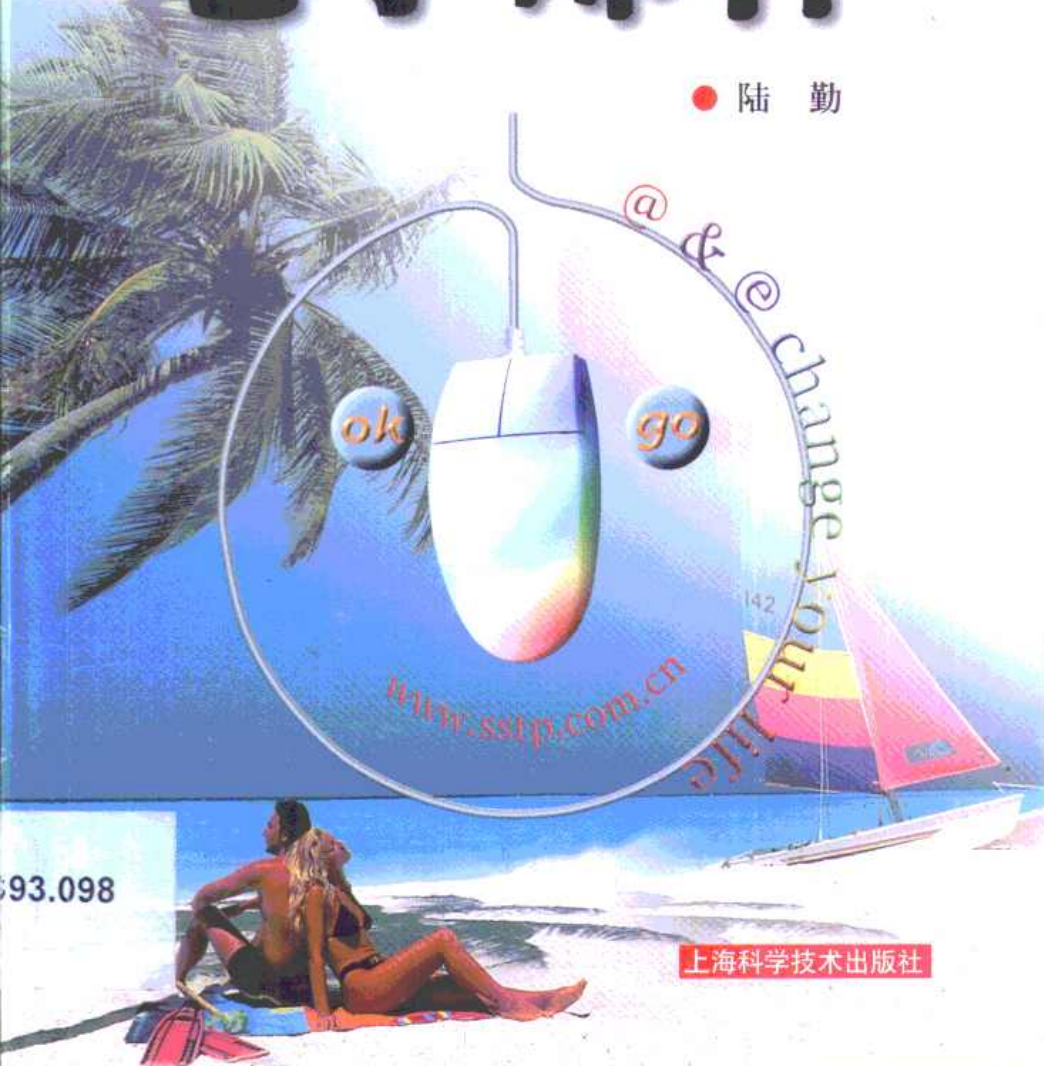


新 电 脑 生 活 丛 书

电子邮件

● 陆 勤



93.098

上海科学技术出版社

新 电 脑 生 活 丛 书

TP393.078

L88

电子邮件

陆 勤 编著



A0937479



上海科学技术出版社

新电脑生活丛书

电子邮件

陆 勤 编著

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号 邮政编码 200020)

