【利用者向け】 メールホスティングサービスにおける データ移行マニュアル

(IMAP及びThunderbirdを利用する場合)

2020.8.3更新

- 本マニュアルについて メールホスティングサービスのメールデータを、ECCSクラウドメールに移 行する際、IMAP及びThunderbirdを利用して移行するためのマニュアルで す。 主に、メールホスティングサービスの【利用者】を対象としています。
- 移行前に実施いただくこと
  - ECCSクラウドメールのアカウント作成 以下の広報を参考に、ECCSクラウドメールを各自で取得し、初期設 定を実施いただきますようお願いいたします。
     ECCSクラウドメール利用方法 - 初期設定等 -<a href="https://www.ecc.u-tokyo.ac.jp/announcement/2016/04/01\_2159.html">https://www.ecc.u-tokyo.ac.jp/announcement/2016/04/01\_2159.html</a>
  - ECCSクラウドメールのサービス内容については、以下の広報をご覧 ください。

ECCSクラウドメールサービスのご案内 https://www.ecc.u-tokyo.ac.jp/announcement/2016/02/08 2116.html

- ThunderbirdをPCにインストールします。 アプリケーションのダウンロード・インストール方法については、以下のページを ご覧ください。 <u>https://www.thunderbird.net</u>/
- インストール完了後、Thunderbirdを立ち上げます。
   (以下、マニュアル中の画像はmacOSですが、特に言及がない限りWindowsOSでも同一の手順となります。)

& アドレス帳	♥ 40 ×	<b>ア</b> クイックフィルター	Q. 検索 <郑K>	≡
	<b>急</b> アドレス後	<u>ک</u> ۳۲۲۷25 ۵ ۶۶۷	▲アドレス紙 ◎ダダ 〒 ダイックフィルター	▲アドレス紙 ◎ ダヴ ▼ ⑦ クイックフィルター

3. 上部メニューの<ツール>から<アカウント設定>を選択します。



以下の画面のポップアップが表示されますので、<アカウント操作>から<メールアカウントを追加>を選択します。

<ul> <li>ホーム</li> <li>⑦ 空前   × ♪ 作成   × □ チャット ② アドレス板 ○</li> <li>マーカルフォルダー</li> <li>□ ゴン前</li> </ul>	<ul> <li>         ▼ □ ローカルフォルダー         迷惑メール ディスク領域         ⑦ 送信 (SMTP) サーバー     </li> </ul>	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: ローカルフォルダー
<ul> <li>送信トレイ</li> </ul>		メ <b>ッセージの保存</b> ■ 終了時にごえ箱を変にする メッセージの格納形式: フォルダー単位 (mbox 形式) C メッセージの保存先: /Users, 選択
	アカウント操作 メールアカウントを追加 ナヤットアカワントを追加 フィードアカウントを追加 他のサービスのアカウント	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	デフォルトアカウントに設 アカウントを削除	Ê

5. 表示するご自身の名前と、移行するメールホスティングサービスのメールアドレス 及びパスワードを入力し、手動設定を押下します。

🚞 ホーム			あなたのお名前:	Section 2	受信者に表示される名前です	
□ 受信   ~ 🥜 作成   ~ □ チャット	② アドレス報	◎タグ ● ● クイックフ・	メールアドレス:	@ .u-tokyo.ac.jp	既存のメールアドレスです	
<ul> <li>▼ 回 ローカルフォルダー</li> <li>(1) ゴミ箱</li> <li>● 送信トレイ</li> </ul>			パスワード:			
			手動設定		キャンセル 続ける	

以下のとおり、受信サーバと送信サーバの設定画面が表示されますので、受信方式、サーバのホスト名、ポート番号を設定します。設定内容は、以下のページをご覧ください。

メーラの設定等について <u>https://mh.itc.u-tokyo.ac.jp/mailer.html</u> 設定内容を入力後、<再テスト>を押下します。

