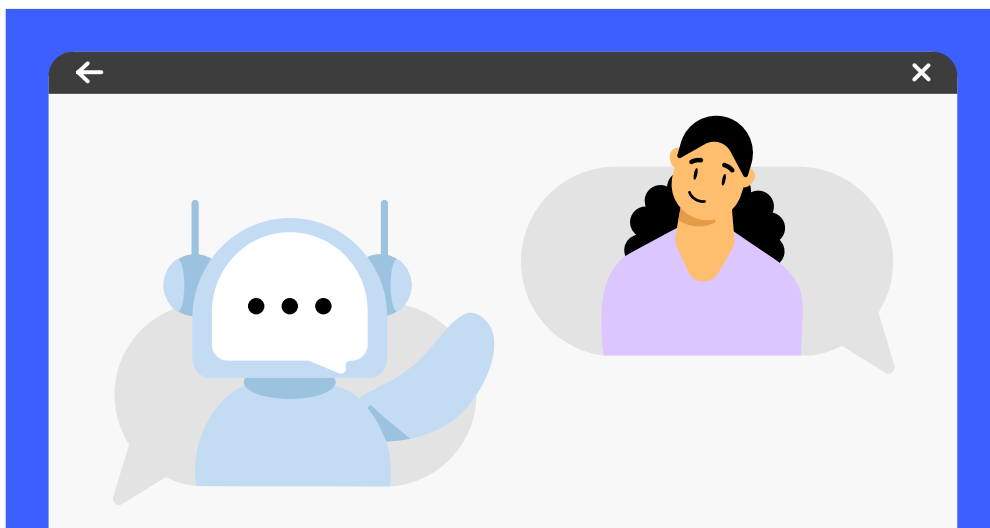


## 日本人の約 71%が AI を日常的に使用していない?!

### Nord VPN が AI 活用に関する調査結果を発表

～誰でも手軽に実践できる安全に生成 AI を使用するための 6 つの対策をご紹介～

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、AI の急速な普及を背景に、日本、ドイツ、イタリア、ブラジルの 4 カ国において 4,000 名以上を対象に、AI 活用に関する調査を実施しました。また、生成 AI を安全に使用するためのセキュリティ対策を 6 つご紹介します。



#### 調査概要

NordVPN は、日本、ドイツ、イタリア、ブラジルの 4 カ国 4,000 名以上を対象に、AI 活用に関する調査を実施しました。

調査期間:2024 年 11 月 18 日～11 月 28 日

調査人数:各国約 1,000 人

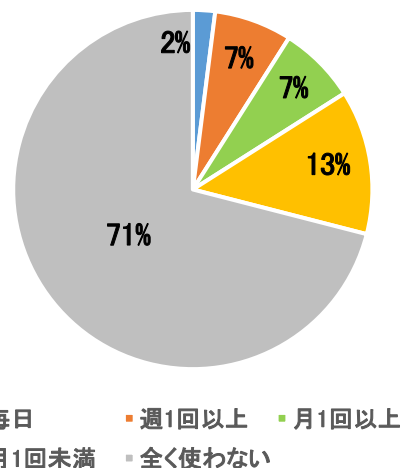
調査対象:18～74 歳の成人

調査機関:NordVPN

近年、AI の急速な普及により消費者の生活や仕事の形態が変わりつつあります。AI の急速な普及に伴い、AI にまつわるサイバー犯罪は増加しています。NordVPN はこうした実情を背景に今回の調査を実施しました。また、AI を活用する際のプライバシーとセキュリティの観点での対策も紹介します。

### ■日本人の約71%がAIを日常的に使用しないという結果に

生成AIの使用頻度に関する調査では、日本人の約71%が「日常的にAIを使用していない」と回答。さらに、毎日使用している人は、約2%に留まることがわかり、世界的にAIが進んでいる中、国内のAIの使用率についてはかなり低い結果となりました。



### ■将来AIに適応できるように学習している人は、4カ国で最も低い結果に

AIに関する学習意欲についての調査では、日本人の約13%のみが「将来AIに適応できるようにAIについて学ぼうとしている」と回答。ドイツの約32%やブラジルの約35%と比較すると、日本人のAIに対する学習意欲は大幅に低いことがわかります。一方で、日本のZ世代(18~24歳)については、約18%と比較的高い割合の人が学習しており、若者ほどAI学習について、前向きな姿勢が見られます。

### ■管理職と専門家は、仕事で生成AIを活用している人が多いという結果に

仕事でのAI活用に関する調査では、日本の管理職と専門家の約17%が「仕事で生成AIを定期的に利用している」と回答。管理職と専門家は、その他の職種と比較してAIに関する学習意欲が高く、実際に仕事でAIを活用できていることがわかります。

本調査の結果から、日本人の中でAI活用が進んでいるものの、調査に参加した他国と比較すると、まだまだ低い水準であることがわかります。一方で、「令和6年版情報通信白書(総務省)」によると、世界の生成AI市場規模は、2022年から2032年にかけて、約33倍まで成長することが予測されており、世界的にAIが進歩することがわかります。日本でも今後AI活用は増加することが予測されますが、AIにより生活が便利になる反面、ディープフェイクによる詐欺や高度なフィッシングメールの増加など、セキュリティリスクが増加すると懸念されています。そのため、より一層セキュリティに対する対策が必要です。

### ■NordVPN 最高技術責任者 Marijus Briedis が提案するAI詐欺への対策

生活に身近になってきたAIを安全に利用するため、誰でも手軽に実践できる具体的なセキュリティ対策を6つご紹介します。

#### 個人情報をお安易に共有しない

絶対に必要な場合を除き、アプリやインターネット使用時に、氏名、住所、銀行口座やクレジットカード情報、その他の個人データなどの機密情報を共有しないようにしましょう。

#### 利用規約を確認する

生成AI利用時は利用規約を確認し、どのようなデータが収集、保存、使用されているか確認しましょう。

#### 個人情報を隠す

仮名や一時的なメールアドレス、仮想プライベートネットワーク(VPN)を使用して、実際の身元や位置情報を隠すことを検討しましょう。

### 公共の場で個人情報を共有しない

会話が傍受されたり、盗聴される可能性があるため、公共の場や安全でない環境(オープン Wi-Fi ネットワークなど)で個人情報の共有はしないようにしましょう。

### 生成 AI が最新の状態か確認する

生成 AI にアクセスするために使用するデバイスやアプリケーションが、最新のセキュリティパッチで定期的に更新されていることを確認し、脆弱性を軽減しましょう。

### 不審な動きが見受けられた場合は速やかにサービス提供者に報告する

生成 AI の使用中、または使用後に個人情報に関する不審な動きが見受けられる場合は、速やかにサービス提供者および関連当局に報告しましょう。

## ■NordVPN について

NordVPN は、世界中で何百万人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。7,000 台以上のサーバーを 111 カ国で提供し、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/>