

Thunderbird でのメールのバックアップ方法

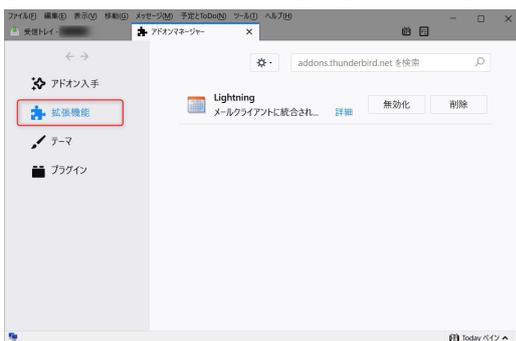
IMAP でメールを受信している Thunderbird でメールのバックアップを行う場合は、Thunderbird のアドオン「ImportExportTools NG」で行います。

「ImportExportTools NG」のインストール方法

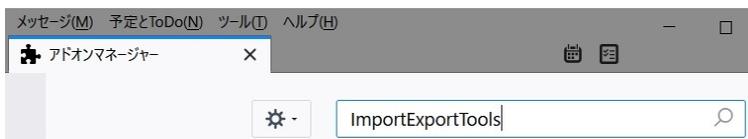
1. Thunderbird を起動し、[ツール]の[アドオンとテーマ]をクリックします。



2. [アドオンマネージャー]の[拡張機能]をクリックします。



3. 「ImportExportTools」と入力し、検索します。



4. 「ImportExportTools」の【Thunderbird へ追加】をクリックします。



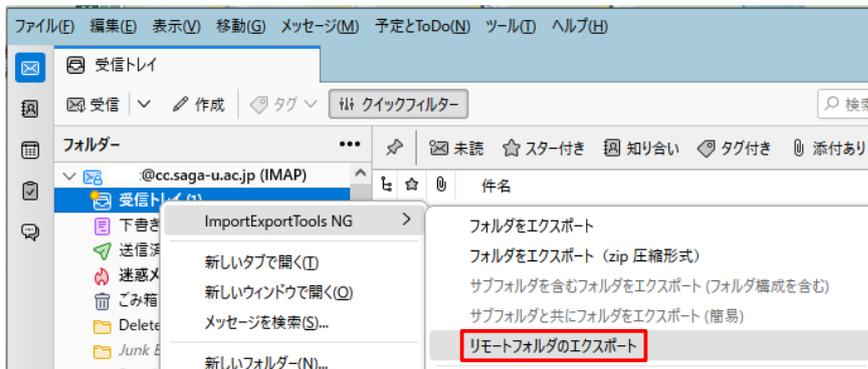
5. 【追加】をクリックし、「ImportExportTools NG が追加されました。」が表示されたら、【OK!】をクリックします。



メールデータのエクスポート

Thunderbird のフォルダ（例えば、受信トレイ）のメールをエクスポート（バックアップ）します。

1. 事前に保存先フォルダを作成しておきます。
2. Thunderbird を起動し、バックアップしたいフォルダを右クリックし、[ImportExportTools]の[リモートフォルダのエクスポート]をクリックします。

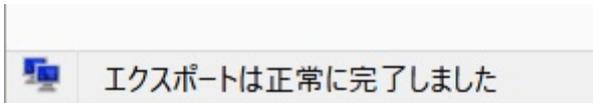


3. 確認画面が表示されたら【OK】をクリックします。



4. 「目的のフォルダを選択」画面で、事前に作成した保存先フォルダを選択し、【フォルダの選択】をクリックします。

- Thunderbird の画面左下に「エクスポートが正常に完了しました」が表示されたら完了です。
メールの容量によってはエクスポートに時間がかかる場合があります。



- 保存先フォルダ内に Thunderbird のフォルダ名のファイルが保存されていることを確認します。
保存されたフォルダのファイル形式は「mbox」です。