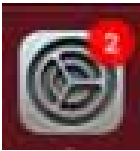


---

### 3-3-6. Mail (Mac)

To check your email for your @s address (s+last 7 digits of your student ID number@s.tsukuba.ac.jp) and @u address (s+last 7 digits of your student ID number@u.tsukuba.ac.jp) using the macOS Mail program, follow the steps below.

1. Click [システム環境設定].



2. Click [インターネットアカウント].



3. Click the [+] icon in the lower left corner and then select [Microsoft Exchange].



4. Enter your name and email address (@s address or @u address) as your Exchange account information and then click [サインイン].

The screenshot shows the Microsoft Exchange account setup screen. At the top, there is the 'Microsoft Exchange' logo. Below the logo, there is the instruction '最初に、次の情報を入力してください:' (First, enter the following information:). There are two input fields: '名前:' (Name) with the value '筑波花子' (Tsukuba Hanako) and 'メールアドレス:' (Email address) with the value 'tsukuba@u.tsukuba.ac.jp'. At the bottom, there are two buttons: 'キャンセル' (Cancel) and 'サインイン' (Sign In), with the 'サインイン' button highlighted by a red box.

5. Click [サインイン].



6. In [パスワード], enter the password for your M365 account, and then click [サインイン].




7. Multi-factor authentication will be performed because authentication is required according to the multi-factor authentication configuration.

8. An access permission request appears. Scroll down and click [承認].



要求されているアクセス許可

Apple Internet Accounts  
Apple Inc. 

このアプリに必要なアクセス許可:


- Maintain access to data you have given it access to
- Sign in as you
- Access your mailboxes
- 組織の代理として同意する

これらのアクセス許可を受け入れることは、サービス利用規約とプライバシーに関する声明で指定されているとおりにこのアプリがデータを使用することを許可することを意味します。確認を行うための利用規約へのリンクが発行元によって提供されていません。これらのアクセス許可は <https://myapps.microsoft.com> で変更できます。 [詳細の表示](#)

このアプリは疑わしいと思われませんか? [こちらでご報告ください](#)



要求されているアクセス許可

Apple Internet Accounts  
Apple Inc. 

このアプリに必要なアクセス許可:

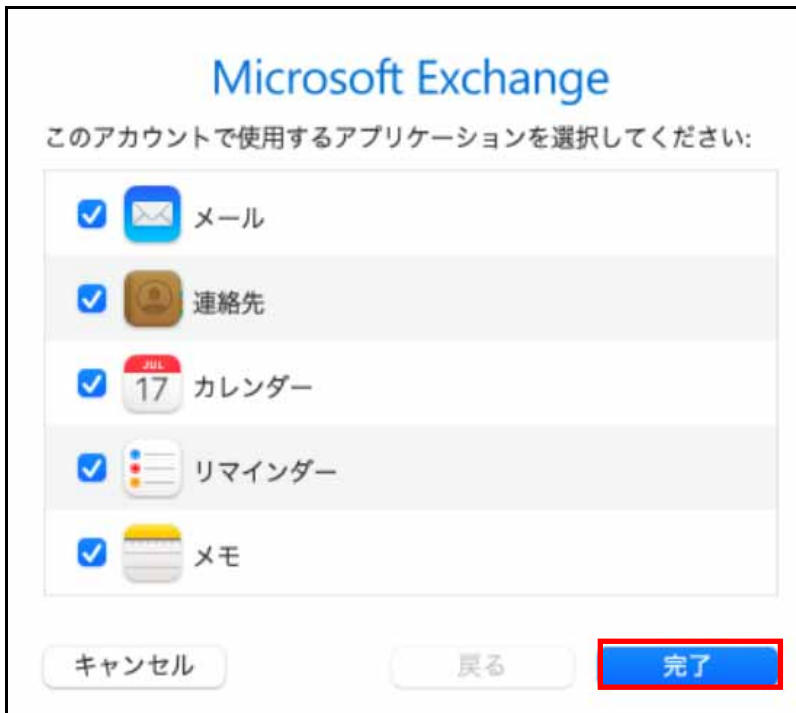
- Maintain access to data you have given it access to
- Sign in as you
- Access your mailboxes
- 組織の代理として同意する

これらのアクセス許可を受け入れることは、サービス利用規約とプライバシーに関する声明で指定されているとおりにこのアプリがデータを使用することを許可することを意味します。確認を行うための利用規約へのリンクが発行元によって提供されていません。これらのアクセス許可は <https://myapps.microsoft.com> で変更できます。 [詳細の表示](#)

このアプリは疑わしいと思われませんか? [こちらでご報告ください](#)

キャンセル

9. Select the service to be synchronized and then click [完了].



10. Confirm that your Exchange account has been added.

