

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。



SOPHIA U

Integrated Database System

- パスワード変更
- リマインダ登録
- メールアドレス変更
- Authenticatorアプリ初期化
- ログアウト

上智大学統合データベース

以下の設定をすることができます。
メニューが表示されていない場合は、画面左上の三本線のアイコンをタップ/クリックしてください。

ログインパスワードの変更
ソフィアメールアドレスの変更
パスワードリマインダの設定・変更

重要な情報は情報システム室のホームページ上で公開していますので、随時ご確認ください。

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



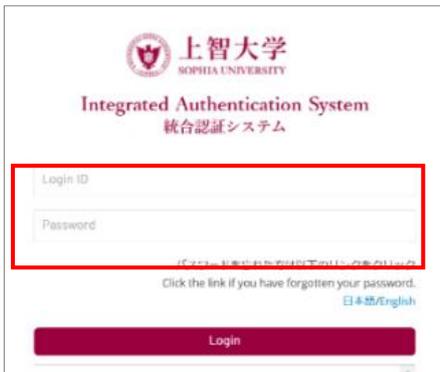
- ② 上智大学ウェブプロティや、情報システム室の WEB ページから Loyola にログインしてみましょう (<https://ccweb.cc.sophia.ac.jp>)



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。



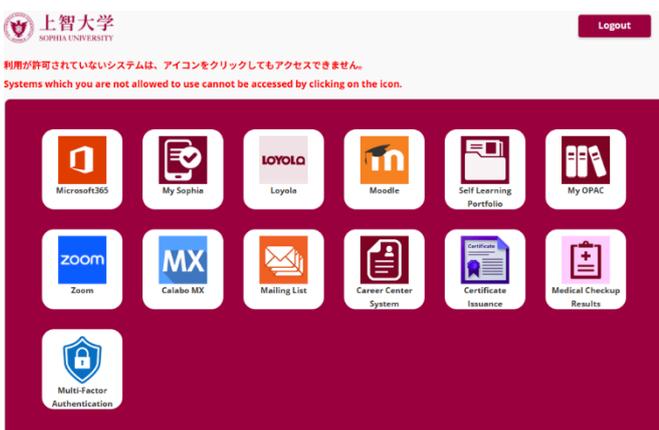
- ③ 統合認証システムのログイン画面が表示されるので、ID（学生番号）とソフィア ICT アカウントのパスワードを入力してログインします。QR コードが表示されますが、この時点では、まだスマートフォンのカメラアプリ等で QR コードを読み込まないでください。



- 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。

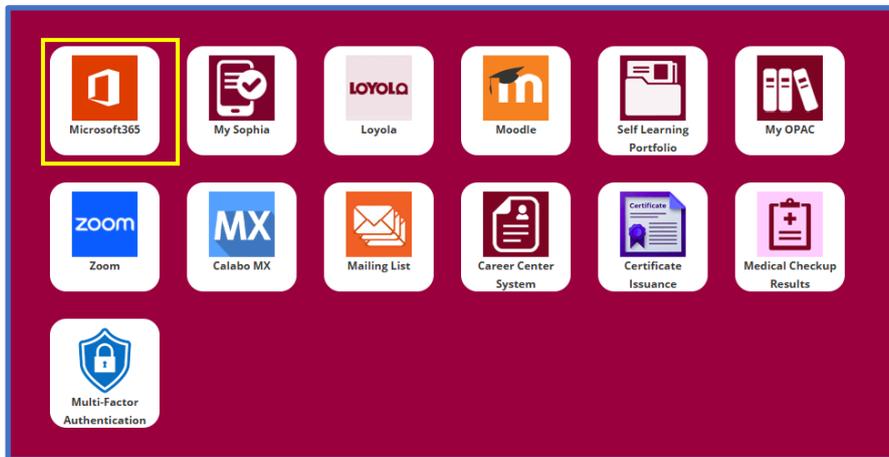
<https://sso.sophia.ac.jp/>



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 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。

CAUTION!



