การปฏิบัติกิจกรรม 5 ส IT
คู่มือดูแลรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์เบื้องต้น

จัดทำโดยกลุ่มพัฒนาระบบงานคลัง

กุมภาพันธ์ 2562

คำนำ

การจัดทำคู่มือการปฏิบัติกิจกรรม 5 ส IT เพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดการปฏิบัติกิจกรรม 5 ส IT ของกองคลังกรมปศุสัตว์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ใช้เครื่องคอมพิวเตอร์สามารถดูแลรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์ที่ตนใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้องด้วยตนเอง และช่วยให้เครื่องคอมพิวเตอร์มีอายุการใช้งานยาวนานไม่มีปัญหาในการทำงาน ช่วยในการทำงานได้คล่องตัว สะดวก รวดเร็ว คุ้มค่ากับงบประมาณพร้อมทั้งได้แสดงขั้นตอนวิธีการไว้ในคู่มือฉบับนี้แล้ว

กลุ่มพัฒนาระบบงานคลังหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือดูแลรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์เบื้องต้น จะให้ความรู้และประโยชน์ในการดูแลรักษาเครื่องด้วยตนเองได้

จัดทำโดย

กลุ่มพัฒนาระบบงานคลัง

สารบัญ

เรื่อง **หน้า**

การดูแลรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์เบื้องต้น

1. ด้านฮาร์ดแวร์ (Hardware) หรือ อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่อยู่ภายใน และภายนอกเครื่องคอมพิวเตอร์ 1
2. ด้านซอต์ฟแวร์ (Software) หรือ โปรแกรมที่ใช้กับเครื่องคอมพิวเตอร์ 2
3. ด้านผู้ใช้งาน (Peopleware) หรือ ผู้ใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ 3

วิธีดูแลรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์เบื้องต้น

Screen Saver 4

Disk Cleanup 5

Check Disc 6

Defragment 7

Window defender 8

Antivirus program 9

การดูแลรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์เบื้องต้น

การดูแลรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์ แบ่งออกเป็น 3 ด้านหลัก ๆ คือ

1. ด้านฮาร์ดแวร์ (Hardware) หรือ อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่อยู่ภายใน และภายนอกเครื่องคอมพิวเตอร์

1.1 ที่ตั้งของเครื่องคอมพิวเตอร์

- ควรวางเครื่องคอมพิวเตอร์ให้ห่างจากผนังไม่น้อยกว่า 15 เซนติเมตร ไม่ควรวางมุมอับ หรือชิดกำแพง เพื่อให้อากาศถ่ายเทสะดวก ลดความร้อนภายในเครื่อง
- ควรวางเครื่องคอมพิวเตอร์ไว้บนโต๊ะ จะดีกว่าวางใต้โต๊ะหรือวางกับพื้น เพราะพื้นจะมีฝุ่นมากกว่า หรือ ระหว่างการใช้งาน ขาอาจไปกระแทกกับเครื่อง ทำให้เกิดความเสียหายได้ง่าย
- ควรวางเครื่องคอมพิวเตอร์ให้ห่างจากแหล่งสนามแม่เหล็ก เพื่อป้องกันการเสียหายของอุปกรณ์คอมพิวเตอร์
- ไม่ควรวางเครื่องคอมพิวเตอร์ไว้ใกล้หน้าต่างที่มีแสงแดดและฝนสามารถเข้าถึงได้ เพราะจะทำให้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ เสียหายได้

1.2 ความสะอาดภายในเครื่องคอมพิวเตอร์

- ควรดูแลเช็ดทำความสะอาด ขจัดฝุ่นละออง เส้นผม ใยแมงมุง ที่เกาะอยู่ ตามเครื่องหรือช่องระบายความร้อนออกของฝาเครื่องคอมพิวเตอร์

