# Yahoo メールから Office365 への メール、アドレス帳移行手順書

1.1版

SCSK 株式会社

#### 変更履歴

版	内容	更新日	作業者
初版		2016/2/24	SCSK 曽我
1.1	メール取り込み、アドレス帳の移行手順を一部改訂	2016/3/18	SCSK 曽我

### 内容

1. メール移行手順書	. 4
1.1. Yahoo メール側の設定	. 4
1.2. Office365 への Yahoo メール取り込み設定	. 5
2. アドレスブックの移行	12
2.1. Yahoo メールのアドレス帳エクスポート	12
2.2. Office365 へのアドレス帳インポート	14

1. メール移行手順書

本メール移行作業では、Yahoo メールボックスにある迷惑メールフォルダ以外の全メールがコピーされ ます。必ず事前に不要なメール、サイズの大きなメールの削除・整理をしてから実施して下さい。 (移行に非常に時間がかかる場合があります)

- 1.1. Yahoo メール側の設定
- (1) Yahoo メールのログインページより自身の「Yahoo ID」で「ログイン」します。

<年会費永年無料>すぐに使える3,000ポイント	▶ 手数科無科! ヤフオクバするならジャパンネット銀行
(タカミの青い瓶	
LARAMI	Yahoo! JAPAN ID
<b>.</b>	パスワード
	ログイン
TAXAN MILANGEN	ログインできない 新規取
4 # 3	スキンビール ▶

プライバシーボリシー – 利用規約 – 簡易版画面を表示 – ヘルプ・お問い合わせ Copyright (C) 2015 Yahoo Japan Corporation. All Fights Reserved.

(2) 画面左上の「こんにちは\*\*\*\*\*\*さん」部分の ID 情報を控えます。(以下例では mlbel435)

学校法人 E 4歳十字学校 中国本赤十字豊田看護大学 こんにちは <mark>、mibel4355</mark> ん Japanere Ras Crate Taylots College of Narshing [ <u>ログイン源歴</u> - 金融情報 - <u>ログアウト</u> ]						
送信済みメール						
メールの作成		[再編集] 返信 ┃ ▾ ┃ 転送 ┃ ▾ ┃ 移動 ▾ ┃ 削除   夏				
▼ メールフォルダー	~~	受信箱(25)				
🚐 受信箱	25 🕐					
き書不 🗐		送信済みメールフォルダーにメールはありません。				
📴 送信済みメール						
🛈 迷惑メール						
📅 ゴミ箱						

※本 ID 情報は、後の手順で入力する為に必要な情報です。

(3) 画面右側の[設定・その他]-[メールの設定]をクリックします。

<sup>半</sup> 0法人E4赤+≃学問 日本赤十字豊田看護大: Jappinete Rat Crisis Foyofis College of Nurse	こんにちは、mbeH3時 № デ [ログイン展歴 - 登録 侍報 - ログアウト]	Yehoo! JAPAN - My Yehoo! - <u>AJU 7</u>
送信済みメール		Q、メールを検索 <mark>メールの検索</mark>
メールの作成	再編集   」返信   - 」 転送   - 」 移動 - 」 削除 」 表示 - 」 操作 - 」	設定-その他
▼ メールフォルダー 🛛 🔍	受信推(25)	ret メールの設定
🚔 受信箱 🛛 25 🕑		画面レイアリトの設定 デスカトップ通知の設定
📄 下書き	送信済みメールフォルダーにメールはありません。	
📴 送信済みメール		新書情報 ※***/~1.5+99/香萄

- (4) 画面左側の「POP/IMAP アクセス転送」をクリックし、以下の項目を有効にし「保存」をクリ ックします。設定が終わったら、Yahoo メールをログアウトしてください。
  - ・「ブラウザーアクセスと POP/IMAP アクセス」を有効
  - ・「迷惑メールフォルダーのメールは受信しない」を有効 にする。

キャジはん E キキ・キギ目 日本赤十字豊田看護大学 Jacobiete Ros Crose Toyota College of Numeric	こんにちは、milheH385 / Yáhoot JAPAN = My Yáhoot = <u>へルプ</u> [ ログイン原歴 = 登録情報 = ログアウト ]	^
送信済みメール メールの設定	Q.火ールを検索・ × メールの検索	
メールの作成 メール管理 全般	POP/IMAPアクセスとメール転送 & ##	]
ティルターと受信通知		
POP/IMAPアクセスと転送	サービスを選択	
自動返信	● ブラウザーアクセスとPOP/IMAPアクセス 設定情報	
インタレストマッチ広告と設定	ウェブブラウザ上でYahoolメールの送受信を行うとともに、メールソフト (Out bok、Beckyl、Thunderbirdなど)を利用して送受信を行います。	
アカウト管理	メールソフトでの受信の際に	
メールアガウント	● 迷惑メールフォルダーのメールは受信しない	
メールアドレス変更	○ 迷惑メールフォルダーを含むすべてのメールを受信する	
セーフティーアドレス	└ □ 迷惑メールフォルダーのメールは、伴名に[spam]と追記して受信	
追加メールアドレス		

