

Microsoft 365 利用開始手順

(対象：教員および学生)

2023年3月1日

目次

1. はじめに.....	2
2. ログイン画面.....	3
2-1. 大学のネットワークに接続する.....	3
2-2. ログイン画面にアクセスする.....	3
2-3. ログイン.....	4
3. 設定の変更.....	6
3-1. パスワード変更画面を開く.....	7
3-2. パスワードの変更内容を入力する.....	8
4. 多要素認証切り替え.....	10
4-1. 多要素認証切り替え画面を開く.....	10
「多要素認証切り替え」リンクをクリックします。.....	10
4-2. 多要素認証切り替え画面の概要と、設定について.....	11

1. はじめに

全学計算機システムの@u のアカウントユーザの方は、筑波大学が契約している Microsoft 365 アカウントが自動で発行されています。この、大学の Microsoft 365 アカウントを用いて Microsoft 365 サービスを利用するためには、ユーザ自身でパスワードを設定する必要があります。

本マニュアルでは、Microsoft 365 アカウントを利用するために、「クラウドメールサービス認証設定システム」にアクセスし、Microsoft 365 アカウントのパスワードや多要素認証の設定を行う方法について、説明します。

[表 1. 用語一覧]に、本マニュアルで使用される用語を記載します。

表 1. 用語一覧

用語	説明
Microsoft 365	Microsoft が運営するクラウドサービスを指します。 アカウントが発行されているユーザはご利用いただけます。
クラウドメールサービス 認証設定システム	Microsoft 365 のアカウントのパスワードや多要素認証の設定を行うためのシステムを指します。
M365 アカウント	Microsoft 365 にサインインする際に、必要なアカウントを指します。
Web ブラウザ	クラウドメールサービス認証設定システムの対応ブラウザは、 Microsoft Edge です。
多要素認証	端末から Microsoft 365 にサインインする際、パスワード入力後に発生する追加の利用者確認を指します。 利用者の確認方法として、電話番号や専用のアプリケーションをご利用いただけます。

2. ログイン画面

2-1. 大学のネットワークに接続する

パスワード設定を行う画面は、大学のネットワークからのみアクセス可能です。

研究室のネットワーク、学術情報メディアセンター提供の学内無線 LAN システム等を利用し、大学のネットワークに接続してください。

やむを得ず、学外からしかアクセスできない場合は、学術情報メディアセンターの VPN サービスを利用してください。

学内無線 LAN システムについては、こちらをご参照ください。

<https://www.cc.tsukuba.ac.jp/wp/service/wireless/>

VPN サービスについては、こちらをご参照ください。

<https://www.cc.tsukuba.ac.jp/wp/service/vpn/>

2-2. ログイン画面にアクセスする

クラウドメールサービス認証設定システム (Microsoft 365) へのログインを行います。

Web ブラウザを起動して、下記の URL にアクセスします。

<https://m365setting.u.tsukuba.ac.jp>



2-3. ログイン

【Microsoft アカウントのパスワードを設定したい場合】

(※@s メール (2022 年度入学までの学生のみ対象) の設定を行いたい場合は次ページを参照)

下記の図を参考に、アカウント名、ドメインを選択、統一認証システムのパスワードを入力し、ログインボタンをクリックします

The screenshot shows the login interface for the Microsoft 365 cloud email service at Tsukuba University. The page title is 'クラウドメールサービス 認証設定システム (Microsoft 365)'. It features a text input field for the username (containing 's2399999'), a dropdown menu for the domain (set to 'u.tsukuba.ac.jp'), a password input field (masked with dots), a 'ログイン' (Login) button, and a 'Language' dropdown menu. A notice box at the bottom states that users can change their Microsoft 365 password and multi-factor authentication settings from this system.

