

# CONTENTS

本書の使い方 ..... 2

知っておきたい Mac と Windows の違い ..... 14

Mac と Windows 操作と用語の違い ..... 16

最新 Mac はココが新しい ..... 18

Chapter 1

Mac を使うための基礎知識

Section 01 Mac をセットアップする ..... 22

Section 02 Mac の画面構成 ..... 28

Section 03 Mac にログインする／終了する ..... 32

Section 04 マウスやトラックパッドの使い方を覚える ..... 34

Section 05 キーボードの使い方を覚える ..... 40

Section 06 インターネットに接続する ..... 44

Section 07 Mac の OS をアップグレードする ..... 46

Chapter 2

Mac の基本操作

Section 01 ファイルとフォルダについて理解する ..... 50

Section 02 Finder ウィンドウを開く／閉じる ..... 52

Section 03 デスクトップのファイルを自動でまとめる ..... 54

Section 04 Finder ウィンドウを操作する ..... 56

Section 05 Finder ウィンドウの表示を変更する ..... 58

Section 06 Finder ウィンドウを使いやすくする ..... 60

Section 07 Finder でファイルを操作する ..... 62

Section 08 サイドバーを利用する ..... 64

Section 09 フォルダを作成する／選択する ..... 66

Section 10 タブを利用する ..... 68

Section 11 ファイルやフォルダを移動する／コピーする ..... 70

Section 12 ファイル／フォルダを削除する ..... 74

Section 13 コントロールセンターを活用する ..... 76

Section 14 通知センターを活用する ..... 78

Section 15 デスクトップの表示を変更する ..... 82

Chapter 3

ファイル管理を効率化する

Section 01 よく使うファイルやフォルダをすばやく開く ..... 86

Section 02 ファイルやフォルダの内容をすばやく確認する ..... 88

Section 03 ファイルをすばやく編集する ..... 90

Section 04 ファイルやフォルダにタグを付ける ..... 92

Section 05 ファイルやフォルダを圧縮する ..... 94

Section 06 ファイルやフォルダを検索する ..... 96

Section 07 スマートフォルダを作成する .....100

Section 08 外付けハードディスクやUSBメモリを利用する .....102

Section 09 Finder ウィンドウのツールバーを利用する .....104

Chapter 4 アプリケーションの基本操作と文字入力

Section 01 アプリケーションの起動と基本操作 .....108

Section 02 Dockを活用する .....112

Section 03 Mission Controlを利用する .....116

Section 04 フルスクリーンモードを利用する .....120

Section 05 文字入力を行う .....122

Section 06 日本語を入力する .....124

Section 07 日本語入力ソフトの機能を活用する .....128

Section 08 文書を編集する .....132

Section 09 音声入力と読み上げを利用する .....134

Section 10 プリンタを設定する .....136

Section 11 書類を印刷する .....138

Section 12 ファイルを保存してアプリケーションを終了する .....142

Section 13 書類を保存する／復元する .....146

Section 14 新しくアプリケーションを追加する .....148

Chapter 5 Web ページを閲覧する

Section 01 Safari の画面構成 .....152

Section 02 Web ページを表示する .....154

Section 03 Web ページを検索する .....156

Section 04 以前見た Web ページにすばやくアクセスする .....158

Section 05 タブで Web ページを切り替える .....162

Section 06 Web ページのデータを保存する .....164

Section 07 Web ページを便利に見るためのテクニック .....166

Section 08 履歴を残さずに Web ページを見る .....170

Section 09 Safari をカスタマイズする .....172

Section 10 パスワードを保存する .....176

Section 11 パスキーを使用する .....178

Chapter 6 メールをやり取りする

Section 01 メールアカウントを設定する .....186

Section 02 「メール」アプリの画面構成 .....190

Section 03 メールを送信する .....192

Section 04 ファイルを添付してメールを送信する .....194

Section 05 メールを受信する .....198

Section 06 メールを返信する／転送する .....200

Section 07 メールを検索する .....202

Section 08 メールボックスを作成してメールを整理する .....204

Section 09 メールを分類する .....206

Section 10 ルールを設定してメールを自動で振り分ける .....208

Section 11 迷惑メール対策をする .....210

Section 12 メールを削除する .....211

Section 13 連絡先にメールアドレスを登録する .....212

Section 14 複数のメールアカウントを使い分ける .....214

Section 15 「メール」アプリに署名を設定する .....215

Section 16 「メール」アプリの設定を変更する .....216

Chapter 7

音楽や動画・写真を楽しむ

Section 01 ミュージックの概要 .....220

Section 02 音楽CDから音楽を取り込む .....222

Section 03 ストアで音楽を購入する .....224

Section 04 音楽を再生する .....226

Section 05 プレイリストを作成する .....228

Section 06 Apple Musicを利用する .....230

Section 07 Apple TVを利用する .....234

Section 08 コンテンツをほかのパソコンと共有して楽しむ .....236

Section 09 iPhoneやiPadとコンテンツを同期する .....238

Section 10 「写真」アプリの概要 .....240

Section 11 「写真」アプリで写真や動画を読み込む .....242

Section 12 「写真」アプリで写真や動画を閲覧する .....244

Section 13 「写真」アプリで写真を編集する .....248

Section 14 「写真」アプリでアルバムを作成する .....252

Chapter 8

iCloudを利用する

Section 01 Apple IDを作成する .....254

Section 02 iCloudを管理する .....258

Section 03 iCloudで写真を共有する .....260

Section 04 iCloud Driveを利用する .....264

