

本書では、Microsoft Outlook 2007の設定方法を説明します。

目次

- P1.....1 Microsoft Outlook 2007 の起動
- P1.....2 メールアカウントの登録
- P9.....3 メールアカウント設定の確認
- P14.. 4 接続ができない時には(再設定)
- P16.. 5 設定の変更をしていないのに、メールが送受信できなくなった
- P17.. 6 メール送信形式の設定

1 Microsoft Outlook 2007 の起動

Microsoft Outlook 2007 を起動します。

(Outlook 2010、Outlook 2003、Outlook Express等は設定が異なります。用意してある別のマニュアルをご確認ください。)

2 メールアカウントの登録

登録手順1の① Microsoft Outlook 2007 スタートアップ



Microsoft Outlook 2007 を起動すると、スタートアップ画面が表示されます。

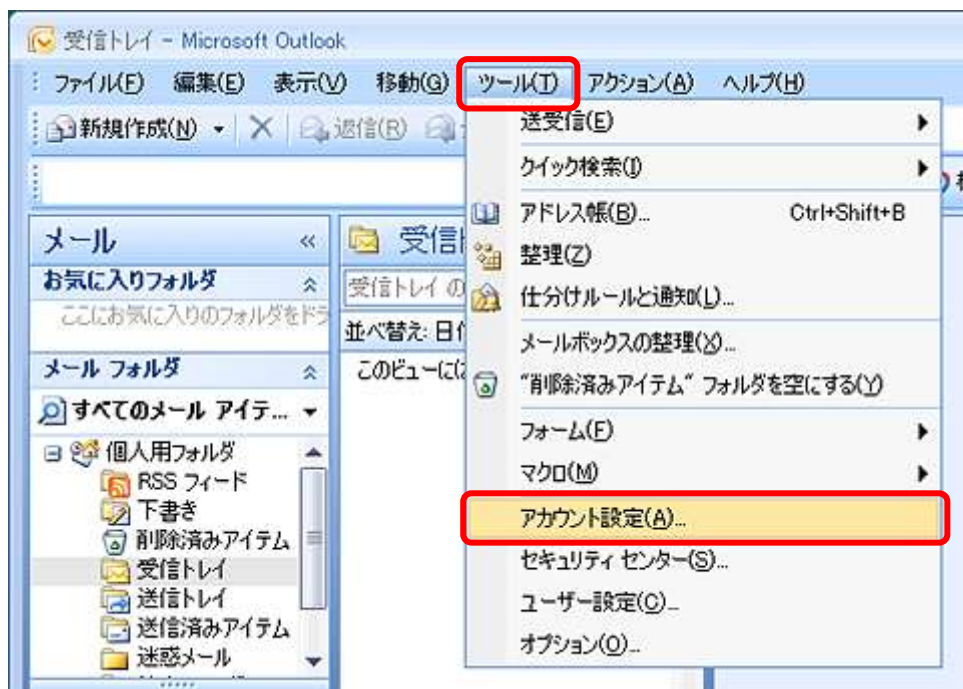
[次へ(N)]をクリックします。

※スタートアップ画面が表示されない場合は登録手順1の②(P2)を参考にしてください。

登録手順1の② Microsoft Outlook 2007 スタートアップ

参考

※スタートアップ画面が表示されない場合



Microsoft Outlook 2007の起動画面から、[ツール(T)]→[アカウント設定(A)]の順にクリックします。

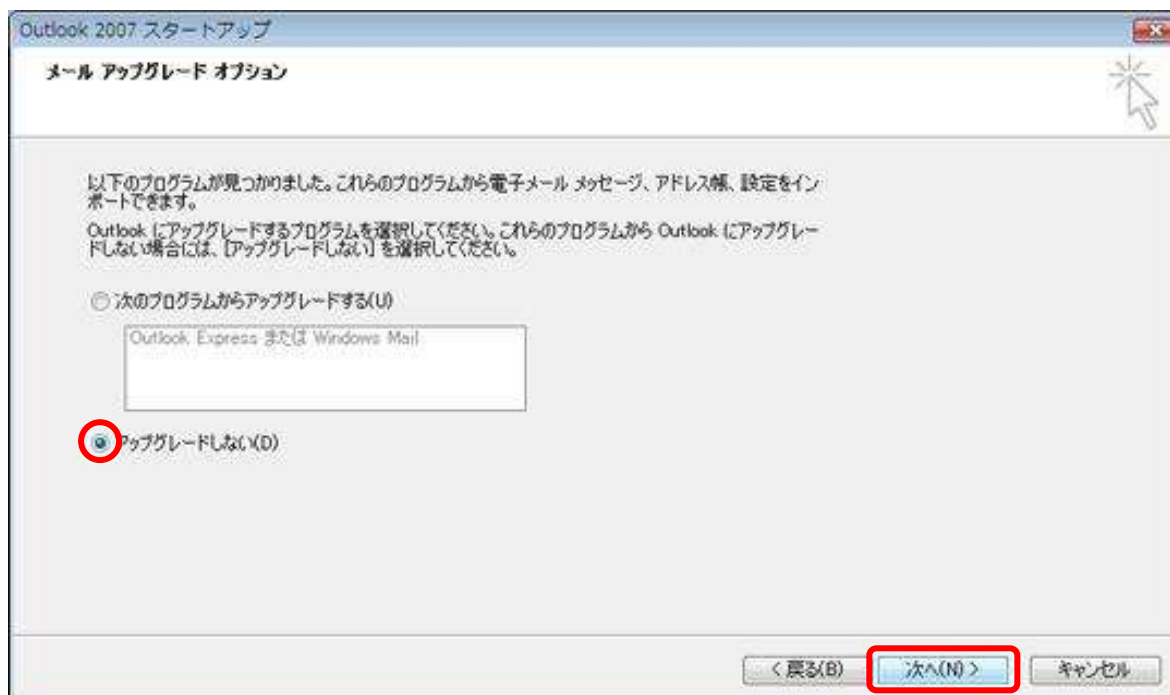


アカウント設定画面が表示されます。

[電子メール]タブを選択し、[新規(N)]をクリックします。

