

**理工メールホスティングサービス
ユーザーマニュアル
(メールクライアントでの利用方法)**

Ver0.1

早稲田大学 理工学術院

■更新履歴

版数	改訂履歴	改定内容
0.1	2022/4/7	新規発行

目次

はじめに	4
1. Gmail (Web)での利用方法.....	5
2. Gmail (iOS アプリ)での利用方法	9
3. Gmail(Android アプリ)での利用方法	14
4. Outlook での利用方法	19
5. Windows メールでの利用方法.....	23
6. Mac OS X メールでの利用方法	27
7. iOS メールでの利用方法	31
8. Thunderbird での利用方法	36
9. お問い合わせ先	42

はじめに

本書は、Gmail や Windows メールなどのメールクライアントを用いて理工メールホスティングサービスを利用する際のユーザーマニュアルです。Webmail を用いて理工メールホスティングサービスを利用する場合は、別紙「理工メールホスティングサービス ユーザーマニュアル(Webmail)」を参照してください。



1. Gmail (Web)での利用方法

Gmail(Web)でメールを送受信する方法を説明いたします。

1-1 Gmail にアクセスして、ログインしてください。

<https://www.google.com/intl/ja/gmail/about/>

※Gmail アカウントがない場合は、新規にアカウントを作成する必要があります。

1-2 Gmail の画面右上の「

The image consists of two screenshots from the Gmail web interface. The top screenshot shows the Gmail header with a red arrow pointing to the gear icon (Settings) and a red box around it. Below the header, the text '1-1 / 1行' and navigation arrows are visible. The bottom screenshot shows the 'クイック設定' (Quick Settings) panel. A red box highlights the 'すべての設定を表示' (Show all settings) button, with a red arrow pointing to it. Below this button, the '解像度' (Resolution) settings are visible, with 'デフォルト' (Default) selected.

1-3 「アカウントとインポート」をクリックしてください。



1-4 「他のメールアドレスを追加」をクリックしてください。



1-5 名前とメールアドレスを入力してください。

※「エイリアスとして扱います」のチェックは外してください。


自分のメールアドレスを追加

別のメールアドレスの情報を入力してください。
(設定した名前とメールアドレスが送信するメールに表示されます)

名前:

メールアドレス:

エイリアスとして扱います。 [詳細](#)
[別の返信先アドレスを指定](#) (オプション)



1-6 SMTP サーバーの情報を入力します。

入力後、「アカウントを追加」をクリックしてください。

自分のメールアドレスを追加

SMTP サーバー経由でメールを送信します


mse.waseda.ac.jp の SMTP サーバー経由でメールが送信されるように設定します。 [詳細](#)

SMTP サーバー: ポート:

ユーザー名:

パスワード:

[TLS](#) を使用したセキュリティで保護された接続 (推奨)
 [SSL](#) を使用したセキュリティで保護された接続



項目	入力内容
SMTP サーバー	smtp.m.mse.waseda.ac.jp
ポート	587
ユーザー名	任意のユーザー名
パスワード	Webmail で利用しているパスワード

1-7 確認メールのリンクをクリックするか、確認コードを入力してください。

入力が完了すると、利用可能となります。

自分のメールアドレスを追加

確認手順に従ってメールアドレスを追加します

ご使用の他のサーバーを検出し、認証情報を確認しました。作業はもう少しで完了します。

確認コードを記載したメールを **ykamikura@outlook.jp** に送信しました。[[メールを再送信](#)]
メールアドレスを追加するには、次のいずれかの操作を行います。

■

確認メールのリンクをクリックします または 確認コードを入力し、確認してください

[ウィンドウを閉じる](#)

2. Gmail (iOS アプリ)での利用方法

Gmail(iOS アプリ)でメールを送受信する方法を説明いたします。

2-1 App Store から、Gmail のアプリをダウンロードしてください。

<https://apps.apple.com/jp/app/gmail-google-%E3%81%AE%E3%83%A1%E3%83%BC%E3%83%AB/id422689480>