Section 05 パスワードを管理する .....266

Section 06 HandoffでiPhoneとMacを連携する .....270

Section 07 ユニバーサルクリップボードを利用する .....273

Section 08 iCloud.comを利用する .....274

Section 09 MacやiPhoneを紛失したときの対応 .....276

Chapter 9

付属アプリケーションを活用する

|            |                 |     |
|------------|-----------------|-----|
| Section 01 | テキストエディットで文章を作る | 280 |
| Section 02 | メモを作成する         | 282 |
| Section 03 | プレビューを利用する      | 284 |
| Section 04 | 連絡先を管理する        | 286 |
| Section 05 | iWorkを利用する      | 288 |
| Section 06 | カレンダーを利用する      | 292 |
| Section 07 | メッセージを利用する      | 296 |
| Section 08 | FaceTimeを利用する   | 298 |
| Section 09 | iMovieを利用する     | 300 |
| Section 10 | マップを利用する        | 306 |
| Section 11 | 辞書を利用する         | 308 |
| Section 12 | その他のアプリを利用する    | 309 |

Chapter 10

付属ユーティリティを活用する

|            |                      |     |
|------------|----------------------|-----|
| Section 01 | キーチェーンアクセスを利用する      | 312 |
| Section 02 | アクティビティモニタでMacを監視する  | 316 |
| Section 03 | システム情報でMacのスペックを確認する | 318 |
| Section 04 | スクリーンショットを利用する       | 320 |

|            |                  |     |
|------------|------------------|-----|
| Section 05 | ディスクユーティリティを利用する | 322 |
| Section 06 | ターミナルを利用する       | 324 |

Chapter 11

ネットワークの設定とデータ共有

|            |                       |     |
|------------|-----------------------|-----|
| Section 01 | ネットワークへ接続する           | 326 |
| Section 02 | LANに参加する              | 328 |
| Section 03 | ネットワーク内のサーバに接続する      | 330 |
| Section 04 | iPhoneやiPadでテザリングする   | 332 |
| Section 05 | AirDropでファイルを転送する     | 334 |
| Section 06 | Windowsパソコンとファイルを共有する | 336 |
| Section 07 | 別のMacから操作する           | 338 |
| Section 08 | アプリケーションのデータを共有する     | 340 |

Chapter 12

Macを使いやすく設定する

|            |                |     |
|------------|----------------|-----|
| Section 01 | システム設定の概要      | 342 |
| Section 02 | Apple IDの設定    | 344 |
| Section 03 | 一般項目の設定        | 346 |
| Section 04 | Siriの設定        | 353 |
| Section 05 | デスクトップとDockの設定 | 354 |

Section 06 プライバシーとセキュリティの設定 .....356

Section 07 ディスプレイの設定 .....360

Section 08 バッテリーの設定 .....362

Section 09 キーボードの設定 .....364

Section 10 マウスの設定 .....366

Section 11 トラックパッドの設定 .....368

Section 12 サウンドの設定 .....370

Section 13 Bluetooth の設定 .....372

Section 14 ユーザとグループの設定 .....374

Section 15 スクリーンタイムの設定 .....376

Section 16 スクリーンセーバの設定 .....378

Section 17 アクセシビリティの設定 .....379

Chapter 13

付録

Section 01 Macが操作を受け付けないときの対応 .....384

Section 02 支払い情報の登録 .....386

Section 03 不要なファイルをまとめて削除する .....388

キーボードショートカット一覧 .....390

目的別索引 .....394

用語別索引 .....396

ご注意：ご購入・ご利用の前に必ずお読みください

本書に記載された内容は、情報の提供のみを目的としています。したがって、本書を用いた運用は、必ずお客様自身の責任と判断によって行ってください。これらの情報の運用の結果について、技術評論社および著者はいかなる責任も負いません。

ソフトウェアに関する情報は、特に断りのないかぎり、2022年12月現在での最新バージョンをもとに掲載しています。ソフトウェアはバージョンアップされる場合があります、本書での説明とは機能内容や画面図などが異なってしまうこともあり得ます。また、紹介しているアプリケーションについても、値段が変更されていたり、なくなっていたりすることがあります。あらかじめご了承ください。

本書は、macOS Ventura 13.0.1およびiOS 16.1での動作を検証しています。それ以外のOSでは動作を確認していませんので、アプリケーションが正しく起動しない可能性もあります。インターネットの情報については、URLや画面等が変更されている可能性があります。ご注意ください。

以上の注意事項をご承諾いただいた上で、本書をご利用願います。これらの注意事項をお読みいただくずにお問い合わせいただいても、技術評論社および著者は対処しかねます。あらかじめ、ご承知おきください。

■本書に掲載した会社名、プログラム名、システム名などは、米国およびその他の国における登録商標または商標です。本文中では™、®マークは明記していません。

# 最新 Mac は ココが新しい

2022年版の最新 macOS「Ventura（ベンチュラ）」では、2年ぶりの大型アップデートとしてより Mac を便利に使える機能が実装されました。ここではその一部を紹介します。これまでの Mac を使っていた方も、違いに慣れるためにも確認しておきましょう。

## Point ① iPhone を使った連係カメラ機能

新しい Mac には、iPhone を Mac と有線や無線で接続して Web カメラとして利用できる連係カメラ機能があります。Web カメラを持っていない場合や、画質のよい Web カメラを使いたいときに役立ちます。なお、利用する場合は Mac と iPhone で同じ Apple ID でサインインしていて、かつ、iPhone は iOS 16 以降を搭載している必要があります。