1.3 การดูแลและทำความสะอาดอุปกรณ์ภายนอกเครื่องคอมพิวเตอร์

- วิธีการดูแลรักษาแป้นพิมพ์(keyboard)
  - ปัดฝุ่นและทำความสะอาดเป็นประจำอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง
  - ห้ามทำน้ำหรืออาหารหกใส่แป้นพิมพ์
- วิธีการดูแลรักษาจอภาพ (Monitor)
  - ทำความสะอาดหน้าจอโดยใช้ผ้าแห้ง ๆ นุ่ม ๆ สะอาดเช็ดอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง
  - อย่านำแม่เหล็กเข้าใกล้จอภาพ
- วิธีการดูแลรักษาเครื่องพิมพ์ (Printer)
  - ปิดเครื่องพิมพ์ทุกครั้งหลังใช้งาน
  - เมื่อกระดาษติดอย่ากระชากให้ค่อย ๆ ดึงออก
  - ใช้ผ้าเช็ดเครื่องพิมพ์ในกรณีที่หมึกเลอะและมีคราบฝุ่น
- วิธีการดูแลรักษาเมาส์ (Mouse)
  - ควรวางเมาส์ไว้ที่แผ่นรองเมาส์ทุกครั้ง
  - อย่ากระแทกเมาส์กับพื้นโต๊ะ
- วิธีการดูแลรักษาตัวเครื่อง (Case)
  - ไม่ควรให้เครื่องอยู่บริเวณที่มีอุณหภูมิสูง
  - ห้ามทำน้ำหรืออาหารหกใส่เครื่อง
  - ใช้ผ้าเช็ดเครื่องกรณีที่เครื่องมีฝุ่นเยอะ ควรเช็ดอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง
- วิธีการดูแลลำโพง
  - เมื่อกรณีที่ลำโพงมีฝุ่นควรใช้ผ้าเช็ดทำความสะอาด
  - ไม่ควรวางไว้ใกล้กับแม่เหล็ก

1.4 อื่นๆ

- ไม่ควรเคลื่อนย้ายเครื่องคอมพิวเตอร์ หรือถอดสายใด ๆ ที่เชื่อมต่อกับเครื่องในขณะที่กำลังเปิดใช้เปิดใช้งาน
- ไม่ควรนำน้ำ กาแฟ หรือของเหลวอื่น ๆ มาตั้งใกล้เครื่อง เพราะสิ่งเหล่านี้อาจทำให้เครื่องได้รับความเสียหายได้
- ไม่ควรเปิดเครื่องคอมพิวเตอร์ทันทีหลังจากปิดเครื่อง ให้รอประมาณ 1 นาทีจึงเปิดเครื่องใหม่ เพราะกระแสไฟอาจทำให้ เครื่องคอมพิวเตอร์เสียหายได้
- ไม่ควรปิดเครื่องโดยกดปุ่ม Power เพราะจะทำให้โปรแกรมหรือไฟล์ที่กำลังทำงานเสียหาย **วิธีที่ถูกต้อง คือ ควรใช้คำสั่งปิด (Shutdown/Turn off) ผ่านวินโดว์**
- ไม่ควรวางสิ่งของปิดกั้นช่องระบายอากาศของจอภาพและเครื่องคอมพิวเตอร์ (Case)

2. ด้านซอต์ฟแวร์ (Software) หรือ โปรแกรมที่ใช้กับเครื่องคอมพิวเตอร์

2.1 การเก็บข้อมูล

- ควรเก็บข้อมูล เอกสาร ไฟล์ต่าง ๆ แนะนำให้เก็บไว้ไดร์ฟอื่น ที่ไม่ใช่ไดร์ฟซี (Drive C)

2.2 รู้จักสังเกตโปรแกรมแปลก ๆ

- โปรแกรมแปลก ๆ ที่ไม่เคยเห็นในเครื่องแต่แรก
- ควรอ่าน หรือ ดูให้ดี ก่อนคลิกตอบรับ ไม่ควรคลิก Next Yes OK แบบไม่ได้อ่าน หรือ อ่านไม่เข้าใจ แปลไม่ออก ให้กด Cancel ดีกว่า เพราะจะได้โปรแกรมที่ติดมาโดยที่เราไม่รู้ตัว โดยเฉพาะเข้าเว็บยอดฮิต อาจติดไวรัส สปายแวร์ หรือโปรแกรมที่ไม่พึงประสงค์เข้ามาในเครื่องคอมพิวเตอร์

2.3 การดูแลและบำรุงรักษาระบบขั้นพื้นฐาน ควรทำให้สม่ำเสมอ จะทำให้การใช้งานโปรแกรมไม่อืด ไม่ช้า

- ควรลบขยะบนฮาร์ดดิสก์ (Disk Cleanup) เดือนละ 1 ครั้ง (หน้าที่ 5)
- ควรตรวจสอบสภาพฮาร์ดดิสก์ (Check Disk) เดือนละ 1 ครั้ง (หน้าที่ 6)
- ควรจัดเรียงข้อมูลเพื่อเร่งความเร็วในการอ่านข้อมูล (Disk Defragmenter) เดือนละ 1 ครั้ง (หน้าที่ 7)

