

Thunderbird
から
Gmail への移行手順書
(メール編)

2013年9月3日
第1版

目次

1. 環境確認	1
2. 目的	1
3. 必要な物	1
4. データ移行の流れ.....	1
5. 移行準備	2
5-1. 移行ツール準備.....	2
5-2. emlXtractor のインストール.....	3
5-3. Thunderbird のプロファイルフォルダを確認.....	4
5-4. メール形式の変換	6
5-5. Outlook Express への移行	8
5-6. Outlook への移行	8
5-5. WindowsLiveMail への移行.....	9
5-6. Outlook への移行	9

1. 環境確認

OS : Windows
メールソフト : Thunderbird

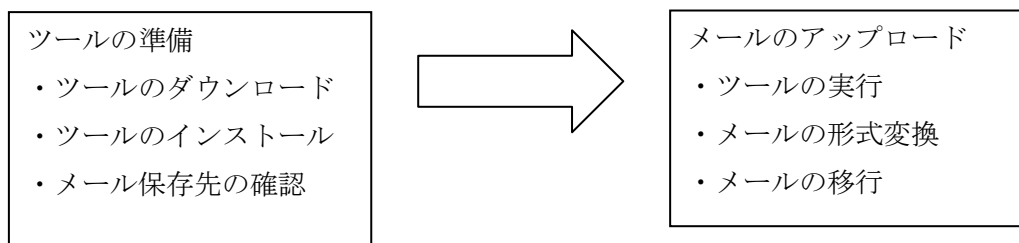
2. 目的

Thunderbird 内のメールデータを OutlookExpress/WindowsLiveMail を経由し、Outlook へ保存する。
Outlook にデータを移行することにより、Outlook からメールデータを Gmail に移行できる。

3. 必要な物

Thunderbird を使用している Windows
メーラーとして使用中の Thunderbird
OutlookExpress/WindowsLiveMail ・ Outlook
emlXtractor (Thunderbird のメール形式から Outlook のメール形式に変更するツール)

4. データ移行の流れ



5. 移行準備

5-1. 移行ツール準備

emlXtractor のダウンロード

以下のサイトから、[emlXtractor](http://jp-bridge.com/jp/emlxtrect/) をダウンロードします。

(<http://jp-bridge.com/jp/emlxtrect/>)



