

## メール設定マニュアル

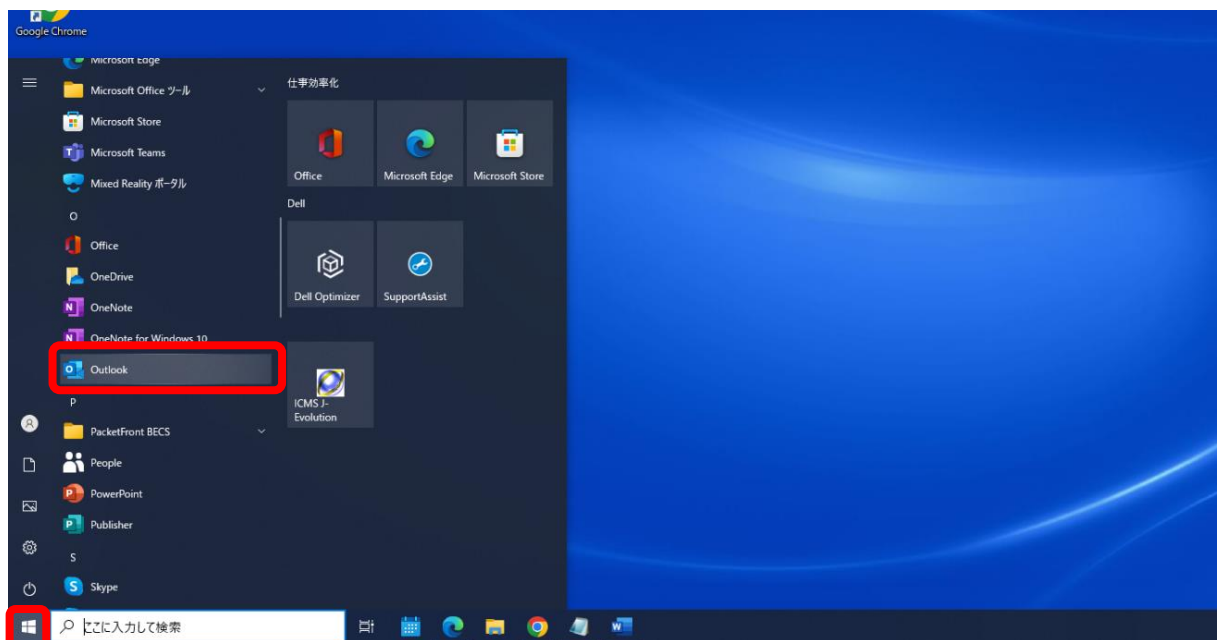
## 目次

メール設定マニュアル .....	1
目次 .....	2
メール設定方法 .....	3
Outlook（Microsoft 365）メール設定 .....	3
Outlook2019、Outlook2016 メール設定 .....	7
Outlook2013 メール設定 .....	12
Windows メール設定 .....	17
Thunderbird メール設定 .....	26
MacOS X メール設定 .....	30
iphone メール設定 .....	33

## メール設定方法

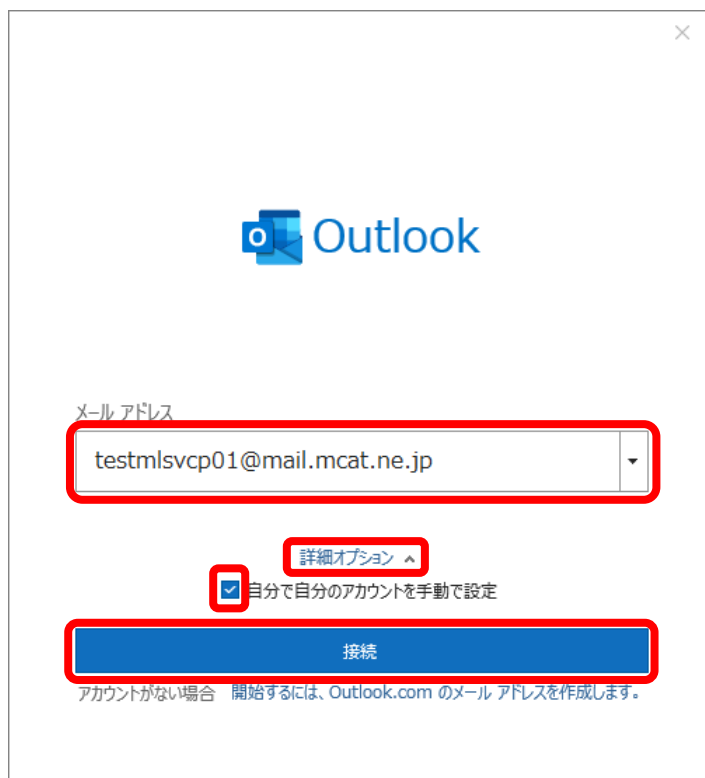
### Outlook (Microsoft 365) メール設定

#### 1、画面左下の Windows ボタンをクリックし、「Outlook」を起動

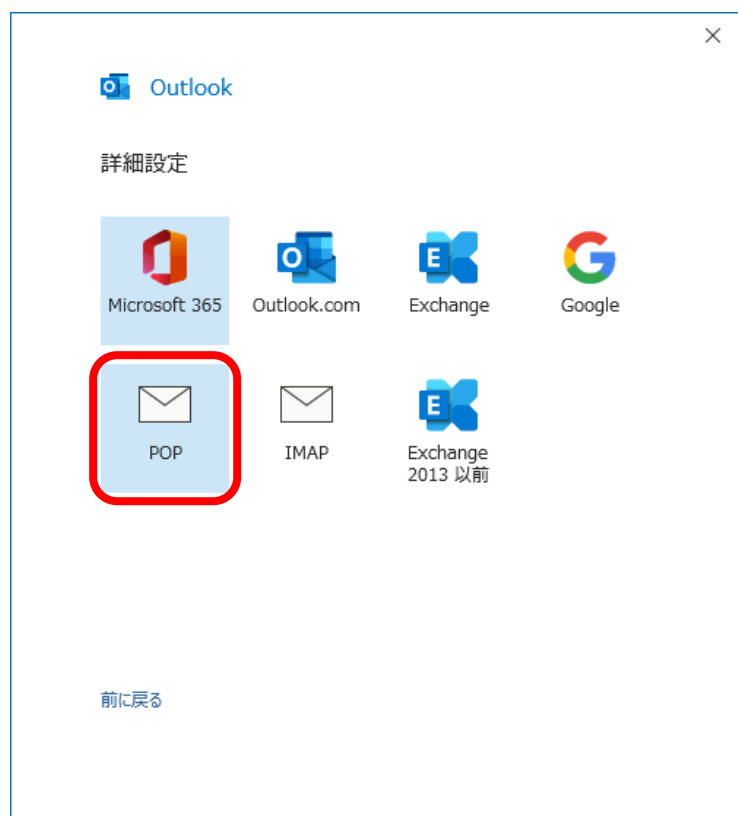


#### 2、メールアドレスを入力し「詳細オプション」をクリック。

「自分で自分のアカウントを手動で設定」にチェックをいれ、「接続」をクリック



### 3、「POP」をクリック



### 4、パスワードを入力して、「接続」をクリック



## 5、ユーザー名を編集して、「OK」をクリック

インターネット電子メール - testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp

次のサーバーのアカウント名とパスワードを入力してください。

サーバー: mail.mcat.ne.jp

ユーザー名(U): testmlsvcp01

パスワード(P): \*\*\*\*

☒ パスワードをパスワード一覧に保存する(S)

OK キャンセル

メールアドレスの @より左だけにする

(本郷町・久井町にお住まいの方)「はい」をクリックする。この画面が出なければ次のページへ進む。

インターネット セキュリティ警告

接続しているサーバーは、確認できないセキュリティ証明書を使用しています。


対象のプリンシパル名が間違っています。

証明書の表示(V)...


このサーバーの使用を続けますか?

はい(Y) いいえ(N)

## 6、「Outlook Mobile をスマートフォンにも設定する」のチェックを外し、「完了」をクリック

 Outlook

アカウントが正常に追加されました

 POP  
testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp

別のメール アドレスを追加

▼

次へ

詳細オプション ^

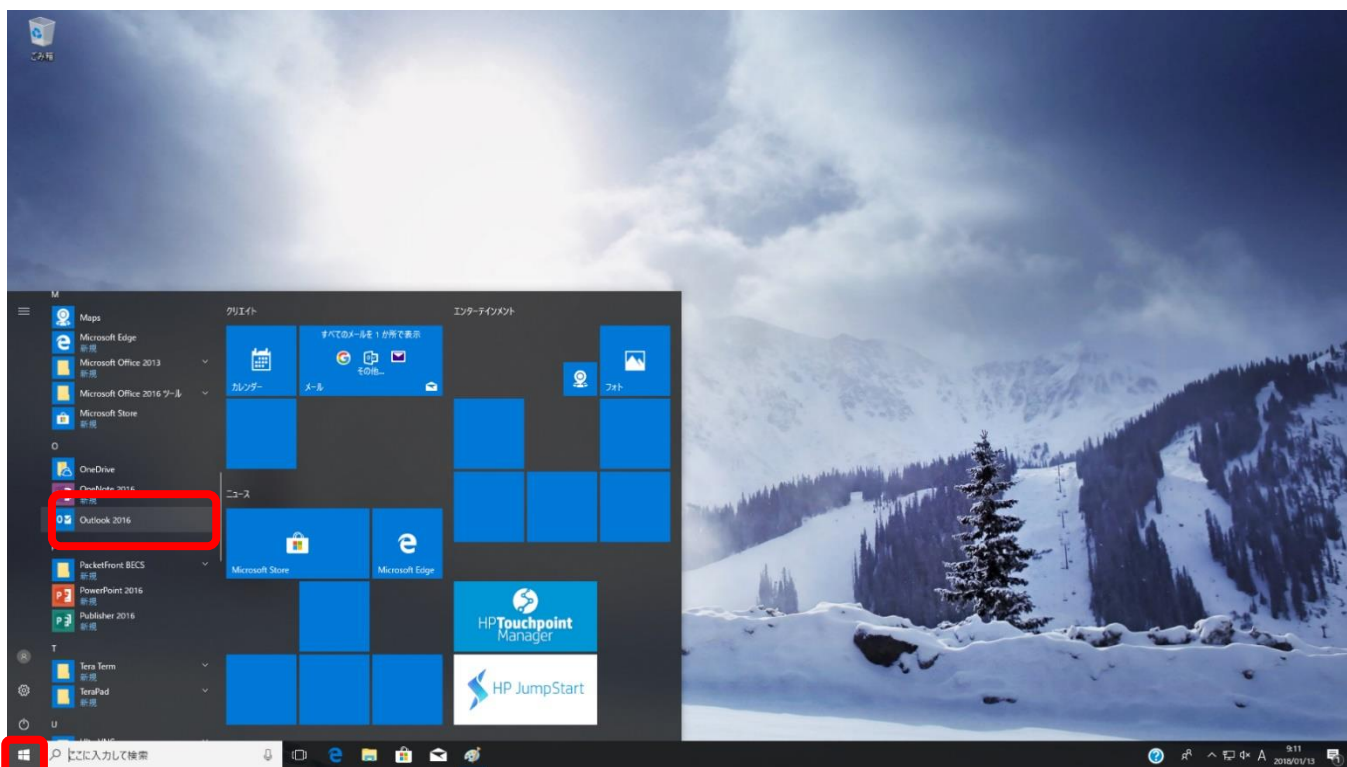
☒ 自分で自分のアカウントを手動で設定

☐ Outlook Mobile をスマートフォンにも設定する

完了

## Outlook2019、Outlook2016 メール設定

### 1、画面左下の Windows ボタンをクリックし、「Outlook2019」または「Outlook2016」を起動

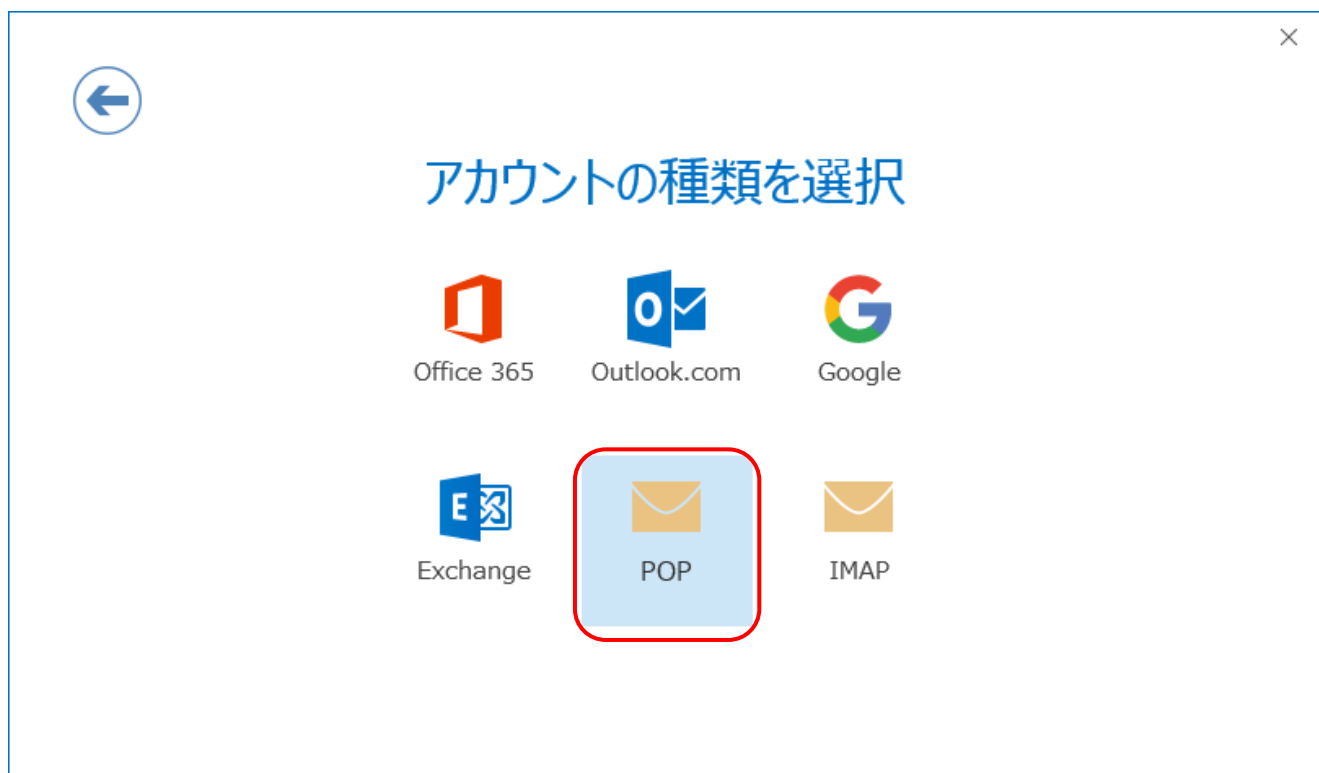


### 2、メールアドレスを入力し「詳細オプション」をクリック。

「自分で自分のアカウントを手動で設定」にチェックをいれ、「接続」をクリック



### 3、「POP」をクリック



### 4、インターネット登録証を参照の上、メールサーバー情報を入力し、「次へ」をクリック

POP アカウントの設定 testMCAT7777777  
(別のユーザー)