3. ด้านผู้ใช้งาน (Peopleware) หรือ ผู้ใช้เครื่องคอมพิวเตอร์

3.1 อ่าน

- ควรอ่านสักนิด ก่อนคลิกอะไร จะได้รู้ว่าต้องทำอะไรบ้าง หรือให้ถามจากผู้รู้ก็ยังดี

3.2 อารมณ์

- ไม่ควรเคาะคีย์บอร์ดแรง ๆ กระแทกเมาส์แรง ๆ หรือดับเบิ้ลคลิกเมาส์ถี่ ๆ เพราะไม่ได้ช่วยทำให้เครื่องทำงานเร็วขึ้น แต่จะทำให้ช้ามากขึ้นถึงขั้นเครื่องค้าง

3.3 ทำโดยไม่รู้

- ไม่ควรไม่รู้แล้วทำ โดยเฉพาะเรื่องการเชื่อมต่ออุปกรณ์เสริม ก่อนใช้งานควรอ่านคู่มือสักนิด เช่น ช่องเสียบใส่ไม่เข้า ก็พยายามฝืนดันเข้าไป
- การดาว์นโหลดโปรแกรมจากเว็บไซต์ ต้องระวังให้มาก

3.4 จัดระเบียบเอกสาร

- ควรจัดโฟลเดอร์และเอกสารที่ใช้งานให้เป็นระเบียบ จะช่วยประหยัดเวลา และทำงานได้เร็วยิ่งขึ้น เพราะเวลาในการหาไฟล์เอกสารต่าง ๆ ก็สะดวกมากขึ้น เครื่องก็ทำงานเบาลง

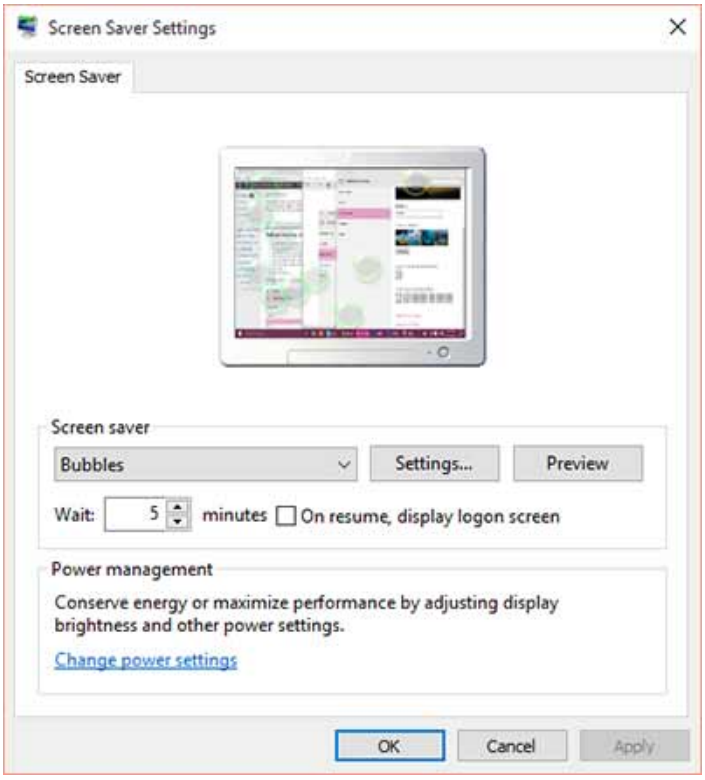
วิธีดูแลและบำรุงรักษาระบบขั้นพื้นฐาน

Screen Saver

Screen Saver คือ โปรแกรมที่จะแสดงต่อเมื่อ ไม่มีการใช้งานคอมพิวเตอร์ในระยะเวลาหนึ่ง อาจแสดงข้อความ รูปภาพ วีดีโอ หรือแม้แต่ภาพเคลื่อนไหวต่าง ๆ ทำหน้าที่รักษาจอภาพ

วิธีตั้งค่า Screen Saver

1. คลิกขวาที่หน้าจอ Desktop
2. คลิกเลือก Personalize
3. คลิกเลือกเมนู Lock Screen
4. คลิกเลือก Screen Saver settings ด้านล่างสุดของหน้าจอ
5. จะพบหน้าต่าง Screen Saver settings
6. ทำการแก้ไขปรับแต่งตามต้องการ
7. ที่ชอง Screen Saver ให้คลิกเลือก Screen Saver ที่ต้องการ
8. ตัวอย่างเช่น เลือก Bubbles (ฟองสบู่ หรือฟองแชมพู)
9. ที่ช่อง Wait เลือกกำหนดเวลาว่าจะให้แสดง เมื่อไม่มีการใช้งานนานกี่นาที
10. กดปุ่ม Apply
11. กดปุ่ม OK เพื่อยืนยัน



