

# 1年生向け ICT 環境の確認チェックシート

上智大学 情報システム室作成

2026/2 version

(所要時間 30 分～45 分程度)

2年生以上もチェックに使えます！  
チェック欄にチェックしてみましょう

## 1. ソフィア ICT アカウントのリマインダ登録とパスワード変更

- ① ソフィア ICT アカウント通知書から、「初期パスワード」を探しましょう。
- ② パスワード／メールアドレス変更のページ (<https://idb.sophia.ac.jp/> 統合 DB) にアクセスし、学生番号と初期パスワードでログインしましょう。



- ③ 下記のメッセージが出たら [OK] をクリックします。



- ④ 統合 DB にログインしたらリマインダメールアドレスを登録します。  
リマインダメールアドレスは、統合 DB にログインするときの 2 段階認証や、自分でパスワードを再発行する時に使用します。



登録方法は <https://ccweb.cc.sophia.ac.jp/userguide/password/pass-04/> を参照してください。

- ⑤ リマインダ登録が完了したら、いったん統合 DB からログアウトし、再度ログインします。リマインダメールアドレスにワンタイムパスワードが届くので入力してください。

User ID

Password

One-time Password

※ リマインダに登録したメールアドレスにワンタイムパスワードを送信しましたので、ご入力ください。  
Please enter the one-time password sent to the email address registered with the reminder.

統合 DB にログインできたら、パスワード変更をし、パスワードを覚えるか書き留めましょう。



変更方法は <https://ccweb.cc.sophia.ac.jp/userguide/password/pass-02/> を参照してください。

上智大学 SOPHIA UNIVERSITY Sophia Integrated Database System ソフィア統合データベース

Profile パスワード変更 / Password Change リマインダ登録 / Reminder Registration

メールアドレス / E-mail Address  
メールアドレスを変更する場合は、必ず新規登録用のアドレスを入力して下さい。  
使用できる文字は、アルファベット (a~z, A~Z) 、数字 (0~9) 、記号 (- ! \$ ^ & ( ) { } \_ ~ ^ )  
パスワードは、ごりごり3種類の文字が混ざって含まれている場合のみ正常に作成されます。  
スペースキーまたは[tab]キーを使用できませんので注意ください。  
A password must be eight characters or more and sixteen characters or less.  
Use a mixture of alphabets(a~z, A~Z), numbers(0~9) and symbols(- ! \$ ^ & ( ) { } \_ ~ ^ ).  
Passwords are created successfully only if those three types of characters are included in the password.  
Note that you cannot use space key or tab key.

最終更新日時 Last updated 2021/03/20 13:45:33  
変更可能日 Can be changed 2021/03/20 13:45:33

パスワード\* Password  
新パスワード\* New Password  
新パスワード(確認用)\* Confirm New Password

back save



## 2. 多要素認証の設定

- ① 上智大学では多要素認証を導入した統合認証システム（シングルサインオン、SSO）にてシステムへのログインを実施しています。
- ② アプリケーションの準備  
多要素認証システムのログインにはスマートフォンが必要となります。



画面に表示された QR コードを読む操作がありますので、初回設定は必ず、パソコン（QR コードを表示させる端末）とスマートフォン（QR コード読み取る端末）をご用意ください。

※学内ネットワーク（sophiawifi2019 など）の使用時には多要素認証は要求されません。

- ③ 初回ログイン方法

【3. Loyola のログイン】に続きます。

多要素認証の詳細は下記 URL のマニュアルでも紹介しています。

<https://ccweb.cc.sophia.ac.jp/manual/other/logging-into-the-integrated-authentication-system/>

## 3. Loyola のログイン

- ① 学生番号を、下の欄に記入してみましょう



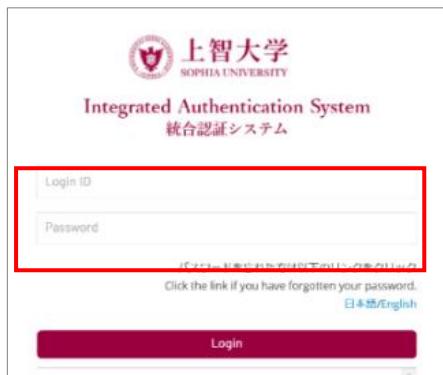
- ② 上智大学ウェブピロティや、情報システム室の WEB ページから Loyola にログインしてみましょう (<https://ccweb.cc.sophia.ac.jp>)



ログインに必要なのは、「学生番号」と 「ソフィア ICT アカウントのパスワード」 です。



- ③ 統合認証システムのログイン画面が表示されるので、ID（学生番号）とソフィアICTアカウントのパスワードを入力してログインします。QRコードが表示されますが、この時点では、まだスマートフォンのカメラアプリ等でQRコードを読み込まないでください。




