

ThinkPad T14 Gen 4/P14s Gen 4/T16 Gen 2/P16s
Gen 2

ユーザー・ガイド

Lenovo
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 5 版 (2024 年 12 月)

© Copyright Lenovo 2023, 2024.

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 ノートブックについて	iii
-----------------------------	-----

第 1 章 . コンピューターを見る	1
------------------------------	---

前面	1
側面	5
底面	8
背面	10
機能および仕様	11
USB 仕様	12

第 2 章 . コンピューターを初めて使う	13
---------------------------------	----

ネットワークへのアクセス	13
Wi-Fi ネットワークへの接続	13
有線イーサネットへの接続	13
セルラー・ネットワークへの接続 (一部のモデル)	14
「機内モード」をオンにする	14
コンピューターとのやり取り	15
キーボード・ショートカットの使用	15
TrackPoint ポインティング・デバイスの使用	16
トラックパッドの使用	18
タッチ・スクリーンの使用 (一部のモデル)	19
外付けモニターへの接続	21

第 3 章 . コンピューターの探索	23
------------------------------	----

Lenovo アプリ	23
Lenovo Commercial Vantage	23
Lenovo View (一部のモデル)	23
色調整 (一部のモデル)	25
インテリジェント・クーリング (ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad T16 Gen 2 の Intel モデル)	26
インテリジェント・クーリング機能 (ThinkPad P14s Gen 4 および ThinkPad P16s Gen 2 の Intel モデル)	27
インテリジェント・クーリング (AMD モデル)	28
ラップトップ冷却/静音機能の使用 (ThinkPad P14s Gen 4 および ThinkPad P16s Gen 2 のみ)	30
電源の管理	30
バッテリー状況のチェック	30
コンピューターの充電	30
電源設定の変更	32
データの転送	32
Bluetooth 接続の設定	33
NFC 接続の設定	33
スマート・カードの使用 (一部のモデル)	33

RFID 機能の使用 (ThinkPad T14 Gen 4 の一部の Intel モデル)	34
付属品	34
アクセサリの購入	34

第 4 章 . コンピューターと情報を保護する	35
-----------------------------------	----

コンピューターのロック	35
指紋認証でログインする (一部のモデル)	35
顔 ID を使用してログインする (一部のモデル)	36
退席時にロック機能 (一部のモデル)	36
UEFI BIOS から設定を変更する	36
Vantage アプリから設定を変更する	36
プライバシーの保護 (一部のモデル)	37
電源断からデータを保護する (一部のモデル)	37
UEFI BIOS パスワード	37
パスワードの種類	37
パスワードの設定、変更、削除	39
指紋をパスワードに関連付ける (一部のモデル)	40

第 5 章 . 詳細設定の構成	41
---------------------------	----

UEFI BIOS	41
UEFI BIOS メニューを開く	41
UEFI BIOS インターフェース内を移動する	41
システム日付とシステム時刻の設定	41
起動デバイスの変更	41
UEFI BIOS イベント・ログの表示	42
セキュリティー・チップの切り替え (AMD モデルのみ)	43
メモリー再トレーニングの検出 (Intel モデルのみ)	43
BIOS Defaults のカスタマイズ	43
工場出荷時の状態へのシステムのリセット	44
UEFI BIOS のリカバリー	44
UEFI BIOS の更新	45
クラウドのベアメタル・リカバリー (一部のモデル)	45
Windows オペレーティング・システムおよびドライバのインストール	46

第 6 章 . CRU 交換部品	49
----------------------------	----

CRU リスト	49
高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする	49
CRU の交換	50
ベース・カバー・アセンブリー	50
キーボード	53

ワイヤレス WAN モジュールおよびブラケット (一部のモデル)	58	ビープ音が鳴るエラー	68
メモリー・モジュール (Intel モデルのみ)	59	Lenovo Memory Self Repair (Intel モデルのみ)	68
M.2 ソリッド・ステート・ドライブおよび M.2 ソリッド・ステート・ドライブ・ブラケット (Intel モデルのみ).	60	自己ヘルプ・リソース	70
M.2 ソリッド・ステート・ドライブおよび M.2 ソリッド・ステート・ドライブ・ブラケット (AMD モデルのみ)	62	Windows ラベル	71
第 7 章 . サービスとサポート	65	電話によるサポート	71
よくある質問と答え	65	Lenovo に電話をかける前に	71
エラー・メッセージ	67	Lenovo スマートセンター	72
		有償サービスの購入	73
		付録 A. 規制情報	75
		付録 B. 特記事項および商標	81

Lenovo ノートブックについて

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

ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4



項目	説明	項目	説明
	マイクホン		赤外線カメラ/カメラ
	Web カメラ・プライバシー・シャッター		タッチ・スクリーン
	電源ボタン/指紋センサー付き電源ボタン		TrackPoint® ポインティング・スティック
	RFID ラベル		NFC (近距離通信) マーク

項目	説明	項目	説明
	トラックパッド		TrackPoint ボタン
	スピーカー		

* 一部のモデル

¹ ThinkPad T14 Gen 4 の一部の Intel モデル

ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2



項目	説明	項目	説明
	マイクホン		赤外線カメラ/カメラ
	Web カメラ・プライバシー・シャッター		タッチ・スクリーン
	電源ボタン/指紋センサー付き電源ボタン		TrackPoint® ポインティング・スティック
	NFC (近距離通信) マーク		トラックパッド
	TrackPoint ボタン		スピーカー

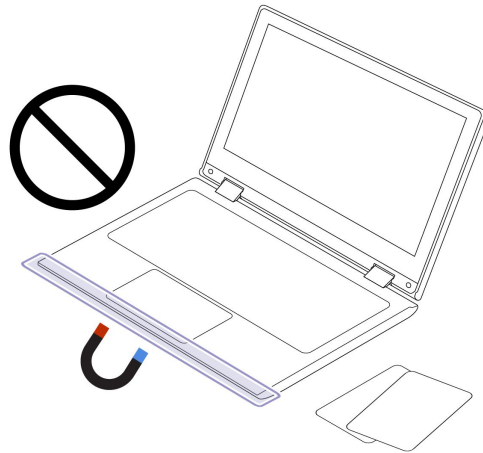


Web カメラ・プライバシー・シャッター

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。

重要情報

お使いのコンピューターには磁石が含まれています。クレジットカードなど、磁石の影響を受ける可能性のあるデバイスや物体から安全な距離を保ってください。

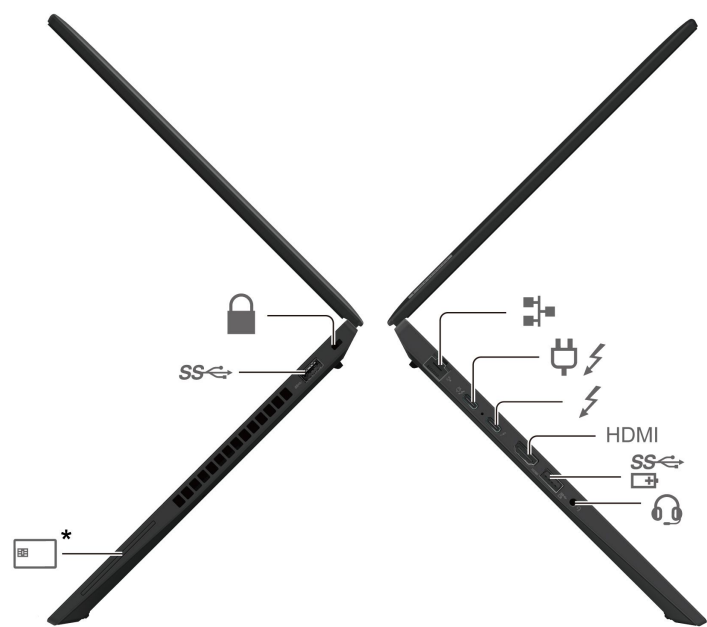


関連トピック

- 16 ページの「TrackPoint ポインティング・デバイスの使用」
- 18 ページの「トラックパッドの使用」
- 19 ページの「タッチ・スクリーンの使用 (一部のモデル)」
- 33 ページの「NFC 接続の設定」
- 34 ページの「RFID 機能の使用 (ThinkPad T14 Gen 4 の一部の Intel モデル)」
- 35 ページの「指紋認証でログインする (一部のモデル)」
- 36 ページの「顔 ID を使用してログインする (一部のモデル)」
- 37 ページの「プライバシーの保護 (一部のモデル)」

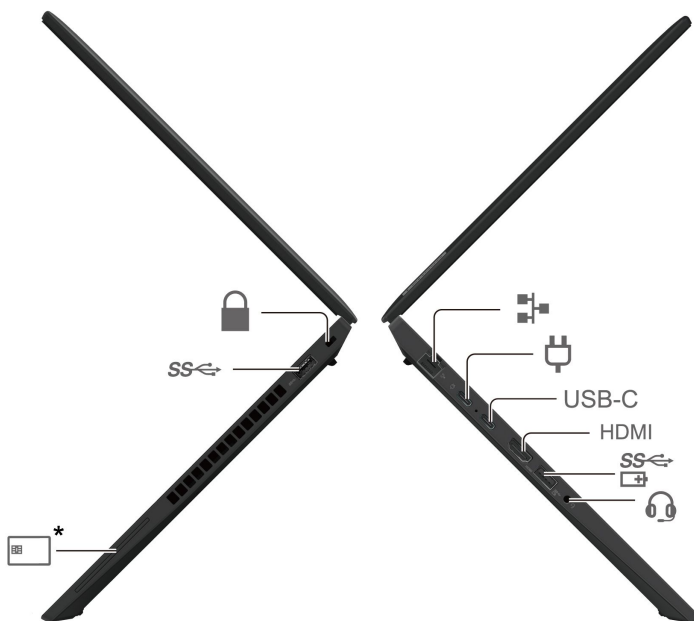
側面

Intel モデル



項目	説明	項目	説明
	イーサネット・コネクタ		USB-C® (Thunderbolt™ 4) 電源コネクタ
	USB-C (Thunderbolt 4) コネクタ	HDMI	HDMI™ コネクタ
	Always On USB-A 3.2 Gen 1 コネクタ		オーディオ・コネクタ
 *	スマート・カード・スロット		USB-A 3.2 Gen 1 コネクタ
	セキュリティー・ロック・スロット		

AMD モデル



項目	説明	項目	説明
	イーサネット・コネクタ		USB-C (USB 4) 電源コネクタ
USB-C	USB-C (3.2 Gen 2) コネクタ	HDMI	HDMI コネクタ
	Always On USB-A 3.2 Gen 1 コネクタ		オーディオ・コネクタ
	スマート・カード・スロット		USB-A 3.2 Gen 1 コネクタ
	セキュリティー・ロック・スロット		

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ことがあります。

USB デバイス	データ・レート (ギガビット/秒)
3.2 Gen 1	5
3.2 Gen 2	10
3.2 Gen 2 × 2	20

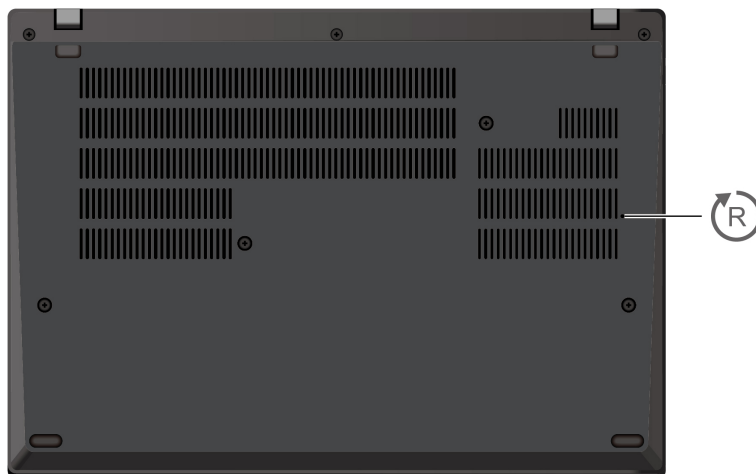
USB デバイス	データ・レート (ギガビット/秒)
4 Gen 2 × 2	20
4 Gen 3 × 2	40
Thunderbolt 3	40
Thunderbolt 4	40

関連トピック

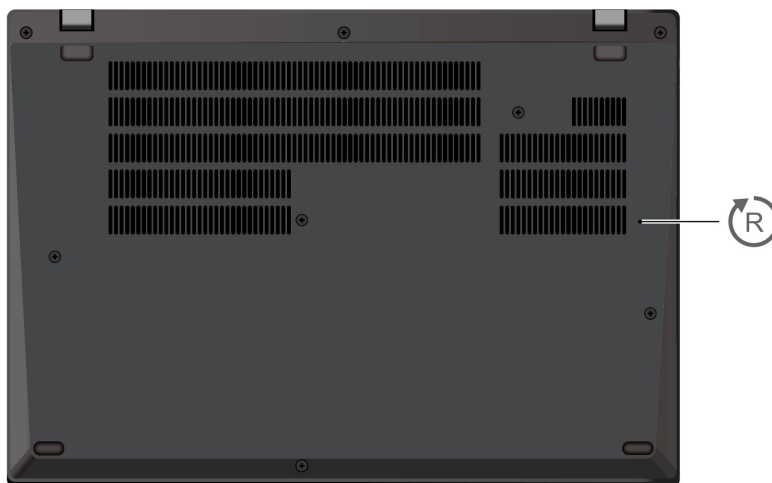
- 12 ページの「USB 仕様」
- 21 ページの「外付けモニターへの接続」
- 30 ページの「コンピューターの充電」
- 33 ページの「スマート・カードの使用 (一部のモデル)」
- 35 ページの「コンピューターのロック」

底面

ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4



ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2



緊急用リセット・ホール

コンピューターが応答しなくなり電源ボタンを押してもオフにできない場合は、コンピューターをリセットします。

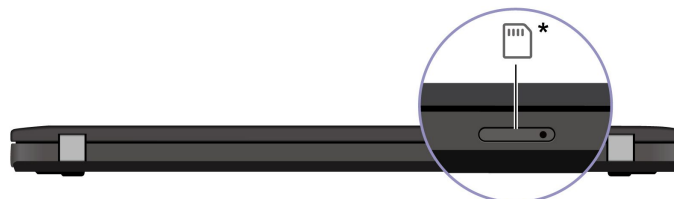
1. コンピューターを AC 電源から切り離します。
2. 真直ぐにしたクリップを穴に挿入して、電源を一時的に切断します。
3. コンピューターを AC 電源に接続し、コンピューターの電源をオンにします。

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。

背面



Nano-SIM カード・トレイ

関連トピック

- 14 ページの「セルラー・ネットワークへの接続 (一部のモデル)」

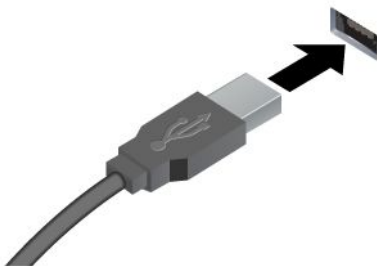
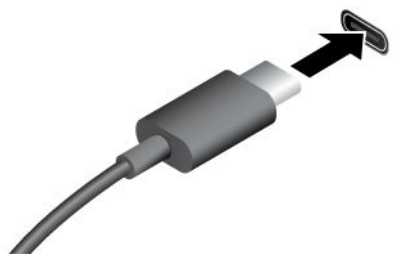
機能および仕様