受信メール  
サーバー  ポート   
☐ このサーバーでは暗号化された接続 (SSL/TLS) が必要  
☐ セキュリティで保護されたパスワード認証 (SPA) でのログインが必要

送信メール  
サーバー  ポート   
 暗号化方法   
☐ セキュリティで保護されたパスワード認証 (SPA) でのログインが必要

メッセージ配信  
☐ 既存のデータ ファイルを使用

次へ

本郷町・久井町の方は **mail.m-cn.ne.jp** を、  
 その他地域の方は **mail.mcat.ne.jp** を  
 入力する。

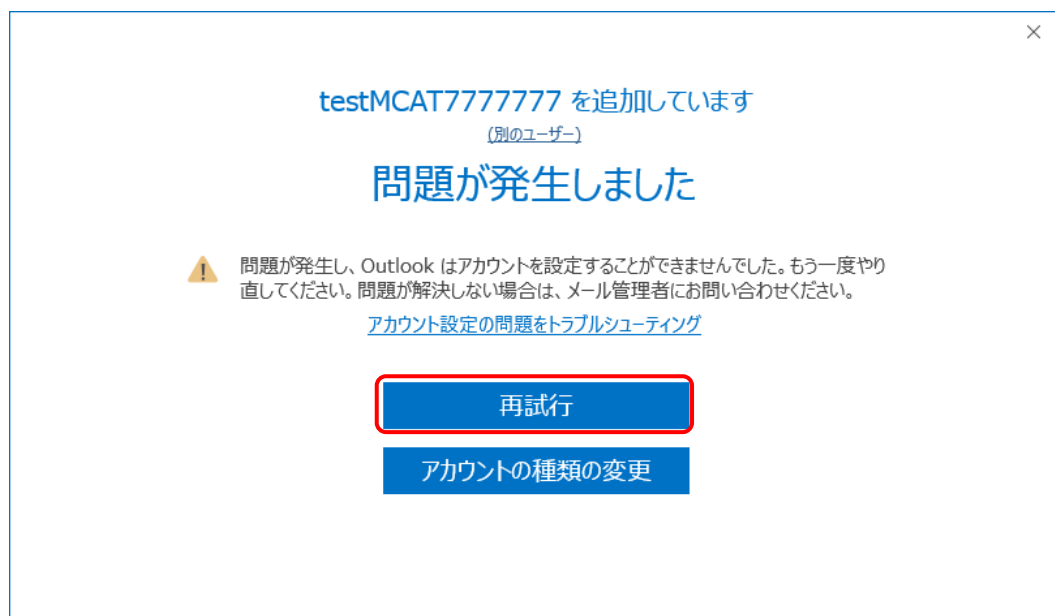


## 5、パスワードを入力して、「接続」をクリック



## 6、下記画面が表示された場合は、「再試行」をクリック

表示されない場合は、8へ進む



## 7、ユーザー名を編集して、「OK」をクリック

インターネット電子メール - testMCAT777777@mail.mcat.ne.jp

次のサーバーのアカウント名とパスワードを入力してください。

サーバー: mail.mcat.ne.jp

ユーザー名(U): testMCAT777777

パスワード(P): \*\*\*\*\*

☒ パスワードをパスワード一覧に保存する(S)

OK キャンセル

メールアドレスの@より左だけに  
する

## 8、「Outlook Mobile をスマートフォンにも設定する」のチェックを外し、「OK」をクリック

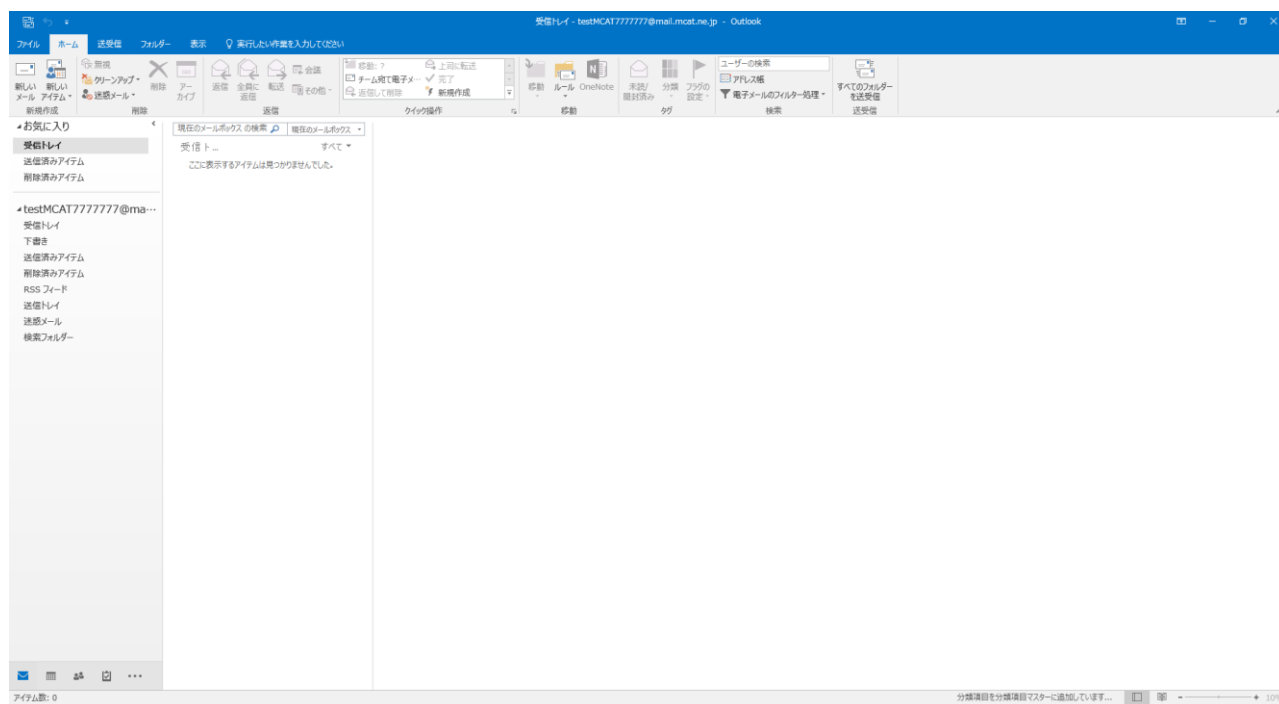
testMCAT777777@mail.mcat.ne.jp を追加しています  
アカウントのセットアップが完了しました

OK

☐ Outlook Mobile をスマートフォンにも設定する

チェックを外す

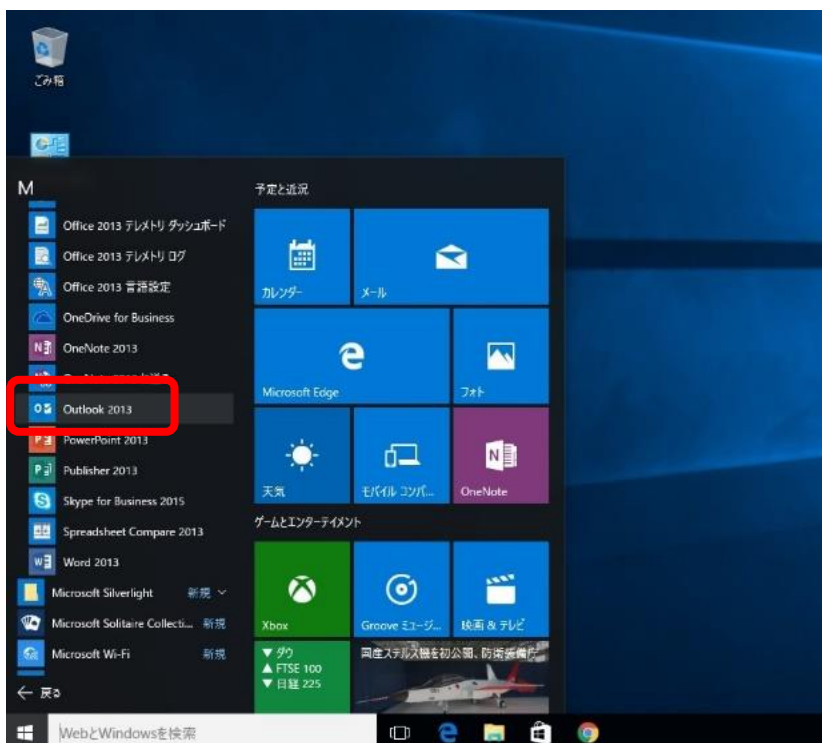
## 9、Outlook が起動すれば設定完了



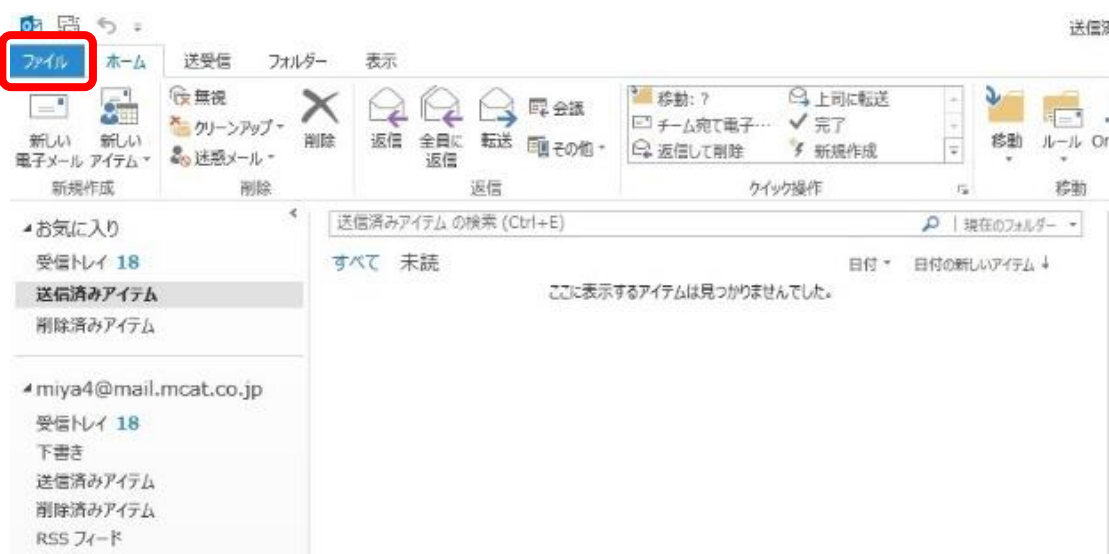
## Outlook2013 メール設定

※Outlook のバージョンの違いにより、若干見た目が異なる場合があります。

### 1、画面左下の Windows ボタンをクリックし、「Outlook2013」を起動



### 2、メニューバーの「ファイル」-「情報」-「アカウントの追加」をクリック





### 3、「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）」を選択し「次へ」をクリック

アカウントの追加

自動アカウント セットアップ  
アカウントを手動で設定するか、または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(C):   
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。

☒ 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

#### 4、「POP または IMAP」を選択し、「次へ」をクリック

アカウントの追加

サービスの選択

☐ Microsoft Exchange Server または互換性のあるサービス(M)  
Exchange アカウントに接続して、電子メール、予定表、連絡先、タスク、ボイス メールにアクセスします

☐ Outlook.com または Exchange ActiveSync と互換性のあるサービス(A)  
Outlook.com などのサービスに接続し、電子メール、予定表、連絡先、タスクにアクセスします

☒ **POP または IMAP(P)**  
POP または IMAP 電子メール アカウントに接続します

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

#### 5、アカウント情報を入力して、「詳細設定」をクリック

アカウントの追加

POP と IMAP のアカウント設定  
お使いのアカウントのメール サーバーの設定を入力してください。

ユーザー情報

名前(Y):

電子メール アドレス(E):

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):

送信メール サーバー (SMTP)(O):

メール サーバーへのログイン情報

アカウント名(U):

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(Q)

お名前を入力

メールアドレスを入力

登録証の受信メールサーバーを入力

登録証の送信メールサーバーを入力

アカウント名を入力

パスワードを入力

詳細設定(M)...

