

# メールソフト設定変更の手引き

Outlook 2003/2007  
Outlook Express (XP)  
Windows Mail (Vista)  
Becky! Ver.2

2014年2月

総合メディアセンター

---

## 目次

---

1.	はじめに.....	2
2.	各メールソフトの設定.....	3
2.1	Outlook 2007.....	3
2.2	Outlook 2003 / Windows Mail / Outlook Express.....	6
2.3	Becky! Ver.2.....	9

---

# 1. はじめに

2013年12月より、上智大学教研メール(Active!Mail、@sophia.ac.jpのメールアドレス)をOutlookなどのメールソフトから使用する際の、学内のネットワーク(研究室、学内無線LANなど)から接続する場合と、学外のネットワークから接続する場合の設定が共通化され、より安全な形での通信が可能になりました。

共通化された設定は以下の通りです。個別のメールソフトの設定方法については、「2. 各メールソフトの設定」を参照してください。

## 【ユーザ情報】

ユーザ名 : Active!Mail と同様(教職員番号、学生番号など)  
パスワード : Active!Mail と同様  
メールアドレス: Active!Mail と同様(自分で設定した@sophia.ac.jp のメールアドレス)

## 【受信設定】

方式 : IMAP または POP(※)  
サーバ名 : mail.cc.sophia.ac.jp  
暗号化 : SSL/TLS  
認証 : 通常のテキスト(クリアテキスト)による認証  
ポート番号 : 993(IMAP の場合) または 995(POP の場合)

## 【送信設定】

サーバ名 : smtp-a.cc.sophia.ac.jp  
暗号化 : SSL/TLS  
認証 : 通常のテキスト(クリアテキスト)による認証  
ポート番号 : 465

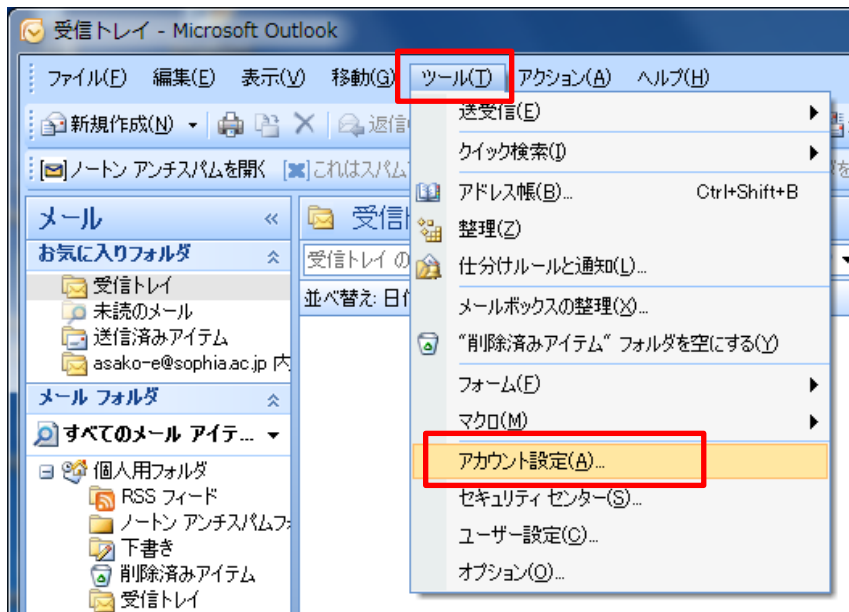
※本マニュアルは、既にOutlook 2003/2007、Windows Mail、Outlook Express、Becky!で教研メールをお使いの方が、新しい設定に変更するための手引きです。

