

**【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アドレスを、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 -  
[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)
  
  - 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](https://www.ecc.u-tokyo.ac.jp/announcement/2016/02/08_2116.html)

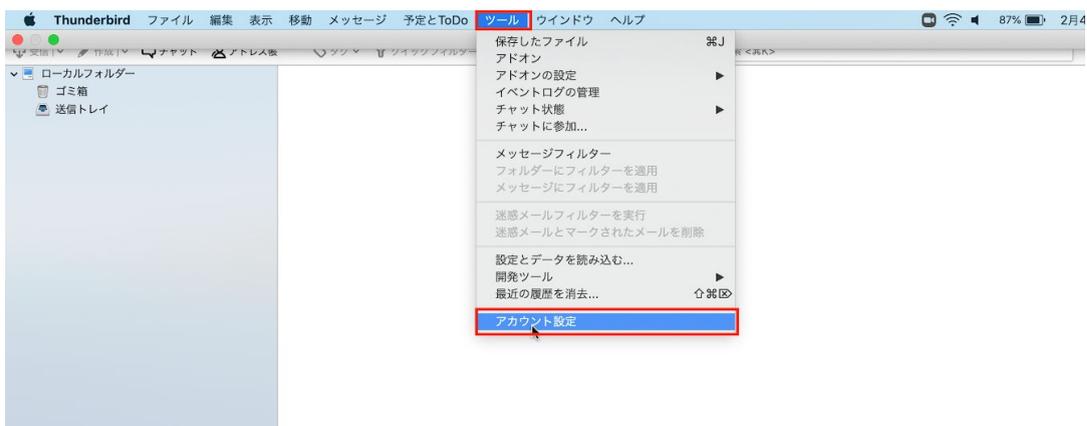
1. ThunderbirdをPCにインストールします。  
アプリケーションのダウンロード・インストール方法については、以下のページをご覧ください。

<https://www.thunderbird.net/>

2. 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。)



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。



4. 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。



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。



6. 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

<https://mh.itc.u-tokyo.ac.jp/mailler.html>

設定内容を入力後、<再テスト>を押下します。



※ 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。

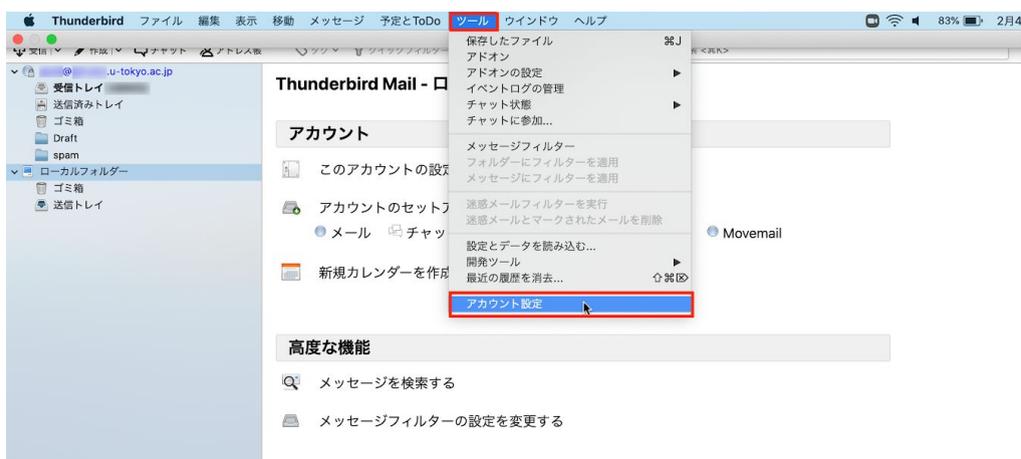
7. 「次のアカウント設定が、指定されたサーバを調べることにより見つかりました」というメッセージが表示されたら、<完了>を押下します。



