B5FL-4331-01 Z0

FUJITSU

Fujitsu Notebook LIFEBOOK

リカバリガイド

Windows 11

本書について

このマニュアルは、改善のため変更することがあります。最新のマニュアルは、インターネット上のマニュアル（https://www.fmworld.net/biz/fmv/support/fmvmanual/）をご覧ください。

目次

本書をお読みになる前に ... 3
本書の表記 ... 3
1. 必要に応じてお読みください ... 5
1.1 内蔵ストレージ構成 ... 5
1.2 ディスク作成 ... 5
1.2.1 ディスク作成の考え方 ... 6
1.2.2 ディスク作成前の準備 ... 7
1.2.3 ディスクを作成する ... 8
1.3 内蔵ストレージ全体をリカバリする ... 10
1.3.1 注意事項 ... 10
1.3.2 内蔵ストレージ全体をリカバリする場合の考え方 ... 11
1.3.3 内蔵ストレージ全体をリカバリする前の準備 ... 12
1.3.4 内蔵ストレージ全体のリカバリを実行する ... 14
1.4 セットアップ ... 15
1.4.1 注意事項 ... 15
1.4.2 セットアップする ... 16
1.4.3 セットアップ後に実行する ... 16
1.4.4 セットアップ後のインストール状態 ... 16
2. 補足情報 ... 18
2.1 起動メニューの表示のしかた ... 18

本書をお読みになる前に

本書の表記

本書は 2026 年 7 月現在の内容です。本書をお読みになり、ご不明な点がございましたら、『取扱説明書』に記載の「お問い合わせ先」へお問い合わせください。

■ 本文中の記号

本文中に記載されている記号には、次のような意味があります。

記号	意味
重要	お使いになるときの注意点や、してはいけないことを記述しています。必ずお読みください。
POINT	操作に関連することを記述しています。必要に応じてお読みください。
→	参照ページを示しています。

■ 本文中の記載

本文では、「内蔵フラッシュメモリ」を総称して「内蔵ストレージ」と記載しています。

■ キーの表記と操作方法

本文中のキーの表記は、キーボードに書かれているすべての文字を記述するのではなく、説明に必要な文字を次のように記述しています。

例：【Ctrl】キー、【Enter】キー、【→】キーなど

また、複数のキーを同時に押す場合には、次のように「+」でつないで表記しています。

例：【Ctrl】＋【F3】キー、【Shift】＋【↑】キーなど

■ 連続する操作の表記

本書では、連続する操作手順を、「→」でつなげて記述しています。なお、アプリの状態を変更した場合は、操作手順が異なることがあります。

■ 画面例およびイラスト

本文中の画面およびイラストは一例です。お使いの機種やモデルによって、実際に表示される画面やイラスト、およびファイル名などが異なることがあります。

■ 本書に記載している仕様とお使いの機種との相違

本文中の説明は、標準仕様に基づいて記載しています。 ご購入時の構成によっては、本文中の説明がお使いの機種の仕様と異なる場合があります。あらかじめご了承ください。なお、本文内において、機種や OS 別の書き分けがある箇所については、お使いの機種の情報をお読みください。

■ ユーザーアカウント制御ウィンドウ

本書で説明している Windows の操作の途中で、「ユーザーアカウント制御」ウィンドウが表示される場合があります。これは、重要な操作や管理者の権限が必要な操作の前に Windows が表示しているものです。表示されるメッセージに従って操作してください。

■ 「スタート」ボタンからアプリを起動する

本書ではアプリを表示する手順を、「スタート」メニューの「すべて」のビューを「一覧」に切り替えた状態で説明しています。

■ 光学ドライブ

本書では、DVD-R DL（8.5GB）または DVD+R DL（8.5GB）に書き込みができる光学ドライブを搭載していることを前提に記述しています。お使いの機種やモデルによって、書き込みができる光学ドライブがない場合やタブレットの場合は、別売の外付け光学ドライブを接続してください。
使用できる外付け光学ドライブについては、「カタログ/オプション品対応一覧」のページ（https://jp.fujitsu.com/platform/pc/product/catalog_syskou/）から「オプション品対応一覧」をご覧ください。

