

## うるさいメール対策

2018 年 9 月 17 日

By ミケパパ

メールを開きますと、頼んだわけでもないのに色々と宣伝のメールが混じっています。こういうものは、一旦来始めますと毎週 1 回とか、定期的にやってきます。ほとんどは不要なのでそのまま削除していますが、面倒くさいですね。今回はこの「要らない宣伝メールを来なくする方法」について述べてみます。

## 1. 配信停止を申し込む(まともな会社の場合)

まず、まともな会社からの宣伝メールですと、必ず一番下に「配信停止の方法」が記述されています。

例えば、私宛に来ました楽天トラベルからのメールですと、一番下に

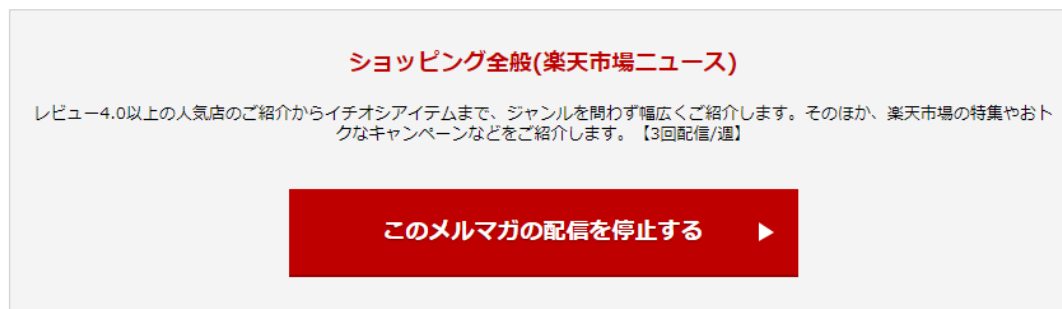
- 本メールでは会員限定のキャンペーンや楽天グループ、またはその他の企業のお得な情報等をお送りしています。不要な方は配信停止ページから停止ください。
- 配信先の変更・停止は、[こちら](#)。

と書かれています。

「こちら」をクリックしますとインターネットに接続し、ちゃんと「メルマガの配信停止」の画面が出てきます。

## |メルマガの配信停止

✉ [xxxxxx@xxxxxx.jp](#)に配信されている以下のニュースの配信停止を希望される場合は、「このメルマガの配信を停止する」ボタンをクリックしてください。



後は指示に従って作業して「停止」すればしばらく後には来なくなります。

\* 会社によっては、ごく小さく書いていてわかりにくいものもありますが、「まともな会社」であればちゃんと配信停止してくれます。

革命.COM All Rights Reserved.

[メルマガ停止・アドレス変更はこちら](#) [お問い合わせはこちら](#)

## 2. まともでない会社の場合

上記の操作で配信停止ができるのは世の中の 99%、まともな会社ですが、そうでないものもあります。

## 1) 「配信停止」の表示がない場合

この場合は、前回講座(68 回)で説明した方法により、「迷惑メール」に登録しましょう。 以後は自動的に「迷惑メール」フォルダーに仕分けされます。

## 2) 「配信停止」操作の途中でメルアド、電話番号などの「個人情報の入力」を要求される場合

これは誠に怪しいです。メールを入口に、貴方の個人情報を搾取して、それを入口にしてウィルスを送り込む突破口にしようとしている恐れがあります。個人情報の入力を要求される場合は、相手がだれであれ、「すぐに作業を中断して」上記の「迷惑メール」に登録しましょう。

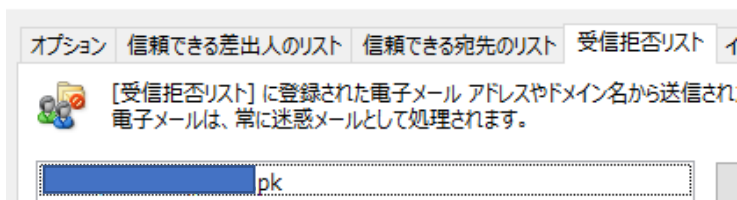
\* 念のため、「迷惑メールへの登録の方法」を再度書いておきます。

- 1) Outlook で、登録する相手からのメールをカーソルで選択する(メールを開く必要は無い)
- 2) 「ホーム」タブの「迷惑メール」をクリック
- 3) 出てきた「受信拒否リスト」をクリック



- 4) このメールの差出人のアドレスが迷惑メールの「受信拒否リスト」に追加されます。

迷惑メールのオプション - 一般



迷惑メールフォルダーは、時々点検して、不要のものが溜まっていれば、削除しましょう。

以上