仕様	説明
メモリー	- Intel モデルの場合: - ダブル・データ・レート 4 (DDR4) SODIMM (Small Outline Dual Inline Memory Module)、最大 32 GB - ボードにはんだ付けされた DDR4、8 GB - DDR5 SODIMM、最大 32 GB - ボードにはんだ付けされた DDR5、最大 16 GB - ボードにはんだ付けされた Low Power DDR5X、最大 64 GB - AMD モデルの場合: - ボードにはんだ付けされた Low Power DDR5、最大 8 GB - ボードにはんだ付けされた Low Power DDR5X、最大 64 GB
ストレージ・デバイス	スロット 1 つ、2280 M.2 ソリッド・ステート・ドライブ、最大 2 TB
オーディオ	- Dolby Audio™ Premium - Dolby Voice®
ディスプレイ	- 有機発光ダイオード (OLED) ディスプレイまたは In-Plane Switching (IPS) 採用 カラー・ディスプレイ (IPS) テクノロジー - ディスプレイ比: 16:10 - ディスプレイの解像度: - ThinkPad T14 Gen 4 / ThinkPad P14s Gen 4: 1920 x 1200 ピクセル、2240 x 1400 ピクセル、または 2880 x 1800 ピクセル - ThinkPad T16 Gen 2 / ThinkPad P16s Gen 2: 1920 x 1200 ピクセル、または 3840 x 2400 ピクセル - マルチタッチ・テクノロジー* - TUV Eye Safe 認証*
セキュリティー機構	- 顔認証* - 人検出* - 指紋センサー* (電源ボタンに内蔵) - Lenovo View プライバシー・ガード* - Lenovo View プライバシー・アラート* - ePrivacy パネル* (ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4 の一部のモデル) - TPM (Trusted Platform Module)*
ワイヤレス機能	- Bluetooth - RFID 機能 (ThinkPad T14 Gen 4 の一部の Intel モデル) - NFC* - GPS* (ワイヤレス WAN モデル) - ワイヤレス LAN - ワイヤレス WAN* (4G) 注: 4G 携帯電話サービスは、一部の国または地域の正規のモバイル・サービス・キャリアによって提供されます。セルラー携帯電話のネットワークに接続するには、サービス・キャリアから携帯電話プランを入手する必要があります。携帯電話データ・プランは、場所によって異なる場合があります。

* 一部のモデル

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 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-A 3.2 Gen 1 コネクタ	
	- 出力電圧 5 V および出力電流 1.5 A の USB-C 対応デバイスに充電します。 - 外付けモニターへの接続: - USB-C - VGA: 最大 1920 x 1200 ピクセル、60 Hz - USB-C - DP: 最大 5120 x 3200 ピクセル、60 Hz - 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-C (Thunderbolt 4) コネクタ (Intel モデル) • USB-C (USB 4) コネクタ (AMD モデル) • USB-C (3.2 Gen 2) コネクタ (AMD モデル)	

第 2 章 コンピューターを初めて使う

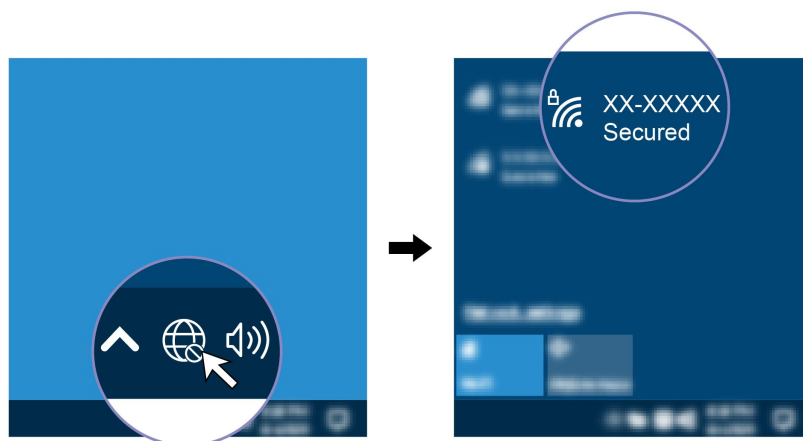
ネットワークへのアクセス

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。

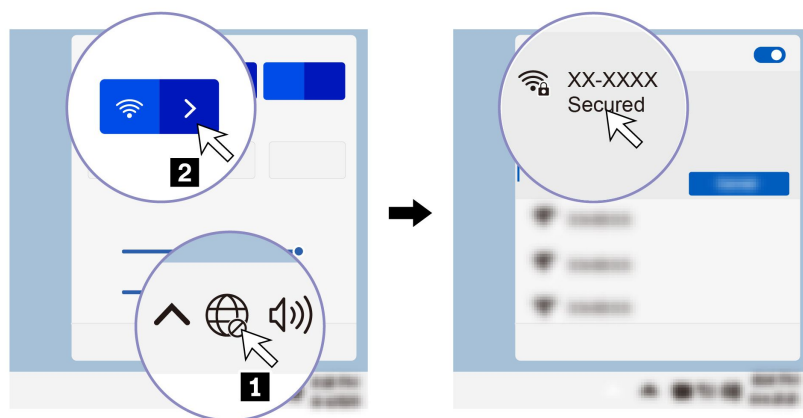
Wi-Fi ネットワークへの接続

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。

- Windows 10 搭載モデルの場合:

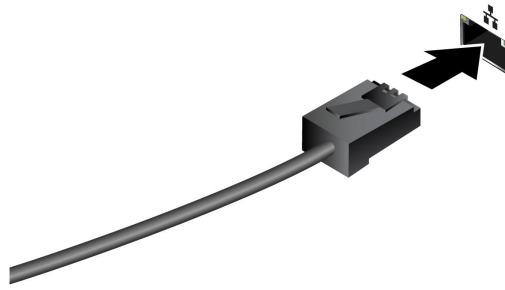


- Windows 11 搭載モデルの場合:



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。



セルラー・ネットワークへの接続 (一部のモデル)

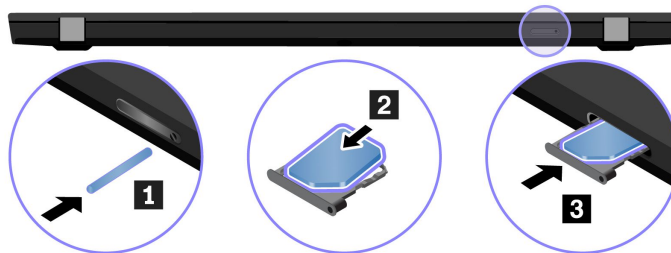
4G 携帯電話のデータ・ネットワークに接続するには、ワイヤレス広域ネットワーク (WWAN) モジュールおよび nano-SIM カードが取り付けられている必要があります。nano-SIM カードは、国または地域によっては、ご使用のコンピューターに取り付けられている場合があります。nano-SIM が出荷されていない場合は、認定サービス・キャリアから購入する必要があります。

注：

- モデルによっては、コンピューターに WWAN モジュールが取り付けられていないことがあります。
- 4G 携帯電話サービスは、一部の国または地域の正規のモバイル・サービス・キャリアによって提供されます。セルラー携帯電話のネットワークに接続するには、サービス・キャリアから携帯電話プランを入手する必要があります。携帯電話データ・プランは、場所によって異なる場合があります。
- ネットワーク接続速度は、場所、環境、ネットワークの状態、およびその他の要因によっても異なる場合があります。

携帯電話の接続を確立するには：

1. コンピューターの電源をオフにします。
2. nano-SIM カード・トレイの穴に、まっすぐに伸ばしたペーパー・クリップを差し込みます。トレイがイジェクトされます。図のように nano-SIM カードを取り付け、トレイを nano-SIM カード・スロットへ挿入します。カードの方向に注意して、正しくしっかりと装着されていることを確認してください。



3. コンピューターの電源をオンにします。
4. ネットワーク・アイコンをクリックし、リストから携帯電話ネットワーク・アイコン  を選択します。必要な情報を入力します。

「機内モード」をオンにする

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 Search ボックスに、**Airplane mode** と入力し、Enter キーを押します。
2. 「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。

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。

 <https://support.lenovo.com/us/en/videos/vid500145>

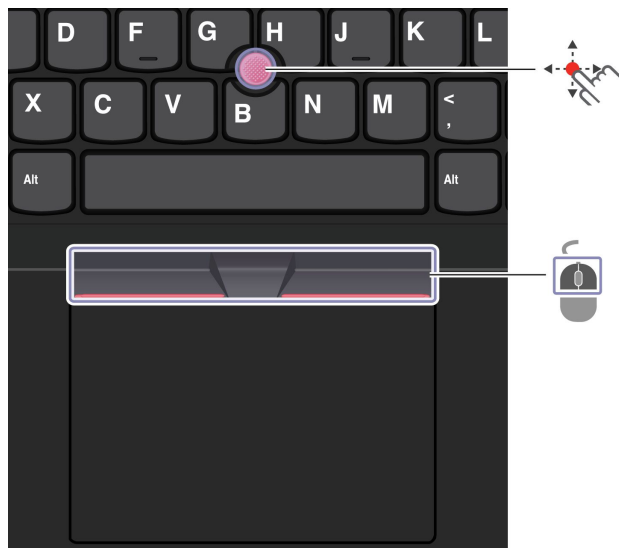
キー / キーの組み合わせ	機能
 + 	各キーまたは F1-F12 ファンクション・キーの標準機能でアイコンとして印刷された、特殊機能呼び出します。 FnLock インジケーターオン: 標準機能 FnLock インジケーターオフ: 特殊機能
	スピーカーを有効/無効にする
	音量を下げる
	音量を上げる
	マイクロホンの有効/無効にする
	ディスプレイを暗くする
	ディスプレイを明るくする
	外付けディスプレイの管理
	機内モードを有効または無効にする
	通知センターを開く
	Microsoft Teams® の着信に応答します
	Microsoft Teams の着信を拒否します
	Vantage アプリでこのキーの機能をカスタマイズできます
 + 	拡大鏡を開く
 + 	電卓を開く (ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2 のみ)

キー / キーの組み合わせ	機能
 + 	スリープ状態の開始 (ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2 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
 + 	システム情報ウィンドウを開く (ThinkPad P14s Gen 4 AMD および ThinkPad P16s Gen 2 AMD のみ)
 + 	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(これ以降「赤いキャップ」と呼びます)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 3 つのボタン

TrackPoint の左ボタンと TrackPoint の右ボタンは、従来のマウスの左と右のボタンに対応しています。TrackPoint 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。

Ctrl+TrackPoint の中央ボタン+TrackPoint ポインティング・スティックを同時に押して、ズームインまたはズームアウトします。

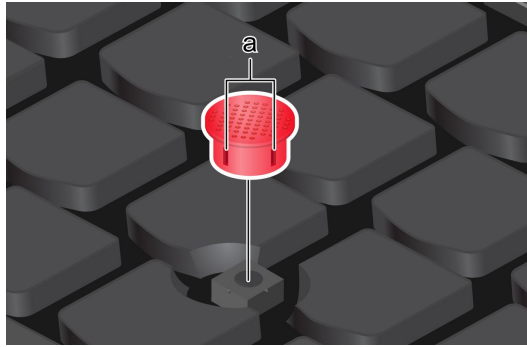
TrackPoint ポインティング・デバイスを無効にする

TrackPoint ポインティング・デバイスはデフォルトでは有効です。デバイスを無効にするには:

1. Windows Search ボックスに「マウス設定」と入力し、Enter キーを押します。
2. 「TrackPoint 設定」をクリックし、画面上の手順に従って設定を変更します。

ポインティング・スティック・ノンスリップ・キャップを交換する

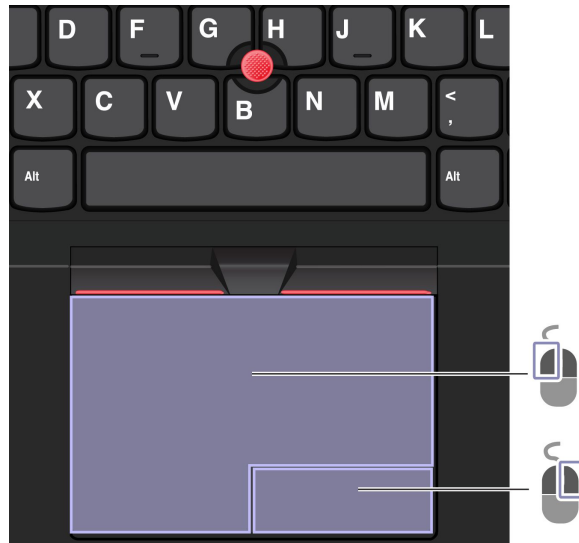
注: 新しいキャップに溝 **a** が付いていることを確認します。



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。

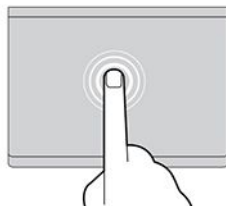
トラックパッドの使用



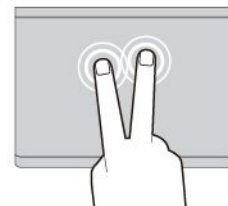
項目	説明	項目	説明
	左クリック・ゾーン		右クリック・ゾーン

タッチ・ジェスチャーを使用する

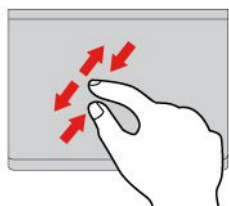
イラストと説明



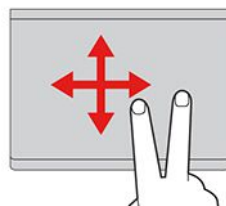
イラストと説明



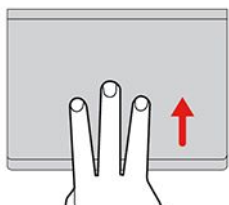
項目を選択したり開いたりするには、1回タップします。



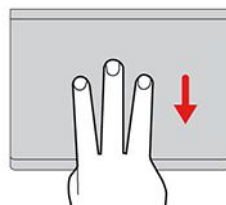
すばやく2回タップしてショートカット・メニューを表示します。



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、デフォルトで有効になっています。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」→「Bluetooth とデバイス」→「タッチパッド」の順に選択します。
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。

タッチ・スクリーンの使用 (一部のモデル)

ご使用のコンピューターのディスプレイがマルチタッチ機能をサポートしている場合、簡単なタッチ・ジェスチャーで画面を移動できます。その他のタッチ・ジェスチャーについては、<https://support.microsoft.com/windows> を参照してください。

注：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ない場合があります。

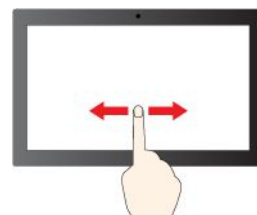
イラストと説明



シングル・クリックするには、1回タップ



ダブルクリックするには、2回タップ

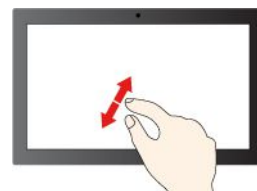


右クリックするには、タップしたままにする

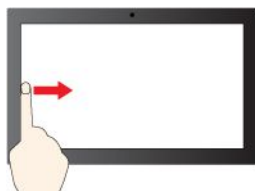
項目をスクロールするには、スライドする



ズームアウト



ズームイン

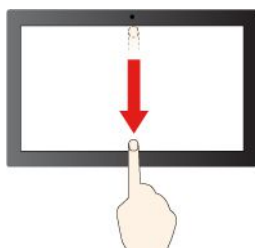
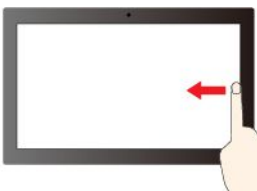


