サーバーにメッセージのコピーを置かない設定マニュアル

株式会社 MCAT 改定日:2025/4/22

目次

はじめに	2
メール設定方法	3
Outlook(classic)メール設定	3
Outlook2021、Outlook2019、Outlook2016 メール設定	7
Thunderbird メール設定	
iPhone メールアプリをご使用のお客様へ	
iPhone メール設定	

はじめに

お客様のお使いになっているパソコンやスマートフォンでは、ご使用のメールアプリにもよりますが、メールサーバーに メッセージのコピーを置くようにデフォルトで設定されているものが多いようです。

この設定のままで頻繁にメールの送受信をしたり、容量の大きなメール(例:画像を添付したメール)の送受信を したりすることで、MCATのメールサーバーに残ったメールが容量オーバーになり、メールが受信できなくなる場合が あります。

このマニュアルに沿って、メールアプリの設定変更をして頂ければ、メールがサーバーに溜まって受信ができなくなる 現象が発生することは少なくなると思います。

同じメールアドレスを複数端末でご利用されないお客様は、設定変更をよろしくお願いいたします。

メール設定方法

Outlook(classic)メール設定

1、Windows ボタンをクリックし、「Outlook(classic)」を起動



2、すべてのアプリの、「Outlook(classic)」をクリック



3、メニューバーの「ファイル」をクリック

e	<u>ه د</u>	
	ファイル <u>ホーム</u> 送受信 表示	
	🖓 新しいメール 🔹 前除 🗸	□ P-h/J 図 移動 、 分 返信 、 分 全員に返信 → 転送 図 移動:? → 上司に転送 図 F-LGCT ・
	() ブランドの構築 Outlook のメール署名	は、ブランドの認知度を高め、顧客とつながるのに役立ちます。 テンプルートの参照 詳細情報
2 ²	 ◇お気に入り 受信トイ 送信済みアイテム 判除済みアイテム ✓testmlsvcp01@mail.m… 受信トレイ 下書き 送信済みアイテム 削除済みアイテム 副除済みアイテム スート 送信トレイ 注意メール 検索フォルダー 	<u>すべて</u> 末族 EHI ~ ↑ ここに表示するアイテムは見つかりませんでした。

4、「情報」→「アカウント設定」→「アカウント設定(<u>A</u>)」の順にクリック

	受信トレイ - testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp - Outlook
e	アカウント情報
☆ 情報	testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp
開く/エクスポート	
名前を付けて 存 存 日 司	Provenset Prove
	(公丁 プロファイルの管理(Ω) └──、プロファイルを追加または削除するが、既存 のプロファイル設定を変更します。

5、お客様のメールアカウントが選択されている事を確認し、「変更」をクリック

アカウント設定	×
電子メール アカウント アカウントを追加または削除できます。また、 アカウントを	選択してその設定を変更できます。
メール データファイル RSS フィード SharePoint リスト	~ インターネット予定表 公開予定表 アドレス帳
☆ 新規(N) ※ 修復(R) 曾 変更(A)	既定に設定(D) 🗙 削除(M) 🔹 🗣
久前	種類
testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp	POP/SMTP (送信で使用する既定のアカウント)
選択したアカウントでは、新しいメッセージを次の場所に配信し	,ます:
フォルダーの変更(F) testmlsvcp01のmail mca	t ne in¥受信Nu/
データファイル: C:¥Users¥m-f	iujiki¥¥Outlook ファイル¥testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp.pst
	閉じる(C)

6、「サーバーにメッセージのコピーを残す」のチェックを外して、「次へ」をクリック

コピーを残したい場合は、「サーバーにメッセージのコピーを残す」、「サーバーから削除する」にチェックを入れ、 サーバーにメールを残す日数を入力します。メール容量が度々一杯になる方は、日数を少なめにご設定ください。

