

## Office365 OSX 10.12 Apple Mail 新規設定書 (Apple Mail ver,10.3)

### 1 はじめに

#### 1.1 はじめに

Apple Mail のメール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-test7@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)で見るとはできません。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。

#### 1.4 お問い合わせ

総合情報センター 5802, 5808, 5812, 0568-51-437

## 2 Office365 メールアカウントの作成 (OSX 10.12 Apple Mail ver,10.3)

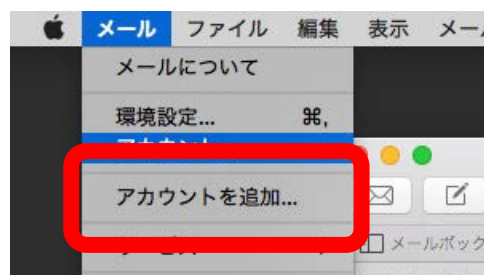
### 2.1 Apple Mail の起動

Mail アプリケーションを起動します。スタートアップ画面が表示された場合は、[その他のメールアカウント]にチェックを入れて、[続ける]をクリックします。その後、3.に進んでください。



### 2.2 スタートアップ画面が表示されない場合

スタートアップ画面が表示されない場合は、アプリケーションメニューから[メール]→[アカウントを追加]を開きます。



### 2.3 メールアカウントの追加

- ①名 前 : 送信するメールに表示する名前
- ②メールアドレス: ご利用するメールアドレス
- ③パスワード: メールアカウントのパスワードを入力して、[サインイン]をクリックします。



### 2.4 メールアカウントの追加

- ①メールアドレス: 「...@isc.chubu.ac.jp」
- ②ユーザ名 : 「メールアドレスと同じ」
- ③パスワード: 「メールのパスワード」
- ④アカウントの種類: 「POP」
- ⑤受信用メールサーバ  
「outlook.office365.com」
- ⑥送信用メールサーバ  
「smtp.office365.com」

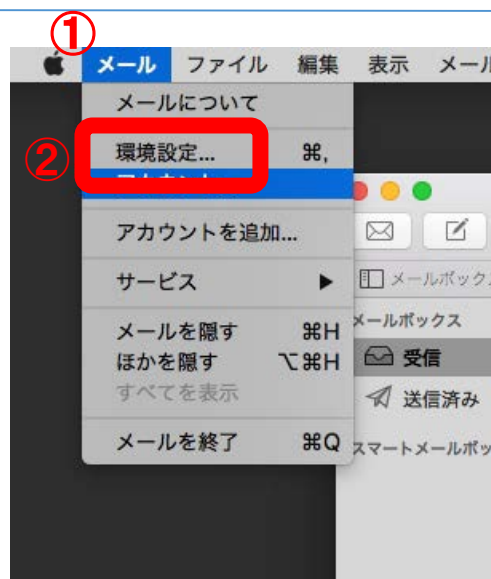


- ⑦ [サインイン]をクリックします。もう一度同じ表示になりますので、もう一度[次へ]をクリックします。

## 2.5 メールアカウントの詳細設定

アプリケーションメニューから

[①メール]→[②環境設定]を開きます。



## 2.6 メールアカウントの詳細設定

- ①「アカウント」を選択します。
- ②「isc.chubu.a...」を選択します。
- ③「アカウント情報」を選択します。
- ④説明：「office365-isc」と変更してください。
- ⑤「メッセージ受信後にメッセージのコピーをサーバから削除」のチェックを外します
- ⑥「サーバ設定」を開きます。



## 2. 7 POPとSMTPの設定

### ・受信用メールサーバー（POP）の設定

- ① ユーザ名 現在利用のメールアドレスか確認
- ② パスワード 現在利用のメールパスワード
- ③ ホスト名 「outlook.office365.com」  
を入力
- ④ 接続設定を自動的に管理 チェックを**外す**
- ⑤ ポート 「995」を入力する
- ⑥ TLS/SSL を使用 チェックを入れる
- ⑦ 認証 「パスワード」を選択

### ・送信用メールサーバー（SMTP）の設定

- ⑧ ユーザ名 現在利用のメールアドレスか確認
- ⑨ パスワード 現在利用のメールパスワード
- ⑩ ホスト名 「smtp.office365.com」  
を入力
- ⑪ 接続設定を自動的に管理 チェックを**外す**
- ⑫ ポート 「587」を入力する
- ⑬ TLS/SSL を使用 チェックを入れる
- ⑭ 認証 「パスワード」を選択

The screenshot shows the 'Server Settings' (サーバ設定) tab in the Apple Mail account configuration. It is divided into two sections: 'Receiving Mail Server (POP)' and 'Sending Mail Server (SMTP)'. The POP section includes fields for username (office365-test7@isc.chubu.ac.jp), password (masked), host name (outlook.office365.com), port (995), and authentication (Password). The SMTP section includes fields for account (isc.chubu.ac.jp), username (office365-test7@isc.chubu.ac.jp), password (masked), host name (smtp.office365.com), port (587), and authentication (Password). Both sections have checkboxes for 'Automatically manage connection settings' (unchecked) and 'Use TLS/SSL' (checked). A 'Save' button is at the bottom right.