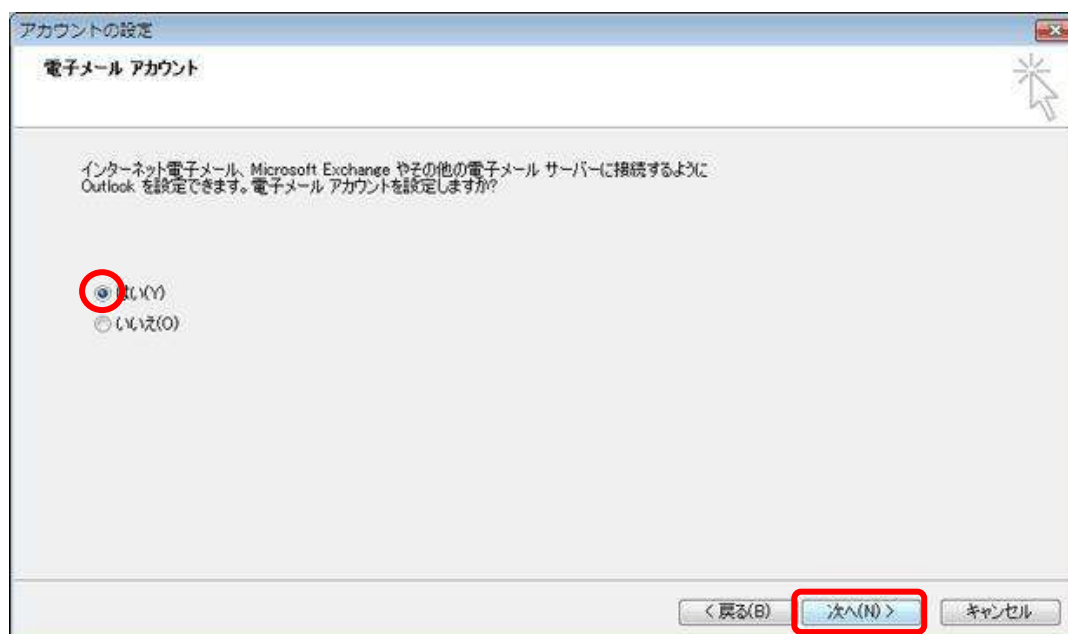
登録手順3(P3)と同じ設定画面が表示されるので、同様に登録します。

登録手順2 メールアップグレード オプション



すでにお使いのメールソフトウェアがある場合は、メール アップグレード オプション画面が表示されます。
[アップグレードしない(D)]にチェックを入れ、[次へ(N)]をクリックします。

登録手順3 アカウントの設定



[はい(Y)]にチェックを入れ、[次へ(N)]をクリックします。

登録手順4 自動アカウントセットアップ

新しい電子メール アカウントの追加

自動アカウント セットアップ

名前(Y):

電子メール アドレス(E):

パスワード(P):

パスワードの確認入力(I):

インターネット サービス プロバイダから提供されたパスワードを入力してください。

サーバー設定または追加のサーバーの種類を手動で構成する(M)

< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル

[サーバー設定または追加のサーバーの種類を手動で構成する(M)]にチェックを入れ、[次へ(N)]をクリックします。

登録手順5 サービスの選択

新しい電子メール アカウントの追加

電子メール サービスの選択

インターネット電子メール(I)
POP、IMAP、または HTTP サーバーに接続して、電子メール メッセージの送受信を行います。

Microsoft Exchange(M)
Microsoft Exchange に接続して、電子メール、予定表、連絡先、ファックス、およびボイス メールにアクセスします。

その他(O)
以下に表示されている種類のサーバーに接続します。

Outlook Mobile Service (テキストメッセージング)

< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル

[インターネット電子メール(I)]にチェックを入れ、[次へ(N)]をクリックします。

登録手順6 インターネット電子メール設定

新しい電子メール アカウントの追加

インターネット電子メール設定
電子メール アカウントを使用するには、以下の項目をすべて設定してください。

ユーザー情報

名前(Y): ○○○○

電子メール アドレス(E): ○○○@sanuki.ne.jp

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): pop.sanuki.ne.jp

送信メール サーバー (SMTP)(O): smtp.sanuki.ne.jp

メール サーバーへのログイン情報

アカウント名(U): ○○○@sanuki.ne.jp ※注意

パスワード(P): *****

パスワードを保存する(B)

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(O)

アカウント設定のテスト

この画面内に情報を入力したら、アカウントのテストを行うことをお勧めします。テストを実行するには [アカウント設定のテスト] をクリックします (ネットワークに接続されている必要があります)。

アカウント設定のテスト(T)

詳細設定(M)

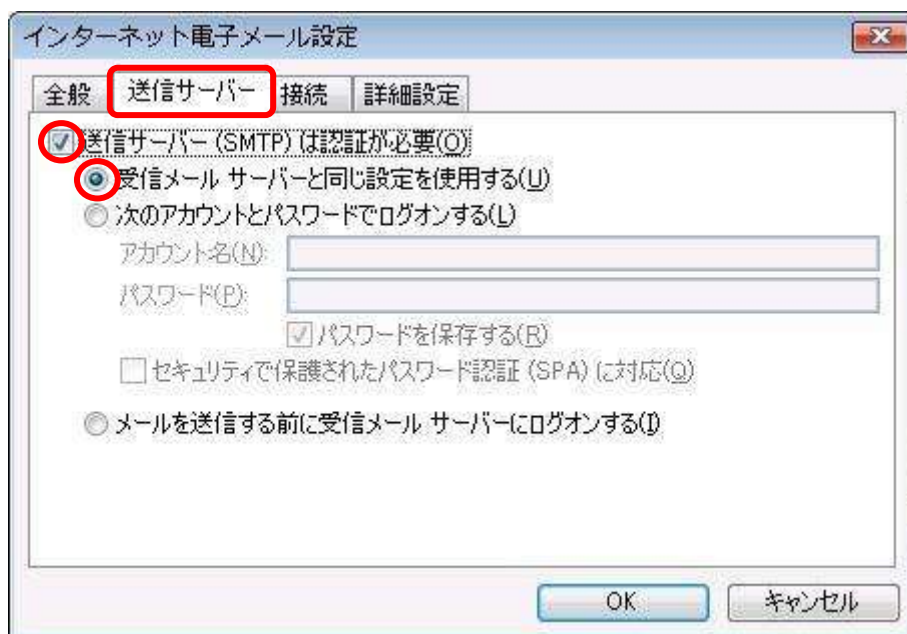
< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル

下記の内容を入力してください。

設定項目	設定内容
名前 (Y)	名前やニックネームを入力します。 メール送信した相手へ、宛名として通知されます。
電子メールアドレス (E)	「メールアドレス決定通知書」のメールアドレス
アカウントの種類 (A)	POP3
受信メールサーバー (I)	pop.sanuki.ne.jp
送信メールサーバー (SMTP) (O)	smtp.sanuki.ne.jp
アカウント名 (U)	<u>「メールアドレス決定通知書」のメールアドレス</u> ※ [電子メールアドレス (E)] と同じ
パスワード (P)	「メールアドレス決定通知書」のパスワード
パスワードを保存する (R)	チェックをいれる

入力が完了したら、[詳細設定 (M)] をクリックします。

登録手順7 インターネット電子メール設定([送信サーバー]タブ)



[送信サーバー]タブを選択します。

[送信サーバー (SMTP) は認証が必要 (O)]と[受信メールサーバーと同じ設定を使用する (U)]にチェックを入れます。

登録手順8 インターネット電子メール設定([接続]タブ)



[接続]タブを選択し、[ローカルエリアネットワーク (LAN) を使用する (L)]にチェックを入れます。

登録手順9 インターネット電子メール設定([詳細設定]タブ)

インターネット電子メール設定

全般 送信サーバー 接続 **詳細設定**

サーバーのポート番号

受信サーバー (POP3)(I): 110 標準設定(D)

このサーバーは暗号化された接続 (SSL) 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(O): なし

サーバーのタイムアウト(D)

短い **→** 長い 3分

配信

サーバーにメッセージのコピーを置く(L)

サーバーから削除する(R) 10 日後

[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

[詳細設定]タブを選択し、[送信メールサーバー (SMTP) (O)]を【25】から【587】に変更します。サーバーのタイムアウトを右にスライドし、3分程度に変更します。[OK]をクリックします。

