



3.3 收发电子邮件

- 本节主要学习内容：
- 1. 了解电子邮件的基本概念；
- 2. 熟练进行免费电子邮箱的建立与使用；
- 3. 了解客户端软件Microsoft Outlook，并会使用。



任务一：申请和使用免费邮箱

1. 网络查找，选择网站

利用搜索引擎，如在“百度”中输入要查找的内容“免费邮箱”，提供免费邮箱的网站很多，常见的免费邮箱有：mail.163.com或mail.126.com（网易）、mail.sina.com.cn（新浪）、mail.qq.com（腾讯）等，在搜索出的免费邮箱网站中选择喜欢的网站，如163网易免费邮箱网站，目前是国内最大的免费邮箱网站之一。



2. 邮箱注册

在163网易免费邮页面中单击“注册”按钮进行注册，如图3-21所示；在注册用户的页面上，首先在邮箱地址位置上填写自己的用户名，如cguanc2013，网站会自动判断你的用户名是否可用，用户名必须是该网站邮箱中惟一的；然后填写密码等信息，勾选“同意服务条款”和“隐私权相关政策”，至此注册成功，如图3-22所示。要记住你的用户名和密码。

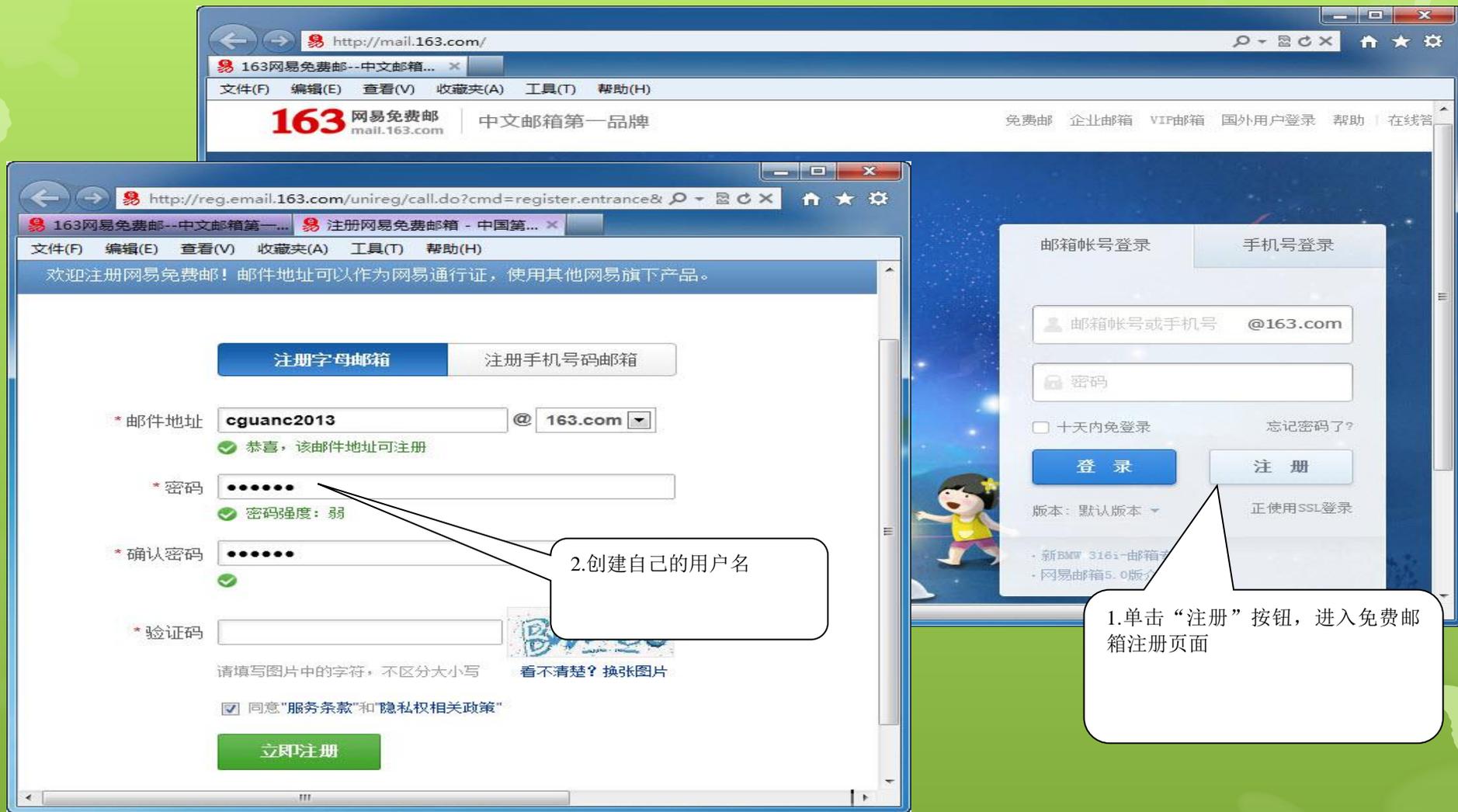


图3-21 注册网易163邮箱

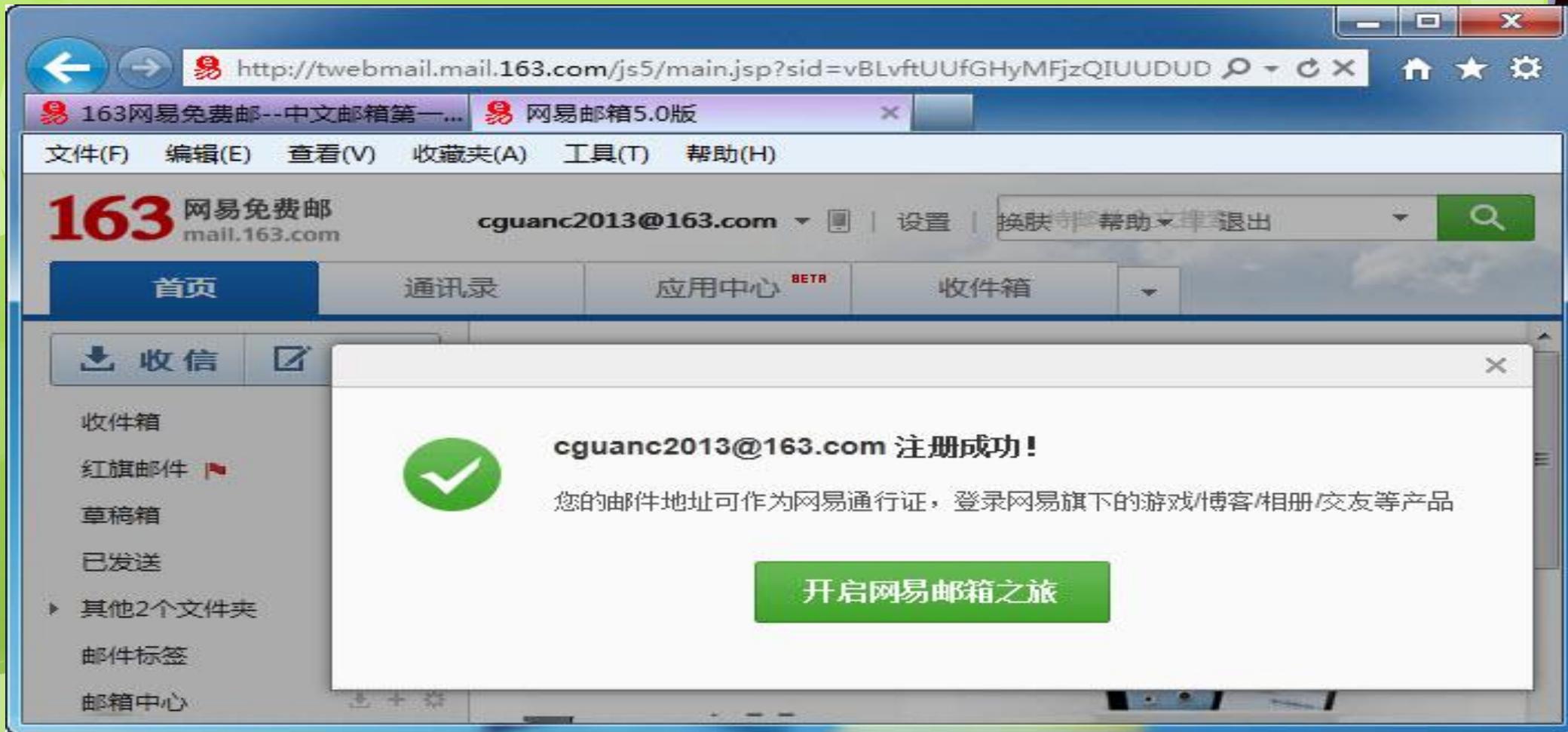


图3-22 成功注册网易163邮箱



3. 邮箱使用

(1)在图3-22中直接单击“开启网易邮箱之旅”，或在IE浏览器中输入网站地址：<http://mail.163.com>，出现163邮箱的主页面，在该页面中填写用户名和密码，单击“登录”按钮，将进入163网易邮箱页面，如图3-23 所示。