- ④ 【2.多要素認証設定】の項目でダウンロードした「Microsoft Authenticator」アプリを開き QR コードをスキャンすると「sophia」の項目にワンタイムコードが表示されます。表示されたコードを入力して「Submit」を選択すると認証が完了します。




- ⑤ Loyola の画面が表示されたら【ログアウト】を選択してください。  
SSO 対象システムのアイコンが表示されます。



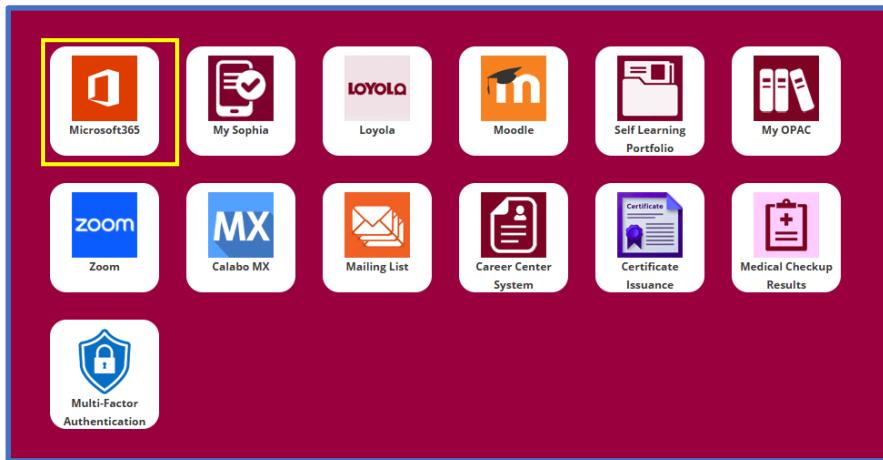

#### 4. ソフィアメールのログインとメール送信

- ① 下記のページから Microsoft365 アイコンをクリックしてログインしましょう。

<https://sso.sophia.ac.jp/>



ログインに必要なのは、「学生番号」と「ソフィア ICT アカウントのパスワード」です。



- ② ソフィア ICT アカウント通知書から、「ソフィアメールアドレス」を探し、下の欄に記入してみましょう。



メールアドレスの中に、間違えやすい文字（数字の 1 と小文字の L など）が無いか、よくみて確認してください。初期メールアドレスは、小文字の英字か数字とハイフンでできています。

- ③ 自分のプライベートのメールアドレスからソフィアメールにメールを送信してみて、受信箱にメールが届くか確認してみましょう。

また、ソフィアメールからの送信テストもやってみましょう。



## 5. Moodle (ムードル) へのログイン

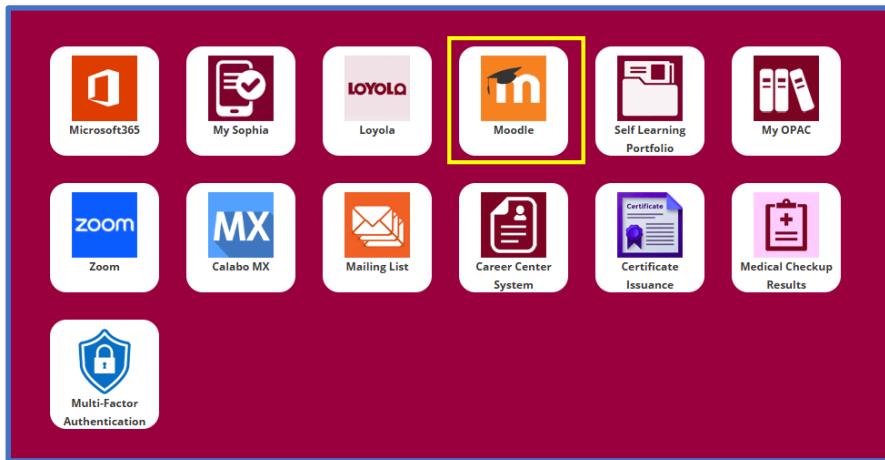
- ① 下記のページから Moodle アイコンをクリックしてログインしましょう。