□ ホーム □ 受信   ×  ダ 作成   ×  □ チャット 急アドレス級	あなたのお名前: メールアドレス: @ .u-	受信者に表示される? tokyo.ac.jp 既存のメールアドレス	ら前です にです				=	
<ul> <li>● ローカルフォルダー</li> <li>● ゴミ箱</li> <li>● 送信トレイ</li> </ul>	バスフード:							
		サーバーのホスト名	ポート番号	SSL	認証方式			
	受信サーバー: IMAP ᅌ	imap-d.ecc.u-tokyo.ac.jp	993	SSL/TLS	○ 自動検出			
	送信サーバー: SMTP	sbms-d.ecc.u-tokyo.ac.jp	465	SSL/TLS	◎ 自動検出	8		
	ユーザー名: 受信サーバー:	1000 C		送信サーバー:	-			
	詳細設定			キャンセル	再テスト	完了		

※ 受信方式は、上記の画像ではIMAPとなっています。POPでも設定可能ですが、 メールデータ保存の観点から、IMAPを推奨いたします。 ※上記画像の赤枠以外の箇所は、自動入力された内容のままで問題ありません。 7. 「次のアカウント設定が、指定されたサーバを調べることにより見つかりました」 というメッセージが表示されたら、<完了>を押下します。

□ 受信   ~ / 作成   ~ □ チャット ② アドレス装 × ■ ローカルフォルダー	メールアドレス	۲: @ .u-t	okyo.ac.jp 既存のメールアドレ	スです			
<ul> <li>□ ゴミ箱</li> <li>▲ 送信トレイ</li> </ul>	7,2-1	▶: ••••••	己憶する				
	次のアカウント つかりました。	ト設定が、指定された	サーバーを調べることにより見				
			サーバーのホスト名	ポート番号		認証方式	
	受信サーバー:	IMAP 📀	imap-d.ecc.u-tokyo.ac.jp	993	SSL/TLS	通常のパスワード認証 📀	
	送信サーバー:	SMTP	sbms-d.ecc.u-tokyo.ac.jp	465	SSL/TLS	通常のパスワード認証 📀	
	ユーザー名:	受信サーバー:	1000		送信サーバー:	100	
	詳細設定				キャンセル	雨テスト 完了	

8. メールホスティングサービスのメールアドレスの設定が完了しますので、<OK>を押 下します。

<ul> <li>ホーム</li> <li>マ 受信 レ ● 作成 レ □ チャット ② アドレス板 ○</li> <li>● ○ ∪ u-tokyo.ac.jp</li> <li>● 受信 トレイ</li> <li>■ □ ーカルフォルダー</li> <li>□ ゴミ箱</li> <li>● 送信 トレイ</li> </ul>	<ul> <li>▼ ● u-tokyo.a</li> <li>サーバー協定</li> <li>送信控えと特別なフォルダー</li> <li>編集とアドレス入力</li> <li>迷惑メール</li> <li>開設補認</li> <li>セキュリティ</li> <li>▼ □ つカルフォルダー</li> <li>迷惑メール</li> <li>ディスク領域</li> <li>アカウント操作</li> <li>▼</li> </ul>	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: ローカルフォルダー メッセージの爆存 、メッセージの操作形式: フォルダー単位 (mbox 形式) 0 メッセージの保存死: /Users: 累沢
		++>>th

引き続き、ThunderbirdにECCSクラウドメールを登録します。
 <ツール>から<アカウント設定>を選択します。

● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●		アドオン	æJ R	< <#K>	
<ul> <li>▼ (2) ● 300u-tokyo.ac.jp</li> <li>● 300 -</li></ul>	Thunderbird Mail - 🛛	アドオンの設定 イベントログの管理 チャット状態 チャット状態	•		
Draft	アカウント				
<ul> <li>■ spam</li> <li>マ = ーカルフォルダー</li> <li>① ゴス箱</li> <li>② 送信トレイ</li> </ul>	このアカウントの設定	フォルダーにフィルターを適用 メッセージにフィルターを適用			
	アカウントのセットブ	迷惑メールフィルターを実行 迷惑メールとマークされたメールを削り	徐	Movemail	
	新規カレンダーを作成	設定とデータを読み込む 開発ツール 最近の履歴を消去 イ	► 0 # ®	Wovernali	
		アカウント設定			
	高度な機能				
	Q メッセージを検索する				
	🙇 メッセージフィルター	の設定を変更する			