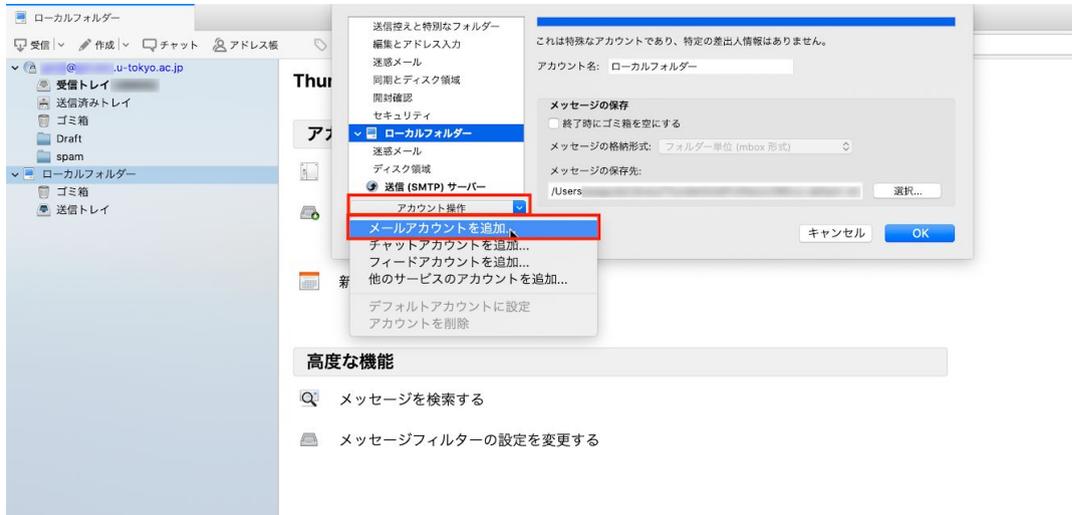
8. メールホスティングサービスのメールアドレスの設定が完了しますので、<OK>を押下します。



9. 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。



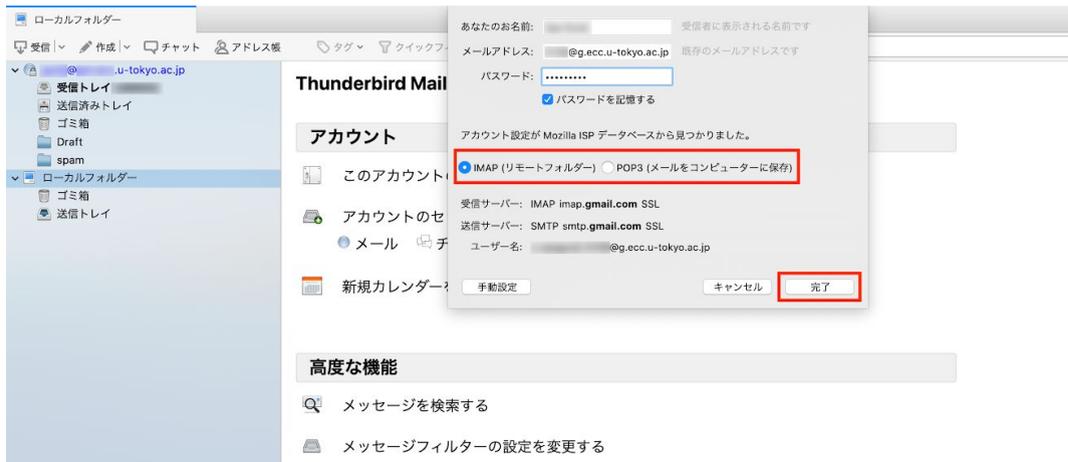
10. <アカウント操作>から<メールアカウントを追加>を選択します。



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。

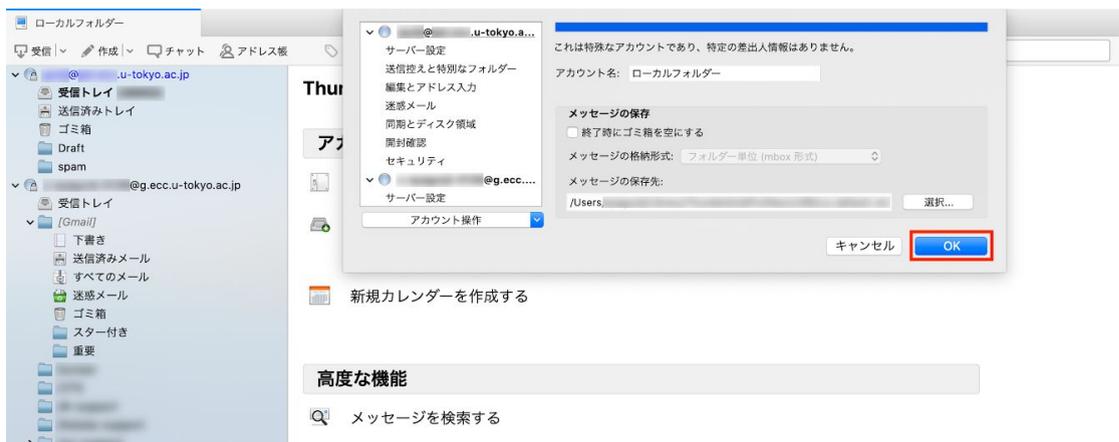


12. 以下のとおり、受信サーバと送信サーバの設定内容が表示されます。ECCSクラウドメールの場合は、受信方式以外を設定する必要はありません。受信方式を設定後、<完了>を押下します。