< 戻る(B) 次へ(N) > キャンセル

## 6、詳細設定」タブを選択し、「サーバーにメッセージのコピーを置く」のチェックを外して、「OK」をクリック

※この設定を行わないと、メールの送受信ができなくなる可能性があります。

インターネット電子メール設定

全般 送信サーバー **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): 25

使用する暗号化接続の種類(C): なし

サーバーのタイムアウト(T)

短い 長い 1 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) 3 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)

チェックを外す

OK キャンセル

## 7、元の画面に戻ったら、「次へ」をクリック

アカウントの追加

POP と IMAP のアカウント設定  
お使いのアカウントのメール サーバーの設定を入力してください。

ユーザー情報

名前(Y):

電子メール アドレス(E):

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):

送信メール サーバー (SMTP)(O):

メール サーバーへのログイン情報

アカウント名(U):

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(Q)

アカウント設定のテスト

アカウントをテストして、入力内容が正しいかどうかを確認することをお勧めします。

アカウント設定のテスト(T)

☒ [次へ] をクリックしたらアカウント設定を自動的にテストする(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)

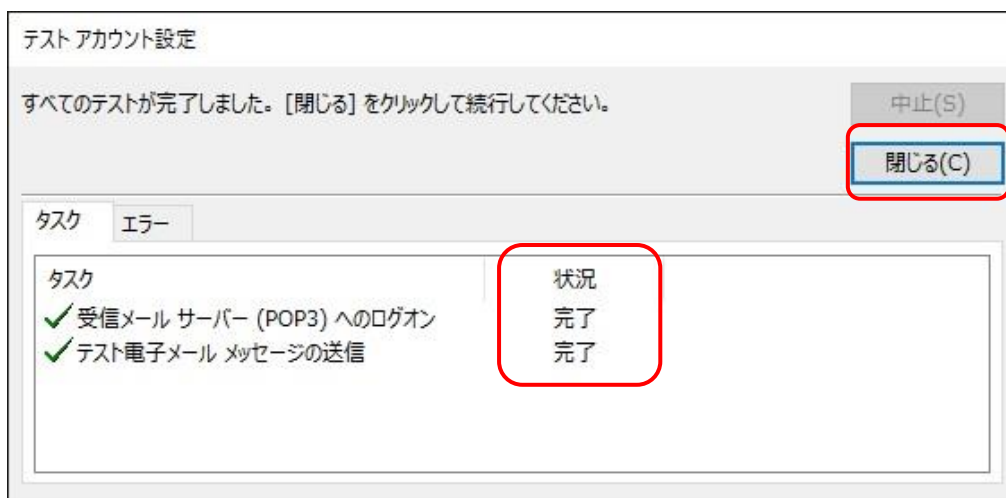
☐ 既存の Outlook データ ファイル(X)

参照(S)

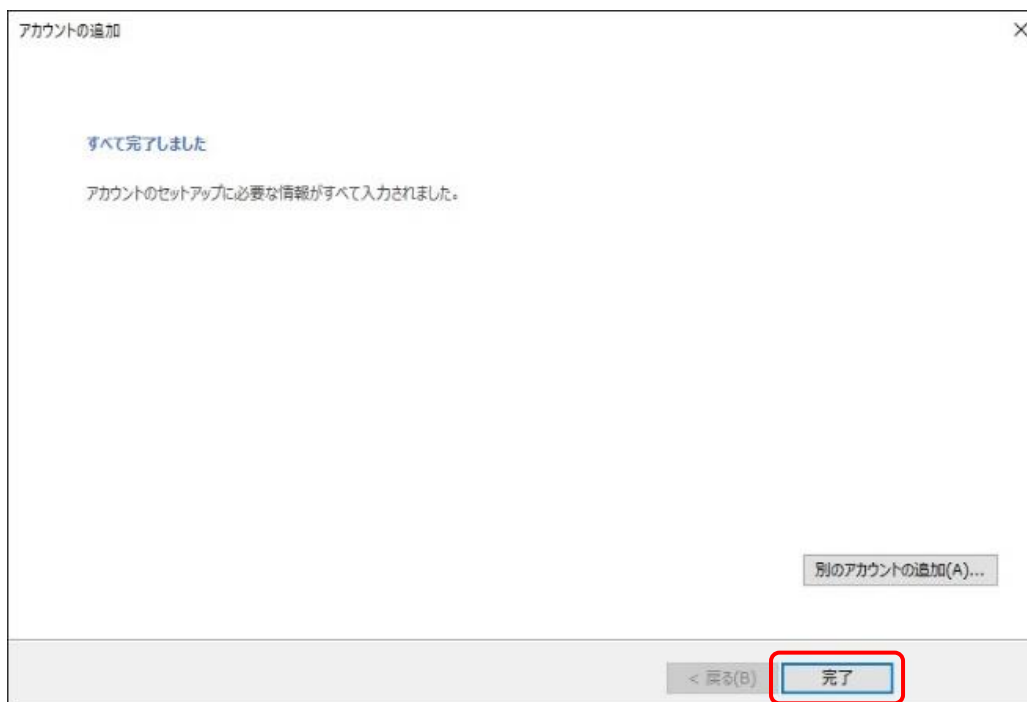
詳細設定(M)...