新規で教研メールのメールボックスやアカウントを作成する場合は、それぞれのソフトのマニュアルを参照の上、本マニュアルに書かれている内容を設定してください。

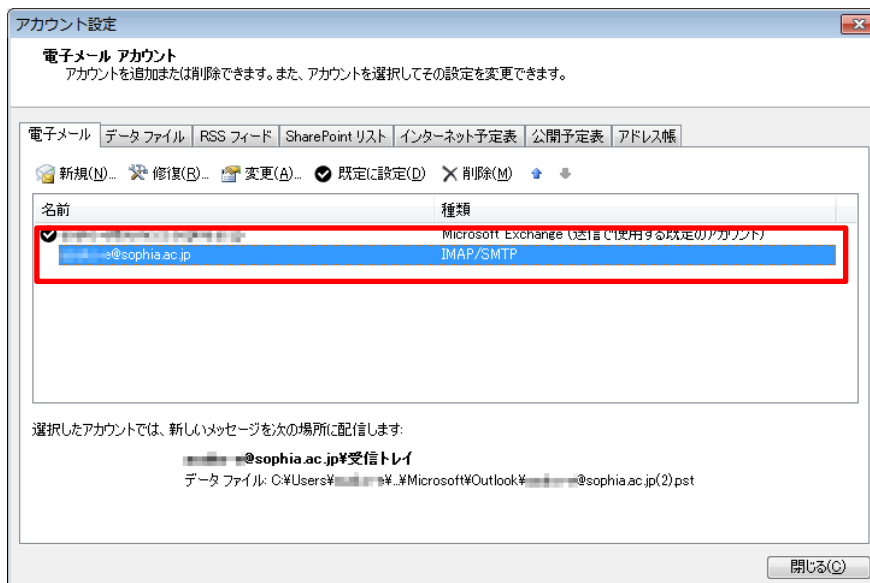
## 2. 各メールソフトの設定

### 2.1 Outlook 2007

- (1) メニューから[ツール]→[アカウント設定]を選択します。



- (2) 設定を変更するアカウントをダブルクリックします。

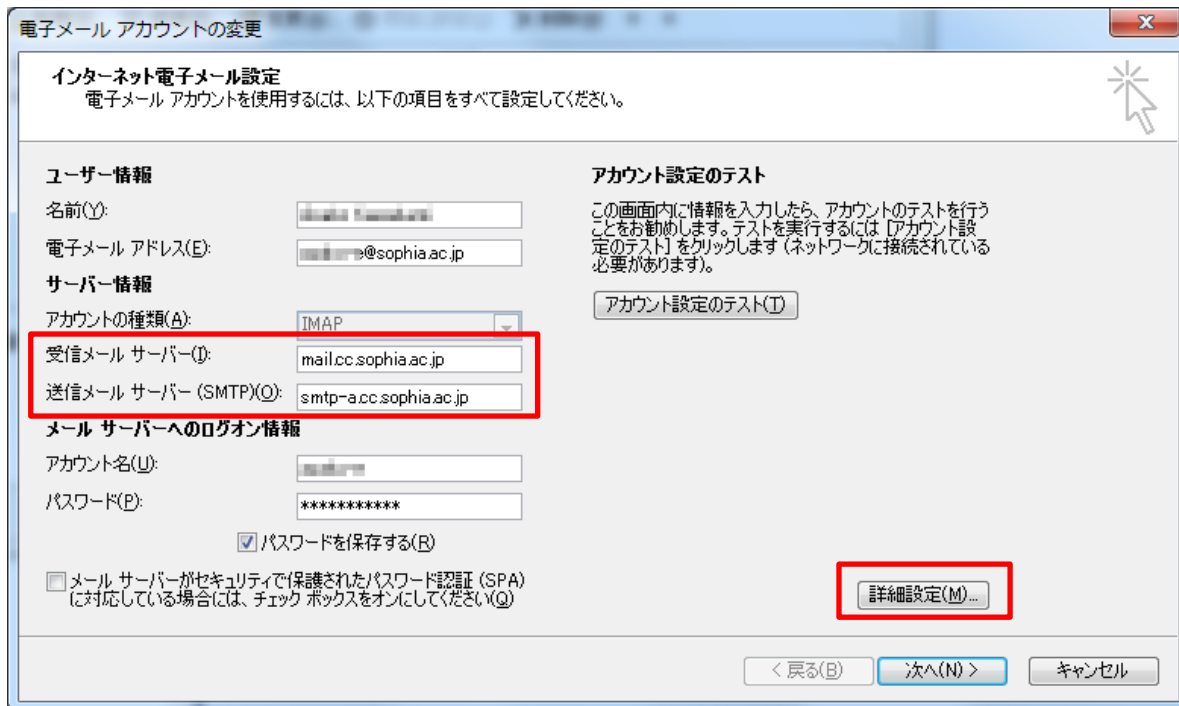


- (3) [インターネット電子メール設定]画面が開きます。サーバー情報を入力し、[詳細設定]をクリックします。

#### サーバー情報

[受信メールサーバー]: mail.cc.sophia.ac.jp

[送信メールサーバー (SMTP)]: smtp-a.cc.sophia.ac.jp



(4) [詳細設定]タブを選択し、サーバの設定を入力します。

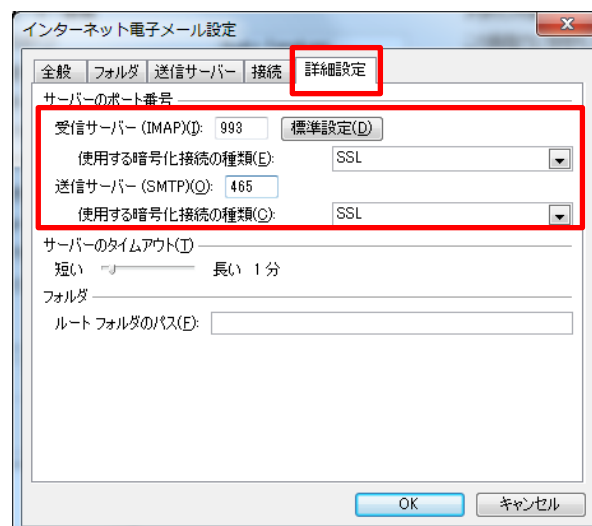
#### 【IMAP の場合】

[使用する暗号化接続の種類]: SSL

