



*一般的な「環境設定リセット」

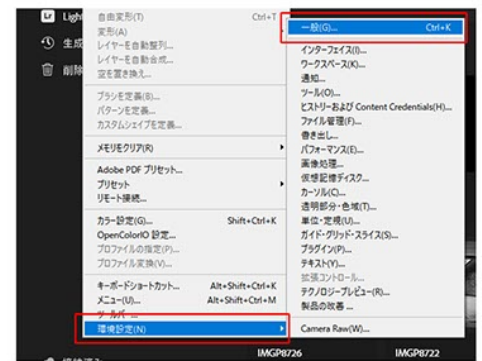
Photoshopを長く使っていると立ち上がりが遅くなったり、画像がなかなか開かない事があります。もちろんPCスペックでの違いはありますが、古いパソコンでも「環境設定リセット」するとスムーズに動くようになります。

「キャッシュを削除」も効果的ですが、「環境設定」の「パフォーマンス」にあった「キャッシュを削除」ボタンがPhotoshop2026ではなくなっています。その代わり **編集(E)** から「メモリをクリア」という機能があります。しかし、いまいち消しても実感出来ません。そこで今回は「環境設定リセット」にフォーカスを当てます。

①一般的な「環境設定リセット」の方法(その1)

Photoshopを立ち上げていただき、画面上の **編集(E)** 編集から「環境設定」をクリックします。

*Macは「Photoshop2026」から「設定」をクリックします
表示される項目から「一般」をクリックします。
「Ctrl」と「K」でも開きます！



②環境設定画面が表示されましたら **終了時に環境設定をリセット** をクリックします。すると「終了時環境設定をリセットしますか？」とメッセージが表示されます。

*ここで注意です。この方法で環境設定をリセットすると、アクションやブラシの設定は消えませんが、ショートカットのカスタマイズやパネル位置や大きさなどが初期化されます。問題なければ「はい」をクリックします。これでPhotoshopを閉じて再起動すると環境設定がリセットされています。



③一般的な「環境設定リセット」の方法(その2)

もう1つの方法はもっと簡単でPhotoshopをダブルクリックして立ち上がる前に「Ctrl」と「Shift」と「Alt」を押します。すると「設定ファイルを削除しますか？」で「はい」をクリックするだけです。

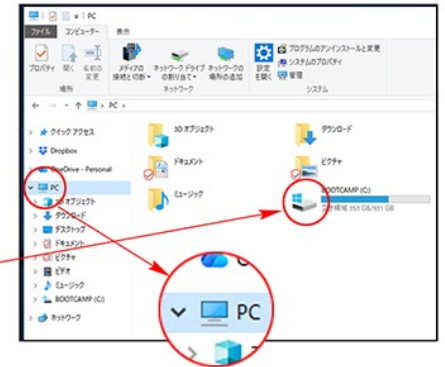




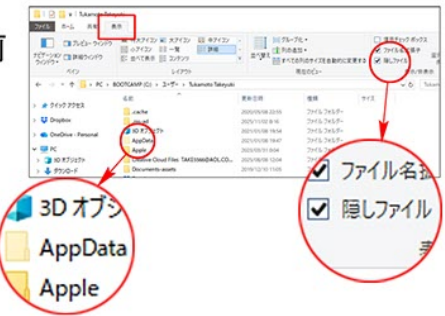
*「塚本式 環境設定リセット」 Windowsバージョン

環境設定リセットをする方法をご紹介しました。Photoshopの動作は早くはなりますが前述したようにパネルの位置やショートカットカスタマイズ、などなど細かいところが初期化してしまいます。これを改善するのが塚本式 環境設定リセットです(笑)