图3-23 163网易邮箱页面



(2)单击“写信”按钮，进入163邮箱写信页面，发送信件，要填写收件人的邮箱

在正文框中输入信件内容，还可以用“添加附件”功能发送有关文件或图片等，如图3-24所示。

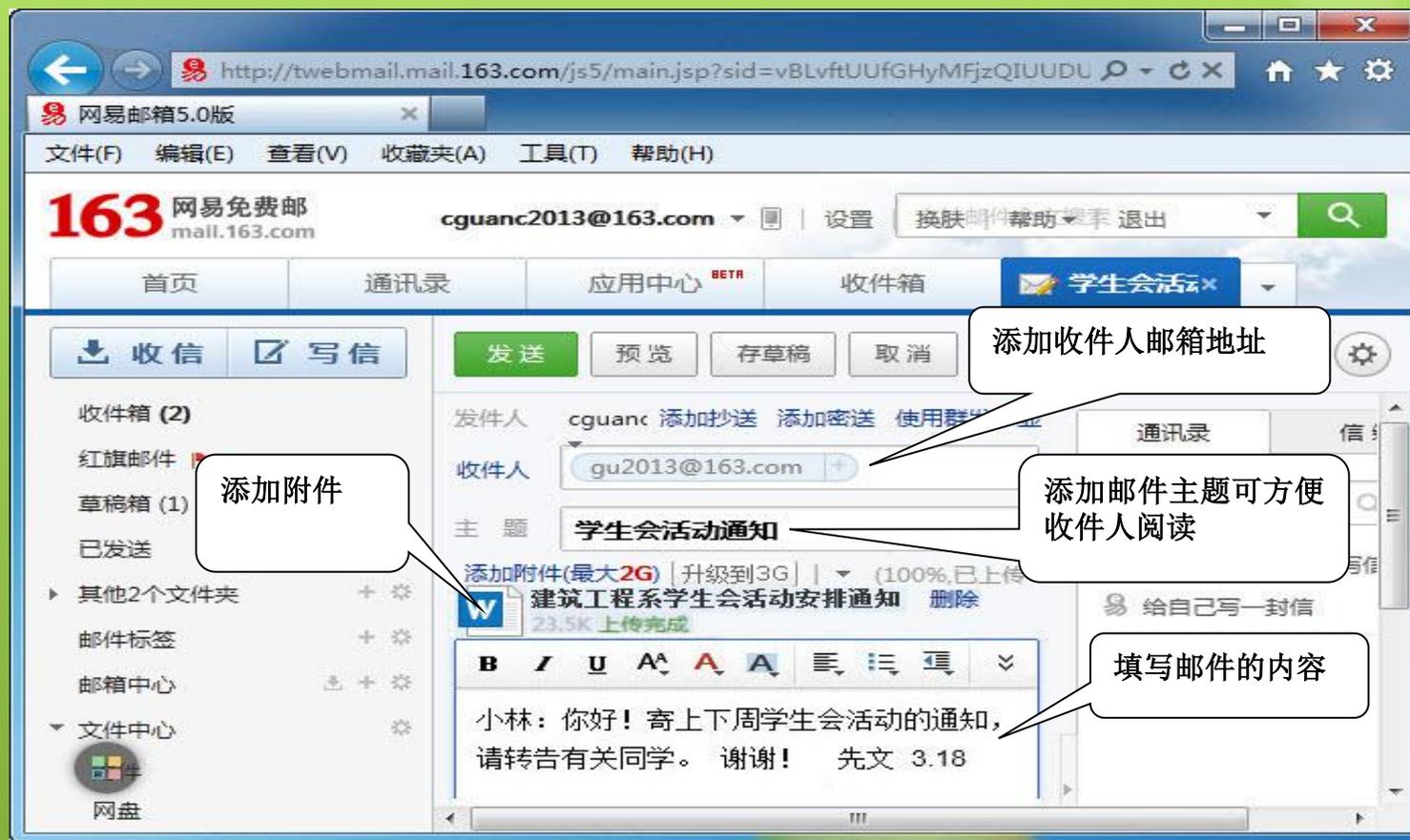


图3-24 163网易邮箱写信页面



(3) 当单击“添加附件”时，将出现如图3-25所示的选择框，可以在不同的目录下选择你要发送的文件，如选择“建筑工程系学生会活动安排通知.doc”文件。当信件内容写好并且附件添加完毕后，选择图3-24中的“发送”按钮，信件发送成功后的页面如图3-25所示。



