示される指示に従ってください。

バックアップからのファイルの復元

注：バックアップからファイルを復元するためにファイル履歴ツールを使用される場合は、ツールを使用して早めにデータをバックアップするようにしてください。

1. 「コントロールパネル」に移動し、大きいアイコンまたは小さいアイコンで表示します。
2. 「ファイル履歴」 → 「個人用ファイルの復元」の順にクリックします。画面に表示される指示に従ってください。

コンピューターのリセット

リセット処理では、ファイルを保存するか削除するかを選択して、オペレーティング・システムを再インストールできます。

注：グラフィカル・ユーザー・インターフェース (GUI) 項目は予告なしに変更される場合があります。

1. 「スタート」メニューを開き、「設定」 → 「更新とセキュリティ」 → 「回復」をクリックします。
2. 「この PC を初期状態に戻す」セクションで、「開始する」をクリックします。
3. 画面の指示に従って、コンピューターをリセットします。

詳細オプションの使用

注：グラフィカル・ユーザー・インターフェース (GUI) 項目は予告なしに変更される場合があります。

1. 「スタート」メニューを開き、「設定」 → 「更新とセキュリティ」 → 「回復」をクリックします。
2. 「PC の起動をカスタマイズする」セクションで、「今すぐ再起動する」 → 「トラブルシューティング」 → 「詳細オプション」の順にクリックします。
3. 目的のオプションを選択し、画面の指示に従います。

Windows の自動回復

注：リカバリー処理中は、コンピューターが AC 電源に接続されていることを確認します。

コンピューターの Windows 回復環境は、Windows 10 オペレーティング・システムから独立して稼働します。そのため、Windows 10 オペレーティング・システムが起動しない場合でも、オペレーティング・システムをリカバリーまたは修復できます。

2 回連続してブートに失敗した場合、Windows 回復環境は自動的に開始されます。画面の指示に従って、修復およびリカバリーのオプションを選択します。

リカバリー情報について詳しくは、<https://pcsupport.lenovo.com> にアクセスして、ご使用のコンピューターのサポート情報を参照してください。

リカバリー USB デバイスの作成

Windows リカバリー・プログラムのバックアップとして、リカバリー USB ドライブをできるだけ早く作成することをお勧めします。リカバリー USB ドライブを使用すると、初期インストールされている Windows の回復プログラムに損傷があっても、問題のトラブルシューティングと修正を行うことができます。障害発生に備えてリカバリー USB ドライブを作成しなかった場合は、Lenovo スマートセンターに連絡して購入できます。お住まいの国または地域の Lenovo サポートの電話番号一覧は、次の Web サイトでご確認ください。

<https://pcsupport.lenovo.com/supportphonest>

リカバリー USB ドライブの作成

注意：作成処理で USB ドライブに保存されていたデータはすべて削除されます。データ損失を防ぐためには、保存しておきたいすべてのデータのバックアップ・コピーを作成してください。

1. コンピューターが AC 電源に接続されていることを確認します。
2. 少なくとも 16 GB の記憶容量を持つ USB ドライブを用意します。必要となる実際の USB ストレージの容量は、リカバリー・イメージのサイズによって異なります。
3. コンピューターに用意した USB ドライブを接続します。
4. 検索ボックスに「recovery」と入力します。次に、「回復ドライブの作成」をクリックします。
5. 「ユーザー アカウント制御」ウィンドウで「はい」をクリックすると、Recovery Media Creator プログラムを起動できます。
6. 「回復ドライブ」ウィンドウで、画面の指示に従ってリカバリー USB ドライブを作成します。

リカバリー USB ドライブの使用

1. コンピューターが AC 電源に接続されていることを確認します。
2. コンピューターにリカバリー USB ドライブを接続します。
3. コンピューターの電源をオンにするか、再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F12 キーを押します。「Boot Menu」ウィンドウが開きます。
4. 起動デバイスとしてリカバリー USB ドライブを選択します。画面の指示に従って、処理を完了します。

Windows 10 とドライバーのインストール

このセクションでは、Windows 10 オペレーティング・システムとデバイス・ドライバーのインストール方法について説明します。

Windows 10 オペレーティング・システムのインストール

Microsoft は Windows 10 オペレーティング・システムを定期的に更新しています。特定の Windows 10 バージョンをインストールする前に、Windows バージョンの互換性リストを確認してください。詳しくは、<https://support.lenovo.com/us/en/solutions/windows-support> を参照してください。

注意：

- 公式チャンネルを使用してオペレーティング・システムを更新することをお勧めします。非公式の更新には、セキュリティ上のリスクがある場合があります。
- 新しいオペレーティング・システムをインストールするプロセスによって、非表示のフォルダーに保存されているデータを含む内蔵ストレージ・ドライブのデータはすべて削除されます。

1. Windows BitLocker® Drive Encryption 機能を使用しており、ご使用のコンピューターに Trusted Platform Module がある場合は、機能が無効になっていることを確認してください。
2. セキュリティ・チップが「Active」に設定されていることを確認します。
 - a. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押して、UEFI BIOS メニューに入ります。
 - b. 「Security」 → 「Security Chip」を選択して、Enter キーを押します。「Security Chip」サブメニューが開きます。
 - c. TPM 2.0 のセキュリティ・チップが「Active」に設定されていることを確認します。
 - d. F10 キーを押し、設定を保存して終了します。
3. オペレーティング・システムのインストール・プログラムが入っているドライブをコンピューターに接続してください。
4. コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押して、UEFI BIOS メニューに入ります。
5. 「Startup」 → 「Boot」を選択して、「Boot Priority Order」サブメニューを表示します。
6. 「USB HDD」などのオペレーティング・システムのインストール・プログラムが格納されるドライブを選択します。次に、Esc キーを押します。

注意：起動順序を変更した後は、コピー、保存、フォーマット操作などで正しいデバイスを選択していることを確認してください。誤ったデバイスを選択すると、そのデバイスのデータが消去されたり、上書きされたりする場合があります。

7. 「Restart」を選択して「OS Optimized Defaults」が有効になっていることを確認します。次に、F10 キーを押し、設定を保存して終了します。
8. 画面の指示に従ってデバイス・ドライバーと必要なプログラムをインストールします。
9. デバイス・ドライバーをインストールした後、Windows Update を適用してセキュリティ・パッチなど最新の更新を入手します。

デバイス・ドライバーのインストール

コンポーネントのパフォーマンスが低下したことがわかったとき、またはコンポーネントを追加したときは、コンポーネントの最新のドライバーをダウンロードする必要があります。古いドライバーに起因する問題を除去するために、そのコンポーネントの最新ドライバーをダウンロードすることをお勧めします。次のいずれかの方法で最新のドライバーをダウンロードしてインストールします。

- Vantage アプリを開いて、使用可能な更新パッケージを確認します。目的の更新パッケージを選択し、画面の指示に従って、パッケージをダウンロードしてインストールします。
- <https://pcsupport.lenovo.com> にアクセスして、ご使用のコンピューターの項目を選択します。その後、画面の指示に従って必要なドライバーとソフトウェアをダウンロードしてインストールします。