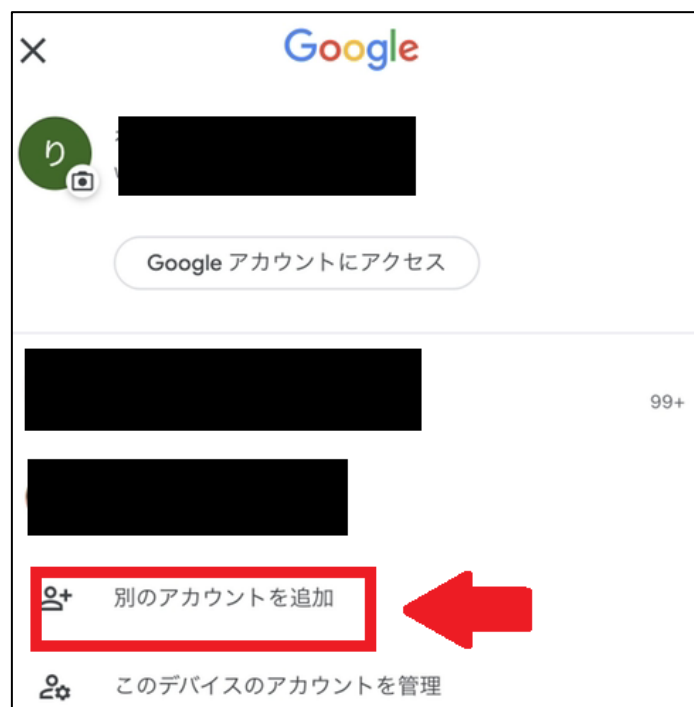
2-2 アプリを起動し、ログインしてください。

※Gmail アカウントがない場合は、新規にアカウントを作成する必要があります。

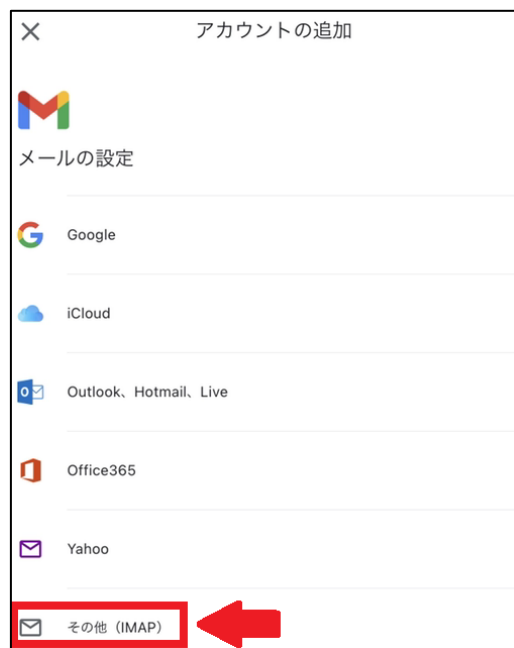
2-3 画面右上のアカウントの部分をクリックしてください。



2-4 「別のアカウントを追加」をクリックしてください。



2-5 「その他 (IMAP)」をクリックしてください。



2-6 メールアドレスを入力し、「次へ」をクリックしてください。



2-6 受信サーバーの設定を入力します。以下の情報を入力し「次へ」をクリックしてください。

アカウントの追加

次へ

受信サーバーの設定

ユーザー名
sample@mse.waseda.ac.jp

パスワード

IMAP サーバー
mail.m.mse.waseda.ac.jp

ポート
993

セキュリティの種類
SSL/TLS


項目	入力内容
ユーザー名	Webmail のメールアドレス
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
IMAP サーバー	mail.m.mse.waseda.ac.jp
ポート	993
セキュリティの種類	SSL/TLS

2-7 送信サーバーの設定を入力します。以下の情報を入力し「次へ」をクリックしてください。


項目	入力内容
ユーザー名	Webmail のメールアドレス
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
SMTP サーバー	smtp.m.mse.waseda.ac.jp
ポート	587
セキュリティの種類	STARTTLS