※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。

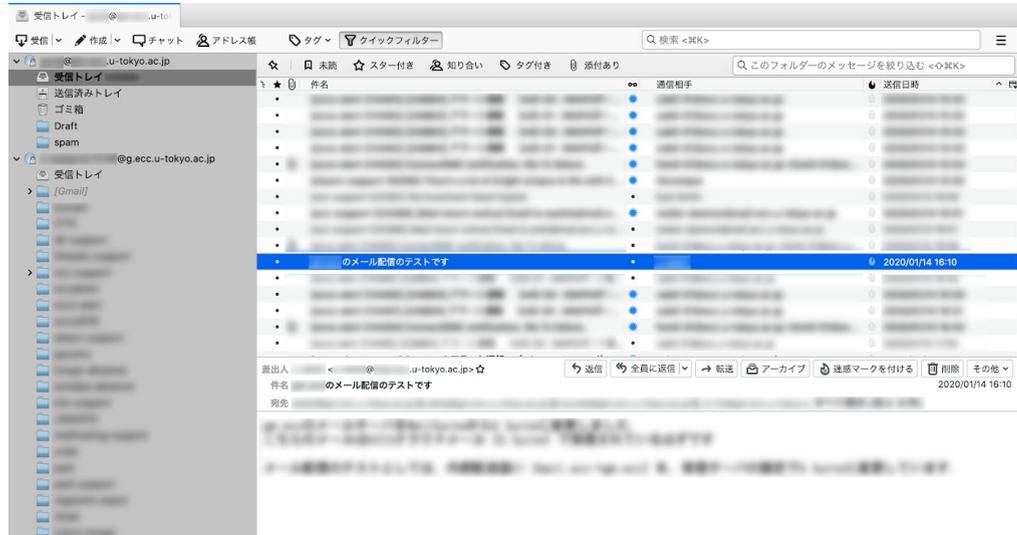
13. ECCSクラウドメールのメールアドレスの設定が完了しますので、<OK>を押下します。



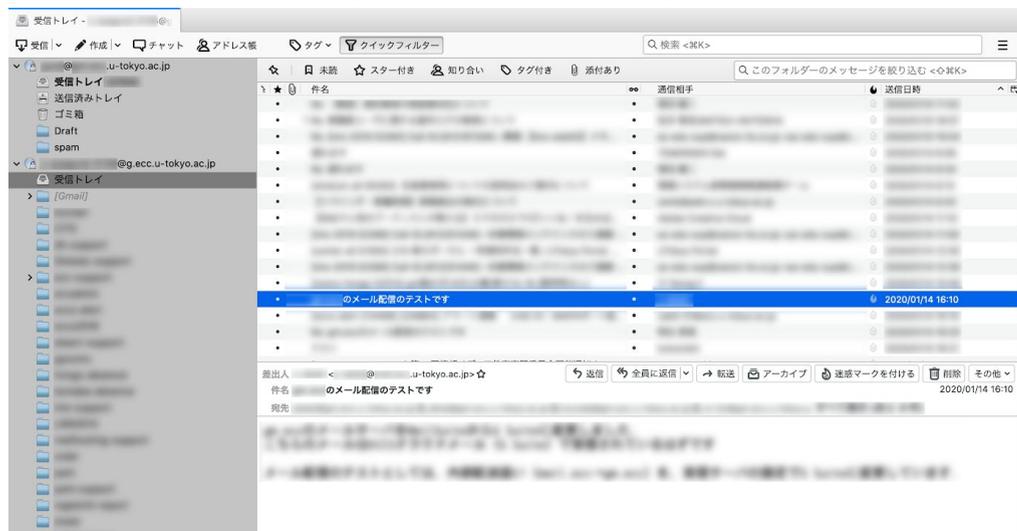
14. メールホスティングサービスのメールアドレスからECCSクラウドメールのメールアドレスへ、必要に応じてメールを移動またはコピーします。  
メールを移動した場合は移動元のアカウントからメールが削除され、コピーした場合はコピー元のアカウントにメールが残ります。