※最初にこの項目を設定します

[受信サーバ(IMAP)]: 993

[送信サーバ(SMTP)]: 465



#### 【POP3 の場合】

[使用する暗号化接続の種類]: SSL

※最初にこの項目を変更します

[受信サーバ(POP3)]: 995

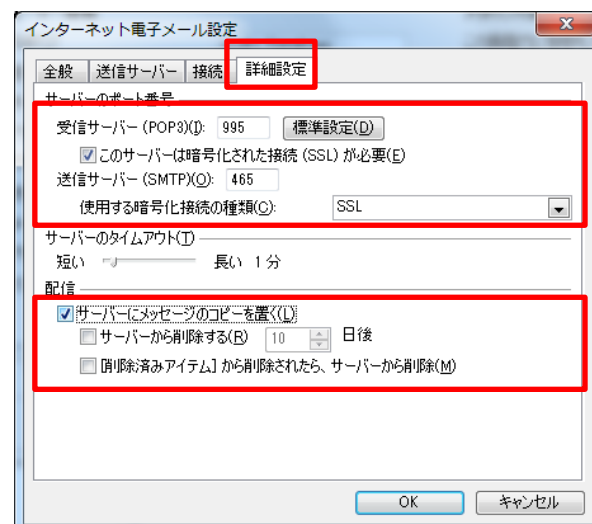
[このサーバは暗号化された接続 (SSL) が必要]: チェックを入れる

[送信サーバ(SMTP)]: 465

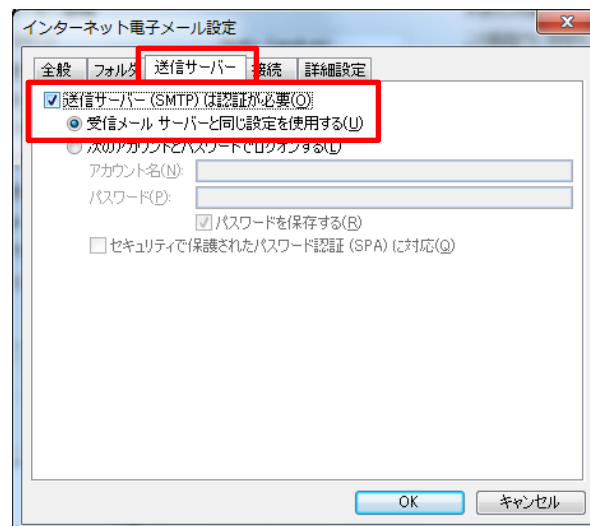
[サーバにメッセージのコピーを置く]:

メールを受信した後もサーバから

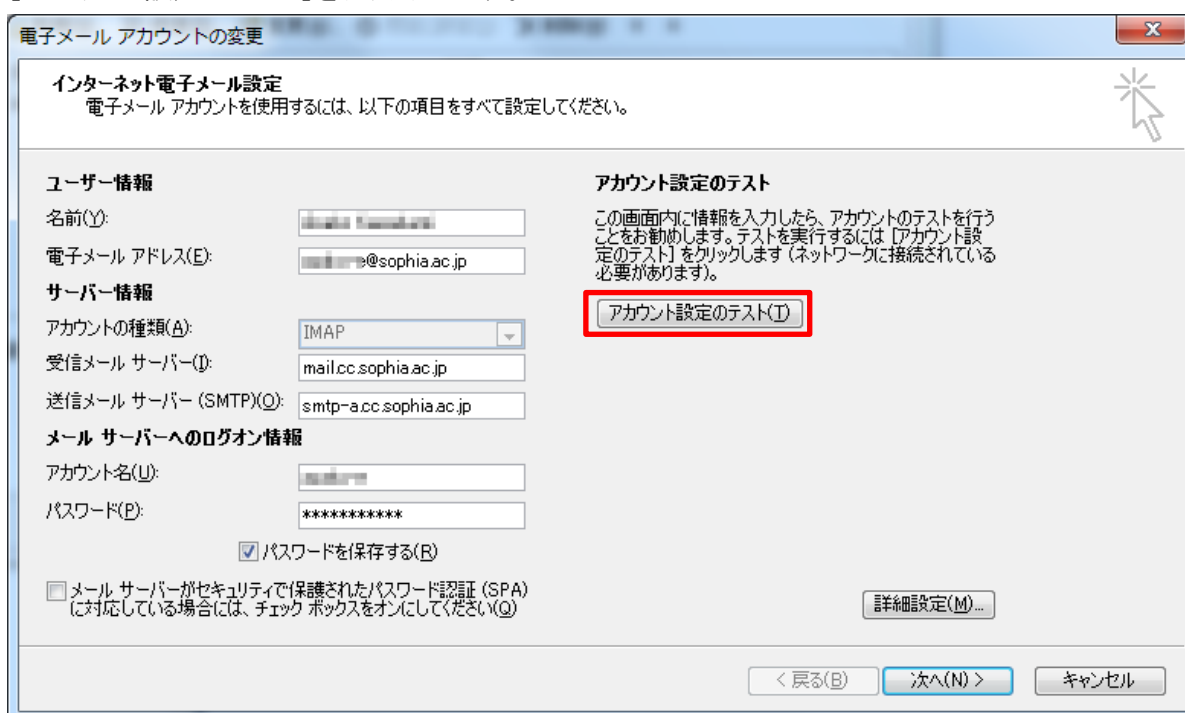
メッセージを削除しない場合はチェック



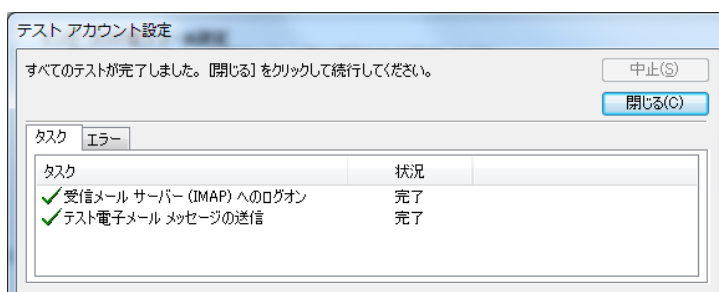
- (5) [送信サーバー]タブを選択し、  
[送信サーバー(SMTP)は認証が必要]に  
チェックを入れ、[受信メールサーバーと  
同じ設定を使用する]を選択して[OK]を  
クリックします。