全学計算機システムの
UTID-NAME を入力
※画像は学生の例。
教員の場合は下記を参照
joho.taro.xx

ドメインには
「u.tsukuba.ac.jp」を選択

統一認証システムの
パスワードを入力

参考) 表示言語の
切り替えができます

参考) システムから
のお知らせはこちら

図 2-1 ログイン画面

【@s メールのパスワードを設定したい場合】（2022年度入学までの学生のみ対象）

下記の図を参考に、アカウント名、ドメインを選択、統一認証システムのパスワードを入力し、ログインボタンをクリックします

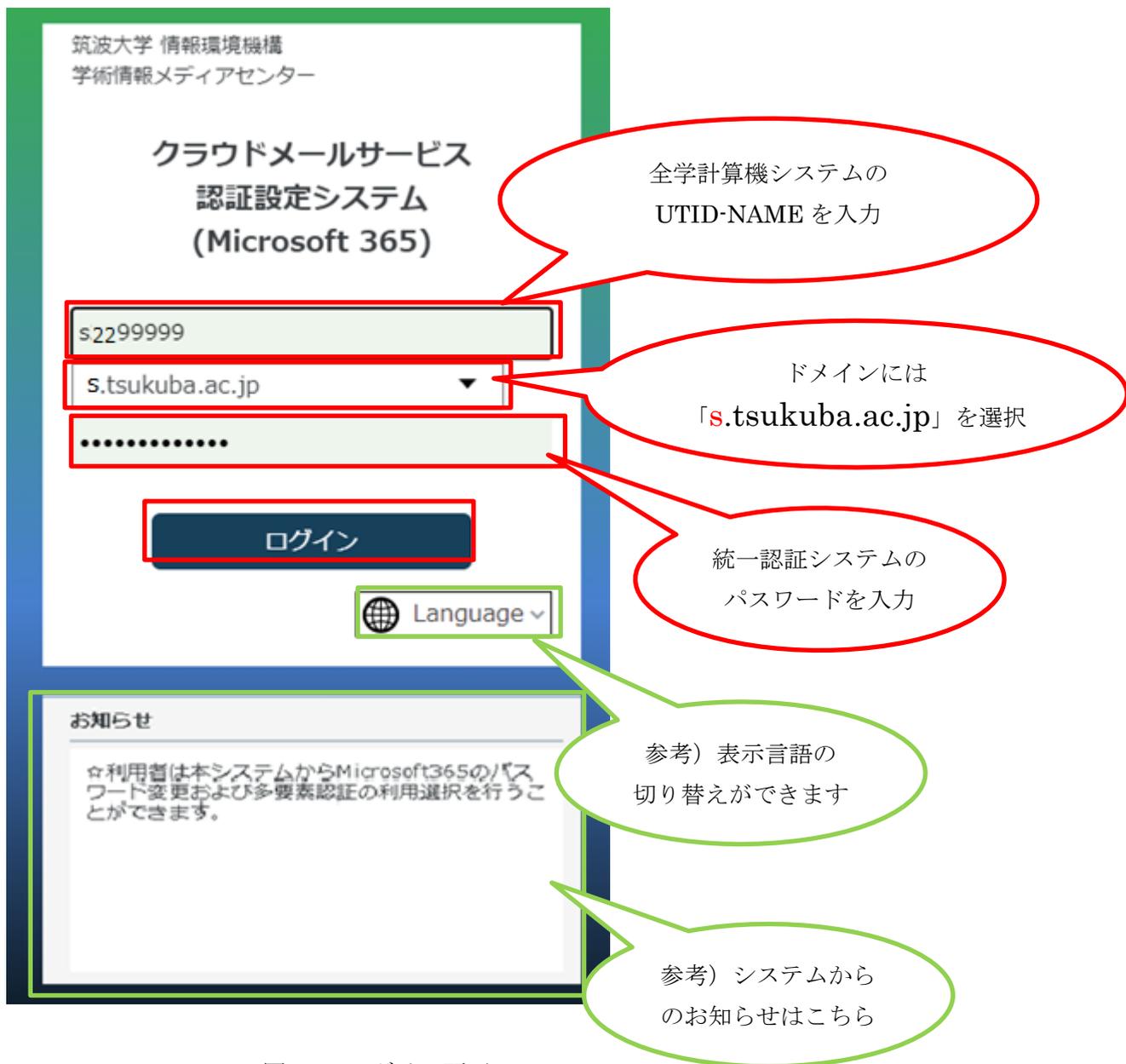


図 2-1 ログイン画面

3. 設定の変更

認証に成功すると、下記の TOP ページに遷移します。

クラウドメールサービス認証設定システム

xxxxxxxxxx@u.tsukuba.ac.jp

Topページ | パスワード変更 | 多要素認証切り替え

機能概要

以下の機能を提供します。

- ・ [パスワード変更](#)
-クラウドメールサービスで使用しているパスワードを変更。
- ・ [多要素認証切り替え](#)
-クラウドメールサービスの多要素認証の有効/無効を切り替えることができます。

[操作マニュアルはこちらからダウンロードできます](#)

【問い合わせ】
筑波大学 情報環境機構 学術情報メディアセンター

©2023 University of Tsukuba ALL RIGHTS RESERVED.

ドメインに「u.tsukuba.ac.jp」を選んだ場合の TOP ページ

クラウドメールサービス認証設定システム