< 戻る(B) **次へ(N) >** キャンセル

## 8、状況が完了になっていることを確認して「閉じる」をクリック



## 9、「完了」をクリック

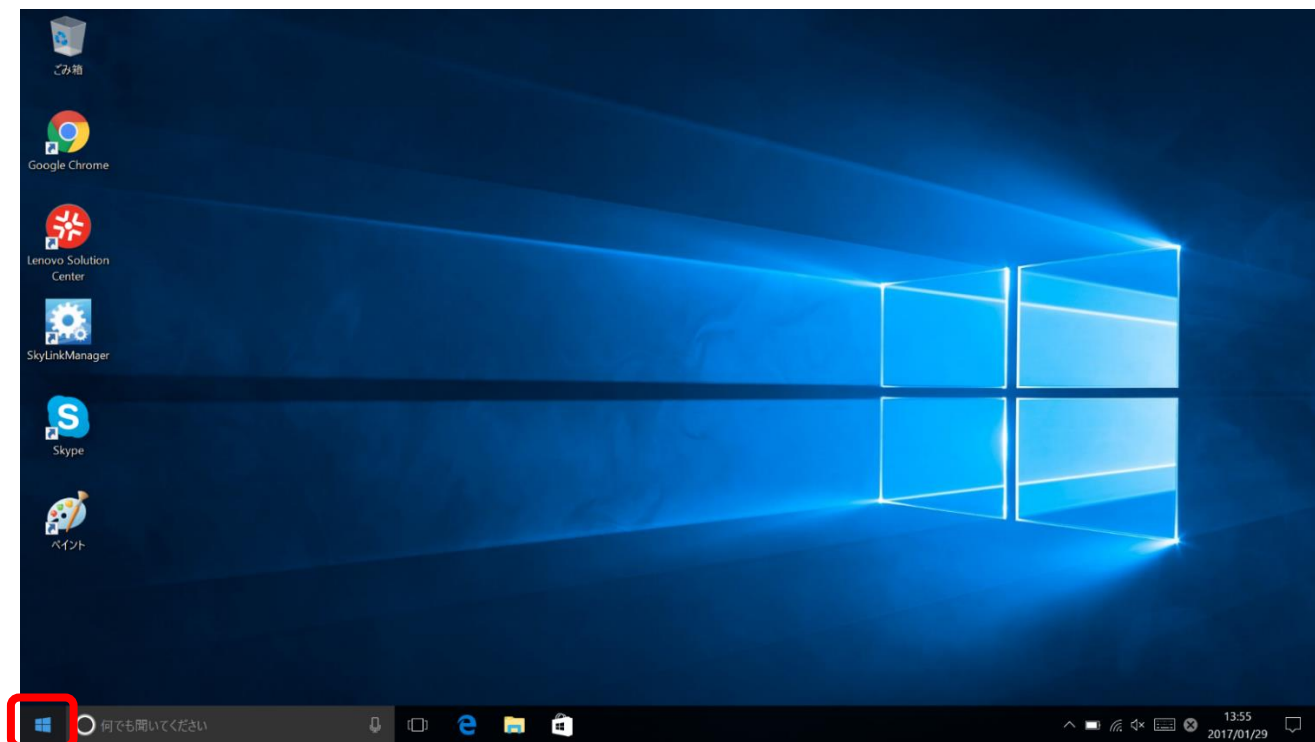




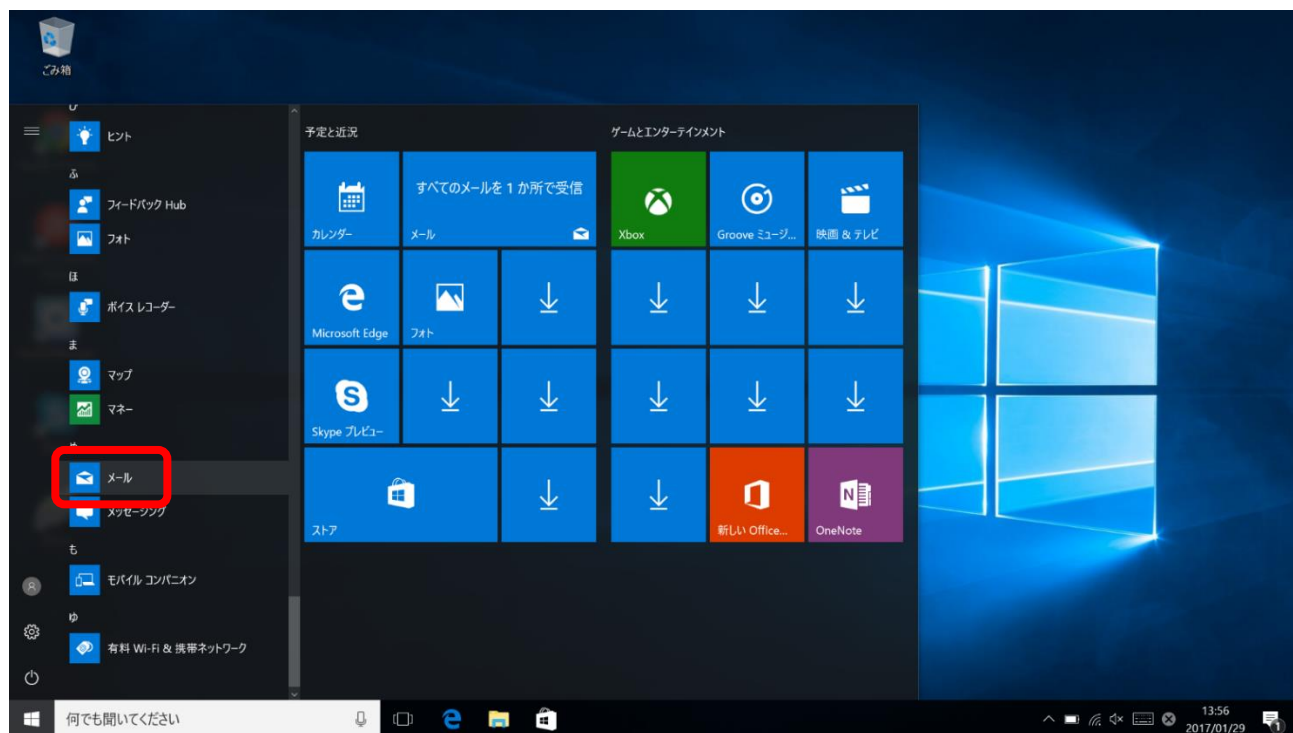
## Windows メール設定

本メールアプリの受信トレイで削除したメールは、MCAT メールサーバー上からも削除されますのでご注意ください。

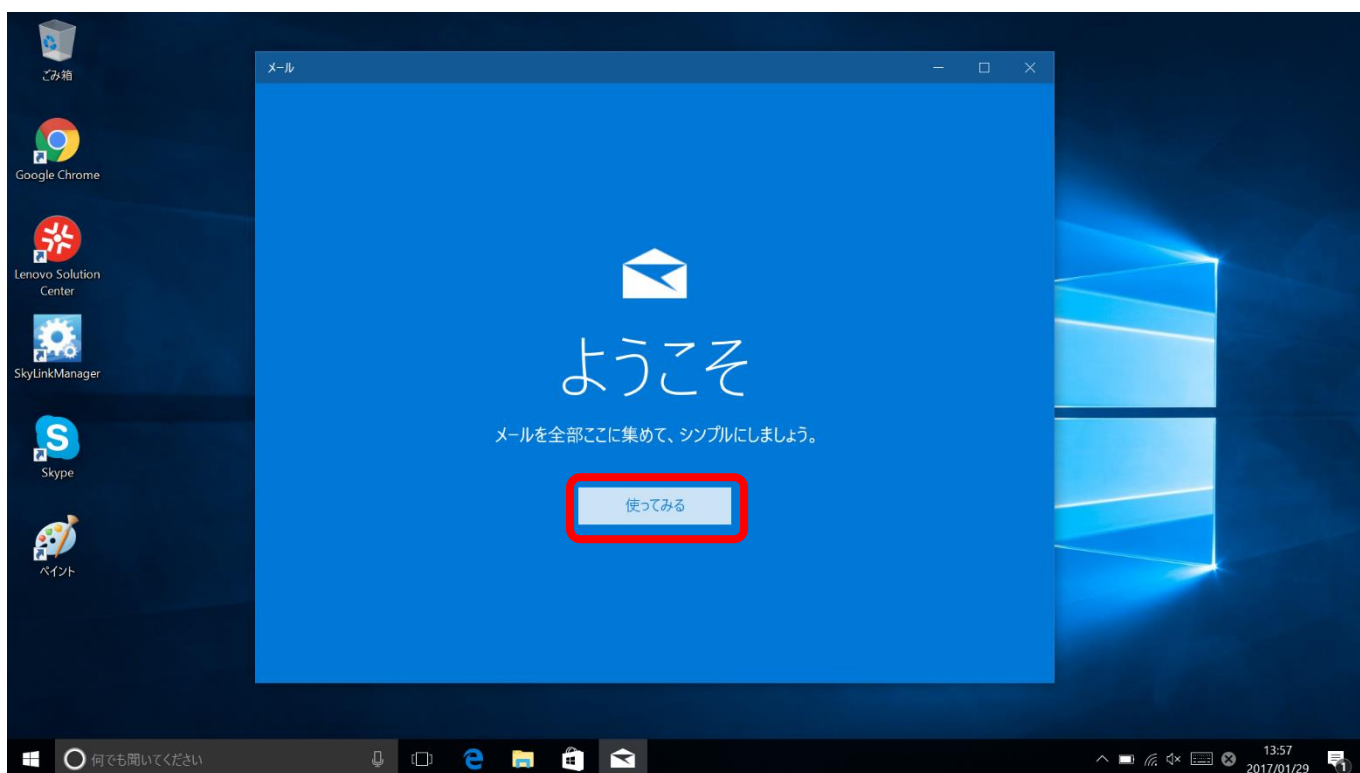
### 1、画面左下の「スタートボタン」をクリック



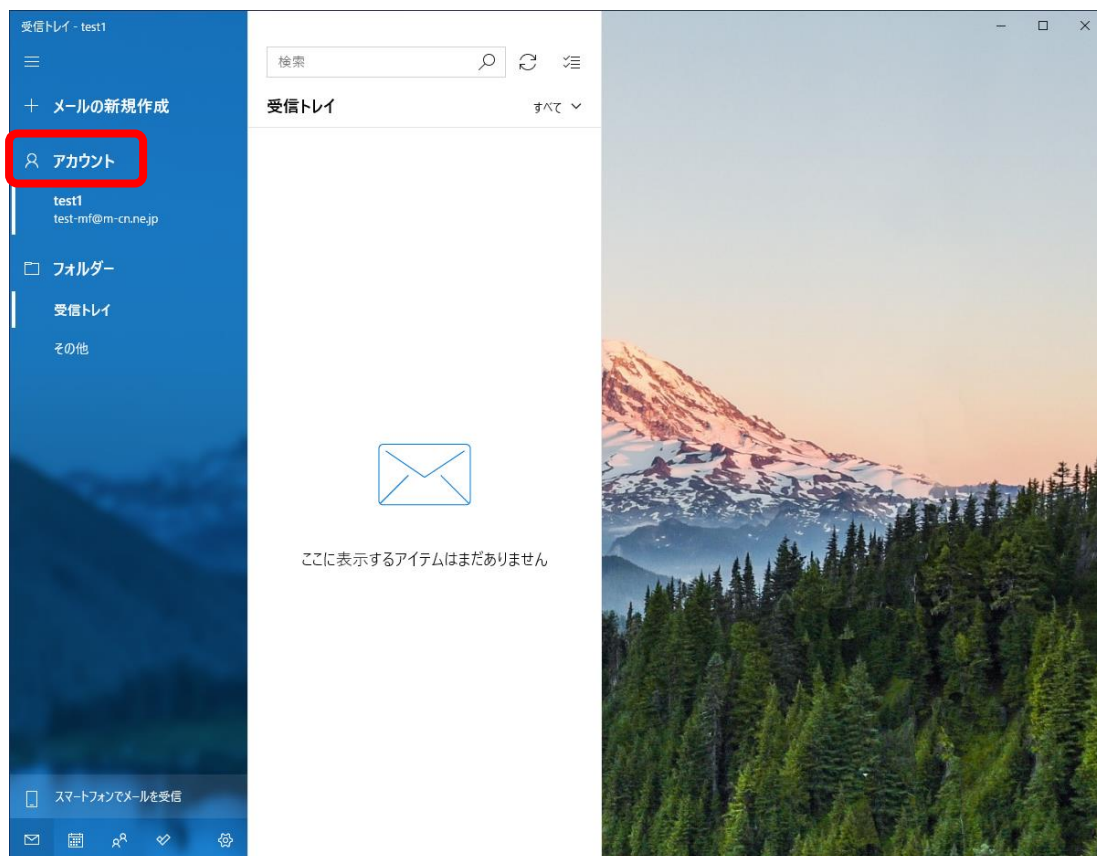
### 2、プログラムの一覧から「メール」をクリック



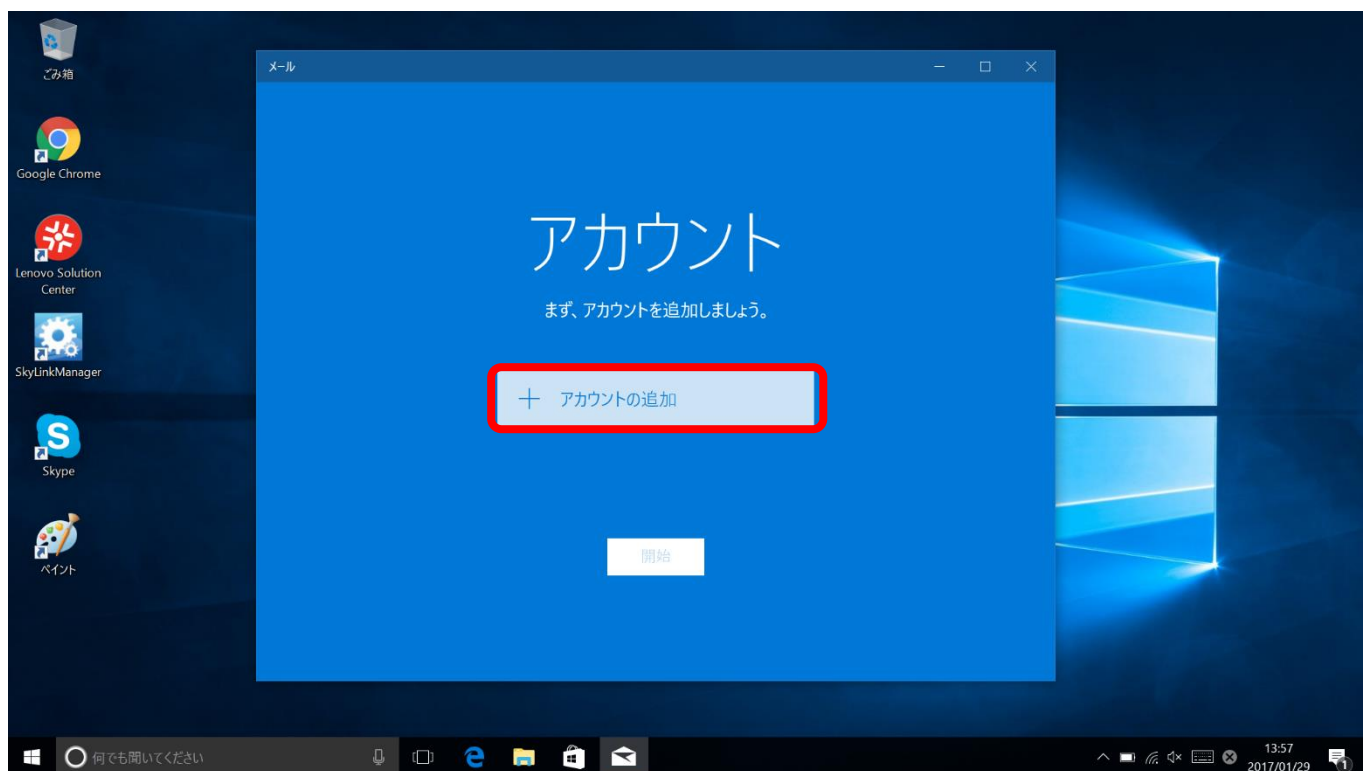
### 3、（アカウントの登録が一つもない場合）「使ってみる」をクリック



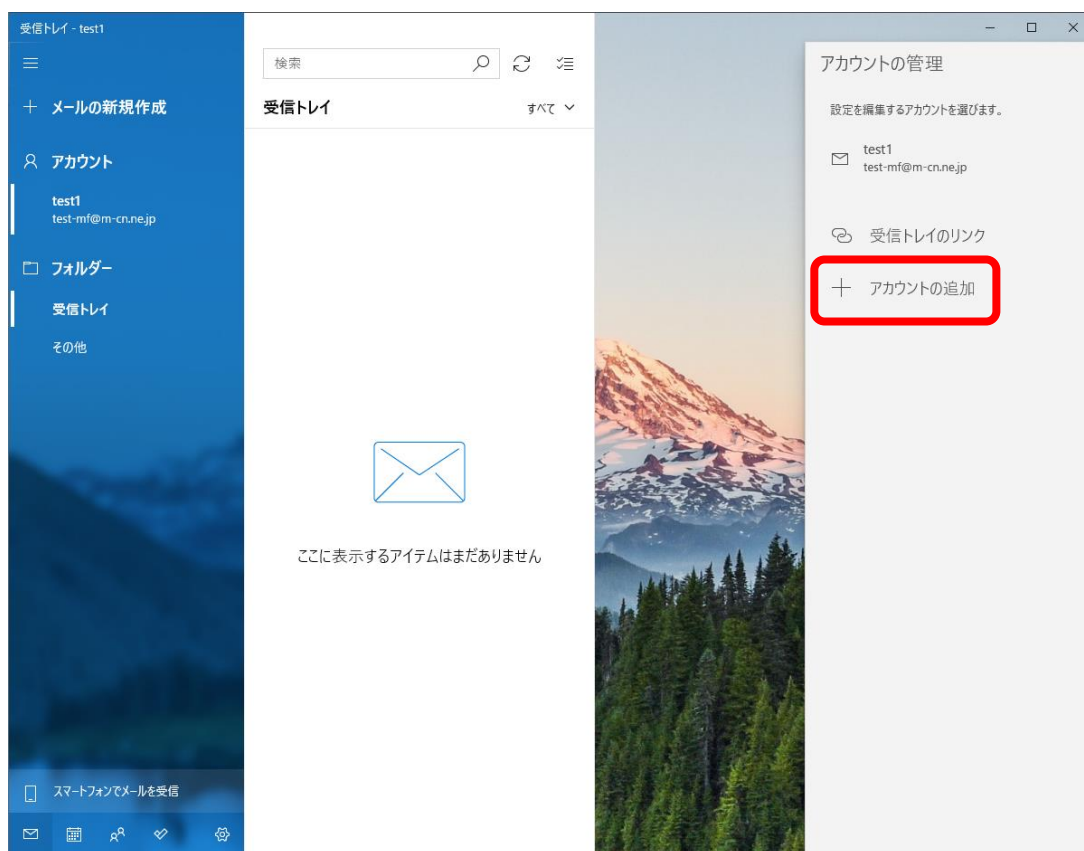
### 3、（一つでもアカウントが登録されている場合）「アカウント」をクリック



#### 4、「アカウントの追加」をクリック

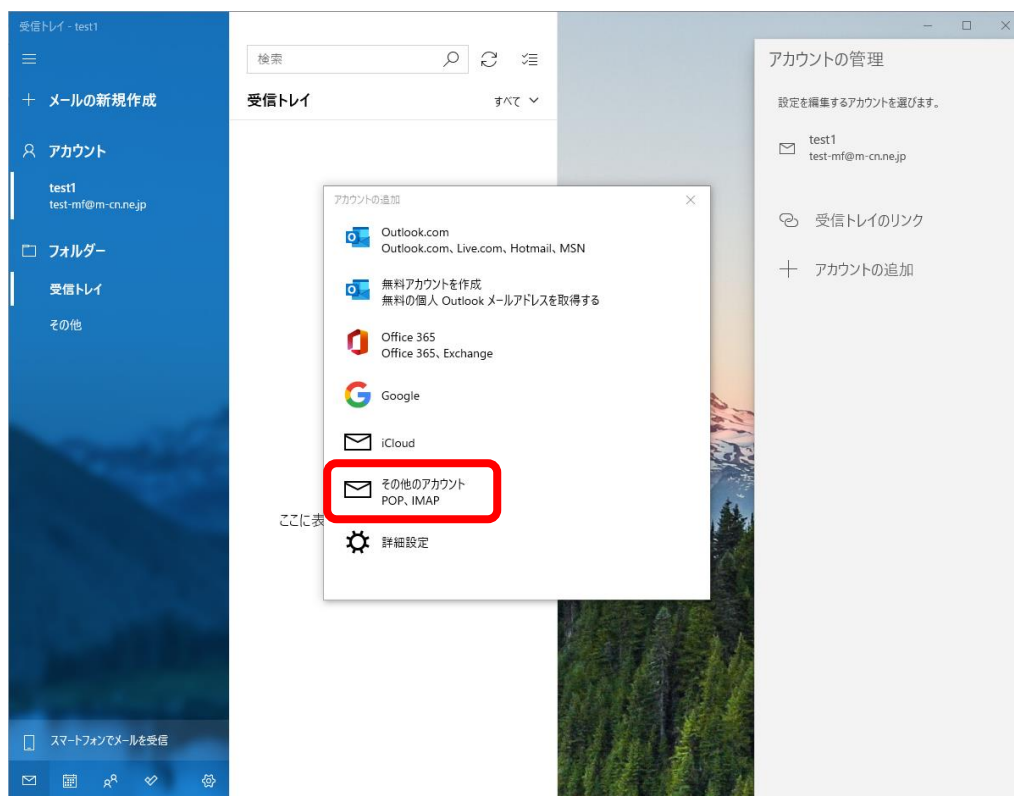


(アカウントの登録が一つもない場合)



(一つでもアカウントが登録されている場合)

## 5、「その他のアカウント」をクリック



## 6、アカウント情報を入力

アカウントの追加

その他のアカウント

一部のアカウントでは、サインインするために追加の手順が必要です。

[詳細情報](#)