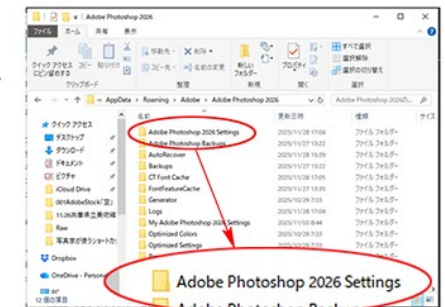
①ではPhotoshopは閉じている所から始めます。まず  PCを開きます。( と「E」を押して左側の項目から  PCをクリックすると開きます。)PC画面が表示されましたら、「ローカルディスク(C:)」もしくは「Windows(C:)」をダブルクリックします。(とにかく(C:)をWクリック)



②次に  ユーザー をWクリックして  Tukamoto Takeyuki ご自分の名前をWクリック次に  AppData をWクリック。(この  AppData は隠しフォルダーです。表示されていない方は画面上の  表示 をクリックして画面右上の ☒ 隠しファイル にチェックを入れます。すると  AppData が表示されます。)



③次に  Roaming をWクリックして、次に  Adobe をWクリックします。では  Adobe Photoshop 2026 をWクリックします。ここで表示される  Adobe Photoshop 2026 Settings が環境設定になります。この環境設定リセットで覚える法則が3つあります。

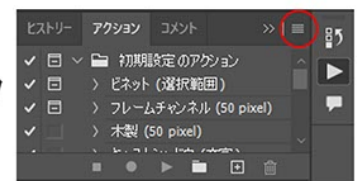


法則1)  Adobe Photoshop 2026 Settings を右クリックで「削除」して、Photoshopを立ち上げると自動的に新しい  Adobe Photoshop 2026 Settings が作られます。

法則2) その方法で削除した場合アクションもブラシ設定も何もかも初期化されます。

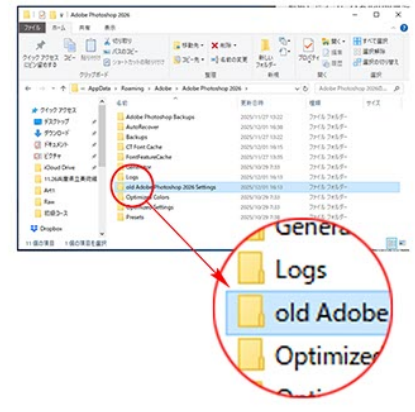
法則3) 「Adobe Photoshop 2026 Settings」と言う名前であれば認識されて1文字でも追加すると認識されない。

④では法則2)にあるようにアクションなど消されたくない物がある場合は環境設定をする前にアクションパネルにある  4本をクリックして「アクションの保存」をしておきます。

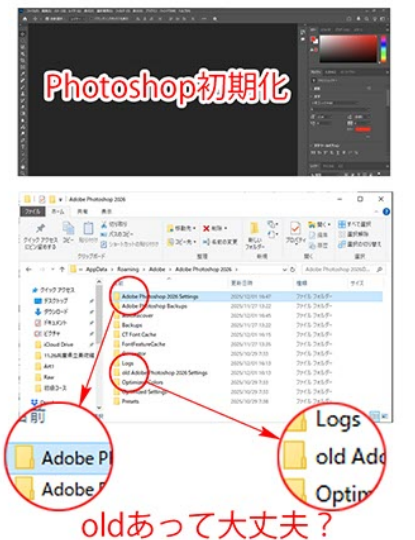




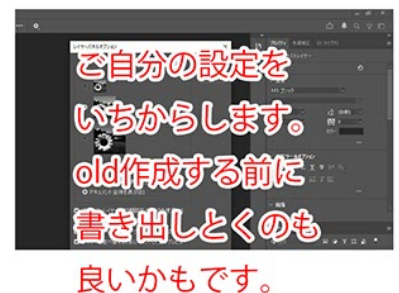
⑤ それでは(法則1)にあるように **Adobe Photoshop 2026 Settings** を削除して新しい **Adobe Photoshop 2026 Settings** を作成したいのですが、(法則2)にあるように全て消えるのは心配です。そこで現在の **Adobe Photoshop 2026 Settings** に「old」を付けます。右クリックで「名前の変更」をクリックして頭文字に「old」と打ち込み「Enter」で確定させます。 **old Adobe Photoshop 2026 Settings** が出来ました。ではこの状態でPhotoshop立ち上げます。



