

Apple Mail  
から  
Gmail への移行手順書  
(アドレス帳編)

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. 移行準備.....	- 1 -
5. アドレスブックのエクスポート.....	- 2 -
6. 連絡先のインポート.....	- 3 -

## 1. 環境確認

OS : Macintosh  
アドレス帳 : Apple アドレスブック

## 2. 目的

Apple アドレスブック内のアドレス帳データを Gmail へ保存する。

## 3. 必要な物

Apple アドレスブックを使用している Macintosh  
移行先 Gmail のアカウント

## 4. 移行準備

Mac で Thunderbird を使用の方は、以下の手順を行ってから手順番号 5 を行ってください。

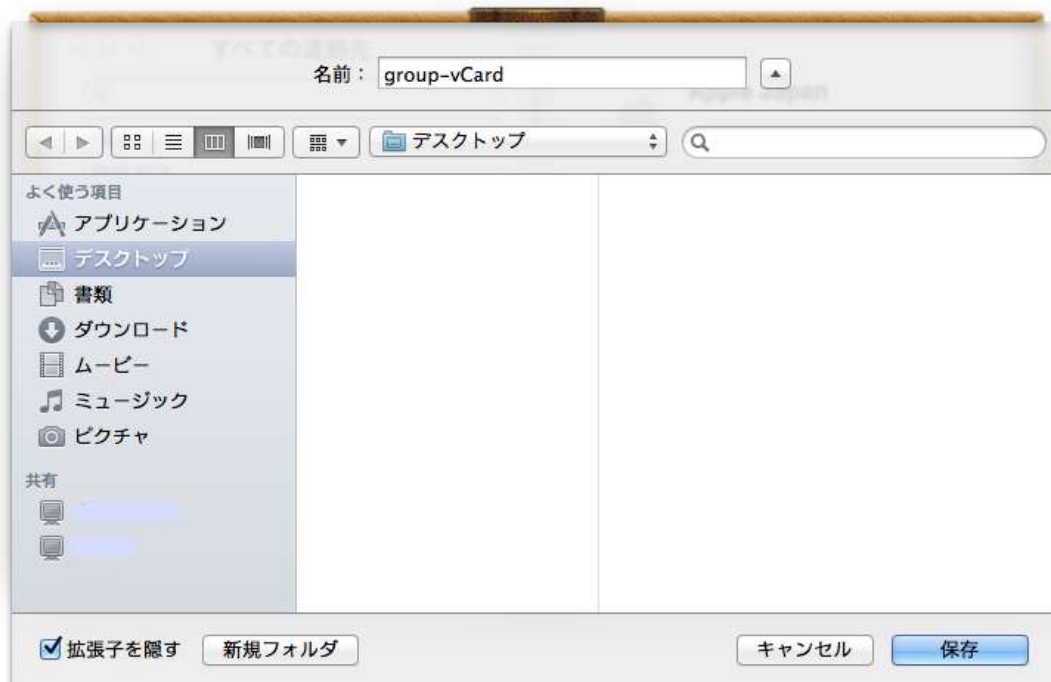
- 4-1. Thunderbird のアドレス帳を開く。
- 4-2. 「ツール>エクスポート」でアドレス帳を書き出す (.ldif 形式)
- 4-3. Apple アドレスブックを開く。
- 4-4. [ファイル]->[読み込む]を選択し、LDIF 形式を選択し、Thunderbird から書き出した LDIF 形式のファイルを指定して読み込みます。
- 4-5. 読み込まれたアドレス帳が Apple アドレスブックに含まれているか確認します。

## 5. アドレスブックのエクスポート

Apple アドレスブックからアドレス帳をエクスポート

※前提として、Apple アドレスブックを使用中とする。

Apple アドレスブックを起動



Apple アドレスブックを開いたら、[ファイル][書き出す][グループの vCard を書き出す]  
任意の名前で保存(ここでは[group-vCard]として保存)

## 6. アドレス帳のインポート

Gmail 側でアドレス帳をインポートする

Gmail へユーザー名とパスワードを入力しログインする



ログイン後左上の[メール▼]から[連絡先]をクリック



連絡先へ移動したら[その他▼]の[インポート]をクリック



[選択]をクリックし先程保存した[group-vCard]を開き、[インポート]をクリック



上図の用にアドレス帳の中身が反映されていれば完了とする。