- 1.2. Office365 への Yahoo メール取り込み設定
- (1) Office365 にサインインします。Internet Explorer を起動し、Office365 のログインページ 「https://portal.office.com」を開き、自身の Office365 用のメールアドレス、パスワードを入力 し、「サインイン」ボタンをクリックします。



(2) (初めてログインされる場合)タイムゾーンを「(UTC+9:00)大阪、札幌、東京」に設定し、 「保存」をクリックします。

	С Г(UTC+9:00)	シロントンの選択してください。         UT C 表示言語とホーム タイム ソーンを選択してください。         UT C 表示言語とホーム タイム ソーンを選択してください。         ごご         日本語 (日本)         クイム ソーンの選択
(3)	) 「メール」アイコンを?	フリックします。
	ホーム 今日は新しい考 え方を取り入れ てみましょう。	Office Online
(4)	) 右上の「 <sup> </sup> * 」ア-1	イコンをクリックし、「オプション」をクリックします。

	۵ ف	?
	Office 365 の設定	<b>り</b> 元に戻す
	メール 設定 更新	
	自動応答	
	表示設定	
	アドインの管理	
	オフライン設定	
	テーマの変更	
i, i	オプション	

### (5) 「接続されているアカウント」をクリックし、「+」をクリックします。

	Office 365	Outlook				
⊚オフ	プション					
ショートカット > 全船		接続されているアカ	ウント			
-X =	- <b>ル</b> 自動処理	別のアカウントを接続し、メールをインボ	ートしてすべてをまとめて管理しま	す。詳細情報		
自動応答 低優先メール 受信トレイと一括処理ルール 迷惑メールの報告 開封済みにする メッセージ オプション		+ / 面 <i>\$</i>	*	状胞	アカネット,	
				D' Yhait		
	開まり確認スタビーン 返信設定 アイテム保持ポパシー					
.∦ Ĵ	アカウント					
	許可/拒否 接続されているアカウント					
	*->*					

(6) 「メールアドレス」「パスワード」を入力し、「OK」ボタンをクリックします。
 メールアドレス欄には、"1.1 で控えた ID + @yahoo.co.jp"を入力してください。
 以下例では "mlbel435@yahoo.co.jp "となります。

=	Office 365		Outlook	学校法人日本赤十字学团 日本赤十字豊田看護大学 Japanese Red Cross Toyata Callege of Numing
©オ	プション			
▶ 全 ≠ 火	前受 — ル	^	接続されているアカウ	メール アカウントの接続
4	自動処理 自動応答		別のアカウントを接続し、メールをインポート	メール アドレス * mldel435@yahoo.co.jp
	低優先メール 受信トレイと一括処理川 送惑メールの報告 開封済みにする メッセージ オプション 開封確認メッセージ		+ 🖋 🛅 🞜 775921-	パ27-ド* •••••• OK キャンセル

#### (7) 「スキップ」をクリックします。



(8) 「IMAP 接続の設定」になっていることを確認し、「OK」ボタンをクリックします。



(9) 以下の情報を設定し、「OK」ボタンをクリックします。

# 画面の下スクロールができない場合、Tab キーで入力項目を移動することで下スクロール可能です。

□表示名:自身の氏名

□メールアドレス: 1.1 で控えた ID + @yahoo.co.jp (例:mlbel435@yahoo.co.jp)

□ユーザー名 : 1.1 で控えた ID + @yahoo.co.jp (例:mlbel435@yahoo.co.jp)

□パスワード:旧メールで使用していたパスワード

□受信サーバー: imap.mail.yahoo.co.jp

□暗号化:SSL



(10)「OK」ボタンをクリックします。

iii Office 365	Outlook	A \$ ? .
€ オプション		
ショートカット ▶ 全般	接続されているアカウ	メール アカウントの接続
<sup>∡</sup> メール ∡ 自動処理	別のアカウントを接続し、メールをインボート	メールをインボートしています。これには数分かかる場合があります。その間に必要に応じて、ブラウザーを閉じたり、コンピューターの電源を切っても用いません。
自動応答 低量先メール 受価ドレイと一括処理ルール 迷惑メールの総合 開封構築がでする メウゼーラオプション 開封確認少セーラ メクセージオプション 開封確認少セージ アイテム保持ホリシー * プカジント 管づけ形否 換結されているアカウント 転送 POPとIMAP * Srdファイルオプション * Srdファイルオプション	+ / ≊ 2 7990⊁	確認メールガ vukihas_soga@yahao.co.jp に設備されました。そのガカクトを確認し、メッセージに書かれた手順に従ってください。このプガクントでメールを送信するには、その手順を完了する必要があります。メッセージが表示されない場合は、送意メール フォレダーを確認してください。