メール アドレス

test-mf@mail.mcat.ne.jp

この名前を使用してメッセージを送信

テスト

パスワード

●●●●●●●●

情報は自動的に保存されるため、毎回サインインする必要はありません。

✓ サインイン × キャンセル

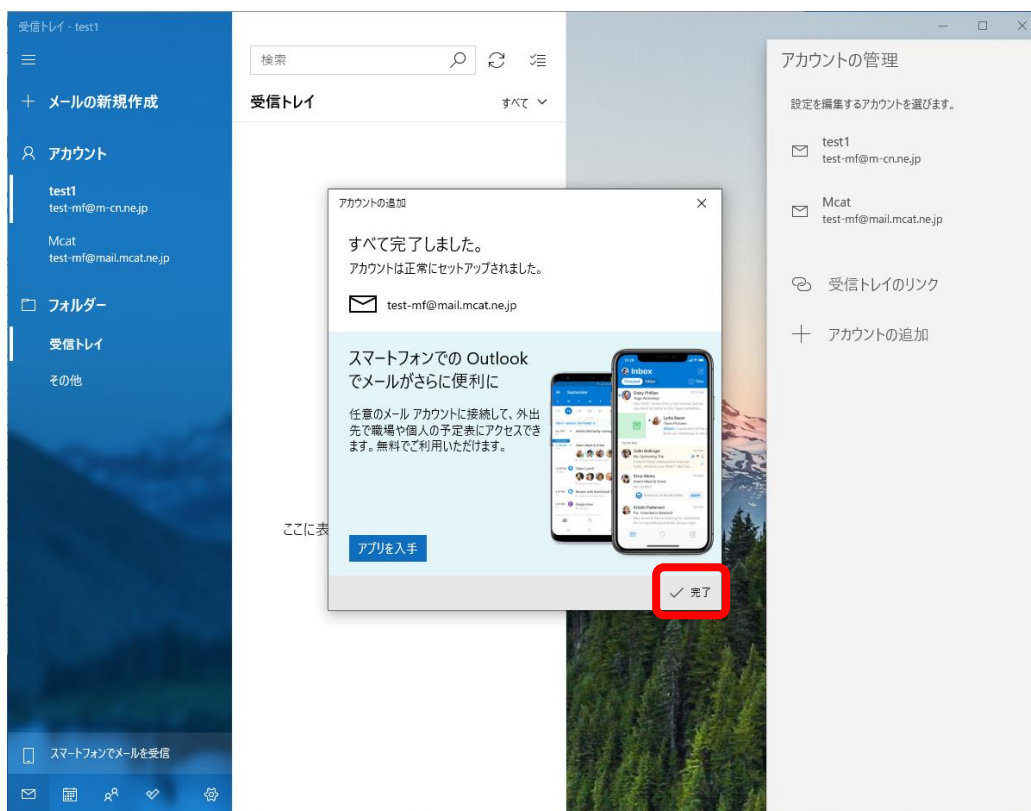
メールアドレスを入力

お名前を入力

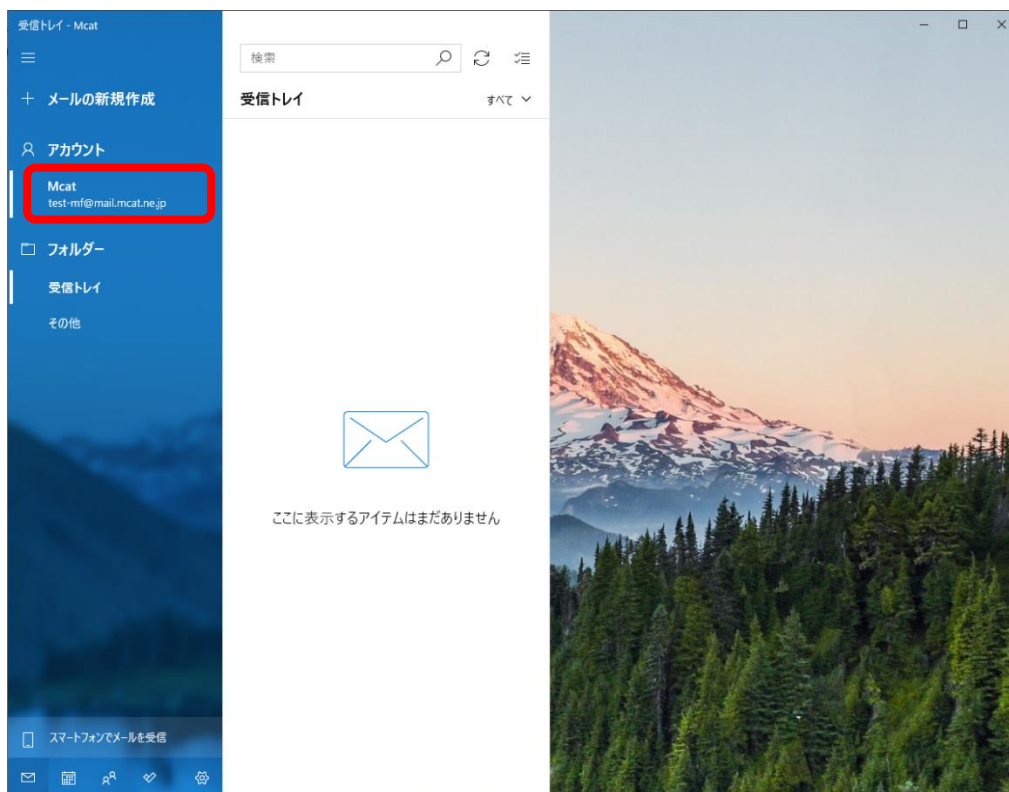
パスワードを入力

全て入力後にサインイン

## 7、「完了」をクリック

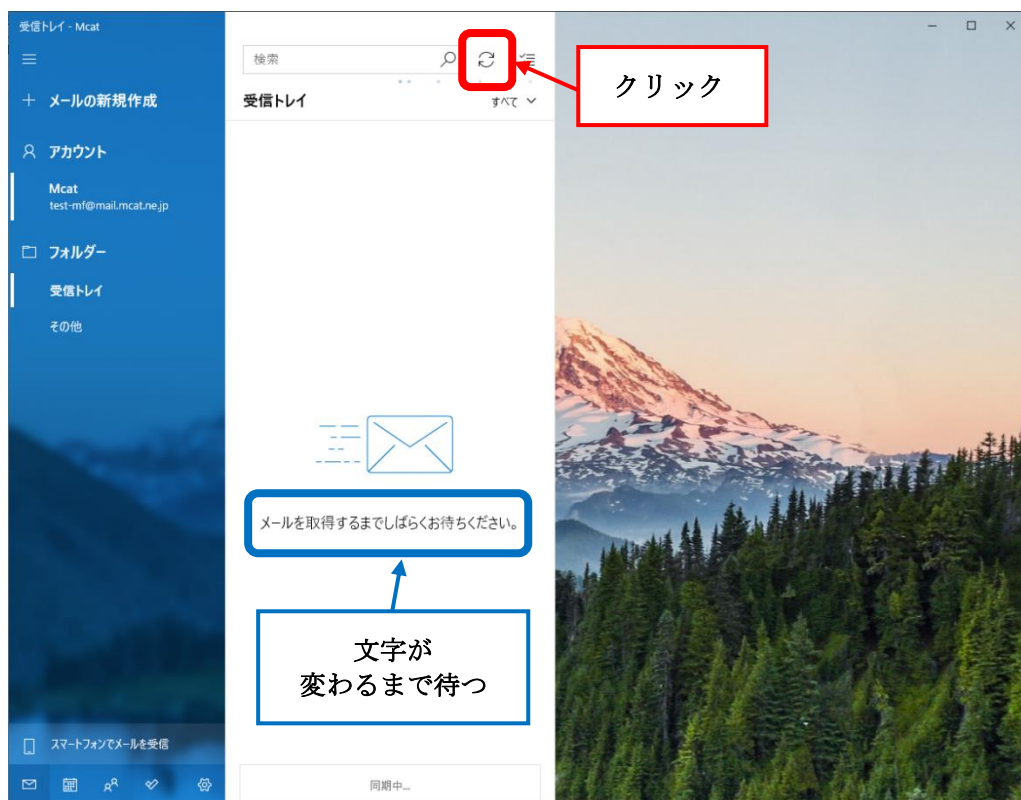


## 8、「Mcat」あるいは「M-Cn」をクリック

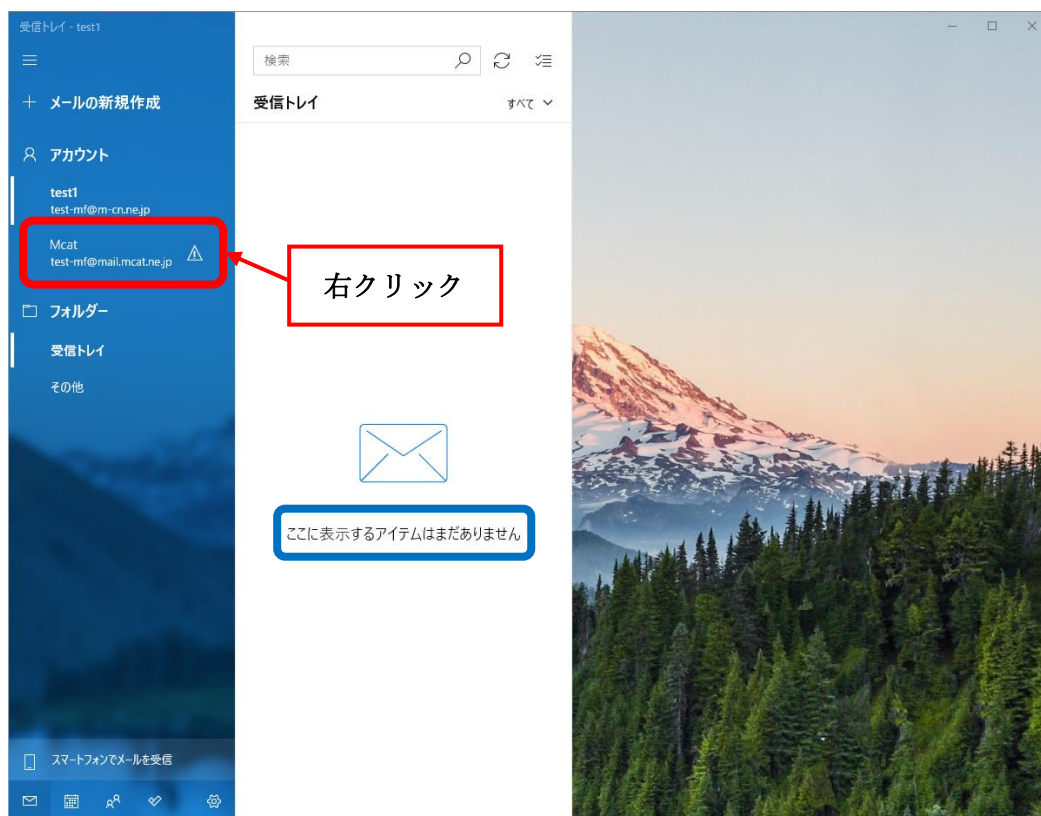




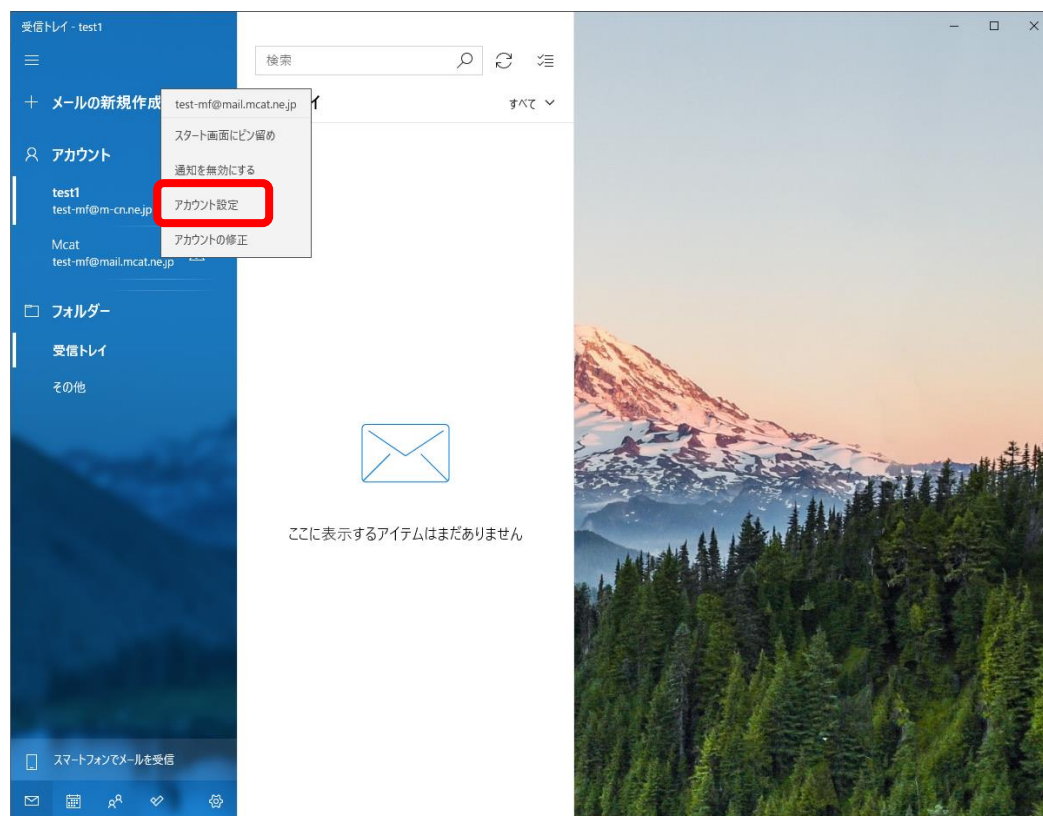
9、「検索」の右にある丸い矢印をクリックし、「メールを取得するまでしばらくお待ちください。」の文字が変わるまで待つ