左からスワイプ: 開いているすべてのウィンドウを表示する (Windows 10)

右からスワイプ: アクションセンターを開く (Windows 10)

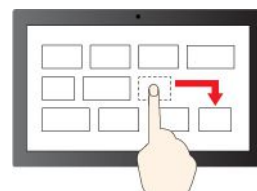
左からスワイプ: ウィジェットパネルを開く (Windows 11)

右からスワイプ: 通知センターを開く (Windows 11)



下方向に短くスワイプ: タイトル・バーを表示します

下方向にスワイプ: 現在のアプリを閉じます



ドラッグ

保守のヒント:

- タッチ・スクリーンのクリーニングの前に電源をオフにしてください。

- 乾いた、柔らかい糸くずの出ない布または脱脂綿を使用して、タッチ・スクリーンから指紋やほこりを取り除いてください。布に溶剤を塗布しないでください。
- タッチ・スクリーンはプラスチック・フィルムでカバーされたガラス・パネルです。画面に圧力を加えたり、金属製の物を置いたりしないでください。タッチ・パネルの損傷や誤動作の原因となることがあります。
- 画面上の入力には爪、手袋をはめた指、または無生物は使用しないでください。
- 指で触れたポイントと画面上の実際の位置のずれを回避するために、指による入力の精度を定期的に修正してください。

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。

有線ディスプレイに接続する

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」を選択します。次に、画面の指示に従って外付けディスプレイを検出します。



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 (Thunderbolt 4) コネクタ (Intel モデル)	最大 5K / 60 Hz
USB-C (USB 4) コネクタ (AMD モデル)	最大 5K / 60 Hz
USB-C (3.2 Gen 2) コネクタ (AMD モデル)	最大 5K / 60 Hz
HDMI™ コネクタ	最大 4K / 60 Hz

注：60 Hz を超えるリフレッシュ・レートもサポートされます。リフレッシュ・レートを 60 Hz より高く設定すると、最大解像度が制限される場合があります。

- Intel モデルでは、HDMI コネクタは HDMI 2.0 規格をサポートしています。互換性のあるデジタル・オーディオ・デバイスまたは HDTV などのビデオ・モニターを接続します。
- AMD モデルでは、HDMI コネクタは HDMI 2.0 規格をデフォルトでサポートしています。認定された HDMI 2.0 ケーブルを使用して、外付けモニターをコンピューターに接続します。HDMI 1.4 ケーブルを

使用すると、外付けモニターが動作しない場合があります。UEFI BIOS メニューで、HDMI コネクターの HDMI 規格を 2.0 から 1.4 に変更するには、次の手順を実行します。

1. UEFI BIOS メニューに入るには、41 ページの「UEFI BIOS メニューを開く」を参照してください。
2. 「Config」メニューで「HDMI Mode Select」を構成します。

ワイヤレス・ディスプレイに接続する

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。

Windows ロゴ・キー + K キーを押して、接続するワイヤレス・ディスプレイを選択します。

表示モードを設定する

 または  +  を押して、お好みの表示モードを選択します。

ディスプレイの設定を変更する

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、お好みのディスプレイ設定に変更します。

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

Lenovo アプリ

ここでは、Vantage およびその他のアプリについて説明します。

Lenovo Commercial Vantage

Lenovo Commercial Vantage アプリ (これ以降、「Vantage アプリ」と呼びます) 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。

Vantage アプリにアクセスするには、Windows Search ボックスに **Lenovo Commercial Vantage** と入力します。

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。必ず最新バージョンの Vantage アプリを使用し、Windows Update を適用して最新の更新を入手します。

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。
- キーボード、スクリーン、トラックパッド、および TrackPoint ポインティング・デバイスを一時的に無効にしてクリーニングすることができます。

Lenovo View (一部のモデル)

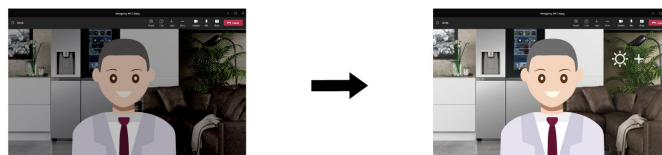
Lenovo View は、カメラの品質を向上させるアプリで、一部の主要なビデオ通話アプリにコラボレーション機能を提供します。

Lenovo View にアクセス

Windows Search ボックスに、**Lenovo View** と入力し、Enter キーを押します。

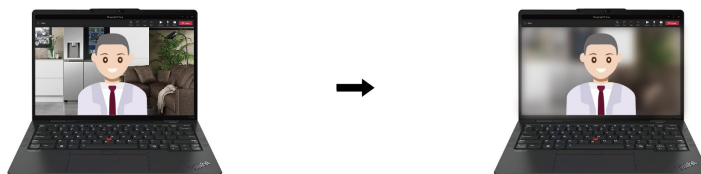
主な機能の説明

- **ビデオ・エンハンサー**: 関連するカメラ・パラメーター (光、輝度、カラー) を調整し、ノイズを軽減してビデオ通話の操作性を改善します。

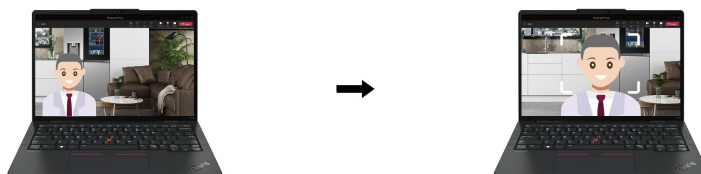


- コラボレーション

- 背景の削除: ビデオ通話中は背景を隠して、フォーカスを維持します。

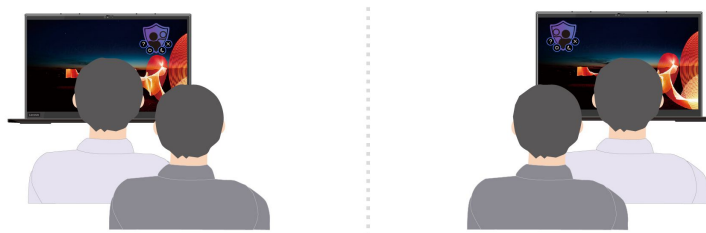


- 自動フレーミング: 移動しているときに、ビデオ通話で自動的に顔を中央に維持します。

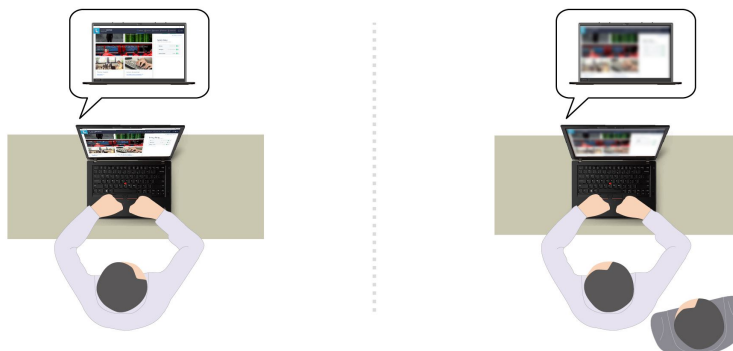


- プライバシー

- プライバシー・アラート: 覗き見しようとする人が背後に表示されると、アラート・アイコンがコンピューター画面に表示されます。



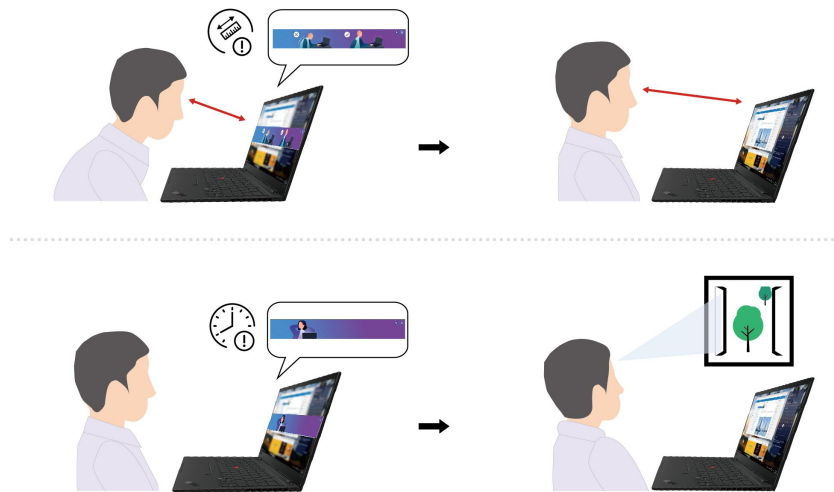
- プライバシー・ガード: 覗き見しようとする人が検出されると、画面が不鮮明になります。不鮮明効果を取り消すには、Alt + F2 キーを押します。



- ウェルネス

- 姿勢警告: 画面に向かって前のめりになると、姿勢を調整するようにリマインドされます。

- **アイ・ウェルネス:** 20 分ごとに 20 秒間画面から目を離して目をリラックスさせるようにリマインドされます。



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。
- Lenovo View アプリは定期的に機能を更新し、カメラやビデオ通話の操作性を改善します。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。

色調整 (一部のモデル)

工場出荷時の色調整機能は、X-Rite Color Assistant プログラムが初期インストールされているコンピューター・モデルで利用できます。この機能により、ディスプレイ上のカラー・イメージまたはグラフィックを当初の意図に可能な限り近づけることができます。

工場出荷時の色調整機能付きコンピューター・モデルの場合、カラー・プロファイルが初期インストールされています。必要に応じて、カラー・プロファイルを切り替えることができます。

1. 隠れているインジケータを表示するには、Windows の通知領域にある三角形のアイコンをクリックします。次に、 を右クリックします。
2. 画面の指示に従って、ご希望のプロファイルを選択します。

Lenovo では、Lenovo Cloud でバックアップしたカラー・プロファイルを提供します。次の状況で、カラー・プロファイルを復元またはインストールしなければならないことがあります。

- カラー・プロファイルが紛失したり、破損したりしている場合、カラー・プロファイルを復元するよう注意を促すウィンドウが表示されます。表示されたウィンドウで **Yes** をクリックすると、カラー・プロファイルは、Lenovo Cloud から自動的に復元されます。
- Lenovo 認定のサービス提供者によりディスプレイを交換する場合、新しいカラー・プロファイルをインストールするには、次の操作を行います。
 1. ご使用のコンピューターをネットワークに接続し、X-Rite Color Assistant プログラムを終了します。
 2. C:\Program files (x86)\X-Rite Color Assistant にアクセスして、ProfileUpdaterForDisplayReplacement.exe ファイルを見つけます。
 3. EXE ファイルをダブルクリックします。次に、画面に表示される手順に従って、ディスプレイのシリアル番号を入力し、「確認」をクリックします。

注：新しいカラー・プロファイルが正常にインストールされた場合は、ウィンドウが表示されます。

- 新しいオペレーティング・システムをインストールする場合は、次の手順でカラー・プロファイルを再インストールします。
 - ご使用のコンピューターをネットワークに接続し、初期インストール済みの X-Rite Color Assistant アプリを開きます。

注：アプリがアンインストールされている場合は、インストール・パッケージを <https://support.lenovo.com/downloads/DS540353> からダウンロードして再インストールします。

- 設定 → プロファイルを復元に移動します。アプリは、Lenovo Cloud から独自のカラー・プロファイルを自動的にダウンロードしてインストールします。

インテリジェント・クーリング (ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad T16 Gen 2 の Intel モデル)

インテリジェント・クーリング機能では、消費電力、ファンの速度、コンピューターの温度およびパフォーマンスを調整できます。

注：ディスクリート GPU 搭載モデルの場合、インテリジェント・クーリング・モードに基づいて適切な GPU が使用されます。アプリの実行中にモードが切り替わると、適切な GPU が使用されていることを確認するため、アプリが再起動される場合があります。Windows の「設定」で、各アプリに対して実行する厳密な GPU を指定した場合は、それが優先されます。

Windows 10 搭載モデルの場合

Windows の電源スライダーを使用して、インテリジェント・クーリング機能を調整します。この機能は、デフォルトでは自動モードで動作します。自動モードを有効または無効にするには、Fn+T キーを押します。

注：自動モードは、Intel のディスクリート GPU 搭載モデルのみが対応しています。

- 自動モードが無効になっている場合、優先モードを選択するには、次のようにします。

- Windows 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。
- スライダーを左または右に移動させて、優先モードを選択します。

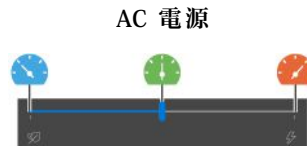
– ディスクリート GPU 搭載モデルの場合

- エコ・モード: 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
- バランス・モード: 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスが調整されます。
- ウルトラ・パフォーマンス・モード: ウルトラ・パフォーマンスが優先され、温度と消費電力が上昇します。



– ディスクリート GPU 非搭載モデルの場合

- エコ・モード: 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
- バランス・モード: 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスが調整されます。
- パフォーマンス・モード: パフォーマンスが優先され、温度とファンの速度が上昇します。



• 自動モードが有効になっている場合

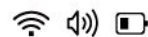
- **A** 自動モード: システムの活動量に基づいて、消費電力、バッテリー駆動時間、コンピューターのパフォーマンス、およびファンの速度の組み合わせが最適になるように、コンピューターが自動的に調整されます。

Windows 11 搭載モデルの場合

Windows の設定を通じて、インテリジェント・クーリング機能を調整します。この機能は、デフォルトでは自動モードで動作します。自動モードを有効または無効にするには、Fn+T キーを押します。

注：自動モードは、Intel のディスクリート GPU 搭載モデルのみが対応しています。

1. タスクバーの右側にあるクイック設定領域のバッテリー・アイコン



をクリックします。

2. 電源モードを見つけて、希望のモードを選択します。

• 自動モードが無効になっている場合:

- **最適な電源効率:** 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
- **バランス:** 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスのバランスが調整されます。
- **最高のパフォーマンス:**
 - ディスクリート GPU 搭載モデルの場合: ウルトラ・パフォーマンスを優先し、最高温度とファン速度を向上させます。
 - ディスクリート GPU 非搭載モデルの場合: パフォーマンスを優先し、温度とファン速度を向上させます。

- **自動モードが有効になっている場合:** 電源モードをバランスに設定することをお勧めします。その後、システムの活動量に基づいて、消費電力、バッテリー駆動時間、コンピューターのパフォーマンス、およびファンの速度の組み合わせが最適になるように、コンピューターが自動的に調整されます。

インテリジェント・クーリング機能 (ThinkPad P14s Gen 4 および ThinkPad P16s Gen 2 の Intel モデル)

インテリジェント・クーリング機能を使用すると、ファンの速度、コンピューターの温度およびパフォーマンスを調整できます。この機能は、デフォルトでは自動モードで動作します。自動モードを有効または無効にするには、Fn+T キーを押します。

注：

- ディスクリート GPU 搭載モデルの場合、インテリジェント・クーリング・モードに基づいて適切な GPU が使用されます。アプリの実行中にモードが切り替わると、適切な GPU が使用されていることを確認するため、アプリが再起動される場合があります。Windows の「設定」で、各アプリに対して実行する厳密な GPU を指定した場合は、それが優先されます。
- 自動モードは、Intel のディスクリート GPU 搭載モデルのみが対応しています。