× ールを受信したら、 サーバーにメールデータを残さない設定	メールを受信しても、設定された日数、 サーバーにメールデータを残す設定
全般設定 自分の名前 testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp アカウント名 testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp 優: "職場" または "Microsoft アカウント" 返信先アドレス 組織	全般設定 自分の名前 testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp アカウント名 testmlsvcp01@mail.mcat.ne.jp 例: "職場" または "Microsoft アカウント" 返信先アドレス 組織 メールの設定 メールの設定 ダ サーバーにメッセージのコピーを残す ダ サーバーにメッセージのコピーを残す ダ サーバーから削除する 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
メールの設定をリセット	メールの設定をリセット

7、「完了」をクリックして設定を終了する



Outlook2021、Outlook2019、Outlook2016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、「Outlook2019」「Outlook2016」「Outlook2013」の いずれかを起動



2、メニューバーの「ファイル」をクリック



(\	受信トレイ - mcat-test@mail.mcat.ne.jp - Outlook	? – 🗆 X
情報	アカウント情報	
開く/エクスポート	mcat-test@mail.mcat.ne.jp POP/SMTP	
石町3010 CWFF 添付フィルの保存		
印刷	アカリントとソーシャル ネットワークの設定上 このアカウントの設定を変更、または追加の接続を設定します。 ジカウント 設定・ ソーシャル ネットワークに接続します。	
Office アカウント オプション	アカウント設定(A) アカウントを追加または削除するか、既存 の投機設定を変要します。	
オ ジ ョン 終了	り 日本語である。 り 日本語である。 り 日本語である。 り 日本語である。 していたいたいでは、メールボックスのサイズを管理しま いたいたいたいたいでは、メールボックスのサイズを管理しま したいたいたいたいでは、メールボックスのサイズを管理しま したいたいたいたいたいでは、メールボックスのサイズを管理しま したいたいたいたいたいたいでは、メールボックスのサイズを管理しま したいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたいたい	

3、「情報」→「アカウント設定」→「アカウント設定(<u>A</u>)」の順にクリック

4、お客様のメールアカウントが選択されている事を確認し、「変更」をクリック

		アカウント設定			
電子メール アカウン アカウントを追加ま	、 たは削除できます。また、アカウントを違	星択してその設定を変更で る	きます。		
ミテメール データファイ	リレ RSS フィード SharePoint リン	スト インターネット予定表	公開予定表 アド	シス帳	
新規(N) №	§復(<u>R</u>) 🚰 変更(<u>A</u>)) 📀 既	定に設定(旦) 🗙 削除(<u>[M</u>) 🕈 🖶		
々訪		(田)(石)			
	il meat no in	BOD/SMTD /	半信では田オス町生		
崔択したアカウントでは、	新しいメッセージを次の場所に配信し	इ ग :			
崔択したアカウントでは、 コ+11.5~の亦重(5)	新しいメッセージを次の場所に配信しま	ます: :			
崔択したアカウントでは、 フォルダーの変更(E)	新しいメッセージを次の場所に配信しま mcat-test@mail.mcat.ne.	ます: jp¥受信トレイ			
崔択したアカウントでは、 フォルダーの変更(E)	新しいメッセージを次の場所に配信しま mcat-test@mail.mcat.ne. データファイル: C:¥Users¥¥C	ます: jp¥受信トレイ Jutlook ファイル¥mcat-t	est@mail.mcat.r	ne.jp.pst	

5、右下にある「詳細設定」をクリック

1ーザー情報		アカウント設定のテスト
名前(<u>Y</u>):	Test	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
電子メール アドレス(<u>E</u>):	mcat-test@mail.mcat.ne.jp	049.
ナーバー情報		アカウント設定のテスト(T)
Pカウントの種類(<u>A</u>):	POP3 v	
受信メール サーバー(<u>I</u>):	mail.mcat.ne.jp	 ✓ Lバハ」でリッツレにちアパワント設定を目動的にナスト9る (S)
送信メール サーバー (SMTP)(<u>O</u>):	mail.mcat.ne.jp	
メール サーバーへのログオン情報		
アカウント名(U):	mcat-test	
(スワード(<u>P</u>):	*****	
✓ パスワ	ワードを保存する(<u>R</u>)	
	#コカカーパフロード認証 (SDA) に対応し	