新华书店上海发行所经销 苏州市望电印刷厂印刷

开本 787 × 1092 1/32 印张 2.25 字数 50 000

2000 年 9 月第 1 版 2000 年 12 月第 2 次印刷

印数 5 501 - 11 000

ISBN 7 - 5323 - 5703 - 1/TP · 165

定价: 10.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向本社出版科联系调换

新 电 脑 生 活 丛 书

497

TP393.078

L88

电子邮件

陆 勤 编著



A0937479



上海科学技术出版社

关于本书

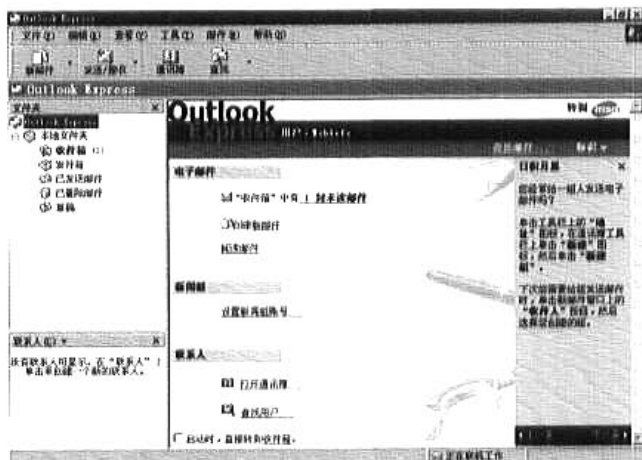
近年来,随着Internet的飞速发展,网络正迅速地进入人们日常工作、学习和生活中。电子邮件(E-mail)是Internet最主要的功能之一,它为我们提供了一种快捷高效、操作简便、价格低廉、功能强大的通讯手段。通过它,您可以与亲友和同事交流信息,互相问候。

Internet Explorer 5中的Outlook Express 5就是一个电子邮件软件,它具有邮件收发、邮件管理和通讯簿等功能。

本书文字简洁,配以屏幕拷贝,深入浅出、循序渐进地说明了撰写新邮件、发送和接收邮件、回复和转发邮件、保存和打印邮件以及导入和导出邮件等。然后讲解了Outlook Express的设置。接着详细介绍了通讯簿,一个与电子邮件密切相关的实用程序。最后介绍了免费邮件以及提供免费邮件服务的网站。

本书所提及的键盘上的键名、软件中的按钮、菜单、命令、选项,以及作者输入的内容,均用黑体字在文中标示;章节以页脚的不同的渐变色区分;书中穿插的各种提示和注意事项用楷体字加色块标示,提请读者注意。

参加丛书编写人员:章鲁、顾顺德、陈瑛、岑康、张雯、沈岱。



Outlook Express 5的使用,一步一步带领您成为Outlook玩家。首先介绍了Outlook Express的基本操作,包括

目 录



电子邮件的使用



Outlook Express 的设置



通讯簿



免费邮件

电子邮件的使用

“海内存知己，天涯若比邻”。随着Internet的快速发展，这一梦想正逐步变为现实。通过电子邮件，您可以给朋友发送多媒体的邮件（包括声音、图片和软件等），而且“即发即至”（几秒钟后收件人就可收到），它的优越性是传统信件所无法比拟的。

电子邮件和帐号

电子邮件，英文称为E-mail，顾名思义是电子形式的邮件，它是Internet上出现最早、使用最多的功能之一。电子邮件不仅传递快捷，价格低廉，而且保存容易，整理方便。电子邮件不仅可以传递文字，而且还可以传递各种计算机文件。另外，电子邮件还可以访问新闻组，订阅电子报刊杂志。