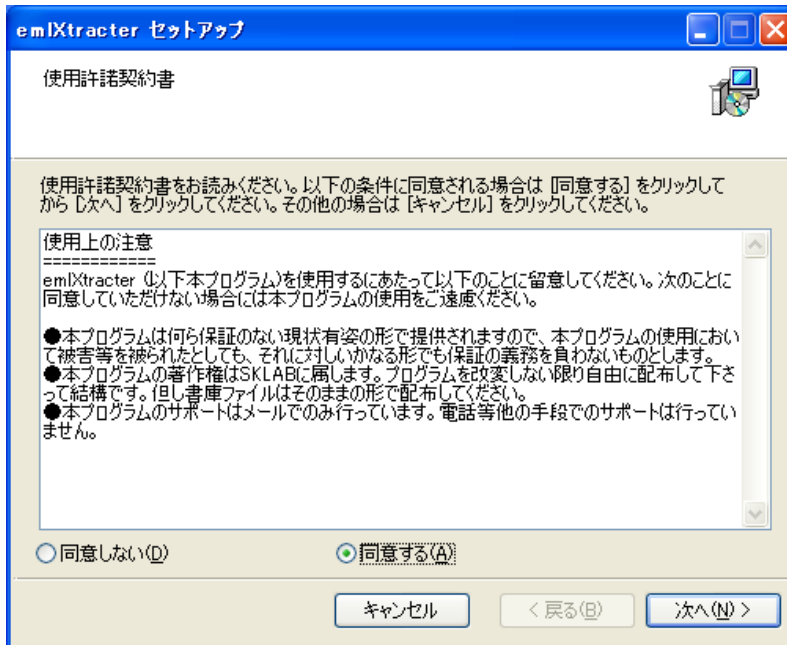
[[emlxt109.exe](#)] をクリックします。



[[emlxt109.exe](#)] をクリックしファイルを保存します。

5-2. emlXtractor のインストール

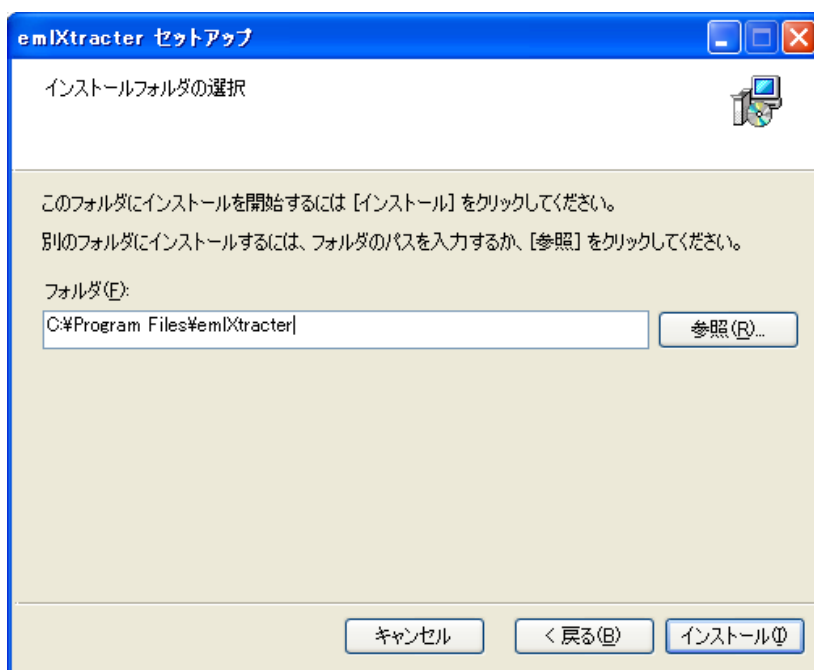
ダウンロードした[emlxt109.exe]をクリックし、インストールを実行します。
実行すると、使用許諾契約書が表示されるので、[同意する]を選択します。