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

++_1°				
9-A	-0/1-1-#5-	04800 EXP200.0		
受信	サーバー (POP3))(<u>I</u>): 110	標準設定(<u>D</u>)	
[<u>このサーバーは</u>	暗号化された接続	^튼 (SSL) が必要(<u>E</u>)	
送信	サーバー (SMTP	?)(<u>O</u>): 25		
	使用する暗号化技	度続の種類(<u>C</u>):	なし	~
+-16	– መልፈ አ ጆሳ ኮ(ፐ	1	5 1	
毎い	07712771(<u>-</u>	./ 三	\	
西2/言 -		A PROVIDE A COL	del m	
	+-1(-15 xw+7-3	このコピーを罢く(1)	ÿ	
	サーバーから削	除する(R) 14	ℤ.	
		テルコから削除さ	hたら サーバーから削除(M	1
			1103() // // // Miles(/

7、「アカウントの変更」の画面に戻ったら、「次へ」をクリック

ユーザー情報		アカウント設定のテスト
名前(<u>Y</u>): 電子メール アドレス(<u>E</u>):	Test mcat-test@mail.mcat.ne.jp	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。
サーバー情報 アカウントの種類(<u>A</u>): 受信メール サーバー(I):	POP3	アカウント設定のテスト(工) 「(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 (マ)
送信メール サーバー (SMTP)(<u>O</u>): メール サーバーへのログオン情報	mail.mcat.ne.jp	
アカウント名(<u>U</u>): パスワード(P):	mcat-test	
✓ パス: ✓ パス: □ メール サーバーがセキュリティで保	ワードを保存する(<u>R)</u> 護されたパスワード認証 (SPA) に対応し	

8、状況が全て「完了」になっていることを確認して「閉じる」をクリック

べてのテストが完了しました。[閉じる]をクリックして続	行してください。	中止(<u>S</u>)
7/ =		閉じる(<u>C</u>)
\$7.5 Jacobian (1997)	状況	
✔ 受信メール サーバー (POP3) へのログオン ✔ テスト電子メール メッセージの送信	完了 完了	

9、「完了」をクリックして設定を終了する

アカウント	◇の変更 ×
すべて完了しました	
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。	
	< 戻る(<u>B</u>) 完了

Thunderbird メール設定

```
1、メールアカウント名(受信トレイの上にあるフォルダー)をクリック
```



2、「アカウント設定」をクリック

	🖂 test-mf	- 🗆 X
A	🖾 受信 💙 🥒 作成 🖉 タグ 🗸	/ ili クイックフィルター
9 9	フォルダー … ♥ CS test-mf CS 受信トレイ 面 ごみ箱 ローカルフォルダー の 面 ごみ箱 受済箱 受済着 受済者	図 アカウント設定 ^
		図 メッセージを読む 🖉 メッセージを作成 Q、メッセージを検索 ili メッセージフィルターを管理 🖉 エンドツーエンド猿号化
		別のアカウントをセットアップ
		 メール カレンダー アドレス帳 デャット
		別のプログラムからインボート Thunderbird に他のメールプログラムからメールメッセージやフィード雑誌、設定、メッセージフィルターを、一般的なアドレス 様形式からアドレス帳をインボートすることができます。 ② データをインボート Mozilla Thunderbird について Thunderbird は、オープンソースでクロスプラットフォームを特徴とし、ビジネス Thunderbird はあなたのようなコーザーに支えられています!
		にも加入ていた料料でマクスカルクトルプルフラーフォレクトです。 れたちはそのヤオリライモマウリフン ららい表していきたいと考えていたがといまった。 す。皆さんからの書付によって、開発者の雇用、インフラストラクチャの購 入、取良の継続が可能となります。
ŝ		01 D 48 47
⊬	((0))	安証 信報 🗸 🗸 🗸 🗸 🗸