如果您要使用电子邮件，您必须先到Internet服务提供商（简称ISP）那里申请一个E-mail帐号。E-mail帐号就相当于我们日常生活中的信箱，只不过这个信箱不在您的计算机上，而是在您的ISP的电子邮件服务器上。电子邮件服务器就相当于邮局，负责E-mail的接收与分发。电子邮件的传递是通过一个巨大的分布于世界各地的电子邮件系统协调完成的。比如您给朋友发了一封E-mail，这封E-mail先被传到您的邮件服务器上，然后经过多次转发，最后到达您朋友的邮件服务器上的信箱。当您的朋友用电子邮件软件打开信箱的时候，就收到了您的E-mail。

电子邮件地址由电子邮件帐号和电子邮件服务器地址两部分组成，中间用@号分开，@号读作at，意为在。如weblife@online.sh.cn，其中weblife为邮件帐号，online.sh.cn为上海热线的邮件服务器地址。



电子邮件地址和域名地址

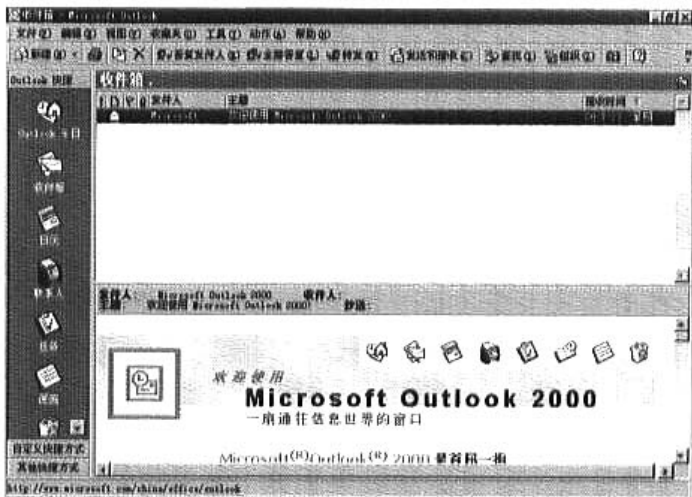
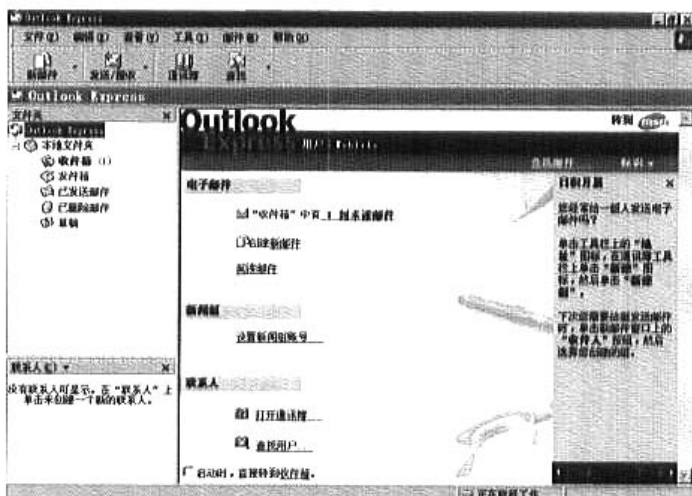
有@号的地址是电子邮件地址，没有@号的是网站或计算机的域名地址。

Outlook Express

要收发电子邮件，除了要有一个电子邮件帐号以外，您还需要在您的计算机上安装一个电子邮件软件。

Outlook Express 是目前最常用的电子邮件软件，它是 Microsoft 公司开发的 Internet 应用软件 Internet Explorer（简称 IE）中的一部分。Windows 2000 和 Windows 98 操作系统中都已预装了 Internet Explorer。

还有一种称为 Outlook，它是 Microsoft Office 套装软件家族中的一员，功能比 Outlook Express 更为强大，如有日历、任务和便签等功能。