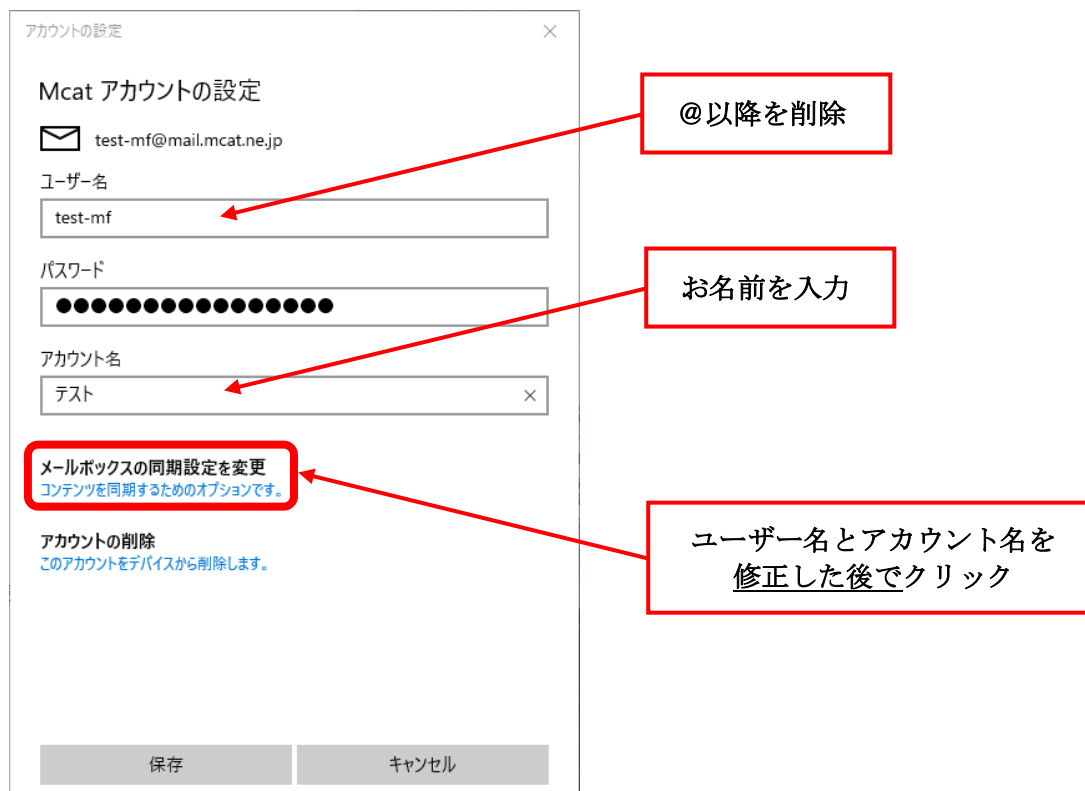
10、「ここに表示するアイテムはまだありません」と表示されたら、「Mcat」あるいは「M-Cn」を**右クリック**



## 11、「アカウント設定」をクリック



## 12、アカウント情報を修正し、「メールボックスの同期設定を変更」をクリックする



### 13、「メールボックスの詳細設定」をクリックする

アカウントの設定

✕

テストの同期設定

使用状況に応じて

▼

1日に大量のメールを受け取っている場合でも、数日に一度しかアカウントをチェックしない場合でも、状況に応じて同期設定を変更して、データ通信量とバッテリーを節約します。

現在の同期間隔: 2 時間ごと

☒ 常にメッセージ全体とインターネット画像をダウンロードする

ダウンロードするメールの期間

過去 3 か月間

▼

この名前を使用してメッセージを送信

テスト

同期オプション

メール

☒ オン

メールボックスの詳細設定

[受信および送信メール サーバーの情報](#)

完了

キャンセル

### 14、「受信メールに SSL を使う」「送信メールに SSL を使う」の 2 つのチェックを外す

アカウントの設定

✕

テストの同期設定

この名前を使用してメッセージを送信

テスト

同期オプション

メール

☒ オン

受信メール サーバー

mail.mcat.ne.jp:110:2

✕

送信 (SMTP) メール サーバー

mail.mcat.ne.jp:25:2

☒ 送信サーバーは認証が必要

☒ メールを送信に同じユーザー名とパスワードを使う

☐ 受信メールに SSL を使う

☐ 送信メールに SSL を使う

完了

キャンセル



## 15、「完了」→「保存」の順にクリックする

アカウントの設定

テストの同期設定  
この名前を使用してメッセージを送信

テスト

同期オプション

メール

オン

受信メール サーバー

mail.mcat.ne.jp:110:2

送信 (SMTP) メール サーバー

mail.mcat.ne.jp:25:2

☒ 送信サーバーは認証が必要

☒ メールの送信に同じユーザー名とパスワードを使う

☐ 受信メールに SSL を使う

☐ 送信メールに SSL を使う

完了

キャンセル

アカウントの設定

Mcat アカウントの設定

test-mf@mail.mcat.ne.jp

ユーザー名

test-mf

パスワード

●●●●●●●●●●●●●●●●

アカウント名

テスト

メールボックスの同期設定を変更  
コンテンツを同期するためのオプションです。

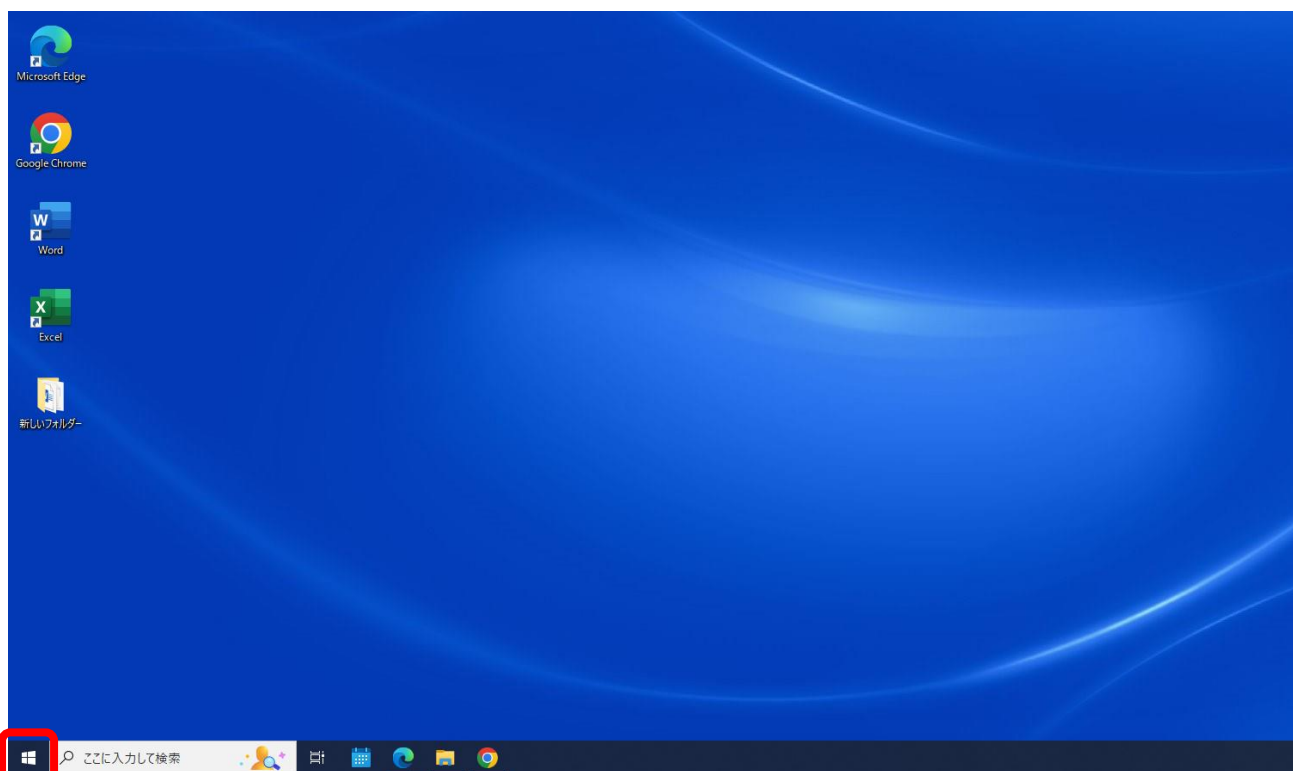
アカウントの削除  
このアカウントをデバイスから削除します。

保存

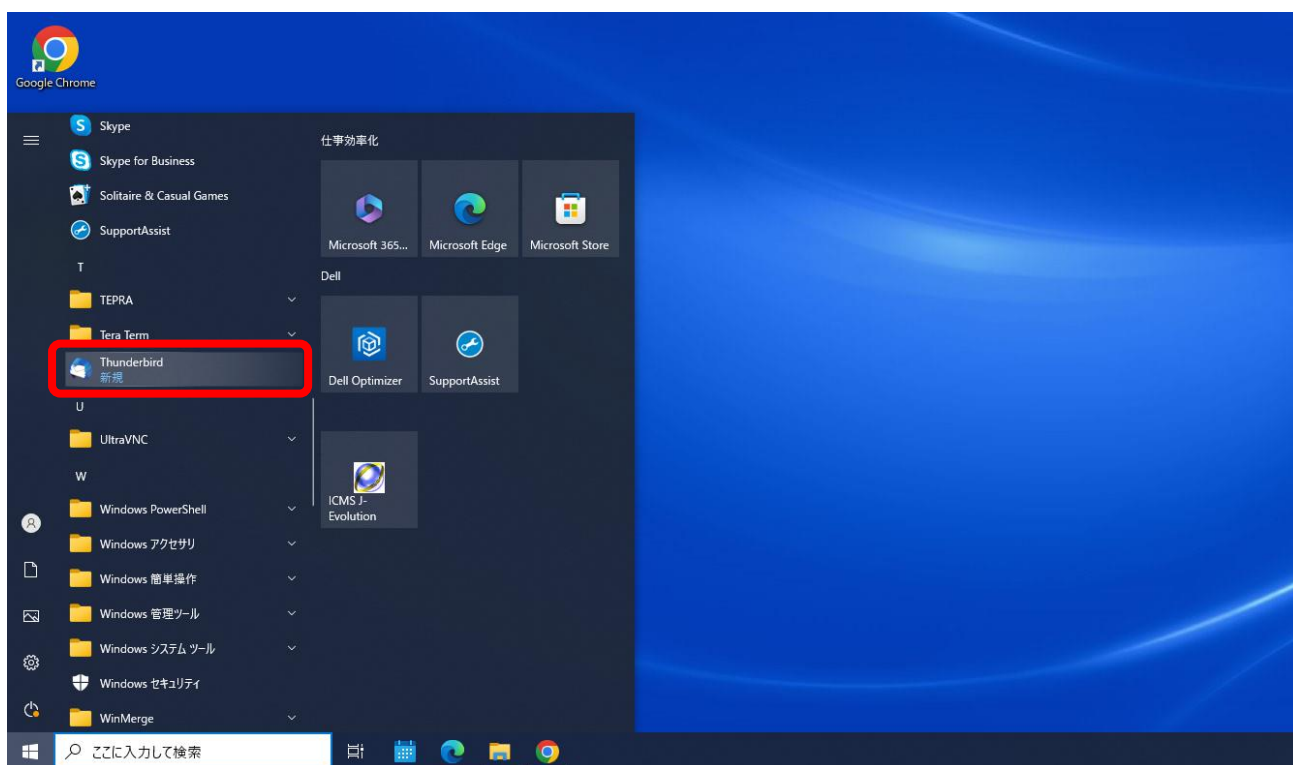
キャンセル

## Thunderbird メール設定

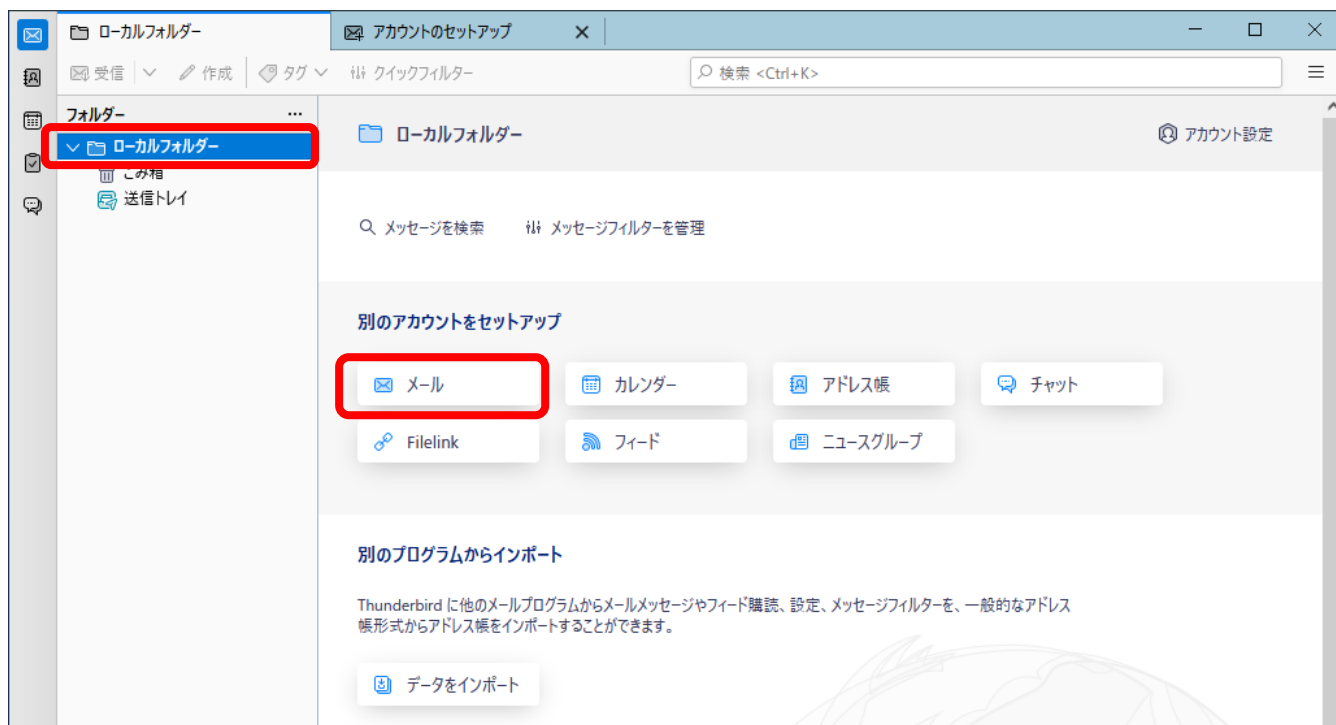
### 1、画面左下の「スタートボタン」をクリック



### 2、プログラムの一覧から「Thunderbird」をクリック



### 3、「ローカルフォルダー」→「メール」の順にクリック



### 4、アカウント情報を入力し、「手動設定」をクリック

既存のメールアドレスのセットアップ

現在のメールアドレスを使用するには、そのアカウント情報を記入してください。  
Thunderbird が自動的に有効なサーバー設定を検索します。

あなたのお名前  
テスト

メールアドレス  
test-mf@mail.mcat.ne.jp

パスワード  
●●●●●●●●

☒ パスワードを記憶する

**手動設定**    キャンセル    続ける

あなたの認証情報はローカルのあなたのコンピュータにのみ保存されます。

お名前を入力

メールアドレスを入力

パスワードを入力

全て入力後にクリック

## 5、サーバー情報を入力し、「完了」をクリック

ローカルフォルダー アカウントのセットアップ

パスワード  
●●●●●●●●

☒ パスワードを記憶する

手動設定

**受信サーバー**

プロトコル: POP3

ホスト名: mail.mcat.ne.jp

ポート番号: 110

接続の保護: なし

認証方式: 通常のパスワード認証

ユーザー名: test-mf

**送信サーバー**

ホスト名: mail.mcat.ne.jp

ポート番号: 587

接続の保護: なし

認証方式: 通常のパスワード認証

ユーザー名: test-mf

詳細設定

再テスト キャンセル **完了**

**【受信サーバー】**  
 プロトコル: POP3  
 ホスト名: mail.mcat.ne.jp または mail.m-cn.ne.jp  
 ポート番号: 110  
 接続の保護: なし  
 認証方式: 通常のパスワード認証  
 ユーザー名: インターネット登録証に記載されている アカウント名

