

Microsoft Outlook 2010 編

本書では、Microsoft Outlook 2010 の設定方法を説明します。

目次

- P1.....1 Microsoft Outlook 2010 の起動
- P1.....2 メールアカウントの登録
- P10.. 3 メールアカウント設定の確認
- P16.. 4 接続ができない時には(再設定)
- P18.. 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
- P19.. 6 メール送信形式の設定

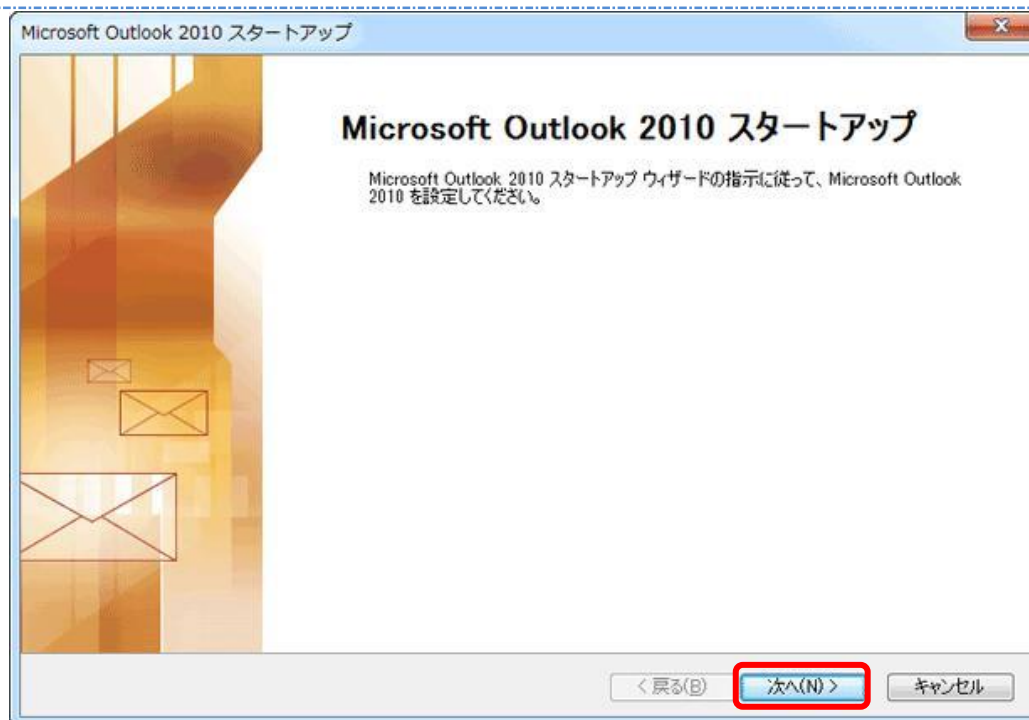
1 Microsoft Outlook 2010 の起動

Microsoft Outlook 2010 を起動します。

(Outlook 2003、Outlook 2007、Outlook Express等は設定が異なります。各ソフト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 2010 スタートアップ



Microsoft Outlook 2010 を起動すると、スタートアップが表示されます。

[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 2010 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

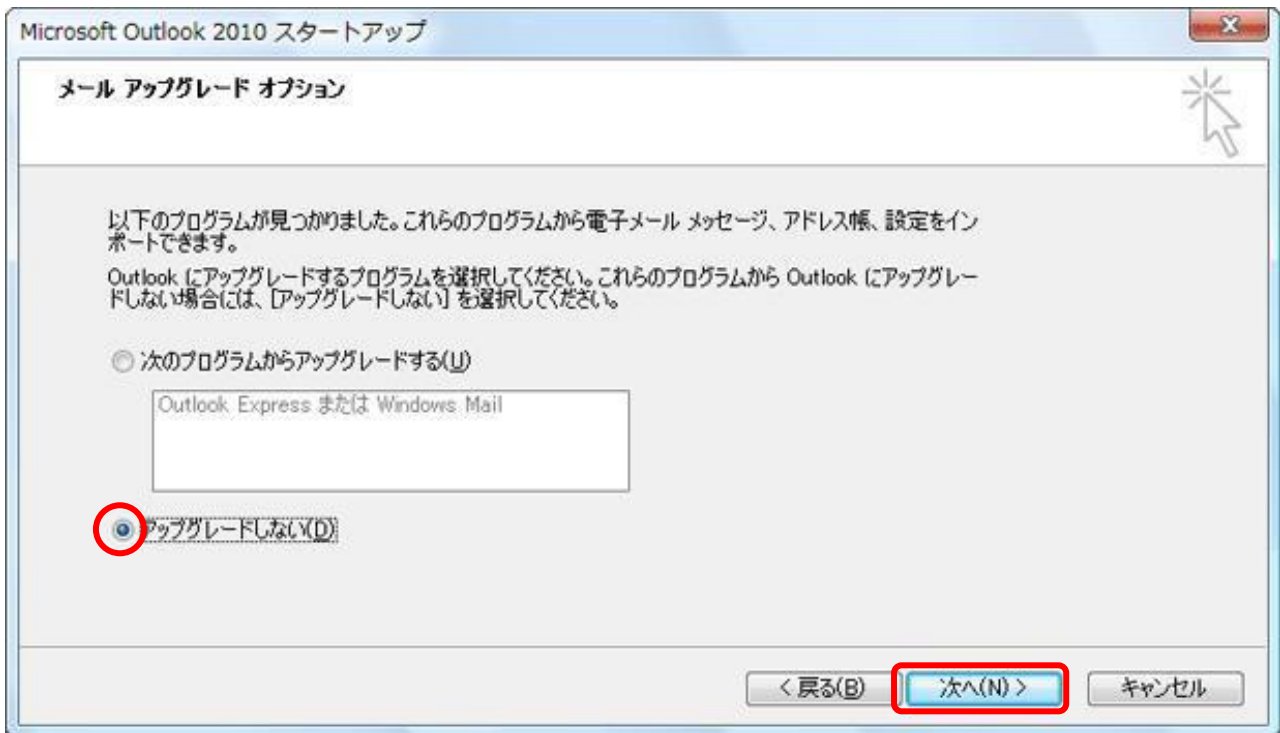


Microsoft Outlook 2010 の起動画面から、[ファイル]タブを選択し、[情報]をクリックします。
[アカウント設定]→[アカウント設定(A)]の順にクリックします。



