

## 關閉系統自動更新設定教學(Win 10 / Win 11)

▼首先快捷鍵按下『Windows 鍵』+『R 鍵』，打開『執行視窗』並輸入『regedit』按下『確定』



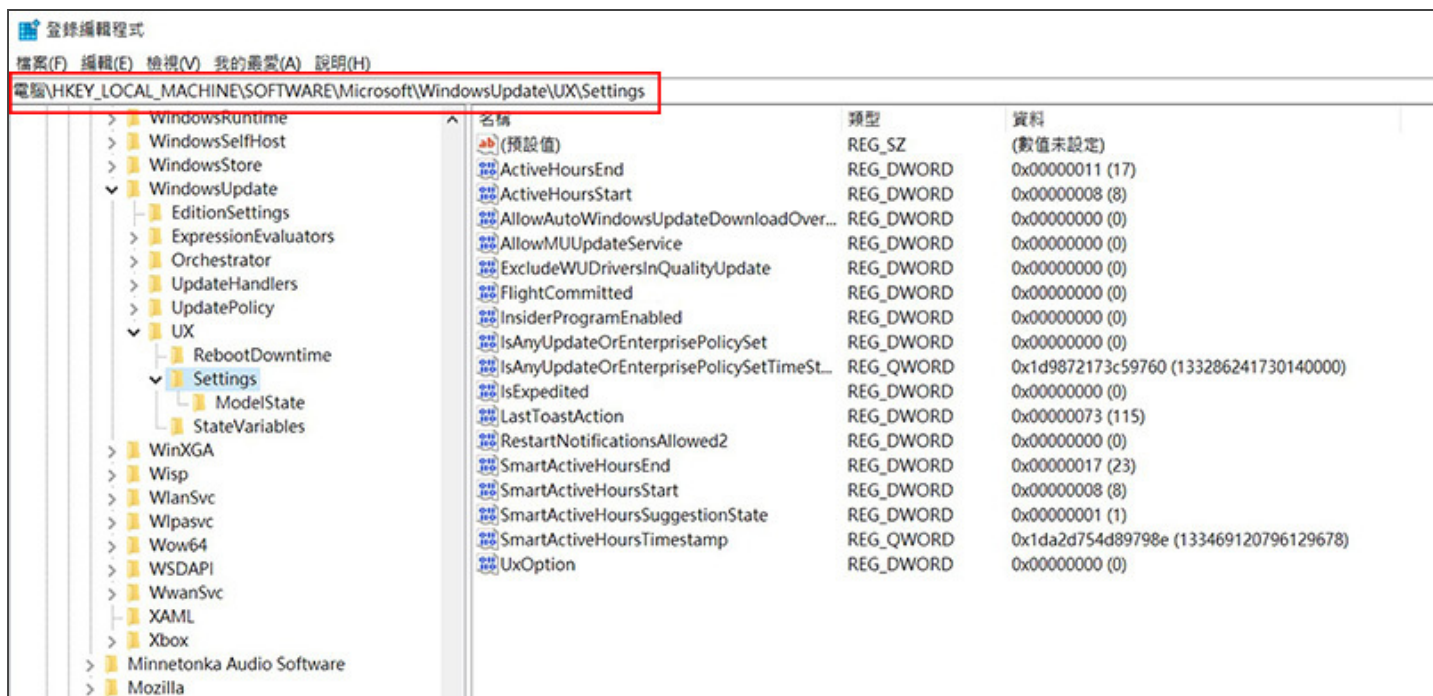
▼跳出視窗，此時請按下『是』來執行『登錄編輯程式』。



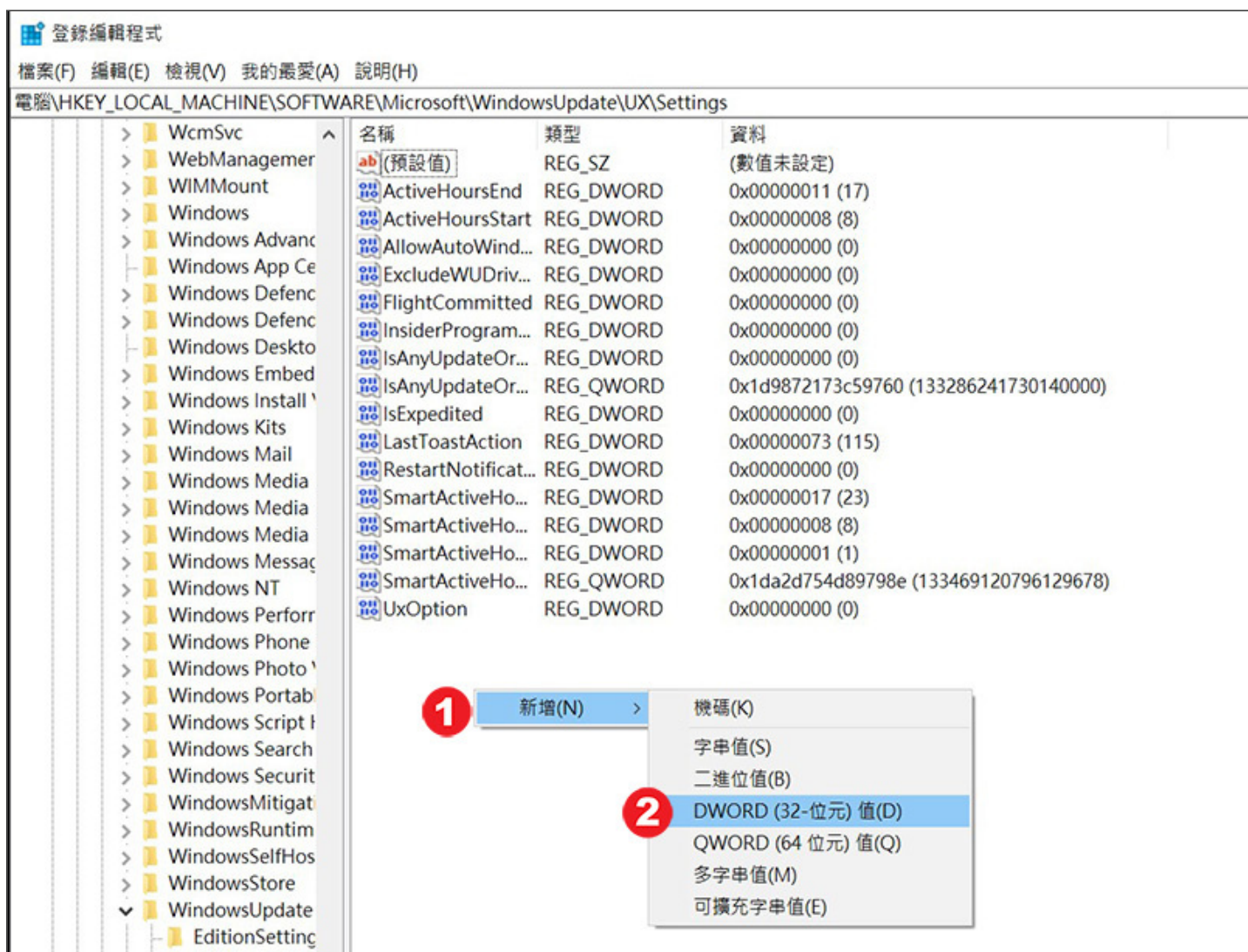
▼依序點選左邊的樹狀結構，路徑如下：

電腦\HKEY\_LOCAL\_MACHINE\SOFTWARE\

Microsoft\WindowsUpdate\UX\Settings



▼在右邊空白處按下『滑鼠右鍵』打開選單，選取『新增』，並選取『DWORD(32-位元)值』。



▼新增的檔案名稱請命名為『FlightSettingsMaxPauseDays』

登錄編輯程式			
檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 說明(H)			
電腦\HKEY_LOCAL_MACHINE\SOFTWARE\Microsoft\WindowsUpdate\UX\Settings			
	名稱	類型	資料
> Windows Perforr ^	(預設值)	REG_SZ	(數值未設定)
> Windows Phone	ActiveHoursEnd	REG_DWORD	0x00000011 (17)
> Windows Photo ^	ActiveHoursStart	REG_DWORD	0x00000008 (8)
> Windows Portab	AllowAutoWindowsUpdateDownloadOver...	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> Windows Script I	ExcludeWUDriversInQualityUpdate	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> Windows Search	FlightCommitted	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> Windows Securit	InsiderProgramEnabled	