※ [サーバーにメッセージのコピーを置く(L)]について

サーバーにメールを保管するかどうかの設定です。複数台のコンピュータでメール確認をする等の場合を除いて、受信障害を防ぐためチェックを外すことをお勧めします。

登録手順10 インターネット電子メール設定

新しい電子メール アカウントの追加

インターネット電子メール設定

電子メール アカウントを使用するには、以下の項目をすべて設定してください。

ユーザー情報

名前(O): ○○○○

電子メール アドレス(E): ○○○@sanuki.ne.jp

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): pop.sanuki.ne.jp

送信メール サーバー (SMTP)(O): smtp.sanuki.ne.jp

メール サーバーへのログイン情報

アカウント名(I): ○○○@sanuki.ne.jp

パスワード(P): *****

パスワードを保存する(B)

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(O)

アカウント設定のテスト

この画面内に情報を入力したら、アカウントのテストを行うことをお勧めします。テストを実行するには [アカウント設定のテスト] をクリックします (ネットワークに接続されている必要があります)。

アカウント設定のテスト(I)

詳細設定(M)...

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

登録手順6の画面に戻ったことを確認し、[次へ(N)]をクリックします。

登録手順11 セットアップの完了



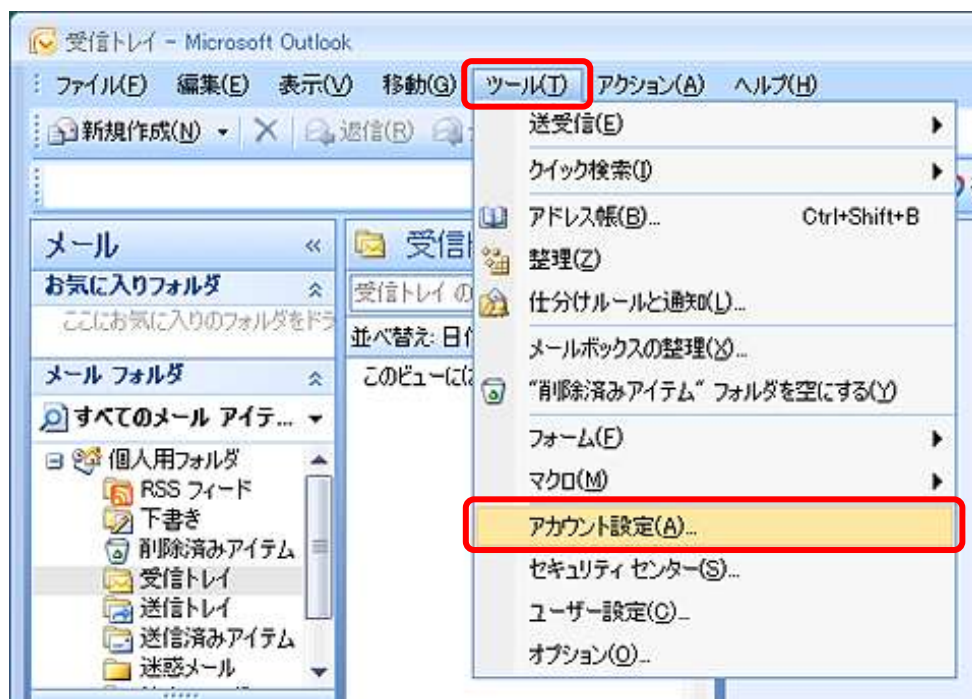
[完了]をクリックします。これで設定は完了です。

3 メールアカウント設定の確認

設定の完了後、再度確認することをお勧めします。

また、メールが送受信できない場合も、以下の手順に従って確認してください。

確認手順1 アカウント情報の呼び出し



Microsoft Outlook 2007の起動画面から、[ツール(T)]→[アカウント設定(A)]の順にクリックします。

確認手順2 アカウント情報の選択



アカウント設定画面の[電子メール]タブをクリックします。

名前欄にあるアカウント情報をクリックし、反転したことを確認してから[変更(A)]をクリックします。

確認手順3 インターネット電子メール設定

新しい電子メール アカウントの追加

インターネット電子メール設定
電子メール アカウントを使用するには、以下の項目をすべて設定してください。

ユーザー情報

名前(Y): ○○○○

電子メール アドレス(E): ○○○@sanuki.ne.jp

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): pop.sanuki.ne.jp

送信メール サーバー (SMTP)(O): smtp.sanuki.ne.jp

メール サーバーへのログイン情報

アカウント名(U): ○○○@sanuki.ne.jp ※注意

パスワード(P): *****

パスワードを保存する(B)

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(O)

アカウント設定のテスト

この画面内に情報を入力したら、アカウントのテストを行うことをお勧めします。テストを実行するには [アカウント設定のテスト] をクリックします (ネットワークに接続されている必要があります)。

アカウント設定のテスト(T)

詳細設定(M)