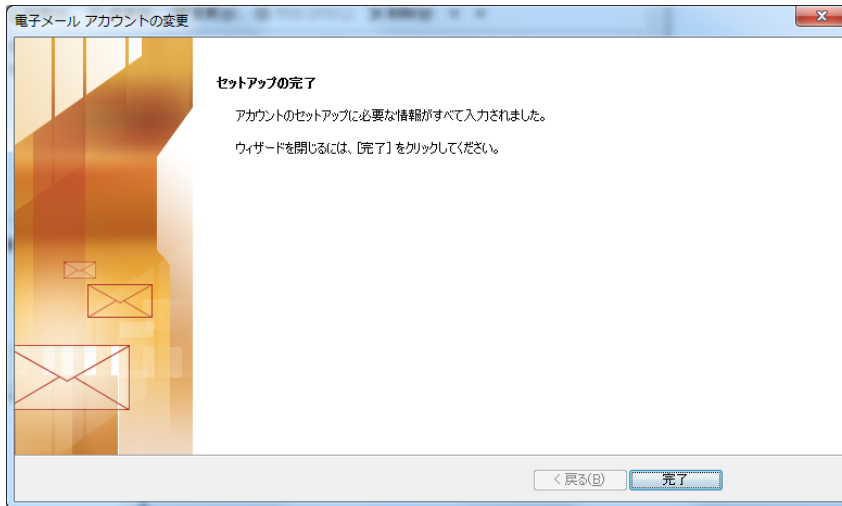
- (6) [アカウント設定のテスト]をクリックします。



- (7) [テスト アカウント設定]の画面で「すべてのテストが完了しました。」と表示されたら[閉じる]をクリックします。



- (8) (6)の画面に戻ったら[次へ]をクリックし、[セットアップの完了]画面で[完了]をクリックします。

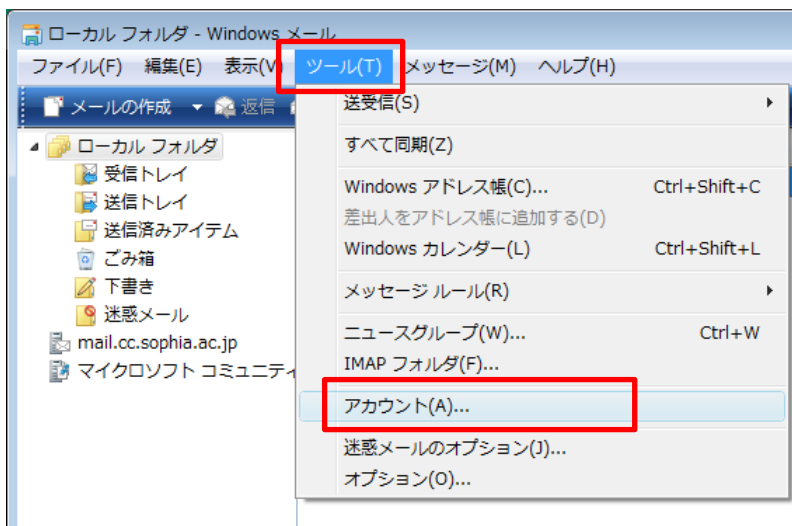


- (9) (2)のアカウント選択画面に戻ったら[閉じる]をクリックして完了します。

## 2.2 Outlook 2003 / Windows Mail / Outlook Express

※画面は主に Windows Mail のものですが、他のソフトでも設定方法は同じです。

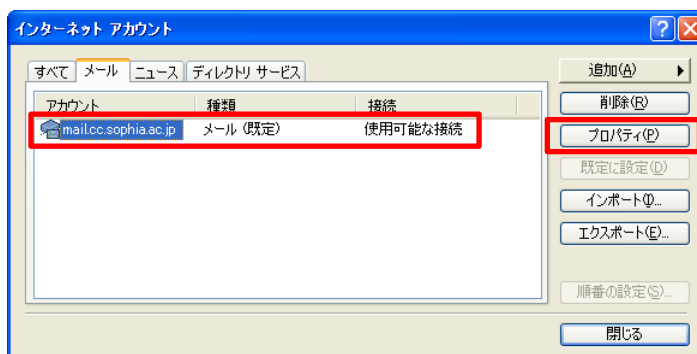
- (1) メニューから[ツール]→[アカウント](Outlook2003では[電子メールアカウント])を選択します。