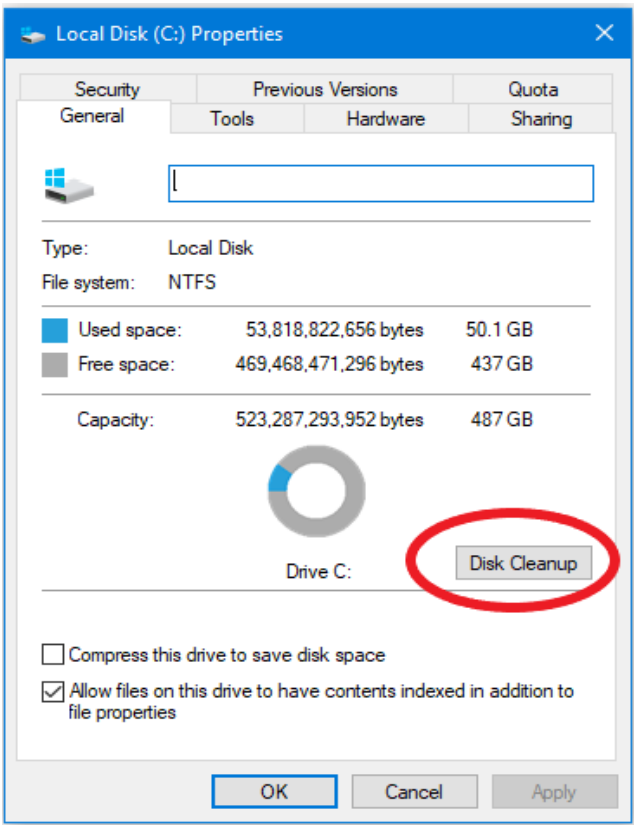
Disk Cleanup

Disk Cleanup คือ หนึ่งในโปรแกรม สำหรับใช้บำรุงรักษาเครื่องคอมพิวเตอร์ ใช้ในการทำความสะอาด Hard disk โดยลบไฟล์ต่าง ๆ ที่ไม่จำเป็นออก เช่น ไฟล์ Temporary รวมไปถึง ไฟล์อินเตอร์เน็ตต่าง ๆ ที่เก็บไว้ใน Cache ของ browser เพื่อให้ Hard disk ของเครื่องคอมพิวเตอร์มีเนื้อที่เหลือในการใช้งานเพิ่มมากขึ้น ทำงานได้เร็วมากขึ้น

เนื่องจากมีพื้นที่เหลือว่างสำหรับการจัดการข้อมูลต่าง ๆ ควรทำ Disk Cleanup กับเครื่องคอมพิวเตอร์เป็นประจำ เดือนละ 1 ครั้ง

วิธีการเรียกใช้งานโปรแกรม Disk Cleanup

1. เปิด My Computer กด Right-Click ที่ Drive ที่ต้องการ เช่น C:\ เลือกเมนู
2. เลือก Properties
3. เลือก General
4. เลือก Disk Cleanup
5. เลือกไดร์ฟที่ต้องการ Disk Cleanup
6. คลิกเครื่องหมายถูกในไฟล์โดยสามารถเลือกได้ทั้งหมดโดยที่ไม่มีปัญหาใดๆ ต่อการทำงานของเครื่องสามารถสังเกตได้ด้วยว่า ที่คุณเลือกไปนั้นสามารถคืนพื้นที่กับ Hard disk ได้เท่าไรที่ข้างล่างของโปรแกรม
7. คลิก โอเค โปรแกรมจะถามว่าคุณแน่ใจหรือไม่ที่จะลบไฟล์เหล่านี้ให้คุณตอบ Yes จากนั้นโปรแกรมจะทำการลบไฟล์ต่าง ๆ เหล่านั้นต่อไป



