# サイバーセキュリティ通信 第32号

令和８年10月

長崎県警察本部
サイバー犯罪対策課





# 不正アクセスによる個人情報漏えい対策

## 基本的なセキュリティ対策の徹底

- ☑ メール内のリンクを安易にクリックしない！
- ☑ 安全なパスワードを設定して使い回さない！
- ☑ 多要素認証を活用する！
- ☑ ＯＳやソフトウェアは常に最新の状態にする！

## 予想される被害と対策

**相手は漏えいした情報を悪用した犯人かも・・・**

### 不正アクセス・なりすまし不正利用

□パスワードが漏えいした場合は速やかに変更する
□多要素認証を活用する
□パスキーを活用する（指紋認証や顔認証、端末に紐付き保存されている暗証番号等）
□身に覚えのない会員登録やクレジットカードの利用等に注意を払う

### フィッシング

□メールやSMSに記載のリンクを安易にクリックしない
□ウェブサイトへのアクセスは、ブックマークや正規のアプリを活用する

### 特殊詐欺

□ 固定電話～国際電話不取扱受付センターへ申し込み、犯人からの電話をブロックする
□ 携帯電話～警察庁推奨アプリをダウンロードし、犯人からの電話をブロックする

## 強力なパスワードの設定例

解読に時間がかかる

□「英数字＋記号」だけの短いパスワードより、**長いフレーズ**が強力

例） × Ｐ＠ｓｓｗ０ｒｄ（８桁）

◎ ＫｏｎｎｉｃｈｉｈａＮａｇａｓａｋｉ２０２６！（23桁）
（こんにちは長崎）

◎ ＧｏｇａｔｓｕＴａｎｊｙｏｕｂｉＨａｈａ＠２０２６ （25桁）
（５月誕生日母）

# サイバーセキュリティ対策9か条

**更新していなかったぜい弱性から不正アクセスされた・・**



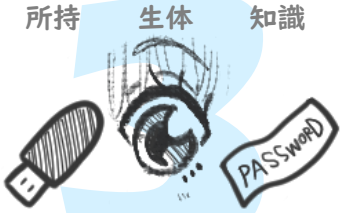

OSやソフトウェアは
常に最新の状態
にしておこう！

**簡単なパスワードを使っていたら誰かにログインされた・・**



パスワードは長く
複雑にして、他と使い
回さないようにしよう！

**ログインの際、パスワードだけだと漏えいした時に不安・・**




多要素認証を利用しよう！

**激安の通販サイト、不安をあおる請求メール・・**




偽メールや偽サイトに
だまされないように
用心しよう！

**添付ファイルを開いたらウイルスに感染した・・**




メールの添付ファイルや
本文中のリンクに注意しよう！

**見られたくない情報を見られてしまった・・**



スマホやPCの
画面ロックを利用しよう！

**ある日突然、大切なデータが消えた・・**



大切な情報は失う前に
バックアップをしよう！

**パソコンやスマホを盗まれてしまった・・**



外出先では、紛失・盗難
・覗き見に注意しよう！

**ウイルス？詐欺？サイバー犯罪の被害に遭ったかも・・**




困ったときは、ひとりで
悩まず相談しよう！

サイバーセキュリティに関する
無料相談窓口（公的機関）

警察相談
ダイヤル
#9110

**長崎県警察サイバー犯罪対策課LINE公式アカウント**



サイバー犯罪に関する
被害防止対策等について
絶賛配信中！
＼クイズゲームも行ってます。／

友だち
登録は
こちら

@np318