2-8 送信時に利用する名前を設定してください。設定完了後、利用可能となります。

アカウントの追加



次へ



アカウント設定が完了しました。

名前

sample

送信メールに表示されず

3. Gmail(Android アプリ)での利用方法

Gmail(Android アプリ)でメールを送受信する方法を説明いたします。

3-1 Google Play から、Gmail のアプリをダウンロードしてください。

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.gm&hl=ja&gl=US>

3-2 アプリを起動し、ログインしてください。

※Gmail アカウントがない場合は、新規にアカウントを作成する必要があります。

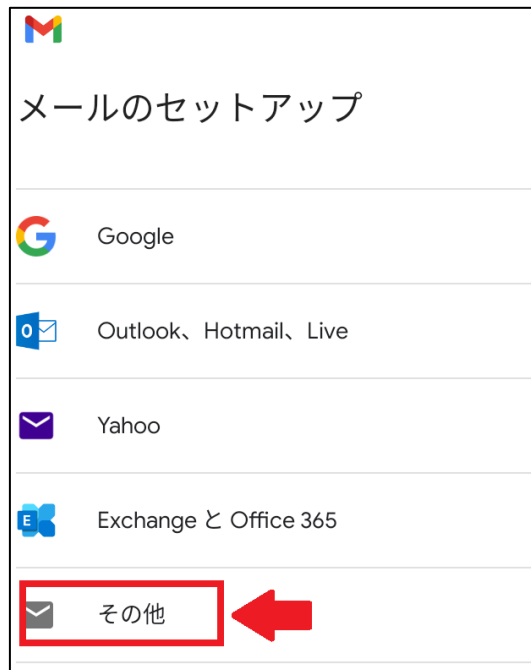
3-3 画面右上のアカウントの部分をクリックしてください。



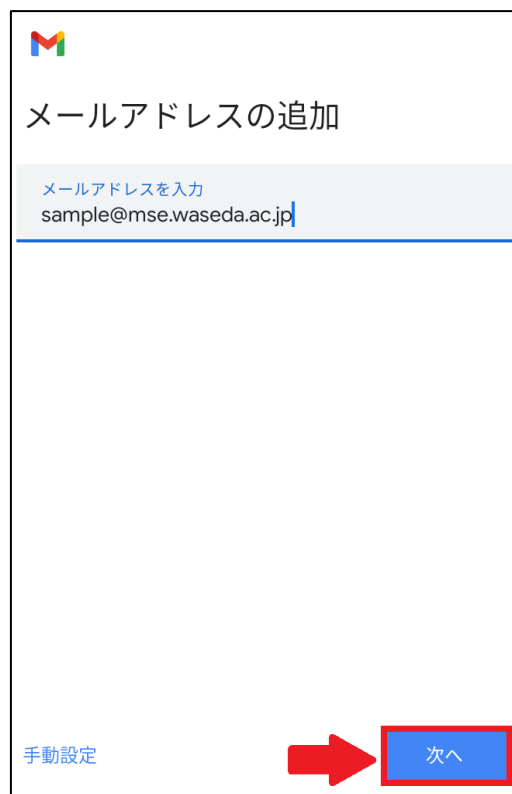
3-4 「別のアカウントを追加」をクリックしてください。



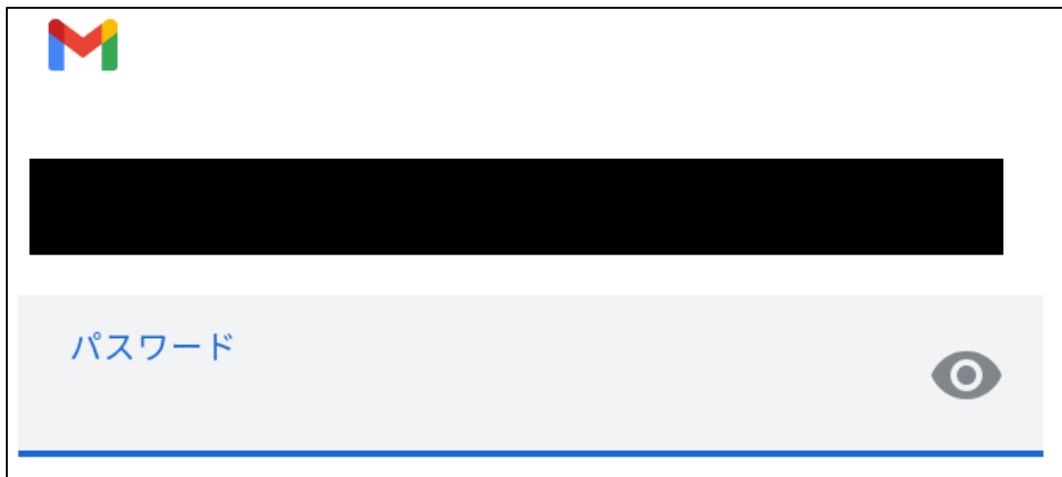
3-5 「その他」をクリックしてください。



3-6 Webmail のメールアドレスを入力し「次へ」をクリックしてください。



3-7 Webmail のパスワードを入力してください。



3-8 POP3 もしくは IMAP を選択してください。



3-9 受信サーバーの設定を行います。以下の情報を入力し「次へ」をクリックしてください。

The screenshot shows a web interface for setting an incoming mail server. At the top left is a colorful 'M' logo. The title is '受信サーバーの設定'. Below are three input fields:

- ユーザー名** (Username): sample@mse.waseda.ac.jp
- パスワード** (Password): masked with dots, with an eye icon and a close 'X' icon.
- サーバー** (Server): mail.m.mse.waseda.ac.jp

項目	入力内容
ユーザー名	任意のユーザー名
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
サーバー	mail.m.mse.waseda.ac.jp

※3-8 で POP3・IMAP のどちらを選択しても同じ画面に遷移します。

3-10 送信サーバーの設定を行います。以下の情報を入力し「次へ」をクリックしてください。

送信サーバーの設定

ログインが必要

ユーザー名
sample@mse.waseda.ac.jp

パスワード
..... ×

SMTP サーバー
smtp.m.mse.waseda.ac.jp

項目	入力内容
ユーザー名	任意のユーザー名
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
SMTP サーバー	smtp.m.mse.waseda.ac.jp

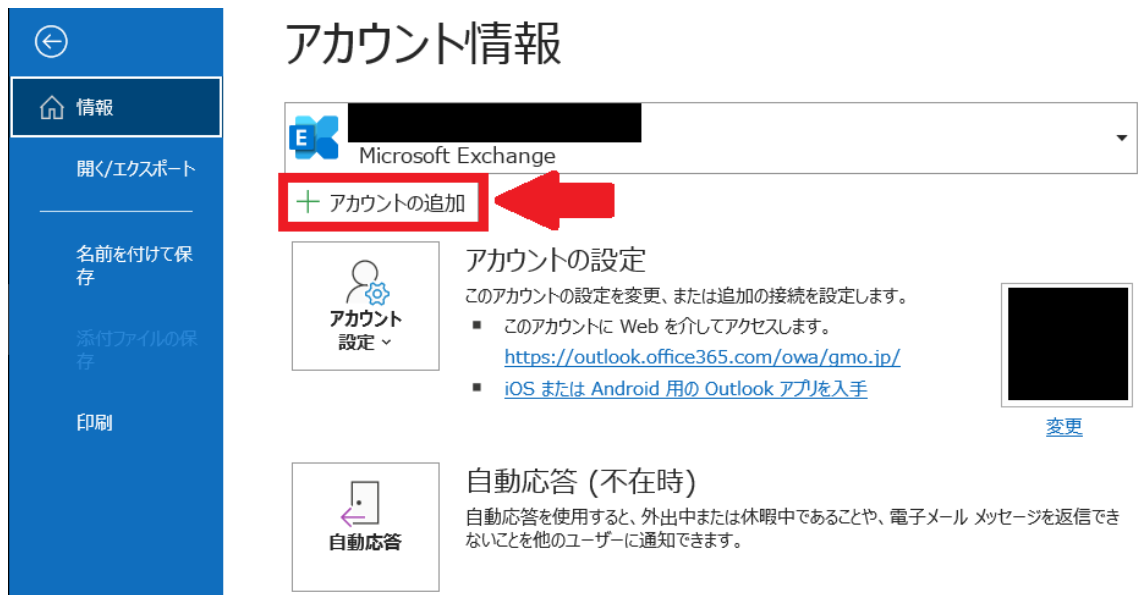
3-11 アカウントのオプションを設定後、名前を設定すれば利用可能となります。

4. Outlook での利用方法

Outlook でメールを送受信する方法を説明いたします。

※Outlook2019 を用いて説明いたします。

4-1 上部の「ファイル」をクリックし、「アカウントの追加」をクリックしてください。



4-2 メールアドレスを入力してください。

詳細オプションをクリックし、チェックマークにチェックを入れてください。

その後、「POP」もしくは「IMAP」を選択してください。

4-3 (4-2 で POP を選択した場合)必要情報を入力します。「このサーバーでは暗号化された接続(SSL/TLS)が必要」のチェックボックスをクリックしてください。入力完了後、「次へ」をクリックし、その後、パスワードを入力してください。