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。



↓ドラッグ&ドロップ後↓



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<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<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

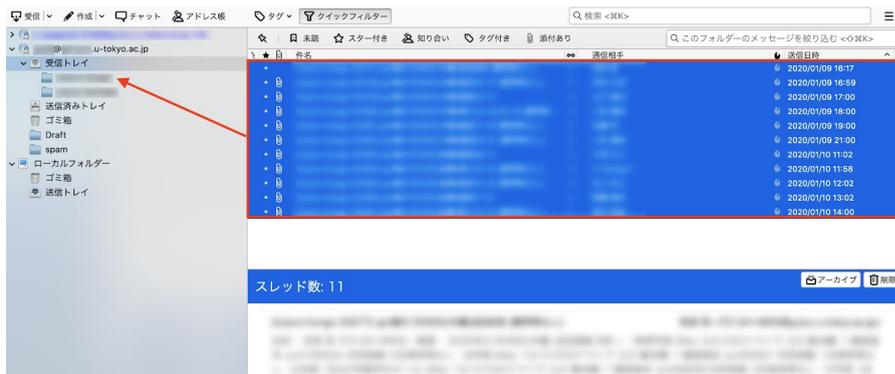
Google社によるIMAPの帯域幅制限のため、一日あたりに移行可能な容量上限は500MBとなっています。詳細は以下のリンクをご覧ください。

<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。

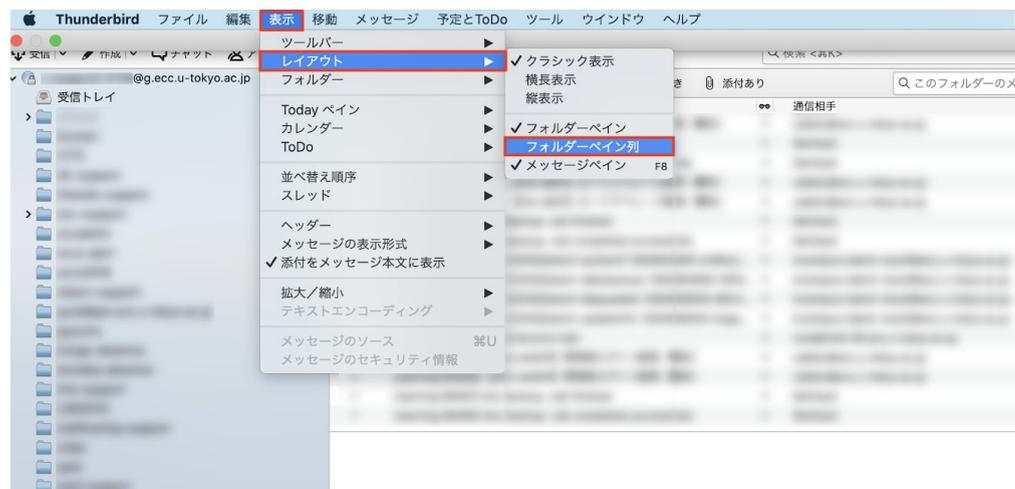
- Thunderbirdでメールをフォルダ分けする方法

フォルダに移動するメールを全て選択し、移動するフォルダへドラッグ&ドロップします。

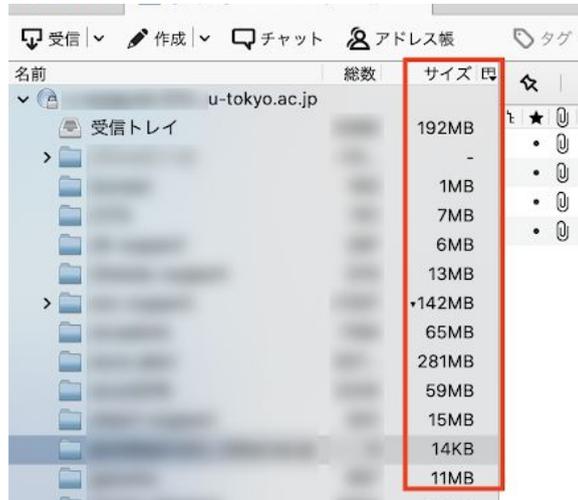


- Thunderbirdで各フォルダの容量を確認する方法

1. <表示>→<レイアウト>→<フォルダーペイン列>を選択し、<フォルダーペイン列>にチェックを入れます。



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。



3. デフォルト設定によっては、<サイズ>の項目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。



4. 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インターフェースで、<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。