- 自動モードが無効になっている場合、優先モードを選択するには、次のようにします。

1. Windows 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、優先モードを選択します。

-  エコ・モード: 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの冷却機能と静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
-  バランス・モード: 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスが調整されます。
-  ウルトラ・パフォーマンス・モード: ウルトラ・パフォーマンスが優先され、温度と消費電力が上昇します。



- 自動モードが有効になっている場合

-  自動モード: システムの活動量に基づいて、消費電力、バッテリー駆動時間、コンピューターのパフォーマンス、およびファンの速度の組み合わせが最適になるように、コンピューターが自動的に調整されます。

Windows 11 搭載モデルの場合

Windows の設定を通じて、インテリジェント・クーリング機能を調整します。この機能は、デフォルトでは自動モードで動作します。自動モードを有効または無効にするには、Fn+T キーを押します。

注：自動モードは、Intel のディスクリート GPU 搭載モデルのみが対応しています。

1. タスクバーのバッテリー・アイコンを右クリックして、電源とスリープの設定にアクセスします。
2. 電源セクションの位置を確認し、以下のいずれかの電源モードを選択します。

- 自動モードが無効になっている場合:

- 最適な電源効率: 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
- バランス: 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスのバランスが調整されます。
- ベスト・パフォーマンス: ウルトラ・パフォーマンスが優先され、最大温度とファンの速度が上昇します。

- 自動モードが有効になっている場合: 電源モードをバランスに設定することをお勧めします。その後、システムの活動量に基づいて、消費電力、バッテリー駆動時間、コンピューターのパフォーマンス、およびファンの速度の組み合わせが最適になるように、コンピューターが自動的に調整されます。

インテリジェント・クーリング (AMD モデル)

インテリジェント・クーリング機能では、消費電力、ファンの速度、コンピューターの温度およびパフォーマンスを調整できます。

Windows 10 搭載モデルの場合

Windows の電源スライダーを使用して、インテリジェント・クーリング機能を調整します。この機能は、デフォルトではバランス・モードで動作します。

優先モードを選択するには、次のようにします。

1. Windows 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、優先モードを選択します。

• ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad T16 Gen 2

-  エコ・モード: 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの冷却機能と静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
-  バランス・モード: 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスが調整されます。
-  パフォーマンス・モード: パフォーマンスが優先され、温度とファンの速度が上昇します。



• ThinkPad P14s Gen 4 および ThinkPad P16s Gen 2

-  エコ・モード: 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの冷却機能と静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
-  バランス・モード: 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスが調整されます。
-  パフォーマンス・モード: パフォーマンスが優先され、温度とファンの速度が上昇します。
-  ウルトラ・パフォーマンス・モード: ウルトラ・パフォーマンスが優先され、温度と消費電力が上昇します。



Windows 11 搭載モデルの場合

Windows の設定を通じて、インテリジェント・クーリング機能を調整します。この機能は、デフォルトではバランス・モードで動作します。

1. タスクバーのバッテリー・アイコンを右クリックして、電源とスリープの設定にアクセスします。
2. 電源セクションの位置を確認し、以下のいずれかの電源モードを選択します。
 - **最適な電源効率:** 消費電力、ファンの速度およびパフォーマンスが低下してコンピューターの静音機能および環境への配慮が向上し、バッテリー駆動時間が最適化されます。
 - **バランス:** 電力消費量、ファン速度、およびパフォーマンスのバランスが調整されます。
 - **最高のパフォーマンス:**
 - ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad T16 Gen 2 の場合: パフォーマンスが優先され、温度とファンの速度が上昇します。
 - ThinkPad P14s Gen 4 および ThinkPad P16s Gen 2 の場合: ウルトラ・パフォーマンスが優先され、最大温度やファン速度を上げることは許容されます。

インテリジェント・クーリング・ブースト (AMD モデルのみ)

インテリジェント・クーリング・ブースト機能では、実行中のアプリに基づいてシステム・パフォーマンスを動的に調整します。特に、ユニファイド・コミュニケーション・アプリ (Microsoft Teams など) を使用する場合は、この機能を有効にすることをお勧めします。

注：

- Win 10 搭載モデルの場合:

- ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad T16 Gen 2 の場合: この機能は、最適なユーザー・エクスペリエンスを提供するためにバランス・モードで使用してください。
- ThinkPad P14s Gen 4 および ThinkPad P16s Gen 2 の場合: この機能は、最適なユーザー・エクスペリエンスを提供するためにパフォーマンス・モードで使用してください。

- Win 11 搭載モデルの場合: この機能は、最適なユーザー・エクスペリエンスを提供するためにバランス・モードで使用してください。

インテリジェント・クーリング・ブースト機能を有効/無効にするには、以下を実行します。

1. UEFI BIOS メニューを開く。41 ページの「UEFI BIOS メニューを開く」を参照してください。
2. 「Config」→「Power」を選択します。
3. Intelligent Cooling Boost・セクションで、Intelligent Cooling Boost のスイッチをオンまたはオフにします。
4. F10 キーを押し、変更を保存して UEFI BIOS メニューを閉じます。

ラップトップ冷却/静音機能の使用 (ThinkPad P14s Gen 4 および ThinkPad P16s Gen 2 のみ)

ラップトップ冷却/静音機能は、コンピューターが熱くなったときに冷却するのに役立ちます。人体に長時間接触したままだと、衣服を通して不快感が感じられます。コンピューターを膝の上で使用する場合は、UEFI BIOS のラップトップ冷却/静音機能を有効にすることをお勧めします。

1. UEFI BIOS メニューを開く。41 ページの「UEFI BIOS メニューを開く」を参照してください。
2. 「Config」をクリックして、「Cool and Quiet on lap mode」スイッチをオンにします。

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

バッテリー状況をチェックするには、「設定」→「システム」に移動します。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:

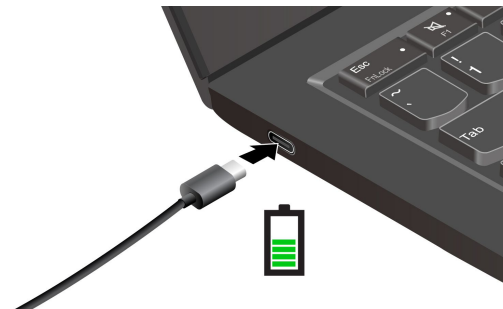
- 電源:
 - Intel モデル:
 - ThinkPad T14 Gen 4: 45W または 65W
 - ThinkPad P14s Gen 4: 65W または 100W
 - ThinkPad T16 Gen 2: 45W、65W、または 135W
 - ThinkPad P16s Gen 2: 65W、100W、または 135W
 - AMD モデル:
 - ThinkPad T14 Gen 4: 45W または 65W
 - ThinkPad P14s Gen 4: 65W

- ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2: 65W または 100W
- 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
- AC 電源アダプターの定格出力 (Intel モデル):
 - ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4: 20 V DC、2.25A、3.25A、または 5A
 - ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2: 20 V DC、2.25A、3.25A、5A、または 6.75A
- AC 電源アダプターの定格出力 (AMD モデル):
 - ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4: 20 V DC、2.25A、または 3.25A
 - ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2: 20 V DC、3.25A、または 5A

バッテリー電源の残量が少ない場合は、コンピューターを付属の電源アダプターで AC 電源に接続してバッテリーを充電します。一部のモデルは高速充電機能をサポートしており、バッテリーはコンピューターの電源を切ってから約 1 時間で 80% 充電されます。実際の充電時間は、バッテリーのサイズ、物理的環境およびコンピューターを使用しているかどうかによって左右されます。

バッテリー充電は温度によって左右されます。バッテリーの充電にお勧めの温度範囲は 10°C (50°F) ~ 35°C (95°F) です。

注：一部のモデルでは、AC アダプターまたは電源コードが同梱されていない場合があります。製品の充電には、関連する国内規格の要件に準拠した、Lenovo が提供する認定アダプターおよび電源コードのみを使用してください。Lenovo 認定アダプターの使用をお勧めします。または、<https://www.lenovo.com/us/en/compliance/eu-doc> を参照してください。



バッテリー寿命を最大限にする

バッテリー寿命を最大限にするには:

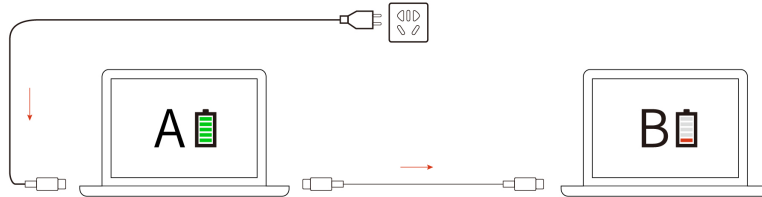
- バッテリーが完全に消耗するまで使用し、完全に再充電してから使用してください。バッテリーが完全に充電されたら、94% 以下まで放電してから再充電する必要があります。
- あまり使用していない場合は、バッテリーをフル充電しないでください。詳しくは、Vantage アプリの電源セクションにある「バッテリー設定」タブを参照してください。
- お客様の使用状況に基づいてフル充電容量が最適化されることがあります。長時間あまり使用されない場合は、20% まで放電してから完全に充電するまで、バッテリーのフル容量が使用できない場合があります。詳しくは、Vantage アプリの電源セクションを参照してください。
- Lenovo では、特定のベンチマークでのバッテリー寿命テストに基づき、ご使用のコンピューターに期待できるバッテリー寿命の概算を提供しています。実際のバッテリー駆動時間は、コンピューターの設定、使用状況、構成、その他の要因によって著しく異なります。バッテリー寿命を最大限にするには、コンピューター画面のディスプレイの明るさを低くするか、使用しないときにワイヤレス機能をオフにします。

P-to-P 2.0 (ピアツーピア 2.0) 充電機能の使用

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。



注: コンピュータの充電機能を使用した実際の充電速度は、コンピュータ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® 準拠コンピュータの場合、次の電源プランは、コンピュータが指定された期間、AC 電源に接続されていて、アイドル状態になったときにデフォルトで有効になります。

- ディスプレイの電源を切る: 5 分後
- コンピュータをスリープにします:
 - Intel モデル: 5 分後
 - AMD モデル: 5 分後

電源プランの設定をリセットするには:

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」をクリックします。
3. 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. 「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. 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 または NFC 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。また、スマート・カードを挿入してデータを転送することもできます。

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から最大 10 メートル (33 フィート) の位置に置きます。

1. Windows Search ボックスに、**Bluetooth** と入力し、Enter キーを押します。
2. Bluetooth がオフの場合はオンにします。
3. Bluetooth デバイスを選択し、画面の指示に従います。

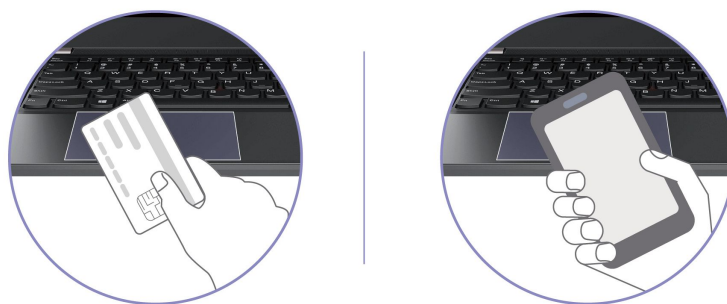
NFC 接続の設定

ご使用のコンピュータが NFC に対応している場合は、トラックパッド領域周辺に NFC マークまたはラベル  があります。

NFC をオンにするには:

1. Windows Search ボックスに、「**Airplane mode**」と入力し、Enter キーを押します。
2. 機内モードがオフになっており、NFC 機能をオンにしていることを確認してください。

NFC を使用すると、数センチメートルの距離で、コンピュータと別の NFC 対応デバイスをタップして接続することができます。NFC カードまたは NFC 対応スマートフォンとペアリングするには:



注: NFC カードが NFC Data Exchange Format (NDEF) であることを確認してください。そうでない場合はカードを検出できません。

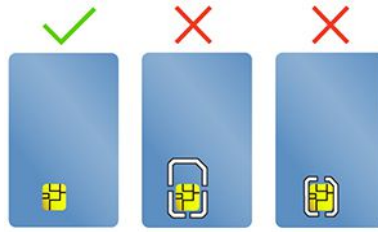
スマート・カードの使用 (一部のモデル)

スマート・カードを挿入してデータを転送することもできます。

サポートされているスマート・カード

サポートされているスマート・カードの仕様: 85.60 mm x 53.98 mm

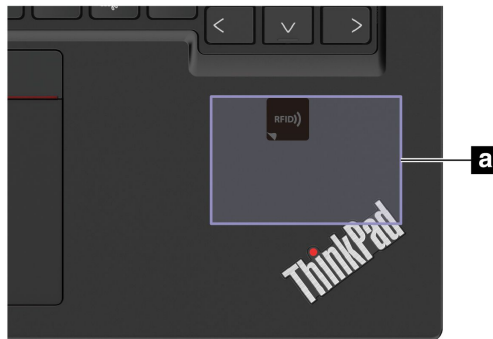
注意: スリット付きスマート・カードはサポートされていません。このようなスマート・カードをコンピュータのスマート・カード・スロットに挿入しないでください。その場合、リーダーが損傷する恐れがあります。



RFID 機能の使用 (ThinkPad T14 Gen 4 の一部の Intel モデル)

モデルによっては、ご使用のコンピューターに無線周波数識別 (RFID) リーダーが組み込まれている場合があります。RFID テクノロジーを使用すると、ID バッジなど許可された RFID オブジェクトを使用して、RFID 対応システムにログインできます。

システムにログインするには、識別用カードを領域 **a** の上に配置します。



付属品

このセクションでは、ハードウェア付属品を使用してコンピューターの機能を拡張する方法について説明します。

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。

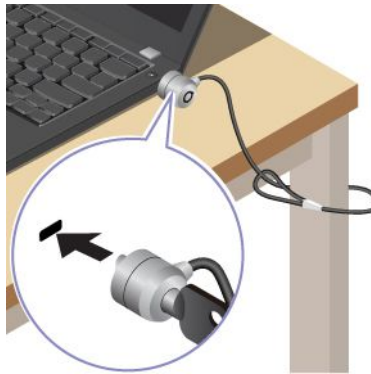
Lenovo でのご購入については、<https://www.lenovo.com/accessories> にアクセスしてください。

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：スロットは、Cleat™ ロッキング・テクノロジーを使用した Kensington NanoSaver® ロック規格に準拠したケーブル・ロックをサポートしています。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。



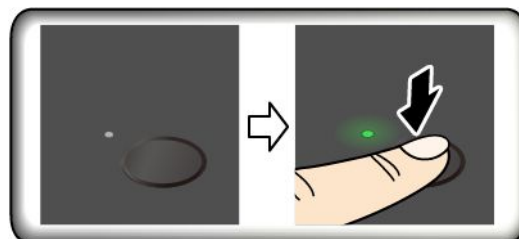
指紋認証でログインする (一部のモデル)

指紋センサーは電源ボタンと一体化になっています。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. Windows Search ボックスに、Sign-in options と入力し、Enter キーを押します。
2. 指紋の設定を選択し、画面の指示に従って指紋を登録します。

注：登録中は指を電源ボタンの中央に置き、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常時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。