图3-25 添加附件后发送邮件



初次Microsoft Outlook 2010，需要在已经申请的邮箱和Microsoft Outlook软件中配置Outlook2010账户。

1. 配置邮箱

POP3/SMTP/IMAP服务

用户需进入个人邮箱进行POP3/SMTP/IMAP服务的设置，以前面申请的163网易eguangc2013例，如图3-26所示。



图3-26 开启POP3 和IMAP服务



2. 添加新账户

在Microsoft Outlook 软件中添加新账户，操作步骤如图3-27和图3-28所示。

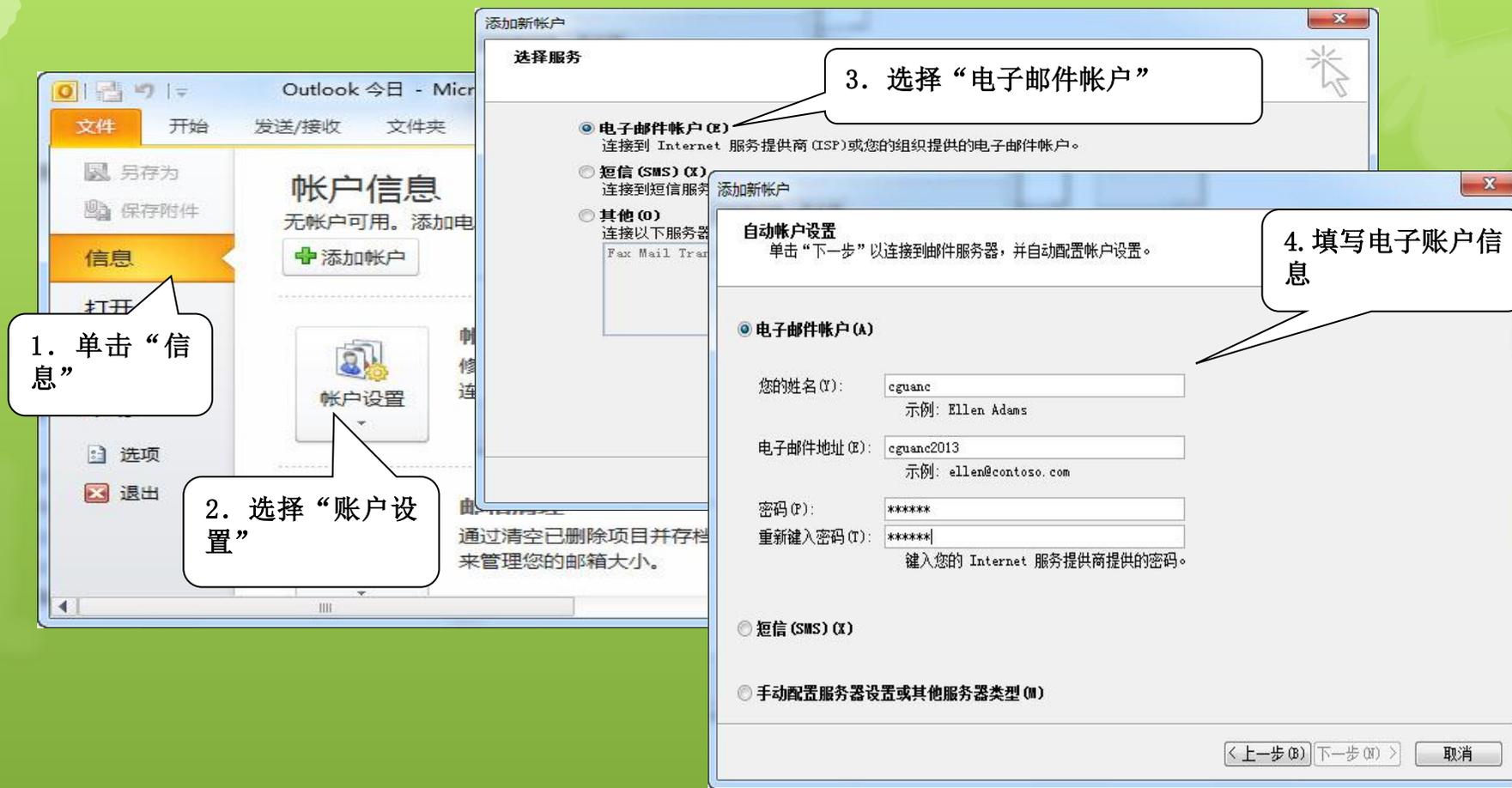


图3-27添加新账户

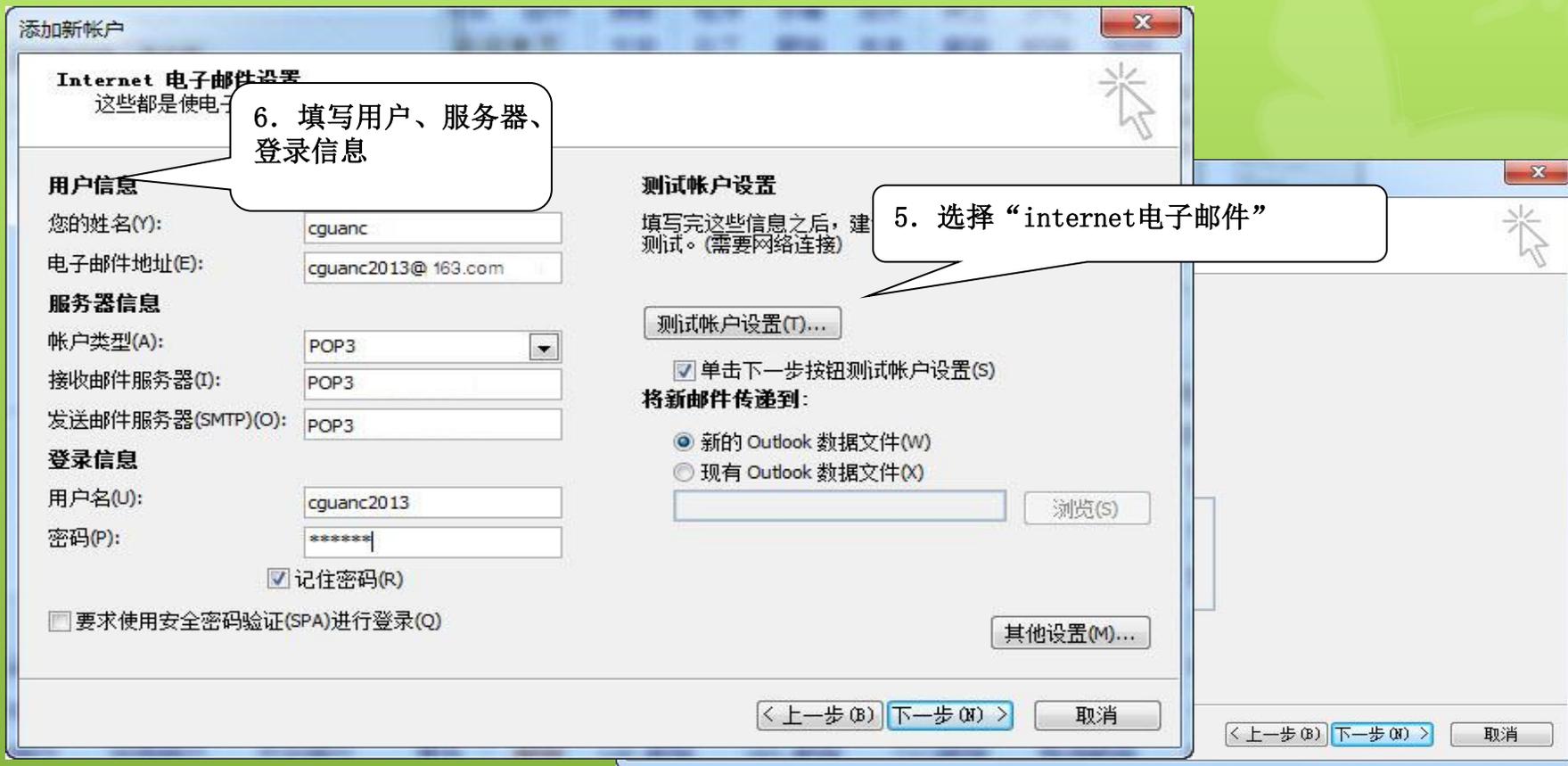


图3-28 账户设置



3. 接收与阅读邮件

在Microsoft Outlook软件界面接收电子邮件的操作如图3-29所示。如果有邮件到达，将出现“Outlook发送/接收进度”对话框，并显示出邮件接收的进度。邮件接收后保存在收藏夹下，邮件接收完毕，“邮件”窗格中会显示出收件箱中的邮件数量，用户单击邮件则在“收件箱”窗格中显示邮件的基本信息。如收到的邮件中带有附件，则在邮件栏的右下方会出现带有“ ”的标记。