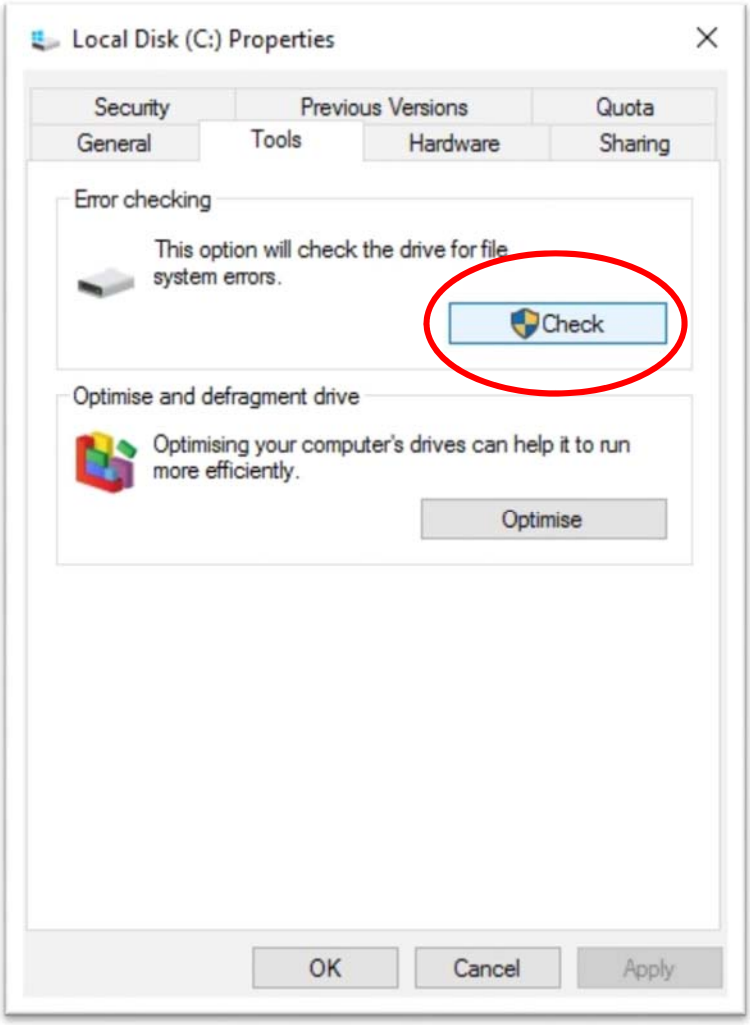
Check Disc

Check Disk คือ การตรวจสอบความผิดปกติของฮาร์ดดิสก์

วิธีการเรียกใช้งานโปรแกรม Check Disk

1. เปิด My Computer กด Right-Click ที่ Drive ที่ต้องการตรวจสอบ เช่น C:\ เลือกเมนู "Properties..."
2. คลิกที่ Tools จะปรากฏหน้าจอตามรูป ในส่วนของ Error-checking ให้ท่านคลิกที่ "Check now..."
3. ทำเครื่องหมายถูกที่ " Scan for and attempt recovery of bad sectors" จากนั้นคลิก Start เพื่อเริ่มการตรวจสอบและแก้ไข" หลังจากตรวจสอบแล้ว หากพบข้อผิดพลาดใดก็ตามก็จะถูกแก้ไขให้อัตโนมัติ

หมายเหตุ ขณะที่ทำการ Scan Disk ไม่ควรเปิดโปรแกรมใด ๆ



Defragment

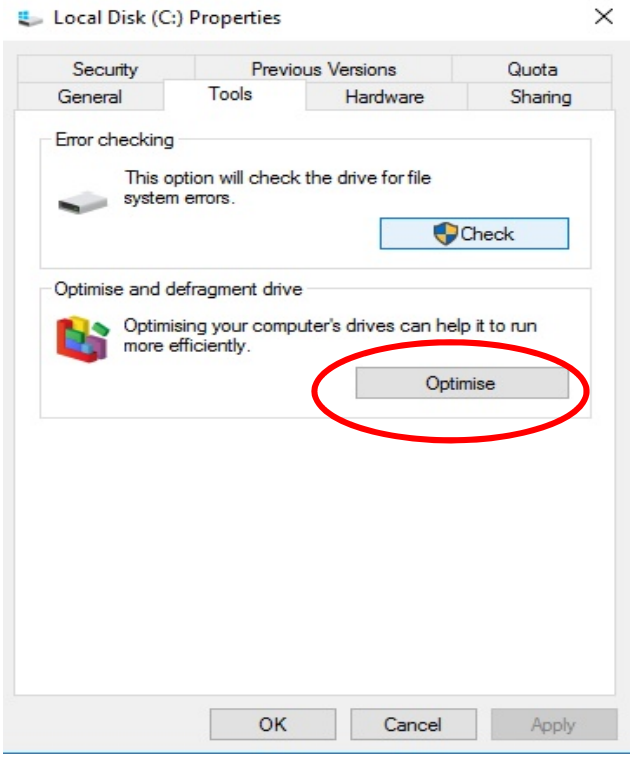