### 連係カメラを使用する



FaceTime（298 ページ参照）など、カメラを使用するアプリケーションを起動して、iPhone をカメラとして選択します（ここではメニューバーの [ビデオ] → [技評太郎の iPhone のカメラ] をクリック）。iPhone で連係カメラが起動し、背面のカメラで映す映像が、Mac のアプリケーション上に表示されます。



コントロールセンター（76 ページ参照）で [エフェクト] をクリックすると 1、連係カメラ機能を使用しているアプリケーション内で利用可能なエフェクトが表示されます。クリックしてオン/オフを切り替えます。

## Point ② ステージマネージャでウィンドウを整理

ステージマネージャをオンにすると、開いているウィンドウやアプリケーションが画面左側にサムネールで表示されます。ウィンドウやアプリケーションをたくさん開いていても、整頓して見やすい状態にすることができます。

### ステージマネージャをオンにする



コントロールセンター（76 ページ参照）で [ステージマネージャ] をクリックすると 1、ステージマネージャがオンになります。初回のみステージマネージャの紹介画面が表示されるので、[ステージマネージャをオンにする] をクリックします。



アクティブでないウィンドウやアプリケーションは、画面左側にサムネールで表示されます。サムネールをクリックすると表示を切り替えることができます。

### 設定のカスタマイズ



「システム設定」アプリ（342 ページ参照）で [デスクトップと Dock] をクリックし、「ステージマネージャ」内の [カスタマイズ] をクリックすると 1、ステージマネージャの設定を変更できます（355 ページ参照）。

# キーボードの使い方を覚える

キーボード

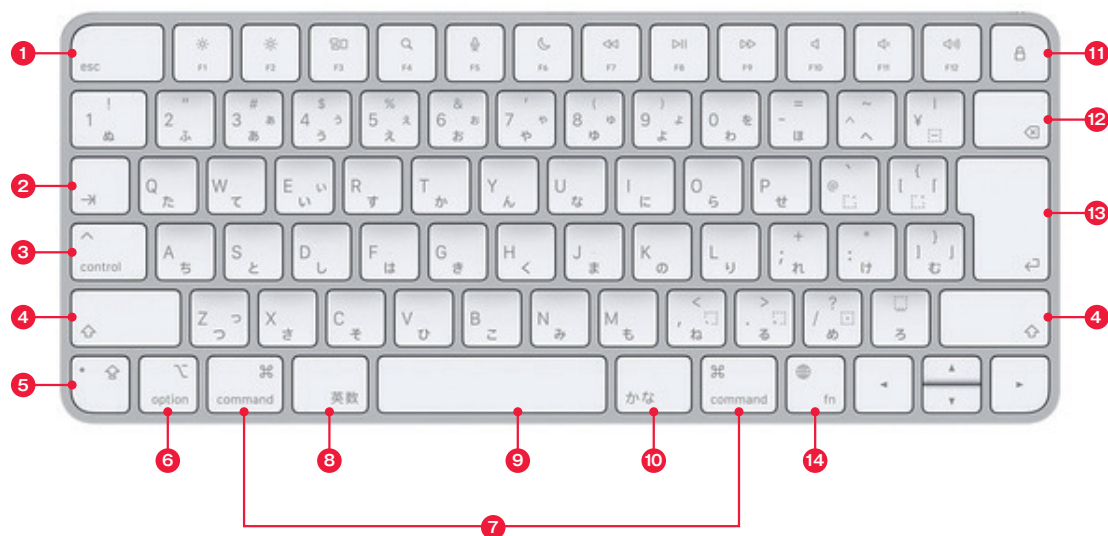
ファンクションキー

修飾キー

Macで文字入力をしたり、ショートカットキー（42ページ参照）で機能を実行したりするには、キーボードを使用します。文字キーの配置や修飾キー、ファンクションキーの役割を覚えることが、Macでの作業効率化の早道になります。

## ■ キーボードの各部名称を確認する

Macのキーボードは、主にキーに刻印された文字や記号を入力するための「文字キー」と、文字キーと組み合わせて押すことで、ショートカットキーによる操作を実行したり、特殊な記号を入力したりするための「修飾キー」、上部に並ぶ[F1]から[F12]までの「ファンクションキー」で構成されています。ここではApple Wireless Keyboardを例に、各キーの名称と機能の概要を紹介します。