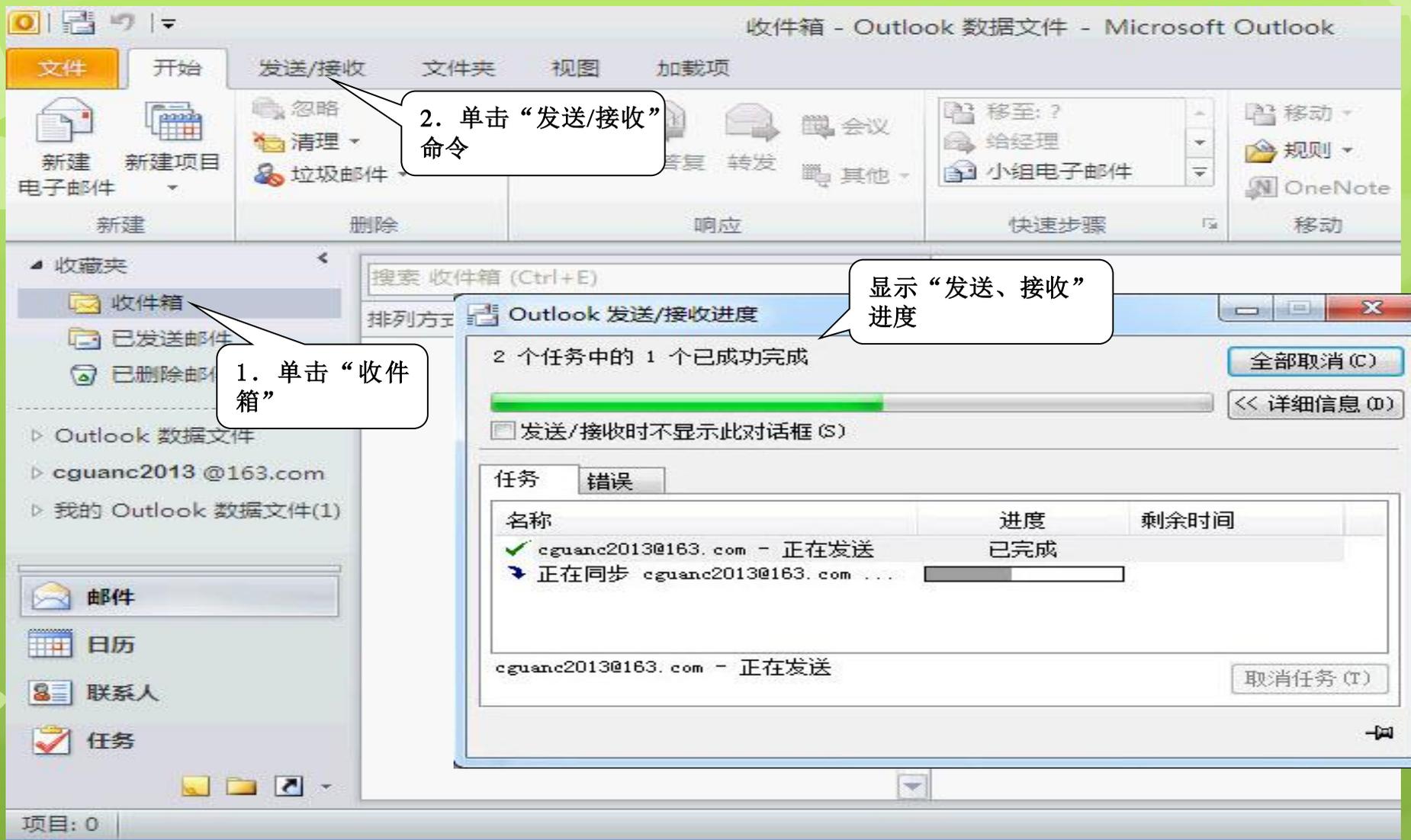


图3-29 接收邮件



4. 撰写与发送邮件

使用Outlook 2010可以很方便地撰写与发送电子邮件。在图3-29所示的界面中单击“新建电子邮件”按钮，屏幕显示“邮件”工作界面，填写收件人邮箱地址，并在邮件正文区输入邮件的内容；如有附件，可以单击“插入”→“附加文件”，在“插入文件”对话框中选择所要添加的文件，如图3-30所示。



图3-30在Outlook中撰写与发送邮件



操作提示

在Outlook 2010中撰写电子邮件，可以根据需要使用信纸模板，或者更改信纸格式，以及建立的邮件的文本格式，如纯文本、格式文本等，Outlook 2010默认格式为“HTML”。用户可以直接把邮件撰写在空白区，也可以粘贴外部的文字、插入图片、表格等内容。



相关知识

1. 电子邮件系统的工作过程

电子邮件系统是用于传输和处理电子邮件的设备和软件，它的工作过程是遵循客户端-服务器模式，每份电子邮件的发送都要涉及到发送方与接收方，发送方式构成客户端，而接收方构成服务器，服务器含有众多用户的电子信箱。发送方通过电子邮件传输协议（SMTP），将编辑好的电子邮件向邮局服务器（SMTP服务器）发送；邮局服务器通过邮局协议（POP3）识别接收者的地址，并向管理该地址的邮件服务器（POP3服务器）发送消息，邮件服务器将消息存放在接收者的电子信箱内，并告知接收者有新邮件到来。接收者通过邮件客户程序连接到服务器后，就会看到服务器的通知，进而打开自己的电子信箱来查收邮件。因特网信息访问协议（IMAP）允许用户将邮件下载或留存在服务器上。