第 6 章 CRU 交換部品

お客様での取替え可能部品 (CRU) は、お客様によるアップグレードや交換が可能な部品です。コンピューターには、以下のタイプの CRU が搭載されています。

- **Self-service CRU:** お客様自身または専門の保守技術担当者 (追加料金あり) が簡単に取り付けまたは交換できる部品を指します。
- **Optional-service CRU:** スキル・レベルがより高いお客様が取り付けまたは交換できる部品を指します。専門の保守技術担当者は、お客様のマシンに指定された保証タイプが対象とする部品の取り付けおよび交換サービスも提供します。

お客様ご自身で CRU を取り付けいただく場合は、Lenovo からお客様に CRU を出荷します。CRU についての情報および交換手順のご案内は、製品と一緒に出荷されます。また、お客様はこれらをいつでも Lenovo に要求し、入手することができます。新しい CRU と交換した障害のある部品については、返却を求められる場合があります。返却が必要な場合は、(1) 返却の指示、送料前払いの返却用出荷ラベル、および返送用梱包材が交換用 CRU に付属しています。(2) お客様が交換用 CRU を受領した日から 30 日以内に、障害のある CRU が Lenovo に届かない場合、交換用 CRU の代金を請求させていただく場合があります。詳細については、https://www.lenovo.com/warranty/llw_02 の Lenovo 保証規定の資料を参照してください。

CRU リスト

以下は、ご使用のコンピューターの CRU のリストです。

Self-service CRU

- AC 電源アダプター
- 電源コード

Optional-service CRU

- ベース・カバー・アセンブリー
- ディスクリット・メモリー・モジュール*
- メモリー・モジュール・ブラケット
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブ
- ThinkPad Integrated Earbuds (E15 Gen 3 の一部のモデル)

*一部のモデル

高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする

CRU を交換する前に、まず高速スタートアップを無効にして、次に内蔵バッテリーを無効にしてください。

高速スタートアップを無効にするには:

1. 「コントロールパネル」に移動し、大きいアイコンまたは小さいアイコンで表示します。
2. 「電源オプション」をクリックしてから、左ペインの「電源ボタンの動作を選択する」をクリックします。
3. 上部の「現在利用可能ではない設定を変更します」をクリックします。
4. ユーザーアカウント制御 (UAC) のプロンプトが出された場合は、「はい」をクリックします。

5. 「高速スタートアップを有効にする」チェック・ボックスのチェックを外し、「変更の保存」をクリックします。

内蔵バッテリーを無効にするには:

1. コンピューターを再起動する。ロゴ画面が表示されているときに、すぐに F1 キーを押して、UEFI BIOS メニューに入ります。
2. 「Config」 → 「Power」を選択します。「Power」サブメニューが表示されます。
3. 「Disable Built-in Battery」を選択し、Enter キーを押します。
4. 「Setup Confirmation」ウィンドウで、「Yes」を選択します。内蔵バッテリーが無効になり、コンピューターの電源が自動的に切れます。3分から5分間、コンピューターの温度が下がるまでお待ちください。

CRU の交換

CRU を交換するには、交換手順に従ってください。

ベース・カバー・アセンブリー

前提条件

作業を始める前に、[一般的な安全と規制に関する注意](#)を読んで以下の指示を印刷してください。

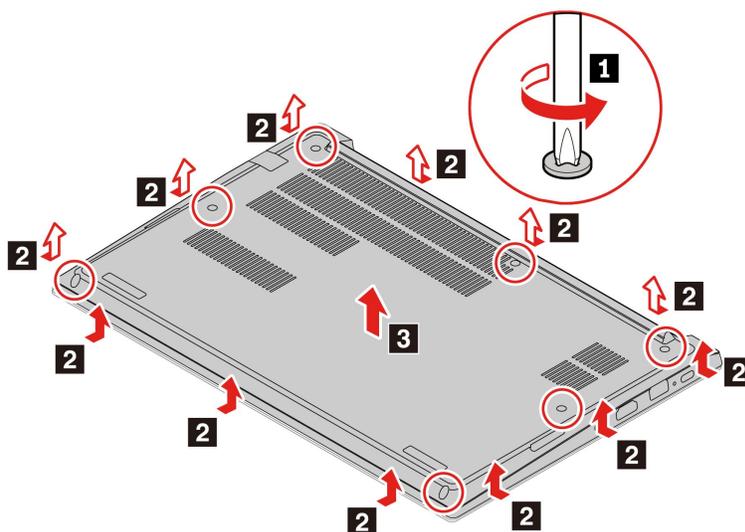
注：コンピューターが AC 電源に接続されている場合、ベース・カバー・アセンブリーを取り外さないでください。取り外した場合は、短絡の恐れがあります。

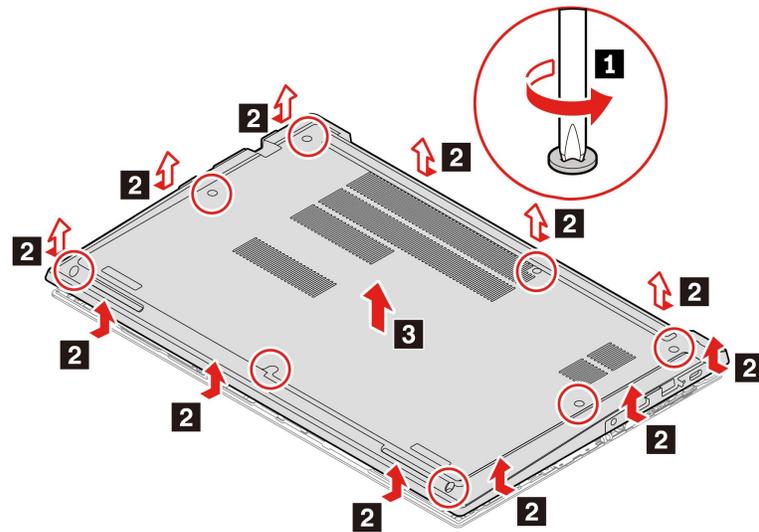
アクセスするには、次のようにします。

1. 内蔵バッテリーを無効にします。31 ページの「高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする」を参照してください。
2. コンピューターの電源をオフにして、AC 電源およびすべての接続ケーブルから切り離します。
3. 液晶ディスプレイを閉じて、コンピューターを裏返します。

取り外し手順

E14 Gen 3





問題判別

ベース・カバー・アセンブリーを再取り付けした後にコンピューターが始動しない場合は、AC 電源アダプターを取り外してから、コンピューターに再接続します。

ディスクリット・メモリー・モジュール (一部のモデル)