指紋を UEFI BIOS パスワードと関連付ける

指紋をパワーオン・パスワードおよび NVMe パスワードに関連付けることができます。40 ページの「指紋をパスワードに関連付ける (一部のモデル)」を参照してください。

保守のヒント:

- 指紋センサーの表面を硬い物や鋭利な物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する (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. Windows Search ボックスに、**Sign-in options** と入力し、Enter キーを押します。
2. 顔 ID の設定を選択し、画面の指示に従って顔 ID を作成します。

退席時にロック機能 (一部のモデル)

お使いのコンピューターは、超音波ベースの人体検知による退席時のロック機能をサポートしています。これによりセキュリティが強化され、バッテリー寿命が向上します。



注：

- 電源オプションでディスプレイの電源をオフにしないように設定すると、退席時にロック機能は作動しません。
- 一部の国または地域では、地域の規制により退席時にロック機能が無効になっている場合があります。

UEFI BIOS から設定を変更する

UEFI BIOS メニューで退席時にロック機能を有効または無効にするには:

- ステップ 1. コンピューターを再起動します。ロゴ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。
- ステップ 2. 「セキュリティ」→「インテリジェント・セキュリティ」を選択します。
- ステップ 3. 「User Presence Sensing」スイッチをスライドさせて、機能を有効または無効にします。

Vantage アプリから設定を変更する

UEFI BIOS で退席時にロック機能が有効になっている場合は、Vantage アプリから設定を変更できます。

- ステップ 1. Vantage アプリを開き、**デバイス**→**スマート・アシスト**をクリックします。
- ステップ 2. 「オートロック」スイッチをスライドさせて、機能を有効または無効にします。

プライバシーの保護 (一部のモデル)

ePrivacy スクリーンの使用

ご使用のコンピューターには、ePrivacy スクリーンが装備されている場合があります。横からの視認性が下がり、視認によるハッキングから画面の内容を保護できます。デフォルトでは、この機能は無効になっています。F12 または Fn+D を押して有効にできます。機能を有効または無効にするたびに、画面上のアイコン  または  が表示されます。

パスワードを入力する必要がある場合に、ePrivacy スクリーンを自動的に有効にできます。デフォルトでは、パスワードのこの自動機能は無効に設定されています。この機能は Vantage アプリで有効にできます。

プライバシー・レベルの設定

この機能のプライバシー・レベルは、画面の明るさ、コントラスト比、この機能を使用している物理環境によって異なります。

-  を押すと、プライバシー・レベルが上がります。
-  を押すと、プライバシー・レベルが下がります。

電源断からデータを保護する (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・ドライブが、Windows 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」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、49 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」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。

指紋をパスワードに関連付ける (一部のモデル)

指紋をパワーオン・パスワードおよび NVMe パスワードに関連付けるには、次のようにします。

1. コンピューターの電源をオフにして、再びオンにします。
2. プロンプトが出されたら、指紋センサーで指をスキャンします。
3. 要求されたら、パワーオン・パスワード、NVMe パスワード、または両方を入力します。関連付けが確立されます。

コンピューターを再度起動すると、Windows パスワード、パワーオン・パスワード、または NVMe パスワードを入力することなく、指紋を使用してコンピューターにログインできるようになります。設定を変更するには、F1 キーを押して UEFI BIOS メニューを表示し、「Security」→「Fingerprint」を選択します。

注意：コンピューターにログインする際に毎回指紋認証を使用していると、パスワードを忘れる可能性があります。パスワードを書き留めて、安全な場所に保管しておいてください。

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 イベント・ログの表示

UEFI BIOS イベント・ログ・ビューアーには、UEFI BIOS イベントに関する簡単な情報が表示されます。ログを表示するには、次のようにします。

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 キーを押します。
2. 「Main」 → 「BIOS Event log」を選択します。次に、Enter キーを押します。UEFI BIOS イベント・ログ・インターフェースが表示されます。
3. 次のキーを押してインターフェース内を移動し、各項目を選択して詳細を確認します。
 - ↑↓: キーボード・フォーカスの移動
 - PgUp / PgDn: ページのスクロール
 - Enter: 選択
 - F3: 終了

UEFI BIOS の活動に応じて、次の UEFI BIOS イベント・ログが画面に表示される場合があります。各ログは、日付、時刻、およびイベントの説明で構成されます。

- **Power On** イベント: このログには、電源投入時自己診断テスト (POST) のルーティンがパワーオンのプロセスで起動したという情報が表示されます。ここには、電源をオンにする理由、起動モード、シャットダウンの理由が含まれています。
- **Subcomponent Code Measurement** イベント: このログには、サブコンポーネントのコード測定が機能したことが表示されます。ここには、各コンポーネントの検証結果が含まれています。
- **System Preboot Authentication** イベント: このログには、プリブート認証を取得するために提供された資格情報が表示されます。ここには、インストール済みパスワード、パスワードのタイプ、入力デバイス、および認証結果が含まれています。
- **BIOS Password Change** イベント: このログには、UEFI BIOS パスワードの変更履歴が表示されます。ここには、パスワードのタイプ、イベントのタイプおよび結果が含まれています。
- **Subcomponent Self-healing** イベント: このログには、リカバリー・イベントが発生したサブコンポーネントに関する情報が表示されます。ここには、イベントの原因と結果、およびリカバリーされたファームウェアのバージョンが含まれています。
- **BIOS Setup Configuration Change** イベント: このログには、UEFI BIOS セットアップの構成の変更履歴が表示されます。ここには、項目名と値が含まれています。
- **Device Change** イベント: このログには、デバイスの変更履歴が表示されます。ここには、イベントの原因とタイプが含まれています。
- **System Boot** イベント: このログには、システムの起動に使用されたデバイスが表示されます。ここには、起動オプション、説明、ファイル・パスのリストが含まれています。
- **System Tamper** イベント: このログには、システム改ざんイベントの発生が表示されます。ここには、イベントの原因とタイプが含まれています。
- **POST Error** イベント: このログには、POST ルーティン中のエラーの発生が表示されます。ここには、エラー・コードが含まれています。
- **Flash Update** イベント: このログには、フラッシュ更新の発生が表示されます。ここには、イベントの原因と結果、リカバリーされたファームウェアのバージョンが含まれています。
- **Set On-Premise** イベント: このログには、オンプレミスのブート設定の変更履歴が表示されます。ここには、オンプレミスの設定値や変更方法が含まれています。
- **Capsule Update** イベント: このログには、UEFI カプセル・ファームウェアの更新の発生が表示されます。ここには、イベントの原因と結果、リカバリーされたファームウェアのバージョンが含まれています。
- **Log Cleared** イベント: このログには、UEFI BIOS イベント・ログが消去されたことが表示されます。ここには、イベントの原因と結果が含まれています。

- **Shutdown / Reboot イベント:** このログには、UEFI BIOS が正常にシャットダウンするか、システムが再起動されたことが表示されます。ここには、イベントの原因とタイプが含まれています。

セキュリティー・チップの切り替え (AMD モデルのみ)

ご使用のコンピューターには、2 種類のセキュリティー・チップ (Discrete TPM 2.0 および Pluton TPM 2.0) が付属している場合があります。Pluton TPM 2.0 セキュリティー・チップは、Windows 11 でのみ使用できます。他のオペレーティング・システムに切り替える前に、Pluton TPM 2.0 から Discrete TPM 2.0 にセキュリティー・チップを切り替える必要もあります。

注：セキュリティー・チップを切り替える際、BitLocker 暗号化キーなどのセキュリティー・チップ内のコンテンツが消去されます。

1. Windows BitLocker® ドライブ暗号化機能を使用している場合は、機能が無効になっていることを確認してください。
2. 目的のセキュリティー・チップを選択します。
 - 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. メニューからセキュリティー・チップを選択します。Discrete TPM 2.0 のセキュリティー・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。

メモリー再トレーニングの検出 (Intel モデルのみ)

メモリーの再トレーニングは、コンピューターのメモリー・モジュールを初期化し、メモリー・モジュールの診断テストを実行するプロセスです。以下のような状況が検出されると、POST 中にメモリーの再トレーニングが行われる場合があります。

- メモリー・モジュールの交換
- UEFI BIOS の合計メモリー暗号化設定の変更
- UEFI BIOS の更新時のメモリー・リファレンス・コード (MRC) の変更

メモリーの再トレーニングが行われると、画面に何も表示されない場合があります。ESC、F1、および F4 の LED インジケーターが順番に点滅して進行状況を示す場合があります。電源ボタンを押してプロセスを中断しないでください。ロゴ画面が表示されるまで数分間待ちます。

BIOS Defaults のカスタマイズ

この機能は、希望の BIOS セットアップ設定をバックアップするためのソリューションを提供します。これは、BIOS セットアップ設定をカスタマイズした BIOS デフォルト設定として保存して、必要に応じて現在の BIOS 設定にロードし、設定を「デフォルトの設定」にリセットするのに役立ちます。

カスタマイズした設定構成を保存する

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. **Restart → Save Custom Defaults** を選択します。
3. **Yes** をクリックして、カスタマイズした設定構成を保存します。

カスタマイズした設定構成をロードする

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. **Restart → Load Custom Defaults** を選択します。
3. **Yes** をクリックして、保存したカスタマイズした設定構成をロードします。

F9 キーを押して「**Custom Defaults**」をクリックし、カスタマイズした設定構成をロードすることもできます。

注：「**Load Custom Defaults**」は、カスタマイズした BIOS デフォルト設定が保存されない場合は使用できません。

設定構成を「デフォルトの設定」にリセットする

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. **Restart → Load Factory Defaults** を選択します。
3. **Yes** をクリックして、設定構成を「デフォルトの設定」にリセットします。

F9 キーを押して「**Factory Defaults**」をクリックし、設定構成を「デフォルトの設定」にリセットすることもできます。

工場出荷時の状態へのシステムのリセット

この機能を使用すると、すべての UEFI BIOS 設定および内部データを含む UEFI BIOS を工場出荷時のデフォルト設定にリセットできます。コンピューターを廃棄または再利用する場合にユーザー・データを消去するのに役立ちます。

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 → Reset System to Factory Defaults** を選択し、Enter キーを押します。
3. 複数の警告ウィンドウが表示される場合があります。システムを工場出荷時のデフォルト設定にリセットする前に、次の操作を行います。
 - a. **Absolute Persistence Module** を非アクティブにします。
 - b. **NVMe パスワード**を設定している場合は、解除します。
4. **RAID 設定**をしているコンピューター・モデルの場合、データの損傷を通知するウィンドウがポップアップ表示されます。「**Yes**」を選択して続行します。
5. すべての UEFI BIOS 設定がリセットされるのを確認するウィンドウが表示されます。「**Yes**」を選択して続行します。

注：「**Intel AMT control**」および「**Absolute Persistence(R) Module**」が永続的に無効になっている場合、これらの設定を正常にリセットできません。

6. 表示されたウィンドウに、スーパーバイザー・パスワード、システム管理パスワード、またはパワーオン・パスワードを入力します。

コンピューターがすぐに再起動します。初期化プロセスが完了するまでに数分かかります。このプロセス中、コンピューター画面に何も表示されない場合があります。これは正常な状態ですので、プロセスを中断する必要はありません。

UEFI BIOS のリカバリー

UEFI BIOS が破損したり、悪意のある攻撃を受けた場合、破損していない最後の安全なバックアップからコンピューターを自動リカバリーし、復元することができます。この機能により、コンピューターのデータが保護されます。

UEFI BIOS 自動リカバリー中は、画面に何も表示されない場合があります。Esc、F1、F4 の LED インジケーターの点滅モードに基づいて進行状況を確認できます。詳しくは、次の表を参照してください。

注：電源ボタンを押して進行を中断しないでください。ロゴ画面が表示されるまで数分間待ちます。

点滅モード	自動リカバリーの進行状況
Esc の LED インジケーターが点滅	0% ~ 32%
Esc および F1 の LED インジケーターが同時に点滅	33% ~ 65%
Esc、F1、および F4 の LED インジケーターが同時に点滅	66% ~ 100%

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。

注：UEFI BIOS の更新プロセス中に、MRC が変更されると、メモリーの再トレーニングが行われる場合があります。メモリーの再トレーニングは、コンピューターのメモリー・モジュールを初期化し、メモリー・モジュールの診断テストを実行するプロセスです。メモリーの再トレーニングが行われると、画面に何も表示されない場合があります。ESC、F1、および F4 の LED インジケーターが順番に点滅して進行状況を示す場合があります。電源ボタンを押してプロセスを中断しないでください。ロゴ画面が表示されるまで数分間待ちます。

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。

クラウドのベアメタル・リカバリー (一部のモデル)

この機能を使用すると、コンピューター上のすべてのユーザー・ファイルを削除し、Windows オペレーティング・システムをクラウド (Microsoft® Connected System Recovery) から復元できます。この機能を使用する前に、次の情報を読んでください。

注：

- この機能により、コンピューターは工場出荷時に初期インストールされている Windows オペレーティング・システムに復元されます。カスタマイズしたオペレーティング・システムがコンピューターにインストールされている場合は、この機能を使用しないでください。使用すると、カスタマイズした機能またはアプリケーションを復元できません。
- この機能は、有線ネットワーク (コンピューターのイーサネット・コネクタを経由して接続) およびワイヤレス・ネットワーク (WPA2 パーソナルのみ) でのみ機能します。

Windows オペレーティング・システムを復元するには、次のようにします：

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. **Config → Reinstall Windows from Cloud**を選択します。画面の指示に従って、この機能をオンにします。
3. F10 キーを押し、変更を保存して閉じます。

4. コンピューターが自動的に再起動します。ロゴ画面が表示されているときに、F12 キーを押します。
5. App Menu → Reinstall Windows from Cloudを選択し、画面の指示に従います。

リカバリー処理が失敗した場合でも、Windows オペレーティング・システムを復元する他のオプションがあります。詳しくは、70 ページの「自己ヘルプ・リソース」を参照してください。

Windows オペレーティング・システムおよびドライバのインストール

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

Windows オペレーティング・システムをインストールする

Microsoft® は Windows 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 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/solutions/windows-support> を参照してください。

注意：

- 公式チャ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. セキュリティー・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 のセキュリティー・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・ドライバをインストールした後、Windows Update を適用してセキュリティー・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、お客様による交換が可能な部品です。コンピュータには、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 を取り付けていただく場合は、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の CRU のリストです。

Self-service CRU

- AC 電源アダプター*
- ベース・カバー・アセンブリー
- キーボード
- メモリー・モジュール (Intel モデルのみ)
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブ
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブ・ブラケット*
- Nano-SIM カード・トレイ*
- 電源コード*

Optional-service CRU

- ワイヤレス WAN モジュール*
- ワイヤレス WAN モジュール・ブラケット*

* 一部のモデル

注：内蔵型充電式バッテリーを含め、上記に記載されていない部品の交換は、資格を持った修理技術者が行うか、Lenovo が提供するすべての指示に慎重に従って行うようにしてください。
<https://support.lenovo.com/partnerlocator> では、Lenovo 認定の修理施設を見つけることもできます。