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> WindowsMitigat	IsAnyUpdateOrEnterprisePolicySet	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> WindowsRuntim	IsAnyUpdateOrEnterprisePolicySetTimeSt...	REG_QWORD	0x1d9872173c59760 (133286241730140000)
> WindowsSelfHos	IsExpedited	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> WindowsStore	LastToastAction	REG_DWORD	0x00000073 (115)
> WindowsUpdate	RestartNotificationsAllowed2	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> EditionSetting	SmartActiveHoursEnd	REG_DWORD	0x00000017 (23)
> ExpressionEva	SmartActiveHoursStart	REG_DWORD	0x00000008 (8)
> Orchestrator	SmartActiveHoursSuggestionState	REG_DWORD	0x00000001 (1)
> UpdateHandle	SmartActiveHoursTimestamp	REG_QWORD	0x1da2d754d89798e (133469120796129678)
> UpdatePolicy	UxOption	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> UX	FlightSettingsMaxPauseDays	REG_DWORD	0x00000000 (0)
> RebootDov			
> Settings			
> StateVariat			
> WinXGA			
> Wisp			
> WlanSvc			
> Wlpsvc			

▼用『滑鼠左鍵連點兩下』剛剛新增的數值，打開編輯視窗，數值資料請輸入『36500』，底數選擇『十進位』，按下『確定』存檔。



