

Office365 Outlook 設定書 (Microsoft Outlook2019 版)

1 はじめに

1.1 はじめに

メールソフト Microsoft Outlook2019 での設定方法を説明します。

メールシステムを利用するにあたり、総合情報センターの利用登録が必要となります。

利用登録は総合情報センターホームページよりできます。

本利用手引きは以下について記述します。

- 一般的なメール送受信の設定
- より安全なメール送受信の設定

メールシステム : Office 365 Education(Exchange Online) クラウド

1.2 メールアドレスとパスワード

ユーザ名 (アカウント) @isc.chubu.ac.jp

なお、ここでのメールアドレスは、office365-test6@isc.chubu.ac.jp を例に説明します。

1.3 Office 365 Web on App (OWA) Web メール

PCのメールソフトを利用したメール送受信操作は、操作するPCに受信メールが保存されます。このためこのメールを他の環境(自宅)、デバイス(スマートフォン)で見ることできません。これを可能する方法が、OWA(ブラウザ利用)です。これを期にPCのメールソフトウェアからの移行をお勧めいたします。

また、Office 365の迷惑メール対策では、対象のメールがOffice 365の「迷惑メール」フォルダに自動格納されるため、これを確認いただくにはOWAでの利用のみとなります。

2 メールソフト Microsoft Outlook2019 の入手

Microsoft Outlook 2019 パッケージよりインストールできます。

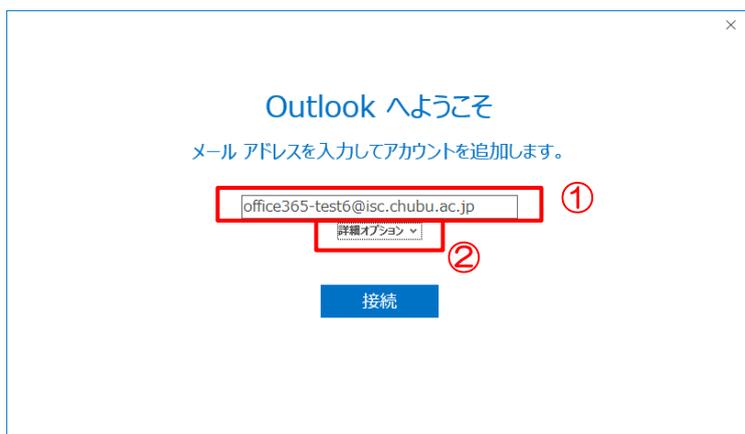
Microsoft Outlook 2019 のダウンロードは本学の Tora-Net Portal からできます。