10. <アカウント操作>から<メールアカウントを追加>を選択します。

	送信控えと特別なフォルダー	これは物強なアカウントであり、特定の差出人情解はありません
・ 受信          ・ 介 役         ・ (         ・ ク 介 役         ・ (         ・ ク 介 役         ・ (         ・ ))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・(         ・・))         ・・・(         ・・))         ・・・・))         ・・・・・・・・	<ul> <li></li></ul>	アカウント名: ローカルフォルダー       メッセージの條件       単丁時にゴミ発を空にする       メッセージの條件比:       パJsers       ス比…       読       沙江
	高度な機能	
	Q メッセージを検索する	
	🦲 メッセージフィルターの	没定を変更する

11. 表示するご自身の名前と、ECCSクラウドメールのメールアドレス及びパスワードを 入力し、続けるを押下します。

B-247+14-		既存メールアカウントの	セットアップ		×
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	095- Doctos	あなたのお名前(N):		受信者に表示される名前です	
<ul> <li>受信トレイ</li> <li>み 20(3カトレイ)</li> </ul>	Thunderbird Mail	メールアドレス(E):	@g.ecc.u-tokyo.ac.jp	既存のメールアトレスです	
∏ ⊐izig Mart	アカウント	7.29-N@:	□パスワードを記憶する(M)	1	
■ span v = ローカルフォルダー ① ゴミ動	🔝 このアカウント				
● 温信トレイ	戸市 アカウントのセ				
	◎メール ◎チ				
	🎆 新規カレンダー				
	高度な機能				
	Q メッセージを検	手動設定(M)		続ける(C) キャンセル(A)	
	高 メッセージフィル	レターの設定を変更	57		

12. 以下のとおり、受信サーバと送信サーバの設定内容が表示されます。ECCSクラウド メールの場合は、受信方式以外を設定する必要はありません。 受信方式を設定後、<完了>を押下します。

<ul> <li>□ ーカルフォルダー</li> <li>□ 欠信   ∨  P 件成   ∨  □ チャット</li></ul>	<ul> <li>         ・ マウイック2-         Thunderbird Mail         アカウント         このアカウント・         このアカウントのセ         アカウントのセ         メール ゆチ         新規カレンダー?     </li> </ul>	あなたのお名前:     受信者に表示される名前です       メールアドレス:     ●g.ecc.u-tokyo.ac.jb       パスワード:     ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・			
	高度な機能				
	Q メッセージを検索 メッセージフィル	₹する √ターの設定を変更する			

※受信方式については、今後もThunderbirdでECCSクラウドメールをご利用になる 場合は、IMAPもしくはPOP3のうちご希望の方を選択してください。 本移行の目的でThunderbirdにECCSクラウドメールを設定された場合は、IMAPを推 奨します。

13. ECCSクラウドメールのメールアドレスの設定が完了しますので、<OK>を押下しま す。

ヨーカルフォルダー 日 毎年 レット クマドレス集	D	✓ ● @ .u-tokyo.a サーバー設定	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。	
<ul> <li>▲ ● ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</li></ul>	Thur 77 S	・ ばったな と特別なフォルダー 編集とアドレス入力 迷惑メール 同期とディスク領域 開封確認 セキュリティ ▼ ● ● @g.ecc サーバー設定 アカウント操作 ▼	アカウント名: ローカルフォルダー メッセージの保存 巻 7時にゴミ港を空にする メッセージの保存先: /Users キャンセル	選択 OK
<ul> <li></li></ul>		新規カレンダーを作成する		
	高度	な機能		
· · ·	Q.	メッセージを検索する		