(11)「状態」が「ダウンロード中」となり、メールのダウンロードが始まります。

	Office 365	Outlook		学校法人日本赤十字学園 日本赤十字豊田 Japanese Red Cross Teyeta Cel				
⊚त	© র্নটেষ্ট্র							
		接続されているアカウント						
	受信トレイと一括処理ル- 迷惑メールの報告	別のアカウントを接続し、メールをインポートしてすべてをまとめて管理	します。詳細情報					
	開封済みにする	+ 🖋 亩 😂						
	刷封確認メッセージ	アカウント	▲ 状態	アクション				
	返信設定	mlbel435@yahoo.co.jp	ダウンロード中					
	アイテム保持ポリシー							

(12)「状態」が「OK」になっていることを確認し、ゴミ箱アイコンをクリックし、「確認」画面が表

示されるので、「OK」をクリックし、アカウントを削除します。



- 2. アドレスブックの移行
- 2.1. Yahoo メールのアドレス帳エクスポート
- (1) Yahoo メールを開き、「アドレスブック」をクリックします。

YAHOO! X-J	<ul> <li>こんにちは、yukihisa sogaさん         <ul> <li>「ロゾイン履歴 - 登録情報 - ログアウト」</li> </ul> </li> </ul>	]		
受信箱(全2件) 作成				
メールの作成	返信 │ → ┃ 転送 │ → ┃ 移動 → ┃	印刷 迷惑メール 削除 表示 🗸 🗍 操	作 🗸	
メールフォルダー	未読メールはありません。			
📮 受信箱 🛛 🕑	楽天スーパーセール eventrakuten.co.jp		Ads by Yahoo! JAF	PAN
き書不 🧓	日用品からクリスマスクッス、蟹まで楽天史上最大級のイ		D.#	
📑 送信済みメール			0015/10/7 Manua	
🕦 迷惑メール	Sox-master email.yando.co.jp     Sox-master email.yando.co.jp     Yahoo! Mail Qustomer Servic	Tanbo: VAHAN IDことがのおなく(Tanbo ルックス… e. ようテアabod Xールへ	2015/12/7, Man	$\sim$
12 12箱			201071271,100	
▼ 個人フォノル~──── +				
				$\checkmark$
	新しいメール	を作成するには下のボタンを押してください。		
		メールの作成		
▶ アドレスブック				
▶ メッセージ				
▶ カレンダー				
▶ ボックス				

(2) 「連絡先一覧」の横にある鉛筆アイコンをクリックします。

YAHOO! X-	ル こんにちは、yukinisa sogaさん [ロジイン履歴 - 登録情報 - ログアウト]	
<b>受信箱</b> (全 2件)		
メールの作成	【返信 ┃ - 】【転送 ┃ - 】【移動 - 】〔印	唰
<ul> <li>メールフォルダー</li> </ul>	未読メールはありません。	
▼ アドレスブック	楽天スーパーセール eventrakuten.co.jp	
	日用品からクリスマスグッズ、蟹まで楽天史上最大級のイベント	∽開催!
* 連絡光 "筧	🔲 🛢 🖉 ★ Fram	件名
#Xリンの 曽我幸寿	🗌 🍸 👘 👘 box-master@mail.yahoo.co.jp	Yahool
	🗌 🍸 👘 👘 Yahoo! Mail Oustomer Service	ようこそ
・カテコリー現		
	新しいメールを	作成する

(3) 右上の「インポート/エクスポート」ボタンをクリックします。

YAHOO! アドレスブック CAICSIL, yukihisa.sogaさん [ログアウト]		<u>Yahoo! JAPAN - My Yahoo! - ヘルプ</u>
メール アドレスブック カレンダー ボックス		<u>インボート/エクスボート</u> 設定
連絡先の登録	カテゴリの登録	
連絡先を検索:	すべて すべて A-E F-J K-O P-T U-Z あかさたなはまやらわその他 削除 メールを送信 カテゴリに移動 -	■ 約刷モード
カテゴリ [設定]		表示順: 姓/名称  名  メールアドレス  動務先
すべて	すべて選択-すべて解除	
未分類	連絡先	
ゴミ箱 [空にする]	□ 曽我 幸寿 [編集]	