POP アカウントの設定 (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) でのログオンが必要

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) でのログオンが必要

メッセージ配信
 既存のデータ ファイルを使用

項目	入力内容
受信メール サーバー	mail.m.mse.waseda.ac.jp
受信メール ポート	995
送信メール サーバー	smtp.m.mse.waseda.ac.jp
暗号化方法	STARTTLS
送信メール ポート	587

入力後、利用可能となります。

4-4 (4-2 で IMAP を選択した場合)必要情報を入力し、「次へ」をクリックしてください。

い。その後、パスワードを入力してください。

IMAP アカウントの設定 (別のユーザー)

受信メール
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

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

前に戻る 


項目	入力内容
受信メール サーバー	mail.m.mse.waseda.ac.jp
暗号化方法	SSL/TLS
受信メール ポート	993
送信メール サーバー	smtp.m.mse.waseda.ac.jp
暗号化方法	STARTTLS
送信メール ポート	587

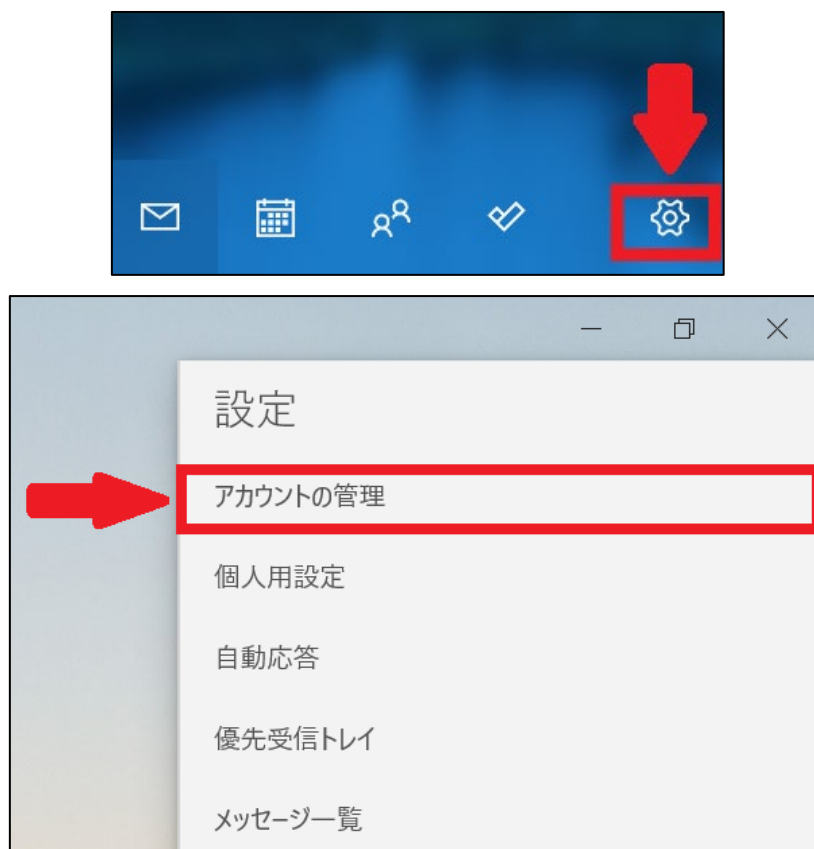
入力後、利用可能となります。

5. Windows メールでの利用方法

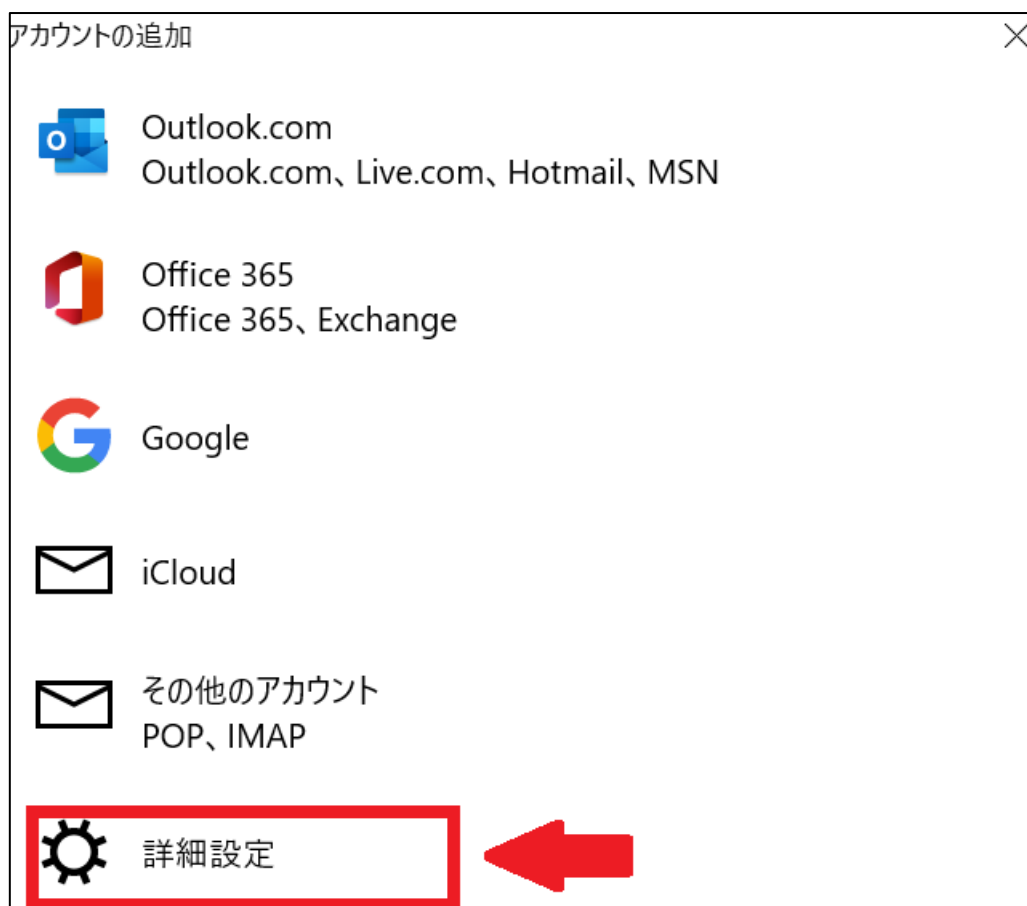
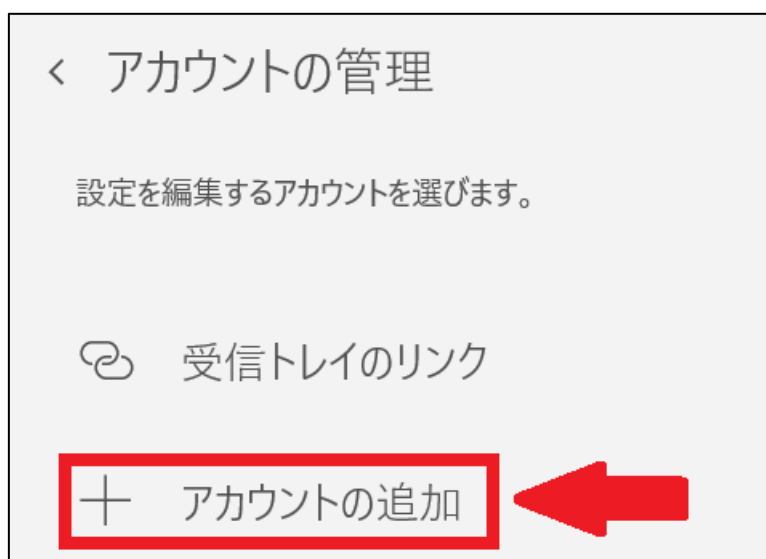
Windows メールでメールを送受信する方法を説明いたします。