<https://sso.sophia.ac.jp/>



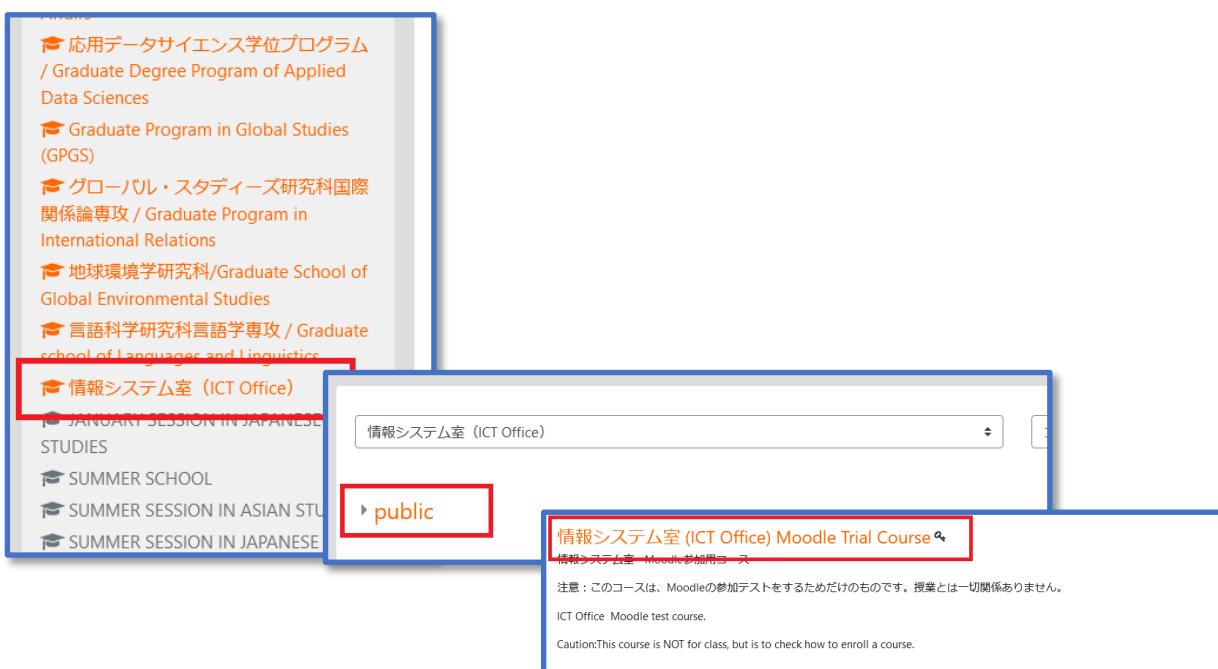
HINT!

ログインに必要なのは、「学生番号」と「ソフィア ICT アカウントのパスワード」です。



- ② 情報システム室の作成した Moodle のテストコースに参加してみましょう。

ページ最下部から、「情報システム室 (ICT Office)」をクリックし、「public」をクリックし、「情報システム室 (ICT Office) Moodle Trial Course」をクリックしてください。



- ③ 自己登録画面になります。登録キーには「moodle」をすべて小文字で入力してください。

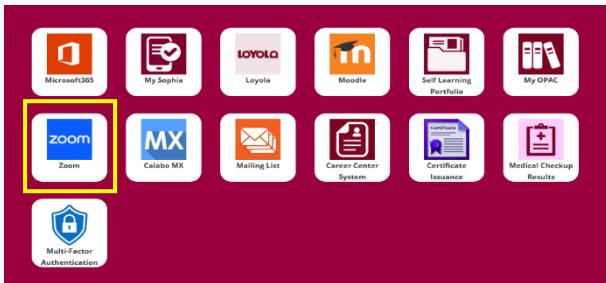
- ④ 正常にコース登録が終了すると「Sophia Moodle selfcheck」という PDF が見られます。その PDF を開き、よく読んでください。  
これで Moodle の操作は OK です。



## 6. Zoom へのログイン

- ① 下記のページから Zoom アイコンをクリックして Zoom にログインしましょう。

<https://sso.sophia.ac.jp/>



ログインに必要なのは、「学生番号」と「ソフィア ICT アカウントのパスワード」です。



以下の動画が閲覧できるかチェックしてください。

<https://ccweb.cc.sophia.ac.jp/self-check-for-zoom-meetingjp/>

閲覧できない場合は一度 Zoom をサインアウトし、サインインをやり直してください。



## 7. キャンパスで自分の PC を使うための準備作業

- ① Zoom や Office、PDF Reader などはインストールを済ませましたか？



- ② ヘッドセット（音が周囲に漏れないもの）は準備しましたか？



## 8. キャンパスで Wi-Fi 接続

- ① sophiawifi2019 の設定を行ってみましょう。

情報システム室 WEB ページに、学内 Wi-Fi に接続するための手順が載っています。 <https://ccweb.cc.sophia.ac.jp/manual-cat/wireless/>



Windows PC は、設定が少し難しいので、動画も見ながら接続してみてください。



Wi-Fi を使用する必要が無い時にはこまめに Wi-Fi を OFF にするようにしましょう。

## 9. その他のサービスについて

- ① PC 教室の使用方法や、無料の Office ソフトなどの情報を情報システム室 WEB サイト (<https://ccweb.cc.sophia.ac.jp/userguide/newuser/nu-02/>) に掲載しています。



以上で終了です！よいキャンパスライフを！  
上智大学 情報システム室 (<https://ccweb.cc.sophia.ac.jp>)