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](#)」をお読みください。

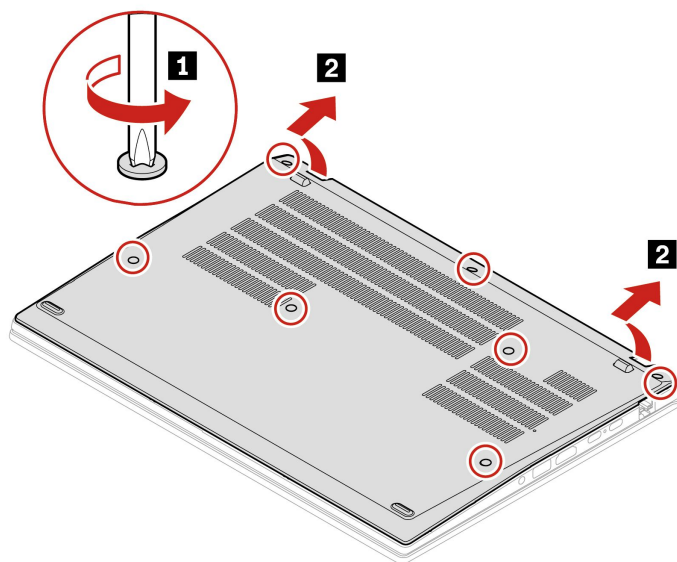
注：コンピューターが AC 電源に接続されている場合、ベース・カバー・アセンブリーを取り外さないでください。取り外した場合は、短絡の恐れがあります。

アクセスするには、次のようにします。

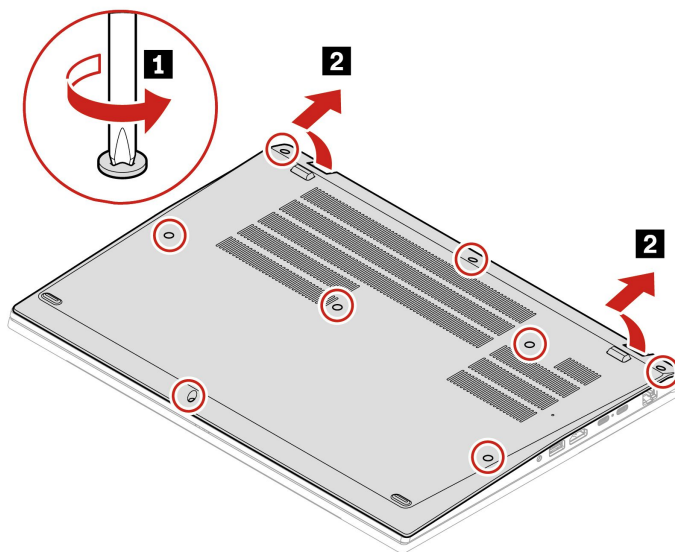
1. 内蔵バッテリーを無効にします。49 ページの「高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする」を参照してください。
2. コンピューターの電源をオフにして、AC 電源およびすべての接続ケーブルから切り離します。
3. 液晶ディスプレイを閉じて、コンピューターを裏返します。

取り外し手順

ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4

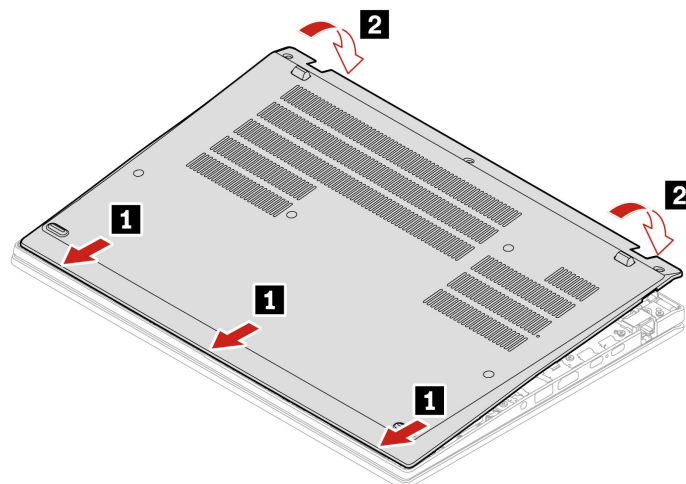


ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2

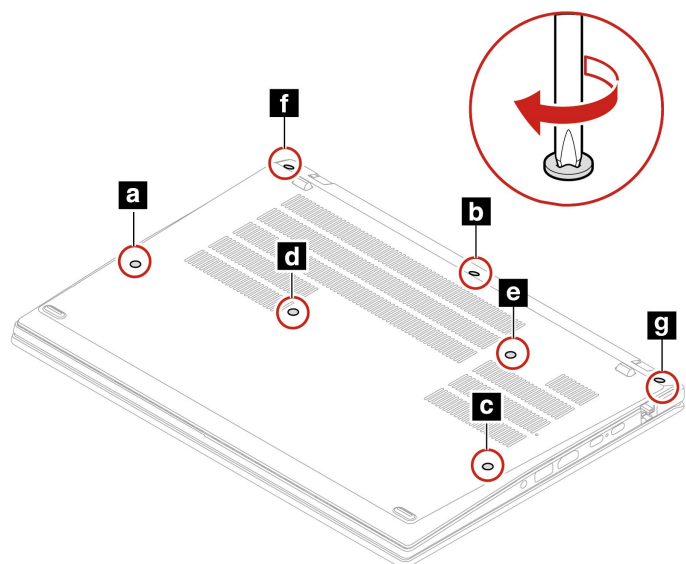


インストール手順

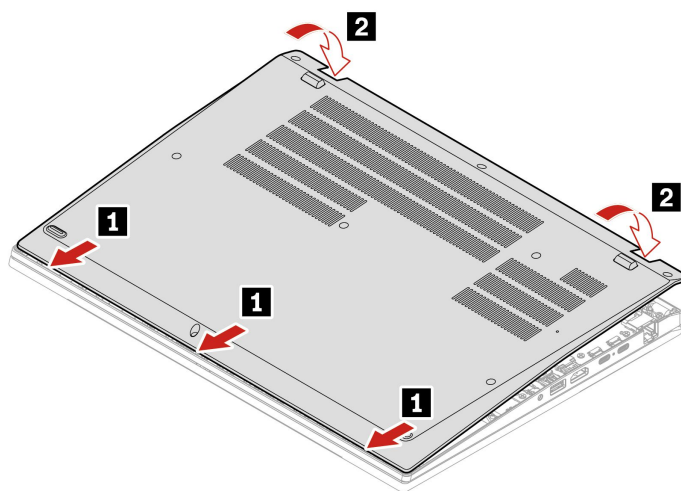
ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4



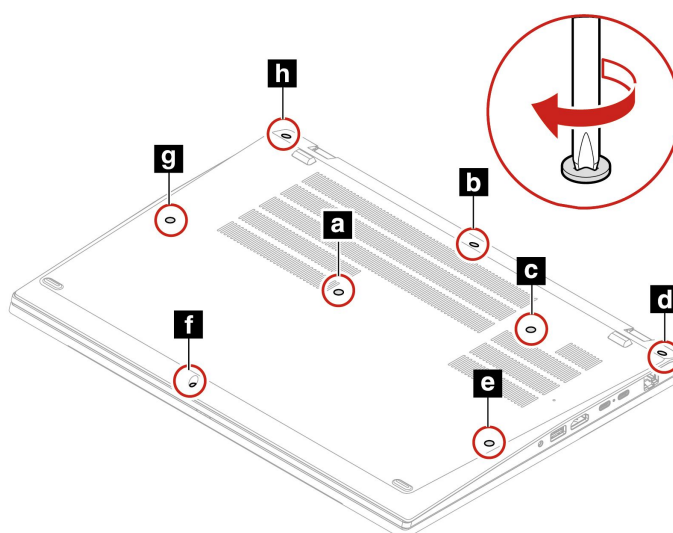
アルファベット順 (a から g) にねじを取り付け直します。



ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2



アルファベット順 (a から h) にねじを取り付け直します。



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。

キーボード

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](#)」をお読みください。

アクセスするには、次のようにします。

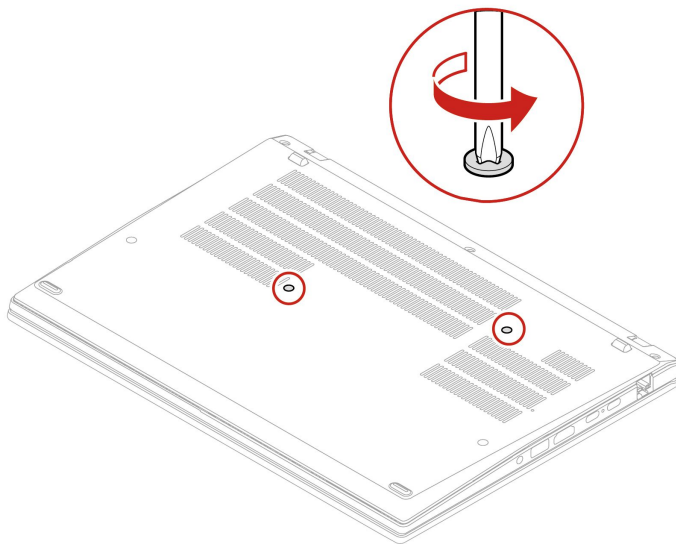
1. 内蔵バッテリーを無効にします。49 ページの「高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする」を参照してください。
2. コンピューターの電源をオフにして、AC 電源およびすべての接続ケーブルから切り離します。

取り外し手順

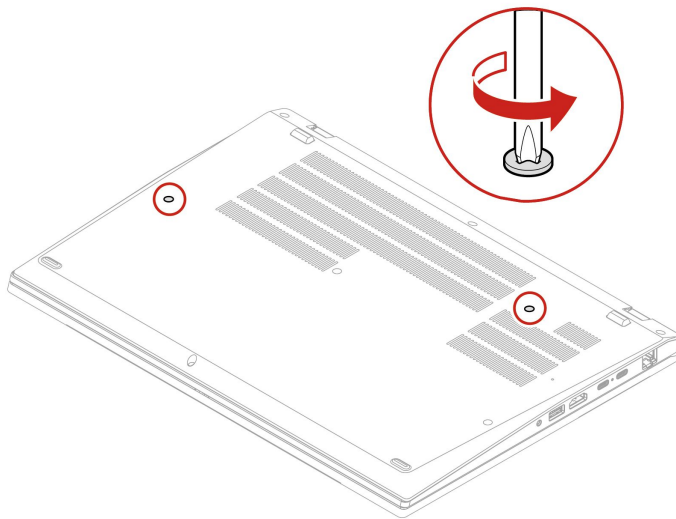
注：以下の手順の中で、キーボード・フレームを前方または後方にスライドさせるように指示される場合があります。その場合は、キーボード・フレームをスライドさせる時にキーを押したり持ったりしないでください。キーボード・フレームが動かせません。

1. キーボードを固定しているねじを緩めます。

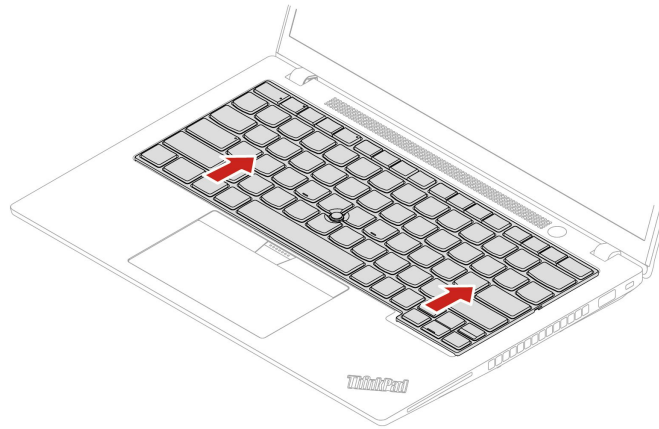
- ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4



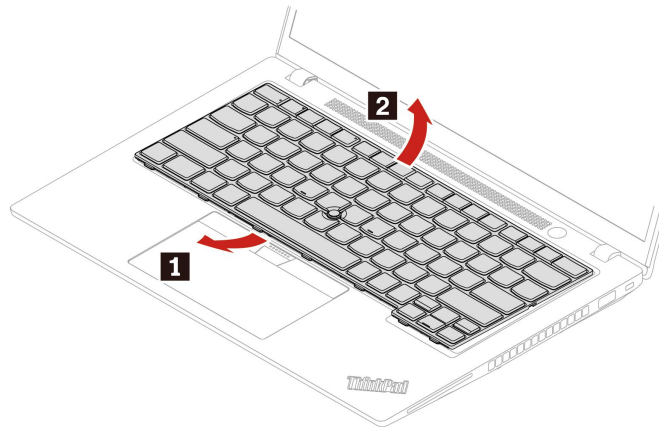
- ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2



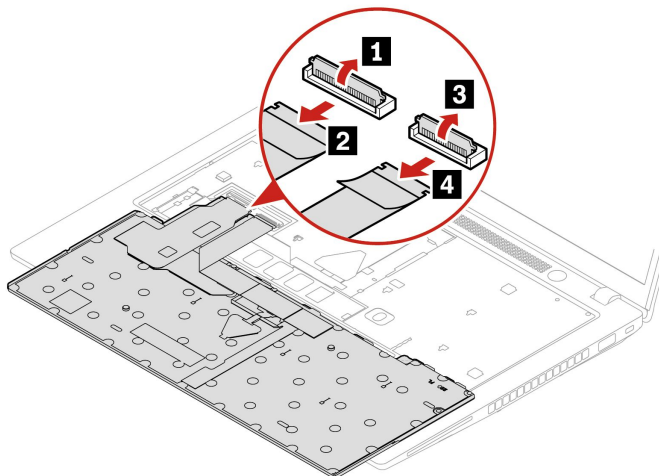
2. 図の矢印の方向にキーボードを押して、ラッチをキーボード・ベゼルから外します。



3. キーボードをわずかに上方に持ち上げ**1**、キーボードを裏返します**2**。



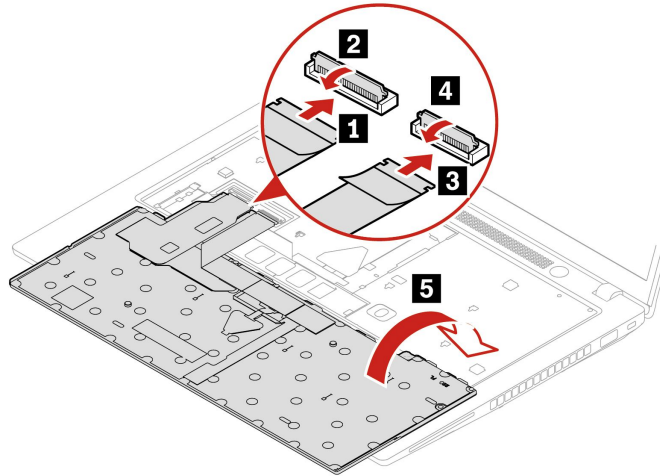
4. 図に示すようにキーボードをパームレストに乗せ、コネクタを取り外します。次に、キーボードを取り外します。