※バージョン 16005.13426.20316.0 を用いて説明いたします。

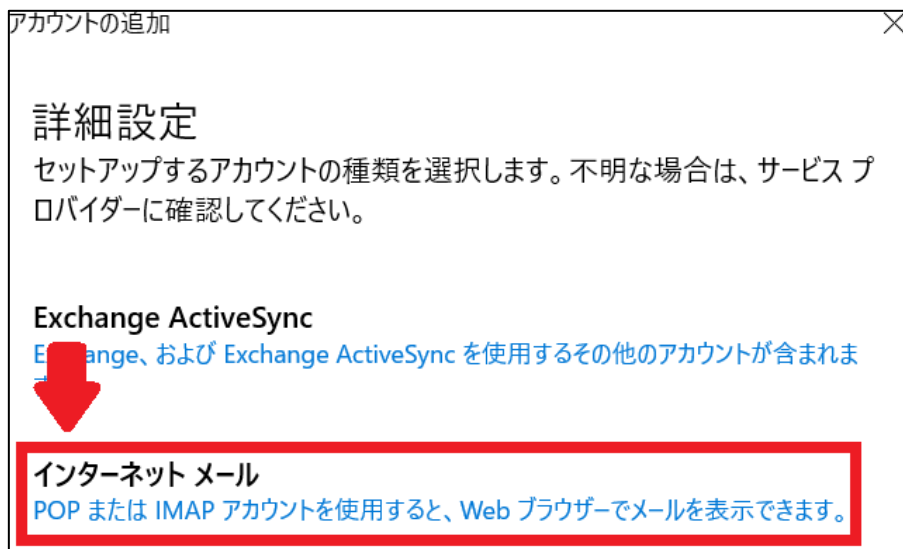
5-1 メーラー下部の「」をクリックし、続いて「アカウントの管理」をクリックしてください。



5-2 「アカウントの追加」をクリックし、「詳細設定」をクリックしてください。



5-3 「インターネット メール」をクリックしてください。



5-4 必要情報を入力し、サインインすれば利用可能となります。

アカウントの追加

インターネット メール アカウント

メール アドレス
sample@mse.waseda.ac.jp

ユーザー名
Sample

例: kevinc, kevinc@contoso.com, domain#kevinc

パスワード
●●●●●●●●

アカウント名
sample@mse.waseda.ac.jp

この名前を使用してメッセージを送信

sample

受信メール サーバー

mail.m.mse.waseda.ac.jp

アカウントの種類

POP3

メールの送信 (SMTP) サーバー


smtp.m.mse.waseda.ac.jp

送信サーバーには、認証が必要です

送信メールに同じユーザー名とパスワードを使用する

受信メールには SSL が必要

送信メールには SSL が必要



項目	入力内容
メールアドレス	Webmail のメールアドレス
ユーザー名	任意
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
アカウント名	Webmail のメールアドレス
この名前を使用してメッセージを送信	任意
受信メールサーバー	mail.m.mse.waseda.ac.jp
アカウントの種類	POP3 or IMAP4 ※どちらも選択可能です。
メールの送信(SMTP)サーバー	smtp.m.mse.waseda.ac.jp