- (2) 以下のように設定を変更するアカウントを選択します。

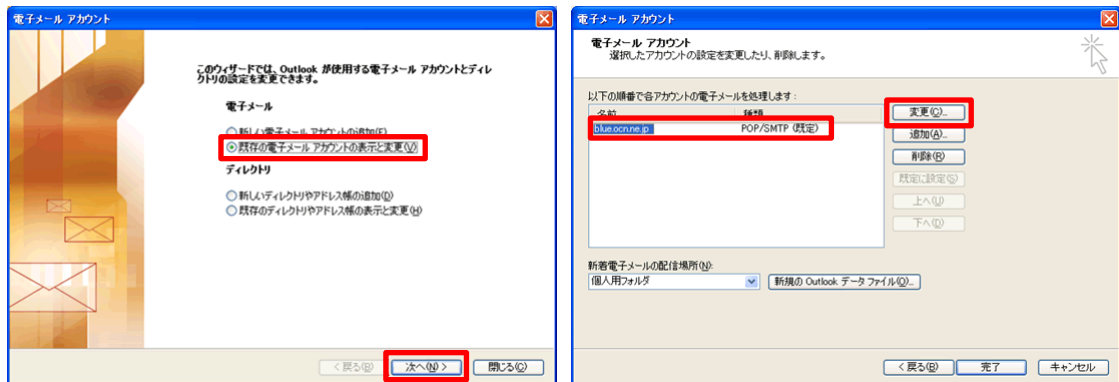
### 【Outlook Express】

[メール]タブを選択し、設定を変更するアカウント名選択して[プロパティ]をクリックします。



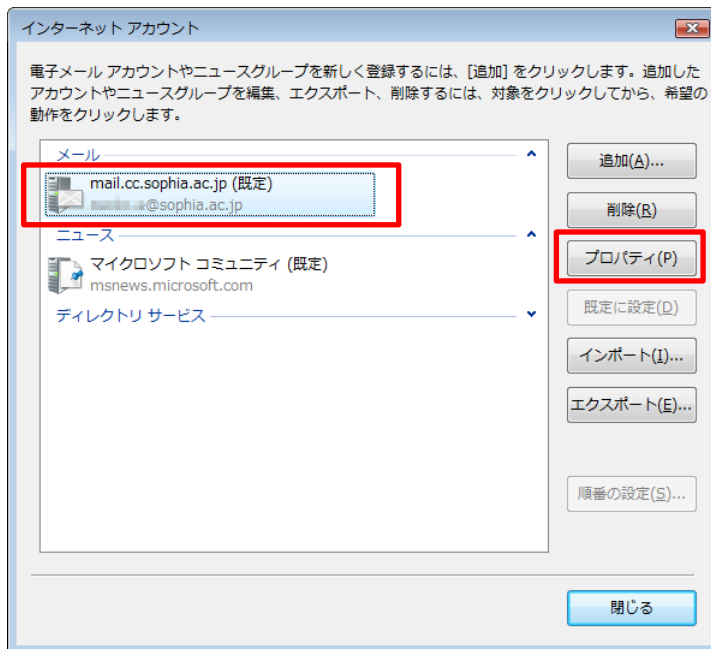
## 【Outlook 2003】

[既存の電子メール アカウントの表示と変更]を選択して[次へ]をクリックし、変更するアカウントを選択して[変更]をクリックします。



## 【Windows Mail】

[メール]欄にある変更するアカウントを選択して[プロパティ]をクリックします。



- (3) [サーバー]タブを選択し、サーバの情報を入力して[設定]をクリックします。

### サーバー情報

[受信メール(※)]: mail.cc.sophia.ac.jp (※には[IMAP]または[POP3]が表示されます)

[送信メール(SMTP)]: smtp-a.cc.sophia.ac.jp

### 受信メールサーバー

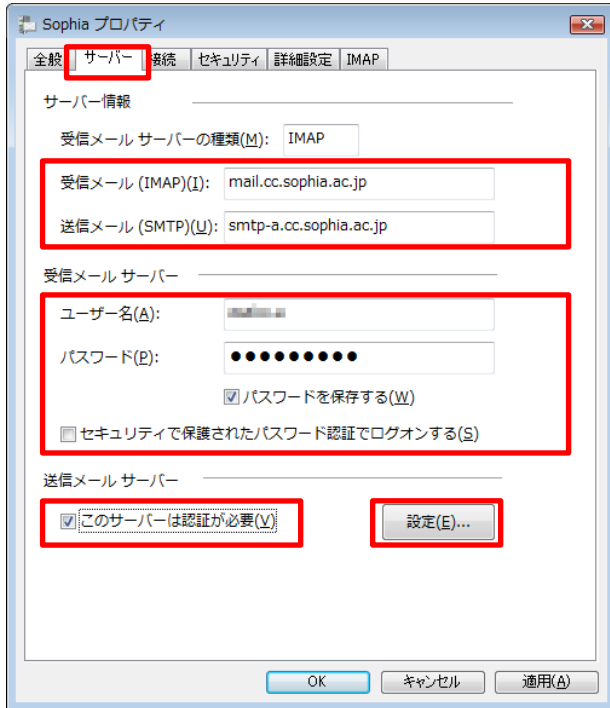
[ユーザ名]: Active!Mail ログイン時と同じ(教職員番号、学生番号等)