Outlook Express 的安装参见《新手上网》一书中 Internet Explorer 的安装部分

启动 Outlook Express

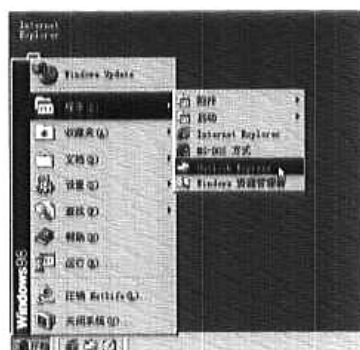
在 Windows 2000 或 Windows 98 中, 启动 Outlook Express 大致有 4 种方法。

1 用开始菜单启动

* 单击任务栏左端的开始按钮, 打开开始菜单。

* 把鼠标指针移到程序, 单击鼠标左键, 打开程序菜单。

* 单击程序菜单中的 Outlook Express, 启动 Outlook Express。



2 用桌面图标启动

双击桌面上的 Outlook Express 快捷图标, 启动 Outlook Express。



3 用任务栏按钮启动

单击任务栏上的 Outlook Express 按钮, 启动 Outlook Express。



Outlook Express 按钮

4 用 IE 按钮启动

* 单击 Internet Explorer 标准按钮工具栏上的 Outlook Express 按钮, 出现下拉式菜单。

* 单击阅读邮件, 启动 Outlook Express。



拨号连接

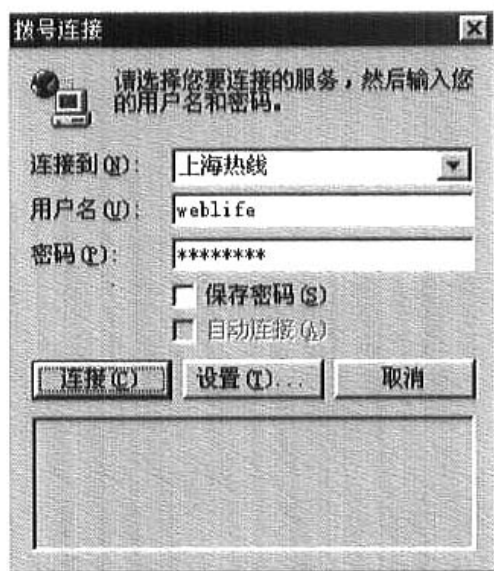
如果通过电话拨号方式连接Internet, 那么在打开Outlook Express时, 会出现一个拨号连接对话框。拨号连接对话框的操作步骤如下。

1 输入用户名和密码

- * 在用户名栏中输入用户名。
- * 在密码栏中输入密码。为了保密, 密码用*号替代显示。

2 单击连接按钮

- * 单击连接按钮, 通过用户认证之后连入Internet, 打开Outlook Express。



连接选项

- * 如果希望以后上网不再输入密码, 则选择保存密码复选栏。建议不选用此选项, 以防他人使用您的计算机上网。
- * 如果希望以后上网都自动连接, 不出现拨号连接对话框, 则选择自动连接复选栏。