■ 製品名の表記

本文中では、製品名称を次のように略して表記します。

製品名称	本文中の表記	
Windows 11 Pro	Windows 11	Windows
Microsoft Office Home & Business 2024	Office	

■ 商標および著作権について

各製品名は、各社の商標、または登録商標です。
その他の各製品は、各社の著作物です。
その他のすべての商標は、それぞれの所有者に帰属します。

Copyright 2026 Fujitsu Limited

1. 必要に応じてお読みください

1.1 内蔵ストレージ構成

内蔵ストレージは、次の領域から構成されています。

- 「OS、アプリ、ドライバー」などの領域と空き領域
- 「Windows RE 領域」、「システム領域」

POINT

- 「Windows RE 領域」、「システム領域」は、Windows からは見えない領域です。

本製品の内蔵ストレージ構成につきましては、「カタログ/オプション品対応一覧」のページで公開している LIFEBOOK のカタログ内の「ストレージ空き容量について」をご覧ください。
URL は次のとおりです。
https://jp.fujitsu.com/platform/pc/product/catalog_syskou/

なお、ご覧になる時期によっては、本製品の情報が記載されていないことがあります。その場合は、「今までに発表した製品」から製品名を選択し、ご覧ください。
URL は次のとおりです。
https://jp.fujitsu.com/platform/pc/product/former/

1.2 ディスク作成

リカバリするためには、事前にディスクの作成が必要です。

重要

- 本製品をご購入後、お手元にディスクがない場合は、できるだけ早い時期にディスクを作成してください。
- カスタムメイドでリカバリデータディスクを選択していない場合、ドライバーズディスクは添付されていません（モデルやカスタムメイドの選択によっては、添付されている場合があります）。リカバリを行う前にディスクを作成してください。

1.2.1 ディスク作成の考え方

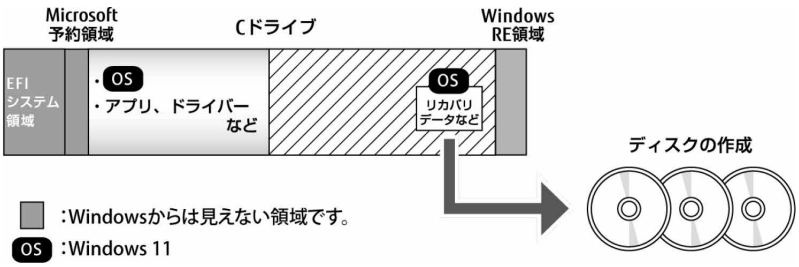
本製品にトラブルがあった場合に備えて、またはご購入時にインストールされていないアプリを使用する場合に、次のディスクが必要になります。

- リカバリデータディスク
  内蔵ストレージをご購入時の状態に戻す場合に使用します。
- リカバリ起動ディスク
  リカバリを実行する場合、このディスクから起動します。
- ドライバーズディスク
  アプリやドライバーをインストールする場合に使用します。

重要

- ご購入時に添付されているすべてのアプリやドライバーが、「ドライバダウンロード」のページ（https://www.fmworld.net/biz/fmv/index_down.html）に公開されているわけではありません。添付のアプリやドライバーをインストールしたい場合は、「ドライバーズディスク」を作成してください。

□ ご購入時の内蔵ストレージの状態およびディスク作成のイメージ図



1.2.2 ディスク作成前の準備

ディスクを作成する前に、次の準備を行ってください。

■ 型名を確認する

作成したディスクのレーベル面に記入します。あらかじめ、保証書などで本製品の型名を確認してください。

■ AC アダプタを接続する

ディスクを作成するときには、必ず AC アダプタを接続してください。

■ 光学ドライブを接続する（書き込み可能な光学ドライブ非搭載機種）

ディスクを作成するときには、必ず書き込み可能な外付け光学ドライブを接続してください。

■ ディスクを用意する

- 使用できるディスク
  DVD-R DL（8.5GB）または DVD+R DL（8.5GB）が必要です。その他のディスクはお使いになれません。
- 必要なディスクの枚数
  必要なディスクの枚数は、「1.2.3 ディスクを作成する」（→P.8）の手順 2 で確認できます。