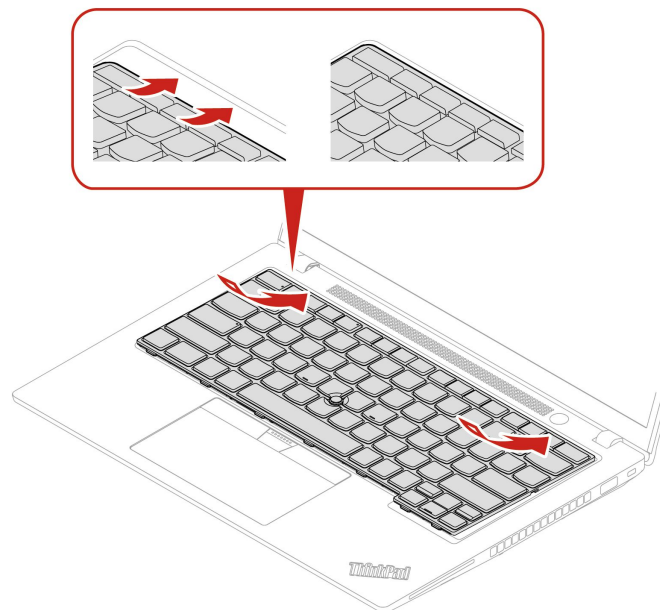
インストール手順

注：以下の手順の中で、キーボード・フレームを前方または後方にスライドさせるように指示される場合があります。その場合は、キーボード・フレームをスライドさせる時にキーを押したり持ったりしないでください。キーボード・フレームが動かさません。

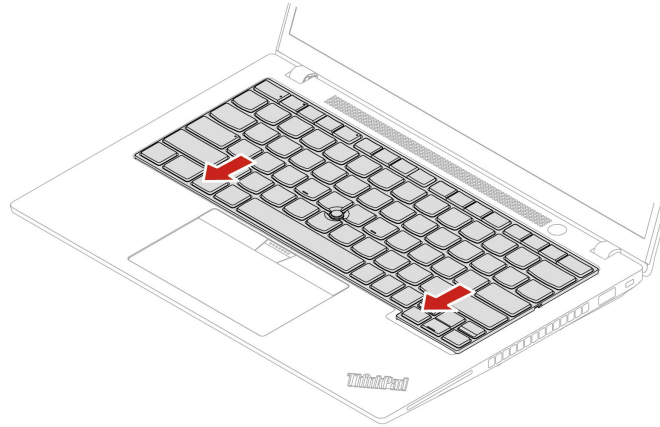
1. コネクターを接続し、キーボードを裏返します。



2. 図のようにキーボード・ベゼルにキーボードを挿入します。キーボード上端 (画面に近い方の端) がキーボード・ベゼルの下にあることを確認してください。

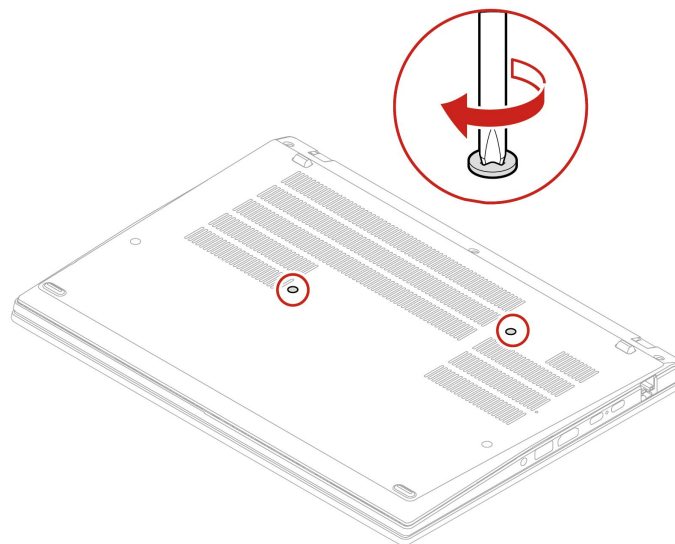


3. キーボードを図に示す方向にスライドさせます。ラッチがキーボード・フレームの下に固定されていることを確認します。

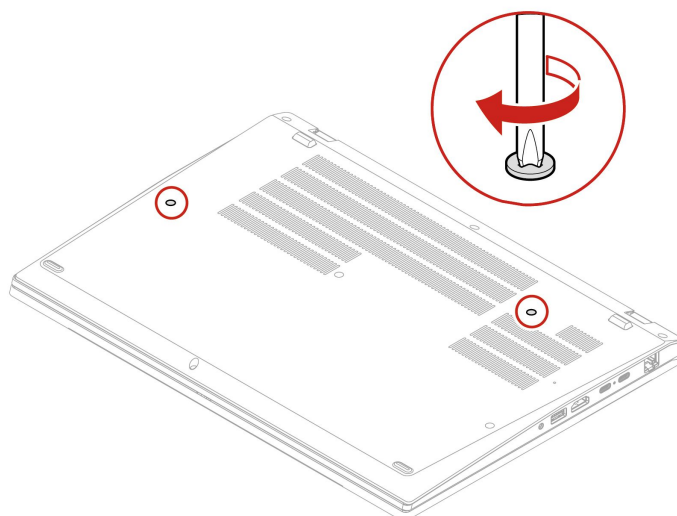


4. ねじを締めてキーボードを固定します。

- ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4



- ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2



5. AC 電源アダプターおよび切り離れたすべてのケーブルをコンピューターに接続します。

ワイヤレス WAN モジュールおよびブラケット (一部のモデル)

以下の情報は、ユーザーによる取り付けが可能なモジュールが取り付けられたコンピューターにのみ適用されます。このコンピューター・モデル向けに特にテストされた Lenovo 認定のワイヤレス・モジュールのみを使用していることを確認してください。それ以外の場合は、コンピューターの電源をオンにするとエラー・コードを示すビープ音が鳴ります。

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](#)」をお読みください。

注：

- ワイヤレス WAN 対応モデルには、製品にワイヤレス WAN アンテナがあらかじめ取り付け済みであることが記載されており、ユーザーによる取り付けが可能なワイヤレス WAN モジュールを使用できます。
- オプションの Lenovo ワイヤレス WAN モジュールの取り付けは、ワイヤレス WAN モデルまたはワイヤレス WAN 対応モデルでのみ可能です。

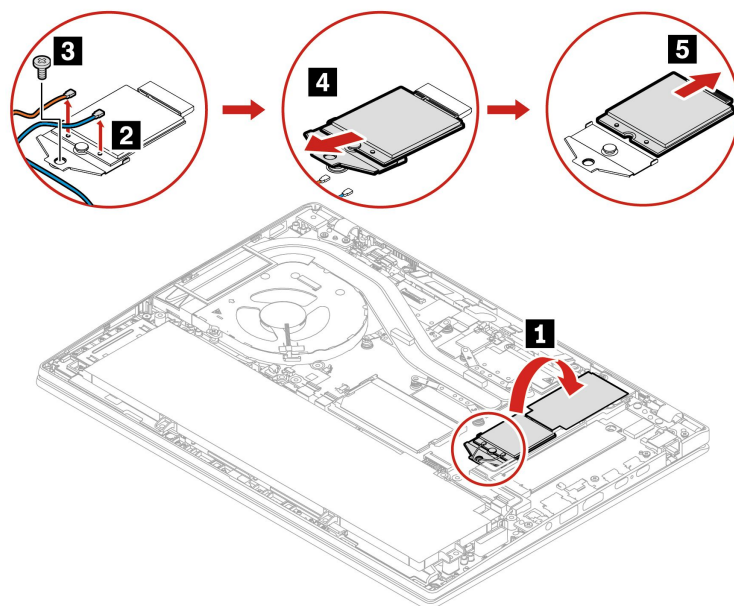
注意：ワイヤレス WAN モジュールの接続部分には手を触れないでください。そうしないと、ワイヤレス WAN モジュールが損傷する恐れがあります。

アクセスするには、次のようにします。

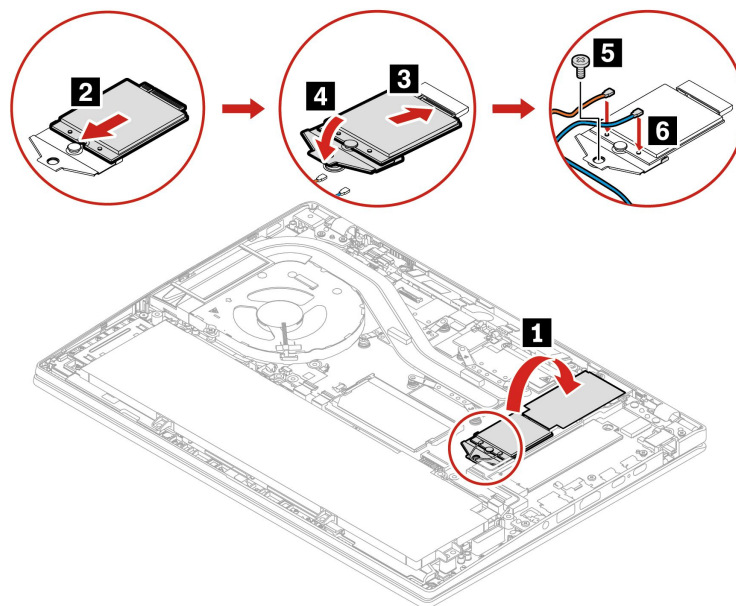
- 内蔵バッテリーを無効にします。49 ページの「高速スタートアップと内蔵バッテリーを無効にする」を参照してください。
- コンピューターの電源をオフにして、AC 電源およびすべての接続ケーブルから切り離します。
- 液晶ディスプレイを閉じて、コンピューターを裏返します。
- ベース・カバー・アセンブリーを取り外します。50 ページの「ベース・カバー・アセンブリー」を参照してください。

取り外し手順

マイラー・フィルムが、ワイヤレス WAN モジュールを覆っている場合があります。ワイヤレス WAN モジュールにアクセスするには、まずフィルムを開きます。



インストール手順



注：ワイヤレス WAN モジュールを取り付ける場合は、青色のケーブルを AUX コネクターに、オレンジ色のケーブルを MAIN コネクターに接続してください。

メモリー・モジュール (Intel モデルのみ)

前提条件

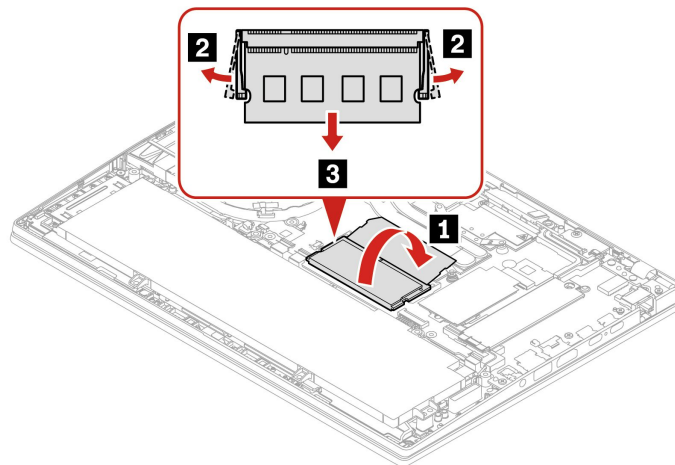
作業を始める前に、「[一般的な安全と規制に関する注意](#)」をお読みください。

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。

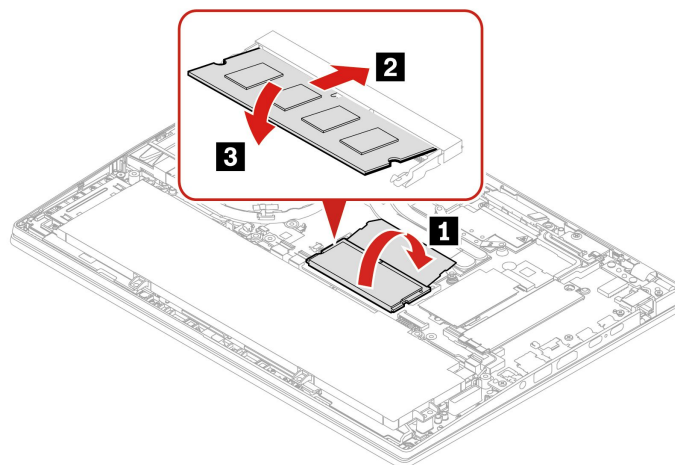
アクセスするには、次のようにします。

1. 内蔵バッテリーを無効にします。49 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。50 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



注：ThinkPad T14 Gen 4 Intel モデルでは、メモリー・モジュールを交換するとメモリーの再トレーニングが行われる場合があります。詳しくは、43 ページの「メモリー再トレーニングの検出 (Intel モデルのみ)」を参照してください。

M.2 ソリッド・ステート・ドライブおよび M.2 ソリッド・ステート・ドライブ・ブラケット (Intel モデルのみ)

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](#)」をお読みください。

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、46 ページの「Windows オペレーティング・システムおよびドライバーのインストール」を参照してください。
- ご使用のコンピューターにカラー・プロファイルがインストールされている場合は、新しいオペレーティング・システムのインストール後にカラー・プロファイルを再インストールする必要があります。25 ページの「工場出荷時の色調整機能の使用 (一部のモデル)」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。

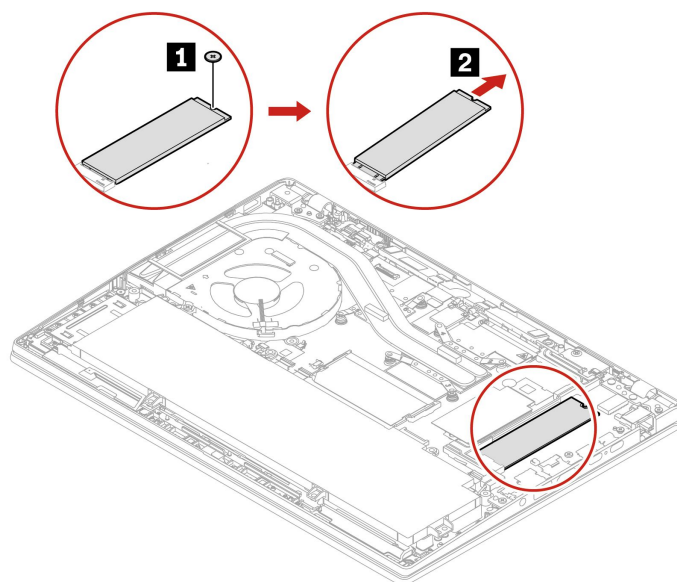
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブの交換は、修理の目的でのみ行ってください。M.2 ソリッド・ステート・ドライブは、頻繁な着脱や交換に耐えるようには設計されていません。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブを交換する前に、保存しておきたいデータはすべてバックアップ・コピーを作成してください。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブに圧力をかけないでください。
- 接触エッジや M.2 ソリッド・ステート・ドライブの回路ボードには触れないでください。M.2 ソリッド・ステート・ドライブが損傷する恐れがあります。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブに物理的な衝撃や振動を与えないでください。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。49 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・アセンブリを取り外します。50 ページの「ベース・カバー・アセンブリ」を参照してください。