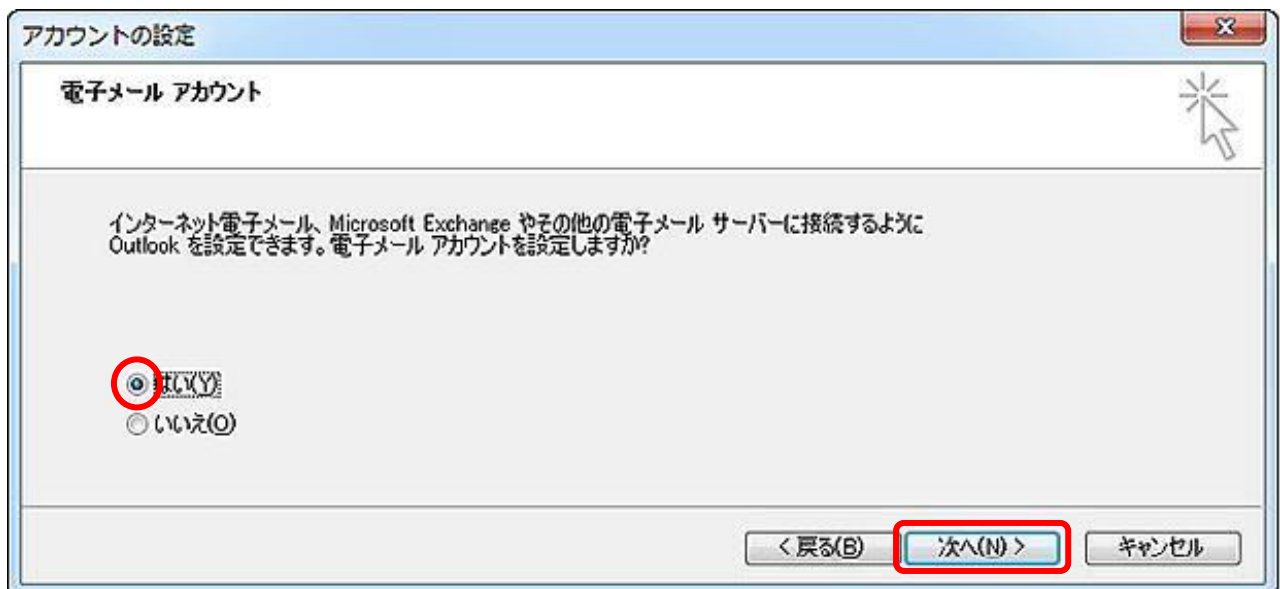
電子メールアカウントの画面が表示されます。
[電子メール]タブを選択し、[新規(N)]をクリックします。
登録手順4(P4)へお進みください。

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がある場合は、メール アップグレード オプションの画面が表示されます。
[アップグレードしない(N)]にチェックを入れ、[次へ(N)]をクリックします。
メール アップグレード オプションの画面が表示されない場合は登録手順3へお進みください。

登録手順3 アカウントの設定



電子メールアカウントの画面が表示されます。
[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 アカウントの設定

新しいアカウントの追加

自動アカウント セットアップ
他の種類のサーバーに接続します。

電子メール アカウント(A)

名前(N):
例: Eiji Yasuda

電子メール アドレス(E):
例: eiji@contoso.com

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 プロバイダーから提供されたパスワードを入力してください。

テキスト メッセージング (SMS)(X)

自分で電子メールやその他のサービスを使うための設定をする (手動設定)(M)

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

自動アカウントセットアップの画面が表示されます。

[自分で電子メールやその他のサービスを使うための設定をする(手動設定)(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

新しいアカウントの追加

サービスの選択

インターネット電子メール(I)
POP または IMAP サーバーに接続して、電子メール メッセージを送受信します。

Microsoft Exchange または互換性のあるサービス(M)
接続して、電子メール メッセージ、予定表、連絡先、ファックス、およびボイス メール メッセージにアクセスします。

テキスト メッセージング (SMS)(X)
モバイル メッセージング サービスに接続します。

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。

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

サービスの選択の画面が表示されます。

[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 サーバーへのログオン情報

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(R)

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)

[次へ] ボタンをクリックしたらアカウント設定をテストする(S)

新しいメッセージの配信先:

新しい Outlook データファイル(W)
 既存の Outlook データファイル(X)

参照(S)

詳細設定(M)...