3、「サーバー設定」をクリック

	🗵 test-mf	 アカウント設定 × 	- 🗆 X
R			^
	∨ 🖂 test-mf	アカウント設定 - test-mf	
Ū	サーバー設定	マカヴントタ /NIv tort-mf	
٩	送信控えと特別なノォルター 編集とアドレス入力		
	迷惑メール	照完の美山人情報	
	ディスク領域 エンドツーエンド暗号化	このアカウントで使用する既定の差出人情報を設定してください。これはメッセージの	D差出人が誰であるかを表すために使用されます。
	開封確認	名前(Y): テスト	
	◇ □ □-カルフォルダー 米或メール	メールアドレス(<u>E</u>): test-mf@mail.mcat.ne.jp	
	ディスク領域	返信先 (Reply-to)(S): 受信者からの返信を受け取るアドレス	
	局送信 (SMTP) サ−パ−	組織 (Organization)(Q):	
		著名編集(<u>X</u>): HTML 形式 (*記述する (例: 太子 、d	있기ば)(L)
			<u>li</u>
		── ファイルから署名を挿入する (テキストまたは HTML、画像ファイル)(工):	
			参照(<u>C</u>)
	アカウント操作(<u>A</u>) ~	□ メッセージに vCard を添付する(<u>V</u>)	vCard を編集(<u>D</u>)
		──送信ヘッダーが一致する場合はこの差出人から返信する(D): list@example	e.com, *@example.com
	😳 Thunderbird の設定		
	静 アドオンとテーマ	太吉 (SMTP) ケーハー(U): test-mt - mail.mcat.ne.jp (残定)	✓ SMTP ユーバーを擁集(ビ)…
\$			差出人情報を管理(<u>M</u>)
I←	((0))		

4、「ダウンロード後もサーバーにメッセージを残す」に入っているチェックを外す

\boxtimes	🖂 test-mf	アカウント設定	×	- 0	×
æ					^
	∨ ⊠ <u>test-mf</u>	サーバー設定			
	サーバー設定 送信控えと特別なフォルダー	サーバーの種類: POP サーバー名(S): ma	メールサーパー Impetanein ポート/PV 110 ビ	▲ _{既定値} , 110	
Ŵ	編集とアドレス入力 迷惑メール	ノーザー名(<u>N</u>): tes	-mf		
	ディスク領域 エンドツーエンド暗号化 開封確認	セキュリティ設定			
	∨ 🛅 ローカルフォルダー	接続の保護(<u>U</u>):	st ~		
	迷惑メール ディスク領域	認証方式(]):	平文のパスワード認証(安全でない) >		
	🚭 送信 (SMTP) サーバー	サーバー設定			
		✓ 新着メッセージが	ないか起動時に確認する(<u>C</u>)		
		✓ 新着メッセージが	ないか(Y) 10 ◆ 分ごとに確認する		
		✓ 新着メッセージを	✓ 新着メッセージを自動的にダウンロードする(M)		
		🗌 ヘッダーのみ取得	□ ヘッダーのみ取得する(E)		
		🦳 ダウンロード後も!	ダウンロード後もサーバーにメッセージを残す(G)		
		✓ ダウンロードし	☑ ダウンロードしてから(2) 14 🔷 日以上経過したメッセージは削除する		
	アカウント操作(A)	✓ ダウンロードし	たメッセージを削除したらサーバーからも削除する(<u>D</u>)		
		メッセージの保存			
	l Thunderbird の設定	終了時にごみ箱	空にする(凶)	詳細(⊻)	
5 77.	静 アドオンとテーマ	メッセージの格納形式	①: フォルダー単位 (mbox 形式) ∨		
₩ ←	((0))	メッカージの保友先・	C-¥I Icorc¥m-fuiiki¥AnnData¥Roamino¥Thundarhird¥Drofilec¥hro?c1c0 dafault-rc	券昭/₽)	~