1.2.3 ディスクを作成する

1. **次の操作を行います。**

   「スタート」ボタン→「すべて」の「ディスク作成ユーティリティ」をクリックします。
   「ディスク作成ユーティリティ」が見つからないときは、画面をスクロールしてください。

   POINT

   - 「このアプリがデバイスに変更を加えることを許可しますか？」ウィンドウが表示された場合は「はい」をクリックします。

   「ディスク作成ユーティリティ」画面が表示され、「ディスクセット一覧」に「リカバリディスクセット」と表示されます。

2. **「必要枚数」に表示されるディスクの枚数を確認し、「次へ」をクリックします。**

3. **ディスク一覧から作成したいディスクにチェックを付け、「次へ」をクリックします。**

4. **画面の指示に従って、未使用のディスクのレーベル面にディスクの名前と機種名（型名）を記入します。**

   POINT

   - レーベル面に記入するときは、ボールペンや鉛筆など、先の硬いものを使わないでください。ディスクに傷が付くおそれがあります。

5. **手順 4 で名前を記入したディスクを光学ドライブにセットします。**

   POINT

   - 「自動再生」ウィンドウが表示されたら、ウィンドウを閉じてください。

6. **「開始」をクリックします。**

   ディスクへの書き込みが始まります。完了するまでしばらくお待ちください。

   POINT

   - 「書き込み可能なディスクをセットしてディスクが認識されるまで 10 秒ほど待ってから「OK」ボタンをクリックしてください。」と表示された場合
     未使用のディスクがセットされていることを確認し、ディスクが認識されるまで（ディスクの回転が止まるまでの 10 秒ほど）待ってから「OK」をクリックしてください。

7. ディスクへの書き込みが完了するとトレーが開き、メッセージが表示されます。

- 複数枚のディスクを作成する場合

  2 枚目以降のディスクを作成するよう、「（作成するディスク名）の作成を行います。」と表示されるので、書き込みが完了したディスクを取り出し、続けて次のディスクを作成します。手順 4～手順 6 を繰り返し、枚数分を作成してください。

  POINT

  - 書き込みエラーが表示された場合
    「（ディスク名）の作成に失敗しました。」というメッセージが表示された場合は、ディスクの不良が考えられます。新しいディスクを用意し、「再試行」をクリックしてください。なお、複数枚のディスクを作成している途中でエラーが出た場合は、手順 3 で、作成し直したいディスクにチェックを付け、ディスクの作成を続けてください。

