

Windows7 アドレス帳の移行

Windows7 には xp 時代に標準装備されていたメールソフト (OE アウトルックエクスプレス) が入っていません。WindowsLive メールか Gmail などをインストールしてご使用くださいというわけです。ずいぶん不親切な扱いですが MS 社の方針なので従うしかありません。多くのパソコン初心者シニアにとっては難しいので、家族やお友達に頼んで作業してもらったり、購入した家電店に移行作業を依頼したりします。

ここでは、自分で OE で使っていたアドレス帳の移行を行うについて学習をします。

なお、詳しくは富士通さんの Q&A [WindowsLive メールに OE のアドレス帳を移行する](#) をご覧ください。

1. USB メモリを用意する

XP 機の OE からアドレス帳をエクスポート (吸出し) し、Win7 機の Live メールにインポート (貼り付け) する物理的ツールとして USB メモリを用意します。お手持ちのものがあればそれを使えます、なければ電気店で 1000 円未満で 4G-8G 程度のものを購入します。

2. Win7 機に WindowsLive メールが入っているか確認します

国内家電メーカー等の製品ではインストールされている機種があります。スタート>すべてのプログラムで確認しましょう。無ければ検索して無償でダウンロードします。ここでは入っている場合を解説します。

3. XP 機デスクトップに mail フォルダを作る

デスクトップを右クリック>新規作成>フォルダ>新しいフォルダ (mail 等の名前に)

このフォルダに作成したデータを保存し Win7 に引っ越ししようというわけです。

操作が分かり易いようにデスクトップに作成をご案内しています。

4. アドレス帳のエクスポート

OE を開き メニューのツールからアドレス帳

「ファイル」メニュー→「エクスポート」→「**アドレス帳 (WAB)**」の順にクリックします。

保存先をデスクトップの mail フォルダとし 保存ファイルの名前は address 等とします

USB メモリを挿入し>mail フォルダを右クリックし>送る で USB を選び転送 (コピー) します

5. Win7 機にアドレス帳をインポート

win7 機に USB メモリを挿入します、デスクトップに mail フォルダを引出し (コピー) します。スタートボタン>スタートメニューで、「プログラムとファイルの検索」欄を表示させ「アドレス帳」と入力します。プログラムにアドレス帳が検索されますので選択します。メニューからインポートをクリックします、OE アドレス帳を選択し、ファイルの場所でデスクトップを選び、mail >address と指定しインポートします (ここでは Windows アドレス帳にアドレス帳が保存されただけで、まだ Live メールにインポートされていません)。

6. windowsLive メールを起動しアドレス帳をインポート

Live メールを起動し、左メニューのアドレス帳から インポートと進み 5 のアドレス帳を読み込みます。