

Windows Mail  
から  
Gmail へのアップロード  
手順書  
(アドレス帳編)

2013年9月3日  
第1版

## 目次

1. データアップロード手順書(Windows Mail アドレス帳編) .....-1-

## データアップロード手順書(Windows Mail アドレス帳編)

アドレス帳アップロードを行うため、まず Microsoft Outlook に移行した後、専用ツール Google Apps Migration for Microsoft Outlook を使用して、Gmail へのアップロードを行います。

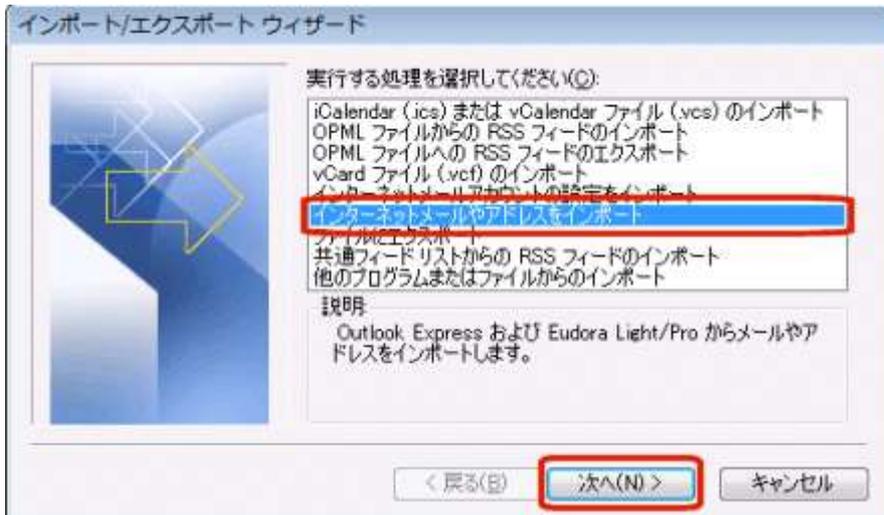
1. Outlook を開きます。
2. Outlook で [ファイル] タブ、[開く]、[インポート] の順にクリックして [インポート/エクスポート ウィザード] を起動します。

【ファイルメニュー】



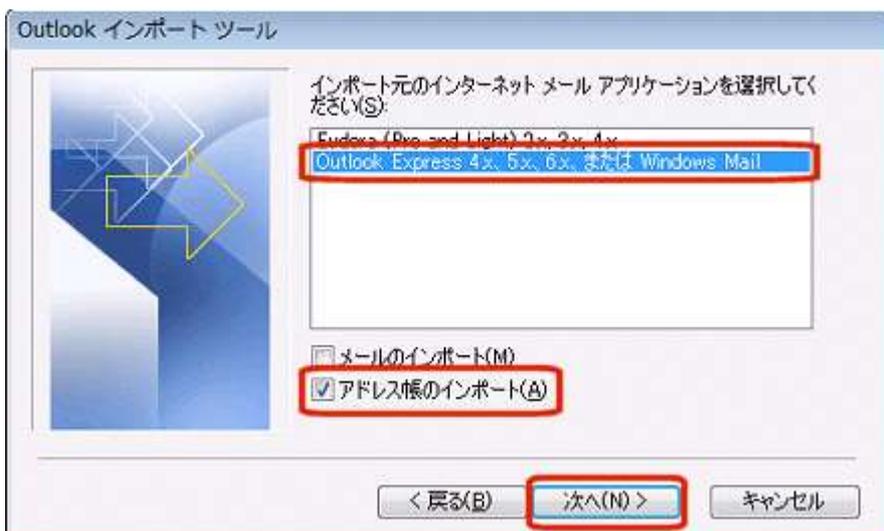
3. [実行する処理を選択してください] ボックスの一覧から、[インターネットやアドレスをインポート] をクリックし、[次へ] をクリックします。