前提条件

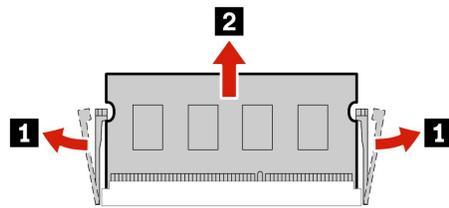
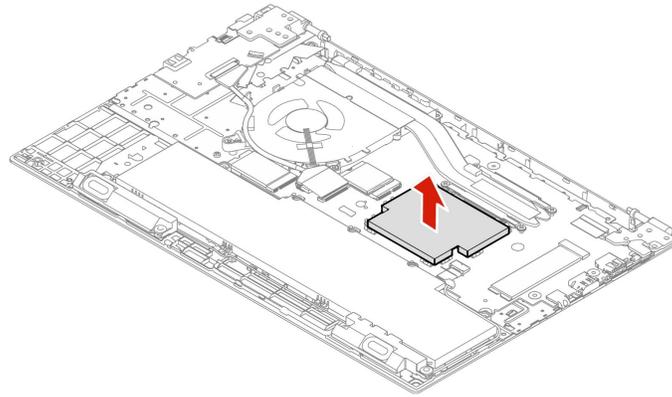
作業を始める前に、[一般的な安全と規制に関する注意](#)を読んで以下の指示を印刷してください。

注意：メモリー・モジュールの接続部分には手を触れないでください。そうしないと、メモリー・モジュールが損傷する恐れがあります。

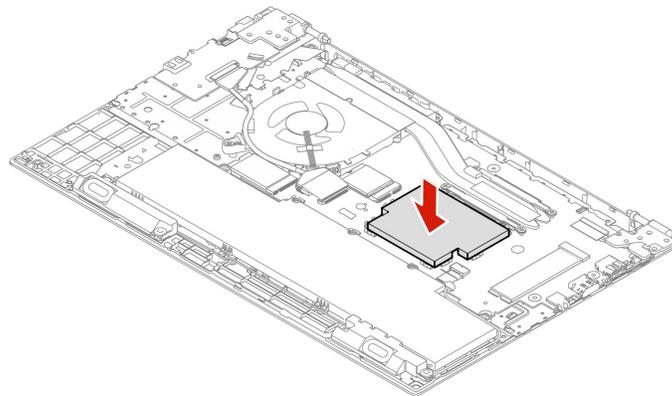
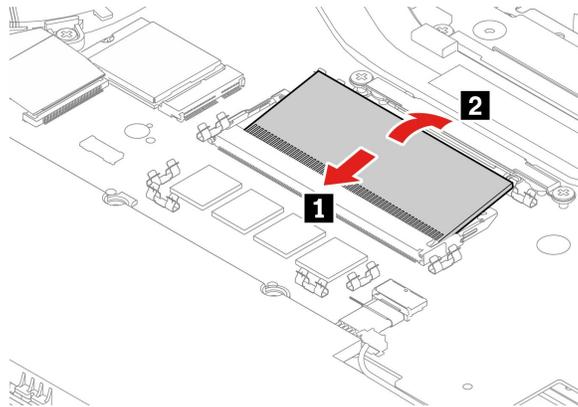
アクセスするには、次のようにします。

1. 内蔵バッテリーを無効にします。31 ページの「高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする」を参照してください。
2. コンピューターの電源をオフにして、AC 電源およびすべての接続ケーブルから切り離します。
3. 液晶ディスプレイを閉じて、コンピューターを裏返します。
4. ベース・カバー・アセンブリーを取り外します。32 ページの「ベース・カバー・アセンブリー」を参照してください。

取り外し手順



インストール手順



M.2 ソリッド・ステート・ドライブ

前提条件

作業を始める前に、[一般的な安全と規制に関する注意](#)を読んで以下の指示を印刷してください。

注意：M.2 ソリッド・ステート・ドライブを交換した場合、新しいオペレーティング・システムをインストールする必要がある場合があります。新しいオペレーティング・システムをインストールする方法について詳しくは、29 ページの「Windows 10 とドライバーのインストール」を参照してください。

M.2 ソリッド・ステート・ドライブは衝撃に敏感です。扱い方を誤ると、破損したり、データが失われたりすることがあります。

M.2 ソリッド・ステート・ドライブを取り扱う際は、次のガイドラインに従ってください。

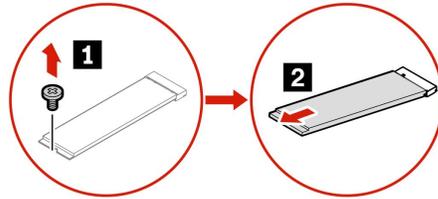
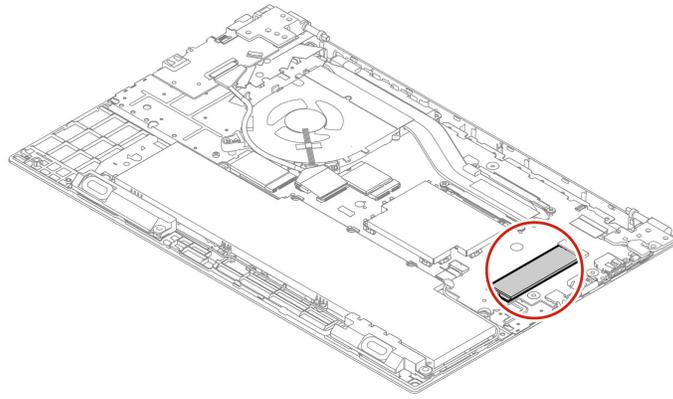
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブの交換は、アップグレードや修理の目的でのみ行ってください。M.2 ソリッド・ステート・ドライブは、頻繁な着脱や交換に耐えるようには設計されていません。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブを交換する前に、保存しておきたいデータはすべてバックアップ・コピーを作成してください。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブに圧力をかけないでください。
- 接触エッジや M.2 ソリッド・ステート・ドライブの回路ボードには触れないでください。M.2 ソリッド・ステート・ドライブが損傷する恐れがあります。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブに物理的な衝撃や振動を与えないでください。物理的な衝撃を吸収するために、布などの柔らかい物質の上に M.2 ソリッド・ステート・ドライブを置いてください。

アクセスするには、次のようにします。

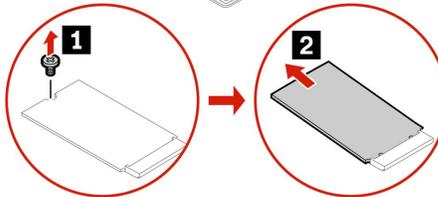
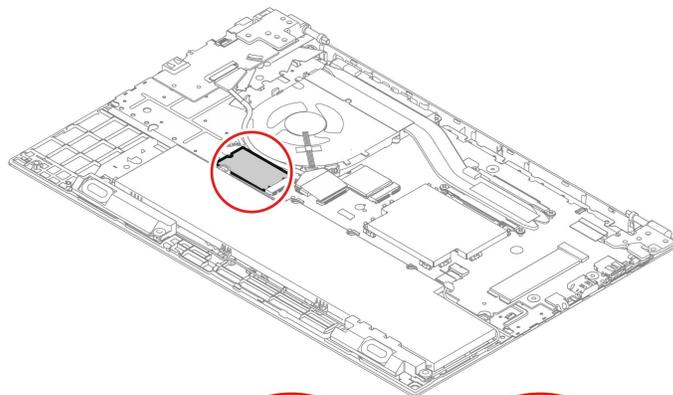
1. 内蔵バッテリーを無効にします。31 ページの「高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする」を参照してください。
2. コンピューターの電源をオフにして、AC 電源およびすべての接続ケーブルから切り離します。
3. 液晶ディスプレイを閉じて、コンピューターを裏返します。
4. ベース・カバー・アセンブリーを取り外します。32 ページの「ベース・カバー・アセンブリー」を参照してください。