- 14. メールホスティングサービスのメールアドレスからECCSクラウドメールのメールアドレスへ、必要に応じてメールを移動またはコピーします。 メールを移動した場合は移動元のアカウントからメールが削除され、コピーした場合はコピー元のアカウントにメールが残ります。
  - a. 1通ずつ移動する場合

メールホスティングサービスのメールの中から必要なメールを選択し、 ECCSクラウドメールの受信トレイもしくは適切なフォルダへドラッグ&ド ロップします。

受信トレイ - @ .u-to)				
🖵 受信 🖌 🖋 作成 🖌 🖵 チャット 🙎 アドレス帳	S タグ ~ ▼ クイックフィルター	Q 検索 <೫K>		≡
✓ @ @ .u-tokyo.ac.jp	🞗 🗌 東 未読 🏠 スター付き 🙇 知り合い 🛇 タグ付き 🌔	」添付あり	Q このフォルダーのメッセージを絞り込む	© <∲#K>
● 受価トレイ → 送価券みトレイ 〕 ゴミ箱 □ Draft ■ spam ● 受信トレイ ● 受信トレイ ● 受信トレイ ● 受信トレイ ● (formal)	★ 0 件名 ・ ・ ・ のメール記者のテストです ・	•• 道德相手 • ·	▲ 送信日料 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●	^ R.
	・ 出人 < @ .u-tokyo.ac.jp>介 作名 のメール配信のテストです 現代	・ 2 送信   <sup>●</sup> 9 全員に送信   •   → 転3	● ま) ( <b>○</b> アーカイブ ) ( <b>○</b> 建築マークを付ける )	① 削除 その他 マ 2020/01/14 16:10

## ↓ドラッグ&ドロップ後↓

			0 40.00				
	<b>S</b> 39 <b>V</b> 919997703-	2	Q				
◆ (音 _ @u-tokyo.ac.jp		0 添付あり		Q このフォルダ-	ーのメッセージを絞り込	C <�₩K>	
二 送信済みトレイ	≥★ ◎ 件名	00	通信相手		● 送信日時		~ 円
	• • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•					
Draft	•	•			0		
spam		•					
v 🙆 @g.ecc.u-tokyo.ac.jp							
◎ 受信トレイ							
> 🥁 [Gmail]							
	-					_	
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·						
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				0		
> 🧰	the second state of the se						
	<ul> <li>のメール配信のテストです</li> </ul>				6 2020/01	/14 16:10	
	And and these press in the same and	•			0		
	In granter campoon to		-		0	-	
	•	•			0	-	
	差出人 < @ .u-tokvo.ac.ip>☆	ち返信 の全員	に返信 ∨ → 転	送 戸 アーカイブ	▲ 迷惑マークを付ける	前祖除	その他~
	件名 のメール配信のテストです					2020/0	1/14 16:10
	宛先				-		
	CALLER - Addition Deliver in the Control Control of the Control of						

b. 複数通移動する場合

移動対象のメールを全て選択した状態で、1通ずつの場合と同様に、ECCSク ラウドメールの受信トレイもしくは適切なフォルダへドラッグ&ドロップし ます。

c. 1通ずつコピーする場合 メールホスティングサービスのメールの中から必要なメールを1通選択し、 右クリックからくメッセージをコピー>→<>>→<ECCSクラウドメール> →<>>→<受信トレイ>を選ぶと該当のフォルダにメールがコピーしま す。

d. 複数通コピーする場合 コピー対象のメールを全て選択した状態で、右クリックからくメッセージを コピー>→<>>→<ECCSクラウドメール>→<>>→<受信トレイ>を選 ぶと該当のフォルダにメールがコピーします。

Tips:メールの容量が多すぎて、移行に失敗する

Google社によるIMAPの帯域幅制限のため、一日あたりに移行可能な容量上限は500MBと なっています。詳細は以下のリンクをご覧ください。 https://support.google.com/a/answer/1071518?hl=ja

