

Outlook(IMAP)利用マニュアル(Mac版)

概要

このマニュアルは、Gmail を Mac パソコンの Outlook で利用するにあたって必要となる手順について説明します。

この作業の前に、**メールアドレスと現在メールで利用しているパスワード**をご用意ください。

・「ワンタイムパスワードの設定」→「メールクライアントの設定」の順番で、設定作業を実施してください。

このマニュアルは、下記の構成となります。

1. ワンタイムパスワードの設定

ブラウザで Gmail 接続時に、ワンタイムパスワードを設定してください。

ワンタイムパスワードは、3つの設定方法を説明します。
下記の方式から1つ選定して、設定してください。

- ・アプリ(Microsoft Authenticator)を利用
- ・電話でワンタイムパスワードを通知
- ・SMS でワンタイムパスワードを通知

2. メールクライアントの設定

メールクライアントの設定方法について説明します。

注意事項

※従来のメールシステムで使用していたメールデータは 2024 年 1 月～2024 年 3 月の間に順次新メールへ移行されます。そのため期間中は随時メールデータが増えていく形となります。

※移行対象はメールデータのみで、個人アドレス帳、フォルダ階層構成、ラベル、既読/未読状態、振り分けルール、転送ルール、削除済みメールなどは移行対象外となります。

ワンタイムパスワードの設定マニュアル

概要

個人で Gmail を利用し、同じ端末で個人と大学の ID を利用する場合、ブラウザでキャッシュしている情報で、画面表示がおかしくなる場合があります。そのため、ブラウザは、プライベートモードで利用することを推奨します。

作業は、「Gmail への接続」→「ワンタイムパスワードの設定」→「Gmail の画面」の順に進めてください。

既に、Microsoft365 を利用し、ワンタイムパスワードを設定している方は、「ワンタイムパスワードの設定」は不要です。

Gmail への接続

1. パソコンでブラウザを起動し、プライベートモードで画面を開き、「<https://mail.google.com>」にアクセスします。
 ※既に、Gmail でログイン済みの場合は、下記の画面が表示されますので、ログイン情報をクリックして表示される画面から、アカウントの追加を選択してください。
 初めてGmailを利用する場合は、「2」に進んでください。



2. 認証情報を入力してください。

メールアドレスを入力

メールアドレスを入力

メールのパスワードを入力

3. ワンタイムパスワードを設定していない方は、以下の画面で「次へ」をクリックして、「ワンタイムパスワードの設定」に、進んでください。

※ワンタイムパスワードを設定済みの方は、ワンタイムパスワードを入力して、「Gmail の画面」に、進んでください。

ワンタイムパスワードの設定

次の方式から1つのワンタイムパスワードの通知方式を、選択してください。

- ・ [アプリ\(Microsoft Authenticator\)を利用](#)

スマートフォンに認証用のアプリをインストールして利用します。

- ・ [電話を利用](#)

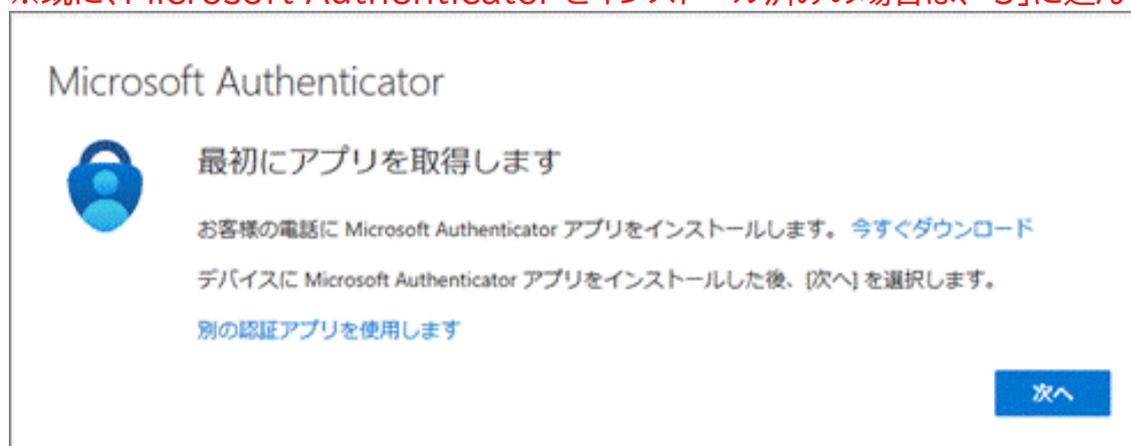
スマートフォンもしくは携帯電話に音声でワンタイムパスワードを通知します。

- ・ [SMS でワンタイムパスワードを通知](#)

スマートフォンもしくは携帯電話に SMS でワンタイムパスワードを通知します。

アプリ(Microsoft Authenticator)を利用する手順

1. 以下の画面が表示されたら、画面はそのままにスマートフォンでの操作に移ってください。
スマートフォンで Microsoft Authenticator アプリを未インストールの場合はインストールします。
※既に、Microsoft Authenticator をインストール済みの場合は、「5」に進んでください。



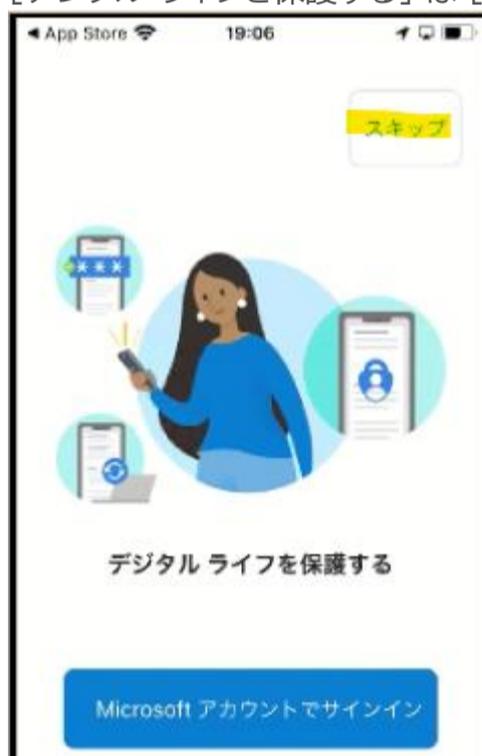
2. スマートフォン上で Microsoft Authenticator アプリをインストール完了後、続けて Microsoft Authenticator アプリを起動します。起動すると診断データの収集の確認メッセージが表示されますので [承諾する] を選択します。



3. [Microsoft Authenticator の品質向上にご協力ください] は任意選択して [続行] を選択します。



4. [デジタル ライフを保護する] は [スキップ] します。



5. [初めてのアカウントを追加しますか?] で [アカウントの追加] を選択します。
※既にインストール済みの場合は、現在、登録している ID 情報が表示されていますので、右上の「+」をクリックしてください。



