

RESOURCE CENTER

# サイバーセキュリティ 啓発月間

Get the full interactive view at  
<https://bitwarden.com/ja-jp/resources/cybersecurity-awareness-month/>

 **bitwarden**

## シンプルなサイバーセキュリティ：オンライン安全への4つのステップ

毎年10月の「サイバーセキュリティ啓発月間」は、政府と民間企業が協力して、デジタル・セキュリティに対する意識を高め、すべての人がデジタル形態の犯罪から個人データを守るようにすることを目的としている。

- 全米サイバーセキュリティ連合

### 目次

[強固でユニークなパスワード](#)

[多要素認証を使用する](#)

[ソフトウェアを常にアップデートする](#)

[フィッシング詐欺の見分け方](#)

[その他のリソース](#)

## ステップ1.強固でユニークなパスワードがサイバーセキュリティの基礎を築く

平均的な人は日常的に、Instagram、TikTok、銀行アプリ、仕事用アカウント、個人用電子メール、eコマースサイト、ライドシェアのアカウントにログインしている。私たちはオンラインの世界に生きていると言ってもいい。

ユーザーが多く情報を共有する中、どうすれば安全でいられるのだろうか？実は簡単なことなんだ。強力でユニークなパスワードを使用することで、データを保護することができます。あなたのパスワードが十分強固かどうかわからない？パスワードの強度をテストし、パスワード管理についてさらに学びましょう。また、無制限のデバイスで無制限にログインできるフル機能の無料アカウントで今すぐ始めることもできます。



<https://player.vimeo.com/video/752654111>

# The hacker's guide to securing your organization

Download free eBook



## ステップ2.多要素認証を使用する

二要素認証（2FA）、二段階ログイン、または多要素認証（MFA）とは、アカウントにアクセスするために本人であることを確認する別々の方法を指す。これには、パスワードでアカウントにログインし、認証コードで再確認することが含まれる。より詳細な説明については、[2FAに関するトップ10バーニングクエスチョン（Top 10 Burning Questions on 2FA）](#)をご覧ください。また、2FA/MFAのさまざまな方法については、[2ステップログインのヘルプ記事](#)をご覧ください。簡単に言えば、二段階ログインは誰もが必要とする追加の保護レイヤーを提供する。



<https://player.vimeo.com/video/752706739>

The Survey Room: 企業や個人を対象としたパスワード管理およびセキュリティ関連の調査やレポートのコレクションをご覧ください。

#### Did you know?

Passkey 2FA is included in every Bitwarden plan, including free! All users can secure their Bitwarden account with a hardware security key or other FIDO2 WebAuthn credential generator.

### ステップ3.ソフトウェアを常にアップデートする

サイバーセキュリティ啓蒙月間は、ソフトウェアのアップデートを怠らないよう注意を喚起する。通常、アップデートはセキュリティ上の欠陥にパッチを当てたり、バグを取り除いたり、情報の安全性を高める機能を追加したりする。アップデートを見送るのは魅力的だが、数分のアップデートで、盗まれたIDによる頭痛の種を何時間も防げるかもしれない。

ソフトウェアのアップデートも、ランサムウェア攻撃を防ぐのに役立つ。通常、身代金目当てのサイバー犯罪者は、古いソフトウェアなどの脆弱性を悪用しようとしている。



**Ransomware**  **CYBERSECURITY AWARENESS MONTH**

● **495**  
million



The graphic features a dark grey top section with the word 'Ransomware' in white and the 'Cybersecurity Awareness Month' logo in blue. Below this is a green section containing a blue circle, the number '495' in large white font, and the word 'million' in smaller white font. To the right is a white laptop with a red screen displaying a white circuit diagram with an exclamation mark, symbolizing ransomware.

<https://player.vimeo.com/video/752707997>



# The State of Password Security

A report and assessment of security from U.S. Federal Agencies

[Read the Report](#)

## ステップ4.フィッシング詐欺の見分け方を知る

フィッシング攻撃とは、人を騙して貴重なデータを共有させたり、マルウェアに感染したウェブサイトを訪問させようとする攻撃のことです。ユーザーは、メールが正しい差出人から送られていることを確認し、リンクにカーソルを合わせて正しいウェブサイトに飛ぶことを確認し、知らない人からの添付ファイルを開かないようにする必要があります。特にモバイル端末では、ホバーオプションで正確なメールアドレスやリンク先を確認できない場合があるので注意が必要です。

さらに、パスワード・マネージャーなどのツールも役立つ。パスワード・マネージャーがどのようにフィッシング防止に役立っているかについては、こちらをお読みください。



**Phishing**  **CYBERSECURITY  
AWARENESS  
MONTH**

 **Phishing is the most common cause of data breaches.**  
Source: Dark Reading

The banner features a blue background with a white computer monitor, a laptop, a keyboard, and a mouse. A red folder icon is on the monitor screen, and a credit card is shown next to the laptop.

<https://player.vimeo.com/video/752708367>



FREE GUIDE

# How top companies balance data security in the age of AI.

[Get the report](#)

## その他のリソース

- [オンラインで安全かつプライベートなプロフィールを作成するための7つのステップ](#)
- [調査室](#)
- [企業にパスワードマネージャーが必要な理由](#)
- [パスワードレスの導入が企業にもたらすもの](#)
- [セキュアなパスワード管理でサイバー保険の資格を得る](#)
- [パスワード管理をサービスとして提供するメリット](#)
- [ユーザーへさらなる価値を提供するために - Bitwardenが1億ドルの資金を調達](#)
- [ビットワルデンについての専門家のコメントをご覧ください。](#)

このサイバーセキュリティ啓発月間には、  
BitwardenチームといくつかのTwitterスペースでエキサイティングなサイバーセキュリティのトピックをご紹介します！  
ツイッターをフォローして、楽しみを逃さないようにしましょう。



## Anatomy of Cybersecurity: How to Stay Secure at Work & at Home

[Download PDF](#)



## 4 Steps to Simple Security

[Download PDF](#)