

日本人、データプライバシー意識で世界最低水準

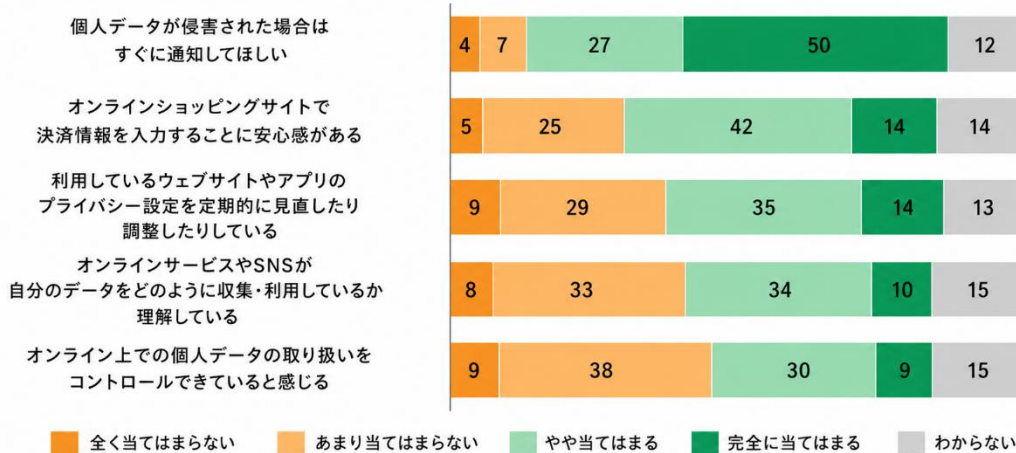
NordVPNが22カ国・22,000人調査を発表

「知識」「コントロール」「リスク対策」など全5指標で最下位、
「わからない」回答率も最多に

個人向けセキュリティサービスを提供する NordVPN(本社:オランダ・アムステルダム、日本代表:小原拓郎)は、世界22カ国・22,000人を対象に実施したデータプライバシー意識調査を発表。日本は知識・自信・コントロール・通知・リスク対策の全5指標で最下位となり、調査対象国の中で「個人データを自分でコントロールできている感覚」が最も乏しいことが明らかになりました。

日本におけるデータプライバシー意識調査

全回答者 N=1005



【調査概要】

本調査は、オンライン上のデータプライバシーに関する意識・行動・実態を、以下の5つの設問への回答を基に分析しています。回答は「わからない」「完全に当てはまる」「やや当てはまる」「あまり当てはまらない」「全く当てはまらない」の5段階で自己評価してもらいました。

- **知識**: オンラインサービスや SNS による個人データの収集・利用方法への理解度
- **自信**: オンラインショッピングでの決済情報入力に対する安心感
- **コントロール**: 個人データの取り扱いに対するコントロール感
- **通知**: データ侵害発生時の即時通知への期待
- **リスク対策**: プライバシー設定の定期的な確認・調整といった能動的な対策行動

調査機関: NordVPN・Cint パネル等

調査期間: 2026年2月10日～4月8日

調査対象: 18～74歳

サンプル: 日本 1,005名、グローバル 22,000名

グローバルサマリー(22カ国比較)

「即座に知らせてほしい」は世界共通。「自分で守れる」は世界どこでも不安定

22カ国の平均スコアは71%。上位はメキシコ(81%)、香港・台湾(ともに79%)とラテンアメリカ・東アジア勢が底上げする一方、下位はベルギー(66%)、そして最下位は日本(53%)。次点のベルギーとの差は13ポイントと、他国から突出した低さとなっています。

グローバルに見える4つの構造的傾向

- 「通知」のニーズは22カ国共通

「データ侵害時に即座に知らせてほしい」はグローバル平均で87%と全指標中最高。なかでもノルウェーは96%とトップで、日本(77%)はこの指標でも最下位圏にあります。

