

メル丸くんで Gmail を送受信するための手順に関して

2025/06/30
Ver.2.1
株式会社アイエスエイ

1. 概要

メル丸くんで、お問い合わせの多い「Gmail の設定」に関して、手順をまとめました。

2. 必須条件として

最初に、Google アカウント、および Gmail アドレスを取得した状態からの説明となります。
Google アカウントの作成に関しては、以下のリンクより確認ください。

<https://support.google.com/mail/answer/56256?hl=ja>

3. 手順に関して

以下のような手順で行います。

まず、Gmail にログインして、右上の歯車のマーク(赤枠)をクリックします。



設定メニューが表示されますので、「すべての設定を表示」(赤枠)をクリックします。



(次ページに続きます)

設定画面が表示されますので、「メール転送と POP/IMAP」(赤枠)をクリックします。



メール転送と POP/IMAP 画面が表示されます。
初期状態では、以下のような表示となっています。

設定

全般 ラベル 受信トレイ アカウントとインポート フィルタとブロック中のアドレス

メール転送と POP/IMAP アドオン チャットと会議 詳細 オフライン テーマ

転送: [詳細を表示](#) [転送先アドレスを追加](#)

ヒント: フィルタを作成し、特定のメールだけを転送することもできます。

POP ダウンロード: [詳細を表示](#)

1. ステータス: POP 無効

すべてのメールで POP を有効にする

今後受信するメールで POP を有効にする

2. POP でメールにアクセスする場合 [Gmail のメールを受信トレイに残す](#)

3. メールクライアントの設定 (例: Outlook、Eudora、Netscape Mail)

[設定手順](#)

IMAP アクセス: ステータス: IMAP 無効

(IMAP を使用して他のク IMAP を有効にする

ライアントから Gmail に IMAP を無効にする

アクセスします)

[詳細を表示](#) [メールクライアントの設定 \(例: Outlook、Thunderbird、iPhone\)](#)

[設定手順](#)

[変更を保存](#) [キャンセル](#)

(次ページに続きます)

以下のように、POP(赤枠)と IMAP(オレンジ枠)を設定します。
変更後、一番下の「設定を保存」ボタン(青枠)をクリックします。

設定

全般 ラベル 受信トレイ アカウントとインポート フィルタとブロック中のアドレス

メール転送と POP/IMAP アドオン チャットと会議 詳細 オフライン テーマ

転送:
詳細を表示

転送先アドレスを追加

ヒント: フィルタを作成し、特定のメールだけを転送することもできます。

POP ダウンロード: 1. ステータス: POP 無効

詳細を表示

- すべてのメールで POP を有効にする
- 今後受信するメールで POP を有効にする

2. POP でメールにアクセスする場合 Gmail のメールを受信トレイに残す ▼

3. メールクライアントの設定 (例: Outlook、Eudora、Netscape Mail)
設定手順

IMAP アクセス: ステータス: IMAP 無効

(IMAP を使用して他のク
ライアントから Gmail に
アクセスします)

詳細を表示

IMAP のメールを削除するようマークを付けた場合:

- 自動消去をオン - 直ちにサーバーを更新する (デフォルト)
- 自動消去をオフ - クライアント側でサーバーを更新するのを待機する

最後に表示された IMAP フォルダからメールを削除/消去するようマークを付けた場合:

- メールをアーカイブする (デフォルト)
- メッセージをゴミ箱に移動
- メールを今すぐ完全に削除する

フォルダサイズの制限

- IMAP フォルダのメールの数を制限しない (デフォルト)
- IMAP フォルダ内のメッセージ数をこの件数に制限する 1,000 ▼

メールクライアントの設定 (例: Outlook、Thunderbird、iPhone)
設定手順

変更を保存

キャンセル

(次ページに続きます)

変更後は、以下のように表示されます。(赤枠部分)

POP ダウンロード：ステータス：「すべてのメールに対して POP が有効」

IMAP アクセス：ステータス：「IMAP 有効」

設定

全般 ラベル 受信トレイ アカウントとインポート フィルタとブロック中のアドレス

メール転送と POP/IMAP アドオン チャットと会議 詳細 オフライン テーマ

転送:

詳細を表示

転送先アドレスを追加

ヒント: フィルタを作成し、特定のメールだけを転送することもできます。

POP ダウンロード:

詳細を表示

1. ステータス: すべてのメールに対して **POP が有効**

- すべてのメールで POP を有効にする (ダウンロード済みのメールを含む)
- 今後受信するメールで POP を有効にする
- POP を無効にする

2. POP でメールにアクセスする場合 Gmail のメールを受信トレイに残す ▼

3. メールクライアントの設定 (例: Outlook、Eudora、Netscape Mail)

設定手順

IMAP アクセス:

(IMAP を使用して他のク

ライアントから Gmail に

アクセスします)

詳細を表示

ステータス: **IMAP 有効**

IMAP を有効にする

IMAP を無効にする

IMAP のメールを削除するようマークを付けた場合:

- 自動消去をオン - 直ちにサーバーを更新する (デフォルト)
- 自動消去をオフ - クライアント側でサーバーを更新するのを待機する

最後に表示された IMAP フォルダからメールを削除/消去するようマークを付けた場合:

- メールをアーカイブする (デフォルト)
- メッセージをゴミ箱に移動
- メールを今すぐ完全に削除する

フォルダサイズの制限

IMAP フォルダのメールの数を制限しない (デフォルト)

IMAP フォルダ内のメッセージ数をこの件数に制限する 1,000 ▼

メールクライアントの設定 (例: Outlook、Thunderbird、iPhone)

設定手順

(次ページに続きます)

次に、Google アカウントの設定を行います。

Google アカウントのトップ画面に移動して、「セキュリティ」(赤枠)をクリックします。



セキュリティ設定画面が表示されますので、

「Google にログインする方法」の中にある「2 段階認証プロセス」(赤枠)を設定します。



以下のような画面が表示されますので、「使ってみる」ボタン(赤枠)をクリックします。

← 2 段階認証プロセス



(次ページに続きます)

「電話番号の設定」画面が表示されます。

ここでは、携帯電話の SMS を利用した方法で設定します。

赤枠で、SMS 受信可能な携帯電話番号を入力して、「次へ」をクリックします。

← 2段階認証プロセス



電話番号の設定

使用する電話番号を選択してください。

+81 [redacted] 4166

Googleはこの番号をアカウントのセキュリティ保護にのみ使用します。
Google Voice番号は使用しないでください。
データ通信料がかかる場合があります。

コードの取得方法

テキストメッセージ 音声通話

[他のオプションを表示](#)

手順 1 / 3 [次へ](#)

利用できるかの確認画面に切り替わります。

このとき、携帯電話に 6 桁の「G-*****」というコードが記入された SMS が着信しますので、6 桁の数字を「コードの入力」(赤枠)に入力して、「次へ」をクリックします。

← 2段階認証プロセス



利用できるかの確認

Google から 090-3234-4166 に確認コードのテキストメッセージが送信されました。

コードの入力

受け取れなかった場合: [再送信](#)

[戻る](#) 手順 2 / 3 [次へ](#)

(次ページに続きます)

確認完了画面が表示されます。

まだ 2 段階認証プロセスは有効になっていないので、「有効にする」(赤枠)をクリックします。



2 段階認証プロセスが有効後、アプリパスワードの設定が可能になります。画面上部、「Google アカウントを検索」の窓へ、「アプリパスワード」と入力します。



候補に「アプリパスワード」が表示され、選択するとパスワード入力画面に切り替わります。ログインパスワードを入力し、本人確認が完了すると、アプリパスワード設定画面に切り替わります。

(次ページに続きます)

「アプリ固有のパスワードを新規作成するには、下にアプリ名を入力してください」の欄へ「CE-1100SX」など任意の文字を入力し、「作成」ボタン(赤枠)をクリックします。

Google アカウント

← アプリパスワード

アプリパスワードは、最新のセキュリティ標準に対応していない古いアプリやサービスで Google アカウントにログインするための手段です。

アプリパスワードは、最新のセキュリティ標準を使用する最新のアプリやサービスを使用している場合よりも安全性が低くなります。アプリパスワードを作成する前に、ログインするためにアプリにアプリパスワードが必要かどうかをご確認ください。

[詳細](#)

アプリパスワードがありません。

アプリ固有のパスワードを新規作成するには、下にアプリ名を入力してください...