8. 「リカバリディスクセットの作成に成功しました。」と表示されたら、ディスクを取り出します。

9. 「閉じる」をクリックします。

なお、ここで「完了」をクリックすると、もう一度「ディスク作成ユーティリティ」画面が表示されます。

10. 外付け光学ドライブを接続している場合は、取り外します。

以上でディスクの作成は終了です。作成したディスクは、大切に保管してください。

1.3 内蔵ストレージ全体をリカバリする

内蔵ストレージ全体をリカバリします。変更したドライブ構成を元に戻す場合にもこの作業が必要です。

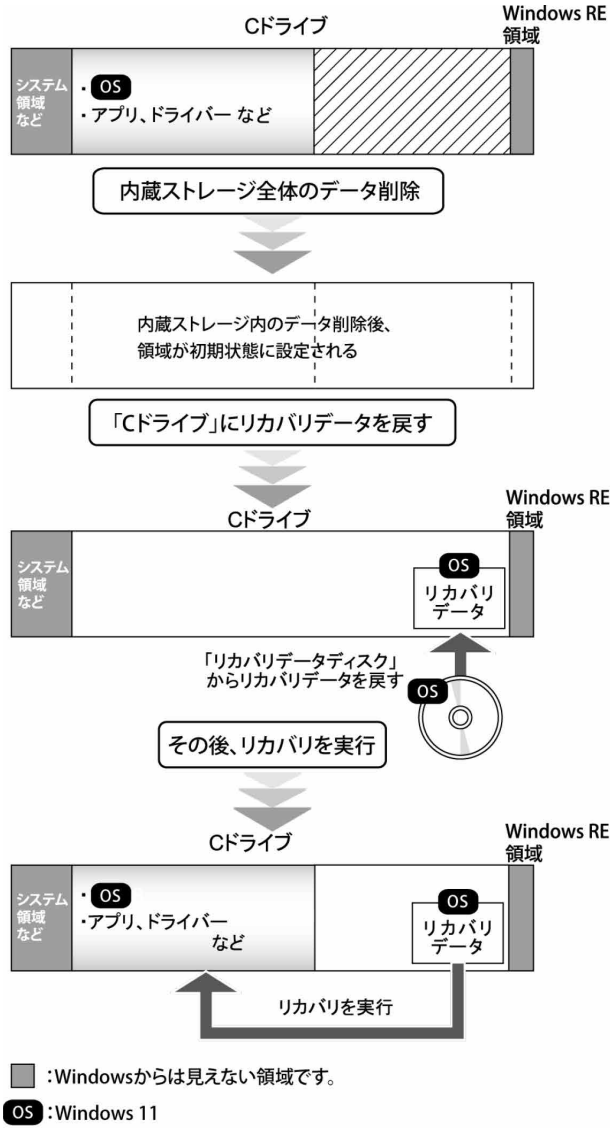
1.3.1 注意事項

- 内蔵ストレージ全体をリカバリすると、内蔵ストレージのすべてのデータが削除されます。必要に応じて事前にバックアップしてください。
- 内蔵ストレージ全体をリカバリするには、リカバリするためのディスクが必要です。ディスクの作成方法については、「1.2 ディスク作成」（→P.6）をご覧ください。
- リカバリする前に、必ず AC アダプタを接続してください。
- リカバリ作業中は、液晶ディスプレイを閉じないようにしてください。
- セキュリティチップ搭載機種やセキュリティ機能内蔵機種でフォルダーやファイルの暗号化を行っている場合は、内蔵ストレージ全体をリカバリする前に復元用のバックアップをしてください。復元用のバックアップデータがないと、データが読み出せないことがあります。これによる損害などの責任は一切負いかねますので、あらかじめご了承ください。
  また、デバイスの暗号化または BitLocker ドライブ暗号化が行われている場合、「デバイスの暗号化または BitLocker ドライブ暗号化を無効にする」（→P.13）をご覧になり、暗号化を解除してください。
- 本製品から、USB メモリ、外付けストレージ、プリンタなどすべての周辺機器を、必ず取り外してください（リカバリ作業に必要なキーボード、マウス、光学ドライブを除く）。
- デバイスドライバーのインストールが必要な機器の場合、リカバリ作業に必要な機器であっても、リカバリ作業時に接続しているとリカバリに失敗する場合があります（例：指紋認証／手のひら静脈センサー付きキーボード、タッチ機能付きディスプレイなど）。この場合は、デバイスドライバーのインストールを必要としない機器を別途ご用意いただき、リカバリを実施してください。
- リカバリ作業に必要な光学ドライブおよびリカバリ用ディスクを除き、USB メモリや外付けストレージなどの外部メディアは取り外してください。接続したままリカバリ作業や内蔵ストレージの領域設定を行うと、外部メディアに保存されているデータが削除される場合があります。
- モデルやカスタムメイドの選択によって、リカバリした後にアプリやドライバーのインストールが必要になります。詳しくは「1.4.4 セットアップ後のインストール状態」（→P.16）をご覧ください。
- タッチパネル搭載機種の場合、タッチパネルでの操作はできません。キーボードまたはマウスで操作してください。
- 内蔵ストレージ全体をリカバリするには時間がかかります。時間に余裕をもって、作業してください。