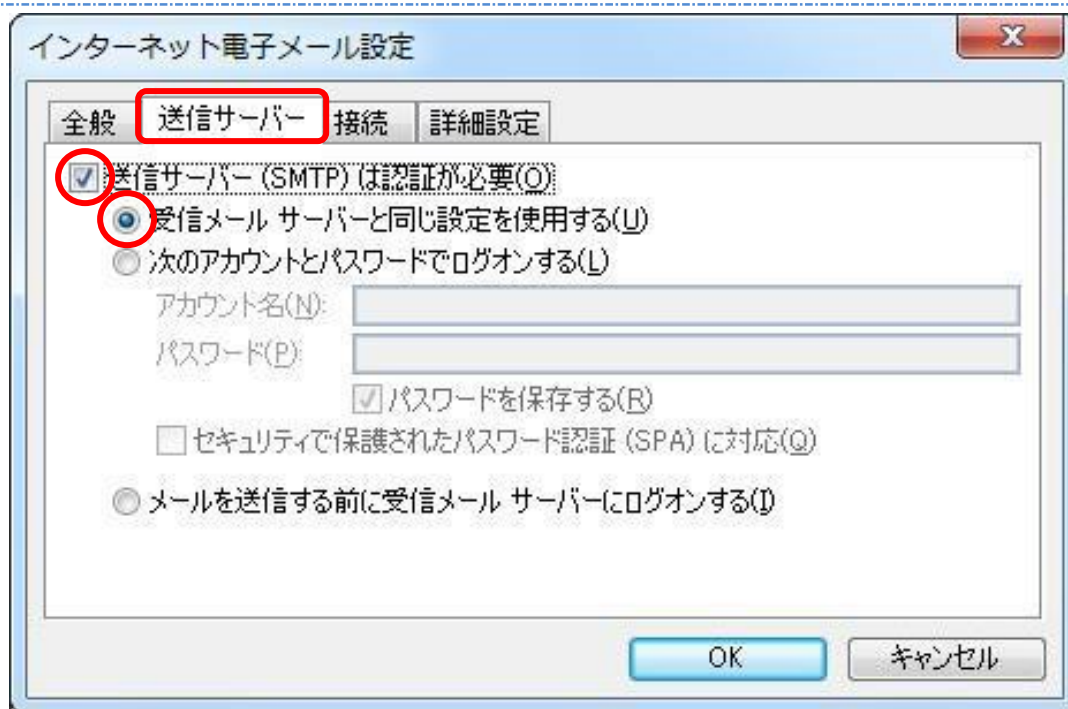
< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル

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。

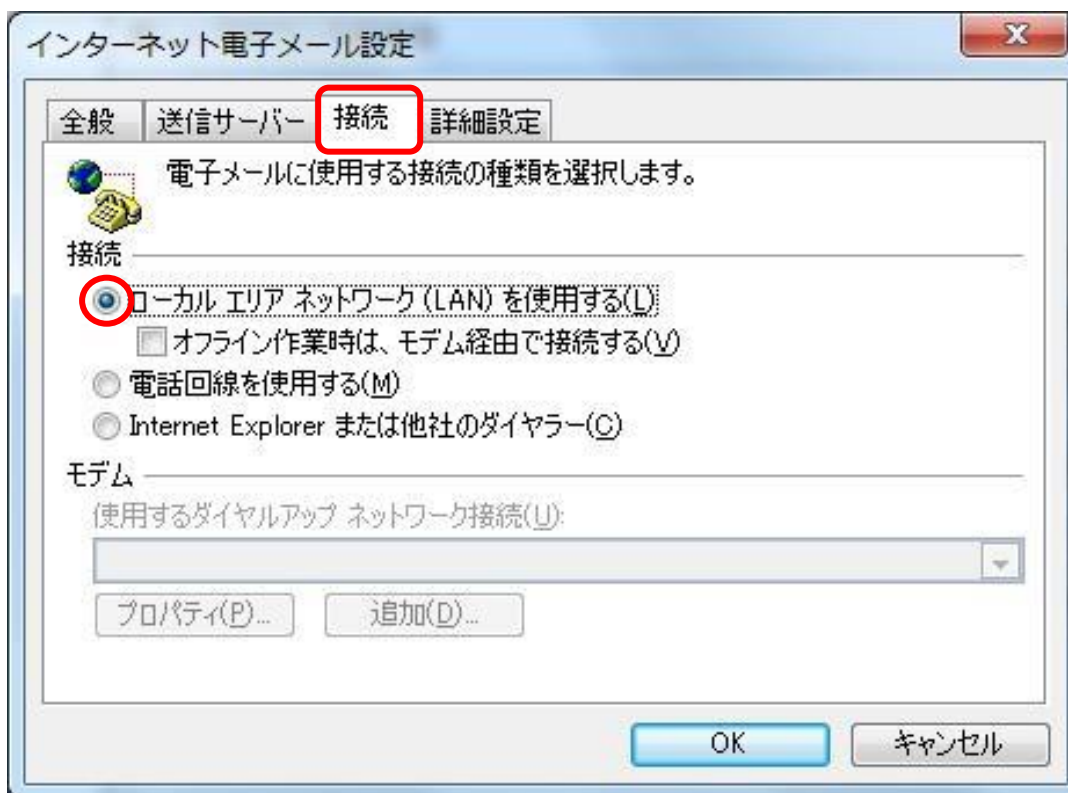
登録手順7 インターネット電子メール設定([送信サーバー]タブ)



インターネット電子メール設定の画面が表示されます。

[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(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]タブを選択します。

[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): 995 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): 465

使用する暗号化接続の種類 (C): SSL

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) 14 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]タブを選択します。

[受信サーバー (POP3) (I)]を【110】から【995】に変更します。

[このサーバーは暗号化された接続 (SSL) が必要 (E)]にチェックを入れます。

[送信サーバー (SMTP) (O)]を【25】から【465】に変更します。

[使用する暗号化接続の種類 (C)]のプルダウンから【SSL】を選択します。

[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でメール確認をする場合等を除いて、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(N): ○○ ○○
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 サーバーへのログオン情報
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(S)

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
この画面内の情報を入力したら、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)
 [次へ] ボタンをクリックしたらアカウント設定をテストする(S)

新しいメッセージの配信先:
 新しい Outlook データファイル(W)
 既存の Outlook データファイル(X)
参照(S)

詳細設定(M)...