怎么办

- * 拨号遇忙音: 多拨几次试试, 或避开使用高峰时段。
- * 用户认证无法通过: 检查您的用户名和密码, 有时是因为网络太繁忙所致。

Outlook Express 界面

拨号连接成功之后，任务栏右侧会出现一个拨号连接图标，并启动 Outlook Express。

① 标题栏

显示 Outlook Express 的标题

② 菜单栏

包含各种操作功能和选项设置

③ 工具栏

每个按钮代表一个常用功能

④ 文件夹窗格

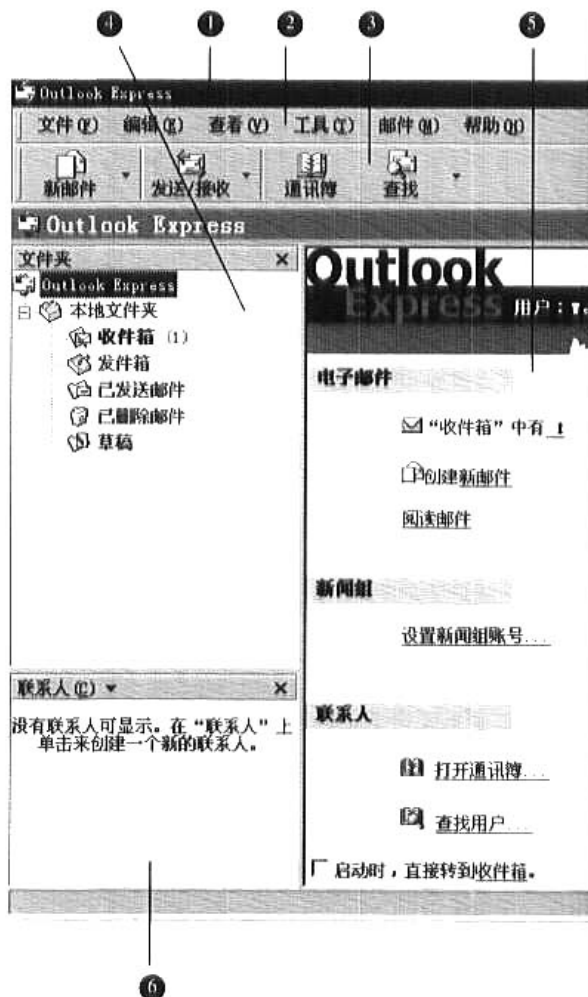
显示 Outlook Express 中各个文件夹

⑤ 主窗格

显示 Outlook Express 的起始画面

⑥ 联系人窗格

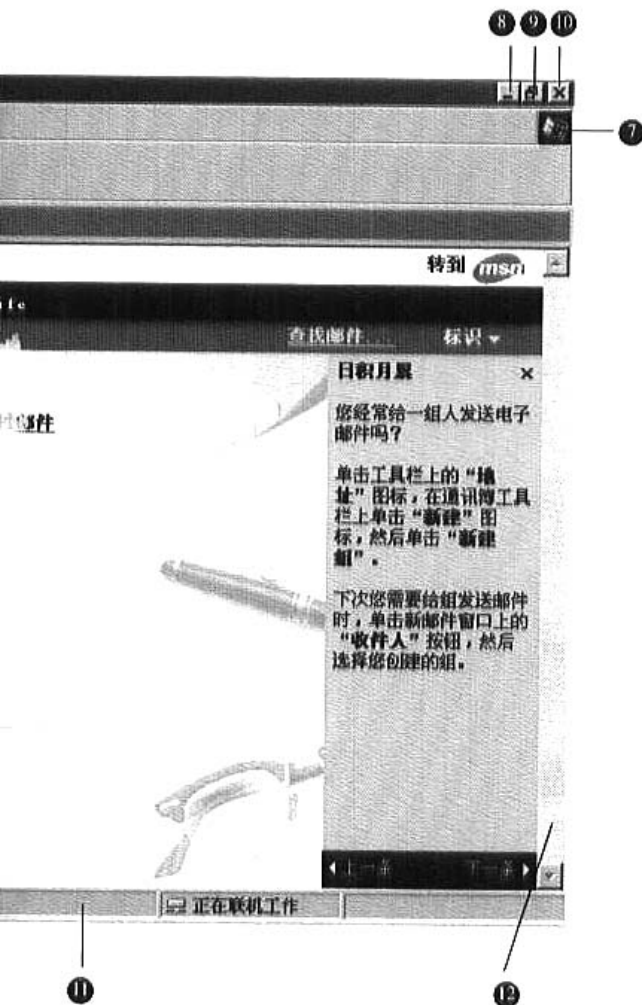
显示通讯簿中所有联系人的列表





状态标志

位于浏览器窗口的右上角，形似一个飘动的Windows标志，用来显示当前Outlook的网络连接状态。该图标静止，表示浏览器没有传输邮件。该图标转动，并与一个地球交替出现，表示Outlook Express正在连接发送或接收邮件。