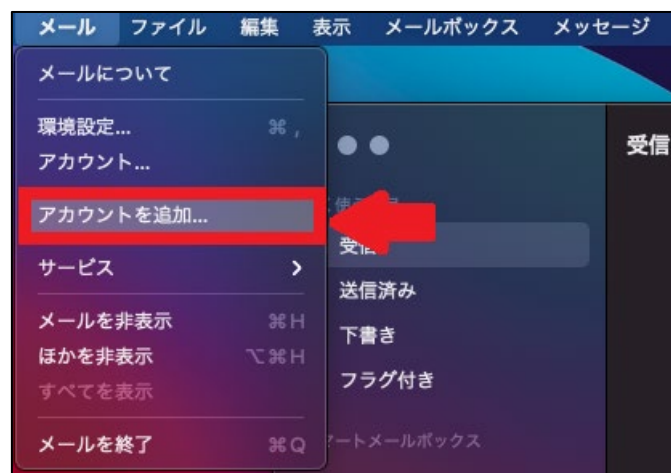
6. Mac OS X メールでの利用方法

Mac OS X メールでメールを送受信する方法を説明いたします。

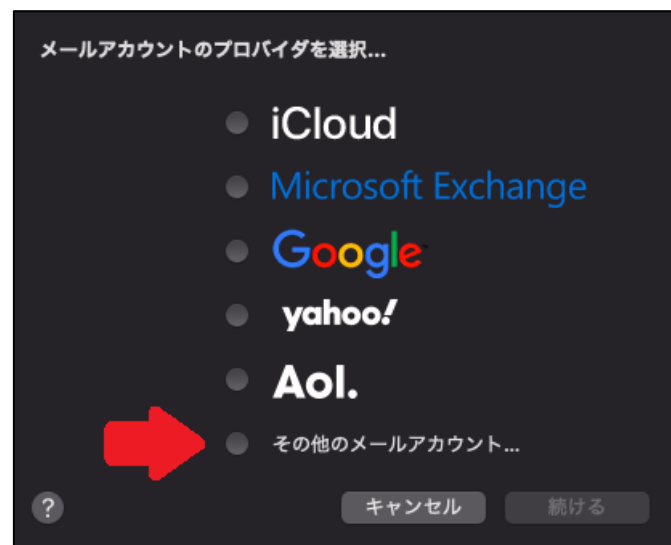
※Ver 14.0 で説明します。

6-1 メールを起動し、左上「メール」をクリック、「アカウントを追加」をクリックして

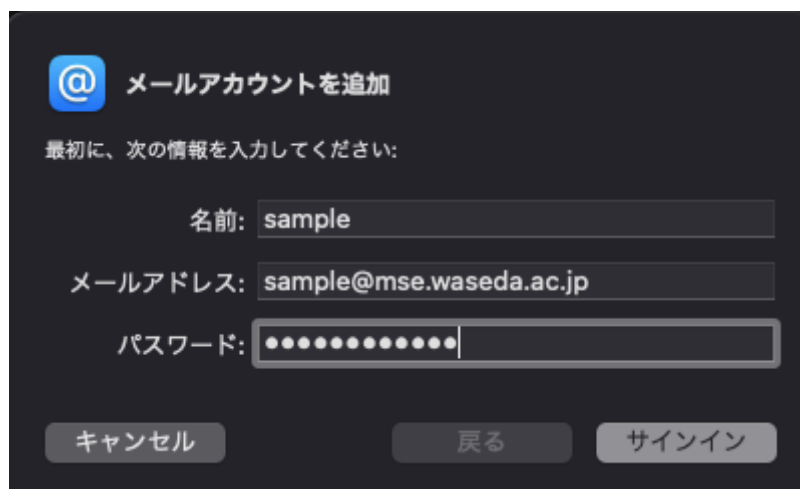
ください。



6-2 「その他のメールアカウント」をクリックしてください。



6-3 名前とメールアドレス、パスワードを入力してください。



@ メールアカウントを追加

最初に、次の情報を入力してください:

名前: sample

メールアドレス: sample@mse.waseda.ac.jp

パスワード: ●●●●●●●●●●●●

キャンセル 戻る サインイン

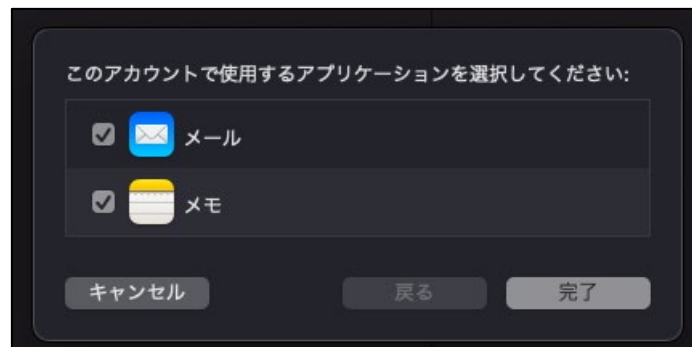
項目	入力内容
メールアドレス	Webmail で利用しているメールアドレス
パスワード	Webmail で利用しているパスワード

6-4 メールサーバーの情報を入力し、サインインをクリックしてください。

メールアドレス: sample@mse.waseda.ac.jp
ユーザ名: sample
パスワード: ●●●●●●●●●●
アカウントの種類: IMAP
受信用メールサーバ: mail.m.mse.waseda.ac.jp
送信用メールサーバ: smtp.m.mse.waseda.ac.jp
アカウント名またはパスワードを確認できません。
キャンセル [サインイン]

項目	入力内容
メールアドレス	Webmail で利用しているメールアドレス
ユーザー名	任意のユーザー名
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
アカウントの種類	IMAP or POP ※どちらも選択可能です。
受信用メールサーバー	mail.m.mse.waseda.ac.jp
送信用メールサーバー	smtp.m.mse.waseda.ac.jp