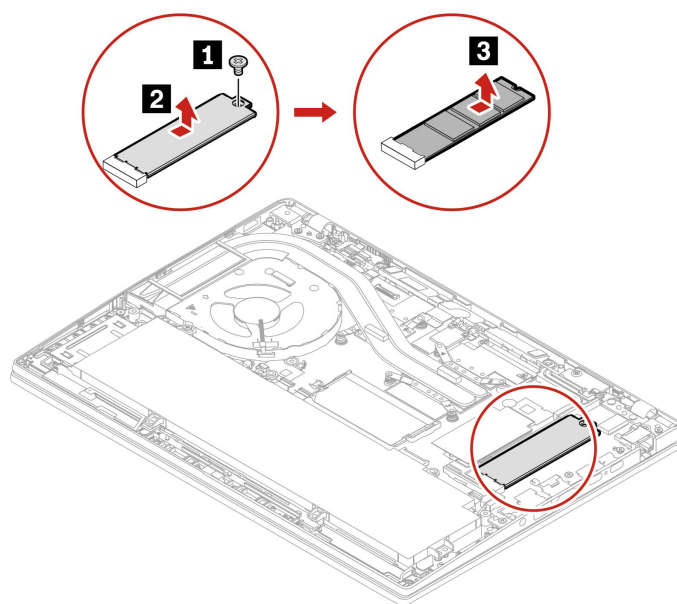
取り外し手順

タイプ 1



タイプ 2

ねじを取り外して M.2 ソリッド・ステート・ドライブ・ブラケットを取り外し、M.2 ソリッド・ステート・ドライブを取り外します。



M.2 ソリッド・ステート・ドライブおよび M.2 ソリッド・ステート・ドライブ・ブラケット (AMD モデルのみ)

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](#)」をお読みください。

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、46 ページの「Windows オペレーティング・システムおよびドライバのインストール」を参照してください。
- ご使用のコンピューターにカラー・プロファイルがインストールされている場合は、新しいオペレーティング・システムのインストール後にカラー・プロファイルを再インストールする必要があります。25 ページの「工場出荷時の色調整機能の使用 (一部のモデル)」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。

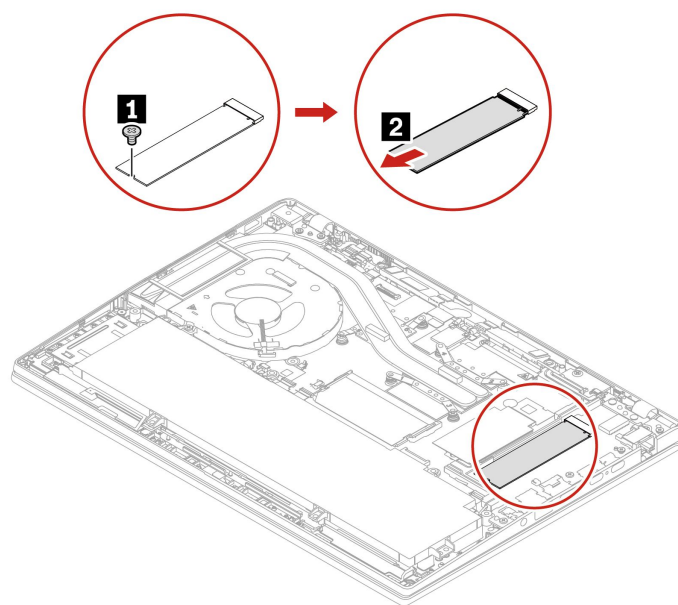
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブの交換は、修理の目的でのみ行ってください。M.2 ソリッド・ステート・ドライブは、頻繁な着脱や交換に耐えるようには設計されていません。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブを交換する前に、保存しておきたいデータはすべてバックアップ・コピーを作成してください。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブに圧力をかけないでください。
- 接触エッジや M.2 ソリッド・ステート・ドライブの回路ボードには触れないでください。M.2 ソリッド・ステート・ドライブが損傷する恐れがあります。
- M.2 ソリッド・ステート・ドライブに物理的な衝撃や振動を与えないでください。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。49 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。50 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。

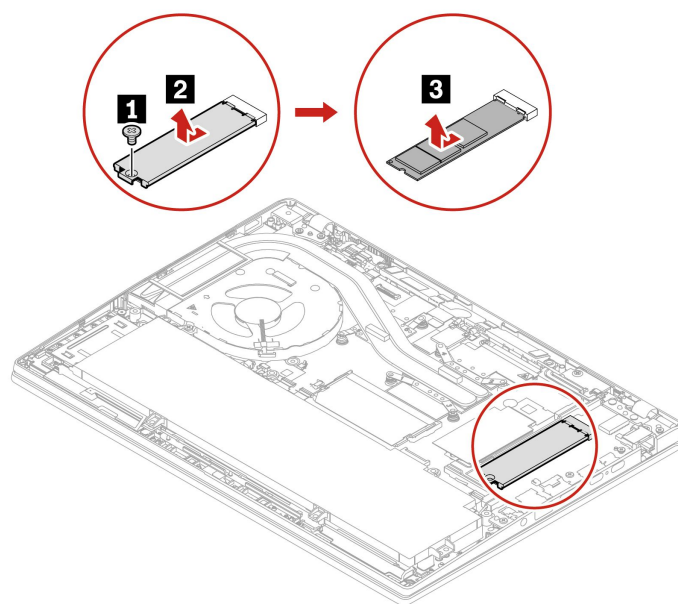
取り外し手順

タイプ 1



タイプ 2

ねじを取り外して M.2 ソリッド・ステート・ドライブ・ブラケットを取り外し、M.2 ソリッド・ステート・ドライブを取り外します。



第 7 章 サービスとサポート

よくある質問と答え

質問	解決法
「コントロール パネル」へのアクセス方法。	Windows Search ボックスに、Control Panel と入力し、Enter キーを押します。
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。	1. 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。 2. ステップ 1 が機能しない場合: • 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: - 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。	1. 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。 2. 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。 3. 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。 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と使用できなくなる恐れがあります。
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。

質問	解決法
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: Vantage アプリを開き、「デバイス」→「System Update」をクリックします。 • Lenovo サポート Web サイトから: 1. 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。 2. 「Driver & Software」（ドライバーとソフトウェア）→「Manual Update」（手動更新）をクリックします。 • Windows Update から: 1. Windows の検索ボックスに「設定」と入力し、Enter キーを押します。 2. 「Windows Update」→「更新プログラムの確認」をクリックします。 更新パッケージが利用できる場合は、画面の手順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。
コンピューターの電源をオンにした時に LCD が黒くなる場合はどうすればいいですか。	LCD 自己診断テストを実行するには: 1. コンピューターが電源アダプターに接続されていることを確認します。 2. 電源ボタンを約 7 秒間押してコンピューターの電源を切ります。 3. Fn、左 Ctrl、および電源ボタンを同時に押します。コンピューターが画面全体に 5 つの単色を順番に表示する場合は、LCD が正常に機能していることを示しています。 4. テストは約 20 秒間続き、その後自動的に終了します。電源ボタンを押してテストを終了することもできます。

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。72 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 - 無効なリモー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。	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。
	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。
	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。
	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。

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：コンピュータの保守を自分で行う前に、スマートセンターに問い合わせ、正しいドキュメントと修理情報を参照することをお勧めします。エラーや障害の複雑さによっては、Lenovo 認定のサービス提供者にコンピュータの修理を依頼することをお勧めする場合があります。

Lenovo Memory Self Repair (Intel モデルのみ)

Lenovo Memory Self Repair (以下、「修復ツール」と呼びます)を使用すると、内部冗長リソースを使用してメモリーのシングル・ビットまたは単一列の障害を修復できます。

以下の状況では、修復ツールを使用することをお勧めします。

- オペレーティング・システムが不安定である (ブルー・スクリーン・エラーやシステム・クラッシュが発生するなど)。
- アプリケーションが異常に動作する (予期せず終了またはクラッシュするなど)。
- テスト結果はメモリー関連のエラーを示します。

注：修復ツールは、コンピューターの電源を正常にオンにできる場合にのみ使用できます。

修復ツールを使用するには、次の手順を実行します。

1. コンピューターを再起動します。
2. ロゴ画面が表示されているときに、以下のいずれかの方法で修復ツールを起動します。
 - F4 キーを押します。
 - Enter キーを押して「Startup Interrupt Menu」を表示し、F4 キーを押します。
 - F12 キーを押して「App Menu」を表示し、「Lenovo Memory Self Repair」を選択します。
3. 表示されたウィンドウの重要な情報を読み、「Yes」をクリックしてツールを実行します。
4. ポップアップ・ダイアログ・ボックスで修復結果を確認します。結果には3つの種類があります。
 - **Memory Repaired:** メモリー障害が検出され、修復されていることを示します。

- **Memory failure detected but repair was unsuccessful:** メモリー障害が検出されましたが、修復できないことを示します。
- **No failure detected:** メモリー障害が検出されなかったことを示します。

問題が解決しない場合は、再試行するか、Lenovo に連絡して追加のサポートを依頼してください。

5. 「Continue」をクリックすると、コンピューターがオンになります。

関連トピック

71 ページの「電話によるサポート」

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。
トラブルシューティングおよびよくある質問と答え	• https://www.lenovo.com/tips • https://forums.lenovo.com
ユーザー補助情報	https://www.lenovo.com/accessibility
Windows を初期状態に戻すか、復元する	• Lenovo リカバリー・オプションを使用します。 1. https://support.lenovo.com/HowToCreateLenovoRecovery にアクセスします。 2. 画面に表示される指示に従ってください。 • Windows リカバリー・オプションを使用します。 1. https://pcsupport.lenovo.com にアクセスします。 2. ご使用のコンピューターを検出するか、コンピューター・モデルを手動で選択します。 3. リカバリー手順については、「トラブルシューティング」メニューに移動してオペレーティング・システムを診断します。
Vantage アプリを使用して以下を行います。 • 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。 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。	Windows Search ボックスに、Vantage と入力し、Enter キーを押します。
製品資料： • 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」	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。

リソース	アクセスする方法。
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。 • ドライバーとソフトウェア • 診断解決法 https://pcsupport.lenovo.com • 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	
Windows ヘルプ情報	• 「スタート」メニューを開き、「ヘルプ」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 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 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/howtotell/Hardware.aspx> を参照してください。

- 中華人民共和国では、Windows オペレーティング・システムのどのエディションが初期インストールされているコンピューター・モデルでも、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 Pro エディション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詳しくは、<https://www.microsoft.com/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、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 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 Pro エディションの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。

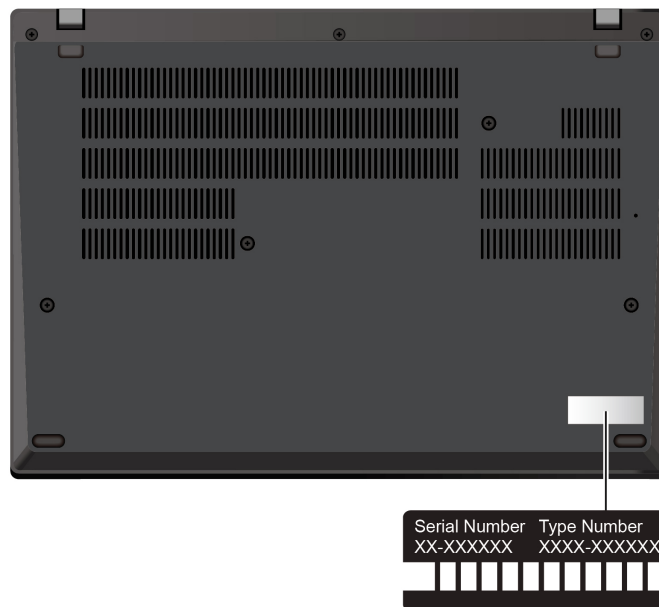
1. 問題の症状と詳細の記録:

- 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。



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 規制情報

規制情報については、*Regulatory Notice* (<https://pcsupport.lenovo.com>) および 一般的な安全と規制に関する注意 (https://pcsupport.lenovo.com/docs/generic_notices) を参照してください。

認証に関する情報

表 1. Intel モデルの場合

製品名	コンプライアンス ID	マシン・タイプ
- ThinkPad T14 Gen 4 - ThinkPad P14s Gen 4	- TP00135D - TP00135D0² - TP00135DE² - TP00135DM² - TP00135D1² - TP00135DF² - TP00135DN² - TP00135D2² - TP00135DG² - TP00135DO² - TP00135D3² - TP00135DH² - TP00135DP² - TP00135D4² - TP00135D5² - TP00135D6² - TP00135D7² - TP00135D8² - TP00135D9² - TP00135DA² - TP00135DI² - TP00135DB² - TP00135DJ² - TP00135DC² - TP00135DK² - TP00135DD² - TP00135DL²	- ThinkPad T14 Gen 4: 21HD および 21HE - ThinkPad P14s Gen 4: 21HF および 21HG
- ThinkPad T16 Gen 2 - ThinkPad P16s Gen 2	- TP00136D - TP00136D0² - TP00136DG² - TP00136DO² - TP00136D1² - TP00136DH² - TP00136DP²	- ThinkPad T16 Gen 2: 21HH および 21HJ - ThinkPad P16s Gen 2: 21HK および 21HL

表 1. Intel モデルの場合 (続き)

製品名	コンプライアンス ID	マシン・タイプ
	• TP00136D2² • TP00136DI² • TP00136DQ² • TP00136D3² • TP00136DJ² • TP00136DR² • TP00136D4² • TP00136D5² • TP00136D6² • TP00136D7² • TP00136D8² • TP00136D9² • TP00136DA² • TP00136DB² • TP00136DC² • TP00136DK² • TP00136DD² • TP00136DL² • TP00136DE² • TP00136DM² • TP00136DF² • TP00136DN²	

表 2. AMD モデルの場合

製品名	コンプライアンス ID	マシン・タイプ
• ThinkPad T14 Gen 4 • ThinkPad P14s Gen 4	• TP00135C • TP00135C0² • TP00135C1² • TP00135C2²	• ThinkPad T14 Gen 4: 21K3 および 21K4 • ThinkPad P14s Gen 4: 21K5 および 21K6
• ThinkPad T16 Gen 2 • ThinkPad P16s Gen 2	• TP00136C • TP00136C0² • TP00136C1² • TP00136C2² • TP00136C3² • TP00136C4² • TP00136C5² • TP00136C6²	• ThinkPad T16 Gen 2: 21K7 および 21K8 • ThinkPad P16s Gen 2: 21K9 および 21KA

² インド専用

ご使用の製品に関連するその他の規制情報は、<https://www.lenovo.com/compliance> で入手できます。

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位置を示しています。

ThinkPad T14 Gen 4 および ThinkPad P14s Gen 4



- 1** ワイヤレス LAN アンテナ (メイン)、サンダー・ブラック・モデル
- 2** ワイヤレス LAN アンテナ (メイン)、ストーム・グレー・モデル
- 3** ワイヤレス LAN アンテナ (補助)、ストーム・グレー・モデル
- 4** ワイヤレス LAN アンテナ (補助)、サンダー・ブラック・モデル
- 5** ワイヤレス WAN アンテナ (メイン)
- 6** ワイヤレス WAN アンテナ (補助)

ThinkPad T16 Gen 2 および ThinkPad P16s Gen 2



- 1** ワイヤレス LAN アンテナ (メイン)、サンダー・ブラック・モデル
- 2** ワイヤレス LAN アンテナ (メイン)、ストーム・グレー・モデル
- 3** ワイヤレス LAN アンテナ (補助)、ストーム・グレー・モデル
- 4** ワイヤレス LAN アンテナ (補助)、サンダー・ブラック・モデル
- 5** ワイヤレス WAN アンテナ (メイン)
- 6** ワイヤレス WAN アンテナ (補助)

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。

相対湿度

- 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)

付録 B 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ます。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ます。

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ます。

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ます。

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、Microsoft Teams、Windows、BitLocker、および Cortana は、Microsoft グループの商標です。Mini DisplayPort (mDP) および DisplayPort は Video Electronics Standards Association の商標です。NVIDIA は NVIDIA Corporation の登録商標です。Dolby Voice および Dolby Audio は、Dolby Laboratories Licensing Corporation 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。