⑦ 状态标志

显示当前网络连接的状态

⑧ 最小化按钮

窗口缩为任务栏按钮

⑨ 最大化 / 还原按钮

窗口占满整个屏幕 /
窗口恢复原来大小

⑩ 关闭按钮

关闭浏览器窗口

⑪ 状态栏

显示网络连接的状态

⑫ 垂直滚动条

上下滚动内容

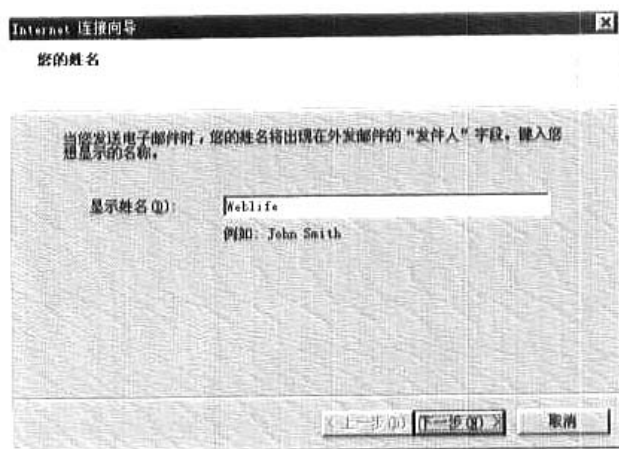
设置 E-mail 帐号

如果您还没有设置 E-mail 帐号, 那么当第一次打开 Outlook Express 的时候, Windows 将自动启动 Internet 连接向导。

1 输入您的姓名

* 在显示姓名栏中输入您的姓名或别名, 也就是以后您的外发邮件的**发件人**栏中将显示的内容, 如 Weblife。

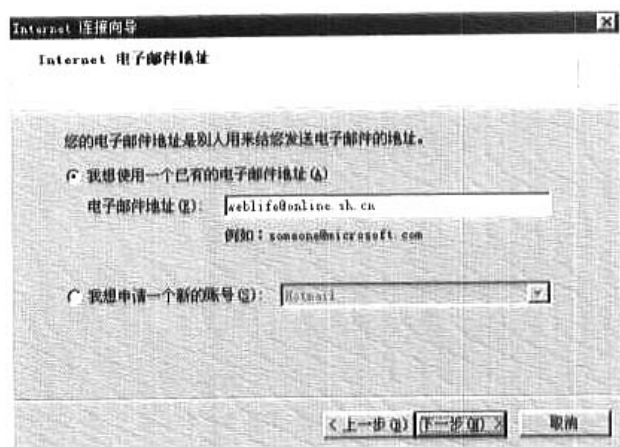
* 单击下一步按钮, 出现下一对话框。



2 输入电子邮件地址

* 在电子邮件地址栏中输入 Internet 服务提供商 (ISP) 提供给您的电子邮件地址, 如 weblife@online.sh.cn。

* 单击下一步按钮。



3

输入电子邮件服务器名