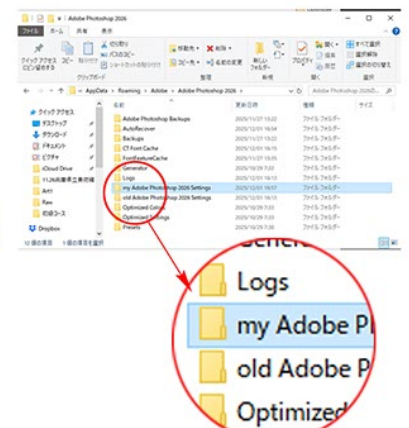
⑥ すると全て初期化されたPhotoshopが立ち上がります。そこで開いていた「Adobe Photoshop 2026 Settings」の画面を確認すると新しい **Adobe Photoshop 2026 Settings** が増えています。ここで心配になるのがこのような大事な場所に「old」があっても問題ないのか？私自身今まで問題がないのと、Adobeカスタマーサービスの方も同じ「old」を作成する方法をおすすめしていたので問題ありません。



⑦ このように(法則3)にあるように1字でも追加すると新しい **Adobe Photoshop 2026 Settings** が作成されて元は機能しなくなります。ではここから「塚本式」です。まずPhotoshopの設定を面倒ですがいちから設定します。「パネルの位置」「ショートカット」「ブラシ」や「アクション」「レイヤーの大きさ」様々な設定を設定します。

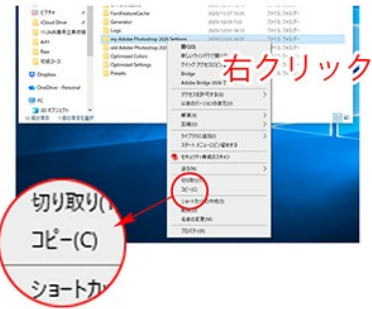


⑧ では設定出来たら一度Photoshopを閉じます。では「Adobe Photoshop 2026 Settings」の画面を開きます。次に新しく作成された **Adobe Photoshop 2026 Settings** を右クリックして「名前の変更」で「my」を頭文字に追加します。これで **my Adobe Photoshop 2026 Settings** を作成する事ができました。ここで疑問です。(法則3)にあったように1文字でも追加すると認識されなく新しくまた作成されてしまいますが??

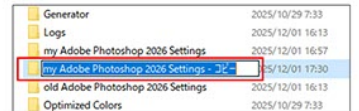




⑨そうなんです。このままではまた新しい **Adobe Photoshop 2026 Settings** が出来ます。そこで「my」を付けた **my Adobe Photoshop 2026 Settings** を右クリックして「コピー」を押します。次になにもない所で右クリックして「貼り付け」を押します。もしくは「Ctrl」と「C」「Ctrl」と「V」でも大丈夫です。



⑩すると **my Adobe Photoshop 2026 Settings - コピー** コピーが出来ます。ではここで右クリックして「名前の変更」で **Adobe Photoshop 2026 Settings** にします。「Enter」で確定します。これでPhotoshopを立ち上げます。するとご自分の設定でPhotoshopが立ち上がります。