取り外し手順

長い M.2 ソリッド・ステート・ドライブ



短い M.2 ソリッド・ステート・ドライブ



第7章 サービスとサポート

よくある質問と答え

「コントロールパネル」へのアクセス方法	<ul style="list-style-type: none">「スタート」メニューを開き、「Windows システム ツール」 → 「コントロール パネル」をクリックします。Windows Search を使用します。
コンピューターの電源をオフにするにはどうすればいいですか。	「スタート」メニューを開き、  「電源」をクリックします。次に、「シャットダウン」をクリックします。
ストレージ・ドライブのパーティション方法を教えてください。	https://support.lenovo.com/solutions/ht503851
コンピューターが応答しない場合はどうすればいいですか。	<ol style="list-style-type: none">コンピューターの電源がオフになるまで、電源ボタンを押したままにします。その後、コンピューターを再起動します。ステップ1が機能しない場合:<ul style="list-style-type: none">緊急リセット・ホール付きモデルの場合: 緊急リセット・ホールにまっすぐに伸ばしたクリップを挿入して、電源を一時的に切断します。次に、AC電源を接続してコンピューターを再起動します。緊急リセット・ホールなしモデルの場合:<ul style="list-style-type: none">取り外し可能なバッテリー付きモデルの場合: 取り外し可能なバッテリーを取り外して、すべての電源を切断します。次に、AC電源に再接続し、コンピューターを再起動します。内蔵バッテリー付きモデルの場合、すべての電源を切断します。電源ボタンを約7秒間押し続けます。次に、AC電源に再接続し、コンピューターを再起動します。
コンピューターに液体をこぼしたりした場合は、どうすればいいですか。	<ol style="list-style-type: none">AC電源アダプターを慎重に取り外し、直ちにコンピューターの電源をオフにしてください。コンピューターに電流が流れるのをできるだけ早く止めれば、それだけショートによる損傷を受ける危険性を阻止または減らすことができます。 <p>注意：一部のデータや作業内容が失われる可能性があります。コンピューターの電源をオンのままにしておくで使用できなくなる恐れがあります。</p> <ol style="list-style-type: none">コンピューターを裏返して液体を排出しようとししないでください。ご使用のコンピューターの底部にキーボードの水抜き穴がある場合、液体は穴から排水されます。液体がすべて確実に乾くまで待つってから、コンピューターの電源をオンにします。
UEFI BIOS メニューの入力方法を教えてください。	コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F1 キーを押して、UEFI BIOS メニューに入ります。

マイ・トラックパッドを無効にするにはどうすればいいですか。

1. 「スタート」メニューを開き、「設定」 → 「デバイス」 → 「タッチパッド」をクリックします。
2. 「タッチパッド」セクションで、「タッチパッド」コントロールをオフにします。

最新のデバイス・ドライバーとUEFI BIOSはどこで入手できますか。

- Vantage アプリから入手できます。29 ページの「Windows 10 とドライバーのインストール」および28 ページの「UEFI BIOS の更新」を参照してください。
 - Lenovo サポート Web サイト <https://pcsupport.lenovo.com> からダウンロードできます。
-

エラー・メッセージ

次の表に記載されていないメッセージが表示された場合は、まずエラー・メッセージを記録してから、コンピューターをシャットダウンして Lenovo にお問い合わせください。43 ページの「Lenovo スマートセンター」を参照してください。

メッセージ	解決法
0190: 重大なバッテリー残量低下エラー	バッテリー残量がほとんどなくなったため、コンピューターの電源がオフになりました。AC 電源アダプターをコンピューターに接続し、バッテリーを充電します。
0191: システムセキュリティ - 無効なりモト変更が要求されました	システム構成の変更に失敗しました。再度変更を行ってください。
0199: システム・セキュリティ - セキュリティー・パスワードの再試行の回数が限度を超えています。	間違ったスーパーバイザー・パスワードを 3 回以上入力すると、このメッセージが表示されます。スーパーバイザー・パスワードを確認して、もう一度試してください。
0271: 日時設定を確認してください。	コンピューターに日付または時刻が設定されていません。UEFI BIOS メニューを開始して、日付と時刻を設定します。
210x/211x: HDDx / SSDx の検出/読み取りエラー	ストレージ・ドライブが作動していません。ストレージ・ドライブを再取り付けします。問題が解決しない場合は、ストレージ・ドライブを交換します。
エラー: 不揮発性システム UEFI 可変ストレージがほぼいっぱいです。	<p>注: このエラーは、POST 後のストレージ領域が不十分なため、オペレーティング・システムまたはプログラムが不揮発性システム UEFI 可変ストレージでデータの作成、変更、または削除ができないことを示しています。</p> <p>不揮発性システム UEFI 可変ストレージは、UEFI BIOS および、オペレーティング・システムまたはプログラムで使用されます。このエラーは、オペレーティング・システムまたはプログラムが可変ストレージに多量のデータを保存するときに発生します。UEFI BIOS セットアップの設定、チップセットまたはプラットフォーム構成データなど POST に必要なすべてのデータは、別の UEFI 可変ストレージに保存されます。</p> <p>エラー・メッセージが表示されたら F1 を押して、UEFI BIOS メニューを開始します。ダイアログでストレージをクリーンアップするかどうかを確認されます。「Yes」を選択した場合、Unified Extensible Firmware Interface 仕様によって定義されたグローバル変数を除き、オペレーティング・システムまたはプログラムで作成されたデータはすべて削除されます。「No」を選択した場合、すべてのデータは保持されますが、オペレーティング・システムまたはプログラムはそのストレージでデータの作成、変更、または削除できません。</p> <p>サービス・センターでこのエラーが発生した場合は、Lenovo 認定サービス担当者は、前述の解決法を使用して不揮発性システム UEFI 可変ストレージをクリーンアップします。</p>
ファン・エラー ESC キーを押すと、パフォーマンスを制限した状態で起動します。	サーマル・ファンが正常に動作しない場合があります。エラー・メッセージが表示されて 5 秒以内に ESC キーを押すと、パフォーマンスを制限した状態でコンピューターが起動します。そうしない場合は、コンピューターはすぐにシャットダウンします。次の起動時も問題が発生する場合は、コンピューターの修理を依頼してください。

ビープ音が鳴るエラー

Lenovo SmartBeep テクノロジーは、コンピューターでブラック・スクリーンとビープ音が発生した場合に、スマートフォンでビープ・エラーを解読できます。Lenovo SmartBeep テクノロジーを使用してビープ・エラーを解読するには:

1. <https://support.lenovo.com/smartbeep> にアクセスするか、以下の QR コードをスキャンします。



2. 適切な診断アプリをダウンロードし、スマートフォンにインストールします。
3. 診断アプリを実行して、コンピューターの近くにスマートフォンを設定します。
4. コンピューターの Fn キーを押して、もう一度ビープ音を発生させます。診断アプリがビープ・エラーを解読し、有効な解決法をスマートフォンに表示します。