* 选择接收邮件服务器类型为 POP3。

* 分别输入接收邮件服务器和外发邮件服务器的地址，如 online.sh.cn。

* 单击下一步按钮，出现下一对话框。

4

输入邮件帐号

* 输入 ISP 提供给您的用户名，如 weblife。

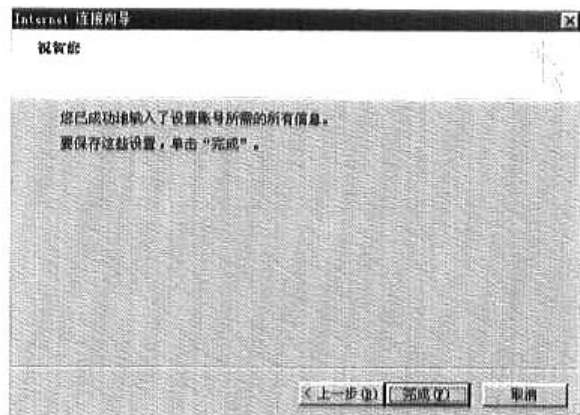
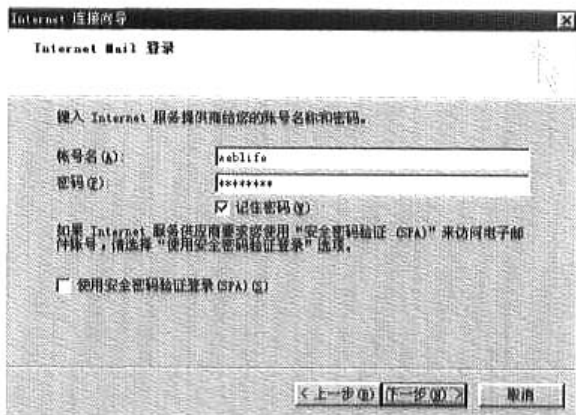
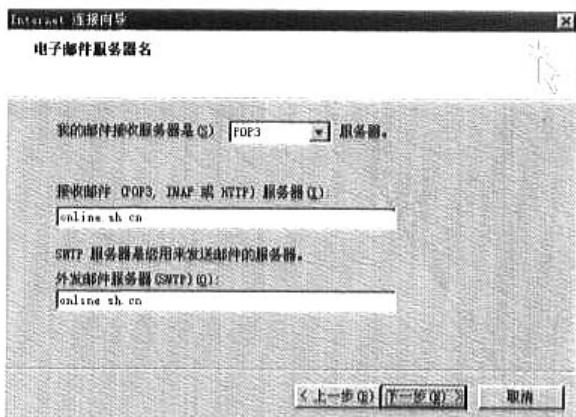
* 输入您的用户密码，如 abc12345。为了保密，密码用 * 号替代显示。

* 单击下一步按钮。

5

完成连接向导

单击完成按钮，结束电子邮件帐号的设置。



测试 E-mail 帐号设置

设置好 Outlook Express 的电子邮件帐号，打开 Outlook Express 之后，您首先得试一下您的电子邮件帐号设置是否正确。

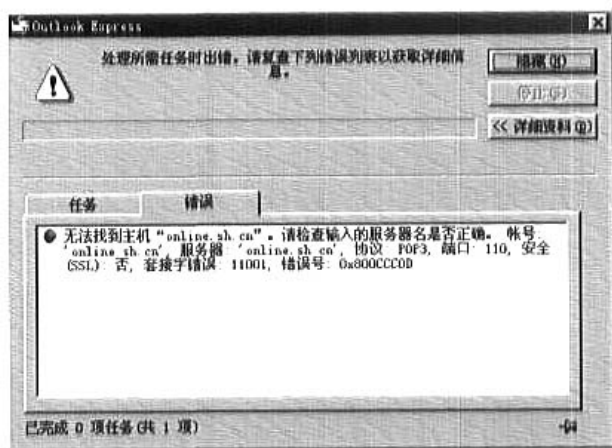
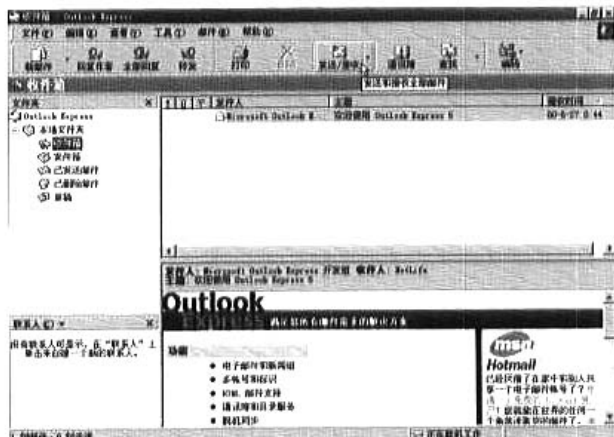
1 发送和接收