6-5 「メール」のチェックマークにチェックを入れて、完了をクリックすると、利用可能となります。



7. iOS メールでの利用方法

iOS メールでメールを送受信する方法を説明いたします。

7-1 「設定」をタップし、「メール」をタップしてください。

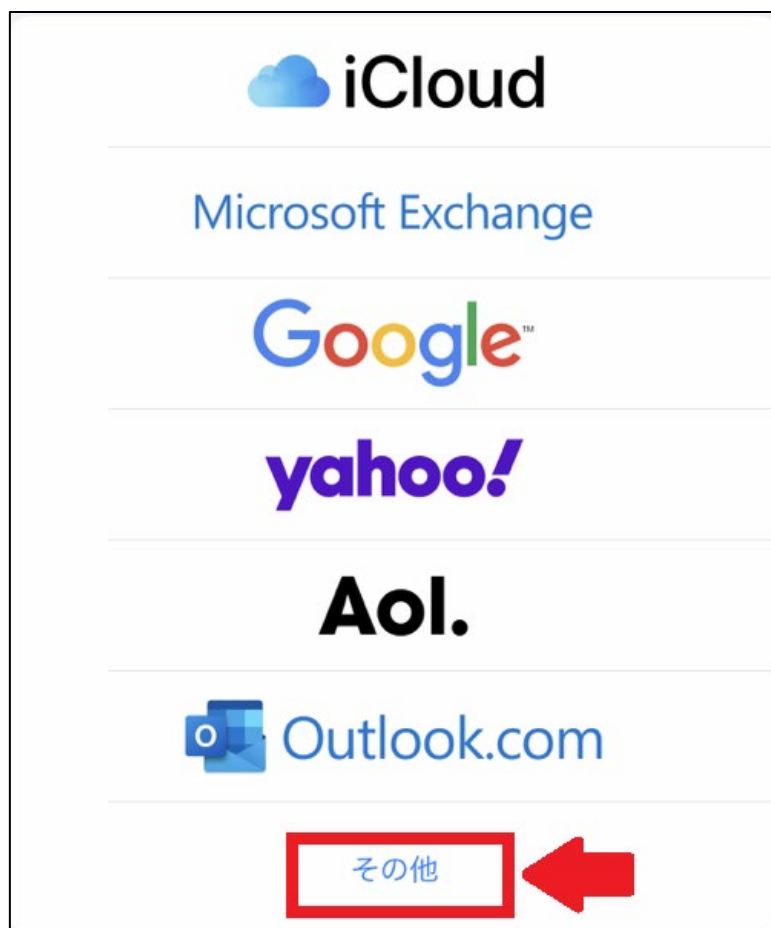
「メール」内の「アカウント」をタップしてください。



7-2 「アカウントを追加」をタップしてください。



7-3 「その他」をタップし、「メールアカウントを追加」をタップしてください。



7-4 必要情報を入力し、「次へ」をタップしてください。

新規アカウント	
名前	Sample
メール	sample@mse.waseda.ac.jp
パスワード	
説明	mse.waseda.ac.jp

項目	入力内容
名前	あなたの名前
メール	Webmail のメールアドレス
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
説明	任意

7-5 必要情報を入力し、「次へ」をタップすると、利用可能となります。

IMAP、POP のいずれも選択可能です(一番上の「IMAP」「POP」の部分をつまみ
切替を行うことができます)。

キャンセル		新規アカウント		 次へ	
IMAP		POP			
名前	Sample				
メール	sample@mse.waseda.ac.jp				
説明	mse.waseda.ac.jp				
受信メールサーバ					
ホスト名	mail.m.mse.waseda.ac.jp				
ユーザ名	sample@mse.waseda.ac.jp				
パスワード					
送信メールサーバ					
ホスト名	smtp.m.mse.waseda.ac.jp				
ユーザ名	sample@mse.waseda.ac.jp				
パスワード					

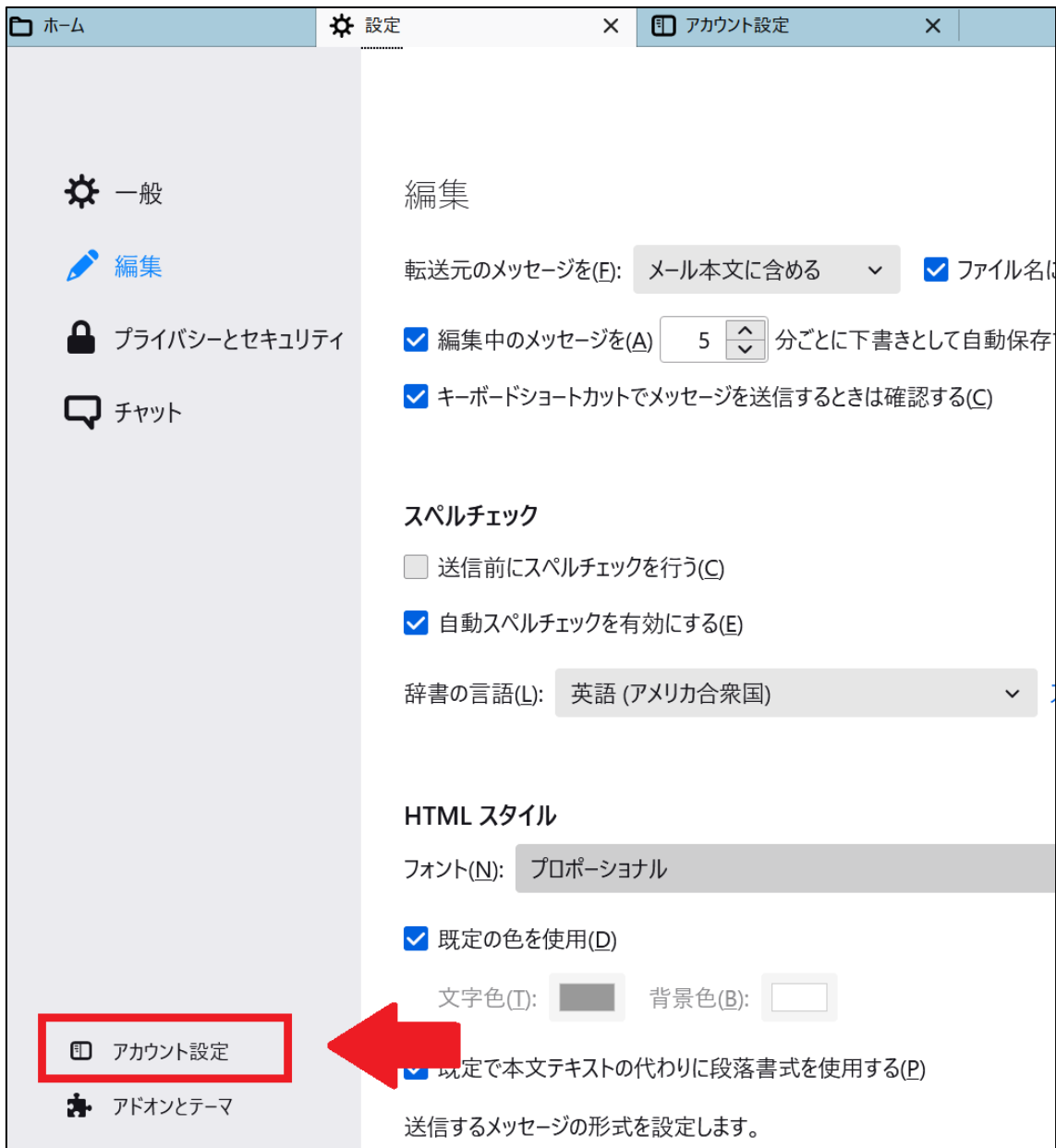
項目	入力内容
名前	あなたの名前
メール	Webmail のメールアドレス
説明	任意
受信メールサーバ ホスト名	mail.m.mse.waseda.ac.jp
ユーザ名	Webmail のメールアドレス
パスワード	Webmail で利用しているパスワード
送信メールサーバ ホスト名	smtp.m.mse.waseda.ac.jp