登錄編輯程式

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 說明(H)

電腦\HKEY\_LOCAL\_MACHINE\SOFTWARE\Microsoft\WindowsUpdate\UX\Settings

名稱	類型	資料
(預設值)	REG_SZ	(數值未設定)
ActiveHoursEnd	REG_DWORD	0x00000011 (17)
ActiveHoursStart	REG_DWORD	0x00000008 (8)
AllowAutoWindowsUpdateDownloadOver...	REG_DWORD	0x00000000 (0)
ExcludeWUDriversInQualityUpdate	REG_DWORD	0x00000000 (0)
FlightCommitted	REG_DWORD	0x00000000 (0)
InsiderProgramEnabled	REG_DWORD	0x00000000 (0)
IsAnyUpdateOrEnterprisePolicySet	REG_DWORD	0x00000000 (0)
IsAnyUpdateOrEnterprisePolicySetTimeSt...	REG_QWORD	0x1d9872173c59760 (133286241730140000)
IsExpedited	REG_DWORD	0x00000000 (0)
LastToastAction	REG_DWORD	0x00000073 (115)
RestartNotificationsAllowed2	REG_DWORD	0x00000000 (0)
SmartActiveHoursEnd	REG_DWORD	0x00000017 (23)
SmartActiveHoursStart	REG_DWORD	0x00000008 (8)
SmartActiveHoursSuggestionState	REG_DWORD	0x00000001 (1)
SmartActiveHoursTimestamp	REG_QWORD	0x1da2d754d89798e (133469120796129678)
UxOption	REG_DWORD	0x00000000 (0)
FlightSettingsMaxPauseDays	REG_DWORD	0x00000000 (0)