5、×をクリックし、「アカウント設定」のタブを閉じて設定を終了する



iPhone メールアプリをご使用のお客様へ

パソコンのメールアプリ(Windows10 メールアプリ、Outlook など)と、iPhone メールアプリでメールアドレスを 共有している場合、**以下の設定をすることでパソコンに保存していたメールが削除されてしまう**可能性があります。 そのため、**パソコンと iPhone でメールアドレスを共有しているお客様は、以下の設定をする必要はありません。** iPhone メールアプリのみをご使用のお客様に限り、設定をしていただきますようお願いいたします。

iPhone メール設定

※バージョン・機種によって画面が若干異なる可能性があります。

1、「設定」をタップ

2、画面を少し下げたところにある「メール」をタップ

	設定	
	パスワード	>
	メール	>
	連絡先	>
	カレンダー	>
	メモ	>
	リマインダー	>
•	ボイスメモ	>
	電話	>
	メッセージ	>
	FaceTime	>
0	Safari	>
	天気	>
	翻訳	>

3、「アカウント」をタップ

4、「mail.mcat.ne.jp」をタップ

✓ メール アカウ	ント
アカウント	
iCloud iCloud Drive、iCloudメール	> とその他9項目
ドコモメール メール、メモ	>
メッセージR/S メール	>
mail.mcat.ne.jp メール	>
アカウントを追加	>
アカウントを追加	>
アカウントを追加 データの取得方法	> プッシュ >
アカウントを追加 データの取得方法	> プッシュ >
アカウントを追加 データの取得方法	> プッシュ >
アカウントを追加 データの取得方法	> プッシュ >

5、下の方にある「詳細」をタップ

キャンセル	mail.mcat.ne.jp 完了	
POPアカウント	情報	
名前	テスト	
メール	testmlsvcp01@mail.mcat.n >	
説明	mail.mcat.ne.jp	
受信メールサール	71	
ホスト名	mail.mcat.ne.jp	
ユーザ名	testmlsvcp01	
パスワード		
送信メールサーバ		
SMTP	mail.mcat.ne.jp >	
詳細	>	

6、「サーバから削除」をタップ

✓ mail.mcat.ne.jp 詳細	
削除したメッセージの移動先:	
削除済メールボックス	~
アーカイブメールボックス	
削除したメッセージ	
削除	1週間後 >
受信設定	
SSL を使用	
認証	パスワード >
サーバから削除	しない >
サーバポート 110	
S/MIME	
署名	いいえ >

7、「"受信"トレイからの削除時」をタップしてチェックを入れ、「詳細」に戻る

く詳細	サーバから削除	
しない		
7日		
"受信"トレ	イからの削除時	~

8、「サーバから削除」の項目が「"受信"トレイからの削除時」になっているのを確認し、「mail.mcat.ne.jp」に戻る

く mail.mcat.ne.jp 詳	細		
アーカイブメールボッ	クス		
削除したメッセージ			
削除	1週間後 >		
受信設定			
SSL を使用			
認証	パスワード >		
サーバから削除"受信	ーー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		
サーバポート 110			
S/MIME			
署名	いいえ >		
デフォルトで暗号化	いいえ >		

9、「mail.mcat.ne.jp」に戻ったら、「完了」をタップして設定を終了する

キャンセル	mail.mcat.ne.jp 完	7
POPアカウント	情報	
名前	テスト	
メール	testmlsvcp01@mail.mcat.n	>
説明	mail.mcat.ne.jp	
受信メールサール	7	
ホスト名	mail.mcat.ne.jp	
ユーザ名	testmlsvcp01	
パスワード		
送信メールサール	٣	
SMTP	mail.mcat.ne.jp	>
詳細		>