将鼠标指针移到并单击工具栏中发送 / 接收按钮  (发送和接收动作同时进行)，Outlook Express 即将发件箱中的邮件发送到邮件服务器，然后将邮件服务器上的邮件接收到您的计算机上。这样您就可断开与网络的连接，在您的计算机上慢慢阅读邮件了。

2 出错信息

* 如在发送 / 接收过程中出现出错信息对话框，则说明您的 E-mail 设置有问题，需要修改设置。

* 如在发送 / 接收过程中出现登录对话框，则说明您的用户名或密码设置不对，需要重新输入用户名或密码。



新邮件

如果电子邮件帐号设置测试下来没问题,您就可先给自己发一封试验邮件。

1 打开新邮件对话框

将鼠标指针移到并单击工具栏中**新邮件**按钮, Outlook Express 即打开新邮件对话框。

2 撰写邮件

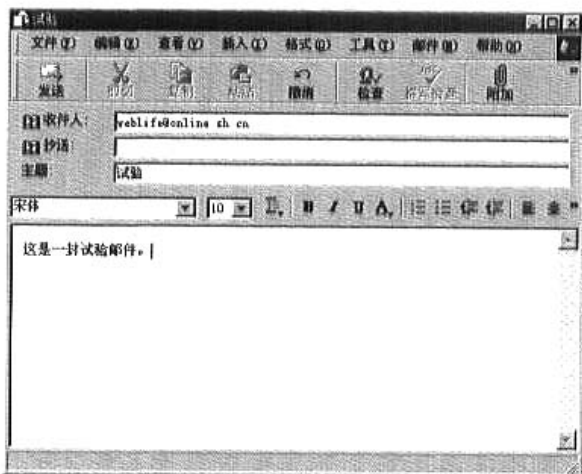
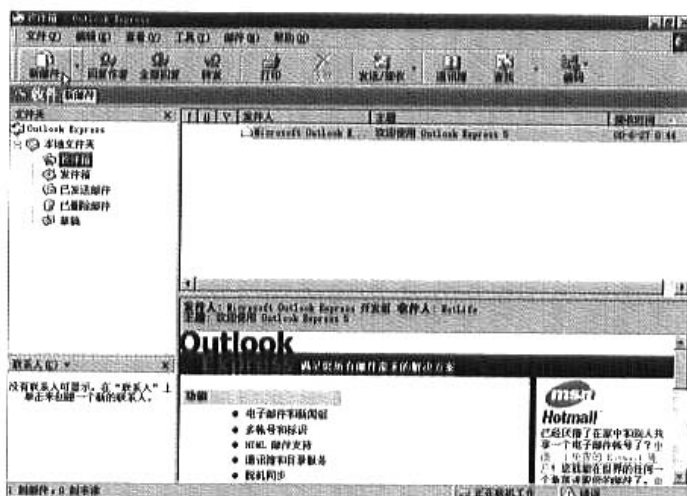
* 在**收件人**栏中输入您的 E-mail 帐号,如 weblife@online.sh.cn。

* 在**主题**栏中输入标题内容,如**试验**。

* 在**内容**栏输入您的邮件内容。

3 发送邮件

新邮件撰写完成之后,单击**发送**按钮, Outlook Express 将自动把此邮件发送出去。



收件人、抄送和密件抄送

现在您就可以给您的朋友发 E-mail 了。

1 输入收件人电子邮件地址

* 在收件人栏中输入收件人的邮件地址, 如 `weblife@online.sh.cn`。

* 收件人栏允许输入多个邮件地址, 前后的邮件地址间用分号分隔。如增加: `weblife@sohu.com`。

2 输入抄送电子邮件地址

在抄送栏中输入收件人的邮件地址, 抄送栏也允许输入多个邮件地址, 前后的邮件地址间用分号分隔。如 `weblife@sohu.com; luqin@shsmu.edu.cn`。