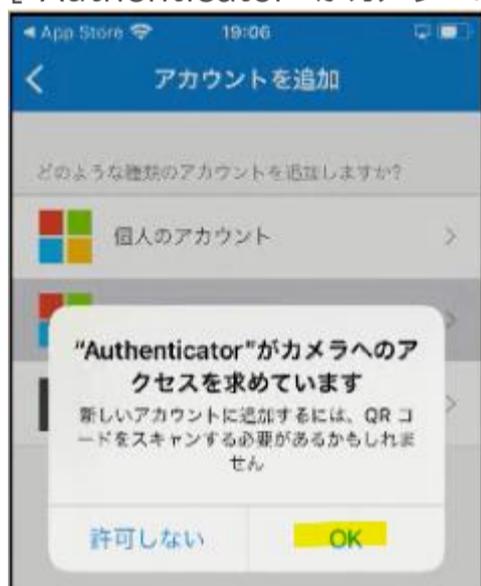
6. [職場または学校アカウント] を選択します。



7. [QR コードをスキャン] を選択します。



8. ["Authenticator" がカメラへのアクセスを求めています] は [OK] を選択します。



9. カメラでの撮影モードの状態になるのでいったん PC の操作に戻ります。



10. パソコンの画面に戻って[次へ]を選択します。



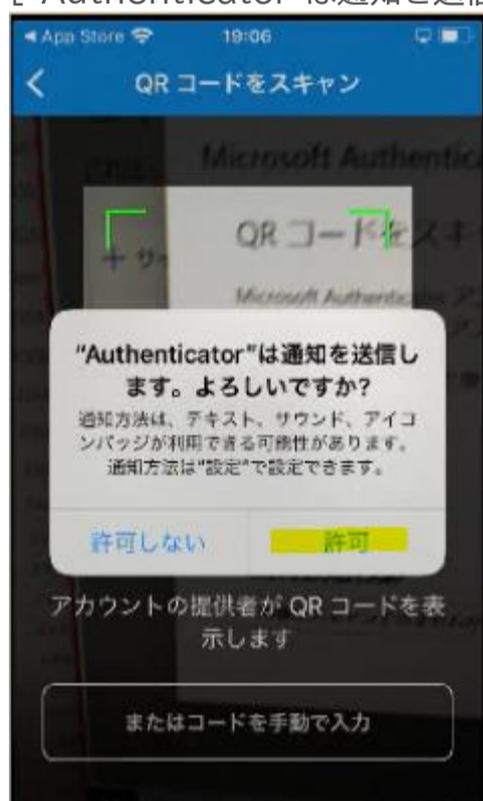
11. [アカウントのセットアップ] の画面で [次へ] を選択します。



12. QR コードが表示されますので「9」で、撮影モードになっているスマートフォンで QR コードを撮影します。



13. [“Authenticator”は通知を送信します。よろしいですか？] で [許可] を選択します。



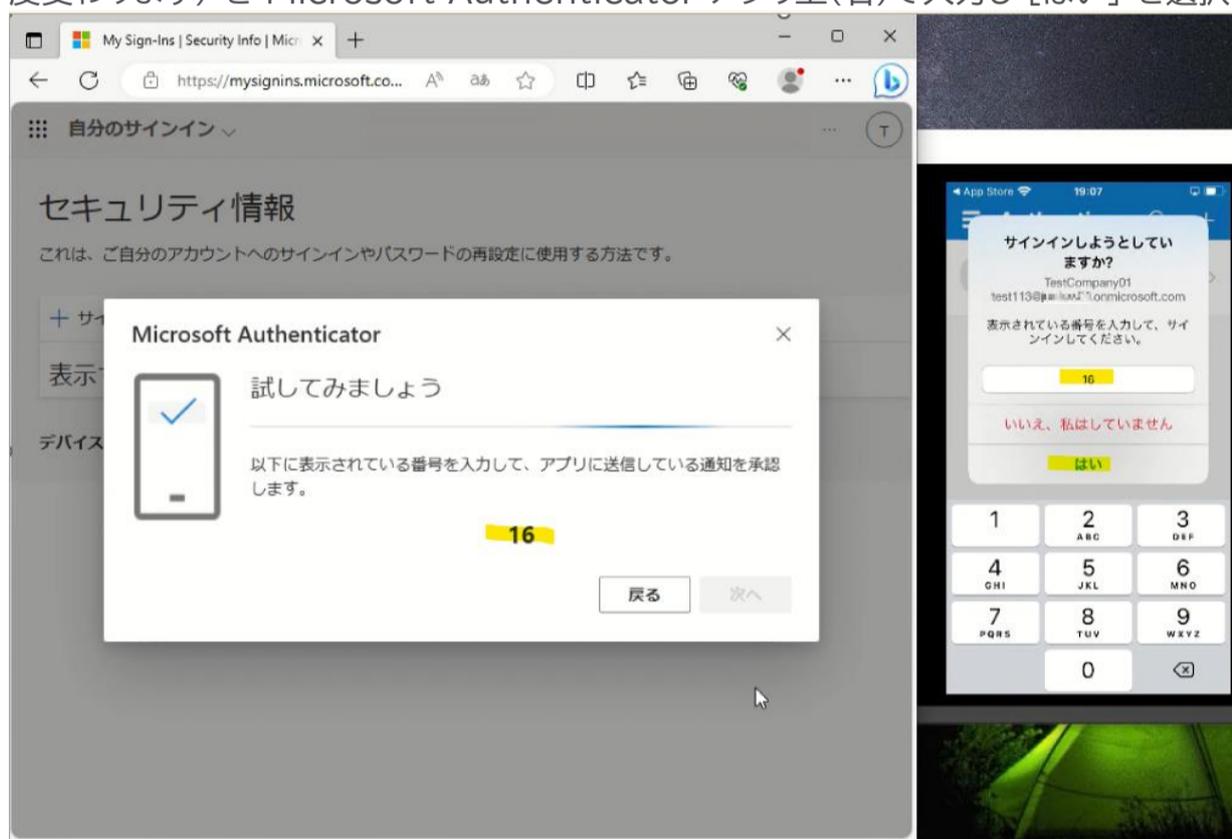
14. 以下のようにアカウントが追加されたら PC の操作に戻ります。
※既に、インストール済みの方は、ID が追加されます。



