

ストレージ容量不足時の 整理・削除・移行チェックリスト

キャッシュの確認・削除

チェック	確認事項
☐	主なブラウザ・アプリのキャッシュ容量を確認した
☐	不要なキャッシュデータを削除した
☐	キャッシュ削除後の空き容量が増加していることを確認した
☐	キャッシュを定期的に削除する運用（頻度や担当）を決めた

不要なファイル（写真・動画・その他）の削除

チェック	確認事項
☐	写真・動画フォルダの容量を確認した
☐	明らかに不要な写真・動画ファイルを削除した
☐	数年前から見返していない写真・動画を整理した
☐	業務に不要な重いファイル（動画・大容量資料など）を洗い出した
☐	ダウンロードフォルダや一時ファイルの中の不要ファイルを削除した

iPhoneのストレージ整理（該当する場合）

チェック	確認事項
<input data-bbox="160 303 202 343" type="checkbox"/>	iPhoneの「iPhoneストレージ」画面でアプリごとの使用容量を確認した
<input data-bbox="160 432 202 472" type="checkbox"/>	長期間使用していないアプリを洗い出した
<input data-bbox="160 561 202 601" type="checkbox"/>	不要な画像・動画を削除し、「最近削除した項目」フォルダ内のファイルを消去することで写真アプリの容量を削減した
<input data-bbox="160 690 202 730" type="checkbox"/>	定期的に画像・動画を整理する運用を決めた

オンラインストレージ（クラウド）の活用

チェック	確認事項
☐	利用可能なオンラインストレージサービス（Googleドライブ／iCloud／Box／Dropboxなど）を確認した
☐	大容量で頻繁には使用しないファイルをオンラインストレージに移行する対象として選定した
☐	選定したファイルをオンラインストレージにアップロードした
☐	オンラインストレージ上でファイルが正常に開けることを確認した
☐	iCloudの空き容量と契約容量を確認した（iPhone利用時）
☐	iCloudの5GB無料枠が足りない場合、追加容量を購入するか検討した

オンラインストレージ（クラウド）の活用

チェック	確認事項
☐	iCloudやGoogleドライブの場合、「同期」と「保存」の違いを理解した
☐	Googleフォトに写真・動画をバックアップする設定を確認した（必要な場合）
☐	オンラインストレージへの移行後、 空き容量を増やすためにデバイス内の元データを削除してよいか確認した
☐	削除して問題ないファイルをデバイスから削除し、空き容量を確保した

外部ストレージ（USB／外付けHDD／SDカード）の活用

チェック	確認事項
☐	使用可能な外付けハードドライブ・USBメモリ・SDカード（Windows/Mac 間のデータ共有は「exFAT」形式）を確認した
☐	外部ストレージの空き容量と故障の有無を確認した
☐	デバイスから外部ストレージに移行するファイル（アーカイブ対象）を選定した
☐	外部ストレージに対象ファイルをコピーした
☐	コピー後、外部ストレージ上のファイルが正常に開けることを確認した
☐	問題なく保存できていることを確認したうえで、デバイス内の元データを削除した

オンラインストレージ利用時のセキュリティ確認

チェック	確認事項
☐	利用中のオンラインストレージ事業者のセキュリティ対策を確認した - 補足：国際規格「ISO/IEC 27001等の認証」の有無などを確認する
☐	個人用アカウント（私物）を業務に使っていないか、社内ルールと照合して確認した
☐	オンラインストレージのアカウントID・パスワードを他サービスと使い回していないことを確認した
☐	パスワードを定期的に変更する運用を決めた
☐	二段階認証を設定した
☐	アカウント情報やバックアップ設定を担当者以外が把握できる状態にしておいた

チェック漏れ防止のための注意事項

チェック	注意事項
☐	データ削除前に、本当に不要なファイルかどうかを確認し、業務上必要なデータを誤って削除しないよう注意する
☐	オンラインストレージを業務で利用する場合は、事業者のセキュリティ対策やISO認証の有無を事前に確認し、機密性の高い情報の扱いに注意する
☐	アカウントのID・パスワードの使い回しは避け、二段階認証や定期的なパスワード変更などの基本的なセキュリティ対策を必ず実施する
☐	容量不足が頻発する場合は、運用だけでなく契約容量やハードウェア構成の見直しも検討し、恒常的な逼迫状態にならないようにする

※2025年12月時点の情報をもとに作成しています