Defragment คือ การจัดข้อมูลต่าง ๆ ที่บันทึกลงไปในฮาร์ดดิสก์ให้เป็นระเบียบเนื่องจากเมื่อมีการติดตั้งโปรแกรม Save หรือ Delete ข้อมูลใหม่ ๆ ลงไปข้อมูลเหล่านี้จะถูกจัดเก็บอย่างกระจัดกระจายในฮาร์ดดิสก์ ซึ่งนั่นจะทำให้ การทำงานของเครื่องช้าลงเนื่องจาก การอ่านข้อมูลต้องกระโดดข้าม ไป-มา ในแต่ละส่วนของดิสก์ที่แยกกระจายกันนั้นเพียงเพื่ออ่านข้อมูล ที่ต้องการไฟล์เดียวการใช้โปรแกรม Defragmenter นั้นจะช่วยให้ข้อมูลเหล่านี้เป็นระเบียบ ด้วยการจัดเอาข้อมูลของโปรแกรมและไฟล์ต่าง ๆ ให้อยู่รวมกันอย่างเป็นหมวดหมู่อันส่งผลให้ฮาร์ดดิสก์ เรียกหาข้อมูล ได้รวดเร็วแก้ปัญหาเครื่องโหลดเข้าโปรแกรมนานหรือเครื่องช้าได้ การทำ Disk Defragment นี้ควรทำอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง เพื่อให้ฮาร์ดดิสก์มีระเบียบอยู่ตลอดรวมทั้งหากได้มีการติดตั้งโปรแกรมใหม่ ๆ ลงไปก็ควรทำการ Defragment ด้วย