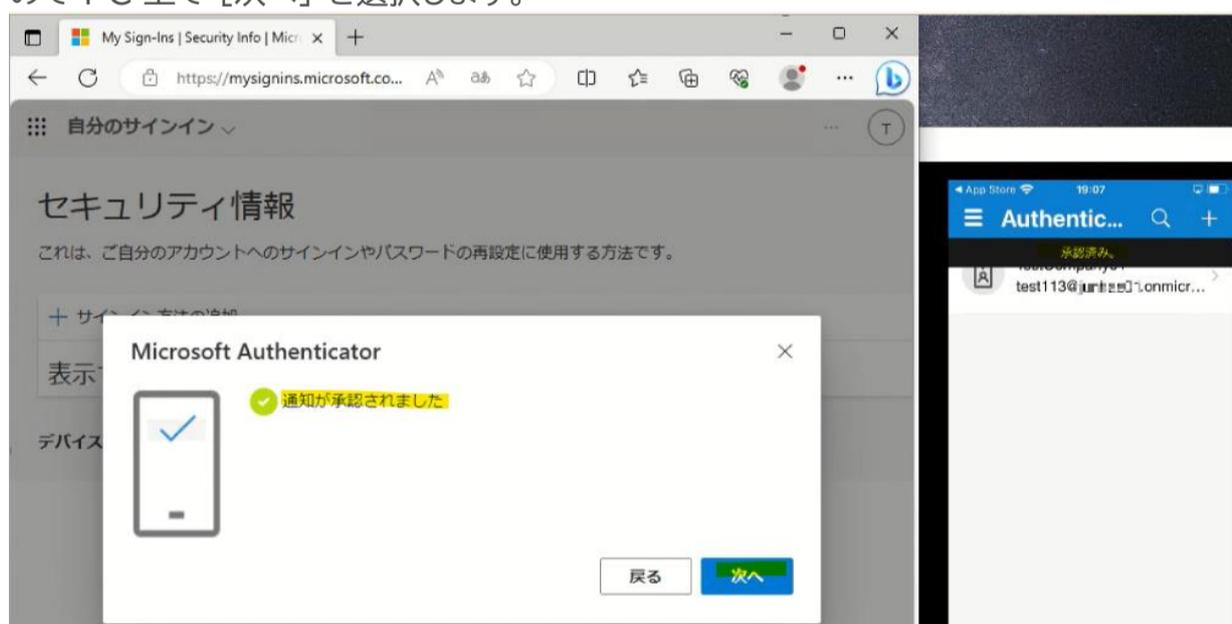
15. パソコンの画面に戻って[次へ]を選択します。



16. 実際に応答できるかのテストが始まります。PC 上の画面 (左) に表示された数字 (認証の都度変わります) を Microsoft Authenticator アプリ上(右)で入力し [はい] を選択します。



17. PC 上と Microsoft Authenticator アプリ上の両方に承認のメッセージが表示されますので PC 上で [次へ] を選択します。



18. PC 上で Microsoft Authenticator アプリが追加されたことが確認できれば、「完了」を選択してください。「19」に進んでください。



19. 以下の画面が表示されますので、内容を確認して「理解しました」を選択します。
※「Gmailの画面」に、進んでください。



新しいアカウントへようこそ

新しいアカウント [redacted] へようこそ。このアカウントを使用してアクセスできる Google Workspace やその他の Google サービスは、wakayama-med.ac.jp の管理者によって設定されています。

このアカウントとこのアカウントに関連付けられている Google データはすべて、組織管理者によって管理されています（詳しくは、[こちらをご覧ください](#)）。つまり、管理者はあなたのデータにアクセスし、あなたのデータを処理することができます。これには、アカウントでの通信の内容、Google サービスの利用方法、プライバシー設定などが含まれます。また、管理者はアカウントを削除したり、このアカウントに関連付けられているデータへのユーザー アクセスを制限したりすることもできます。

管理者が管理するサービス（Google Workspace など）にアクセスする権限が組織から付与されている場合、これらのサービスの使用には組織の企業契約が適用されます。Google は、これらの規約に加えて、[Google Cloud のプライバシーに関するお知らせ](#)も公開しています。

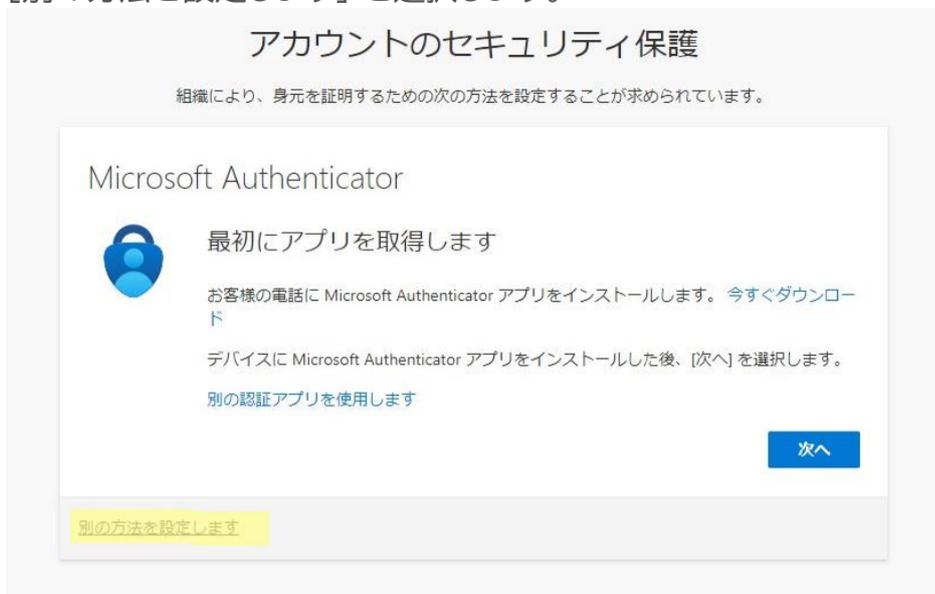
このアカウント [redacted] にログイン中に、Google Workspace とその他の Google サービスを使用することが管理者によって許可されている場合、これらのサービスの使用には、[Google 利用規約](#)、[Google プライバシー ポリシー](#)、各 Google サービスに固有の[利用規約](#)など、それぞれの規約が適用されます。これらの規約に同意しない場合、または Google がこのような方法でデータを取り扱うことを許可しない場合は、このアカウント [redacted] でその他の Google サービスを使用しないでください。プライバシー設定は、[myaccount.google.com](#) でカスタマイズすることもできます。

このアカウントでの Google サービスの使用には、組織の内部ポリシーも適用されます。

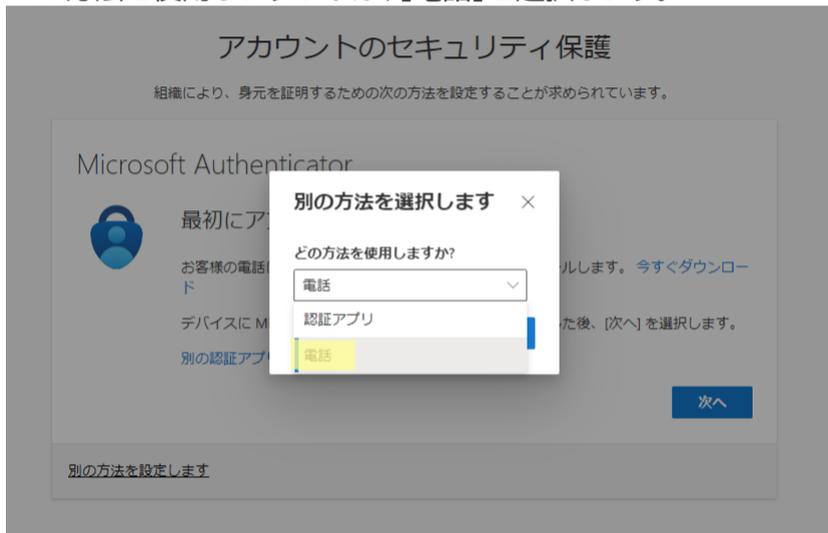
[理解しました](#)

電話を利用する手順

1. 次の画面で Microsoft Authenticator アプリのインストールが促されますが、画面下部の [別の方法を設定します] を選択します。



2. どの方法を使用しますか？は、[電話] を選択します。



3. [追加] を選択します。



4. [Japan(+81)]を選択し、自身の携帯電話などの電話番号を入力します。
[電話する]を選択します。
[次へ]を選択します。

アカウントのセキュリティ保護

組織により、身元を証明するための次の方法を設定することが求められています。

電話

電話で呼び出しに应答するか、電話でコードを受け取ることにより、本人確認ができます。

どの電話番号を使用しますか?