### ① エスケープキー ([esc])

現在実行している操作を中断することができます。

### ② タブキー ([tab])

文章の位置を揃えるタブを入力したり、フォーカスしているボタンや入力フィールドを移動したりできます。

### ③ コントロールキー ([control])

ほかのキーと組みあわせることで、ショートカットキーとして操作する修飾キーの1つです。

### ④ シフトキー ([shift])

アルファベットの大文字を入力したり、ショートカットキーとして操作したりするときに使います。

### ⑤ キャプスロックキー

キャプスロックのオン/オフを切り替えます。キャプスロックをオンにすると、アルファベットを大文字で入力できます。

### ⑥ オプションキー ([option])

ほかのキーと組みあわせることで、ショートカットキーとして操作する修飾キーの1つです。

### ⑦ コマンドキー ([command] または [⌘])

ほかのキーと組みあわせることで、ショートカットキーとして操作する修飾キーの1つです。

### ⑧ 英数キー

文字の入力モードを「英数」に切り替えるキーです。

### ⑨ スペースキー ([space])

空白を入力するキーです。文字入力で、ひらがなを漢字に変換するときにも使用します。

### ⑩ かなキー

文字の入力モードを「かな」に切り替えるキーです。

### ⑪ メディアイジェクトキー

DVDドライブに挿入しているCDやDVDを取り出します。ノートブック型では、このキーの代わりに「パワーキー」が備わっています。

### ⑫ デリートキー ([del])

カーソルの前にある文字を削除します。

### ⑬ リターンキー ([return])

フォーカスしているボタンや候補などの項目を選択し、操作を確定します。文字入力中に押すと、次の行に改行します。

### ⑭ fn キー ([fn])

ほかのキーと組みあわせて使うことで、特殊なキーとして動作します。

## ■ ファンクションキーの機能

キーボード上部に並ぶファンクションキーには、押すことでMacの設定を変更したり、アプリケーションを操作したりといった役割が割り当てられています。[F1]から[F12]までの各ファンクションキーに割り当てられている役割は、キーに刻印されているアイコンを見て判別できます。ここではMacBook Airのキーボードを例に、各キーの名称と機能の概要を紹介します。



### ①② 画面の明るさを調整する

画面の明るさを変更します。[F1]を押すと画面の輝度が下がり、[F2]を押すと上がります。

### ③ Mission Controlを表示する

[F3]を押すとMission Control（116ページ参照）が表示され、再度押すと元の画面に戻ります。

### ④ Spotlightを表示する

[F4]を押すとSpotlight（96ページ参照）が表示され、再度押すと元の画面に戻ります。

### ⑤ 音声入力を行う

[F5]を押すと、音声入力（134ページ参照）が表示され、マイクに向かって話すことで文字を入力できます。

### ⑥ おやすみモードを起動する

[F6]を押すと集中モードがオンになります。集中モードをオンにすると、通知の表示を制限できます。再度押すと集中モードがオフになります。

### ⑦⑧⑨ 音楽・動画をコントロールする

曲やムービーの再生をコントロールします。[F7]を押すと先頭に戻り、[F8]で再生/一時停止、[F9]で次へスキップします。

### ⑩⑪⑫ 音量を調整する

Macの音量を調整します。[F10]を押すとミュートして無音にし、[F11]で音量を下げ、[F12]で音量を上げます。



# ファイルとフォルダについて理解する

ファイル

フォルダ

Finder

コンピュータ上で扱う個々のデータのことを「ファイル」と呼び、ファイルをまとめておくための入れものを「フォルダ」と呼びます。そして、ファイルやフォルダの閲覧・管理するためのアプリケーションが「Finder」です。

## ■ ファイル／フォルダとは

文書、画像、音楽など、個々のデータである「ファイル」は、その入れものとなる「フォルダ」に保存されます。フォルダの中にさらにフォルダを作成してファイルを分類・整理することもできます。



## ■ 起動ディスクのフォルダ構造

Macの動作を担う「macOS」がインストールされた「起動ディスク」には、システムの動作に必要な多くのファイルやフォルダが保存されています。通常は意識する必要のない起動ディスク内の階層ですが、Macの構造を理解するための最初のステップとして把握しておきましょう。



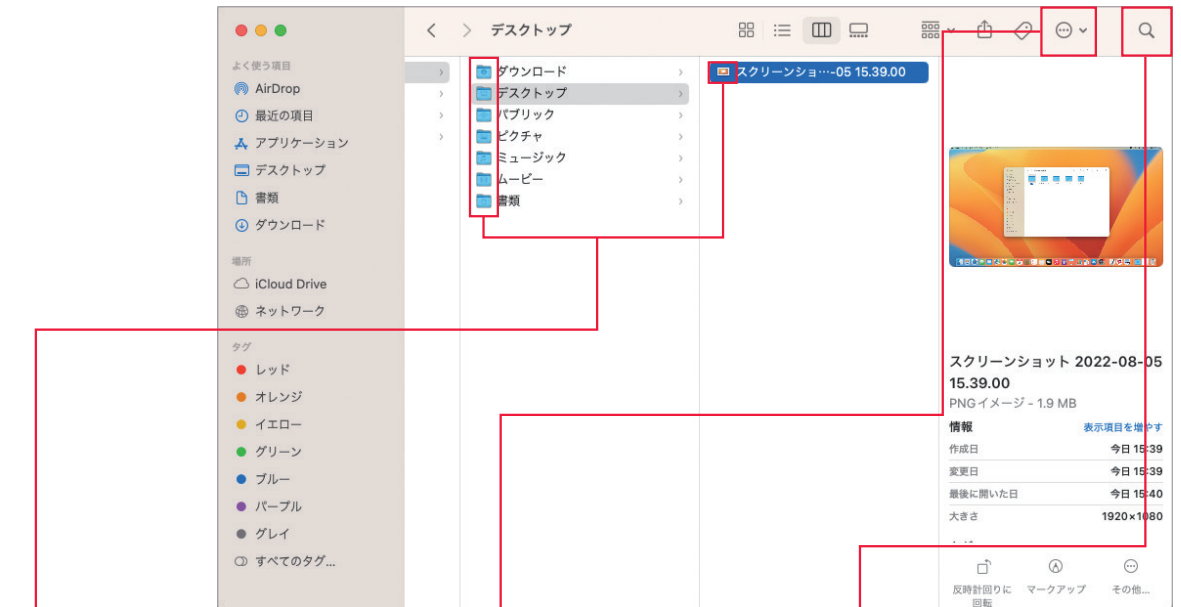
## ■ ホームフォルダのフォルダ構造

Macにははじめから用意されているフォルダのうち、ユーザがひんぱんに利用するのが、「ホームフォルダ」です。ホームフォルダには、ログインユーザ（32 ページ参照）の名前が付きます。ホームフォルダの中には、ファイルの種類や用途別に分類して保存するためのフォルダが用意されています。

