

アバストセーフテックレポートを公開 Avast | 高齢者を狙ったサイバー犯罪の実態が明らかに 高齢者の詐欺で多い手段は、約半数がメールと電話から

Gen (NASDAQ: GEN) の消費者向けサイバーセーフティブランドである Avast は、11カ国（日本を含む）で消費者を対象に調査を行った「Avast Safe Tech Report（アバスト セーフテックレポート）」を発表しました。この調査では、日本においてデジタル化が加速する中で、高齢者が十分に対策を取られておらず、インターネット上のリスクにさらされていることが明らかになりました。

Z世代の41%が「自分の高齢者家族はオンライン詐欺に引っかかるのではないか」と不安に感じている一方、オンラインセキュリティについて話し合ったことがないと答えた人は47%となり、関心はあるものの対策には至っていない実態が浮かび上がりました。

また、Avast のデータによると、サイバー犯罪の80%以上が詐欺であることから、より高齢の家族とオンライン上の安全について、率直に話し合う必要性が高まっていることがわかりました。

* 1：調査対象国（11カ国）：オーストラリア、ブラジル、チェコ共和国、フランス、ドイツ、イタリア、日本、メキシコ、ニュージーランド、イギリス、アメリカ

全体の回答者のうち**27%が「自身の祖父母などの高齢の家族が詐欺に遭う可能性がある」と考えており、Z世代ではその割合が41%にのびました。
一方で、「これまで一度も高齢の家族に、オンライン上で安全に過ごす方法を教えたことがない」と回答した人は47%**に達しています。

これは2025年のAvast Safe Techレポートに基づいております



高齢者に迫るリスク

<サマリー>

- 回答者の76%が「両親や祖父母といった高齢の家族がいる」と回答。
- そのうち27%が「オンライン上で何かしらの被害を受けた経験がある」と回答。
- オンラインの上の詐欺で最も多い手口としては「メール」と「電話」が共に 47%。
- Z世代の 41%が「恒例の家族が詐欺に引っかかる可能性が高い」と懸念。
- それにも関わらず、47%は「高齢の家族にオンライン安全教育を行ったことがない」と回答。

本レポートによれば、成人の62%が高齢の家族に対してリスクのあるオンライン行動や詐欺について警告しようとした経験があります。しかし、警告を受けて実際に行動を変えた人は半数（50%）にとどまりました。その他の人たちは無視したり、「自分は大丈夫だ」と言っていると判明しました。高齢者のほぼ半数（47%）が、依然としてパスワードを紙に書いて保管するという習慣を持っています。

Avast 詐欺研究所のディレクターのレイラ・ビルゲ氏は「詐欺を見抜くことも大切ですが、高齢者が自信を持って質問できるようになることがより重要です。テクノロジーの進化が早すぎて、どの世代でも何が本物で何が危険かを見極めるのが難しくなっています。だからこそ、何かおかしいと感じたときに質問できる力や、その場で一旦立ち止まる勇気を与えることが大切です」と述べています。

高齢の家族と一緒にサイバーセーフティを守るために

Avast は、家族や大切な人と「ネット詐欺やサイバーリスクについて話し合う時間（Safe Tech Talk）」を持つことを推奨しています。

1. ネット詐欺やサイバーリスクについて話し合う時間（Safe Tech Talk）を実施する

- ・ ネット安全対策を学び、家族と共有する
- ・ 不審なメッセージや怪しい電話・メールを受け取ったら、家族や友人に共有し、会話のきっかけを作る
- ・ デバイス、個人情報、金融情報の管理方法について話し合ってみる
- ・ 自宅の書斎や目につく場所に、追加の安全対策の書かれたプリントを掲示する

2. パスワード習慣を強化する

- ・ それぞれのアカウントで長くユニークなパスワードを設定する（15～20文字以上、小文字・大文字・数字・記号を組み合わせる）
- ・ 個人情報は避け、パスワード マネージャーのようなパスワード管理ツールの活用も検討する

3. 怪しい兆候を見抜く

- ・ 銀行、医療機関、テクニカルサポートなどを装った予期しないメール・SMS・電話には注意する
- ・ 詐欺の場合は緊急性をあおり即行動させようとする傾向がある

4. 高齢者を狙う典型的な詐欺を知る

- ・ フィッシング、テクニカルサポート詐欺、ロマンス詐欺、偽請求書、偽ソフトウェア更新、医療保険詐欺など

5. スマートな安全ツールを導入する

- ・ 詐欺ガードIANを含むセキュリティソフトやアバスト セキュア ブラウザなどでデバイスを保護
- ・ デバイスやアプリは常に最新の状態にする

6. 家族でサイバーセーフティをチームとして取り組む

・不審なメッセージや依頼が届いた際は、一度信頼できる人に相談するなど、「電話して確認」といった何かあった時にどうしたらいいのかのプランを作る

玄関に鍵をかけることや火災報知器のテストをするように、サイバーセーフティも日常の習慣にしていきましょう。オンラインで安全を守ることに「こんなことを聞いても大丈夫かな？」という心配は不要です。大切なのは聞かないことで、後悔することがないようにすることが重要です。

2025年のアバスト セーフテックレポートの詳細や「Safe Tech Talk」の始め方については、blog.avast.com/fighting-scams-together をご覧ください。

「アバストセーフテックレポート」について

本調査は、2025年4月30日～5月9日にかけて、Dynata が Gen の委託を受けて日本国内で18歳以上の成人1,000名を対象にオンラインで実施しました。結果は年齢・性別・地域で必要に応じてウェイトをかけ、全国代表値としています。

アバスト 無料アンチウイルスに含まれる「アバスト 詐欺ガーディアン」の主な機能

●アバストアシスタント

怪しい Web サイト、SMS、メール、リンク、オファーなどについて、AI による24時間対応のスクラム対策ガイダンスを提供します。自然言語でユーザーの質問を理解し、次に取るべきアクションをわかりやすく案内します（Windows および Mac 対応）。

●Web ガード

Gen Threat Labs の統計と、数百万のウェブサイトをもとに訓練された AI を活用し、コンテンツやコードに潜む詐欺をリアルタイムに検知します。（Windows、Mac、Android、iOS 対応）*。

「アバスト 詐欺ガーディアンプロ」の追加機能

●メールガード

AI を活用し、メールの文脈や言語の意味を分析して詐欺を検出します。開封前に安全・不審なメールを判別し、どのデバイスでもメールチェック時にユーザーを保護します（Windows、Mac、Android、iOS 対応）**。

「詐欺ガーディアン」および「詐欺ガーディアンプロ」は、それぞれ「アバスト 無料アンチウイルス」「アバスト プレミアム セキュリティ」の一部として、現在ダウンロード可能です。年内には、SMS や通話など他の通信手段に対応する AI 搭載ツールも詐欺ガーディアンプロに追加予定です。詳細は www.avast.com をご覧ください。

* コンテンツおよびコードのスキャン機能は Windows および Mac のみで提供

** メールガードはモバイルにも含まれますが、詐欺ガーディアンの UI はモバイルには搭載されていません。

Avast 公式ストア:<https://www.avast.co.jp>

Avast について

Avast は、Gen (NASDAQ: GEN) のブランドの一つとして、世界中のモバイル、PC、Mac ユーザー向けにオンライン脅威からの保護を提供しています。VB100、AV-Comparatives、AV-Test、SE Labs などの評価機関により評価を受け、Alliance Against Stalkerware、No More Ransom、Internet Watch Foundation のメンバーでもあります。詳細は [Avast.com](https://www.avast.com) をご覧ください。