編輯 DWORD (32-位元) 值

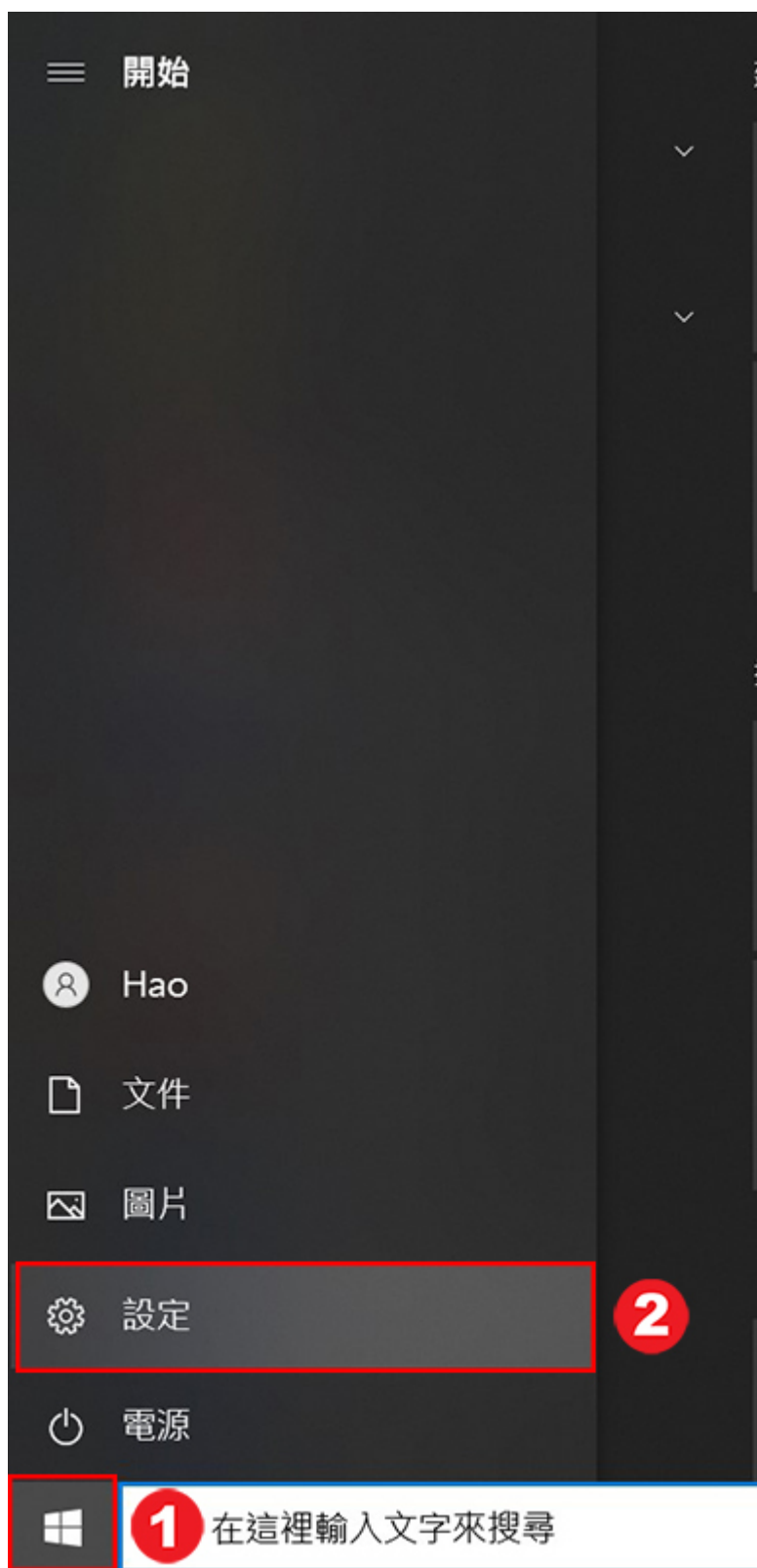
數值名稱(N):  
FlightSettingsMaxPauseDays