|              |                                                                               |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 「ダウンロード」フォルダ | Safari(152 ページ参照)でダウンロードしたファイルや、「メール」アプリ(190 ページ参照)で受信したメールに添付されたファイルが保存されます。 |
| 「デスクトップ」フォルダ | デスクトップに置かれたファイルやフォルダが表示されます。                                                  |
| 「パブリック」フォルダ  | ファイル共有でほかのユーザからファイルを受け取るための「ドロッポボックス」フォルダがあります。                               |
| 「ピクチャ」フォルダ   | 「写真」アプリに取り込んだ写真や、Photo Booth で撮影した写真が保存されます。                                  |
| 「ミュージック」フォルダ | ミュージックに取り込んだ音楽や、App Store から入手した iOS 用アプリケーションが保存されます。                        |
| 「ムービー」フォルダ   | iMovie に取り込んだムービーや、作成したプロジェクトなどが保存されます。                                       |
| 「書類」フォルダ     | ワープロや表計算ソフトなどで作成した文書が保存されます。                                                  |

## ■ Finder とは

ウインドウを通して、ファイルやフォルダの閲覧、移動やコピー、削除を行うのが「Finder」の役割です。



### ● ファイル／フォルダを操作する

Finderでは、ファイルやフォルダがアイコンで表示されます。それぞれの名前の変更や移動、コピーなどの操作が可能です（70 ページ参照）。

### ● オプションを利用する

新規タブの作成や表示オプションの設定、並べ替えや整頓といった操作はここから行えます。

### ● ファイル／フォルダを探す

キーワードを入力して、ファイルやフォルダをすばやく見つけられます（98 ページ参照）。



# Finder ウィンドウを開く／閉じる

Finder ウィンドウ

「しまう」ボタン

「閉じる」ボタン

Finder上でフォルダの内容を表示するウィンドウを「Finder ウィンドウ」と呼びます。ここでは、Macでファイル操作の起点となるFinder ウィンドウの開き方と閉じ方と、Finder ウィンドウの各部名称を紹介します。

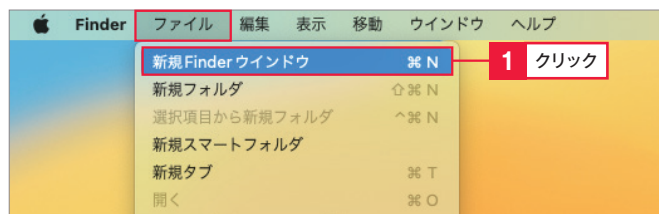
## Finder ウィンドウを開く

Finderの「ファイル」メニューからFinder ウィンドウを開けます。「ファイル」メニューは、Finderに限らずMacで動くほとんどのアプリケーションで新しいウィンドウを開くときに使うメニューです。頻繁に利用する操作なので、ショートカットを覚えておくと便利です。

### 「ファイル」メニューから新規Finder ウィンドウを開く

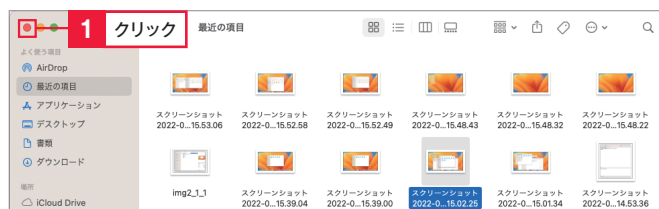
#### ①「ファイル」をクリックする

Finderのメニューバーで「ファイル」→「新規Finder ウィンドウ」をクリックします<sup>1</sup>。キーボードショートカットを使う場合は、Finderがアクティブになっていることを確認して、**command**を押しながら<sup>N</sup>を押します。



#### ② Finder ウィンドウが開く

Finder ウィンドウが開いて、「最近の項目」の内容が表示されました。Finderを閉じるには、ウィンドウ左上にある<sup>1</sup>をクリックします<sup>1</sup>。