注：スマートセンターまたは製品説明書で指示されないかぎり、お客様ご自身で製品の保守を行わないでください。ご使用の製品の修理は Lenovo 認定サービス提供者をご利用ください。

自己ヘルプ・リソース

次のセルフ・ヘルプ・リソースを使用して、コンピューターの詳細を調べて問題のトラブルシューティングを行います。

リソース	アクセスする方法。
<p>Vantage アプリを使用して以下を行います。</p> <ul style="list-style-type: none">• デバイス設定を構成します。• UEFI BIOS、ドライバー、およびファームウェアの更新をダウンロードしてインストールします。• 外部の脅威からコンピューターを保護します。• ハードウェアの問題を診断します。• コンピューターの保証状況を確認します。• 「ユーザー・ガイド」および役に立つ資料にアクセスします。	<p>検索ボックスに「Vantage」と入力します。</p>
<p>注：使用可能な機能は、コンピューターのモデルによって異なります。</p>	
<p>製品資料:</p> <ul style="list-style-type: none">• 「安全上の注意と保証についての手引き」• 一般的な安全と規制に関する注意• 「セットアップ・ガイド」• この「ユーザー・ガイド」• 「Regulatory Notice」	<p>https://pcsupport.lenovo.com にアクセスします。次に、画面に表示される指示に従って、使用するドキュメントをフィルタリングします。</p>
<p>Lenovo サポート Web サイトには、最新のサポート情報が記載されています。</p> <ul style="list-style-type: none">• ドライバーとソフトウェア• 診断解決法• 製品 & サポートの保証• 製品 & 部品の詳細• ナレッジ・ベース & よくある質問	<p>https://pcsupport.lenovo.com</p>
<p>Windows ヘルプ情報</p>	<ul style="list-style-type: none">• 「スタート」メニューを開き、「Get Help (ヘルプ)」または「ヒント」をクリックします。• Windows Search または Cortana® パーソナル・アシスタントを使用します。• Microsoft サポート Web サイト: https://support.microsoft.com

Windows ラベル

以下の要因によって、コンピューターのカバーに Windows 10 純正 Microsoft ラベルが貼付されている場合があります。

- 地域
- 初期インストール済み Windows 10 のバージョン

さまざまな種類の純正 Microsoft ラベルの図については、<https://www.microsoft.com/en-us/howtotell/Hardware.aspx> を参照してください。

- 中華人民共和国では、Windows 10 のどのバージョンが初期インストールされているコンピューターでも、純正 Microsoft ラベルが必要です。
- そのほかの国や地域では、純正 Microsoft ラベルは、Windows 10 Pro のライセンスを受けたコンピューター・モデルにのみ必要です。

純正 Microsoft ラベルがない場合、初期インストールされている Windows バージョンが純正ではないとは限りません。初期インストールされている Windows 製品が純正であるかどうかについては、<https://www.microsoft.com/en-us/howtotell/default.aspx> で Microsoft から提供される情報を参照してください。

製品 ID またはコンピューターがライセンスを受けた Windows バージョンを示す外付けで視認できる表示物はありません。その代わりに、製品 ID はコンピューターのファームウェアに記録されています。Windows 10 製品がインストールされている場合はいつでも、インストール・プログラムがコンピューターのファームウェアにある製品 ID が有効であり一致していることを確認してから、アクティベーションを完了します。

場合によっては、より古い Windows バージョンが Windows 10 Pro ライセンスのダウングレード権の条件に従って初期インストールされていることがあります。

電話によるサポート

問題を解決しようとしてヘルプが必要な場合は、Lenovo スマートセンターまでご連絡ください。

Lenovo に電話をかける前に

Lenovo に電話をかける前に、以下を準備してください。

1. 問題の症状と詳細の記録:

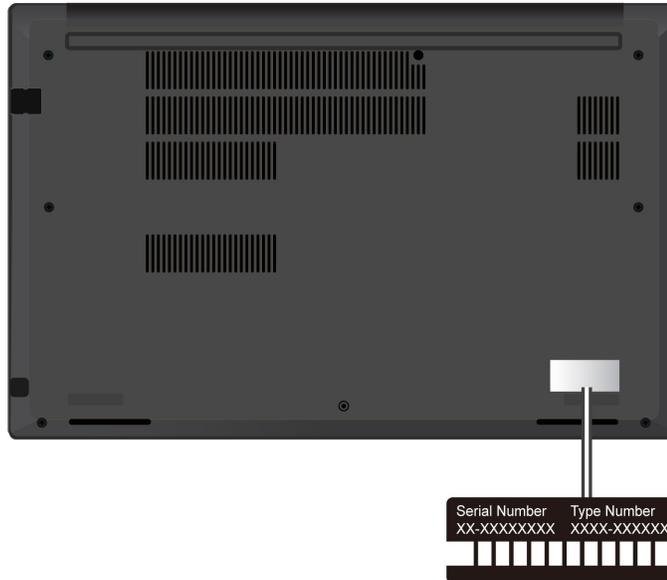
- 発生している問題。連続的に起こっているのか、それとも断続的に起こるのか。
- エラー・メッセージまたはエラー・コード。
- 使用しているオペレーティング・システムとバージョン。
- 問題発生時に実行していたソフトウェア・アプリケーション。
- 問題を再現できるか。再現できた場合は、その方法。

2. システム情報の記録:

- 製品名
- マシン・タイプおよびシリアル番号

次の図は、コンピューターのマシン・タイプとシリアル番号の位置を示しています。

注：モデルによっては、ご使用のコンピューターの外観は、次に示す図と異なる場合があります。



Lenovo スマートセンター

保証期間内においては、Lenovo スマートセンターに問い合わせるヘルプを依頼することができます。

電話番号

お住まいの国または地域の Lenovo サポートの電話番号リストについては、<https://pcsupport.lenovo.com/supportphonenumberlist> で最新の電話番号をご確認ください。

注：電話番号は、予告なしに変更される場合があります。お客様の国または地域の電話番号が記載されていない場合は、Lenovo 販売店または Lenovo の営業担当員にお問い合わせください。

保証期間中に受けられるサービス

- 問題判別 - 経験豊富な担当員が、ハードウェアに問題があるかどうかの判断と、問題を修正するために必要な処置について援助します。
- Lenovo ハードウェア修理 - 問題の原因が保証期間中の Lenovo ハードウェアであると判別された場合は、経験豊富な担当員が適切なレベルのサービスを提供できます。
- 技術変更管理 - 場合によっては、製品の販売後に製品の変更が必要になることがあります。その場合は、Lenovo または販売店 (Lenovo が許可した場合) は、お客様のハードウェアに適用される技術変更 (EC) を入手できるようにします。

サービスがは適用されない

- Lenovo 製または Lenovo 用以外のパーツや、保証のないパーツの交換および使用
- ソフトウェアの問題の原因の特定
- インストールまたはアップグレードの一部としての UEFI BIOS の構成
- デバイス・ドライバの変更、修正、またはアップグレード
- ネットワーク・オペレーティング・システム (NOS) のインストールと保守
- プログラムのインストールと保守