[パスワード]: Active!Mail ログイン時と同じ

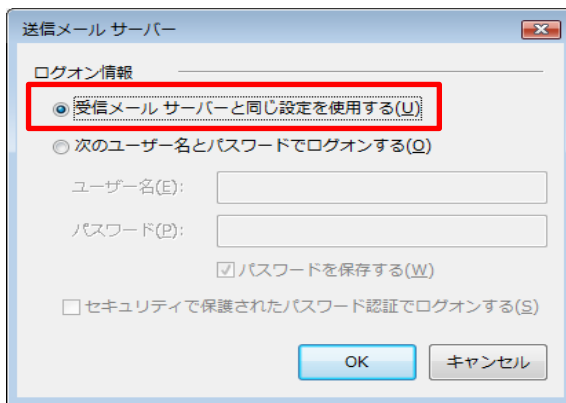
[セキュリティで保護されたパスワード認証でログオンする]: チェックしない

### 送信メールサーバー

[このサーバーは認証が必要]: チェックを入れる



- (4) [受信メールサーバーと同じ設定を使用する]にチェックを入れて[OK]をクリックします。



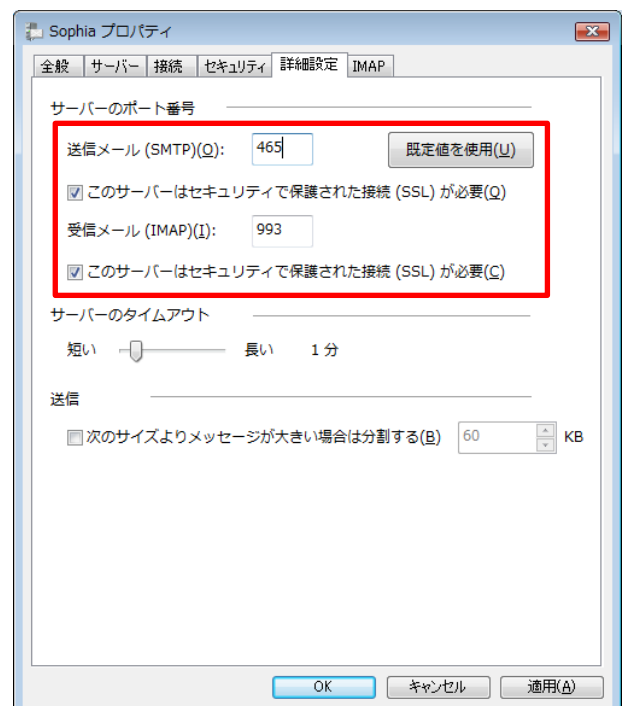
- (5) [詳細設定]タブを選択し、ポート番号を入力して[OK]をクリックします。