วิธีการเรียกใช้งานโปรแกรม Defragment

1. ดับเบิ้ลคลิกที่ My Computer คลิกขวาไดร์ฟที่ต้องการทำ Defragment เลือก Properties
2. คลิกที่แท็บ Tools จากนั้นคลิกที่ Defragment Now
3. คลิกที่ Defragment
4. จากนั้นให้รอ เครื่องจะทำการ Defragment ซึ่งอาจจะใช้เวลานาน
5. เมื่อเครื่อง Defragment เสร็จเครื่องจะแจ้งให้ทราบถ้าต้องการดูรายละเอียดต่าง ๆ ของการ Defragment ให้คลิกที่ View Report ถ้าไม่ต้องการก็ให้คลิกที่ Close

หมายเหตุ

- ก่อนทำ Defragment ให้ทำการ Disk Cleanup และ Scan Disk ก่อน
- ขณะที่กำลังทำการ Defrag หากต้องการยกเลิกการทำงาน จะต้องกดที่ Stop เท่านั้น **ห้ามปิด เครื่องหรือกดปุ่ม Reset เป็นอันขาดมิฉะนั้นข้อมูลในฮาร์ดดิสก์อาจจะสูญหายได้**

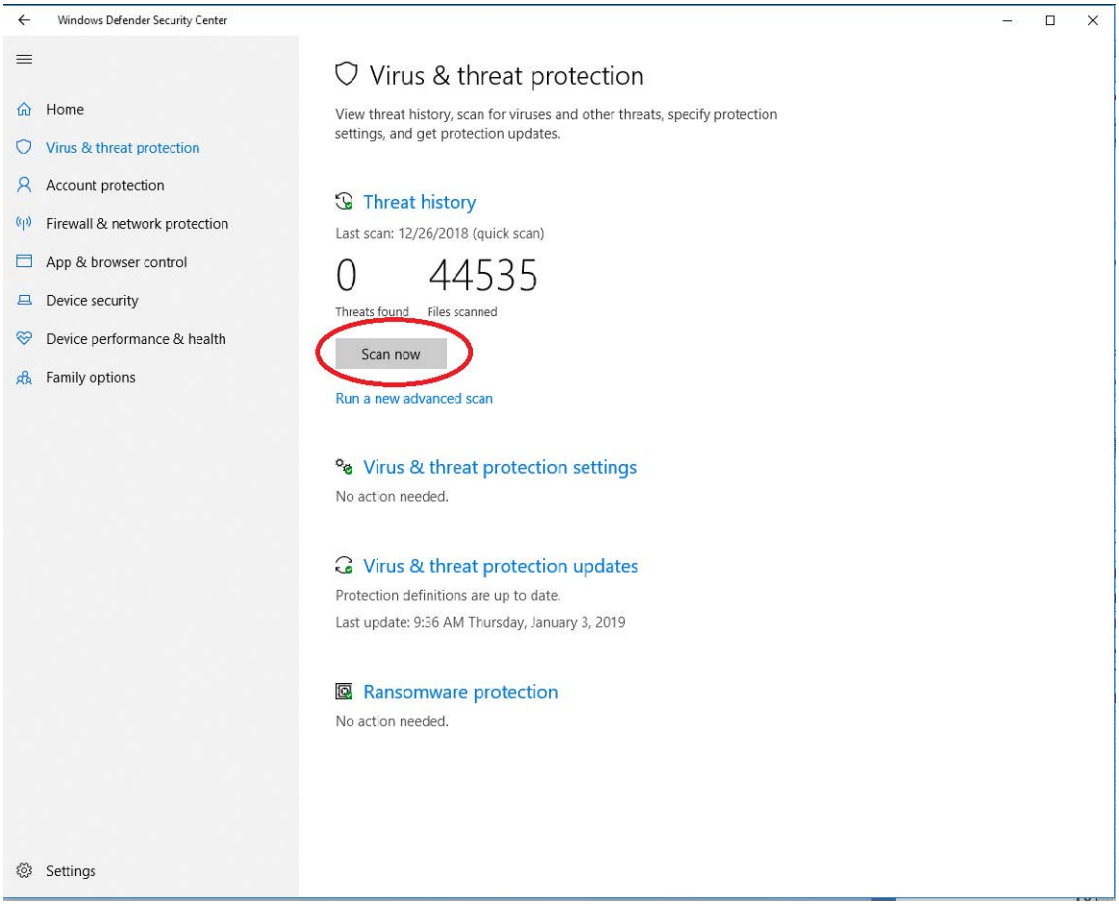


Window defender (มีเฉพาะวินโดว์ 10)

Window defense คือ ซอฟต์แวร์ป้องกันสปายแวร์หรือมัลแวร์ที่มีอยู่ใน Windows และทำงานโดยอัตโนมัติเมื่อเปิดใช้ จะช่วยป้องกันคอมพิวเตอร์จากสปายแวร์และซอฟต์แวร์ หรือจากป๊อปอัพ อาการเครื่องทำงานช้า และไวรัสหรือสปายแวร์ที่คุกคามระบบความปลอดภัย ซึ่งอาจอยู่ในคอมพิวเตอร์โดยที่เราไม่รู้: มัลแวร์นั้นอาจติดตั้งตัวเองจากอีเมล เมื่อคุณเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ต หรือเมื่อคุณติดตั้งโปรแกรมบางอย่างโดยใช้แฟลชไดรฟ์ USB, ซีดี, ดีวีดี