ご使用の Lenovo ハードウェア製品に適用される「Lenovo 保証規定」については、以下を参照してください。

- https://www.lenovo.com/warranty/llw_02
- <https://pcsupport.lenovo.com/warrantylookup>

有償サービスの購入

保証期間中およびその後に、<https://pcsupport.lenovo.com/warrantyupgrade> で Lenovo から有償サービスを購入できます。

サービスの可用性やサービス名は、国または地域によって異なります。

付録 A ユーザー補助および人間工学情報

この章では、アクセシビリティと快適なご使用について説明します。

ユーザー補助情報

Lenovo は、聴覚、視覚、運動機能に制約のあるお客様が情報やテクノロジーにさらにアクセスしやすくなるように最大の努力を重ねています。このセクションでは、これらのユーザーがコンピューターをより有効に活用していただけることを目的とした仕組みを説明します。また、以下の Web サイトから最新のアクセシビリティ情報を得ることができます。

<https://www.lenovo.com/accessibility>

キーボードショートカット

次のリストには、コンピューターの使用を容易にするキーボードショートカットが記載されています。

注：ご使用のキーボードによっては、以下の一部のキーボードショートカットを使用できないことがあります。

- **Windows ロゴ・キー + U**: コンピューターの簡単操作センターを開きます
- **右 Shift を 8 秒間**: フィルター・キーをオンまたはオフにします
- **Shift を 5 回**: Sticky キーをオンまたはオフにします
- **NumLock を 5 秒間**: 切り替えキーをオンまたはオフにします
- **左 Alt+左 Shift+NumLock**: マウス・キーをオンまたはオフにします
- **左 Alt+左 Shift+PrtScn (または PrtSc)**: ハイコントラストをオンまたはオフにします

詳しくは、<https://windows.microsoft.com> にアクセスし、「keyboard shortcuts」、「key combinations」、「shortcut keys」のキーワードのうちのいずれかを使用して検索してください。

コンピューターの簡単操作センター

Windows オペレーティング・システムの「コンピューターの簡単操作センター」を使用すると、身体的なニーズや認識ニーズを満たすようにコンピューターを構成できます。

コンピューターの簡単操作センターにアクセスするには:

1. 「コントロールパネル」に移動し、カテゴリ別表示にします。
2. 「コンピューターの簡単操作」 → 「コンピューターの簡単操作センター」の順にクリックします。
3. 画面の指示に従って、適切なツールを選択します。

「コンピューターの簡単操作センター」には、主に次のツールが含まれています。

- **拡大鏡**
拡大鏡は、項目がよく見えるように、画面の全体または一部を拡大できる便利なユーティリティです。
- **ナレーター**
ナレーターは、画面表示を音声で読み上げて、エラー・メッセージなどのイベントを説明する画面リーダーです。
- **スクリーン キーボード**

マウス、ジョイスティック、その他物理的なキーボード以外のポインティング・デバイスでコンピューターにデータを入力したい場合は、スクリーンキーボードを使用できます。スクリーンキーボードでは、標準キーをすべて備えた仮想キーボードが表示されます。マウスまたは別のポインティング・デバイスを使用してキーを選択するか、複数のタッチ・スクリーンがサポートされている場合はタップしてキーを選択できます。

- **ハイコントラスト**

ハイコントラスト機能を使用すると、画面の一部のテキストと画像の色のコントラストが高くなります。その結果、項目がはっきりと識別しやすくなります。

- **個人設定キーボード**

キーボード設定を調整してキーボードを使いやすくします。たとえば、キーボードでポインターを制御したり、特定の組み合わせキーが入力しやすくなります。

- **個人設定マウス**

マウス設定を調整してマウスを使いやすくします。たとえば、ポインターの外観を変更したり、マウスでウィンドウを管理しやすくなります。

音声認識

「音声認識」を使用すると、音声でコンピューターを制御できます。

音声による指示を使用して、キーボードとマウスを制御することができます。音声による指示を使用して、プログラムの開始、メニューの展開、画面上のオブジェクトのクリック、テキストのドキュメントへの書き取り、メールの作成および送信などを実行できます。

音声認識を使用するには:

1. 「**コントロールパネル**」に移動し、カテゴリ別表示にします。
2. 「**コンピューターの簡単操作**」 → 「**音声認識**」の順にクリックします。
3. 画面に表示される指示に従ってください。

画面リーダー・テクノロジー

画面リーダー・テクノロジーは、ソフトウェア・プログラム・インターフェース、ヘルプ・システムおよび各種のオンライン・ドキュメントを主な対象としています。画面リーダーについて詳しくは、次を参照してください。

- **スクリーン・リーダーでの PDF の使用:**

<https://www.adobe.com/accessibility.html?promoid=DJGVE>

- **JAWS スクリーン・リーダーの使用:**

<https://www.freedomscientific.com/Products/Blindness/JAWS>

- **NVDA スクリーン・リーダーの使用:**

<https://www.nvaccess.org/>

画面の解像度

コンピューターの画面の解像度を調整することにより、画面のテキストと画像を読みやすくなります。

画面の解像度を調整するには:

1. デスクトップの空白領域を右クリックし、「**ディスプレイの設定**」 → 「**ディスプレイ**」の順にクリックします。
2. 画面に表示される指示に従ってください。

注: 解像度の設定が低すぎると、項目の一部が画面に収まらない場合があります。

カスタマイズ可能な項目サイズ

項目のサイズを変更して画面上の項目を読みやすくできます。

- 項目のサイズを一時的に変更するには、「コンピューターの簡単操作センター」の「拡大鏡」を使用します。
- 項目のサイズを永続的に変更するには:
 - 画面上のすべての項目のサイズを変更します。
 1. デスクトップの空白領域を右クリックし、「ディスプレイの設定」→「ディスプレイ」の順にクリックします。
 2. 画面の指示に従って、項目のサイズを変更します。一部のアプリケーションでは、サインアウトしてから再度サインインするまで構成が有効にならない場合があります。
 - Web ページの項目のサイズを変更します。
Ctrl キーを長押しして、次にプラス符号 (+) キーを押してテキスト・サイズを拡大し、マイナス符号 (-) キーを押してテキスト・サイズを縮小します。
 - デスクトップまたはウィンドウの項目のサイズを変更します。

注：この機能は、一部のウィンドウでは動作しない場合があります。

マウスにホイールがついている場合、Ctrl キーを長押しして、次にホイールをスクロールさせて項目サイズを変更します。

業界標準のコネクター

ご使用のコンピューターは、補助デバイスを接続できる業界標準のコネクターを提供します。

アクセス可能な形式の資料

Lenovo は、適切にタグ付けされた PDF ファイルやハイパー・テキスト・マークアップ言語 (HTML) ファイルなど、アクセス可能な形式の電子資料を用意しています。Lenovo の電子資料は、視覚障害者がスクリーン・リーダーを使用して確実に読めるようにするために開発されています。文書の各画像には、視覚障害のあるユーザーが画面リーダーを使用する際に画像について理解できるように、十分な代替テキストが含まれています。