最後に「⑮ 保存」をクリックして終了です。

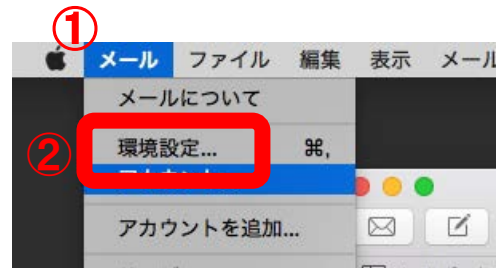
### 3 追加アカウントでの送受信テスト

自分のアドレスにメールを送信します。

#### ① 送信設定

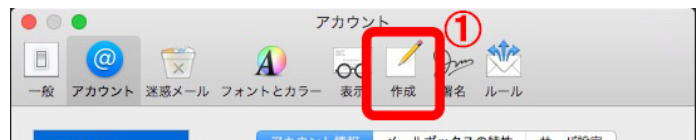
##### 3. 1 環境設定を開く

アプリケーションメニューから  
[①メール]→[②環境設定]を開きます。



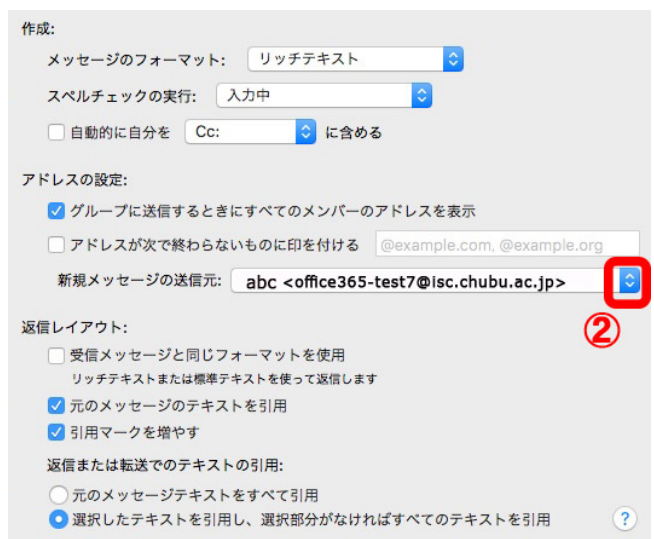
##### 3. 2 [作成] 設定をする

環境設定からメニュー[①作成]を開きます。



②をクリックし、新規メッセージの送信元

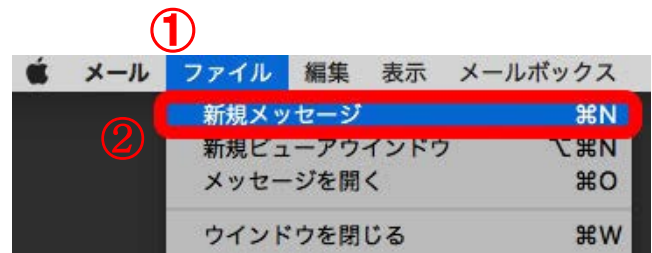
を  
「3.3 メールアカウントの追加」で設定した  
[「名前」<自分のメールアドレス>]  
選択します。



## ② 送信テスト

### 3. 3 新規メッセージを開く

アプリケーションメニューから  
[①ファイル]→[②新規メッセージ]を  
開きます。

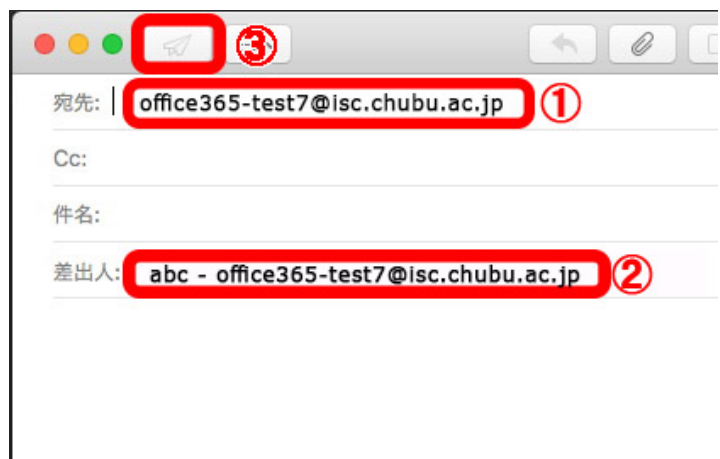


### 3. 4 メール送信を行う

- ①宛 先：自分のメールアドレス
- ②差出人：自分の名前と自分のメールアドレスかどうか確認する  
( [ 4. 2 [作成] 設定をする ] で選択した名前とメールアドレスか**確認!** )  
なお、変更する際は、差出人の右側をクリックすると変更することができます。

件名、本文を記入

- ③送信ボタンを押します



### 3. 5 メール受信を行う

アプリケーションメニューから  
[①メールボックス]→  
[②新規メールをすべて受信]  
をクリックします。