Japan (+81)

コードを受け取る
 電話する

メッセージとデータの通信料が適用される場合があります。[次へ]を選択すると、次に同意したことになります: [サービス使用条件](#) および [プライバシーと Cookie に関する声明](#)。

次へ

[別の方法を設定します](#)

5. 以下の画面が表示された後、携帯電話が着信し、音声ガイダンスで「#」ボタンを押すように指示されますので、「#」を押します。

アカウントのセキュリティ保護

組織により、身元を証明するための次の方法を設定することが求められています。

電話

We're calling now.

戻る

[別の方法を設定します](#)

6. 電話が登録されたメッセージが表示されますので、[次へ]を選択します。

アカウントのセキュリティ保護

組織により、身元を証明するための次の方法を設定することが求められています。

電話

通話に应答しました。お使いの電話が正常に登録されました。

次へ

7. セキュリティ情報が正常にセットアップされました、と表示され、サインイン方法に電話が追加されたことが確認できれば「完了」を選択してください。「8」に進んでください。

アカウントのセキュリティ保護

組織により、身元を証明するための次の方法を設定することが求められています。

成功

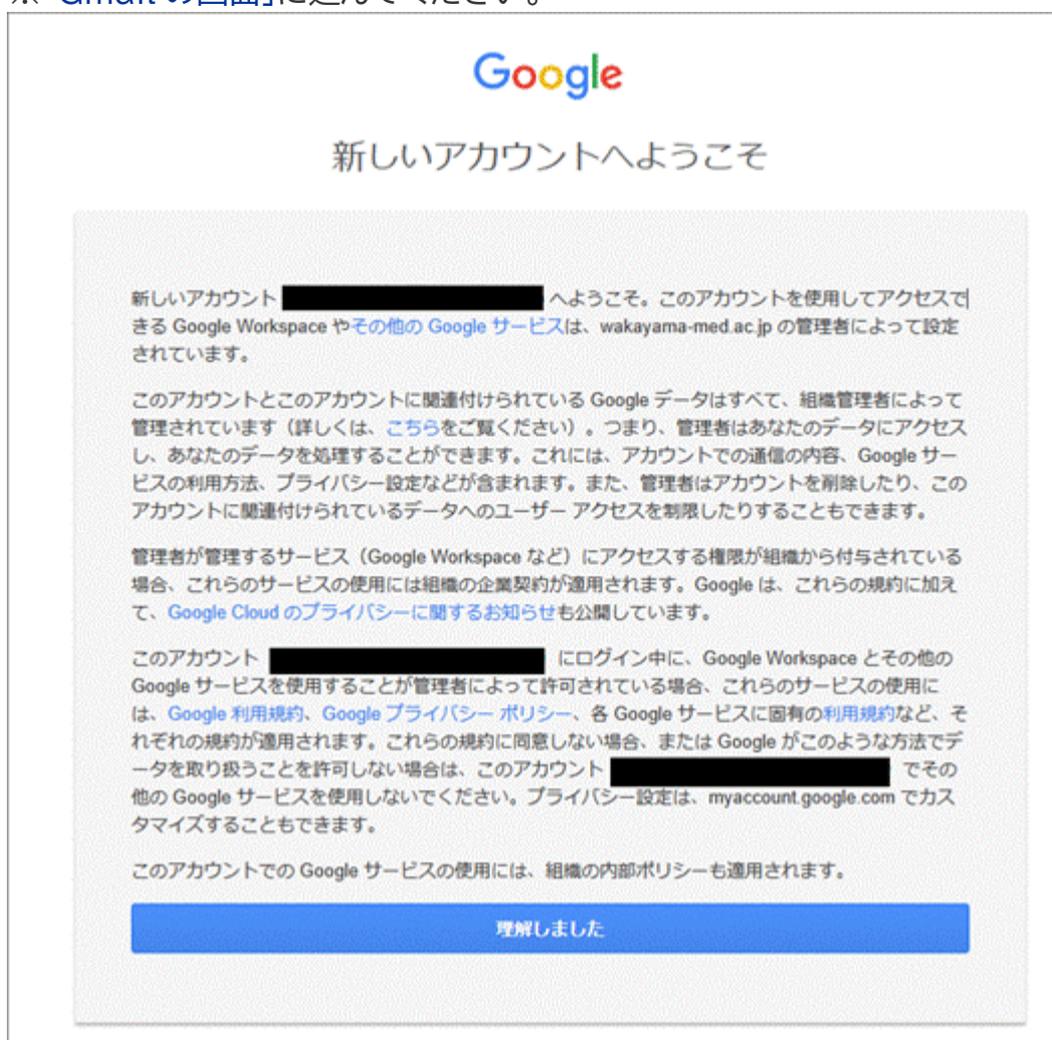
セキュリティ情報が正常にセットアップされました。[完了]を選択し、サインインを続行します。

既定のサインイン方法:

電話

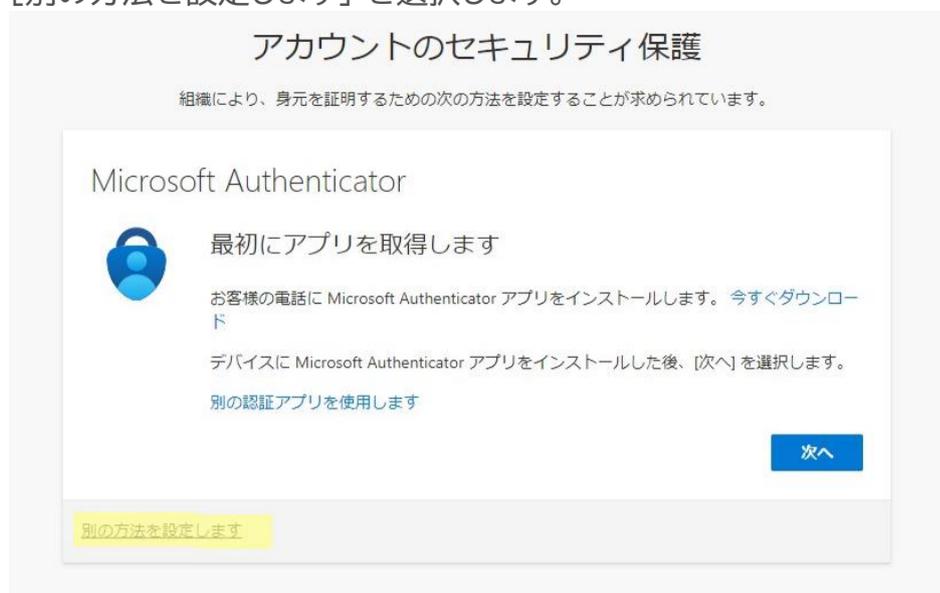
完了

8. 以下の画面が表示されますので、「理解しました」を選択します。
※「Gmail の画面」に進んでください。

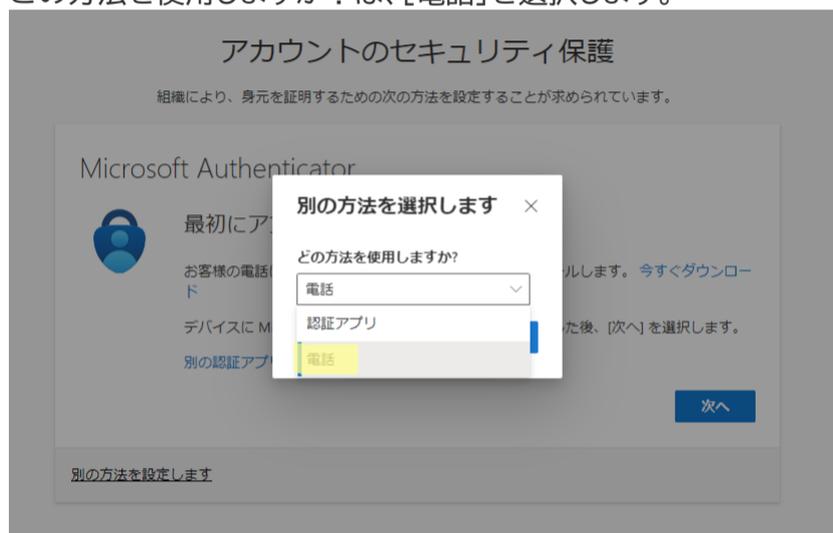


SMS でワンタイムパスワードを通知する手順

1. 次の画面で Microsoft Authenticator アプリのインストールが促されますが、画面下部の [別の方法を設定します] を選択します。



2. どの方法を使用しますか? は、[電話] を選択します。



3. [追加] を選択します。



4. [Japan(+81)]を選択し、自身の携帯電話などの電話番号を入力します。
[コードを受け取る]を選択します。
[次へ]を選択します。

アカウントのセキュリティ保護

組織により、身元を証明するための次の方法を設定することが求められています。

電話

電話で呼び出しに応答するか、電話でコードを受け取ることにより、本人確認ができます。

どの電話番号を使用しますか?

Japan (+81)

コードを受け取る
 電話する

メッセージとデータの通信料が適用される場合があります。[次へ]を選択すると、次に同意したことになります。[サービス使用条件](#) および [プライバシーと Cookie に関する声明](#)。

次へ

[別の方法を設定します](#)

5. しばらくしたら、携帯電話に SMS が届きますので、SMS のコードを入力します。
[次へ]を選択します。

電話 ×

に 6 桁のコードをお送りしました。コードを以下に入力してください。

コードの入力

[コードの再送信](#)

戻る **次へ**

6. 電話が登録されたメッセージが表示されますので、[次へ]を選択します。

アカウントのセキュリティ保護

組織により、身元を証明するための次の方法を設定することが求められています。

電話

検証が完了しました。電話が登録されました。

次へ

7. セキュリティ情報が正常にセットアップされました、と表示され、サインイン方法に電話が追加されたことが確認できれば、「完了」を選択してください。「8」に進んでください。

アカウントのセキュリティ保護

組織により、身元を証明するための次の方法を設定することが求められています。

成功

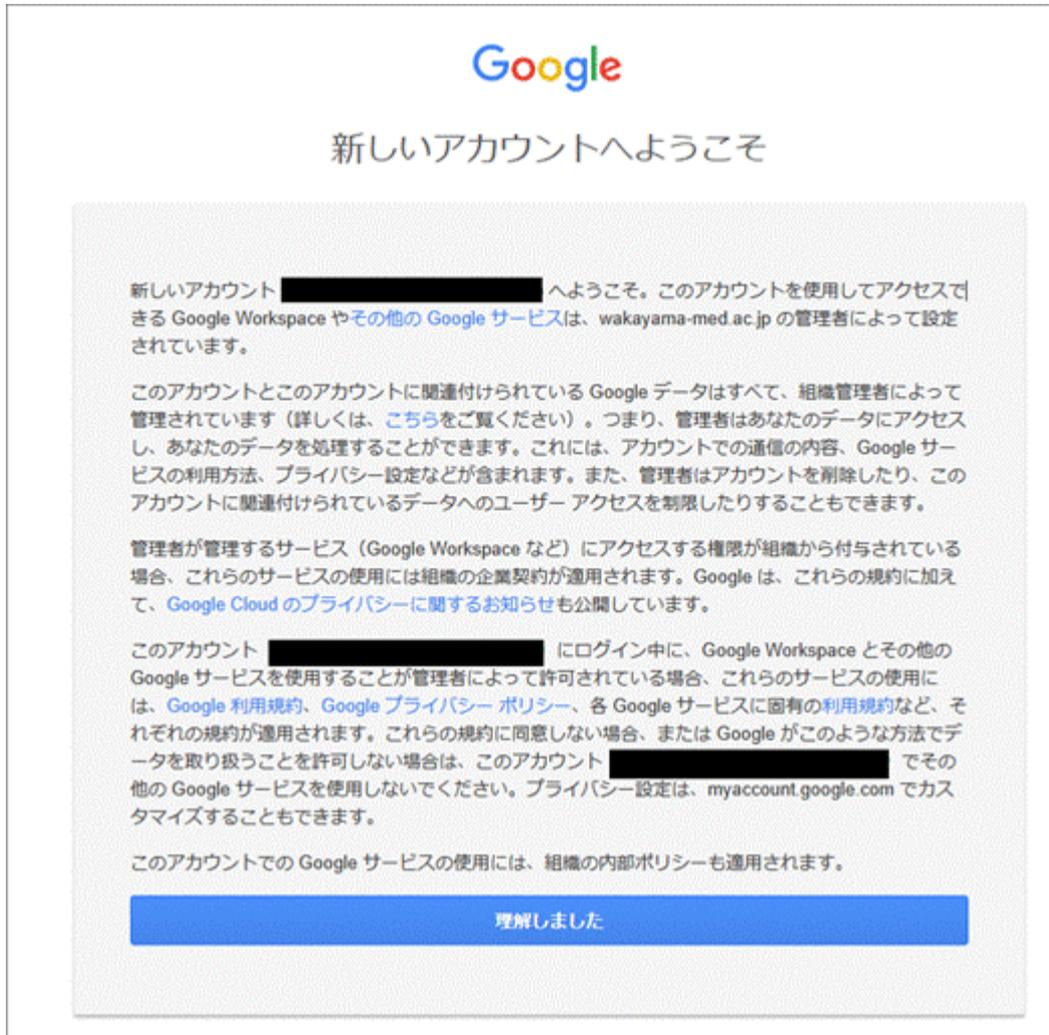
セキュリティ情報が正常にセットアップされました。[完了] を選択し、サインインを続行します。