アプリ名

作成

Google アカウント

← アプリパスワード

アプリパスワードは、最新のセキュリティ標準に対応していない古いアプリやサービスで Google アカウントにログインするための手段です。

アプリパスワードは、最新のセキュリティ標準を使用する最新のアプリやサービスを使用している場合よりも安全性が低くなります。アプリパスワードを作成する前に、ログインするためにアプリにアプリパスワードが必要かどうかをご確認ください。

[詳細](#)

アプリパスワードがありません。

アプリ固有のパスワードを新規作成するには、下にアプリ名を入力してください...

アプリ名
CE-1100SX

作成

グレー枠に、16文字のアプリパスワードが生成・表示されます。

生成したパスワードは、この画面のみでしか確認できませんので、必ずメモなどで残しておくようにしてください。記録したあとに、「完了」(赤枠)をクリックします。

生成されたアプリパスワード

お使いのデバイスのアプリパスワード **※この画面でしか表示されません**

aydk soom xjcw nmqe

使い方
設定しようとしているアプリケーションまたはデバイスの Google アカウントの設定画面を開きます。パスワードを上に表示されている16文字のパスワードに置き換えます。
このアプリパスワードは、通常のパスワードと同様に Google アカウントへの完全なアクセス権が付与されます。このパスワードを覚えておく必要はないので、メモしたり誰かと共有したりしないでください。

完了

設定完了後、再度 Gmail の Web ページへ移動します。

(次ページに続きます)

| | | | | |
|--------------------------|---|--------------------|--|-------|
| <input type="checkbox"/> | ☆ | 三浦/ISA | テスト-----株式会社アイエスエイ技術部三浦 淳史tel. 03-32... | 4月13日 |
| <input type="checkbox"/> | ☆ | 三浦/ISA 2 | test-----株式会社アイエスエイ技術部三浦 淳史tel. 03-3208-... | 4月6日 |
| <input type="checkbox"/> | ☆ | Google | セキュリティ通知 - アカウントにログインするためのアプリパスワード... | 4月6日 |
| <input type="checkbox"/> | ☆ | Google | 2段階認証プロセスが有効になりました - 2段階認証プロセスが有効にな... | 4月6日 |
| <input type="checkbox"/> | ☆ | 三浦/ISA | テスト-----株式会社アイエスエイ技術部三浦 淳史tel. 03-32... | 4月6日 |
| <input type="checkbox"/> | ☆ | Google | 重大なセキュリティ通知 - 安全性の低いアプリによるアクセスが有効に... | 4月6日 |
| <input type="checkbox"/> | ☆ | Google コミュニティ チ... | Atsushi さん、新しい Google アカウントを設定しましょう - Atsushi さ... | 4月6日 |

赤枠で囲った「セキュリティ通知」のメールが受信されています。

このメールは、Google アカウントでセキュリティ設定が変更された場合、本人が設定を行ったかを確認するためのメールです。

それぞれのメールでアクティビティを確認しますので、まず「重大なセキュリティ通知」をクリックします。

クリックすると「重大なセキュリティ通知」のメール内容が表示されますので、「アクティビティを確認」ボタンをクリックします。



(次ページに続きます)

アクティビティの確認画面が表示されますので、赤枠の「心当たりがあります」をクリックします。



以下の画面に切り替われば、確認が完了です。



次に、「セキュリティ通知」のメールをクリックします。
クリックすると「重大なセキュリティ通知」のメール内容が表示されますので、「アクティビティを確認」ボタンをクリックします。



(次ページに続きます)