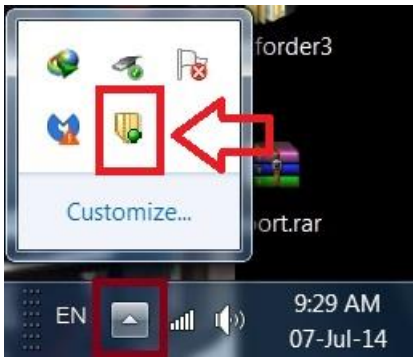
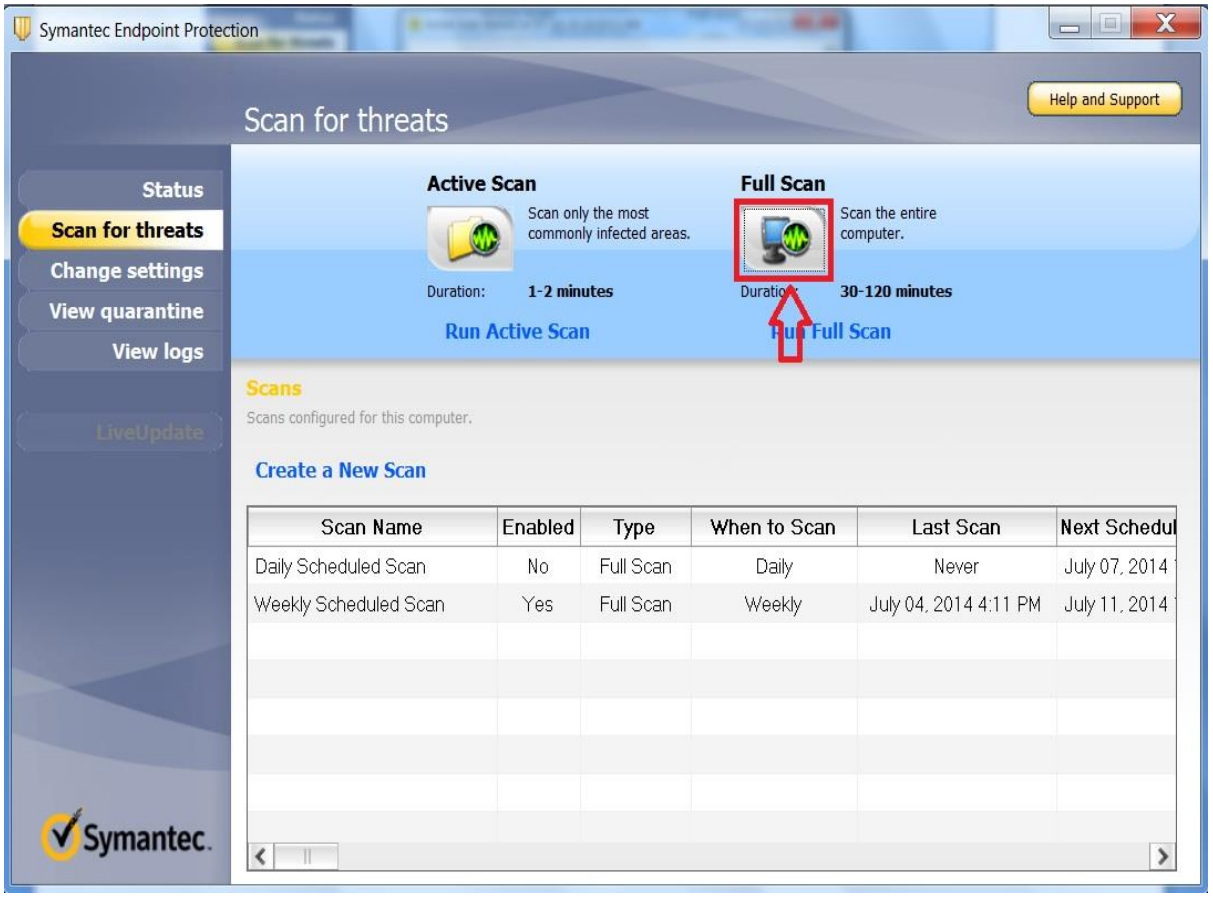
วิธีการเรียกใช้งานโปรแกรม Window defense

1. เข้า ปุ่ม Search แล้วพิมพ์คำว่า **Windows Defender**
2. ในแท็ป home ให้คลิกเลือกรูปแบบการสแกน ซึ่งมีหลายตัวเลือก เลือกตัวใดตัวหนึ่ง
   - **Quick** = ตรวจไวรัสเร่งด่วน
   - **Full** = ตรวจไวรัสทั้งเครื่องคอมพิวเตอร์ของคุณ
   - **Custom** = ตรวจไวรัสตามที่อยู่โฟลเดอร์ หรือไดร์ฟ ที่คุณกำหนด
3. เมื่อเลือกเสร็จแล้ว ก็คลิก **scan now** เพื่อเริ่มทำการตรวจไวรัส สามารถสังเกตแถบสีด้านบนถึงสถานะของเครื่องคอมพิวเตอร์ได้ ถ้าเป็นสีเขียวหมายถึงไม่มีมัลแวร์ทำงานอยู่ ถ้าเป็นสีเหลืองหมายถึง พบมัลแวร์ทำงาน แต่ถ้าเป็นสีแดงหมายถึง พบมัลแวร์ไวรัสในเครื่อง



Antivirus program

Antivirus program คือ โปรแกรมประเภทหนึ่งที่ช่วยป้องกันตรวจหา และกำจัดไวรัสก่อนที่ไวรัสนั้นจะเข้ามาทำลายโปรแกรมหรือข้อมูลในเครื่องคอมพิวเตอร์ มีหน้าที่การทำงาน 2 ลักษณะ คือ ระบุชื่อของไวรัสที่รู้จัก และตรวจสอบผลของการทำลายจากไวรัสในแฟ้มต่าง ๆ

วิธีการเรียกใช้งานโปรแกรม Antivirus Symantec Protection

1. ไปด้านล่างแถบขวามือ และกดลูกศรขึ้นตามภาพจะเห็น Antivirus Symantec Protection
2. กดแท็บ Scan for threats จะพบว่ามีให้เราเลือก 2 แบบ
   แบบที่ 1 Run Active Scan จะ Scan แบบรวดเร็ว
   แบบที่ 2 Run Full Scan จะ Scan แบบละเอียดและโอกาสพบไวรัสมากกว่า ให้เลือก Scan แบบที่ 2 สัปดาห์ละ 1 ครั้ง