Thunderbirdを利用してIMAPで大量のメールを移行する場合は、メールをフォルダ分けして 各フォルダ内のメールを全選択し、14.bの方法で移行することを推奨いたします。

● Thunderbirdでメールをフォルダ分けする方法 フォルダに移動するメールを全て選択し、移動するフォルダヘドラッグ&ドロップ します。

	☆ □ 未読 ☆ スター付き	名 知り合い 🛇 タグ付き 🔋 添付あり	Q このフォルダーのメッセージを絞り込む <0	r≋K>
@u-токуо.ac.jp	>★ ◎ 件名	<b>00</b> 通	雪相手 🕒 送信日時	^
	• 0		© 2020/01/09 16:55	
	• 0			
画 送信済みトレイ	• 0		© 2020/01/09 18:0	
	• • 0		© 2020/01/09 19:0	
Draft	• 0		Ø 2020/01/09 21:01	
spam .	• 0			
ローカルフォルダー	• 🕄			
1 ゴミ粕	• 0			
● 送信トレイ	• 0		9 2020/01/10 13:02	
	• D		© 2020/01/10 14:00	5
	スレッド数: 11		<u>⊡</u> 7− <i>n</i> +	ブ 前岸
	-	A CONTRACTOR OF A CONTRACTOR A C		e

Thunderbirdで各フォルダの容量を確認する方法

	ツールバー					
交信   * / 作成   * レナヤット 谷 /	レイアウト	▶ ✓ クラシック表示	Q			
@ @g.ecc.u-tokyo.ac.jp	フォルダー	▶ 横長表示 縦主子	き 🕛 添付あり	Q このフォルダーの		
	Today ペイン	►	00	通信相手		
	カレンダー	▶ √フォルダーペイン				
	ToDo	► フォルターペイン列 ↓ ★ ₩ Ħ = ジパイン	- 0			
	並べ替え順序		-0			
	スレッド	•	100 Mar			
• <u> </u>	ヘッダー	<ul> <li>International international internatione international international international international inte</li></ul>				
	メッセージの表示形式	•				
	✔ 添付をメッセージ本文に表示					
	拡大/縮小	•				
	テキストエンコーディング	•				
	メッセージのソース	<b>#U</b>				
-	メッセージのセキュリティ情報	1-1-1 BB				
-						

1.

2. メールのサイズが表示されます。

フォルダ単位でメールを移行する場合は、フォルダのサイズが「500MB」を 超えないようにお願いいたします。余裕を持って450MB程度にすることを推 奨します。



デフォルト設定によっては、<サイズ>の項目がが表示されない場合もあります。その場合は、表示されたペイン横の、以下画像で赤枠で囲まれたマークをクリックし、<サイズ>を選択してチェックを入れてください。



なお、フォルダ分けを行った状態で、ECCSクラウドメールに移行した場合、ECCSクラウドメール側で移行の際に格納されていたフォルダ名のラベルが付与されます。

ラベルを削除したい場合は、ECCSクラウドメールのWebインタフェースで、<設定>の<ラベル>タブで削除したいラベルを削除してください。 なお、ラベルを削除しても、メールが消えることはありません。

➡ 作成	作成	設定 2				
		全般 ラベル 受信トレイ アカウント	ト フィルタとプロック中のアドレス メール転送と POP/IN	IAP チャット 詳細設定 オフライン	テーマ	
*	スター付き	ラベル	ラベル リストに表示	メール リストに表示	操作	
© >	スヌーズ中 送信済み	新しいラベルを作成	★示 非表示 支持の提合は表示	表示 非表示 2	削除 編集	
	下書き		and allocation senses and process		193107	
			表示 非表示 未読の場合は表示	<b>表示</b> 非表示	削除 編集	
	No. of Street,	divergent.	表示 非表示 未読の場合は表示	表示 非表示	削除 編集	
*	an regard		素元 非表示 未渉の場合は表示	表示 非表示	制除 編集	