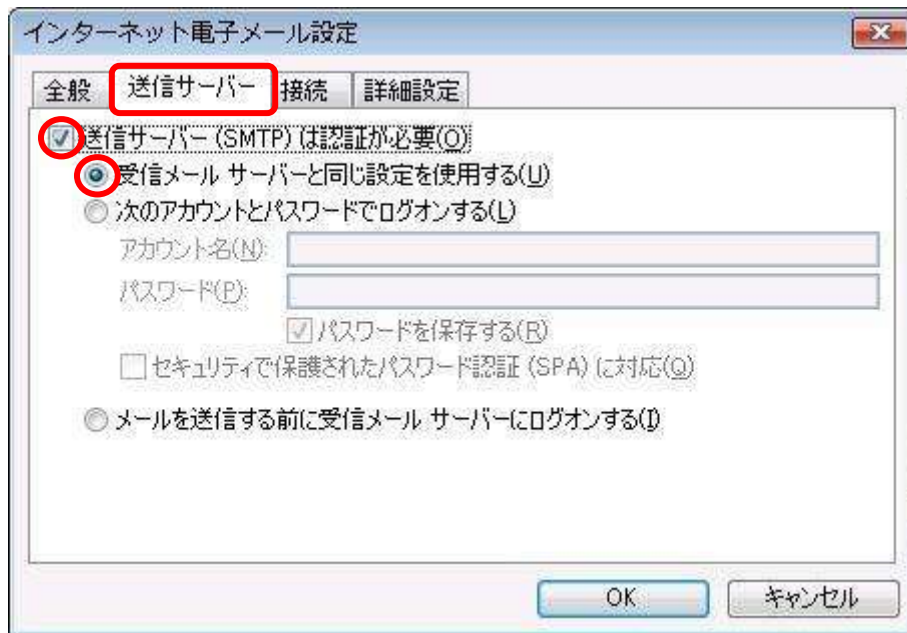
< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル

下記の内容を確認してください。

設定項目	設定内容
名前 (Y)	名前やニックネームを入力します。 メール送信した相手へ、宛名として通知されます。
電子メールアドレス (E)	「メールアドレス決定通知書」のメールアドレス
アカウントの種類 (A)	POP3
受信メールサーバー (I)	pop.sanuki.ne.jp
送信メールサーバー (SMTP) (O)	smtp.sanuki.ne.jp
アカウント名 (U)	<u>「メールアドレス決定通知書」のメールアドレス</u> ※[電子メールアドレス (E)]と同じ
パスワード (P)	「メールアドレス決定通知書」のパスワード
パスワードを保存する (R)	チェックをいれる

確認が完了したら、[詳細設定 (M)] をクリックします。

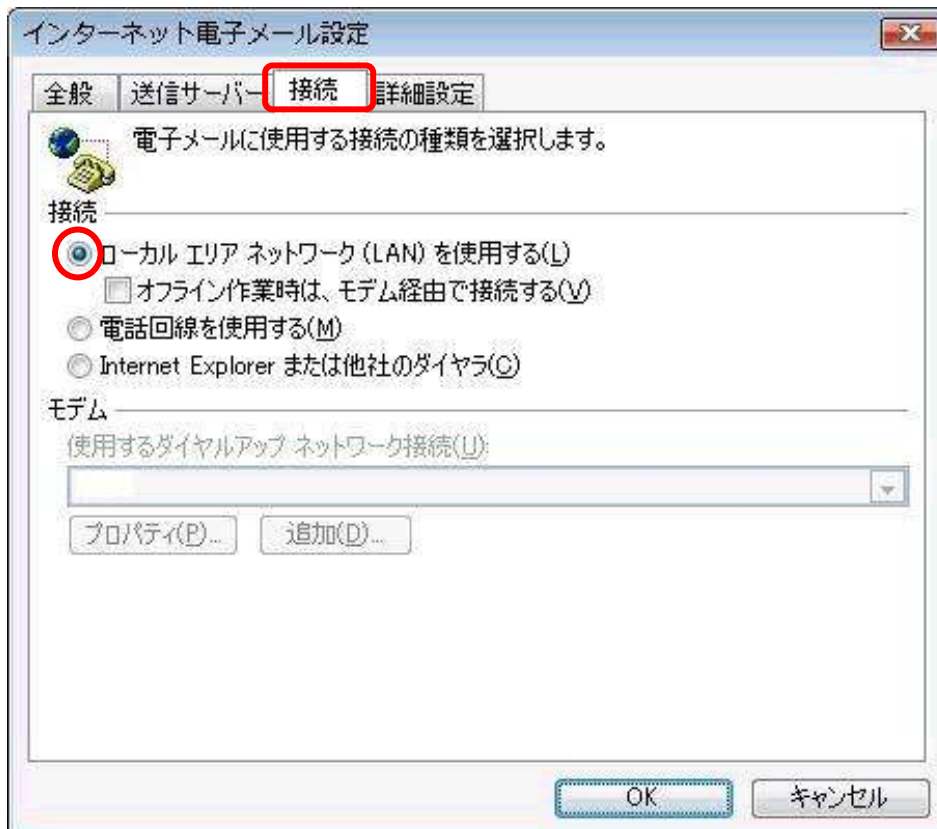
確認手順4 インターネット電子メール設定([送信サーバー]タブ)