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

登録手順6 (P5) 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

新しいアカウントの追加

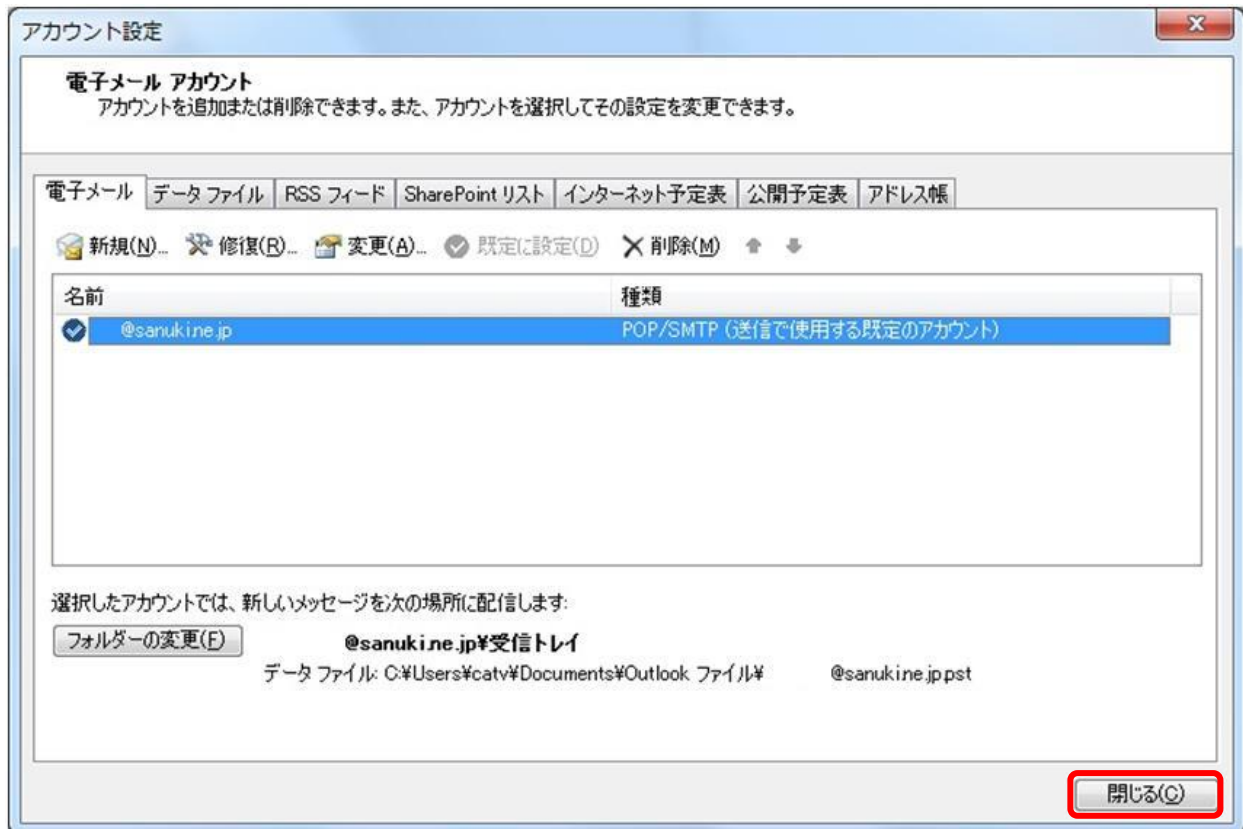
セットアップの完了
アカウントのセットアップに必要な情報がすべて入力されました。
ウィザードを閉じるには、[完了] をクリックしてください。

別のアカウントの追加(A)...

< 戻る(B) **完了**

[完了]をクリックします。

登録手順12 設定の完了



電子メールアカウントの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。

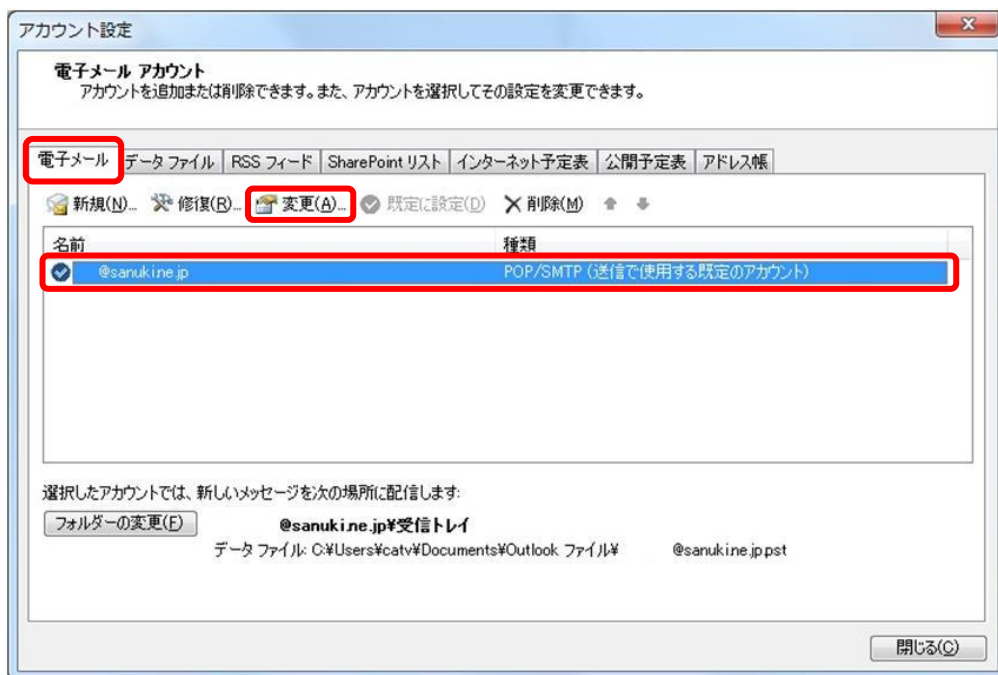
また、メールが送受信できない場合も、以下の手順に従って確認してください。

確認手順1 アカウント情報の呼び出し



Microsoft Outlook 2010 の起動画面から、[ファイル]タブを選択し、[情報]をクリックします。
[アカウント設定]→[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



アカウント設定の画面が表示されます。
[電子メール]タブを選択し、確認するアカウント情報をクリックします。
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(R)

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)

[次へ] ボタンをクリックしたらアカウント設定をテストする(S)

新しいメッセージの配信先:

新しい Outlook データ ファイル(W)
 既存の Outlook データ ファイル(X)

参照(S)

詳細設定(M)...

