



## Press Release

ノートン PR 事務局  
2026年2月吉日

ノートンの最新調査により、オンラインで恋愛活動を行う人の50%が「AIとの交際もあり得る」と回答  
孤独感が高まる中、AIとの恋愛関係に前向きな人が増えている実態が明らかに

消費者向けサイバーセーフティのグローバルリーダーであり、Gen（NASDAQ: GEN）の一員であるノートンの「2026年ノートン・サイバーセーフティ・インサイト・レポート：人工的な親密性編」の調査により、現在、または過去にオンラインで恋愛活動を行ったことがある人（オンラインデーターティング利用者<sup>1</sup>）の50%が「AIとのデートを検討する可能性がある」と回答し、また、30%が「AIのパートナーは人間よりも感情面で支えになってくれる可能性がある」と考えていることが明らかになりました。常に気配りができ、肯定的で、いつでもそばにいる“完璧なパートナー”に惹かれない人はいないのかもしれません。



こうした結果の背景には、深刻な孤独の広がりがあります。特に日本では90%が「孤独を感じている」と回答しており、世界平均の81%と比較して高い数値となっています。感情的な孤立が深まる中、人々はテクノロジーとより深い関係を築きつつあり、感情的・金銭的に新たな「隙」がうまれることで、それらは詐欺師に悪用され始めています。ノートンのグローバル詐欺研究の責任者であるレイラ・ビルジ氏は次のように述べています。

「孤独感が強まると、オンライン上の信頼は非常に早く形成されがちです。そこに付け込むのが詐欺師です。アプリやチャットボット、デジタルツールを通じてつながりを求める人が増える今こそ、一度立ち止まり、個人情報を守り、『本当の信頼は決してプレッシャーや秘密を伴わない』ということを思い出す必要があります。AIそのものが詐欺というわけではなく、そこに本当の安心感を見出しますが、AIはあくまで人工的な存在であり、現実の人間関係を代替するものではありません。」

### 調査サマリー

#### ● 90%が孤独を感じていると回答し、オンライン上で高リスクな行動をとる傾向に。

孤独を感じる層の22%が「孤独が原因でオンライン上でリスクの高い判断をした」と答えており、ロマンス詐欺やその他の危険なオンライン行為に対する脆弱性が浮き彫りに。

#### ● AIチャットボットの利用意向は最大27%に。

ストレス解消や孤独感の軽減、恋愛相談など、利用目的は多岐にわたり、AIが“心理的な支え”的役割を担い始める。

<sup>1</sup> デジタルツールを通じてオンラインで恋愛関係を築く活動全般を指し、『婚活』や『オンラインマッチング』に加え、チャット、ソーシャルメディア、データーティングアプリを通じたあらゆる交流が含まれます。



### ●恋愛行動における AI を活用の意欲も拡大

現在、または過去にオンラインで恋愛活動を行ったことがある人は、41%がプロフィール作成、35%が口説き文句や会話のきっかけづくりに AI の使用を検討したいと答えた。

### ● デーティングアプリ利用者の 36%が「著名人を名乗る人物」から接触を受けた経験あり

現在、または過去にデーティングアプリを使用したことがある人の 36%が、有名人や著名人を名乗る人物から SNS やデーティングアプリ上で連絡を受けた経験があると回答。そのうち、34%が個人情報を共有し、25%が金銭を送っており、被害の深刻さが浮き彫りになっています。

## AI が日常的に感じる「孤独感」をまぎらわす AI は単なるサポートツールから、恋愛のパートナーへ進化

従来のリアルな社会的ネットワークの機能が弱まる中、人々は心の拠りどころをオンライン空間に求める傾向を強めています。現在、または過去にオンラインで恋愛活動を行ったことがある人の32%が「失恋後のセラピーとして AI チャットボットを使う可能性がある」と回答しました。また、AI に相談した経験がある人の63%は恋愛に関するアドバイスにおいて「人間の友人や家族よりも AI を信頼している」と答えています。

すでに AI が感情的な隙間を埋めているケースもあります。15%が「つらい一日を乗り切るために AI チャットボットに話しかける」と回答し、27%が、純粋に娯楽目的で AI チャットボットと会話する」と回答しました。

### ●現在、または過去にオンラインで恋愛活動を行ったことがある人の半数が、AI チャットボットとのデートを検討すると回答。理由は以下の通りです：

- ・好奇心から：20%
- ・現実のデートがストレスに感じる：13%
- ・判断されることなく理解されたい：13%
- ・人間と付き合うより簡単そう：18%
- ・デーティングアプリでのネガティブな経験から：11%
- ・新しいこと・実験的な体験をしたい：15%
- ・孤独を感じている：15%
- ・テクノロジーに関心があり、どこまでできるか試したい：19%
- ・本気ではなく、単に楽しみとして：19%

## オンラインデーティングにおける AI 活用の広がり 著名人を名乗る人物からの連絡など、詐欺行為増加の実態も

現在、または過去にデーティングアプリを使用したことがある人の 70%が「マッチ相手が AI を使って写真を加工したり、プロフィール文を作成していたと知ると不快に感じる」と回答した一方で、38%が「AI ツールを使って実際に写真を加工した経験がある」と回答しました。