1.3.2 内蔵ストレージ全体をリカバリする場合の考え方

いったん内蔵ストレージ内のすべてのデータが削除され、領域がご購入時の状態に設定されます。続いてＣドライブにリカバリデータを戻し、その後リカバリを実行します。

■ リカバリのイメージ図



1.3.3 内蔵ストレージ全体をリカバリする前の準備

内蔵ストレージ全体をリカバリする前に、次の準備を行ってください。

■ ディスクを用意する

- リカバリ起動ディスク
- リカバリデータディスク
- ドライバーズディスク

■ AC アダプタを接続する

内蔵ストレージ全体をリカバリするときには、必ず AC アダプタを接続してください。

■ 光学ドライブを接続する（光学ドライブ非搭載機種）

内蔵ストレージ全体をリカバリするときには、必ず外付け光学ドライブを接続してください。

■ BIOS の設定をご購入時の状態に戻す

BIOS の設定をご購入時から変更している場合は、ご購入時の設定に戻します。
BIOS セットアップの操作方法については、インターネット上のマニュアル『製品ガイド（共通編）』をご覧ください。

重要

- 設定が異なると、Windows が起動しなかったり、正常にリカバリが完了しなかったりすることがありますので、必ず確認してください。

□ BIOS 設定

POINT

- 「BIOS パスワード」や「管理者用パスワード」を設定されている場合は、BIOS セットアップを「管理者用パスワード」で起動する必要があります。

BIOS セットアップ画面の「終了」メニューから「標準設定値を読み込む」を実行します。

■ デバイスの暗号化または BitLocker ドライブ暗号化を無効にする

セキュリティチップ搭載機種やセキュリティ機能内蔵機種で、デバイスの暗号化または BitLocker ドライブ暗号化が有効になっている場合は、お使いの暗号化機能に合わせた手順で暗号化を無効にしてください。

□ デバイスの暗号化を無効にする

1. 「スタート」ボタン→「設定」→「プライバシーとセキュリティ」の順にクリックします。
2. ウィンドウ右の「デバイスの暗号化」をクリックします。
   「デバイスの暗号化」が表示されていない場合、お使いの機種はデバイスの暗号化の対象ではありません。リカバリに進んでください。

POINT

- BitLocker ドライブ暗号化が設定されている場合は、「BitLocker ドライブ暗号化を無効にする」の手順をご覧ください。

3. 「デバイスの暗号化」を「オフ」にします。

□ BitLocker ドライブ暗号化を無効にする

1. 「スタート」ボタン→「すべて」の「Windows ツール」の順にクリックし、「コントロールパネル」をダブルクリックします。
2. 「システムとセキュリティ」→「BitLocker ドライブ暗号化」の順にクリックします。
   ・「BitLocker を無効にする」と表示されている場合、手順 3 に進んでください。
   ・「BitLocker を有効にする」と表示されている場合、BitLocker ドライブ暗号化は無効になっています。リカバリに進んでください。
3. 「BitLocker を無効にする」をクリックします。

POINT

- 「このアプリがデバイスに変更を加えることを許可しますか？」ウィンドウが表示された場合は「はい」をクリックします。

4. 「BitLocker を無効にする」ボタンをクリックします。

■ BIOS 設定の「セキュアブート機能」を無効にする

重要

- 本書は 2026 年 7 月現在の内容です。マイクロソフト社による Windows の更新に伴い、このマニュアルを改善のため変更することがあります。最新のマニュアルは、インターネット上のマニュアル『リカバリガイド』をご覧ください。

BIOS セットアップの操作方法については、インターネット上のマニュアル『製品ガイド（共通編）』をご覧ください。
BIOS セットアップ画面の「セキュリティ」メニューの「セキュアブート設定」から「セキュアブート機能」を「使用しない」に設定します。

POINT

- マイクロソフト社のサポート情報「KB5025885」で Windows ブートマネージャーの失効が適用済みの場合、あわせて BIOS セットアップで、「セキュアブート設定」から「署名情報の初期化」が必要です。