- ラテンアメリカ・東アジアが「自分で守る」意識高い

ブラジル・アルゼンチン・メキシコ、台湾・香港はリスク対策スコアが特に高く、「心配なことがあれば自分で行動する」タイプ。

- 「自信」と「コントロール」は全市場で一様に低い

全22カ国で「知識」「通知」と比べ、「自信」「コントロール」は一貫して低い値。「知っている」と「守れている」実感の間には構造的なギャップがあります。

- 北欧は「心配はある、でも自分では守れない」型

スウェーデン・ノルウェー・デンマークの北欧諸国の通知ニーズは世界最高水準でありながら、リスク対策行動は世界最低水準。「制度や法規制側に対応を期待する」文化的傾向が反映されています。日本も同様の傾向を示します。

データプライバシー意識調査 22カ国比較スコア (%) ※「完全に当てはまる」「やや当てはまる」の合計

	知識	自信	コントロール	通知	リスク対策	平均
メキシコ	84	76	74	89	82	81
香港	79	77	75	90	76	79
台湾	78	74	80	90	75	79
イギリス	73	81	63	90	68	75
カナダ	73	76	65	89	68	74
ブラジル	75	63	60	92	79	74
オーストラリア	71	74	64	91	69	74
オランダ	73	72	64	87	72	74
アメリカ	72	73	61	86	67	72
アルゼンチン	74	61	59	90	73	71
イタリア	69	68	61	88	70	71
ポーランド	77	60	59	92	67	71
ノルウェー	71	79	55	96	53	71
スペイン	71	64	55	89	72	70
オーストリア	74	66	61	79	68	70
スイス	70	70	61	82	64	69
デンマーク	67	75	60	94	49	69
韓国	70	68	52	84	66	68
ドイツ	67	65	59	76	69	67
スウェーデン	70	68	47	93	55	67
ベルギー	67	64	56	82	63	66
日本	44	56	39	77	49	53
22カ国平均	73	67	61	87	70	71

日本の結果サマリー: 日本はなぜ突出して低いのか

調査結果①日本は全指標で世界最下位、次点のベルギーに 13 ポイント差

5つのプライバシー指標の平均スコアで比較すると、日本は 53%と 22 カ国中の最下位。次に低いベルギー(66%)を 13 ポイント、22 カ国の平均(71%)を 18 ポイント下回り、突出した位置にあります。

特に低い 2 指標:

- **コントロール感(39%)**:「オンライン上での個人データの取り扱いをコントロールできていると感じる」割合は全指標中最低水準。生活者の“情報の手綱を握れていない感覚”が浮き彫りになりました。
- **知識(44%)**:「オンラインサービスや SNS が自分のデータをどう収集・利用しているか理解している」と答えた割合。データの流れを把握できていない実態が浮かびあがります。

NordVPN CTO マリウス・ブリエディスは、この結果について「多くの方は自分のデータがどう集められているかをある程度理解し、対策も取っています。それでもなお、最終的にデータの行方を決めているのはアプリや企業側だと感じているのです」と述べています。

■調査結果②「侵害されたら即座に知りたい」77%、「自分で守れている」39%—ギャップは世界 3 位

日本人の 77%が「個人データが侵害された場合はすぐに通知してほしい」と回答した一方、「自分でデータをコントロールできている」と感じる人は 39%。この 38 ポイントという乖離は、スウェーデン(46pt)・ノルウェー(41pt)に次ぐ世界 3 位の深刻さです。

この「危機感はある、でも自分の行動では守れない」という心理構造は北欧と日本に特徴的です。セキュリティ意識は高いにもかかわらず、自分の行動よりも企業・行政側の制度整備に解決を委ねる「制度依存型」のプライバシー観が背景にあると考えられます。

■調査結果③「わからない」回答率も世界最高—リテラシー底上げが急務

今回の調査で日本は、すべての設問において「わからない」と答えた割合も 22 カ国中で最も高くなりました。これは単なる意見の対立ではなく、データプライバシーというテーマそのものへの不慣れを意味します。強い意見を表明しにくい文化的背景に加え、デジタルプライバシーに関する基礎リテラシーの底上げが社会的に急務であることを示しています。