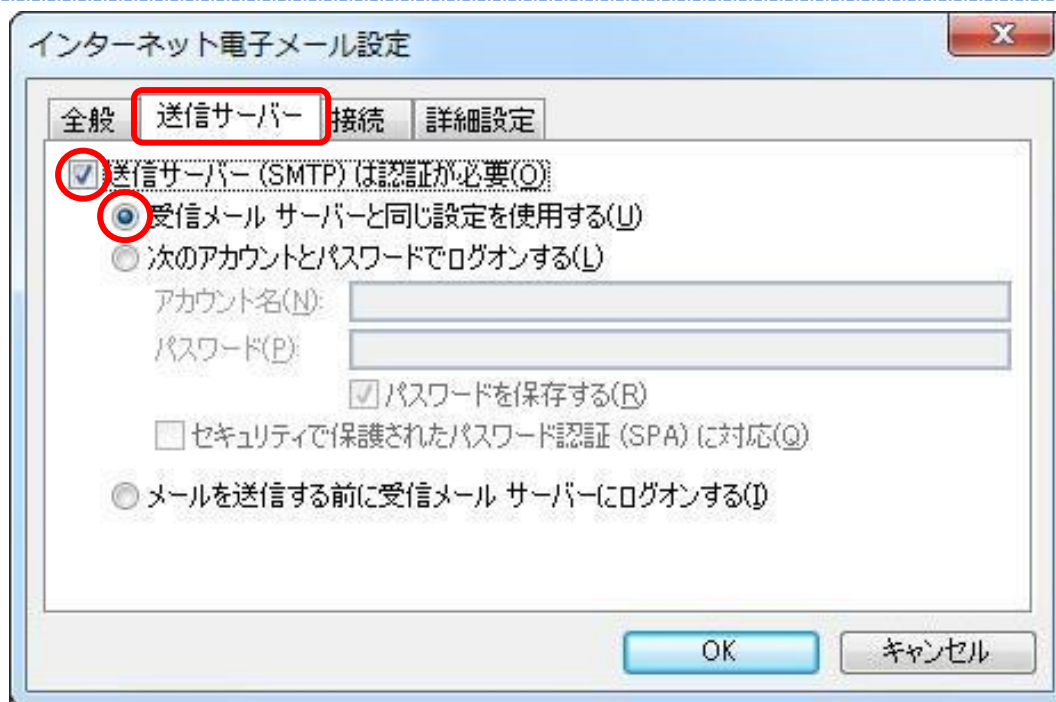
< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル

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 手順通りに進んでいくと、メールアドレスの前半部分が自動的に入力されますが、メールアドレス全ての入力が必要です。
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。

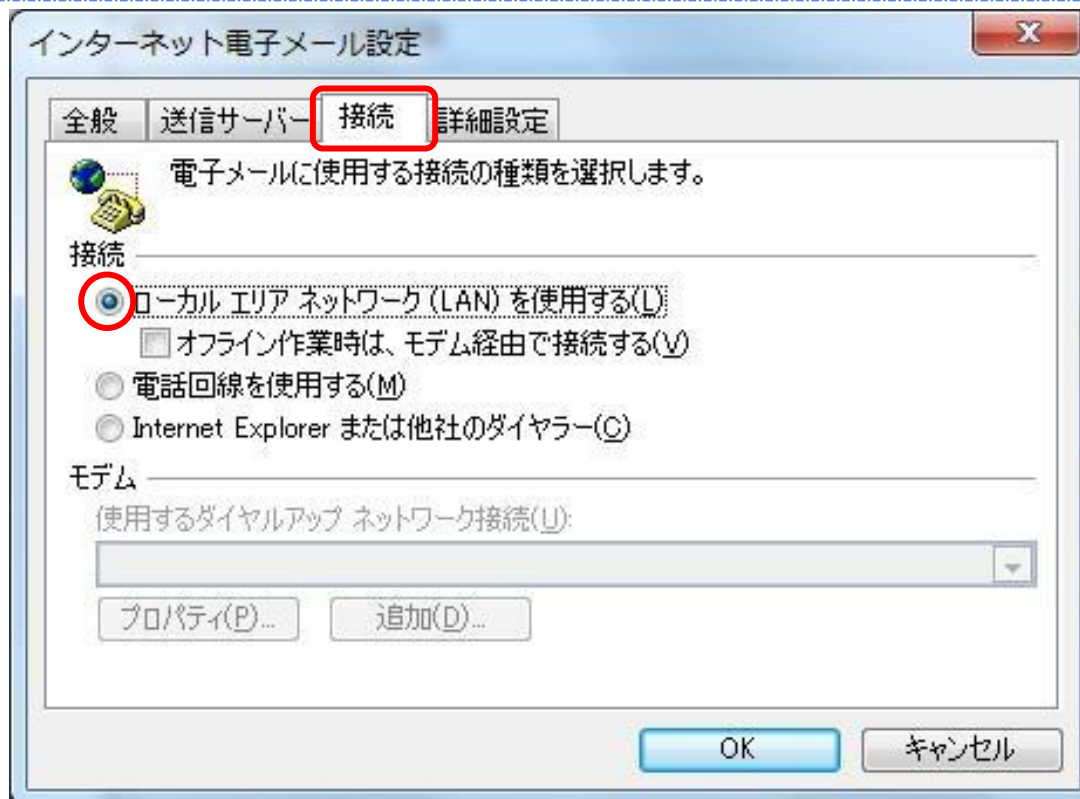
確認手順4 インターネット電子メール設定([送信サーバー]タブ)