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。



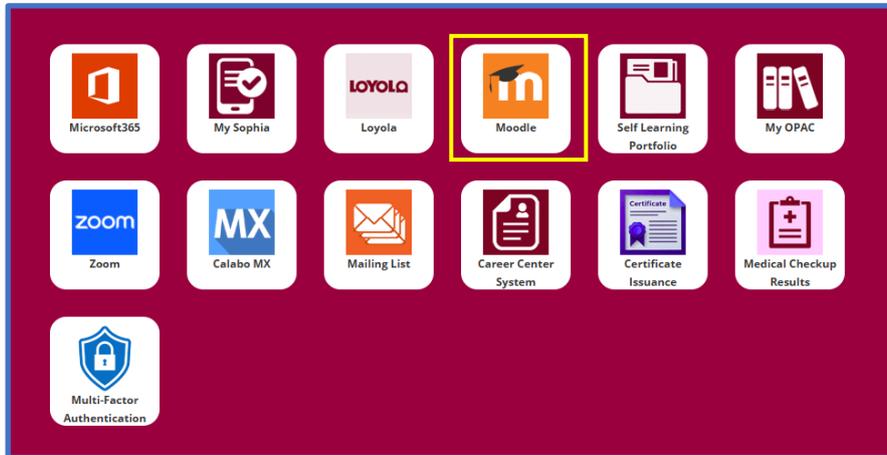
5. Moodle (ムードル) へのログイン

- 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。

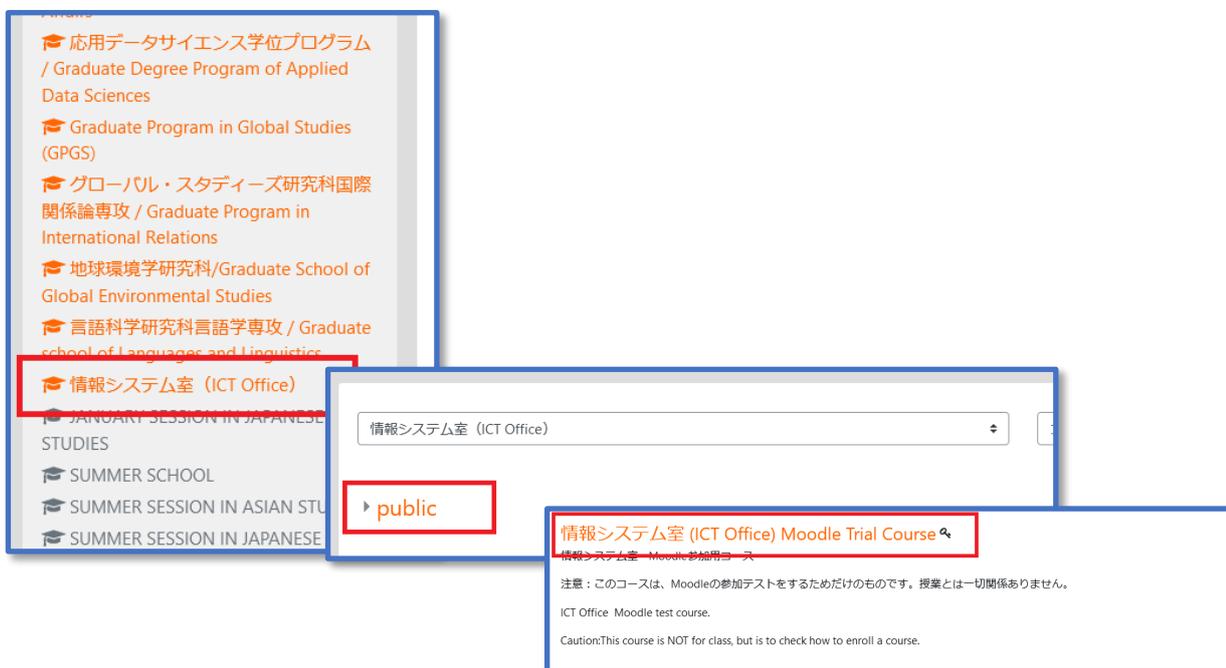
<https://sso.sophia.ac.jp/>



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。



情報システム室 (ICT Office) Moodle Trial Course 🔍

情報システム室 Moodle参加用コース

注意：このコースは、Moodleの参加テストをするためだけのものです。授業とは一切関係ありません。

ICT Office Moodle test course.

Caution: This course is NOT for class, but is to check how to enroll a course.

▼ 自己登録 (学生)

登録キー

私を登録する

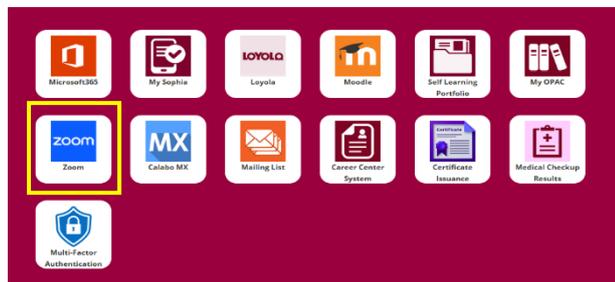
- ④ 正常にコース登録が終了すると「Sophia Moodle selfcheck」というPDFが見られます。そのPDFを開き、よく読んでください。
- これで Moodle の操作は OK です。



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 sphiawifi2019 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>)