

メル丸くんで Gmail を送受信するための手順に関して

2023/04/17

Ver.2.0.1

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。



(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。

変更後に、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](#)

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

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](#)

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

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)

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)

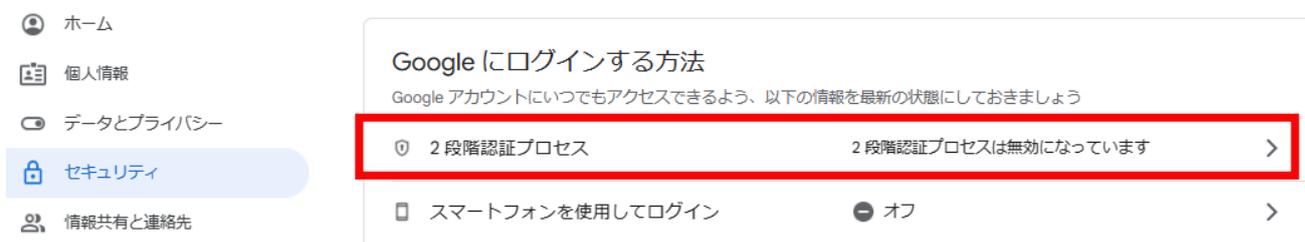
次に、Google アカウントの設定を行います。

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。



(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 90-3 [masked]

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

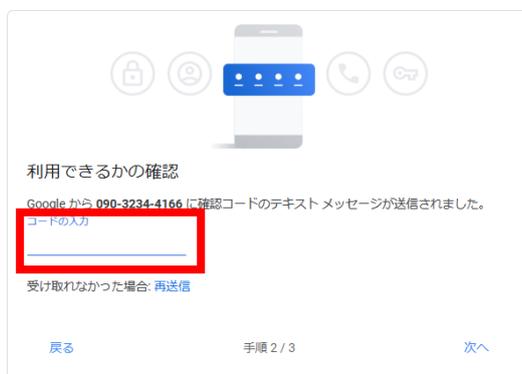
[他のオプションを表示](#)

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ませんので、「有効にする」(赤枠)をクリックします。

← 2段階認証プロセス



2段階認証プロセスが有効になると、以下のように「2段階認証プロセス」内に「アプリパスワード」という項目が表示されますので、「なし」(赤枠)をクリックします。



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)

「アプリを選択」のリストボックスより、「その他(名前を入力)」(赤枠)を選択します。次に、デバイス名を入力(青枠)を求められますので、「CE1100」など任意の文字を入力し、「生成」ボタン(赤枠)をクリックします。

← アプリパスワード

アプリパスワードを使用すると、2段階認証プロセスに対応していないデバイス上のアプリから Google アカウントにログインできるようになります。このパスワードは一度入力すれば、以降は覚えておく必要はありません。 [詳細](#)

アプリパスワードがありません。
アプリパスワードを生成するアプリとデバイスを選択してください。

アプリを選択 デバイスを選択

メール
カレンダー
連絡先
YouTube
その他 (名前を入力)

生成

← アプリパスワード

アプリパスワードを使用すると、2段階認証プロセスに対応していないデバイス上のアプリから Google アカウントにログインできるようになります。このパスワードは一度入力すれば、以降は覚えておく必要はありません。 [詳細](#)

アプリパスワードがありません。
アプリパスワードを生成するアプリとデバイスを選択してください。

CE1100 ×

生成

黄色い枠に、16文字のアプリパスワードが生成されます。
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。残したあとに、「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

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2件受信されています。
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。

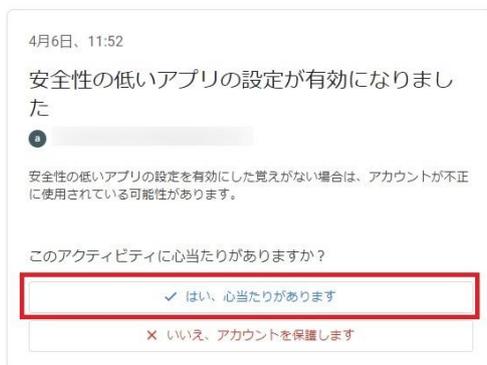
それぞれのメールでアクティビティを確認しますので、まず「重大なセキュリティ通知」をクリックします。

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。

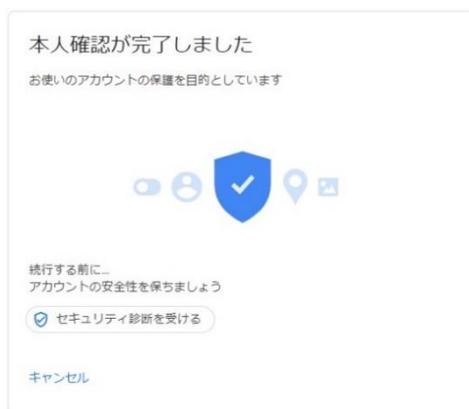


(次ページに続きます)

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ったら確認が完了です。



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。