1.3.4 内蔵ストレージ全体のリカバリを実行する

重要

- 内蔵ストレージ内のすべてのデータが削除されます。あらかじめ、必要なデータをバックアップしてください。

1. **起動メニューを表示します。**
   お使いの機種により操作が異なります。詳しくは「2.1 起動メニューの表示のしかた」（→P.18）をご覧ください。
2. **「リカバリ起動ディスク」をセットします。**
3. **データの読み込みが終了し光学ドライブが停止してから、カーソルキーでディスクをセットした光学ドライブを選択し、【Enter】キーを押します。**
   そのまましばらくお待ちください。「ディスク全体をご購入時の状態に戻す」が表示されます。
4. **「アプリの使用条件」をよく読み、「同意する」をクリックし、「次へ」をクリックします。**
   「同意する」がクリックできない場合は、「アプリの使用条件」を最後までスクロールしてください。
5. **画面のメッセージに従って操作します。**
   この後は、ディスクの確認の後、
   1. ストレージの領域を設定する
   2. リカバリデータを復元する
   3. リカバリを実行する
   4. 最終処理を実行する

   の順に進みます。画面のメッセージで指定されたディスクをセットして、操作を進めてください。
   「リカバリが完了しました。」というメッセージが表示されたら手順 6 に進んでください。
6. **ディスクを取り出し、「完了」をクリックします。**
   製品本体の電源が自動的に切れます。
7. **外付け光学ドライブを接続している場合は、取り外します。**

以上で内蔵ストレージ全体をリカバリする操作が終了しました。

続けて、「1.4 セットアップ」（→P.15）をご覧になり、セットアップを行ってください。なお、電源は 30 秒以上待ってから入れてください。

1.4 セットアップ

1.4.1 注意事項

- セットアップする前に、必ず AC アダプタを接続してください。
- セットアップ作業中は、液晶ディスプレイを閉じないようにしてください。
- セットアップが完了するまでは、次の機器を接続したり、設定を変更したりしないでください。セットアップが正常に行われなかったり、エラーメッセージが表示されたりする場合があります。
  - 周辺機器（セットアップ作業に必要なキーボード、マウスを除く）
  - 拡張カード
  - 2 台目のディスプレイ
  - BIOS の設定
- セットアップの前に SIM カードをセットしないでください。（無線 WAN モデル）
- セットアップは無線 LAN や有線 LAN に接続した状態で行ってください。
- タッチパネル搭載機種の場合、タッチパネルでセットアップの操作はできません。キーボードまたはマウスで操作してください。
- デバイスドライバーのインストールが必要な機器の場合、セットアップ作業に必要な機器であっても、セットアップ作業時に接続しているとセットアップに失敗する場合があります（例：指紋認証／手のひら静脈センサー付きキーボード、タッチ機能付きディスプレイなど）。この場合は、デバイスドライバーのインストールを必要としない機器を別途ご用意いただき、セットアップを実施してください。
- 外部メディアを接続したまま、セットアップ作業を行うと、外部メディアに保存されているデータが削除される場合があります。
- セットアップ中は、電源を切らないでください。
- Windows セットアップの各ウィンドウが完全に表示されないうちにキーを押したり、画面を操作したりすると、Windows セットアップが完全に行われない場合があります。ウィンドウが完全に表示されてから、操作してください。
- Windows セットアップが進められなくなった場合、次のように操作してください。
  電源ボタンを 10 秒以上押して、製品本体の電源を一度切り、セットアップをやり直してください。セットアップがやり直せない場合は、リカバリを行ってください。リカバリについては、「1.3 内蔵ストレージ全体をリカバリする」（→P.10）をご覧ください。
- Windows セットアップの途中で、「新しいハードウェアの追加ウィザード」ウィンドウが表示された場合は、お使いのディスプレイに合わせたドライバーをインストールしてください。
- セットアップには時間がかかります。時間に余裕をもって、操作してください。

1.4.2 セットアップする

製品本体の電源を入れ、表示された画面のメッセージに従ってセットアップを行います。
詳しい手順や注意事項については、『取扱説明書』をご覧ください。

1.4.3 セットアップ後に実行する

重要

- 本書は 2026 年 7 月現在の内容です。マイクロソフト社による Windows の更新に伴い、このマニュアルを改善のため変更することがあります。最新のマニュアルは、インターネット上のマニュアル『リカバリガイド』をご覧ください。