8. Thunderbird での利用方法

Thunderbird でメールを送受信する方法を説明いたします。

※Windows 10 版の Thunderbird で説明します。

8-1 「設定」の下部の「アカウント設定」をクリックしてください。



8-2 左下の「アカウント操作(A)」をクリックし、「メールアカウントを追加(A)」をクリックしてください。

アカウント設定

これは特殊なアカウントであり、特定の差出人情報はありません。

アカウント名(N): ローカルフォルダー

メッセージの保存

終了時にごみ箱を空にする(X)

メッセージの格納形式(I): フォルダー単位 (mbox 形式) ↓

メッセージの保存先:

メールアカウントを追加(A)...

チャットアカウントを追加(C)...

フィードアカウントを追加(F)...

他のサービスのアカウントを追加(Q)...

既定のアカウントに設定(D)

アカウントを削除(R)

アカウント操作(A) ↓

Thunderbird の設定

アドオンとテーマ

8-3 必要情報を入力し、「完了」をクリックしたら、利用可能となります。

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

メールアドレス

パスワード

パスワードを記憶する

[手動設定](#)  [続ける](#)

あなたのお名前	あなたの名前
メールアドレス	Webmail で利用しているメールアドレス
パスワード	Webmail で利用しているパスワード

8-4 (IMAP を選択する場合)必要情報を入力し、「完了」をクリックしたら、利用可能と

なります。 ※POP3 も選択可能です。8-5 を参照してください。

手動設定

受信サーバー

プロトコル: IMAP ▼

ホスト名: mail.m.mse.waseda.ac.jp

ポート番号: 993 ▲▼

接続の保護: SSL/TLS ▼

認証方式: 通常のパスワード認証 ▼

ユーザー名: sanple@mse.waseda.ac.jp

送信サーバー

ホスト名: smtp.mse.waseda.ac.jp

ポート番号: 587 ▲▼

接続の保護: STARTTLS ▼

認証方式: 通常のパスワード認証 ▼

ユーザー名: sanple@mse.waseda.ac.jp

[詳細設定](#)

再テスト キ **完了**

項目	入力内容
受信サーバー ホスト名	mail.m.mse.waseda.ac.jp
受信サーバー ポート番号	993
接続の保護	SSL/TLS
認証方式	通常のパスワード認証
受信サーバー ユーザー名	Webmail で利用しているメールアドレス

送信サーバー ホスト名	smtp.m.mse.waseda.ac.jp
送信サーバー ポート番号	587
接続の保護	STARTTLS
認証方式	通常のパスワード認証
送信サーバー ユーザー名	Webmail で利用しているメールアドレス

8-5 (POP3 を選択する場合)必要情報を入力し、「完了」をクリックしたら、利用可能となります。 ※IMAP も選択可能です。8-4 を参照してください。

手動設定

受信サーバー

プロトコル: POP3

ホスト名: mail.m.mse.waseda.ac.jp

ポート番号: 995

接続の保護: SSL/TLS

認証方式: 通常のパスワード認証

ユーザー名: sanple@mse.waseda.ac.jp

送信サーバー

ホスト名: smtp.mse.waseda.ac.jp

ポート番号: 587

接続の保護: STARTTLS

認証方式: 通常のパスワード認証

ユーザー名: sanple@mse.waseda.ac.jp

[詳細設定](#)

再テスト キャンセル **完了**

項目	入力内容
受信サーバー ホスト名	mail.m.mse.waseda.ac.jp
受信サーバー ポート番号	995
接続の保護	SSL/TLS
認証の方式	通常のパスワード認証
受信サーバー ユーザー名	Webmail で利用しているメールアドレス
送信サーバー ホスト名	smtp.m.mse.waseda.ac.jp
送信サーバー ポート番号	587
接続の保護	STARTTLS
認証の方式	通常のパスワード認証
送信サーバー ユーザー名	Webmail で利用しているメールアドレス

9. お問い合わせ先

設定がうまくいかない場合や不明点がある場合は、下記問い合わせ先へご連絡ください。

■ 理工メディアセンターヘルプデスク

(e-Mail) helpdesk@mse.waseda.ac.jp

(内線) 73-8099

(外線) 03-5286-3355

※電話、ご来訪での受付は平日 9:00～17:00 となります。