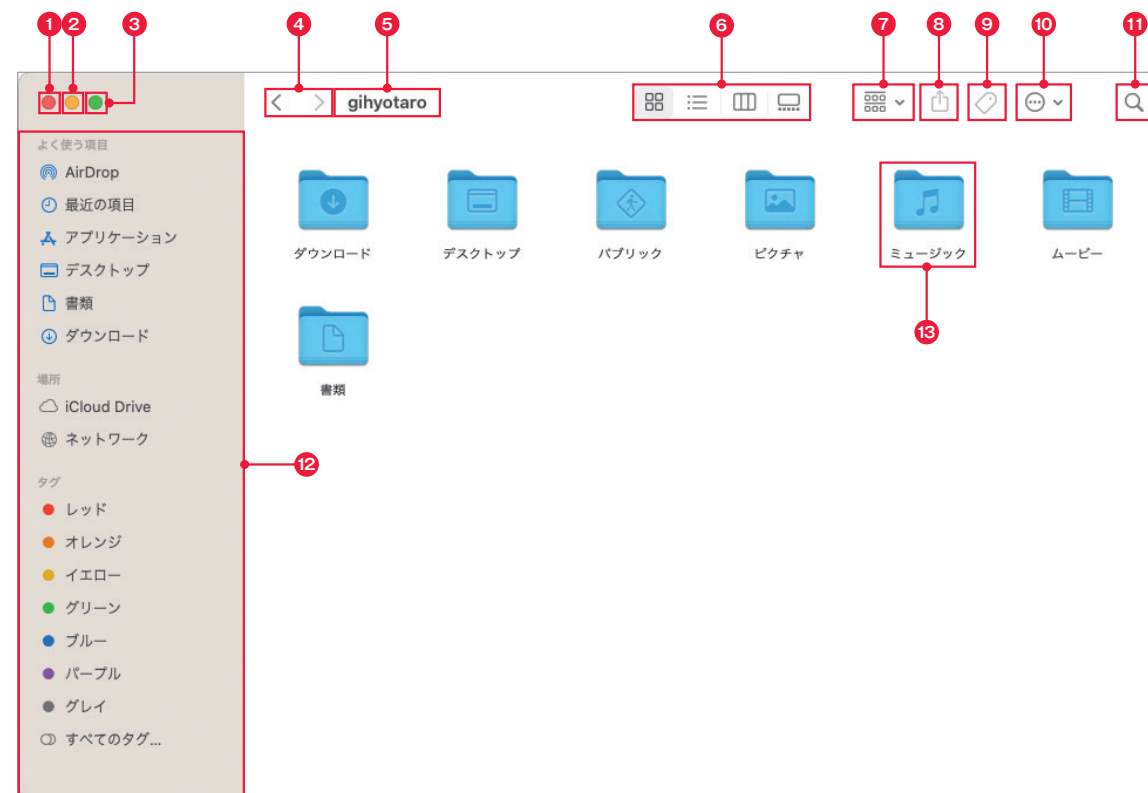
### Column

#### DockからFinderを開く

DockにあるFinderアイコンからFinderを開くこともできます。ほかのアプリケーションを操作中にDockの「Finder」をクリックすると、Finderがアクティブになります。また、アイコンを長押しすると表示されるメニューで「新規Finder ウィンドウ」をクリックして<sup>1</sup>、Finder ウィンドウを開くこともできます。



## Finder ウィンドウの各部名称



#### ① 閉じる

ウィンドウを閉じるボタンです。



#### ② しまう

ウィンドウを最小化し、Dockにしまうボタンです。



#### ③ 表示モード切り替え

ウィンドウをフルスクリーンで表示するボタンです。



#### ④ 進む／戻る

ウィンドウを表示履歴を行き来するボタンです。



#### ⑤ タイトルバー

現在開いているフォルダの名前が表示されます。ダブルクリックでウィンドウを拡大／縮小できます。



#### ⑥ 表示形式の切り替え

ウィンドウの表示形式を変更するボタンです（58ページ参照）。



#### ⑦ 並べ替え

ウィンドウ内のアイコンを並べ替えるためのメニューを表示するボタンです（60ページ参照）。



#### ⑧ 共有

選択したファイルをメールに添付したり、SNS で共有するためのメニューを表示するボタンです。



#### ⑨ タグ

選択したファイルやフォルダにタグを付けるボタンです（92ページ参照）。



#### ⑩ アクション

状況に応じたメニューを表示するボタンです。



#### ⑪ 検索ボックス

ファイルやフォルダを検索するためのキーワードを入力する領域です（98ページ参照）。

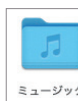


#### ⑫ サイドバー

よく使うファイルやフォルダを登録しておくことができます（64ページ参照）。

#### ⑬ アイコン

ファイルやフォルダを表すアイコンです。ダブルクリックすると、その中身を表示できます。





# ファイルを保存してアプリケーションを終了する

保存

別名で保存

ファイルを開く

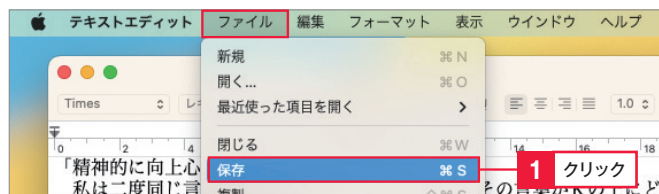
アプリケーションで文書を作成したら、ファイルとして保存します。ファイルとして保存することで、ほかの人に受け渡したり、あとで続きの作業をするといったことが可能になります。

## ■ ファイルを保存する

アプリケーションがフリーズして、途中まで作った文書が消えてしまった。こうした事態を招かないためにも、ファイルはこまめに保存しておきましょう。ここでは「テキストエディット」を例に、作成した文書を保存する手順を紹介します。

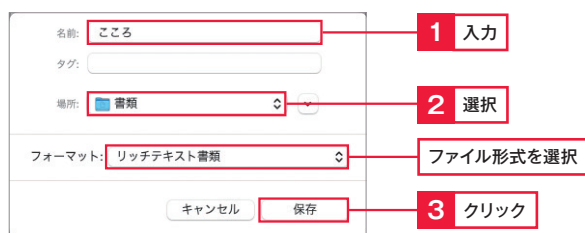
### ① メニューをクリックする

保存したいファイルを表示した状態で、メニューバーで「ファイル」→「保存」をクリックします**1**。



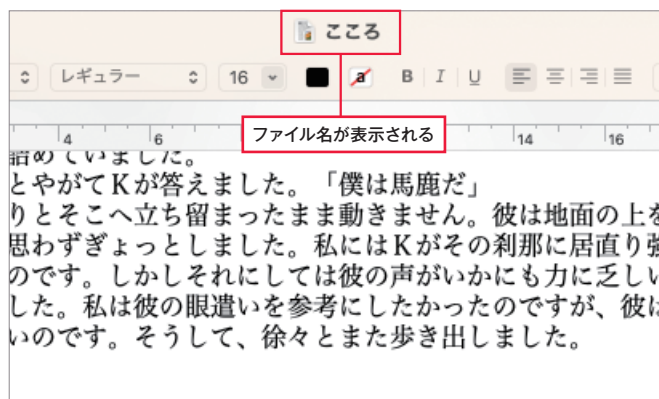
### ② ファイル名を入力する

「名前」にファイル名を入力し**1**、「場所」で保存先を設定します**2**。「フォーマット」からファイル形式を選択することも可能です。設定が完了したら、「保存」をクリックします**3**。