xxxxxxxxxx@s.tsukuba.ac.jp

Topページ | パスワード変更 | 多要素認証切り替え

機能概要

以下の機能を提供します。

- ・ [パスワード変更](#)
-クラウドメールサービスで使用しているパスワードを変更できます。
- ・ [多要素認証切り替え](#)
-クラウドメールサービスの多要素認証の有効/無効を切り替えることができます。

[操作マニュアルはこちらからダウンロードできます](#)

【問い合わせ】
筑波大学 情報環境機構 学術情報メディアセンター

©2023 University of Tsukuba ALL RIGHTS RESERVED.

ドメインに「s.tsukuba.ac.jp」を選んだ場合の TOP ページ

3-1. パスワード変更画面を開く

M365 アカウントのパスワード変更を行うことができます。

(※@s メールアドレスのパスワードを変更したい場合も、手順は下記と同じです)

「パスワードの変更」リンクをクリックします。

クラウドメールサービス認証設定システム

xxxxxxxxxx@u.tsukuba.ac.jp ログアウト

トップページ | パスワード変更 | 多要素認証切り替え

機能概要

以下の機能を提供します。

- ・ **パスワード変更**
 - クラウドメールサービスで使用するパスワードを変更
- ・ 多要素認証切り替え
 - クラウドメールサービスの多要素認証

[操作マニュアルはこちらからダウンロードできます](#)

【問い合わせ】
筑波大学 情報環境機構 学術情報メディアセンター

©2023 University of Tsukuba ALL RIGHTS RESERVED.