通常Internet上的个人用户不能直接接收电子邮件，而是通过申请ISP主机的一个电子信箱，由ISP主机负责电子邮件的接收。一旦有用户的电子邮件到来，ISP主机就将邮件移到用户的电子信箱内，并通知用户有新邮件。因此，当发送一条电子邮件给一另一个客户时，电子邮件首先从用户计算机发送到ISP主机，通过Internet再到收件人的ISP主机，最后到收件人的个人计算机。

ISP主机起着“邮局”的作用，管理着众多用户的电子信箱。每个用户的电子信箱实际上就是用户所申请的账号名。每个用户的电子邮件信箱都要占用ISP主机一定容量的硬盘空间，由于这一空间是有限的，因此用户要定期查收和阅读电子信箱中的邮件，以便腾出空间来接收新的邮件。



2. 电子邮件的收发方式

电子邮件收发方式有两大类：一是通过浏览器访问服务吕所在的网站进行收发，如在mail.163.com网站上，进入电子邮箱网页，输入用户名和密码，然后再进行电子邮件的操作；二是使用个人邮件工具进行收发，如使用Outlook 2010工具直接收发邮件。

两类工具的使用特点见表3-1。

功 能	邮件服务器站点	Outlook Express
收发邮件	在线时间长	在线时间短
邮件的阅读	可在任何一台已上网的计算机上阅读	只能在设置了自己账户的计算机上阅读



(1) Outlook 2010

Outlook 2010是Microsoft office 2010套装软件的组件之一，可以用它来收发电子邮件、管理联系人信息、记日记、安排日程、分配任务。Microsoft Outlook 2010 提供了一些新特性和功能，能更好地与他人保持联系，并更好地管理时间和信息。只要打开软件界面，Outlook 2010程序便自动与网站电子邮件服务器联机工作，接收用户的电子邮件，所有电子邮件可以脱机阅览。发信时，可以使用Outlook 2010创建新邮件，通过网站服务器联机发送。同时，Outlook 2010在接收电子邮件时，会自动把发信人的电子邮箱地址存入“通讯簿”，供以后调用。

有的网站电子邮件服务器并不支持Outlook 2010，因此安装Outlook 2010程序后，系统会自动向你填写的邮件服务器发送测试邮件以确定你所填写的邮箱能否正常使用。



(2) FoxMail

另一种电子邮件客户端软件—FoxMail能支持全部的Internet电子邮件功能，它能快速地发送，收取，解码信件；有极好的中文兼容性；支持多用户，多账户；账户访问口令控制；每个用户都可有多个邮箱账户，同时可从多个服务器下载邮件；自动分发新收到的邮件，浏览邮件条目后再决定下载或直接删除；具有写信模板功能，同时具备中文版和英文版可供选择等。



体验与探索

- (1) 试在“网易”（mail.163.com）网站上注册一个免费邮箱，并和其他同学进行文件传递，查看邮件传送情况。
- (2) 打开新注册的免费邮箱，单击“通信录”，建立新的“同学”联系组，同时将同学们的邮箱分别存放在新的联系组里，发新邮件时，直接使用通信录里的邮箱地址。
- (3) 在发送邮件时，分别用抄送和密送的方式发给不同的同学，看看同学收到邮件后，邮件显示有什么不同。
- (4) 给自己发送一封邮件，看看有什么结果。

● 体验·建立邮箱
邮件发送



体验与探索

(1) 试用Outlook 2010为自己建立一个“后期开会”的任务，并设置开会前两个小时提醒时间，到时看看计算机系统会有什么提示。

(2) 下载Foxmail软件并安装，使用其收发邮件，看看和Outlook 2010有什么不同，各有什么特点。

探索：使用Outlook和Foxmail