### ③ ファイルが保存される

指定した場所にファイルが保存されます。一度ファイルとして保存すると、タイトルバーにファイル名が表示されます。



## MEMO

#### 保存後の変更を反映する

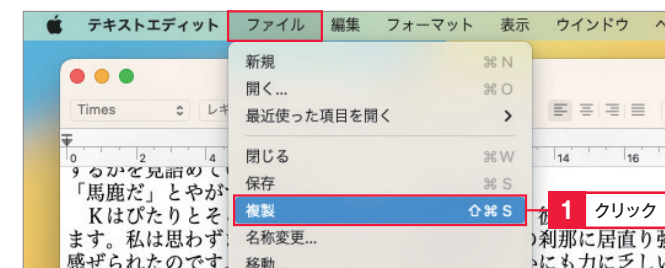
保存後に加えた変更を保存済みのファイルに反映するには、「上書き保存」を行います。上書き保存するには、メニューバーで「ファイル」をクリックし、「保存」もしくは「上書き保存」をクリックします。メニュー項目の表記は、アプリケーションによって異なります。

## ■ ファイルを複製する

一部を修正した文書を、新しいファイルとして保存したい場合は「複製」を実行します。複製した書類を編集して保存しても、元のファイルには編集内容は反映されません。

### ① メニューをクリックする

保存済みの文書を別のファイルとして保存するには、メニューバーで「ファイル」→「複製」**1**をクリックします。



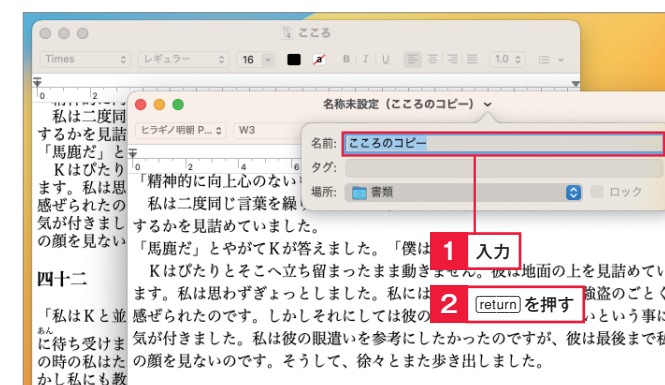
### ② 複製のウィンドウが表示される

元の文書が複製され、別ウィンドウで表示されます。新しいファイル名を入力して**1**、**return**を押します**2**。

## MEMO

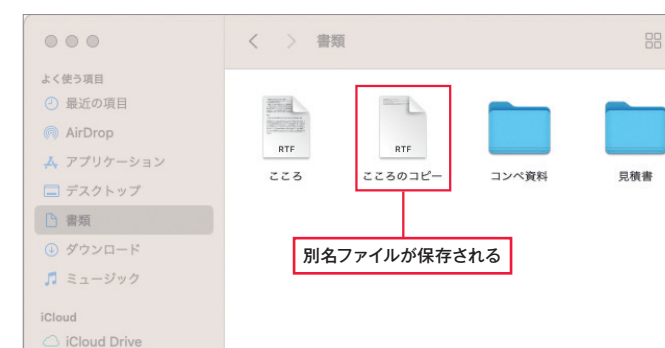
#### 別名で保存する

アプリケーションの中には、メニュー項目に「複製」がないものもあります。その場合は、メニューバーで「ファイル」→「別名で保存」をクリックします。名前と場所を指定して、別ファイルとして保存します。



### ③ 複製が保存される

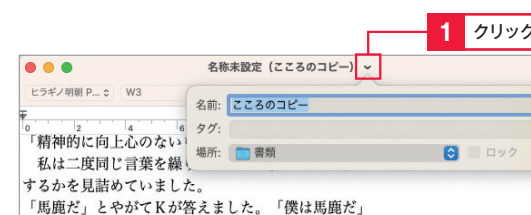
元のファイルと同じ場所に、複製した文書が別名のファイルとして保存されます。



## Column

### 複製を別の場所に保存する

複製を別の場所に保存する場合は、ファイル名の右側に表示される▼をクリックして**1**、名前と場所を指定したあと**return**を押します。

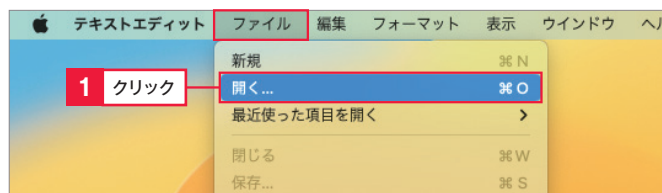


## ■ ファイルを開く

保存したファイルをアプリケーションから開くには、メニューバーで「ファイル」→「開く」をクリックします。Finderウィンドウでファイルをダブルクリックすることでも、ファイルは開けます。