快適なご使用のために

ご使用のパーソナル・コンピューターを最大限に使用し、不快感を避けるには、人間工学的な配慮が重要になります。作業環境およびご使用になる機器を、個々のニーズと実行する作業の種類に合うように配置してください。さらに、コンピューター使用時は、パフォーマンスと快適さを最大化できるような作業習慣を実行してください。

オフィスでは、頻繁に変化する環境に適応させて作業しなければならない場合があります。周囲の光源に適合すること、きちんと座ること、コンピューター・ハードウェアを効果的に配置することは作業効率の向上や快適な使用に役立ちます。

この例は、標準的な作業環境での場合を示しています。このような状況にない場合でも、下記の多くの注意事項を参考にして、体によい習慣を身に付けるようにしてください。



全体的な姿勢: 作業姿勢を少し変えることにより、同じ姿勢で作業を長時間行うことから生じる不快さを抑えることができます。作業を頻繁に短時間中断させることも、作業姿勢に関連した不快感を解消するのに役立ちます。

ディスプレイ: ディスプレイの位置は、目から画面までの距離を 510 mm ~ 760 mm (20 インチ ~ 30 インチ) に保つようにします。頭上の照明や室外の光源によるぎらつきや反射がディスプレイ上で起きないようにしてください。ディスプレイをきれいに保ち、画面がはっきりと表示されるように明るさを設定します。明るさ調節キーを押してディスプレイの明るさを調節します。

頭部の位置: 頭部と首は、楽で自然な (垂直、つまり直立の) 位置に保ちます。

いす: 背中をしっかりと支え、座部の高さを調整できるいすを使用します。正しい姿勢で座れるように、いすを調整してください。

腕と手の位置: 可能であれば、いすのひじ掛けまたは作業台上のスペースを利用して、腕の重さを支えてください。前腕部、手首、手をリラックスさせ、自然な位置に置きます。キーをたたかずに、軽く触るようにタイプします。

脚の位置: ももを床と並行に保ち、足を床またはフットレストの上に水平に置きます。

出張先での使用に関する注意

移動中や臨時の環境でコンピューターを使用しているときは、よい姿勢を保てないかもしれません。どのような状況でも、注意事項をできるだけ守るようにしてください。たとえば、正しい姿勢で座り、十分な照明を使用すれば、快適さと効率を維持できます。作業場がオフィス環境でない場合は、適切な着席方法を行い、短時間の休憩を頻繁に取ることを特に注意してください。ご自分のニーズに合わせてシステム構成を変更したりコンピューターを拡張したりするうえで役立つ周辺機器が多数揃っています。<https://www.lenovo.com/accessories> では、これらのオプションのいくつかを見ることができます。コンピューターを使う作業をより快適にしてくれるドッキング・ソリューションや周辺機器を探してみてください。

視覚に関する注意

ノートブック・コンピューターの表示画面は、もっとも高い基準に対応できるように設計されています。はっきりとした明確なイメージと、大きく、明るく、見やすく、それでいて目に優しい表示が得られます。集中し、連続して目を使う作業は疲れるものです。目の疲労や視覚的な不快感については、眼科の専門医にご相談ください。

付録 B 規制情報

注：規制情報について詳しくは、<https://pcsupport.lenovo.com> に記載されている一般的な安全と規制に関する注意と *Regulatory Notice* を参照してください。

警告：

コンピューターが動作しているときは、底面がユーザーの素肌に触れないようにして、硬く平らな場所に置く必要があります。通常の動作条件では、底面の温度は *IEC 62368-1* で定義された許容範囲内に維持されます。ただし、このような温度は、1 分間以上続けて直接触れた場合、ユーザーに不快感や危害を及ぼす可能性がある高さです。そのため、コンピューターの底面には長時間直接触れないことをお勧めします。

認証に関する情報

製品名	コンプライアンス ID	マシン・タイプ
ThinkPad E14 Gen 3	<ul style="list-style-type: none">TP00116ETP00116E0¹TP00116E1¹TP00116E2¹TP00116E3¹TP00116E4¹TP00116E5¹	20Y7、20YD、20YE および 20YF
ThinkPad E15 Gen 3	<ul style="list-style-type: none">TP00117ETP00117E0¹TP00117E1¹TP00117E2¹TP00117E3¹TP00117E4¹TP00117E5¹	20YG、20YH、20YJ および 20YK

¹ インド専用

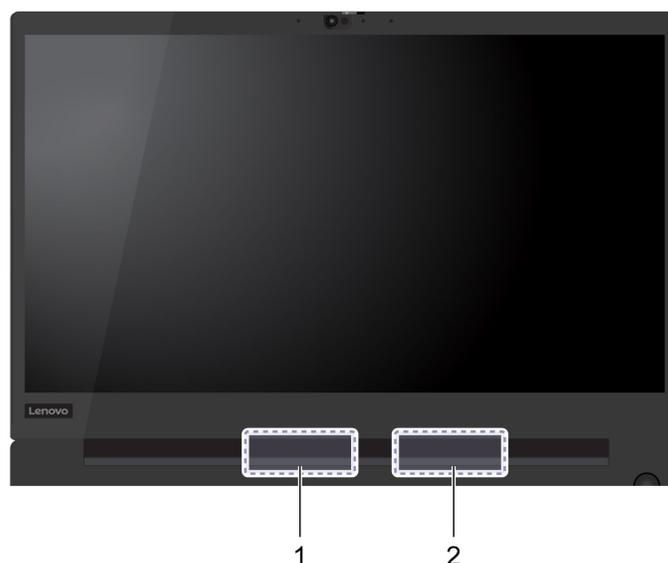
最新の規制情報は次のサイトで入手できます：

<https://www.lenovo.com/compliance>

UltraConnect ワイヤレス・アンテナの位置

ご使用のコンピューターには、UltraConnect™ ワイヤレス・アンテナ・システムが搭載されています。高感度で速度低下の少ないワイヤレス通信を確立できます。

次の図は、ご使用のコンピューターのアンテナの場所を示しています：



- 1 ワイヤレス LAN アンテナ (補助)
- 2 ワイヤレス LAN アンテナ (メイン)

連邦通信委員会 (FCC) 供給者適合宣言

以下の情報は、ThinkPad E14 Gen 3 および ThinkPad E15 Gen 3 に関係しています。

製品名	マシン・タイプ
ThinkPad E14 Gen 3	20Y7、20YD、20YE および 20YF
ThinkPad E15 Gen 3	20YG、20YH、20YJ および 20YK

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult an authorized dealer or service representative for help.

Lenovo is not responsible for any radio or television interference caused by using other than recommended cables and connectors or by unauthorized changes or modifications to this equipment. Unauthorized changes or modifications could void the user's authority to operate the equipment.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Responsible Party:
Lenovo (United States) Incorporated
7001 Development Drive
Morrisville, NC 27560
Email: FCC@lenovo.com



FCC ID および IC 認証に関する情報

FCC および IC 認証に関する情報は以下のいずれかの方法で確認できます。

- コンピューターに初期インストールされている電子ラベル画面 (E ラベル画面)。E ラベル画面を表示するには、52 ページの「規制ラベル」を参照してください。
- コンピューターの梱包箱外部に貼付された物理的なラベル。

韓国無線周波数適合性宣言

무선설비 전파 혼신 (사용주파수 2400~2483.5, 5725~5825 무선제품해당)

해당 무선설비가 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없음

SAR 정보

본 장치는 전파 노출에 대한 가이드라인을 충족합니다.