つまり「Adobe Photoshop 2026 Settings」の画面には

old Adobe Photoshop 2026 Settings

my Adobe Photoshop 2026 Settings

Adobe Photoshop 2026 Settings この3つがある状態です。

名前	更新日時	種類
Adobe Photoshop 2026 Settings	2025/12/01 17:30	ファイルフォルダー
Adobe Photoshop Backups	2025/11/27 13:22	ファイルフォルダー
AutoRecover	2025/12/01 17:26	ファイルフォルダー
Backups	2025/11/27 13:22	ファイルフォルダー
CT Font Cache	2025/12/01 16:15	ファイルフォルダー
FontFeatureCache	2025/11/27 13:35	ファイルフォルダー
Generator	2025/10/29 7:33	ファイルフォルダー
Logs	2025/12/01 16:13	ファイルフォルダー
my Adobe Photoshop 2026 Settings	2025/12/01 16:57	ファイルフォルダー
old Adobe Photoshop 2026 Settings	2025/12/01 16:13	ファイルフォルダー
Optimized Colors	2025/10/29 7:33	ファイルフォルダー
Optimized Settings	2025/10/29 7:33	ファイルフォルダー
Presets	2025/10/29 7:38	ファイルフォルダー

⑪では今後、Photoshopで使い続けると画像が開くのが遅くなったり「不具合かな？」といった時に「Adobe Photoshop 2026 Settings」の画面を開いて

Adobe Photoshop 2026 Settings を消して **my Adobe Photoshop 2026 Settings** をコピーして「名前の変更」で **Adobe Photoshop 2026 Settings** にします。

これで「環境設定をリセット」する事ができて問題は解決され、しかも自分の設定になります。これを「塚本式 環境設定リセット」と言わせてもらっています。(笑)

* この設定をする場合Photoshopは閉じてから行ってください。

* システムを触ります。他のフォルダーを消したり変更しないように注意です。

* 自己責任で設定してください。



* 「塚本式 環境設定リセット」 Macバージョン

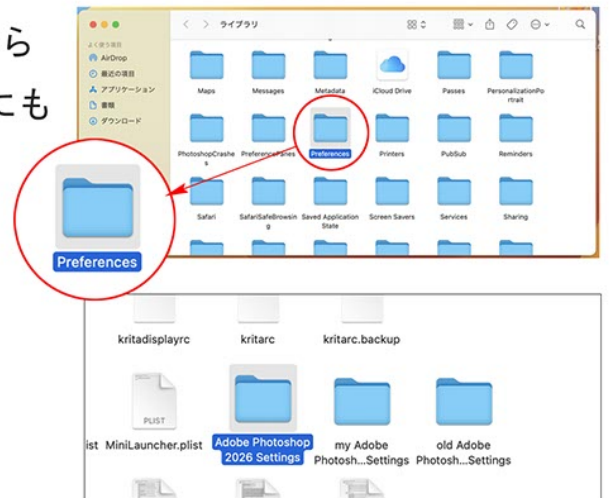
Windowsでの環境設定リセットをご紹介してきました。もちろんMacにも

「Adobe Photoshop 2026 Settings」の画面はあります。「old」の作成、「my」の作成
コピー&ペーストはWindowsと同じですのでMacでの場所だけご紹介します。

①Macを立ち上げましたら画面上の「移動」をクリックします。**📁 ライブラリ**を開く必要がありますがそのままでは表示されません。Windowsの隠しファイルみたいな感じです。そこで「移動」を開いている状態で「Option」を押します。すると項目に**📁 ライブラリ**が表示されます。ではクリックします。



②たくさんのファイルが表示されますので、その中から「Preferences」をダブルクリックで開きます。そこにもたくさんの項目がありますがゆっくり確認すると「Adobe Photoshop 2026 Settings」があります。あとは同じように「old」を作成して、新しく出来たセッティングを「my」にしてコピー&ペーストで環境設定リセットをしていくだけです。



これで「塚本式 環境設定リセット」を終了します。古いパソコンでも月に1回でも環境設定リセットをしておくとうざーっと使うよりはスムーズに動くようになります。ぜひ塚本式で「my」を作成して無駄な時間をなくしてください！

* システムを触ります。他のフォルダーを消したり変更しないように注意です。

* 自己責任で設定してください。