既定のサインイン方法:

電話

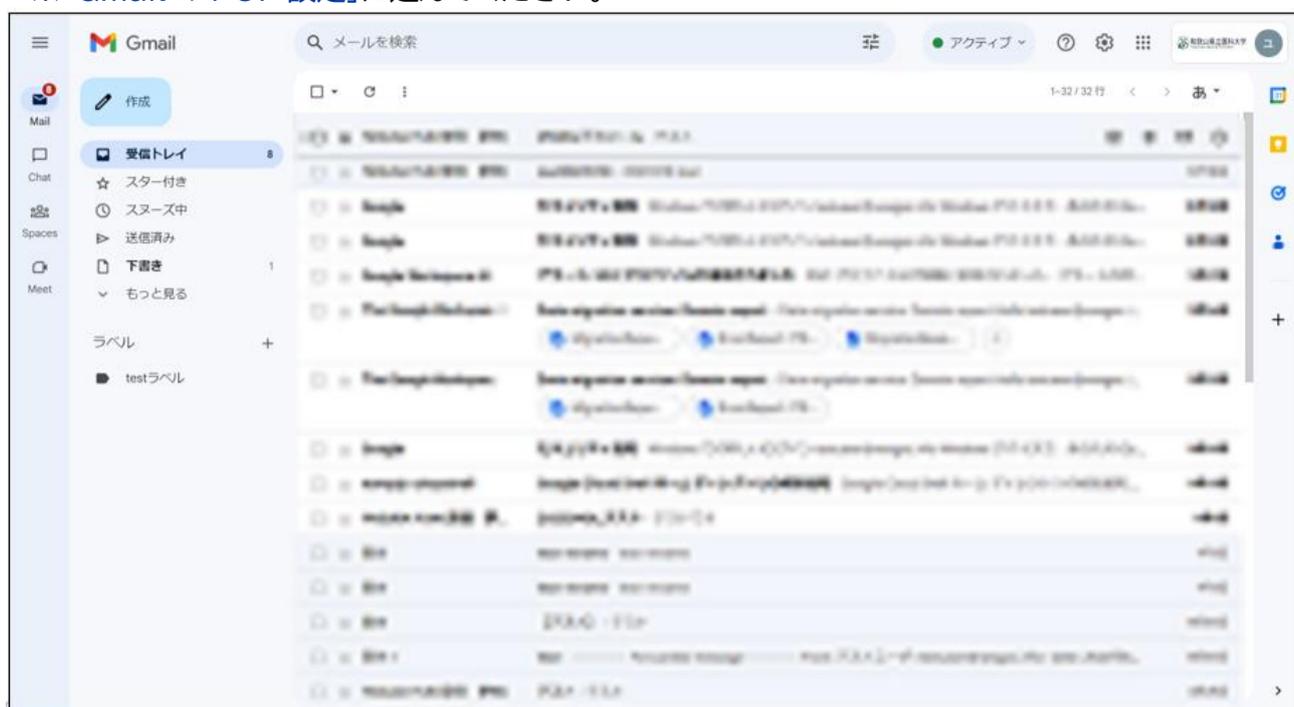
完了

8. 以下の画面が表示されますので、内容を確認し「理解しました」を選択します。
※「Gmail の画面」に進んでください。



Gmail の画面

1. Gmail の画面が表示されるとログイン完了です。
※「Gmail の POP 設定」に進んでください。



メールクライアント Outlook(IMAP)設定方法

概要

既に、パソコンにインストールしたメールソフト Microsoft 製メールソフト Outlook for Macを利用している利用者が、Gmail を利用する場合の設定方法について説明します。

Outlook for Macでは、他のメールソフトとは異なり Gmail への接続方法が IMAP に変更となります。

理由は Outlook のバージョンによって、POP アカウントを新規で作成できない場合や POP アカウントを追加で敵も、同じメール BOX に受信されることがあるためです。

移行期間中にActive!mailとGmail宛の、2つのメールが、同じメール BOX で受信されるため、常にメールが重複した状態となり、メールの参照に影響が出るため、Gmail については、IMAP を利用いただきます。

POP と IMAP の違いによる留意点

POP はメールを端末にダウンロード(受信)しますが、IMAP はメールをサーバーに置いたままで、端末はサーバーのメールを参照(表示)のみし、端末にはダウンロードしません。(基本的には、Web メールと同じ方式となります)

端末にメールがダウンロードされないため、以下の点を留意ください。

- ・**端末でメールを削除した場合、サーバーのメールも削除されます。**
- ・**端末にメールが保存されないため、サーバーの容量以上のメールは受信できません。**

注意事項

・メールアカウントを追加すると、Active!mail と Gmail のそれぞれのアカウントでメールが受信できます。

・2024年1月3日までのデータについては、2024年3月31日までに大学側にてデータの移行を行います。つきましては、設定のタイミングによって、Gmail のアカウントでは、1月3日までのメールデータが表示されない場合がございますのでご了承ください。

・個人でアカウント間のデータ移行をされた場合、大学で実施したメールデータの移行後に、Gmail のアカウントでメールデータが重複します。

・アカウント間のデータの移行など、メールアカウント追加以外の操作については、個人の責任で実施してください。

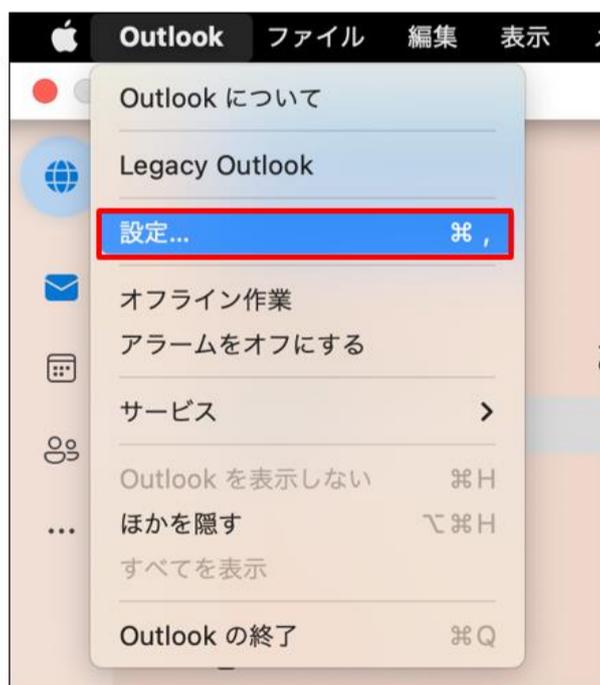
・2023年3月31日に、Active!mail のサーバーは停止しますので、Active!mail のアカウントではメールの受信はできなくなります。