[送信サーバー]タブを選択します。

[送信サーバー (SMTP) は認証が必要 (O)]と[受信メールサーバーと同じ設定を使用する (U)]にチェックを入れます。

確認手順5 インターネット電子メール設定([接続]タブ)



[接続]タブを選択し、[ローカルエリアネットワーク(LAN)を使用する(L)]にチェックを入れます。

確認手順6 インターネット電子メール設定([詳細設定]タブ)

インターネット電子メール設定

全般 送信サーバー 接続 **詳細設定**

サーバーのポート番号

受信サーバー (POP3)(I): 110 標準設定(D)

このサーバーは暗号化された接続 (SSL) 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(O): なし

サーバーのタイムアウト(T)

短い ←→ 長い 3分

配信

サーバーにメッセージのコピーを置く(L)

サーバーから削除する(R) 10 日後

[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

[詳細設定]タブを選択し、[送信サーバー(SMTP)(O)]を【25】から【587】に変更します。
[サーバーのタイムアウト(T)]を右にスライドし、3分程度に変更します。[OK]をクリックします。

※ [サーバーにメッセージのコピーを置く(L)]について

サーバーにメールを保管するかどうかの設定です。複数台のコンピューターでメール確認をする等の場合を除いて、受信障害を防ぐためチェックを外すことをお勧めします。

確認手順7 インターネット電子メール設定

新しい電子メール アカウントの追加

インターネット電子メール設定
電子メール アカウントを使用するには、以下の項目をすべて設定してください。

ユーザー情報

名前(O): ○○○○

電子メール アドレス(E): ○○○@sanuki.ne.jp

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): pop.sanuki.ne.jp

送信メール サーバー (SMTP)(O): smtp.sanuki.ne.jp

メール サーバーへのログイン情報

アカウント名(U): ○○○@sanuki.ne.jp

パスワード(P): *****

パスワードを保存する(B)

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

この画面内に情報を入力したら、アカウントのテストを行うことをお勧めします。テストを実行するには [アカウント設定のテスト] をクリックします (ネットワークに接続されている必要があります)。

アカウント設定のテスト(T)

詳細設定(M)...

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

確認手順3の画面に戻ったことを確認し、[次へ(N)]をクリックします。

確認手順8 セットアップの完了



[完了]をクリックします。

確認手順9 設定の完了



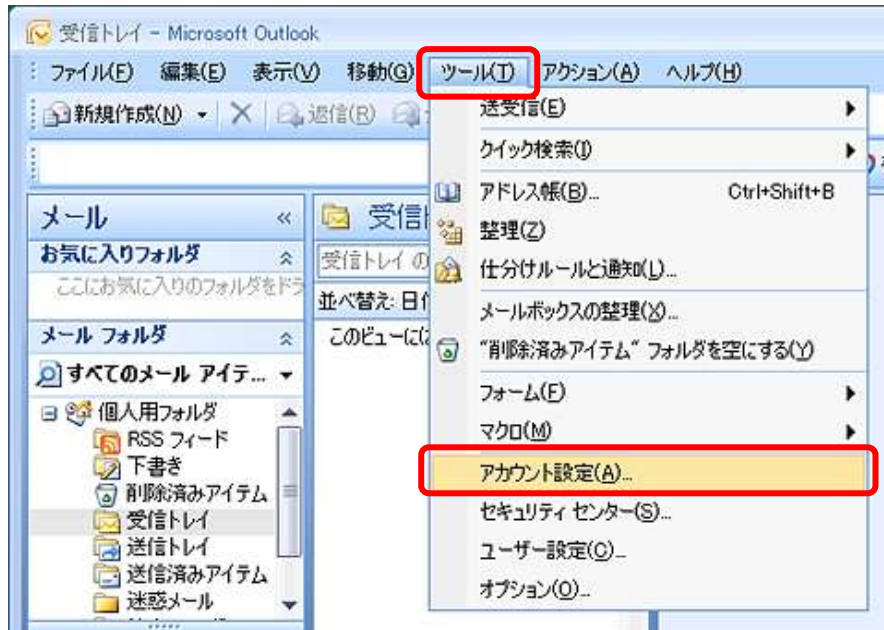
アカウント設定画面に戻ったことを確認し、[閉じる(C)]をクリックします。

これで設定変更は完了です。

4 接続ができない時には

設定が正しくできているのにメールが利用できない場合、アカウント情報が壊れている可能性があります。この場合は一度情報を削除し、再度設定することで使用可能にします。

再設定手順1 アカウント情報の呼び出し



Microsoft Outlook 2007の起動画面から、[ツール(T)]→[アカウント設定(A)]の順にクリックします。

再設定手順2 アカウント情報の選択・削除



アカウント設定画面の[電子メール]タブを選択します。

削除するアカウントをクリックし、反転したことを確認してから[削除(M)]をクリックします。

同意を求められるので、[はい(Y)]をクリックします。(他メールアドレスを登録し正常に動作している場合、そのアカウント情報も消してしまわないようにご注意ください。)