3-2. パスワードの変更内容を入力する

下記の図を参考に、パスワード変更画面で任意のパスワードを入力してください。

この際、**統一認証システムのパスワードとは異なるものを設定してください。**

パスワードを入力し、「変更」ボタンをクリックすると、パスワードの変更が完了します。

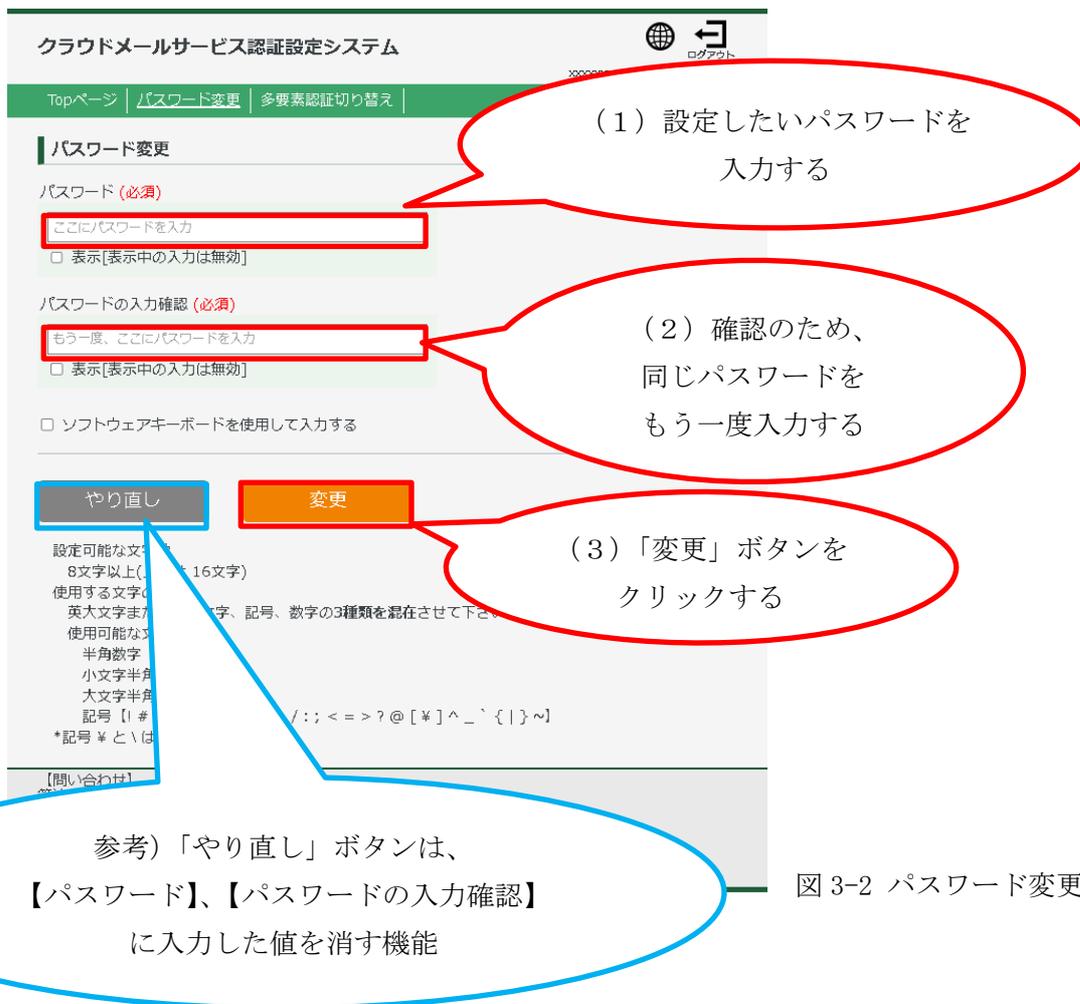


図 3-2 パスワード変更

パスワードの変更以降は、学術情報メディアセンターの「Microsoft 製品」のページを参考に、Microsoft 365 の利用を開始してください。

<https://www.cc.tsukuba.ac.jp/wp/service/sl/ees/tokuten/>

参考) パスワード変更画面のその他機能について

- (1) パスワード表示
表示[表示中の入力は無効] のチェックボックスをチェックすると、
入力中のパスワードを表示できます。
- (2) ソフトウェアキーボード
[ソフトウェアキーボードを使用して入力する]のチェックボックスを
チェックすることで、ソフトウェアキーボードが表示され、使用可能となります。
- (3) パスワードルール
パスワード変更を行うためには、
記載されているパスワードルールを守って、パスワードの変更を行ってください。

The screenshot shows the 'パスワード変更' (Change Password) page of the 'クラウドメールサービス認証設定システム' (Cloud Mail Service Authentication Setting System). The page includes a header with the system name and a 'ログアウト' (Logout) button. A navigation bar contains 'Topページ' (Home Page), 'パスワード変更' (Change Password), and '多要素認証切り替え' (Switch Multi-Factor Authentication). The main content area is titled 'パスワード変更' and contains the following elements:

- パスワード (必須)**: A text input field with a checkbox labeled '表示[表示中の入力は無効]' (Show [Input in current display is disabled]). This checkbox is highlighted with a red box and labeled (1).
- パスワードの入力確認 (必須)**: A second text input field with the same checkbox, also highlighted with a red box and labeled (1).
- ソフトウェアキーボード**: A checkbox labeled 'ソフトウェアキーボードを使用して入力する' (Use software keyboard for input) is checked. Below it is a virtual keyboard with numeric, symbol, and alphanumeric keys, along with buttons for '大文字に切替' (Switch to uppercase), '1文字消去' (Delete one character), and '全消去' (Delete all). This entire section is highlighted with a red box and labeled (2).
- Buttons**: 'やり直し' (Reset) and '変更' (Change) buttons are located below the input fields.
- パスワードルール**: A red box highlights the password requirements: '設定可能な文字数' (8 characters or more, up to 16 characters), '使用する文字の種類' (Mix of uppercase letters, lowercase letters, and numbers), and '使用可能な文字' (Half-width numbers [0-9], lowercase half-width English letters [a-z], uppercase half-width English letters [A-Z], and symbols [! # \$ % & ' () * + - . / : ; < = > ? @ [¥] ^ _ ` { | } ~]). This section is labeled (3).

At the bottom, there is contact information for Tsukuba University and a copyright notice: '©2023 University of Tsukuba ALL RIGHTS RESERVED.'

図 4-2 パスワード変更

4. 多要素認証切り替え

M365 アカウントの多要素認証の 有効/無効 の切り替えを行うことができます。
筑波大学では、セキュリティの観点から、Microsoft 365 アカウントの多要素認証の利用を強く推奨しています。

多要素認証を有効に切り替えた場合は、Microsoft365 にアクセスし、
多要素認証の設定を行ってください。

(既に多要素認証の設定を行っている場合は、設定の必要はありません。)

Microsoft365 の多要素認証の設定方法については、

【Microsoft 365 ユーザマニュアル】の[5-2. 多要素認証セットアップ]を参照してください。

4-1. 多要素認証切り替え画面を開く

「多要素認証切り替え」リンクをクリックします。

クラウドメールサービス認証設定システム

xxxxxxxxxx@u.tsukuba.ac.jp

Topページ | パスワード変更 | 多要素認証切り替え

機能概要

以下の機能を提供します。

- ・ [パスワード変更](#)
- ・ [クラウドメールサービスで使用する多要素認証切り替え](#)
- ・ [クラウドメールサービスの多要素認証](#)

[操作マニュアルはこちらからダウンロードできます。](#)

【問い合わせ】
筑波大学 情報環境機構 学術情報メディアセンター

©2023 University of Tsukuba ALL RIGHTS RESERVED.

4-2. 多要素認証切り替え画面の概要と、設定について

(1) 設定状況

現在の多要素認証の設定状況を確認できます。

(2) 多要素認証切り替えボタン

ボタンをクリックすることで、多要素認証の有効/無効の切り替えができます。
[設定状況]が無効である場合、[多要素認証を有効にする]と表示されます。
[設定状況]が有効である場合、[多要素認証を無効にする]と表示されます。