【インポート/エクスポートウィザード】



4. [インポート元のインターネット メール アプリケーションを選択してください] ボックスの一覧から [Outlook Express 4.x、5.x、6.x、または Windows Mail] をクリックしてインポート元として選択します。次に、[アドレス帳のインポート] チェック ボックスがオンになっていない場合は、オンにして、[次へ] をクリックします。

【インポート元の選択】



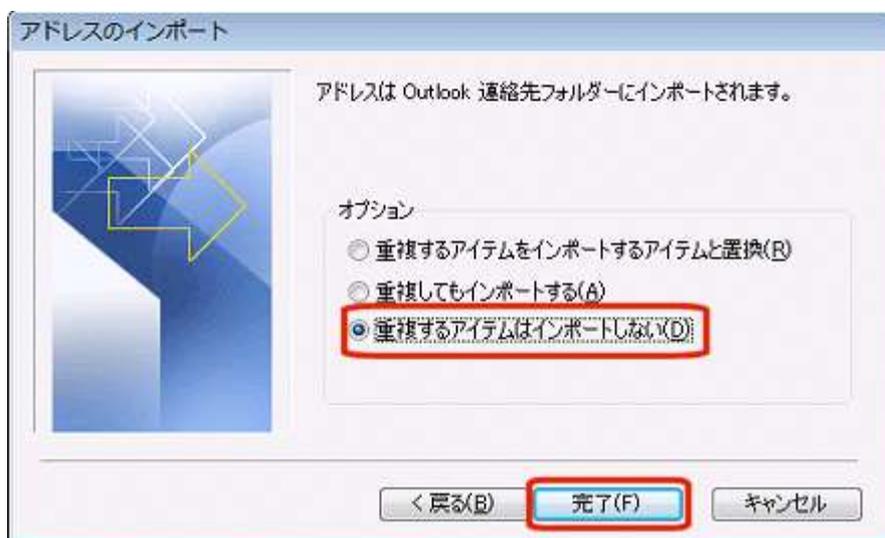
5. 重複するアイテムのインポート方法を選択します。

[オプション] から次のいずれかの項目をクリックし、[完了] をクリックします。

- [重複するアイテムをインポートするアイテムと置換]：重複する連絡先がある場合、Outlook の既存のデータを上書きします。
- [重複してもインポートする]：重複する連絡先があってもインポートし、既存の Outlook の連絡先を残します。
- [重複するアイテムはインポートしない]：重複する連絡先のインポートを行いません。