再設定手順3 アカウント情報の再登録



アカウント設定画面が表示されます。

[電子メール]タブを選択し、[新規(N)]をクリックします。

登録手順3(P3)と同じ設定画面が表示されるので、同様に登録します。

5 設定の変更をしていないのに、メールが送受信できなくなった

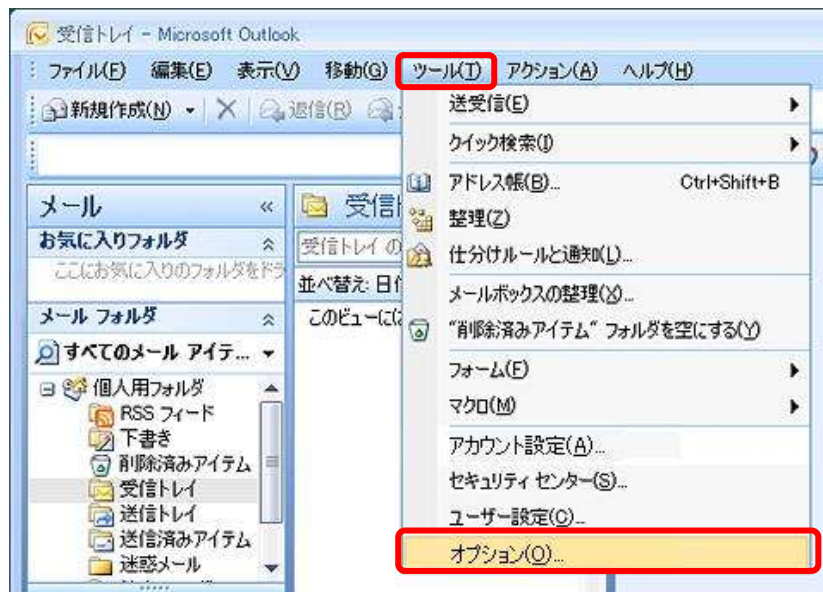
メールサーバーで保管しているメールの容量が、限界を超えてしまっている場合(最大10MB)があります。別に用意してある、「その他設定」内の「メールの送受信ができないときは」のマニュアルをご覧ください、メールサーバーの中を確認してください。

確認時、メールサーバー内にメールが複数ある場合は、不要なものを削除してください。

6 メール送信形式の設定

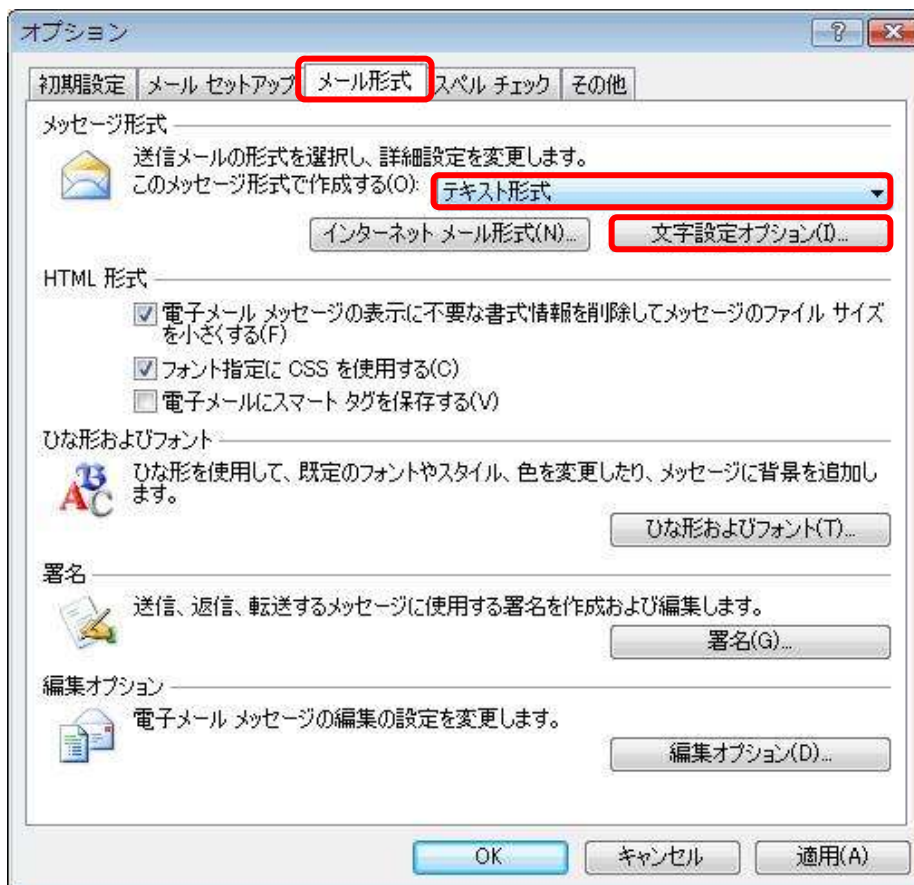
相手先によってはメールを読めない場合があるため、メール送信形式の設定を行っておくことをお勧めします。