AI の普及が進む中、恋愛感情を悪用する詐欺も日本で問題となっています。現在、または過去にデーティングアプリを使用したことがある人 36%が、有名人や著名な公的人物を名乗る人物から SNS やデーティングアプリ上で連絡を受けた経験があると回答しました。

### ●現在、または過去にオンラインで恋愛活動を行ったことがある人の 41%が、デーティングアプリのプロフィール作成を手伝うために AI を使いたいと回答。その他の用途は、以下のとおりです。

- ・恋愛・交際のコーチング目的で使いたい：36%
- ・自分の代理として AI にバーチャルデートをしてもらうことも検討する：30%
- ・別れのメッセージを書くために使いたい：33%
- ・写真をより魅力的に見せるために使いたい：35%
- ・口説き文句や会話のきっかけ作りに使いたい：35%



- ・駆け引きの練習に使いたい：29%
- ・失恋後のセラピー目的で使いたい：32%

#### ●恋愛プラットフォームの安全性について（人とのやり取りに関して）

現在、または過去にオンラインで恋愛活動を行ったことがある人の中では、各プラットフォームごとに「安心して使用できる」と答えた人の割合が異なっています。マッチングアプリだけではなく、Instagram や TikTok などの一般的な SNS も、オンラインでの恋愛活動のプラットフォームとして活用されている実態が伺えます。

- ・Instagram : 46%
- ・Pairs : 43%
- ・With : 36%
- ・tapple : 35%
- ・TikTok : 33%
- ・Tinder : 27%
- ・Bumble : 24%

AI が日常に深く浸透し、オンラインの出会いが主流化する中、恋愛領域でも様々なトラブルに発展するリスクが増えています。今後ますます冷静な判断・プライバシー保護・適切なツールの活用が不可欠であり、個人の心理状態や AI との向き合い方が安全性を左右する時代に突入しています。

詳細なレポート（英語）は、こちら

[https://filecache.mediaroom.com/mr5mr\\_nortonlifelock/179507/NCSIRHolidayGlobalReport2025.pdf](https://filecache.mediaroom.com/mr5mr_nortonlifelock/179507/NCSIRHolidayGlobalReport2025.pdf) からご覧いただけます。

#### 「2026年版 ノートン サイバーセーフティインサイトレポート：人工的な親密性編」について

本調査は、Gen 社の委託により Dynata 社が 2025 年 7 月 31 日から 8 月 11 日にかけて日本国内でオンライン実施したものです。18 歳以上の成人 1,000 名を対象に、年齢・性別・地域で加重調整を行い、全国の実態を代表するデータとして集計しています。

※本調査における世代区分は以下の通りです。

- ・ **Z 世代** : 18~28 歳
- ・ **ミレニアル世代** : 29~44 歳
- ・ **X 世代** : 45~60 歳
- ・ **シニア世代** : 61~79 歳

#### Gen Threat Labs について

Gen Threat Labs は、Gen 社に所属するサイバーセキュリティリサーチチームです。

世界中の新たなデジタル脅威や詐欺の特定・分析・追跡を行い、Norton、Avast、LifeLock など Gen グループの主要ブランドを支える脅威インテリジェンスを提供しています。

#### ノートン製品情報

##### ■パソコン、スマホをオールインワンで守るセキュリティソフト

ノートン™ 360プレミアム : <https://jp.norton.com/products/norton-360-premium>



ノートン™ 360プレミアムは、パソコン、スマホ、タブレットなどのデバイスと Wi-Fi 通信等をオールインワンで守るセキュリティソフトです。詐欺サイトやウイルスなどサイバー攻撃の脅威を検知し、防御する他、インターネット利用時に通信内容を盗み見されないように暗号化する VPN 機能を搭載。その他、お子様を守るために保護者機能、個人情報の流出を検知するダークウェブモニタリング機能、パスワードを安全に管理するパスワードマネージャー機能、データ損失に対する予防的措置のクラウドバックアップ機能など、ユーザーの皆様がより快適かつ安全にインターネットが利用できるようになる機能を多数搭載しています。



## ノートンについて

ノートンは、サイバーセーフティの分野でのリーダーであり、Gen (NASDAQ: GEN) の一員です。Gen は、信頼される消費者向けブランド群を通じて「デジタルの自由」を推進するグローバル企業です。ノートンは、受賞歴のあるデバイス保護、オンラインプライバシー、そして個人情報保護のサービスを通じて、世界中の個人や家族を支援しています。ノートンの製品とサービスは、AV-TEST、AV-Comparatives、SE Labs などの独立したテスト機関によって認証されています。また、ノートンは「Global Anti-Scam Alliance 北米支部」および「Coalition Against Stalkerware」の創設メンバーでもあります。詳しくは、[Norton.com](http://Norton.com) と [GenDigital.com](http://GenDigital.com) をご覧ください。