**【送信サーバー】**  
 ホスト名: mail.mcat.ne.jp または mail.m-cn.ne.jp  
 ポート番号: 587  
 接続の保護: なし  
 認証方式: 通常のパスワード認証  
 ユーザー名: インターネット登録証に記載されている アカウント名

## 6、「接続する上での危険性を理解しました」にチェックを入れ、「確認」をクリック

**警告！**

**受信設定:**

mail.mcat.ne.jp への接続は暗号化されません。

安全でないメールサーバーは、あなたのパスワードやプライバシー情報を守るための暗号化された接続を行いません。このサーバーに接続することによって、あなたのパスワードやプライバシー情報が漏洩する可能性があります。

**送信設定:**

mail.mcat.ne.jp への接続は暗号化されません。

安全でないメールサーバーは、あなたのパスワードやプライバシー情報を守るための暗号化された接続を行いません。このサーバーに接続することによって、あなたのパスワードやプライバシー情報が漏洩する可能性があります。

提供された設定を使用して Thunderbird であなたのメールを受信することができます。ただし、これらの接続が不当でないか、サーバーの管理者またはメールプロバイダーに問い合わせてください。詳しい情報は [Thunderbird FAQ](#) をご覧ください。

☒ 接続する上での危険性を理解しました

設定を変更 **確認**

## 7、「完了」をクリック

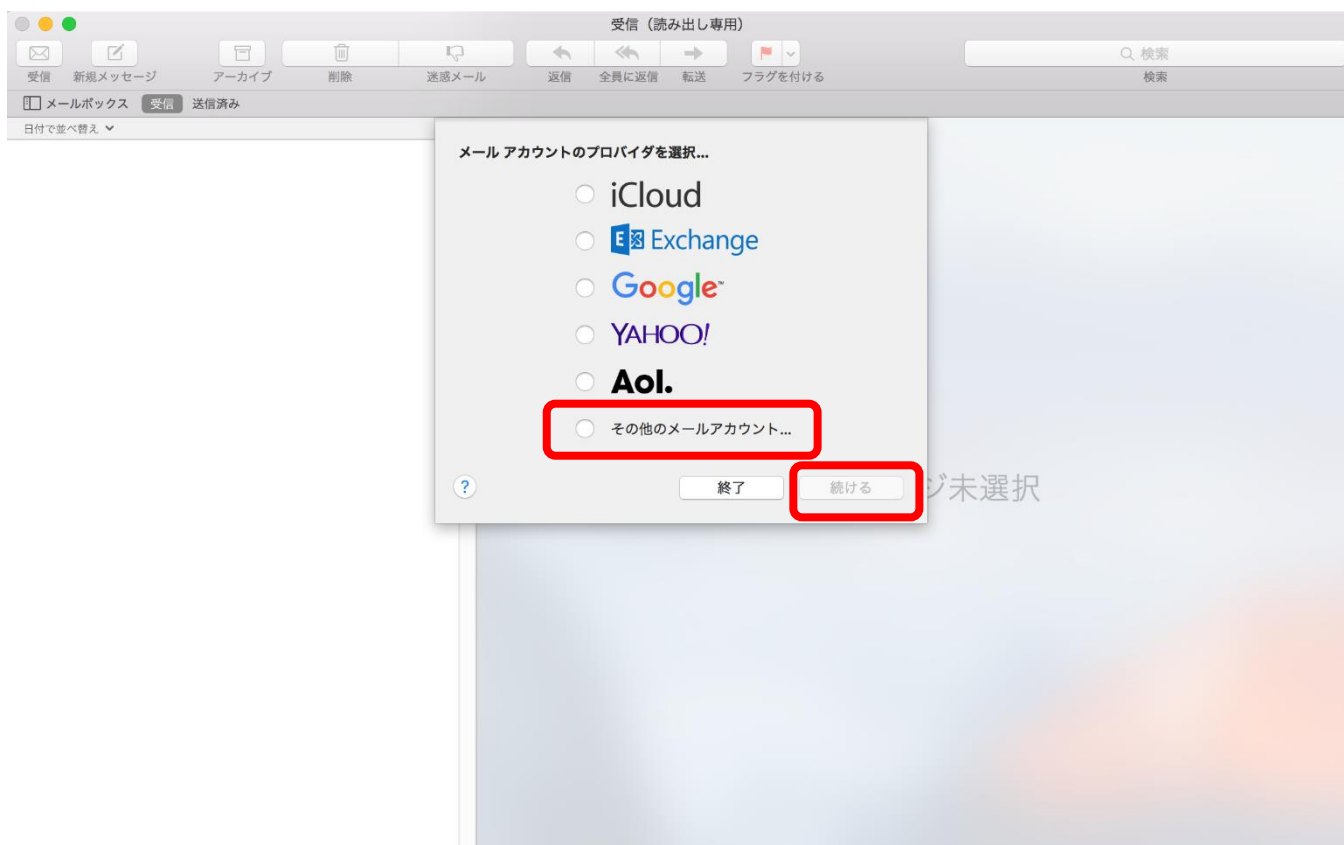


## MacOS X メール設定

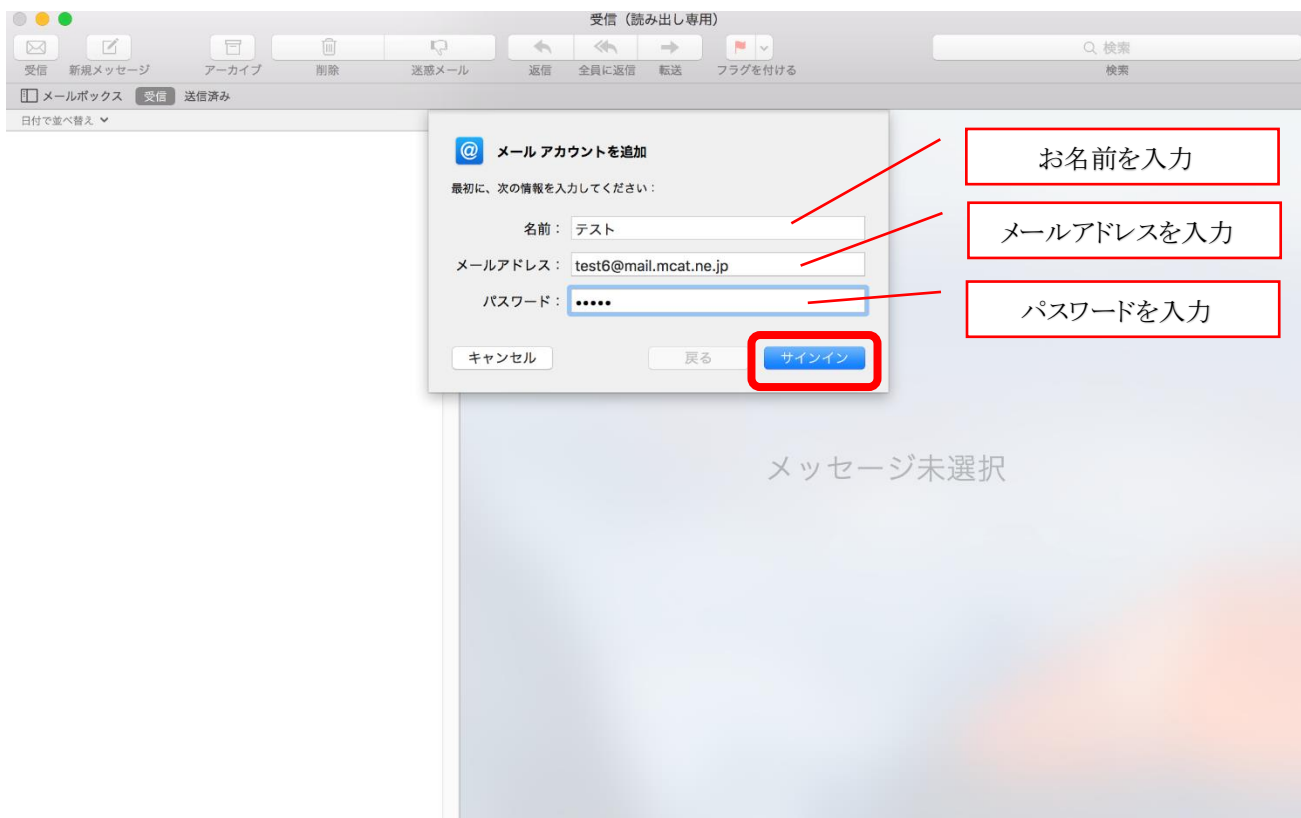
### 1、「メール」アプリを起動



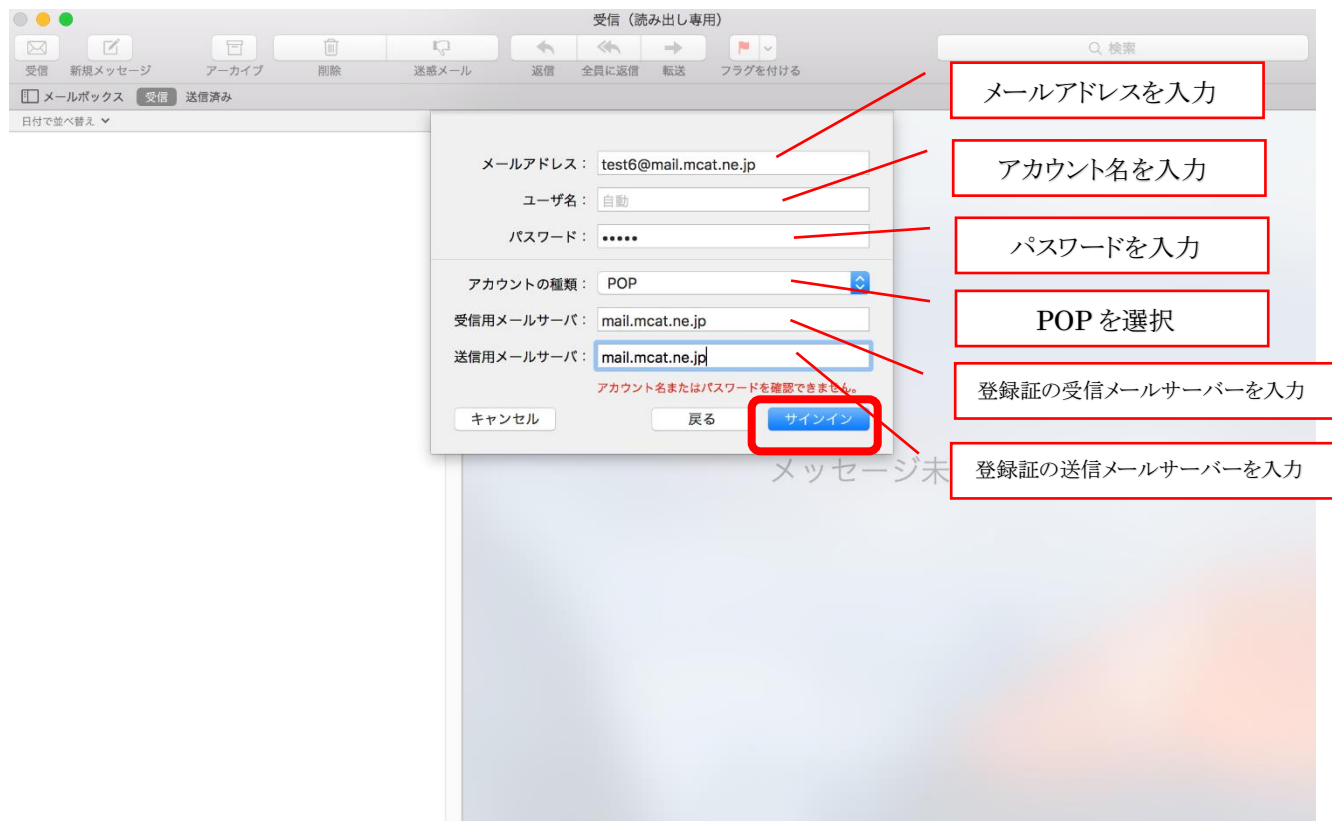
### 2、メニューバーの「ツール」-「アカウントの追加」をクリック



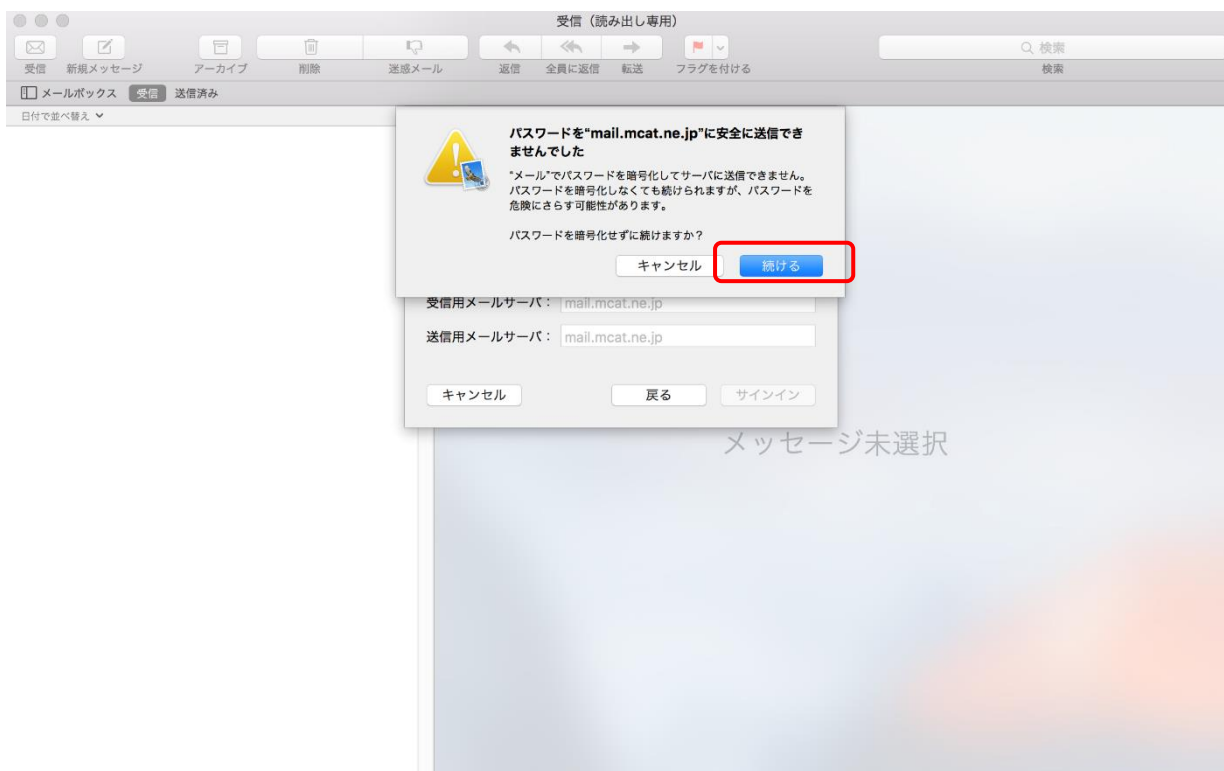
### 3、アカウント情報を入力して「サインイン」をクリック



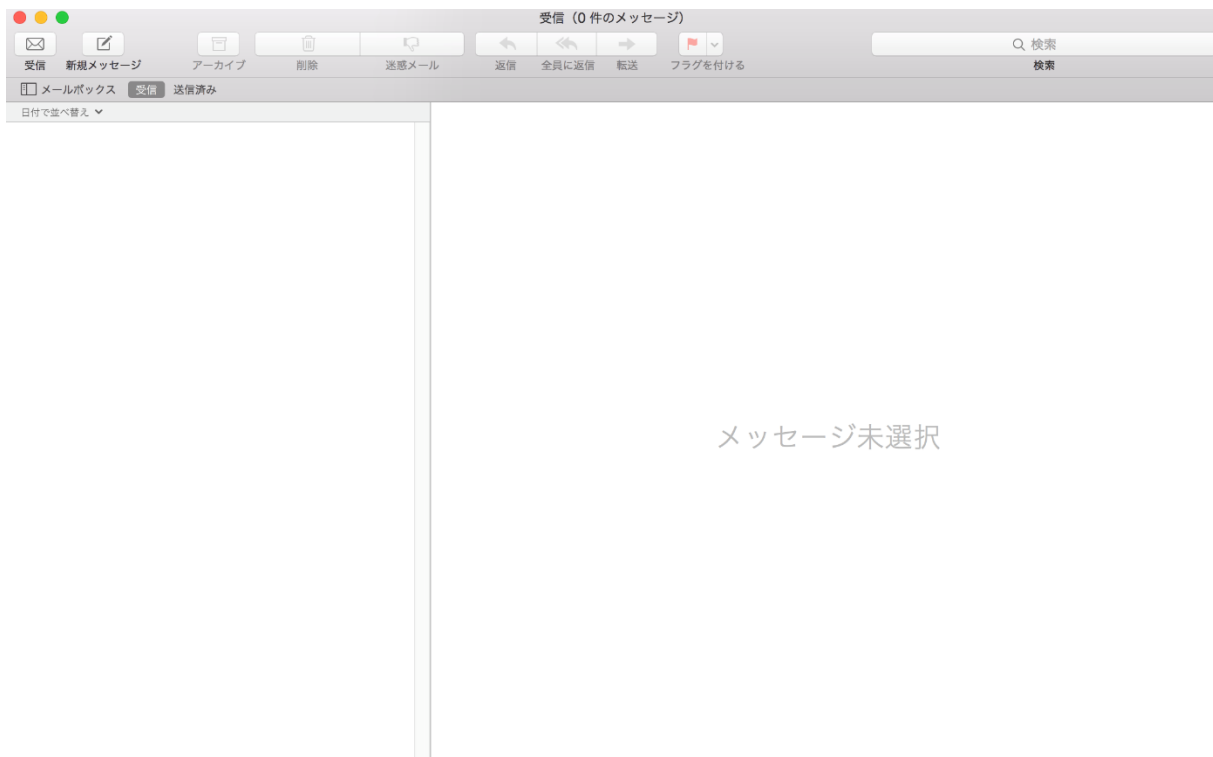
### 4、アカウント情報を入力して「サインイン」をクリック



## 5、「続ける」をクリック



## 6、完了

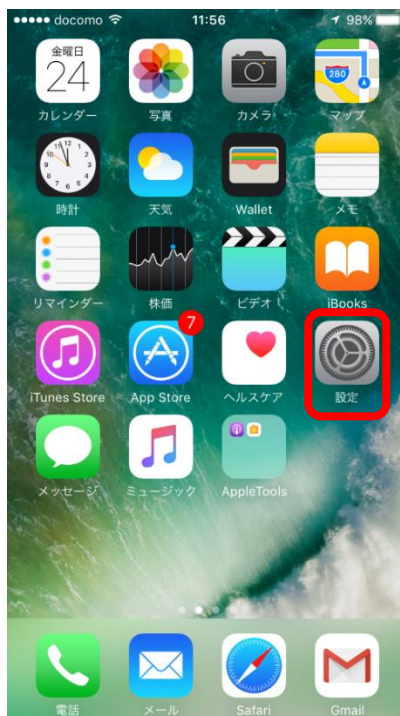




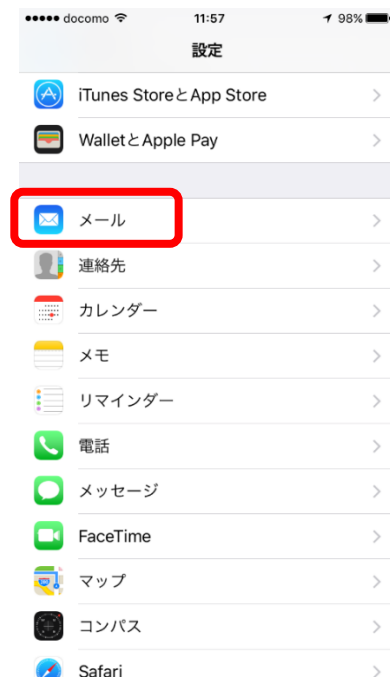
## iphone メール設定

※バージョン・機種によって画面が若干違う可能性があります。

### 1、「設定」をタップ



### 2、「メール」をタップ



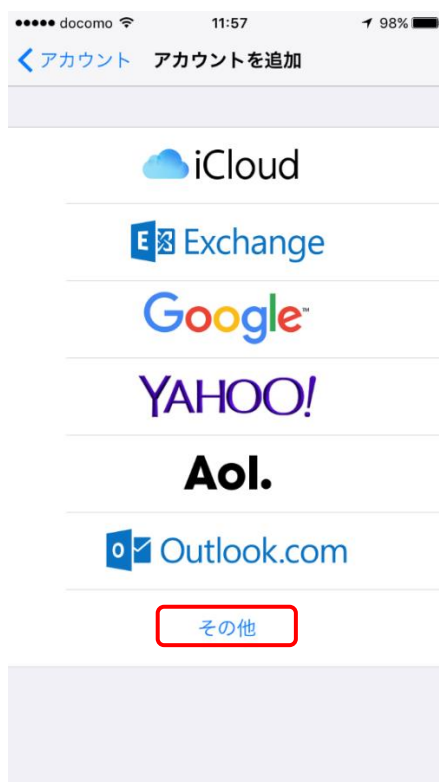
### 3、「アカウント」をタップ



### 4、「アカウントを追加」をタップ



## 5、「その他」をタップ



## 6、「メールアカウントを追加」をタップ



## 7、アカウント情報を入力し、「次へ」をタップ

The screenshot shows the '新規アカウント' (New Account) screen. At the top, there are three buttons: 'キャンセル' (Cancel), '新規アカウント' (New Account), and '次へ' (Next). The '次へ' button is highlighted with a red box. Below the buttons, there are four input fields: '名前' (Name) with the value '三原太郎', 'メール' (Email) with the value 'test@mail.mcat.ne.jp', 'パスワード' (Password) with masked dots, and '説明' (Description) with the value 'mail.mcat.ne.jp'. To the right of the screen, there are four red boxes with arrows pointing to the corresponding input fields: 'お名前を入力' (Enter your name), 'メールアドレスを入力' (Enter email address), 'パスワードを入力' (Enter password), and '分かりやすい名前を入力' (Enter an easy-to-understand name).

## 8、必ず「POP」を選択し、アカウント情報を入力後に「保存」をタップ

The screenshot shows the '新規アカウント' (New Account) screen. At the top, there are three buttons: 'キャンセル' (Cancel), '新規アカウント' (New Account), and '保存' (Save). The '保存' button is highlighted with a red box. Below the buttons, there are two radio buttons: 'IMAP' and 'POP'. The 'POP' radio button is selected and highlighted with a red box. Below the radio buttons, there are four input fields: '名前' (Name) with the value '三原太郎', 'メール' (Email) with the value 'test@mail.mcat.ne.jp', '説明' (Description) with the value 'mail.mcat.ne.jp', and '受信メールサーバ' (Incoming Mail