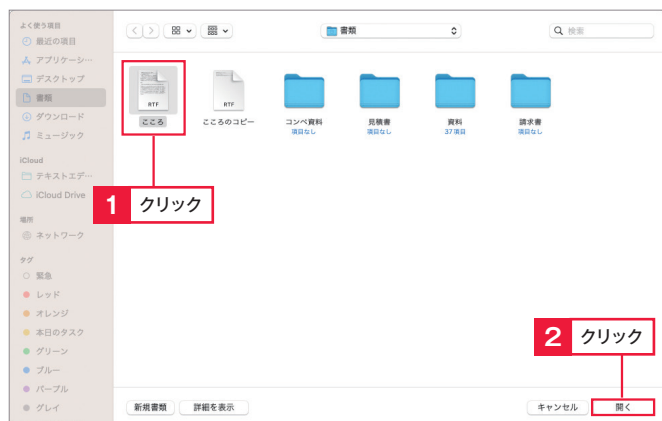
### ① メニューをクリックする

ファイルを開きたいアプリケーション（ここでは「テキストエディット」）を起動し、メニューバーで「ファイル」→「開く」をクリックします<sup>1</sup>。



### ② 開くファイルを選択する

「開く」ダイアログボックスが表示されます。目的のファイルをクリックし<sup>1</sup>、「開く」をクリックします<sup>2</sup>。



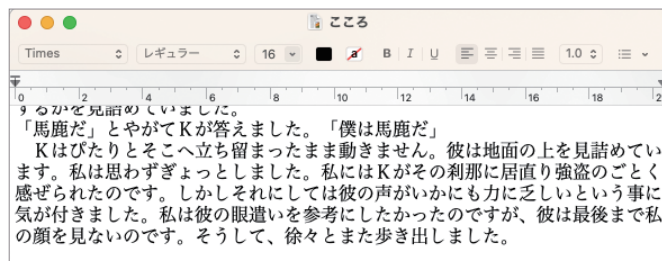
#### MEMO

##### 別名で保存する

アプリケーションの中には、メニュー項目に「複製」がないものもあります。その場合は、メニューバーで「ファイル」→「別名で保存」をクリックします。名前と場所を指定して、別ファイルとして保存します。

### ③ ファイルが開く

ファイルが開き、文書の内容がウィンドウに表示されます。



#### Column

##### ほかのアプリケーションで開く

作成したファイルを別のアプリケーションで開いて編集したい場合は、**(control)**を押しながらファイルをクリックします<sup>1</sup>。「このアプリケーションで開く」のメニューをクリックし<sup>2</sup>、目的のアプリケーションをクリックします<sup>3</sup>。



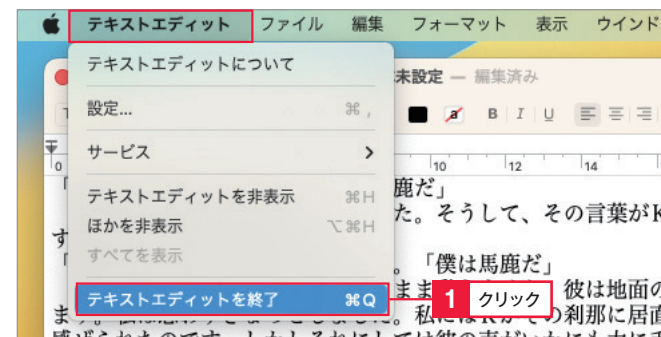
## ■ アプリケーションを終了する

アプリケーションでの作業が完了したら、アプリケーションを終了します。文書を保存していない状態で終了しようとする、保存、または上書き保存を促されます。

アプリケーションは、起動させたままにしておくと画面をウィンドウで占有するだけでなく、Macに搭載されたメモリも消費します。多くのアプリケーションを同時に起動させている状態では、メモリの消費も大きくなり、Macの動作が重くなることもあります。必要のないアプリケーションはなるべく終了させるようにしましょう。

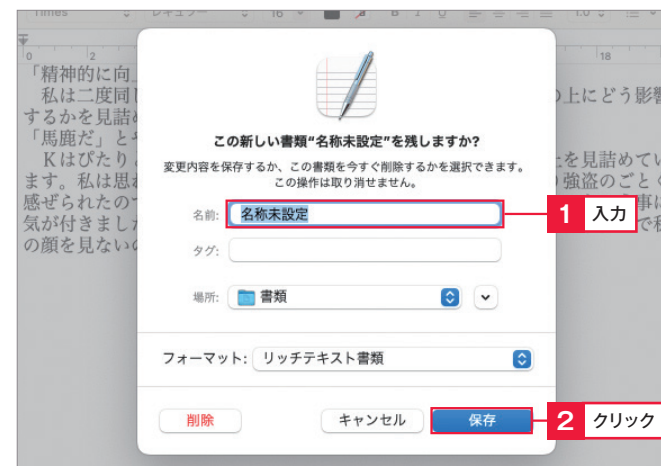
### ① メニューをクリックする

終了したいアプリケーションのウィンドウを選択し、メニューバーで「○○（アプリケーション名）」→「○○を終了」をクリックします<sup>1</sup>。



### ② 保存ダイアログボックスが表示される

文書を保存していない場合は、保存ダイアログボックスが表示されます。142ページと同様の手順でファイル名などを入力し<sup>1</sup>、「保存」をクリックします<sup>2</sup>。アプリケーションが終了して、ウィンドウが消えます。



#### Column

##### Dockから終了する

アプリケーションはメニューバーだけでなく、Dockから終了させることもできます。Dockから終了させるには、終了させるアプリケーションのアイコンを**(control)**を押しながらクリックし<sup>1</sup>、「終了」をクリックします<sup>2</sup>。