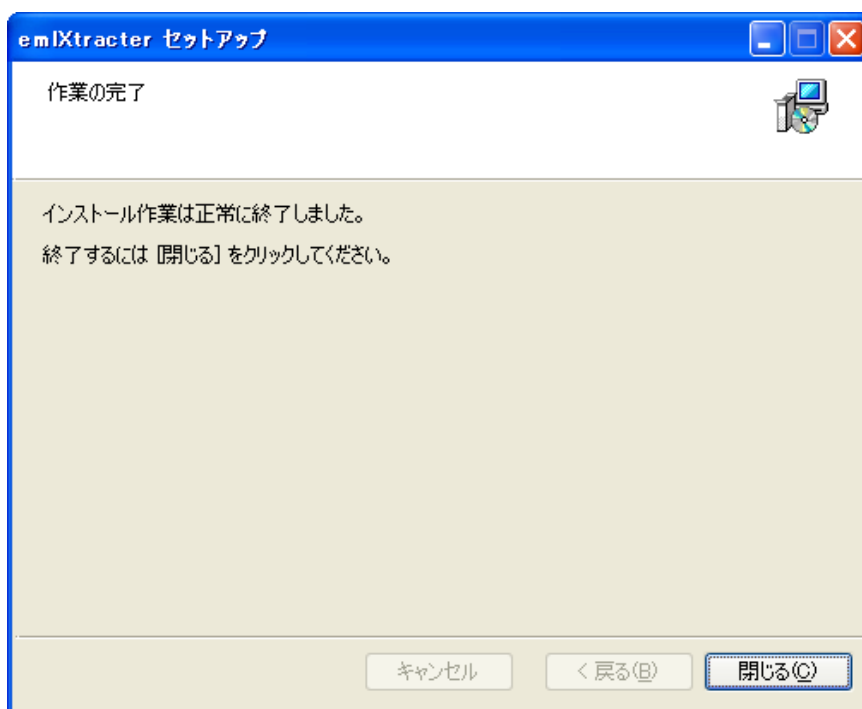
インストールフォルダの選択が出来るので指定したいフォルダを選択します。

※ここでは、C:\Program Files に emlXtractor フォルダを作成して、インストールします。

インストールフォルダの決定後、[インストール] をクリックします。



しばらくすると、インストールが完了するので、[閉じる] をクリックします。

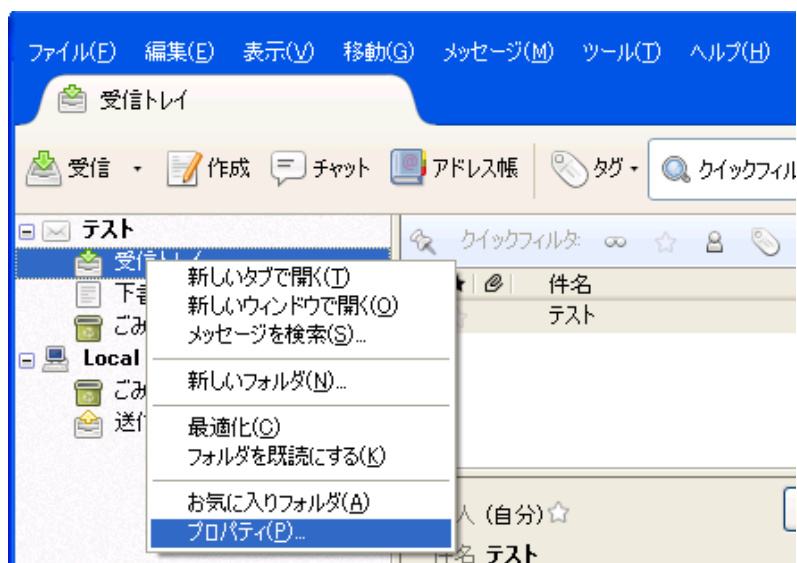


[スタート]→[すべてのプログラム]→emlXtractor が追加されていることを確認してインストールの終了です。

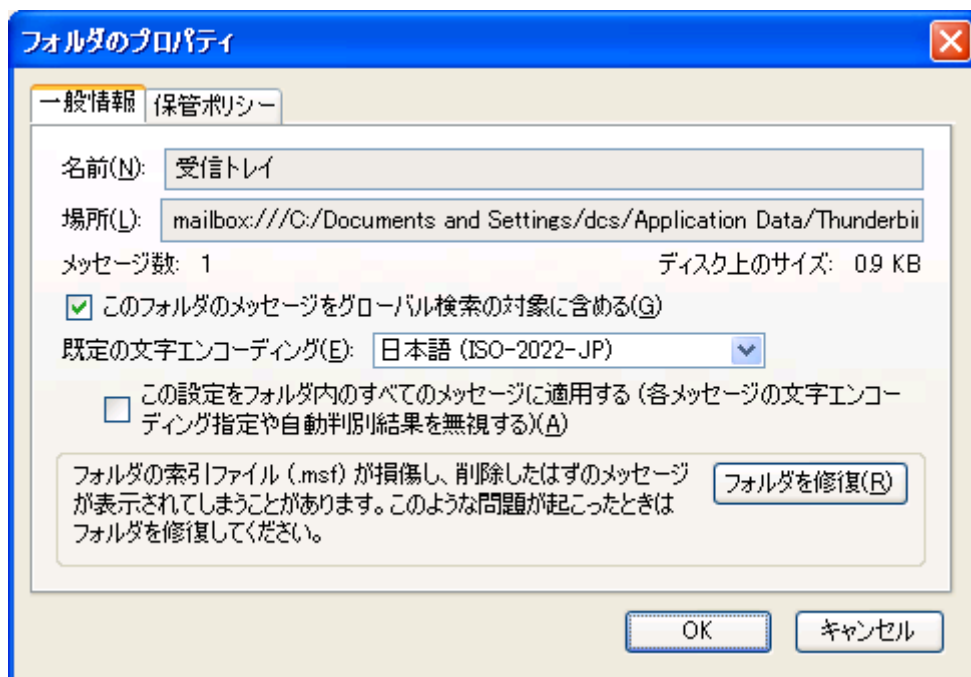
5-3. Thunderbird のプロファイルフォルダを確認

