

# スパムにされないメール設定 方法

— 御社のメール設定は大丈夫ですか？  
メール送信して届いていないと言われたことはありませんか？  
その問題は、実はメール設定にあったのです！  
個人事業主でも忘れがちです！ —

さっぴー川原 著

技術書同人誌博覧会（2019 年夏）新刊  
2019 年 7 月 27 日 ver 1.0

## ■免責

本書は情報の提供のみを目的としています。

本書の内容を実行・適用・運用したことで何が起こりようとも、それは実行・適用・運用した人自身の責任であり、著者や関係者はいかなる責任も負いません。

## ■商標

本書に登場するシステム名や製品名は、関係各社の商標または登録商標です。

また本書では、<sup>TM</sup>、®、©などのマークは省略しています。

# まえがき

---



▲図 1: Gmail に出てくる？ マーク

Gmail にて、このようなメールが届いたことありますか？  
または、試しに会社や取得したドメインからメールを Gmail アドレスメール送信してみてください。

Gmail で表示される？ マークはスパムメールとして判定される前段階の状態、このまま放置しておくスパムメールとしてメールが届かなくなります。この状態にならないため早めの対策が必要です。

メールの仕組みと歴史的な経緯もありメールを送信した場所（ドメイン）とメールサーバーの正当性を担保することはメールサーバーだけでは不可能です。これらの技術は SPF<sup>\*1</sup> と DKIM<sup>\*2</sup> によって行われます。

本書は、メールの基本的な構造とメール送信で必要不可欠な SPF や DKIM の話を、わかりやすく解説した本です。この本を読めばメールのことを深く知り、そして SPF や DKIM の基礎的なことが身につく送信するメールがスパムメールにされなくなります。

今後も使われるメールを長く付き合うためにも本書を読んでいただけたら幸いです。

---

<sup>\*1</sup> SPF(Sender Policy Framework) とは、送信ドメイン詐称を防いで正当なドメインから送信を検証する仕組み

<sup>\*2</sup> DKIM(Domainkeys Identified Mail) とは、送信ドメインを電子署名で認証する仕組み

---

## ■本書で得られること

- メールの基本的な構造の知識
- メール送信の正当性についての知識
- SPF についての基礎的な知識
- DKIM についての基礎的な知識
- スпамメールにならないための設定知識

## ■対象読者

- 会社のメールアドレスからメールを出しても、クライアントから届かないと言われて困っている人
- フリーランスで仕事をはじめたけど、独自ドメイン送信したメールがクライアントに届くか心配な人
- ドメインを取得したけど、メールを使っていない人

## ■前提知識

- メールの知識
- ドメイン取得する知識
- ドメイン設定を変更できるだけの知識
- DNS に関する簡単な知識

## ■メールについて

- メールの表記について電子メールや e メールと表記することがありますが、この本では「メール」に統一しております。

## ■問い合わせ先

- URL: <https://sapi-kawahara.netlify.com/>
- Twitter: @sapi\_kawahara

# 目次

---

まえがき	i
<b>第 1 章   メールの基本的構造</b>	<b>1</b>
1.1   メールは封筒です . . . . .	1
1.2   Return-Path . . . . .	1
1.3   Received . . . . .	1
1.4   メールのリレー . . . . .	1
<b>第 2 章   きれいなメールとは？</b>	<b>3</b>
2.1   きれいの定義 . . . . .	3
2.2   メールのリレーにおける「きれい」 . . . . .	3
2.3   From における「きれい」 . . . . .	3
2.4   メールサーバーにおける「きれい」 . . . . .	3
<b>第 3 章   SPF の説明</b>	<b>5</b>
3.1   SPF とは？ . . . . .	5
3.1.1   正当性の確認プロセス . . . . .	5
3.2   SPF で得られる効果 . . . . .	5
<b>第 4 章   DKIM の説明</b>	<b>7</b>
4.1   DKIM とは？ . . . . .	7
4.1.1   正当性の確認プロセス . . . . .	7
4.2   DKIM で得られる効果 . . . . .	7
4.3   DomainKeys とは？ . . . . .	7
<b>第 5 章   さくらのメールボックスでの使い方</b>	<b>9</b>
5.1   さくらのメールボックスの説明 . . . . .	9
5.2   さくらのドメインを使おう . . . . .	9
5.3   独自ドメインをさくらのメールボックスに設定しよう . . . . .	9
5.3.1   確認しよう . . . . .	9
5.4   SPF を設定しよう . . . . .	9
5.4.1   確認しよう . . . . .	9
5.5   DKIM を設定しよう . . . . .	9