設定追加

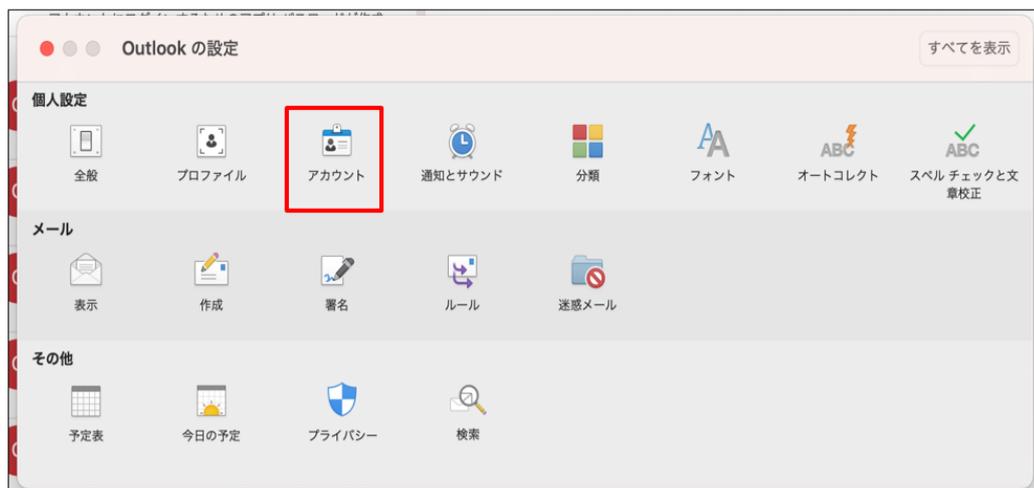
1. 現在、利用している Outlook for Mac をクリックして起動します。