數值資料(V):  
36500

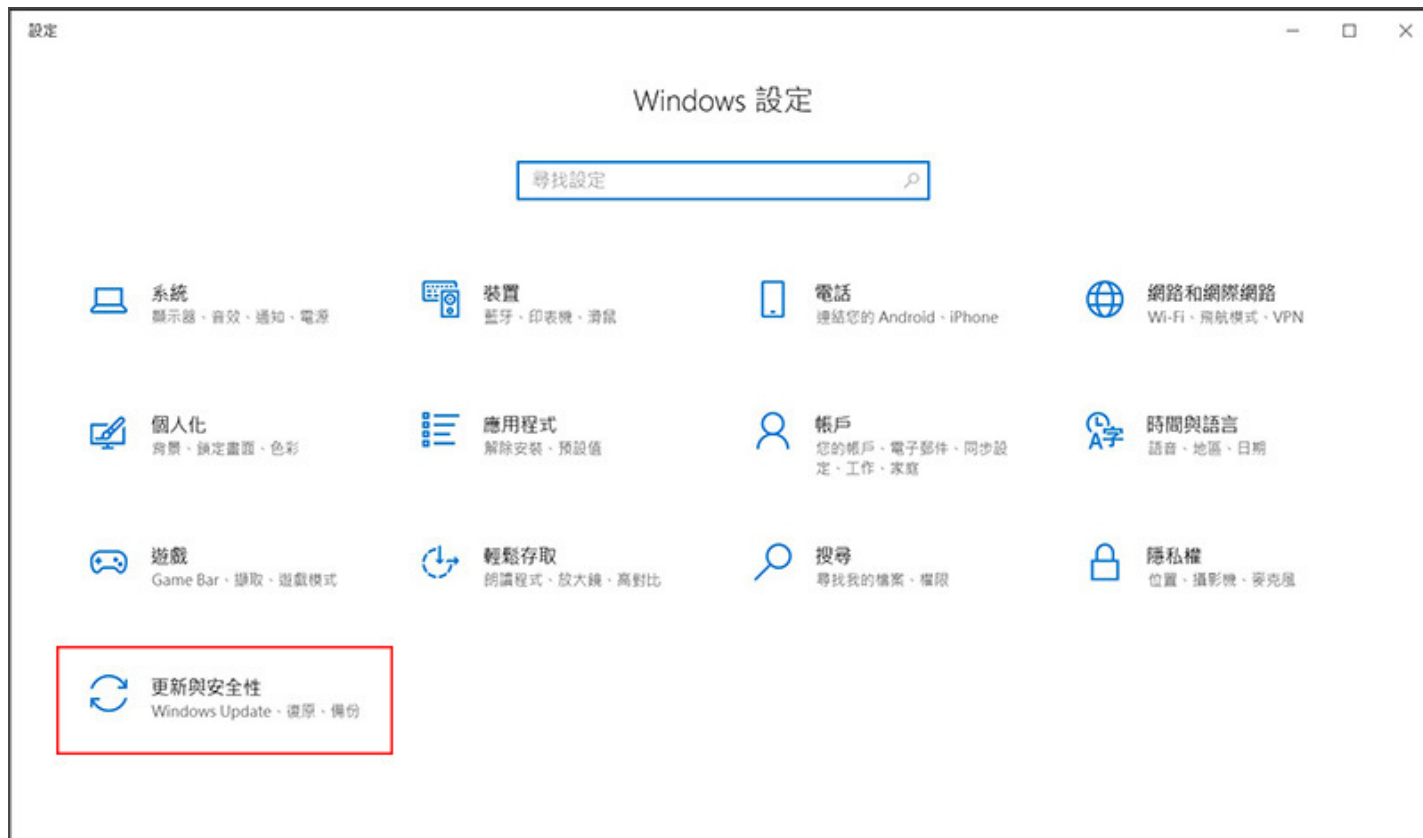
底數  
☐ 十六進位(H)  
☒ 十進位(D)