- (4) 「Yahoo!アドレスブック(CSV 形式)」の「エクスポート」ボタンをクリックし、任意の場所に
  - アドレス帳を保存します。

JAPAN	
<b>メール</b> アドレスブック カレ	ンダー「ボックス」
完了	
<ul> <li>設定</li> <li>色</li> <li>メール</li> <li>アドレスブック</li> <li>カレンダー</li> <li>ボックス</li> <li>登録情報</li> </ul>	<ul> <li>インポートとエクスポート</li> <li>インポート元のアブリケーションを選択してください。 (gooメール(CSV形式)) ▼</li> <li>インポート元のファイルを用意してください。 (詳細はヘルプを確認してくたさい) </li> <li>「参照」ボタンを押して、インポート元のファイルを選択してください。 </li> <li>● 5 照… </li> <li>「インポート」ボタンを押して、ファイルをYahoo!アドレスブックに読み込んでください。 </li> </ul>
	エクスポート ェクスポート先のアプリケーションを選択して、「ェクスポート」ボタンを押してください。 Microsoft Outlook(CSV形式): Eクスポート Mozilla Thurderbird(LDIF形式): Eクスポート Yahoo!アドレスブック(CSV形式): Eクスポート
完了	

- 2.2. Office365 へのアドレス帳インポート
- (1) Internet Explorer を起動し、Office365 のログインページ「https://portal.office.com」を開き、自身の Office365 用のメールアドレス、パスワードを入力し、「サインイン」ボタンをクリックします。

ever	<b>① Office 365</b> 職場または学校アカウント	自身のメールアドレス 「xxxx@rctoyota.co.jp」を入力
Verbinden eine	rct699996@rctoyota.ac.jp	
	ロサインインしたままにする	
	サインイン 戻る	
	アカウントにアクセスできない場合	

(2) (初めてログインされる場合)タイムゾーンを「(UTC+9:00)大阪、札幌、東京」に設定し、 「保存」をクリックします。

		<ul> <li>         ・レンシンを選択してください。          ・         ・         ・</li></ul>
Г(UTC+9:00)	大阪、札幌、東京」に変更	タイムソーンの選択
		⊖ 保存

(3) 「メール」アイコンをクリックします。



(4) 左上端のアイコンをクリックし、「連絡先」をクリックします。

	Office	e 365	Outlook			
ア	プリに	tここで	実行され	ます。		迷惑メール
	0 🗹		<u></u>			₹ ✔
	メール	予定表	連絡 <del>先</del>	רב-ג7-ר*	OneDrive	<b>一</b> :21 (火)
	S 🔉		D	V D	w	
	ታイト	タスク	Delve	Video	Word Online	
	X	P	N	S 🎦		
Exc すべ <sup>-</sup>	el Online てのアプリ:	Online を表示します	OneNote Online	Sway		

(5) [管理]-[連絡先のインポート]をクリックします。



(6)	「Yahoo!メール」アイコンをクリックします。
	学校法入日本赤十字学团 日本赤十字豊田看護大学 Japanese Red Cross Toyota College of Nursing
	アップロード キャンセル
え▼	連絡先のインポート
	インポートする場所を指定してください。
	Gmail
	Outlook 2010、2013、2016
	YAHOO! X-JL

(7) 「参照」ボタンをクリックし、「2.1Yahoo メールのアドレス帳エクスポート(4)」で保存した ファイルを選択後、「アップロード」ボタンをクリックします。

学校法人日本赤十字学園 日本赤十字豊田看護大学 Japanese Red Cross Tayota College ef Nursing	Ļ	ö
アップロード		
Yahoo! メール からの連絡先のインオ	ポート	
1 Vaboo の連約生影手デナれていスマレン変形ですスパイ 連約生マイコンを加い	月.主才	
1. Tailoo の運輸光がないこれにていることで確認するには、運輸光がイコンセンジッ 2. [アクション] > [エクスポート] を選びます。 3. エクスポート ファイル形式として Microsoft Outlook を選びます。	202.80	
<ol> <li>(今すぐエクスボート)を選択し、目的の場所にファイルを保存します。</li> <li>ファイルを開いて、ダウンロードした CSV ファイルが空ではないことを確認します。</li> <li>このページでは、ダウンロードしたファイルの場所を参照してファイルを選びます。</li> </ol>		
7. アップロードを選択します。		_
yahoo_ab.csv	参照	

(8) インポート終了後、インポート処理が正常に終了したこととインポートされた情報の件数が表示されます。



以上