3 Office365 用のアカウントを作成します。

3.1 アプリ一覧より「Outlook」をクリックします。



3.2 起動後にスタートアップ画面が表示されます。



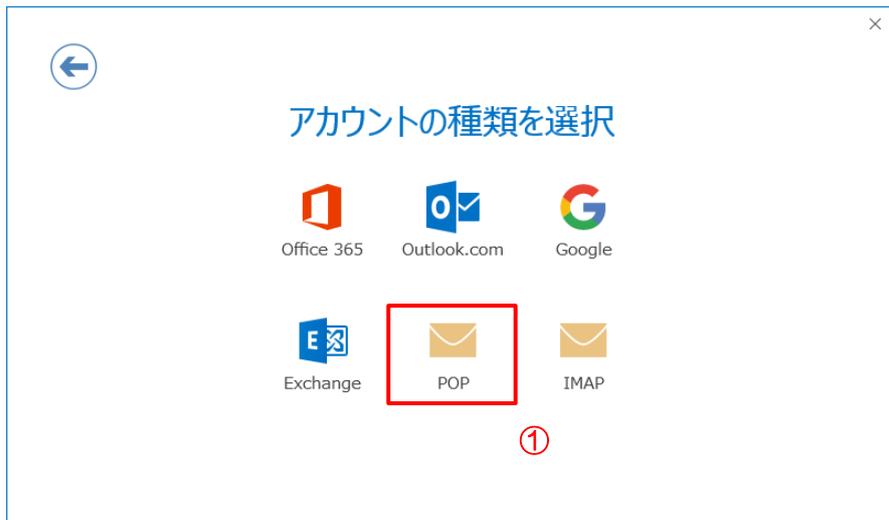
- ① アカウントを入力します。
- ② 「詳細オプション」をクリックします。

3.3 手動でのアカウント設定に変更します。



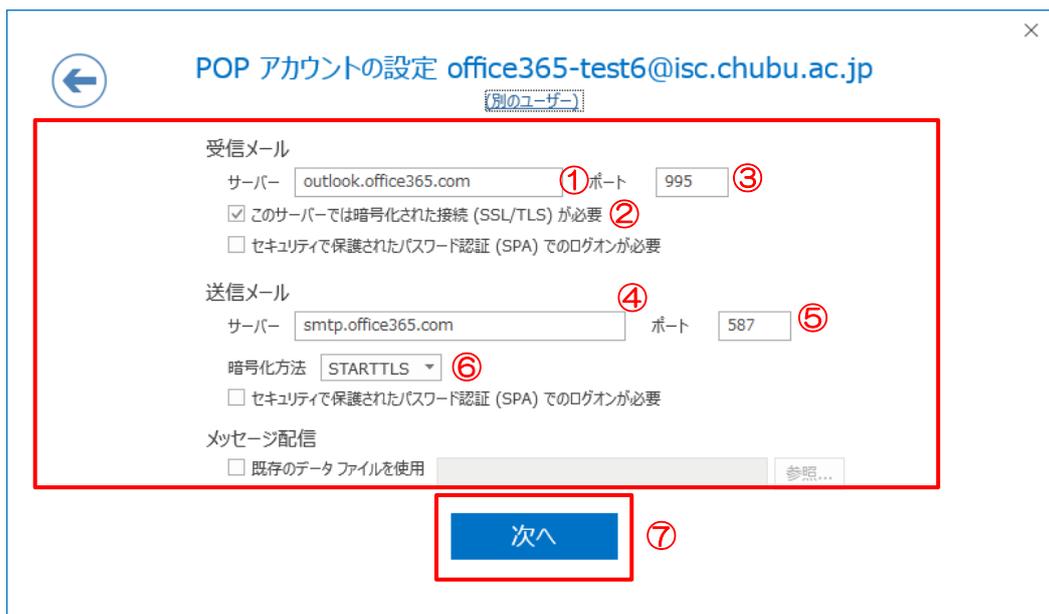
- ① 「自分で自分のアカウントを手動で設定」にチェックを入れます。
- ② 「接続」をクリックします。

3.4 アカウントの種類を選択します。



① アカウントの種類は「POP」をクリックします。

3.5 POP のアカウント設定をします。



設定情報

①	受信メール サーバー	outlook.office365.com
②	受信メール ポート	995
③	受信メール このサーバーでは暗号化された接続 (SSL・TLS) が必要	チェックを入れる
④	送信メール サーバー	smtp.office365.com
⑤	送信メール ポート	587
⑥	送信メール 暗号化方式	STARTTLS

⑦ 設定が終わったら「OK」をクリックします。

3.6 詳細設定を行うため、アカウント設定情報を表示します。



- ① 「ファイル」をクリックします。
- ② アカウント情報より「アカウント設定」をクリックします。

3.7 アカウント設定画面



3.8 送信サーバーの設定をします。

アカウントの変更

POPとIMAPのアカウント設定
お使いのアカウントのメールサーバーの設定を入力してください。

ユーザー情報
名前(Y): 中部 太郎
電子メール アドレス(E): office365-test6@isc.chubu.ac

サーバー情報
アカウントの種類(A): POP3
受信メール サーバー(I): outlook.office365.com
送信メール サーバー (SMTP)(O): smtp.office365.com

メールサーバーへのログイン情報
アカウント名(U): office365-test6@isc.chubu.ac
パスワード(P): *****
 パスワードを保存する(R)

メールサーバーがセキュリティで保護されたパスワード認証 (SPA) に対応している場合には、チェックボックスをオンにしてください(Q)

アカウント設定のテスト
アカウントをテストして、入力内容が正しいかどうかを確認することをお勧めします。
アカウント設定のテスト(T)
 [次へ] をクリックしたらアカウント設定を自動的にテストする(S)

詳細設定(M)...

< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル ヘルプ

- ① ユーザー情報 名前に送信相手のメール差出人欄に表示される表示名を設定します。
- ② 「詳細設定」をクリックします。

3.9 詳細設定をします。

インターネット電子メール設定

全般 送信サーバー 詳細設定 ①

サーバーのポート番号
受信サーバー (POP3)(I): 995 標準設定(D)
 このサーバーでは暗号化された接続 (SSL/TLS) が必要(E)
送信サーバー (SMTP)(O): 587
使用する暗号化接続の種類(C): STARTTLS

サーバーのタイムアウト(T)
短い 長い 1分

配信
 サーバーにメッセージのコピーを置く(I)
 サーバーから削除する(R) 14 日後 ②
 [削除済みアイテム] から削除されたら、サーバーから削除(M)

OK キャンセル ③

- ① 「詳細設定」をクリックします。
- ② 「サーバーから削除する (R) 」のチェックを外します。
- ③ 設定が終わったら「OK」をクリックします。

3.10 アカウント設定のテスト

アカウントの変更

POPとIMAPのアカウント設定
お使いのアカウントのメールサーバーの設定を入力してください。

ユーザー情報
名前(Y): 中部 太朗
電子メール アドレス(E): office365-test6@isc.chubu.ac

サーバー情報
アカウントの種類(A): POP3
受信メール サーバー(I): outlook.office365.com
送信メール サーバー (SMTP)(O): smtp.office365.com

メールサーバーへのログイン情報
アカウント名(U): office365-test6@isc.chubu.ac
パスワード(P): *****
 パスワードを保存する(R)
 メールサーバーがセキュリティで保護されたパスワード認証 (SPA) に対応している場合には、チェックボックスをオンにしてください(Q)

アカウント設定のテスト
アカウントをテストして、入力内容が正しいかどうかを確認することをお勧めします。

アカウント設定のテスト(T) ①
 [次へ] をクリックしたらアカウント設定を自動的にテストする (S)

②

< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル ヘルプ

- ① 「 [次へ] をクリックしたらアカウント設定を自動的にテストする (S) 」にチェックされていることを確認します。
- ② 「次へ (N) >」をクリックします。アカウント設定のテストが実行されます。

3.11 アカウント設定テストの結果

テスト アカウント設定

すべてのテストが完了しました。[閉じる] をクリックして続行してください。

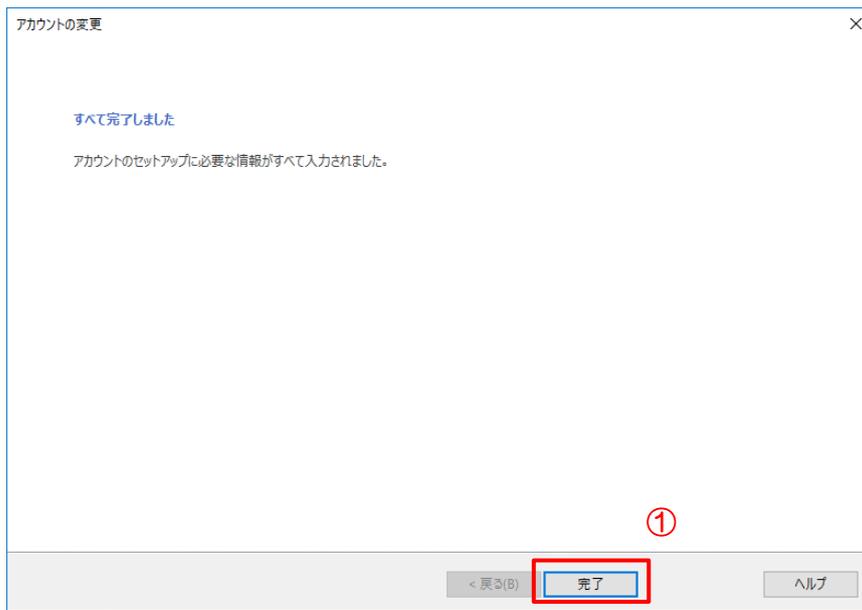
② 中止(S)

① 閉じる(C)

タスク	エラー	状況
✓ 受信メール サーバー (POP3) へのログイン		完了
✓ テスト電子メール メッセージの送信		完了

- ① タスクの表示欄に受信メール、送信メールの完了が表示されたら正常に設定されました。エラーの表示欄にエラー情報が表示された場合は、再度設定を確認してください。
- ② 「閉じる (C) 」をクリックします。

3.12 設定の完了



- ① 「完了」をクリックします。