■調査結果④「通知不安」の高齢者、「行動で守れる」若年層—顕著な世代間・層間格差

各指標で属性による差が明確に現れました。以下では、それぞれの指標で「当てはまる」と答えた割合が相対的に高い層と、低い層を示します。

通知:「即座に知らせてほしい」

- **最も強い層**: 65~74 歳(団塊世代)・退職者。不正アクセスや詐欺への脆弱性不安が最も強く表れています。
- **最も小さい層**: 18~44 歳(Z 世代・ミレニアル世代)・学生・低学歴層。「誰かが守ってくれるはず」という受動的な意識や、具体的なセキュリティ改善の効果を実感した経験の乏しさを反映していると考えられます。

コントロール:「自分で守れている」

- 高い層:18~34歳の若年層、または修士・博士号取得者、あるいはフリーランス・経営者。それぞれ独立した属性として、各観点で相対的に自己効力感が高い傾向が見られます。
- 低い層:55~74歳(X世代・団塊世代)・退職者。「自分のデータの管理はプラットフォームに委ねるしかない」という感覚が広がっています。

リスク対策:プライバシー設定を定期的に見直している

- 最も行動している層:男性、または18~24歳のZ世代、子どものいる世帯、自営業者・経営者。「身近に守るべき存在がいる」方ほど行動に移す傾向が示されています。
- 最も行動していない層:65~74歳・退職者。「デジタル操作自体が難しい」「設定画面の場所が分からない」といった障壁が行動の低さに繋がっていると見られます。

「年代」「学歴」「職業」のどの軸で見ても、デジタルリテラシーの格差が、プライバシーに対する「安心感」の格差にそのまま現れる構造が鮮明です。「知っている」人が必ずしも「守れている」とは限らない事実がデータから読み取れます。

NordVPN 最高技術責任者(CTO) マリウス・プリエディスが推奨する、今日からできる5つの対策

1. **アプリの権限を月に一度見直す**:位置情報・連絡先・カメラ・マイク・写真へのアクセスを、不要なものは即削除する。
2. **パスワードは使い回さず、多要素認証(2FA)を必ず有効化**:万が一パスワードが漏えいしても、二段階認証があれば不正ログインを防げる。
3. **SNS・ショッピングサイトのプライバシー設定を定期的を確認する**:公開範囲・広告ターゲティング・データ共有のオプションは、サービス側のアップデートで変わることがある。
4. **支払い情報の保存は信頼できるサイトに限定する**:URLを必ず確認し、初めて使うお店にカード情報を残さない。
5. **セキュリティツールで不要なトラッキングをまとめてブロックする**:NordVPNの「脅威対策 Pro」のような機能で、悪質サイト・トラッカー・広告・マルウェアを一括で遮断できる。

『プライバシーを守るには、いまや日々の利用シーンで小さな判断を積み重ねる必要があります。設定が複雑だったり、許可される範囲が広すぎたり、データの使い道が分かりづらかったりすると、気をつけている人でも「自分のデータがどう扱われているか半分しか分からない」と感じてしまう。だからこそ、月に一度の権限見直しと、URLの確認、二要素認証の徹底という基本動作を習慣化していただきたい。』

■ NordVPN について

NordVPNは、世界中で何百万人ものユーザーをもつ先進的なVPNサービスプロバイダーです。8,200台以上のサーバーを世界135カ国209都市で提供し、専用IPやDouble VPN、Onion Over VPNサーバーなど、多彩な機能を備え、トラッキングなしでオンラインプライバシーを強化します。主要機能の一つである「脅威対策 Pro」は、悪質なウェブサイトやトラッカー、広告のブロックに加え、マルウェアのスキャンが可能です。さらに、最新の製品であるグローバルeSIMサービス「Saily」を展開しています。「Saily」は海外旅行者向けに設計されており、現地でSIMカードを購入する必要がなく、簡単にデータ通信が利用可能です。

【会社概要】

会社名 : NordVPN
本社 : Fred. Roeskestraat 115 1076 EE Amsterdam, Netherlands
日本代表 : 小原拓郎
NordVPN ウェブサイト : <https://nordvpn.com/ja/>
VPN について : <https://nordvpn.com/ja/what-is-a-vpn/>