プロファイルフォルダ(メールの保存先フォルダ)を確認するには、以下の手順を行います。

- ①Thunderbird を起動します。
- ②受信トレイを右クリックし、[プロパティ]をクリックします。



- ③[フォルダのプロパティ]が表示されます。[場所]に表示されている「mailbox:///」を除いたものがプロファイルフォルダのパスになります。

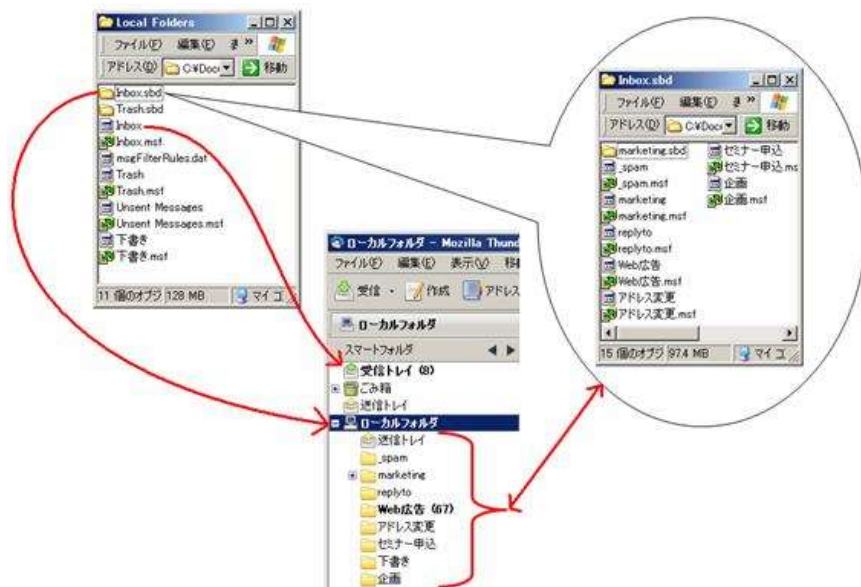


上記の例では、

C:/Documents and Settings/XXXXXXX/ApplicationData
/Thunderbird/Profiles/6n84c2s4.default/Mail/pop.gmail-4.com/Inbox がプロファイル
フォルダになります。