インターネット電子メール設定の画面が表示されます。

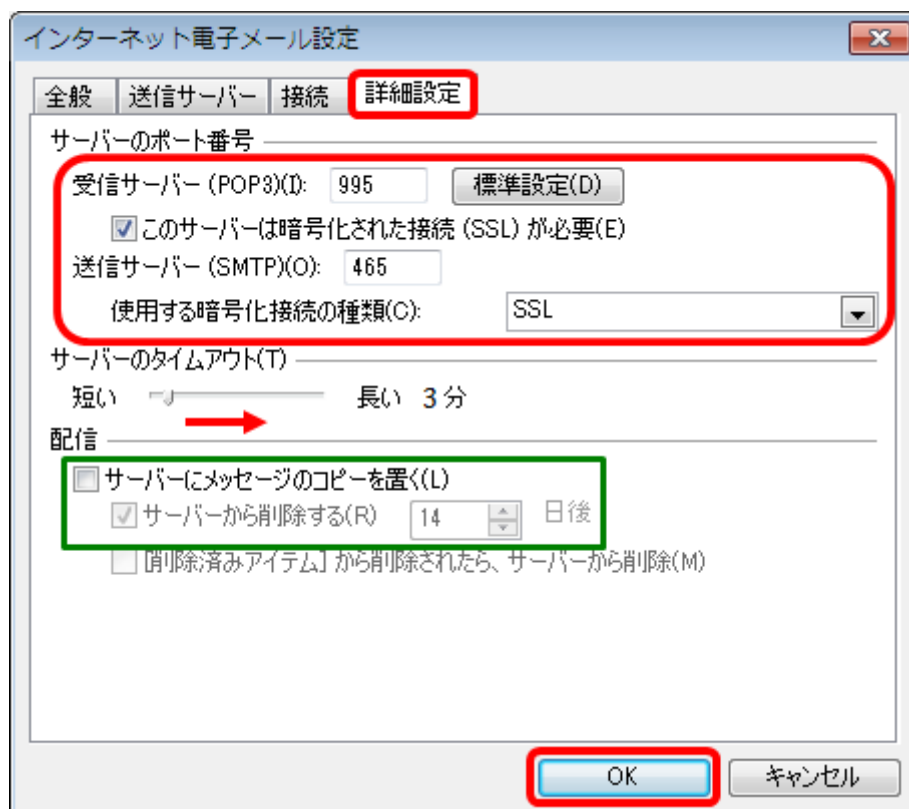
[送信サーバー]タブを選択し、[送信サーバー (SMTP) は認証が必要(O)]と[受信メールサーバーと同じ設定を使用する(U)]にチェックを入れます。

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)



[詳細設定]タブを選択します。

[受信サーバー (POP3) (I)]を【110】から【995】に変更します。

[このサーバーは暗号化された接続 (SSL) が必要 (E)]にチェックを入れます。

[送信サーバー (SMTP) (O)]を【25】から【465】に変更します。

[使用する暗号化接続の種類 (C)]のプルダウンから【SSL】を選択します。

[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(N): ○○ ○○
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 サーバーへのログオン情報
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(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)
 [次へ] ボタンをクリックしたらアカウント設定をテストする(S)

新しいメッセージの配信先:
 新しい Outlook データ ファイル(W)
 既存の Outlook データ ファイル(X)
参照(S)

詳細設定(M)...

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

確認手順3 (P10) 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

新しいアカウントの追加

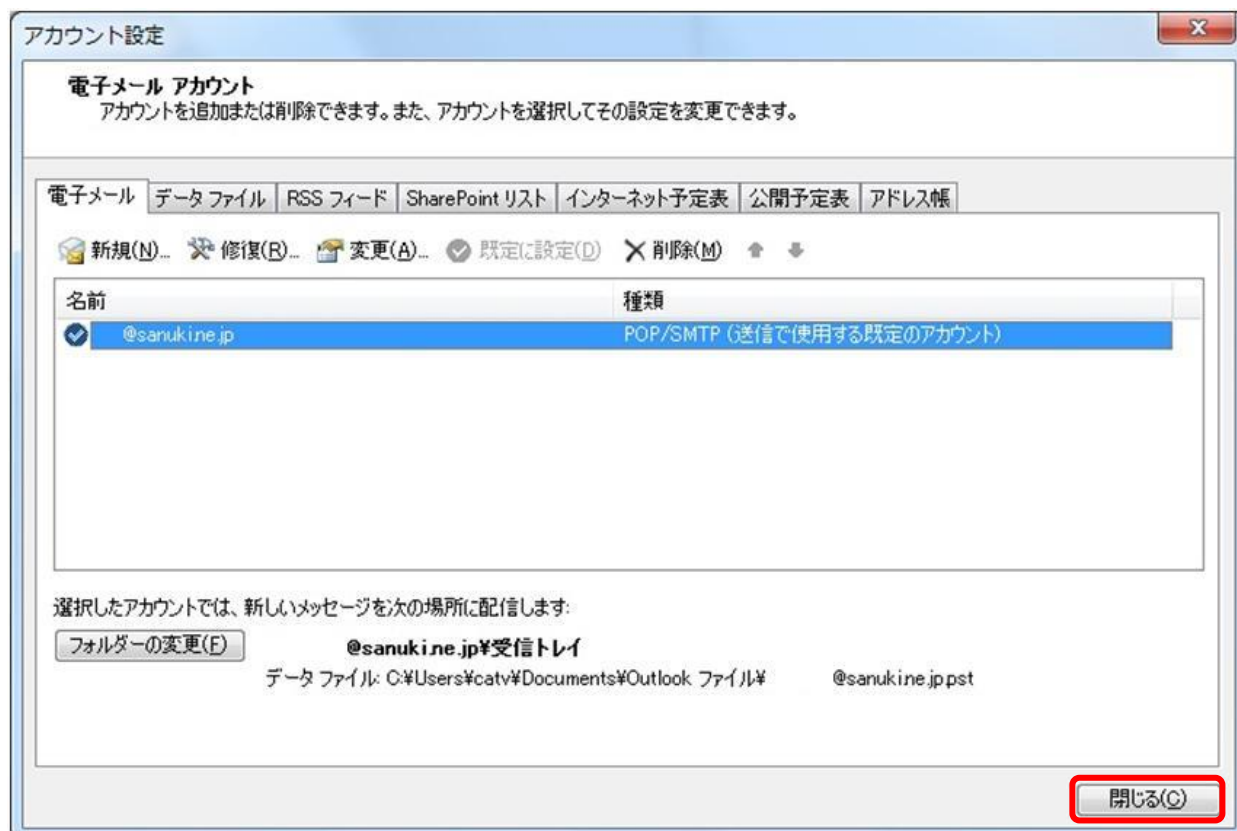
セットアップの完了
アカウントのセットアップに必要な情報がすべて入力されました。
ウィザードを閉じるには、[完了] をクリックしてください。