**【IMAP の場合】**

[送信メール(SMTP)] : 465

[受信メール(IMAP)] : 993

[このサーバーはセキュリティで保護された  
接続(SSL)が必要] : 両方ともチェックを  
入れる





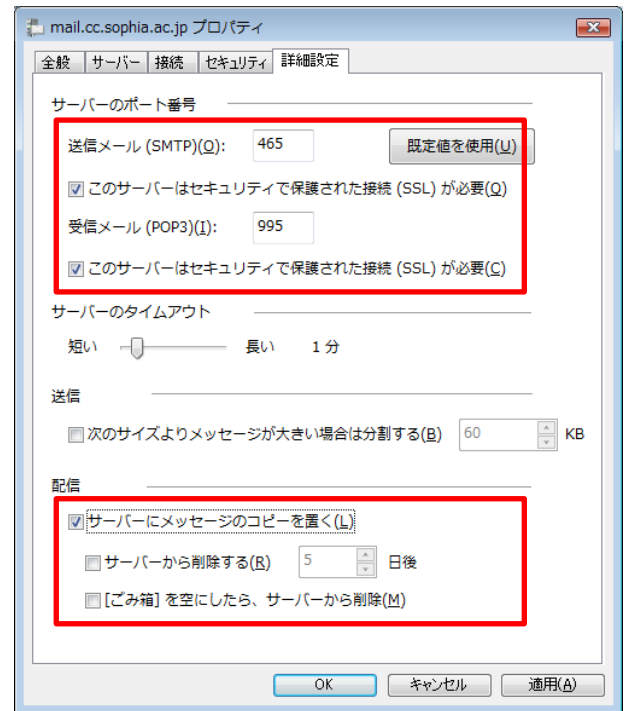
## 【POP3 の場合】

[送信メール(SMTP)] : 465

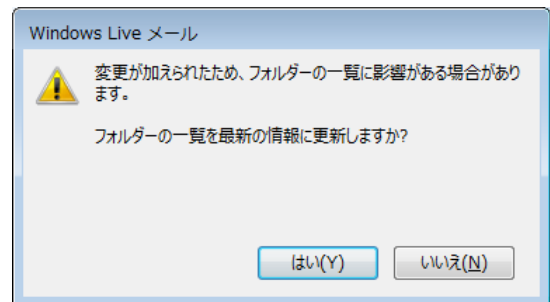
[受信メール(POP3)] : 995

[このサーバーはセキュリティで保護された  
接続(SSL)が必要] : 両方ともチェックを  
入れる

[サーバーにメッセージのコピーを置く] :  
メールを受信した後もサーバから  
メッセージを削除しない場合はチェック

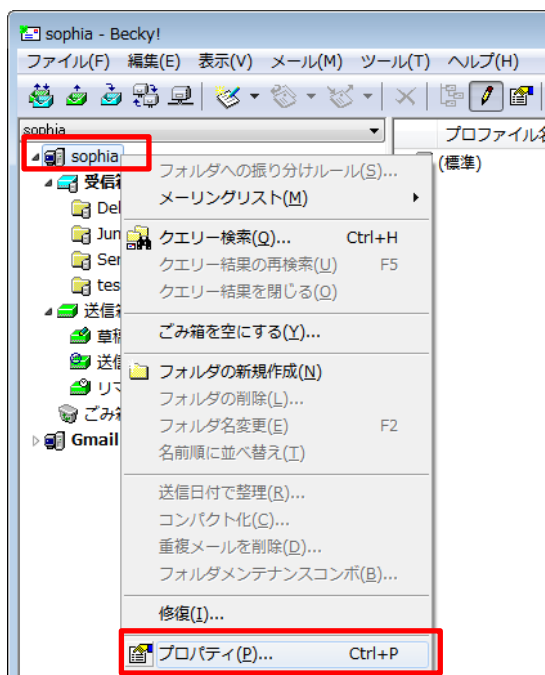


- (6) 次のダイアログが出た場合は[はい]をクリック  
します。

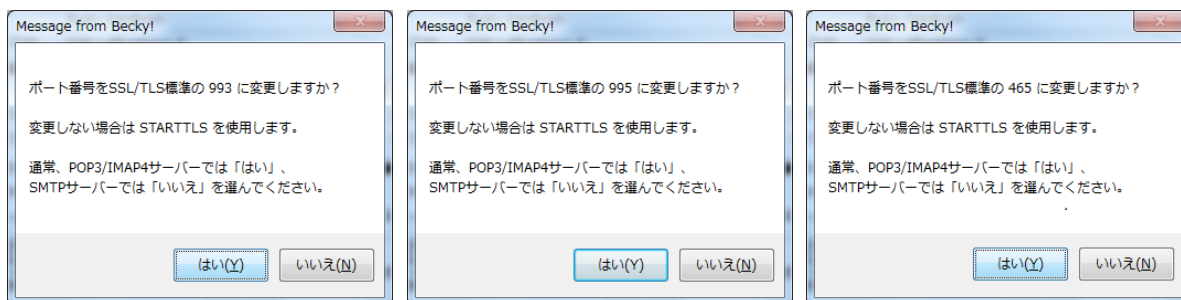


## 2.3 Becky! Ver.2

- (1) アカウント名を右クリックし、メニューから[プロパティ]を選択します。

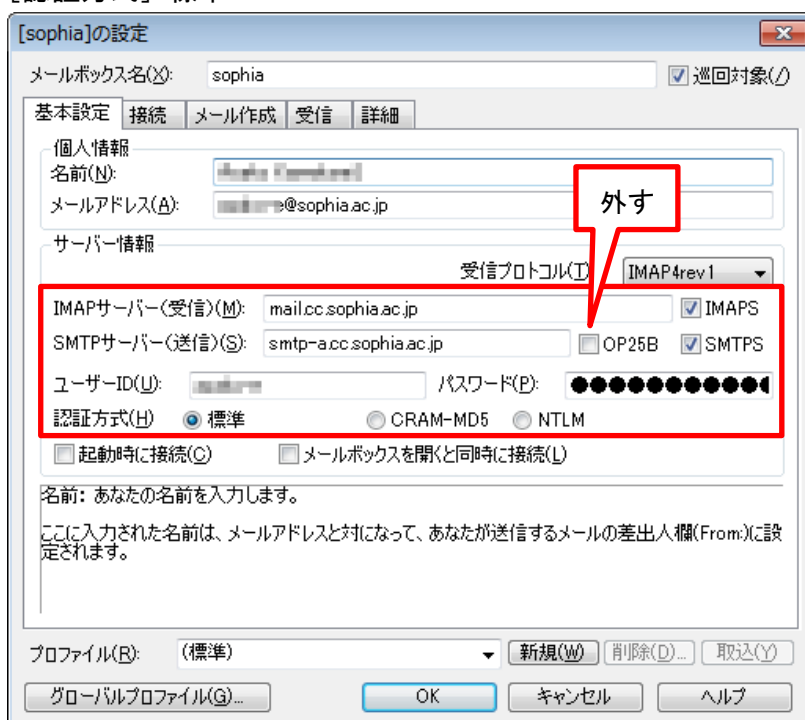


- (2) [基本設定]タブを選択し、サーバ情報を設定します。  
途中、以下のような確認メッセージ画面が出た場合は、いずれも「はい」をクリックします。



### 【IMAP の場合】

- [IMAP サーバー(受信)] : mail.cc.sophia.ac.jp
- [SMTP サーバー(送信)] : smtp-a.cc.sophia.ac.jp
- [IMAPS] : チェックを入れる
- [SMTPS] : チェックを入れる
- [OP25B] : チェックを外す
- [ユーザ ID] : Active!Mail ログイン時と同じ(教職員番号、学生番号等)
- [パスワード] : Active!Mail ログイン時と同じ
- [認証方式] : 標準