プロファイルフォルダにあるファイルやフォルダと、Thunderbirdにあるフォルダは下記のように対応しています。

移行したいフォルダをよく確認します。

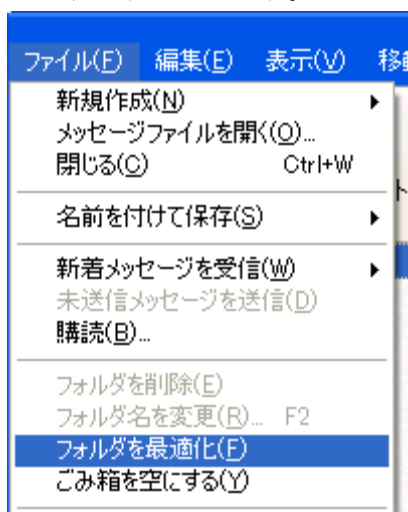


5-4. メール形式の変換

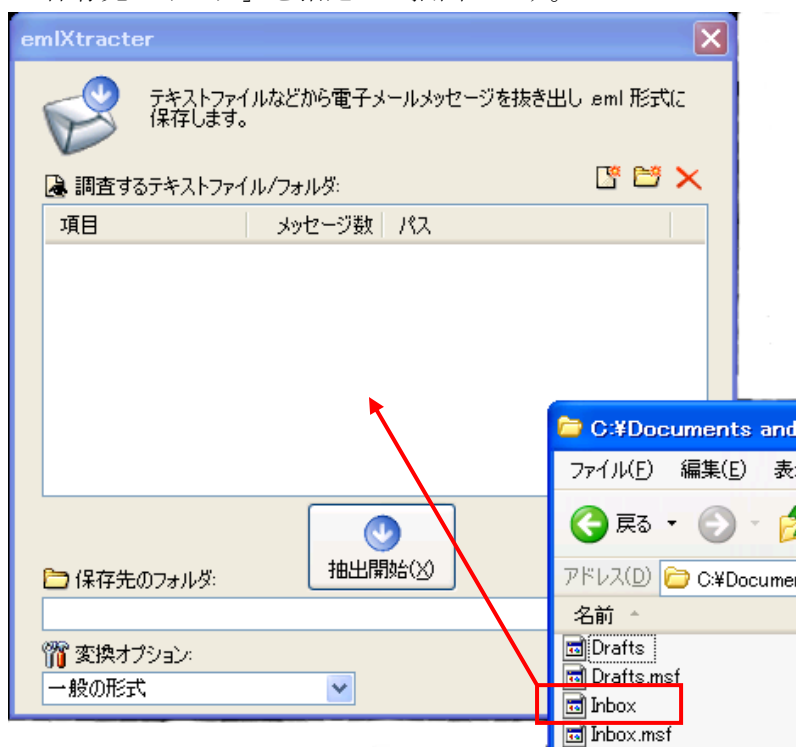
Thunderbirdの電子メール形式を次の手順で変換します。

- ① Thunderbirdで不要な電子メールを削除しておきます。作業時間を短縮するためです
- ② Thunderbirdで、「フォルダを最適化」を行います。

変換後、過去に消した電子メールや自動的に消去された迷惑メールなどが復活しないようにするためです。



- ③ Thunderbird を終了します。
- ④ emlXtractor を起動します。
- ⑤ Thunderbird のプロファイルフォルダ内にあるファイル（拡張子のついていないファイル）をドラッグ&ドロップします。
この操作は Thunderbird のフォルダごと（1ファイルごと）行い、それぞれ別の「保存先フォルダ」を指定して抽出します。



- ⑥ [保存先のフォルダ]を選択します。
- ⑦ [変換オプション]は「一般の形式」を選択します。
- ⑧ [抽出開始]をクリックします。
- ⑨ 抽出が完了すると指定したフォルダに電子メール単位のファイルが作成されます。