別のアカウントの追加(A)...

< 戻る(B) **完了**

[完了] をクリックします。

確認手順9 設定の完了



電子メールアカウントの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

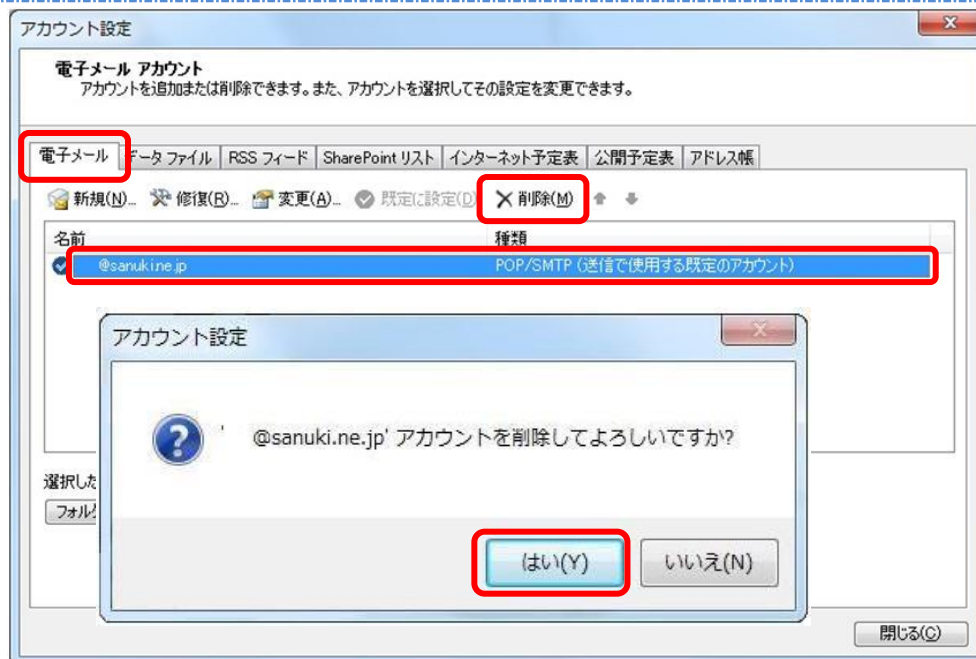
設定が正しくできているのにメールが利用できない場合、アカウント情報が壊れている可能性があります。この場合は一度情報を削除し、再度設定することで使用可能にします。

再設定手順1 アカウント情報の呼び出し



Microsoft Outlook 2010 の起動画面から、[ファイル]タブを選択し、[情報]をクリックします。
[アカウント設定]→[アカウント設定 (A)]の順に選択します。

再設定手順2 アカウント情報の選択・削除



電子メールアカウントの画面が表示されます。

[電子メール]タブを選択し、名前欄から削除するアカウント情報をクリックします。

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



[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4(P4)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可能性(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には」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

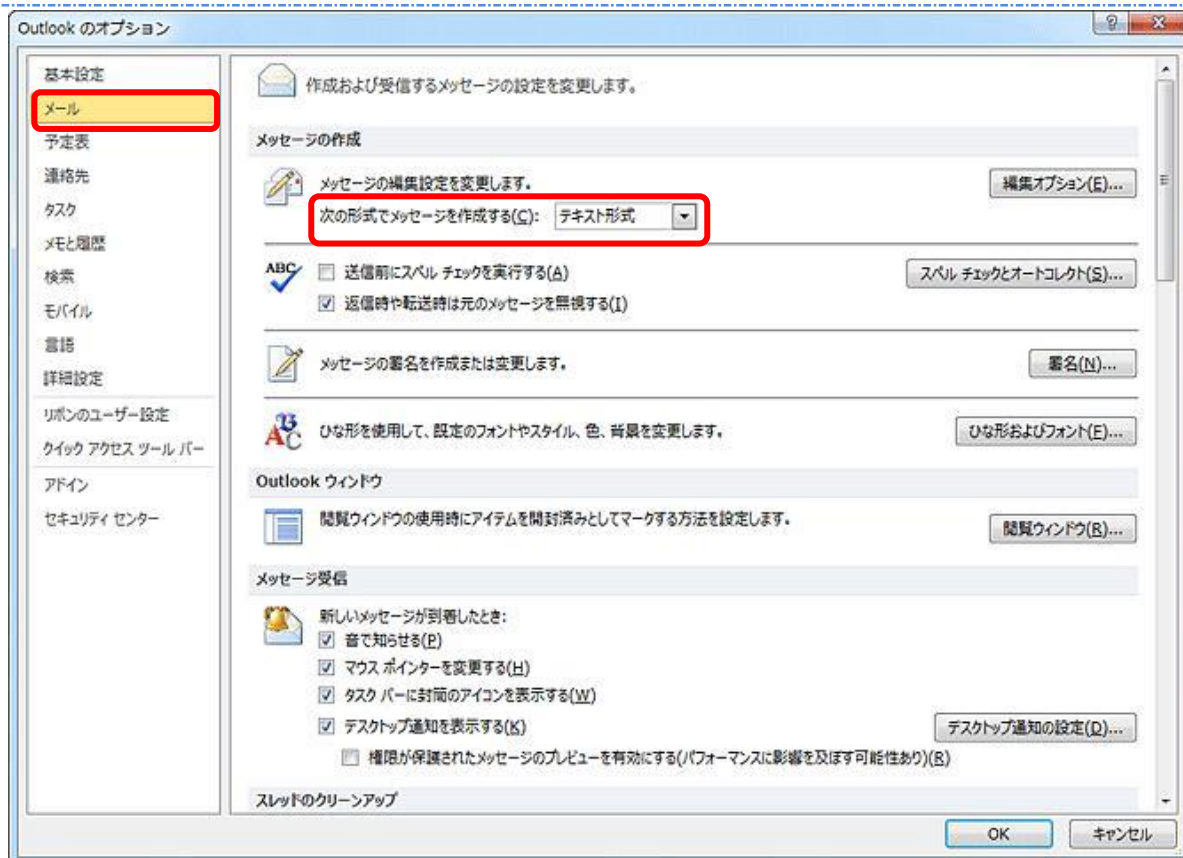
相手先によってはメールを読めない場合があるため、メール送信形式の設定を行っておくことをお勧めします。

