

iCloudドライブ 使い方 & 容量削減 チェックリスト

事前準備・基本設定

チェック	確認事項
<input data-bbox="160 309 202 350" type="checkbox"/>	iCloudドライブを利用する全端末で、Apple IDにサインインしていることを確認した
<input data-bbox="160 453 202 494" type="checkbox"/>	各端末の設定で「iCloud」自体が有効になっていることを確認した
<input data-bbox="160 596 202 637" type="checkbox"/>	各端末の設定で「iCloudドライブ」がオンになっていることを確認した
<input data-bbox="160 739 202 780" type="checkbox"/>	iCloudドライブと連携する主要アプリ（「ファイル」「写真」「Finder」「エクスプローラー」など）の同期設定状況を確認した
<input data-bbox="160 882 202 923" type="checkbox"/>	iCloudの総容量と使用状況（どのくらい空きがあるか）を確認した

iPhone／iPad からの iCloud ドライブ利用

チェック	確認事項
☐	「ファイル」アプリを開き、「ブラウズ」からiCloudドライブにアクセスできることを確認した
☐	iCloudドライブ内の目的のフォルダ／ファイルを開けることを確認した
☐	「写真」アプリがiCloudと同期されているか、設定画面で確認した
☐	「写真」アプリ内の写真・ビデオを削除すると、iCloud内の同じ写真・ビデオも削除されることを理解している
☐	写真・ビデオを削除する前に、そのデータがiCloud上でも今後不要であるかを確認した

Windowsパソコンからの iCloud ドライブ利用

チェック	確認事項
☐	Windows用iCloudをあらかじめインストールしていることを確認した
☐	Windows用iCloudに、正しいApple IDでサインインしていることを確認した
☐	Windows用iCloudの設定で「iCloudドライブ」がオンになっていることを確認した
☐	ファイルエクスプローラー（Windowsエクスプローラー）上に「iCloudドライブ」が表示されていることを確認した
☐	エクスプローラーから、iCloudドライブ内のファイルや写真に問題なくアクセスできることを確認した

Mac からの iCloud ドライブ利用

チェック	確認事項
☐	Finderのサイドバーに「iCloud Drive」が表示されていることを確認した
☐	FinderからiCloud Drive内のフォルダ／ファイルにアクセスできることを確認した
☐	Macの「デスクトップ」フォルダをiCloudドライブに追加する設定の有無と内容を確認した
☐	Macの「書類」フォルダをiCloudドライブに追加する設定の有無と内容を確認した
☐	デスクトップ／書類フォルダのうち、どのファイルをiCloudドライブに含めるか運用方針を決めた

写真バックアップの確認（端末別）

チェック	確認事項
☐	iPhoneの「写真」アプリで表示されている写真が、iCloudドライブでバックアップ対象になっていることを理解している
☐	Macの「写真」アプリがiCloudと同期されているか、設定で確認した
☐	Macの「写真」アプリから、iCloudにバックアップされた写真を閲覧できることを確認した
☐	Windowsパソコンのファイルエクスプローラーに「iCloud写真」が表示されていることを確認した
☐	エクスプローラーの「iCloud写真」から、目的の写真やビデオを開けることを確認した

容量削減（データ削除による空き容量確保）

チェック	確認事項
☐	iCloudドライブ内で容量を多く使用しているデータの種類（ファイル／写真／バックアップなど）を把握した
☐	iPhone／iPadの「ファイル」アプリから、不要な iCloud ドライブ上のファイルを選択して削除した
☐	iPhone／iPadの「写真」アプリから、不要な写真・ビデオを選択して削除した
☐	Windows パソコンのエクスプローラーで、不要な iCloud ドライブ内ファイルを選択し、ごみ箱へ移動した
☐	ファイルや写真を削除後、「最近削除した項目」または「ゴミ箱」を空にして、iCloud ドライブの空き容量が増えていることを確認した

削除ファイルの復元：iPhone／iPad

チェック	確認事項
<input data-bbox="160 306 202 347" type="checkbox"/>	「ファイル」アプリで「最近削除した項目」を開き、過去30日以内に削除したファイルが一覧に表示されることを確認した
<input data-bbox="160 445 202 485" type="checkbox"/>	復元したいファイルを選択し、削除前に保存されていた場所に復元した
<input data-bbox="160 583 202 623" type="checkbox"/>	削除から30日が経過したファイルは「最近削除した項目」に表示されず、復元できないことを理解している
<input data-bbox="160 720 202 761" type="checkbox"/>	重要度の高いファイルを削除する前に、上司や同僚に削除の妥当性を確認した

削除ファイルの復元：Windowsパソコン

チェック	確認事項
<input data-bbox="160 306 202 347" type="checkbox"/>	WindowsでiCloudドライブから削除したファイルが、「ゴミ箱」に移動していることを確認した
<input data-bbox="160 446 202 487" type="checkbox"/>	復元したいファイルを「ゴミ箱」から選択し、元のフォルダへドラッグ&ドロップする等の操作で復元した
<input data-bbox="160 583 202 623" type="checkbox"/>	「ゴミ箱」に移動されてから30日以上経過すると、自動的に削除されることを理解している
<input data-bbox="160 719 202 760" type="checkbox"/>	完全に削除されてゴミ箱からも消えたファイルは、利用者側からは復元できず、必要な場合は専門ツールやデータ復旧サービスの利用が必要になりうることを共有した

削除ファイルの復元：Mac

チェック	確認事項
<input data-bbox="160 306 202 347" type="checkbox"/>	MacでiCloudドライブから削除したファイルが、Dock右端の「ゴミ箱」に移動していることを確認した
<input data-bbox="160 446 202 487" type="checkbox"/>	Dockの「ゴミ箱」を開き、復元したいファイルを別のフォルダへドラッグ&ドロップして復元した
<input data-bbox="160 580 202 621" type="checkbox"/>	「ゴミ箱」に移動されてから30日以上経過すると、自動で「ゴミ箱」内からも削除されることを理解している
<input data-bbox="160 716 202 756" type="checkbox"/>	iCloudドライブから重要ファイルを削除する際は、誤削除防止のために内容と保存場所を二重チェックした

チェック漏れ防止のための注意事項

チェック	注意事項
☐	写真アプリとiCloudが同期されている場合、端末側での削除がiCloud上のデータにも及ぶため、削除前に必ず必要性を確認する
☐	iPhone／iPadの「最近削除した項目」、Windows／Macの「ゴミ箱」は、削除後30日を過ぎると自動削除されるため、復元可能期間を意識して運用する
☐	容量削減作業では、まず不要ファイル・不要写真を優先的に削除し、業務上重要なデータには手を付けない
☐	「ゴミ箱」を空にする前に、iCloud関連ファイルが含まれていないかを一覧で確認してから実行する

※2025年12月時点の情報をもとに作成しています