設定手順1 オプション画面の呼び出し



Microsoft Outlook 2007の起動画面から、[ツール(T)]→[オプション(O)]の順にクリックします。

設定手順2 メール形式の設定

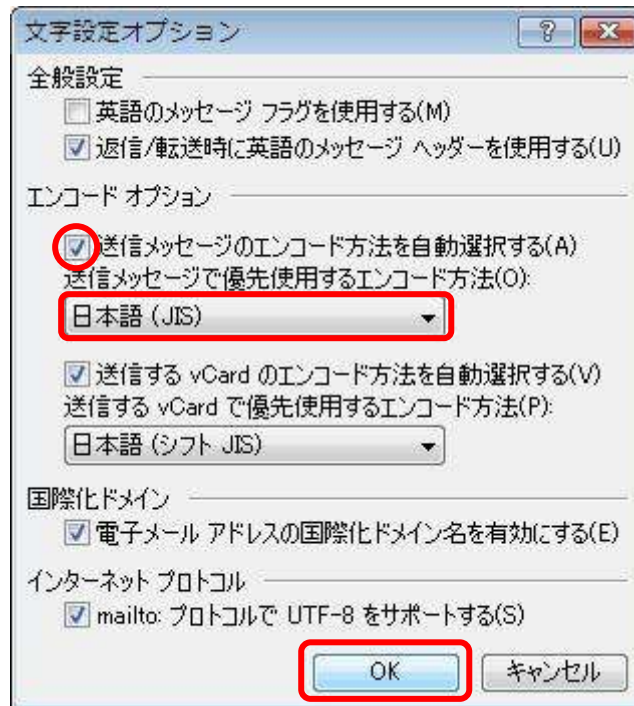


オプション画面の[メール形式]タブを選択します。

[このメッセージ形式で作成する(O)]から[テキスト形式]を選択します。

[文字設定オプション(I)]をクリックします。

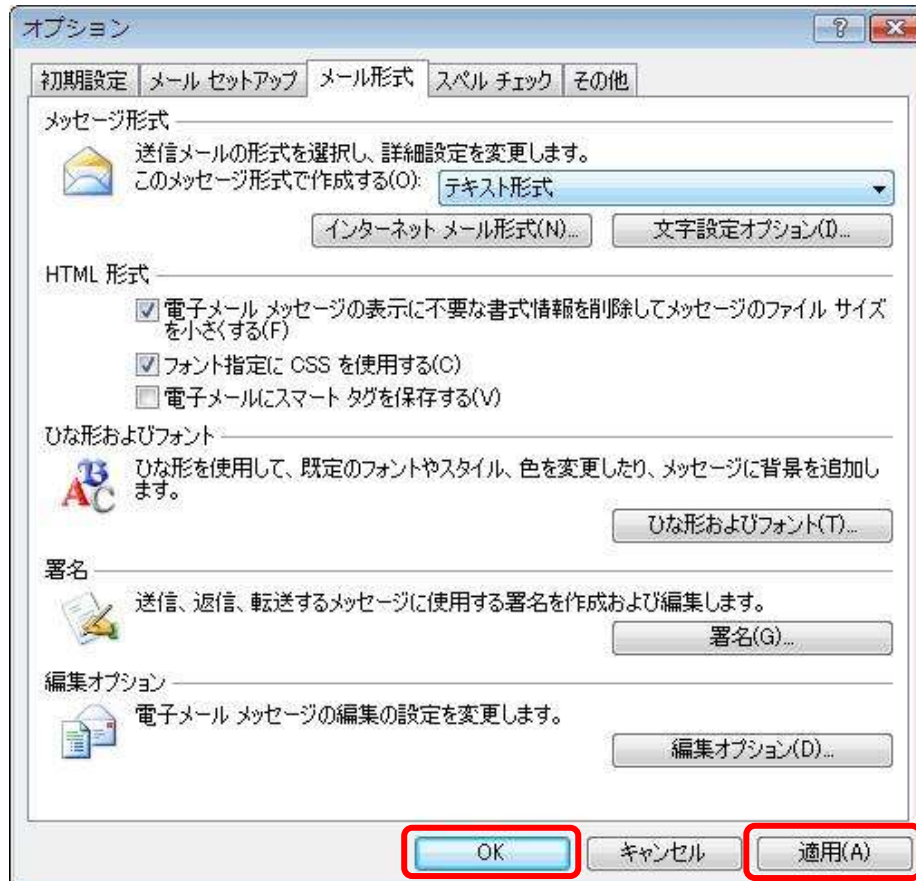
設定手順3 文字設定オプションの設定



[送信メッセージのエンコード方法を自動選択する(A)]にチェックを入れます。

[送信メッセージで優先使用するエンコード方法(O)]から[日本語(JIS)]を選択し、[OK]をクリックします。

設定手順4 メール送信形式の設定の完了



オプション画面に戻るので、[適用(A)]→[OK]の順にクリックします。これで設定は完了です。