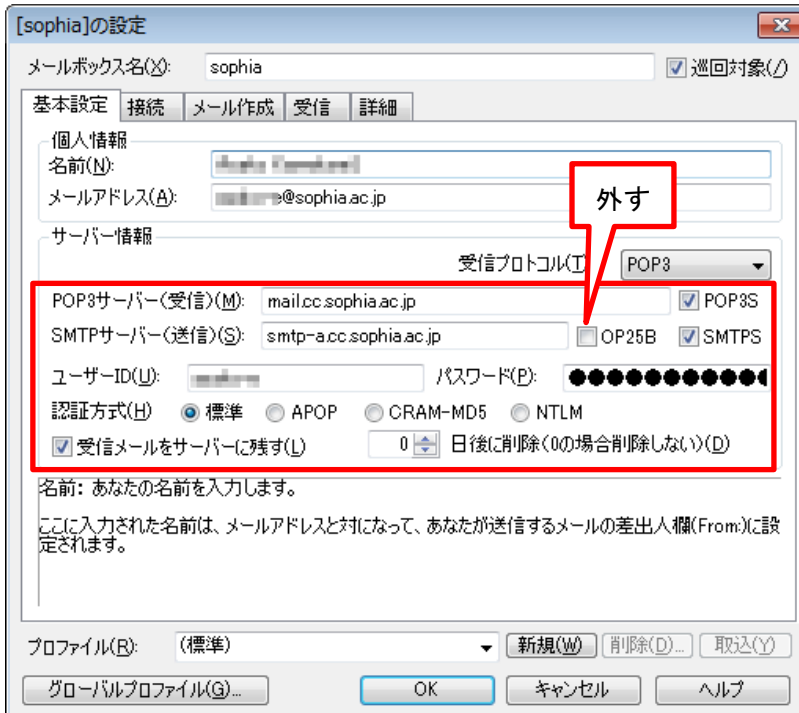


### 【POP の場合】

- [POP3 サーバー(受信)] : mail.cc.sophia.ac.jp
- [SMTP サーバー(送信)] : smtp-a.cc.sophia.ac.jp
- [POP3S] : チェックを入れる
- [SMTPS] : チェックを入れる
- [OP25B] : チェックを外す
- [ユーザ ID] : Active!Mail ログイン時と同じ(教職員番号、学生番号等)
- [パスワード] : Active!Mail ログイン時と同じ
- [認証方式] : 標準

[受信メールをサーバーに残す]:

メールを受信した後もサーバからメッセージを削除しない場合はチェック



(3) [詳細]タブを選択して情報を設定し、[OK]をクリックします。

サーバーのポート番号

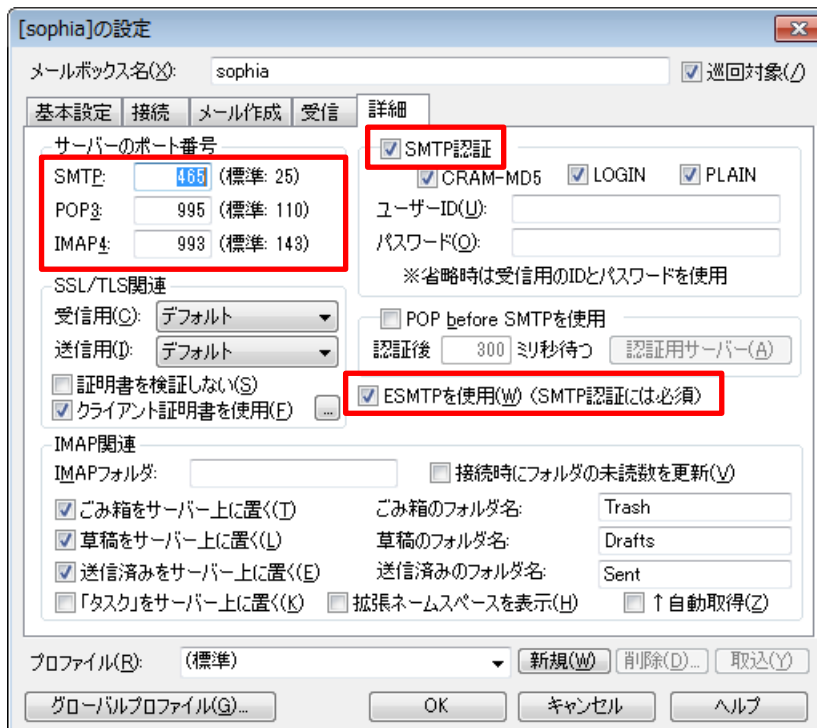
[SMTP]: 465

[POP3]: 995

[IMAP4]: 993

[SMTP 認証]: チェックを入れる

[ESMTP を使用]: チェックを入れる



## メールソフト設定変更の手引き

(Outlook2003/2007 / Outlook Express / Windows Mail / Becky!)

2014年1月初版

2014年2月改訂

編集・発行 上智大学総合メディアセンター  
住所 〒102-8554  
東京都千代田区紀尾井町7-1  
電話 03(3238)3101  
ホームページ <http://ccweb.cc.sophia.ac.jp/>

Sophia media

Search

全学 201402