設定手順1 オプション画面の呼び出し



Microsoft Outlook 2010 の起動画面から、[ファイル]タブを選択し、[オプション]をクリックします。

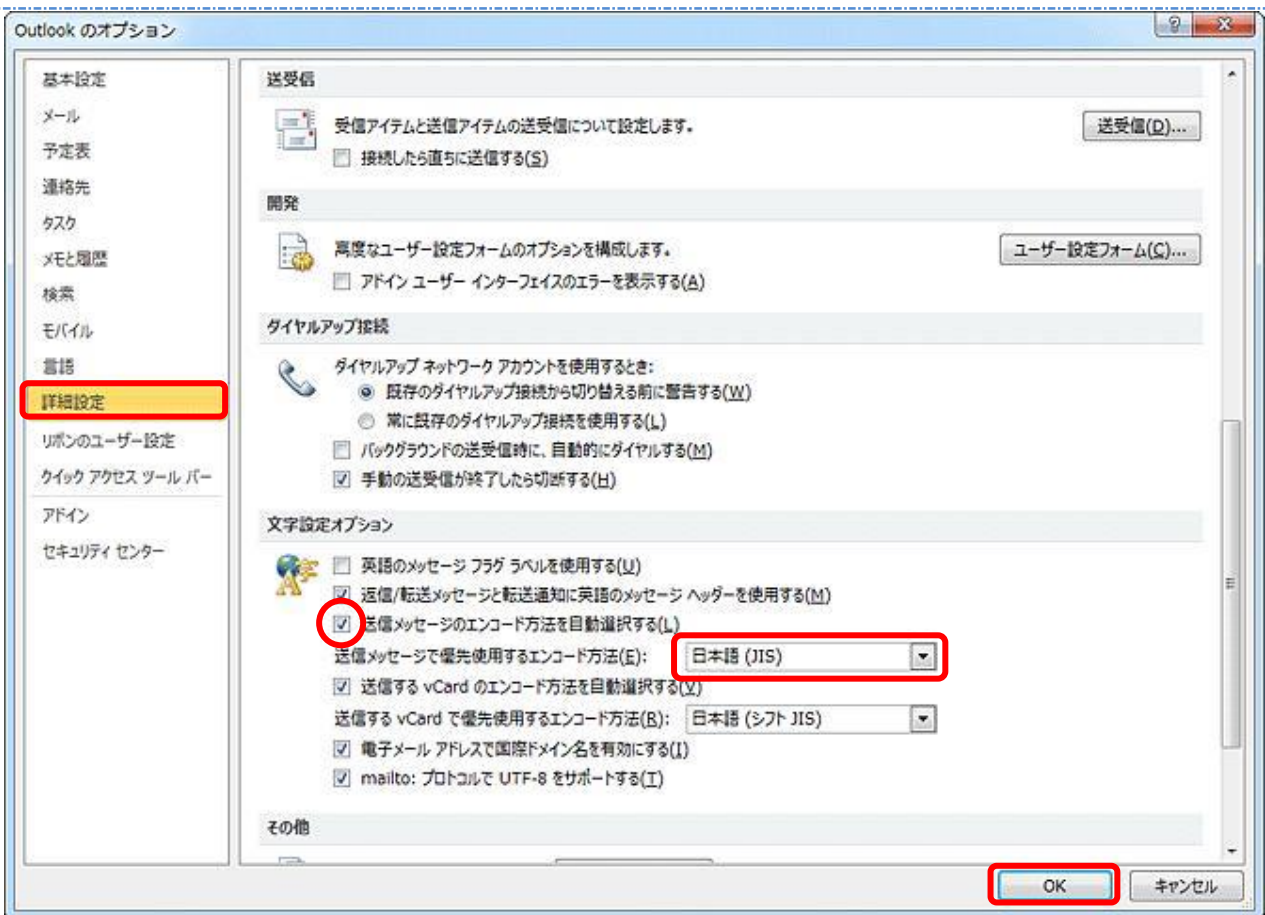
設定手順2 メール送信形式の設定



オプション画面が表示されるので、[メール]をクリックします。

メッセージの作成欄で、[次の形式でメッセージを作成する(C)]の[テキスト形式]を選択します。

設定手順3 エンコード設定



[詳細設定]をクリックします。

文字設定オプション欄で、[送信メッセージのエンコード方法を自動選択する(L)]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(E)]の[日本語(JIS)]を選択します。

[OK]をクリックします。これで設定は完了です。