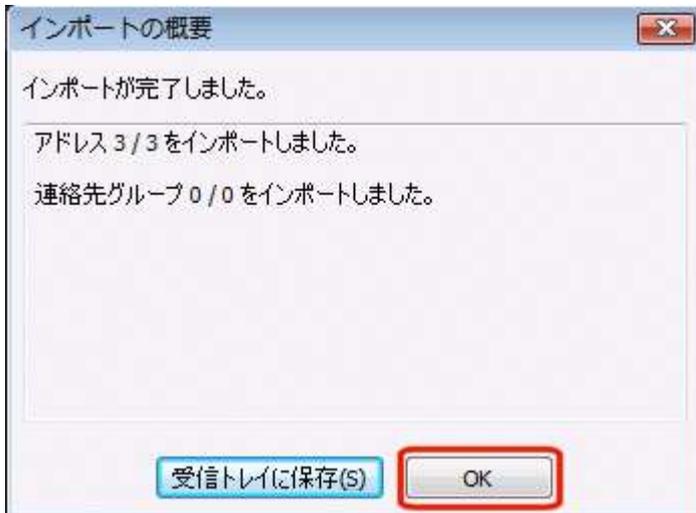
ここでは例として、[重複するアイテムはインポートしない] をクリックします。

【エクスポートフォルダ選択】



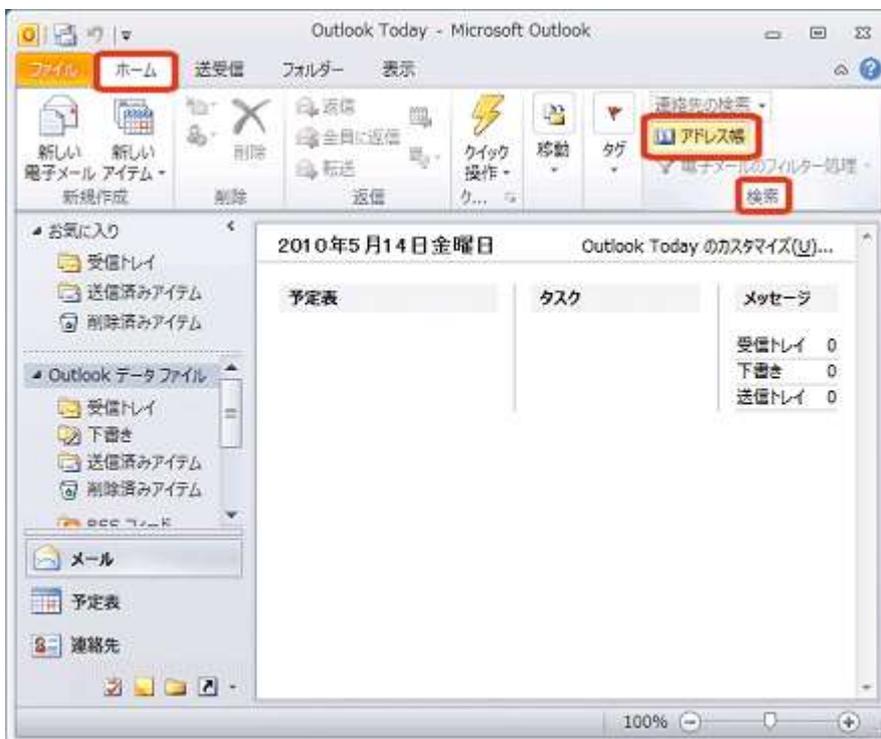
6. インポートの結果を確認し、[OK] をクリックします。

【インポートの概要】



7. 再びOutlook画面を表示し、[ホーム] タブの [検索] グループにある [アドレス帳] をクリックしアドレス帳を表示します。

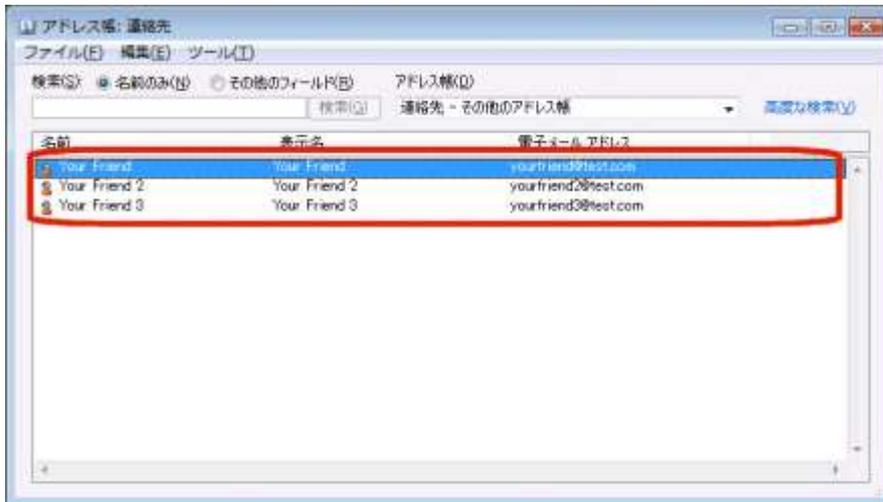
【ホームメニュー】



8. アドレス帳に連絡先がインポートされたことを確認します。

これで、アドレス帳移行事前準備の完了です。

【アドレス帳】



※その後の Gmail へのアドレス帳アップロードは、「データアップロード手順書\_Outlook」を参照下さい。