2. 左上のバーから Outlook をクリックし、「設定...」をクリックします。



3. 「アカウント」をクリックします。

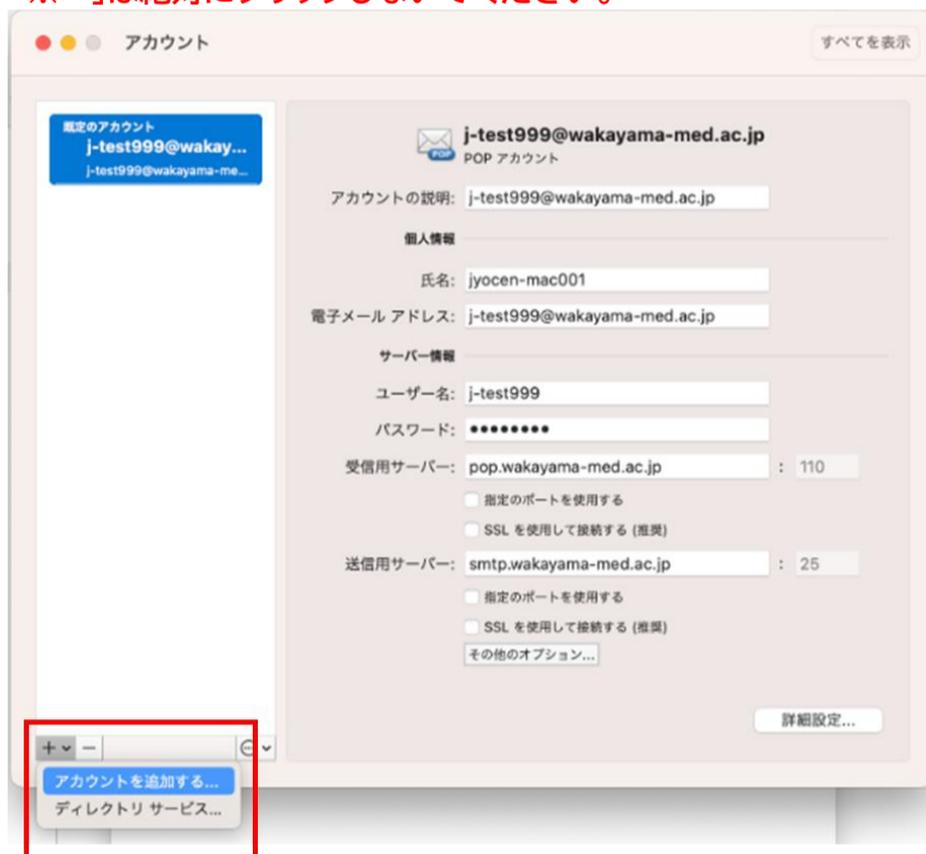


4. 現在ご利用中の 学内メールアドレス(例:*****@wakayama-med.ac.jp)のアカウントが表示されています。

左下の「+」をクリックして、「アカウントを追加する」を選択します。

現在、ご利用いただいている Active!mail のアカウントはそのまま残した状態で、Gmail のアカウントを追加してください。

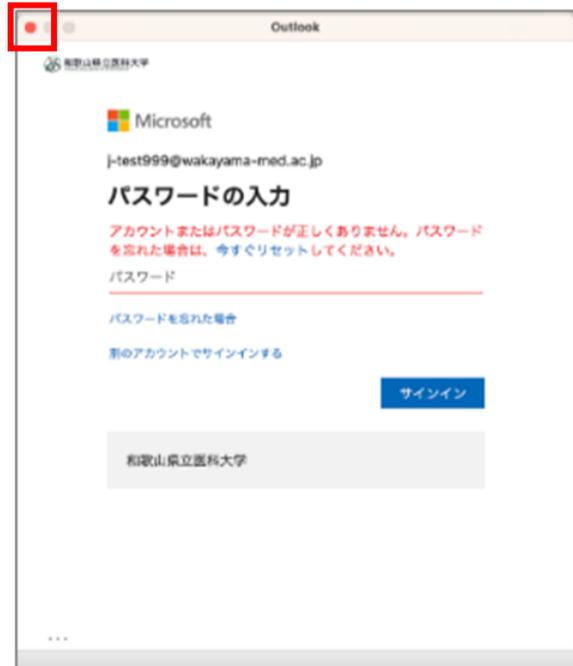
※「-」は絶対にクリックしないでください。



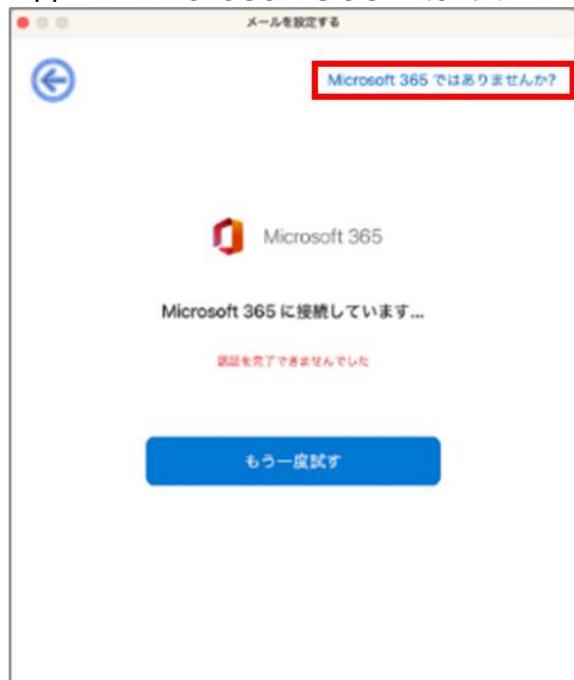
5. メールアドレスを入力して、続行をクリックします。



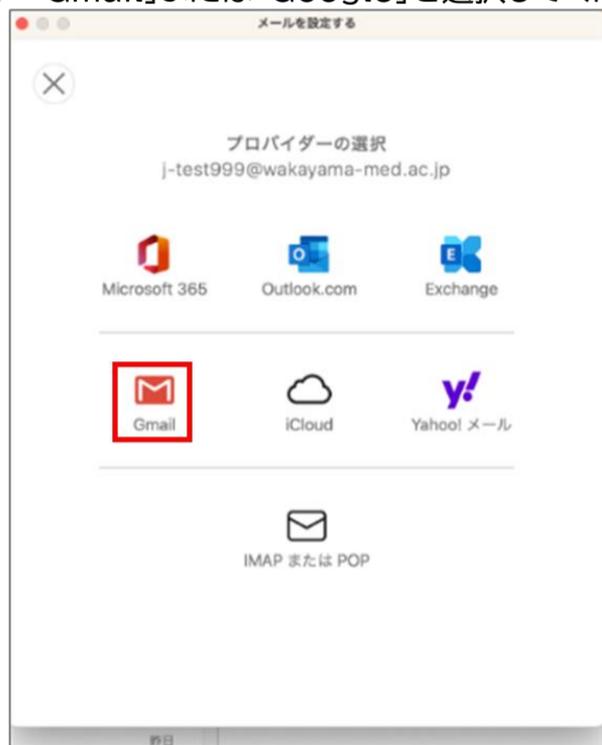
6. 自動的に Microsoft365 に接続しようとしています。左上の赤丸をクリックして、画面を閉じてください。



7. 右上の「Microsoft365 ではありません」をクリックしてください。



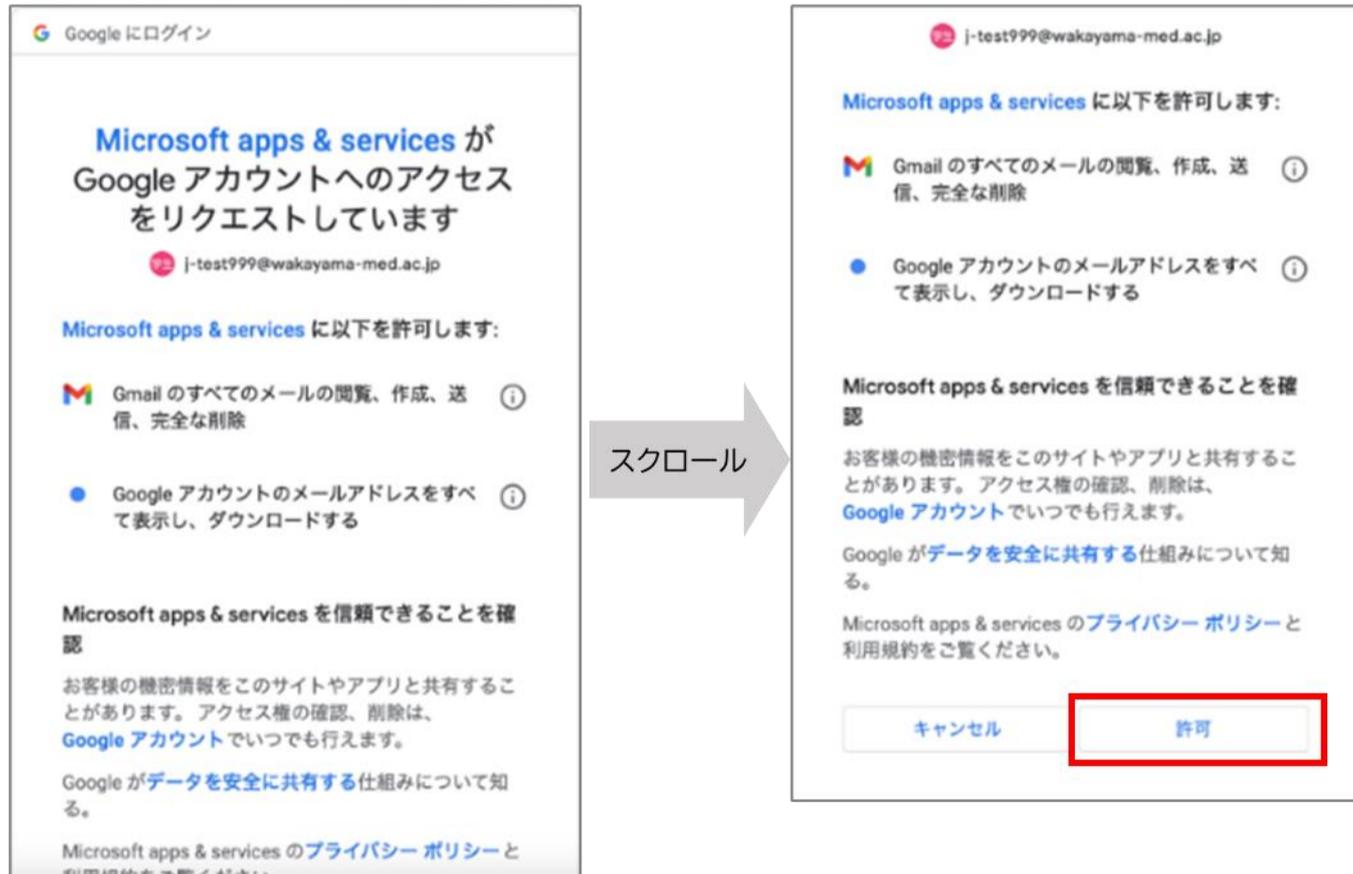
8. 「Gmail」または「Google」を選択してください。



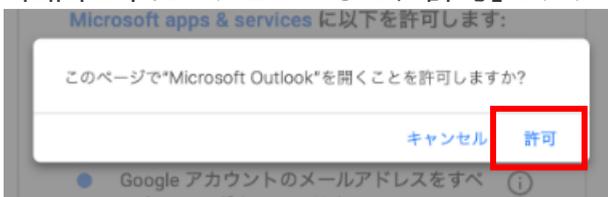
9. アカウント選択のブラウザの画面が表示されます。アカウントと選択します。複数表示される場合は、「***@wakayama-med.ac.jp」のアカウントを選択してください。



10. アカウントと選択します。画面を下にスクロールして、「許可」をクリックします。



11. アカウントと選択します。
画面を下にスクロールして、「許可」をクリックします。



12. 以上で設定は完了です。「完了」をクリックしてください。



13. アカウントが追加され、メール BOX も追加されます。