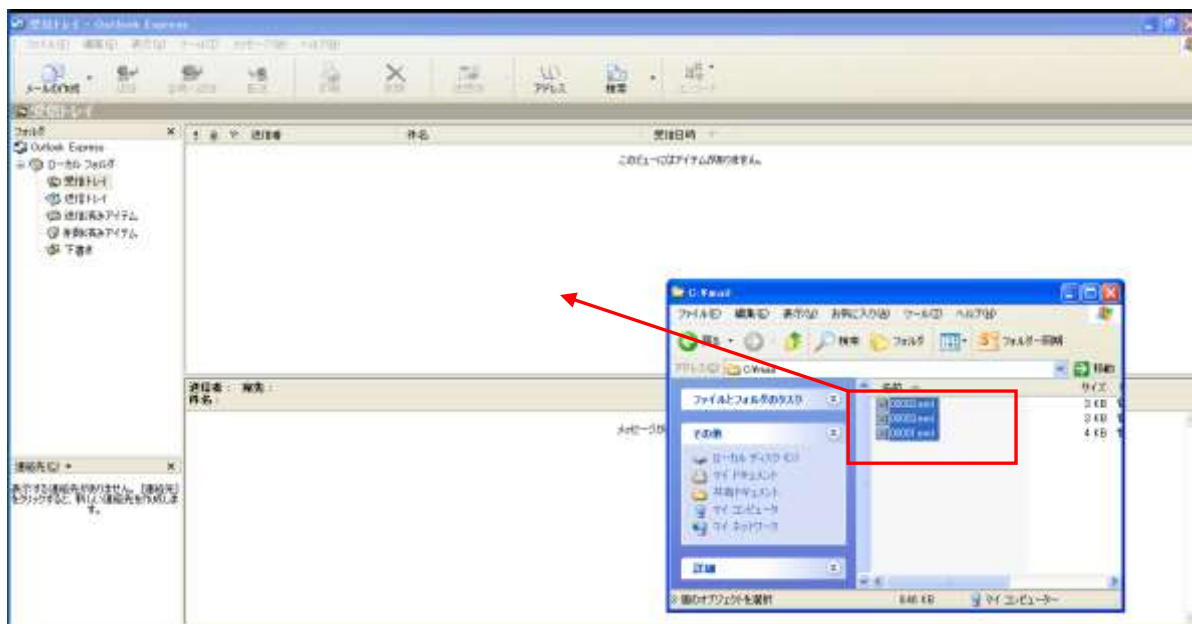
※電子メール単位のファイルが作成される為、時間がかかることがあります。

次行程からは、利用している OS によって作業内容が変わります。

◆WindowsXp の方

5-5. Outlook Express への移行

- ① Outlook を Express を起動します。
- ② 抽出した*.eml ファイルをドラッグ&ドロップします。



5-6. Outlook への移行

OutlookExpress にコピーしたメールデータを、Outlook へ移行します。

「データアップロード手順書_Outlook Express メール編」を参照ください。

上記手順書内に記載がありますが、Outlook から Gmail へのメールデータアップロードは、「データアップロード手順書_Outlook」を参照ください。

◆Windows7 の方

5-5. WindowsLiveMail への移行

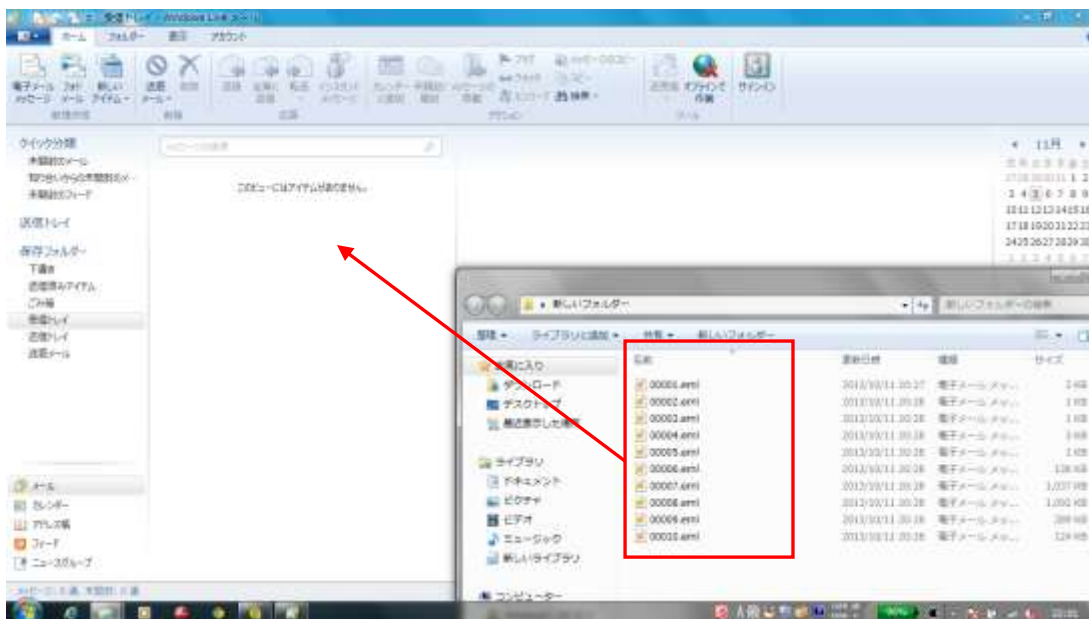
①WindowsLiveMail のインストール

<http://download.live.com/wlmail>

より、WindowsLiveMail をダウンロードし、インストールします。

②インストールした WindowsLiveMail を起動します。

③抽出した*.eml ファイルをドラッグ&ドロップします。



5-6. Outlook への移行

WindowsLiveMail にコピーしたメールデータを、Outlook へ移行します。

「データアップロード手順書_Windows Live メール メール編」を参照ください。

上記手順書内に記載がありますが、Outlook から Gmail へのメールデータアップロードは、「データアップロード手順書_Outlook」を参照ください。