確定 取消

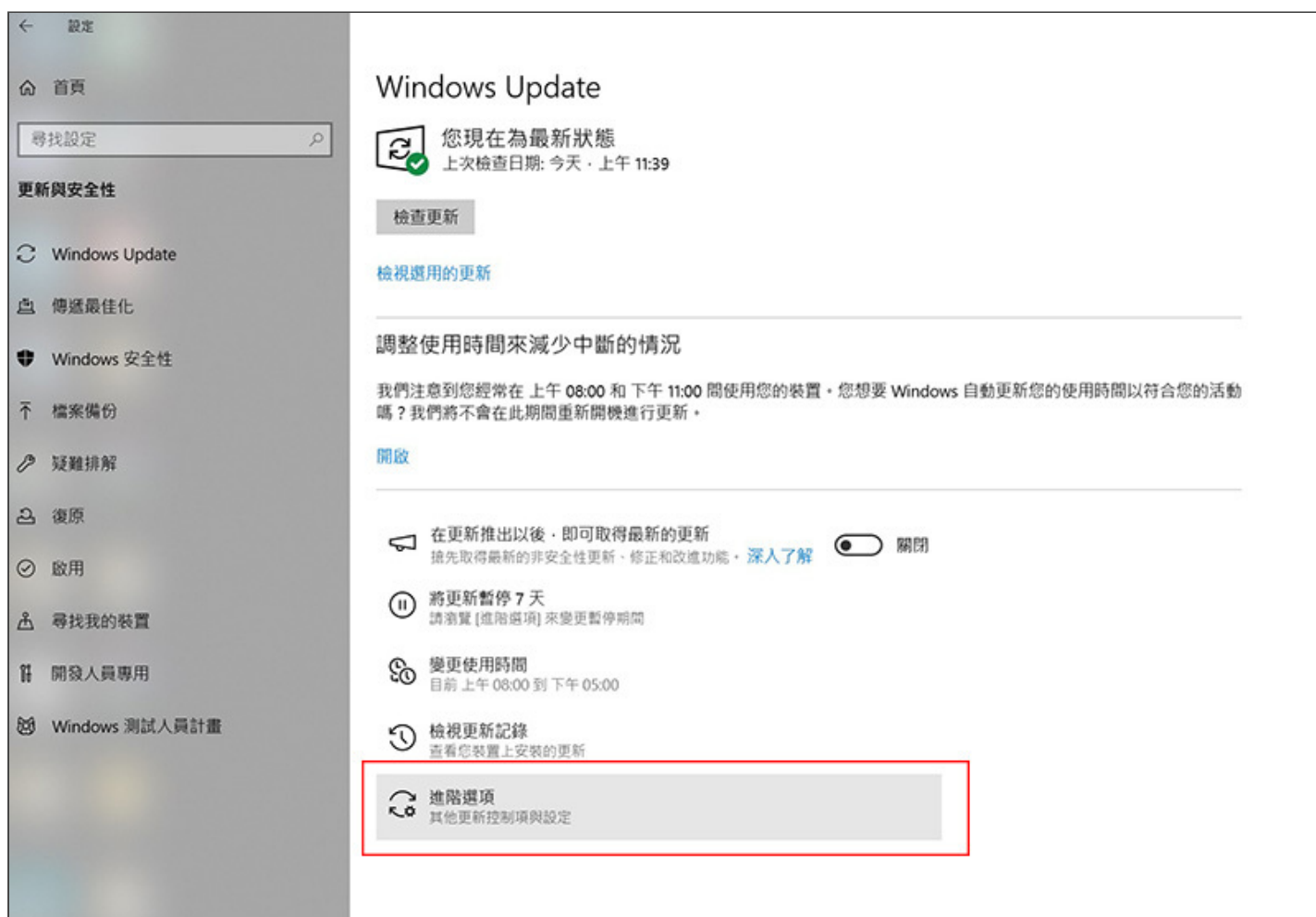
▼接著至左下角點開『開始』功能表，點選『設定』。



▼進入Windows設定後選取『更新與安全性』。



▼點選下列的『進階選項』。



▼在『暫停更新』的項目中，點選『選取日期』的下拉式選單，往下選擇最後一個日期(100年後)。

## 進階選項

### 更新選項

當您更新 Windows 時，收到其他 Microsoft 產品的更新

☐ 關閉

透過計量付費連線 (可能需支付額外費用) 下載更新

☐ 關閉

當需要重新開機以安裝更新時，立即重新啟動此裝置。Windows 將會在重新開機前顯示通知，此裝置必須開啟並接上電源。

☐ 關閉

### 更新通知

當您的電腦需要重新開機以完成更新時，顯示通知

☐ 關閉

### 暫停更新

暫時暫停在此裝置上安裝的更新，最多保留 36500 天。達到暫停限制時，您的裝置必須取得新的更新才能再次暫停。

暫停直到

2124年1月21日

2124年1月22日

2124年1月23日

2124年1月24日

2124年1月25日

2124年1月26日

2124年1月27日

2124年1月28日

2124年1月29日 |

▼回到更新與安全性頁面，上方便會顯示Windows Update 更新已經暫停直到 21XX年。

← 設定

🏠 首頁

🔍 尋找設定

更新與安全性

🔄 Windows Update

🔧 傳遞最佳化

🛡️ Windows 安全性

📁 檔案備份

🔧 疑難排解

🔄 復原


🕒 啟用

👤 尋找我的裝置

👥 開發人員專用

🧪 Windows 測試人員計畫

Windows Update




更新已暫停  
當更新暫停時，您的裝置將不會升級至最新的版本。  
更新將會在 2124/1/29 繼續


繼續更新


調整使用時間來減少中斷的情況


我們注意到您經常在 上午 08:00 和 下午 11:00 間使用您的裝置。您想要 Windows 自動更新您的使用時間以符合您的活動嗎？我們將不會在此期間重新開機進行更新。


開啟

 在更新推出以後，即可取得最新的更新  
搶先取得最新的非安全性更新、修正和改進功能。 [深入了解](#) ☒ 關閉

 將更新暫停 7 天  
取得最新的更新內容，才能再次暫停

 變更使用時間  
目前 上午 08:00 到 下午 05:00

 檢視更新記錄  
查看您裝置上安裝的更新

 進階選項  
其他更新控制項與設定

若想更新的時候只要手動按下『繼續更新』即可，但更新完畢想停止更新，則需要回到進階選項，重新選擇暫停更新日期。