■ Windows Update

インターネットに接続し、Windows を最新の状態に更新します。詳しくは Windows のヘルプをご覧ください。

■ BIOS 設定の「セキュアブート機能」を有効にする

BIOS セットアップの操作方法については、インターネット上のマニュアル『製品ガイド（共通編）』をご覧ください。
BIOS セットアップ画面の「セキュリティ」メニューの「セキュアブート設定」から「セキュアブート機能」を「使用する」に設定します。

1.4.4 セットアップ後のインストール状態

お使いのモデルやカスタムメイドの選択によって、セットアップ後のアプリやドライバーのインストール状態が異なります。必要に応じて、アプリやドライバーをインストールしてください。

■ アプリやドライバーのインストール状態

ドライバー類	Office 製品 （搭載モデルの場合）
すべてのドライバー類がインストールされます。	インストールされません。「Office のインストール」（→P.17）に進んでください。

■ Office のインストール

Office 搭載モデルの場合、リカバリを行うと Office 製品はインストールされません。マイクロソフト社の Web サイトをご覧になり、インストールしてください。

●インストール方法

1. マイクロソフト社の Web サイト（https://www.office.com/jppipcsetup/）を開きます。
2.「Office 2024」タブのお使いの Office（企業向け）の「Office の再インストール」をクリックします。
3.「Office の再インストール」の「デジタル Office 製品」タブをご覧ください。

オフライン（インターネットに接続できない場合）での再インストールはサポートしていません。

本製品に搭載されている Office 製品は、インターネットに接続して Office アプリを初めて起動した際に自動的にライセンス認証されるため、プロダクトキーは添付されていません。

Office 製品のライセンス認証を行う前に本製品をリカバリした場合は、次のマイクロソフト社の Web サイトの「企業向け Office 製品」タブを選択し、質問「ライセンス認証の前に、プレインストールされた Office アプリをアンインストールしました。 Office をインストールしてライセンス認証するにはどうすればよいですか?」の回答をご覧になり、Office を再インストールしてください。
office.com/jppipcsupport

POINT

- マイクロソフト社の Web サイトの内容は変更される場合があります。最新の情報に従ってインストールしてください。

この後は、『取扱説明書』をご覧になり、セットアップの後に必要な操作を行ってください。

2. 補足情報

2.1 起動メニューの表示のしかた

ここでは、起動メニューの表示のしかたを説明します。

POINT

- BIOS セットアップの「起動メニュー」が「使用しない」の設定になっている場合、起動メニューは表示されません。設定を「使用する」に変更してください。
  BIOS セットアップの操作方法については、インターネット上のマニュアル『製品ガイド（共通編）』をご覧ください。
  「起動メニュー」はお使いの機種によって「起動」メニュー、「セキュリティ」メニューー「起動メニュー」、「詳細」メニューー「起動メニュー」、または「Security」メニューー「Boot Menu」のように表示される場合があります。
- 起動時のパスワードを設定している場合は、パスワードを入力してください。
- 起動メニューが表示されず Windows が起動してしまった場合は、本製品の電源を完全に切ってからもう一度操作してください。

1. **【F12】キーを押したまま、本製品の電源を入れます。**
2. **「FUJITSU」のロゴが表示された後、起動メニューが表示されたら【F12】キーを離します。**

POINT

- 高速起動が有効になっているため USB キーボードが使えない場合があります。内蔵キーボードを使って操作してください。

リカバリガイド
B5FL-4331-01 Z0-00

発行日　　2026 年 9 月
発行責任　　富士通株式会社

〒211-8588 神奈川県川崎市中原区上小田中 4-1-1

- このマニュアルの内容は、改善のため事前連絡なしに変更することがあります。
- このマニュアルに記載されたデータの使用に起因する第三者の特許権およびその他の権利の侵害については、当社はその責を負いません。
- 無断転載を禁じます。