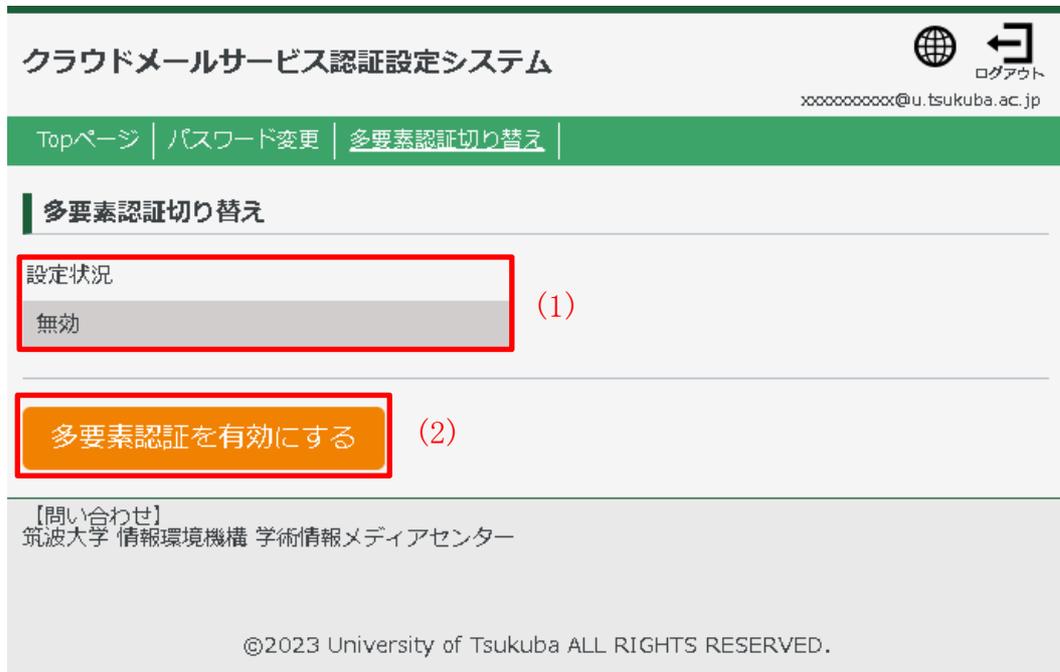


図 5-1 多要素認証切り替え(無効)

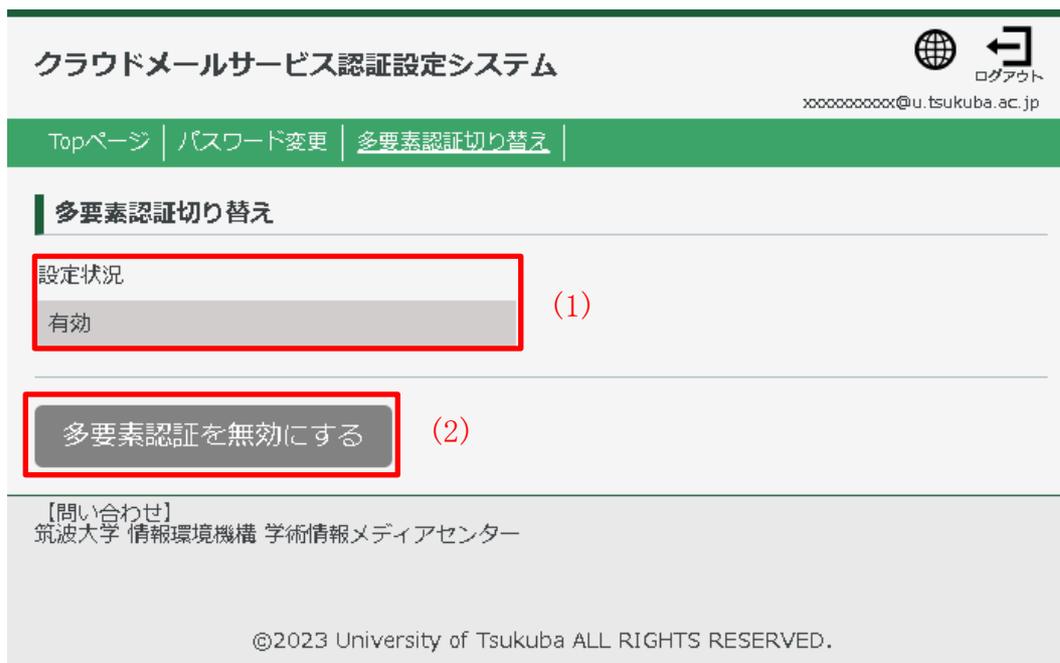


図 5-2 多要素認証切り替え(有効)