5.5.1	確認しよう . . . . .	9
<b>第 6 章</b>	<b>G Suite での使い方</b>	<b>11</b>
6.1	G Suite の説明 . . . . .	11
6.2	Google Domains を使おう . . . . .	11
6.3	独自ドメインを G Suite に設定しよう . . . . .	11
6.3.1	確認しよう . . . . .	11
6.4	SPF を設定しよう . . . . .	11
6.4.1	確認しよう . . . . .	11
6.5	DKIM を設定しよう . . . . .	11
6.5.1	確認しよう . . . . .	11
<b>あとがき</b>		<b>13</b>
著者紹介 . . . . .		13

# 第1章 メールの基本的構造

---

メールに関する設定を行う前にメールの基本的な構造を学ぶことより一層の理解ができます。

## 1.1 メールは封筒です

TODO ここに図を入れる

Web メール画面やメールソフトで見ているメールは封筒を開封した状態で見えます。メールの最初に書かれている From(送信元) と To(送信先) は封筒の中に書かれている内容です。封筒にかかれていることはメールヘッダ<sup>\*1</sup>に記載されています。SPF や DKIM などの設定はメールヘッダに記載されているので見たこと無い方は一度見ることをお勧めします、見たことある人も確認の上でも見てみましょう！

メールヘッダを

## 1.2 Return-Path

From とは別に

## 1.3 Received

あああ

## 1.4 メールのリレー

---

<sup>\*1</sup> メールヘッダとは、メールが送信された経路などが記録されています、Gmail は右端のその他から「メッセージのソースを表示」から見ることができます (Gmail アプリからは見ることはできません)





## 第2章 きれいなメールとは？

---

### 2.1 きれいの定義

### 2.2 メールのリレーにおける「きれい」

### 2.3 From における「きれい」

### 2.4 メールサーバーにおける「きれい」



## 第3章 SPFの説明

---

### 3.1 SPFとは？

#### 3.1.1 正当性の確認プロセス

### 3.2 SPFで得られる効果



## 第4章 DKIMの説明

---

### 4.1 DKIM とは？

#### 4.1.1 正当性の確認プロセス

### 4.2 DKIM で得られる効果

### 4.3 DomainKeys とは？



# 第5章 さくらのメールボックスでの使い方

---

## 5.1 さくらのメールボックスの説明

## 5.2 さくらのドメインを使おう

## 5.3 独自ドメインをさくらのメールボックスに設定しよう

### 5.3.1 確認しよう

## 5.4 SPF を設定しよう

### 5.4.1 確認しよう

## 5.5 DKIM を設定しよう

### 5.5.1 確認しよう





## 第6章 G Suiteでの使い方

---

### 6.1 G Suite の説明

### 6.2 Google Domains を使おう

### 6.3 独自ドメインを G Suite に設定しよう

#### 6.3.1 確認しよう

### 6.4 SPF を設定しよう

#### 6.4.1 確認しよう

### 6.5 DKIM を設定しよう

#### 6.5.1 確認しよう



# あとがき

---

いかがだったでしょうか。感想や質問は随時受けつけています。

## 著者紹介

ジョン・スミス

某所で働くエンジニア。

## スパムにされないメール設定方法

御社のメール設定は大丈夫ですか？ メール送信して届いていないと言われたことはありませんか？ その問題は、実はメール設定にあったのです！ 個人事業主でも忘れがちです！

---

2019 年 7 月 27 日    ver 1.0

著 者    さっぴー川原

---

© 2019 さっぴー川原

(powered by Re:VIEW Starter)