アクティビティの確認画面が表示されますので、赤枠の「心当たりがあります」をクリックし、右の画面に切り替わったら確認が完了です。



最後に、メル丸くんの設定を行います。

メル丸くんにアクセスして、「電子メール設定」をクリックします。

※送信サーバ(SMTP サーバー)設定を、以下のように入力します。

| SMTPサーバ | |
|---------|------------------------|
| サーバアドレス | smtp.gmail.com |
| ポート | 587 |
| 接続の保護 | STARTTLS▼ |
| 認証方式 | SMTP認証▼ |
| 認証ユーザ名 | ※取得したGmailアド@gmail.com |
| 認証パスワード | 生成されたアプリパスワード |

サーバアドレス：smtp.gmail.com

ポート：587

認証方式：STARTTLS

認証ユーザー名：(取得した Gmail アドレス)

認証パスワード：(生成したアプリパスワード)

※受信サーバー設定は、POP 受信と IMAP 受信の 2 つがあります。どちらかを入力します。

(次ページに続きます)

POP サーバ設定の場合

| 受信サーバ | |
|---------------|---|
| メール受信サーバ | <input checked="" type="radio"/> POP3 <input type="radio"/> IMAP |
| サーバアドレス | <input type="text" value="pop.gmail.com"/> |
| ポート | <input type="text" value="995"/> <input checked="" type="checkbox"/> SSLを使用 |
| 認証方式(POP3のみ) | <input type="text" value="パスワード"/> |
| ログインID | <input type="text" value="※取得したGmailアドレス@gmail.com"/> |
| ログインパスワード | <input type="text" value="生成したアプリパスワード"/> |
| メールチェック間隔 | <input type="text" value="1"/> 分 <input type="text" value="00"/> 秒 |
| サーバ設定(POP3のみ) | <input checked="" type="checkbox"/> 受信後もサーバにメッセージを残す (最新100件) <input type="checkbox"/> 受信してから <input type="text" value="7"/> 日以上経過したメッセージは削除する |

メール受信サーバ：POP3

サーバアドレス：pop.gmail.com

ポート：995 ※SSL を使用にチェック

認証方式：パスワード

認証ユーザー名：(取得した Gmail アドレス)

認証パスワード：(生成したアプリパスワード)

メールチェック間隔：5 秒～60 分(任意)

- Gmail の受信間隔が短いと不正アクセスと見なされることがありますので、必ず 1 分以上で設定してください。

- サーバ設定：

「受信後もサーバにメッセージを残す(最新 100 件)」にチェックを入れる

チェックを入れない場合、メル丸くんでメールを受信すると、メールサーバーからメールが削除されますので、最初は必ずチェックを入れてください。

(次ページに続きます)

IMAP サーバ設定の場合

| 受信サーバ | |
|---------------|--|
| メール受信サーバ | <input type="radio"/> POP3 <input checked="" type="radio"/> IMAP |
| サーバアドレス | <input type="text" value="imap.gmail.com"/> |
| ポート | <input type="text" value="993"/> <input checked="" type="checkbox"/> SSLを使用 |
| 認証方式(POP3のみ) | <input type="text" value="パスワード"/> |
| ログインID | <input type="text" value="※取得したGmailアドレス@gmail.com"/> |
| ログインパスワード | <input type="text" value="生成したアプリパスワード"/> |
| メールチェック間隔 | <input type="text" value="1"/> 分 <input type="text" value="00"/> 秒 |
| サーバ設定(POP3のみ) | <input checked="" type="checkbox"/> 受信後もサーバにメッセージを残す (最新100件) |
| | <input type="checkbox"/> 受信してから <input type="text" value="7"/> 日以上経過したメッセージは削除する |

メール受信サーバ：IMAP

サーバアドレス：imap.gmail.com

ポート：993 ※SSL を使用にチェック

認証ユーザー名：(取得した Gmail アドレス)

認証パスワード：(生成したアプリパスワード)

メールチェック間隔：5 秒～60 分(任意)

・ Gmail の受信間隔が短いと不正アクセスと見なされることがありますので、必ず 1 分以上で設定してください。

最後に、画面の下にある「設定」ボタンをクリックして、設定を完了します。

以上で Gmail の設定は完了となります。