본 장치는 무선 송수신기입니다. 본 장치는 국제 가이드라인으로 권장되는 전파 노출에 대한 제한을 초과하지 않도록 설계되었습니다. 장치 액세서리 및 최신 부품을 사용할 경우 SAR 값이 달라질 수 있습니다. SAR 값은 국가 보고 및 테스트 요구 사항과 네트워크 대역에 따라 다를 수 있습니다. 본 장치는 사람의 신체에서 20mm 이상의 거리에서 사용할 수 있습니다.

操作環境

最大高度 (与圧されていない場合)

3,048 m (10,000 フィート)

温度

- 動作時: 5°C ~ 35°C (41°F ~ 95°F)
- 元の配送用パッケージでの保管時および輸送時: -20°C ~ 60°C (-4°F ~ 140°F)
- パッケージを使用しない保管時: 5°C ~ 43°C (41°F ~ 109°F)

注: バッテリーを充電する際の気温は、10°C (50°F) 以上である必要があります。

相对湿度

- 動作時: 8% ~ 95%、湿球温度: 23°C (73°F)
- 保管時および輸送時: 5% ~ 95%、湿球温度: 27°C (81°F)

規制ラベル

お住まいの国または地域によって、行政機関によって必要とされる規制情報は次のいずれかの方法で確認できます。

- コンピューターの梱包箱外部に貼付された物理的なラベル
- コンピューターに添付された物理的なラベル
- コンピューターに初期インストールされている電子ラベル画面 (E ラベル画面)

E ラベル画面にアクセスするには、コンピューターを再起動します。ロゴ画面が表示されたら、F9 キーを押すか、Startup Interrupt メニューに入るプロンプトをタップします。続いて規制情報オプションが表示されます。

韓国 E ラベルに関する注意事項

이 제품은 전자적표시(e-labelling)가 되어있습니다.

付録 C 特記事項および商標

特記事項

本書に記載の製品、サービス、または機能が日本においては提供されていない場合があります。日本で利用可能な製品、サービス、および機能については、レノボ・ジャパンの営業担当員にお尋ねください。本書で Lenovo 製品、プログラム、またはサービスに言及していても、その Lenovo 製品、プログラム、またはサービスのみが使用可能であることを意味するものではありません。これらに代えて、Lenovo の知的所有権を侵害することのない、機能的に同等の製品、プログラム、またはサービスを使用することができます。ただし、Lenovo 以外の製品、プログラム、またはサービスの動作・運用に関する評価および検証は、お客様の責任で行っていただきます。

Lenovo は、本書に記載されている内容に関して特許権 (特許出願中のものを含む) を保有している場合があります。本書の提供は、お客様にこれらの特許権について実施権を許諾することを意味するものではありません。実施権についてのお問い合わせは、書面にて下記宛先にお送りください。

*Lenovo (United States), Inc.
8001 Development Drive
Morrisville, NC 27560
U.S.A.
Attention: Lenovo Director of Licensing*

LENOVO およびその直接または間接の子会社は、本書を特定物として現存するままの状態を提供し、商品性の保証、特定目的適合性の保証および法律上の瑕疵担保責任を含むすべての明示もしくは黙示の保証責任を負わないものとし、国または地域によっては、法律の強行規定により、保証責任の制限が禁じられる場合、強行規定の制限を受けるものとし、

本書は定期的に見直され、必要な変更は本書の次版に組み込まれます。より良いサービスを提供するため、Lenovo は、コンピューターに付属のマニュアルに記載されている製品およびソフトウェア・プログラム、およびマニュアルの内容をいつでも予告なしに改善および/または変更する権利を留保します。

ご使用のコンピューターに付属のマニュアルに記載されているソフトウェア・インターフェース、機能、およびハードウェアの構成が、購入したコンピューターの実際の構成と正確に一致しない場合があります。製品の構成については、関連契約 (該当する場合) または製品の梱包リストを参照するか、製品販売の販売店にお問い合わせください。Lenovo は、お客様が提供するいかなる情報も、お客様に対してなんら義務も負うことのない、自ら適切と信ずる方法で、使用もしくは配布することができるものとし、

本書で説明される製品は、誤動作により人的な傷害または死亡を招く可能性のある移植またはその他の生命維持アプリケーションで使用されることを意図していません。本書に記載される情報が、Lenovo 製品仕様または保証に影響を与える、またはこれらを変更することはありません。本書におけるいかなる記述も、Lenovo あるいは第三者の知的所有権に基づく明示または黙示の使用許諾と補償を意味するものではありません。本書に記載されている情報はすべて特定の環境で得られたものであり、例として提示されるものです。他の稼働環境では、結果が異なる場合があります。

Lenovo は、お客様が提供するいかなる情報も、お客様に対してなんら義務も負うことのない、自ら適切と信ずる方法で、使用もしくは配布することができるものとし、

本書において Lenovo 以外の Web サイトに言及している場合がありますが、便宜のため記載しただけであり、決してそれらの Web サイトを推奨するものではありません。それらの Web サイトにある資料は、この Lenovo 製品の資料の一部ではありません。それらの Web サイトは、お客様の責任でご使用ください。

この文書に含まれるいかなるパフォーマンス・データも、管理環境下で決定されたものです。そのため、他の操作環境で得られた結果は、異なる可能性があります。一部の測定が、開発レベルのシステムで行わ

れた可能性があります。その測定値が、一般に利用可能なシステムのものと同じである保証はありません。さらに、一部の測定値が、推定値である可能性があります。実際の結果は、異なる可能性があります。お客様は、お客様の特定の環境に適したデータを確かめる必要があります。

この資料は、Lenovo によって作成された著作物です。この製品に同梱されるソフトウェアに伴う Linux[®] 契約を含むいかなるオープン・ソース契約も適用されません。Lenovo は予告なしに、随時、この資料を更新する場合があります。

最新の情報、ご質問、ご意見は、以下の Lenovo Web サイトでお問い合わせください。

<https://pcsupport.lenovo.com>

商標

LENOVO、LENOVO ロゴ、THINKPAD、THINKPAD ロゴ、TRACKPOINT、および ULTRACONNECT は、Lenovo の商標です。Intel および Thunderbolt は、Intel Corporation または子会社の米国およびその他の国における商標です。Linux は、Linus Torvalds の米国およびその他の国における登録商標です。Microsoft、Windows、BitLocker、および Cortana は Microsoft グループの商標です。HDMI および HDMI (ハイディフィニション・マルチメディア・インターフェース) という用語は米国およびその他の国の HDMI Licensing LLC の商標または登録商標です。USB-C[®] は、USB Implementers Forum の登録商標です。Wi-Fi および Miracast は Wi-Fi Alliance の登録商標です。他の商標はすべて、それぞれの所有者の所有物です。© 2021 Lenovo.