Server). Below these fields, there are three more input fields: 'ホスト名' (Host Name) with the value 'mail.mcat.ne.jp', 'ユーザ名' (Username) with the value 'test', and 'パスワード' (Password) with masked dots. To the right of the screen, there are six red boxes with arrows pointing to the corresponding input fields: '登録証の受信メールサーバーを入力' (Enter the registration certificate's incoming mail server), 'アカウント名を入力' (Enter account name), 'パスワードを入力' (Enter password), '登録証の送信メールサーバーを入力' (Enter the registration certificate's outgoing mail server), 'アカウント名を入力' (Enter account name), and 'パスワードを入力' (Enter password).

## 9、「検証中」を数分間待ちます



The screenshot shows a mobile phone screen with the status bar at the top displaying 'docomo', signal strength, time '12:29', and battery '96%'. The app title is '検証中' (Verifying). Below the title are two tabs: 'IMAP' and 'POP', with 'POP' selected. The form contains the following fields:

項目	内容
名前	三原太郎
メール	test@mail.mcat.ne.jp
説明	mail.mcat.ne.jp
受信メールサーバ	
ホスト名	mail.mcat.ne.jp
ユーザ名	test
パスワード	●●●●●●
送信メールサーバ	
ホスト名	mail.mcat.ne.jp
ユーザ名	test

## 10、「はい」をタップ



The screenshot shows the same email setup screen as in step 9, but with a dialog box overlaid. The dialog box has the title 'SSLで接続できません' (Cannot connect with SSL) and the text 'アカウントをSSLなしで設定しますか?' (Do you want to set up the account without SSL?). There are two buttons: 'はい' (Yes) and 'いいえ' (No). The 'はい' button is highlighted with a red rectangle.

SSLで接続できません  
アカウントをSSLなしで設定しますか?

はい いいえ

## 1 1、「検証中」を数分間待ちます



The screenshot shows a mobile phone screen with the status bar at the top displaying 'docomo', signal strength, time '12:29', and battery level '96%'. The app title is '検証中' (Verification in Progress). Below the title are two tabs: 'IMAP' and 'POP', with 'POP' being the active tab. The form contains the following fields:

名前	三原太郎
メール	test@mail.mcat.ne.jp
説明	mail.mcat.ne.jp

Below these is a section for the '受信メールサーバ' (Incoming Mail Server) with the following fields:

ホスト名	mail.mcat.ne.jp
ユーザ名	test
パスワード	●●●●●●

Below that is a section for the '送信メールサーバ' (Outgoing Mail Server) with the following fields:

ホスト名	mail.mcat.ne.jp
ユーザ名	test

## 1 2、「はい」をタップ



The screenshot shows the same email setup screen as before, but with a dialog box overlaid. The dialog box has the title 'SSLで接続できません' (Cannot connect with SSL) and the text 'アカウントをSSLなしで設定しますか?' (Do you want to set up the account without SSL?). There are two buttons: 'はい' (Yes) and 'いいえ' (No). The 'はい' button is highlighted with a red rectangle.

The background form is dimmed and shows the same fields as in the previous screenshot.

### 1 3、アカウントが作成されていることを確認



### 1 4、「メール」アプリを起動



## 15、受信トレイができていることを確認

