

作成：平成 20 年 10 月 28 日

修正：平成 30 年 5 月 8 日

spam メール・迷惑メール対策について

1. spam メールとは

「spam メール」とは、Web ページなどを通じて入手したメールアドレスに向けて営利目的のメールを無差別かつ大量に配信されるメールのことを指します。言い換えるならば、インターネットを利用したダイレクトメールのことです。

インターネットではメール受信のための通信料は受信者の負担になるため、spam メールのように受信者の都合を考慮せず一方的に送られてくるこうしたメールは、極めて悪質な行為とされています。

また、spam メールを送る行為は同内容のメールを一度に大量に配信するため、インターネットの公共回線やメールサーバなどに負荷がかかる点も問題となります。

2. 迷惑メールとは

迷惑メールとは、ユーザの同意なしに勝手に送られてくる主に宣伝目的の電子メールのことを指します。「spam メール」と同じ意味で使われる単語ですが、ウィルスメールも含めて受信を望まないメールを総称して迷惑メールと呼ぶことが多いです。

3. 迷惑メールが及ぼす影響

迷惑メールは、無差別かつ大量にメールを送信するため、メールシステムに負荷をかけてしまうことがあります。それにより、本来届くべきメールの到着が遅延したり、場合によっては届かなくなることも発生します。

また、迷惑メールを大量に受け取った利用者は迷惑メールに埋もれて本来読む必要のあるメールを見落とししてしまったり、迷惑メールがメール受信容量を食い潰し、メールが届かなくなるが発生する可能性があります。

この様に迷惑メールは、ネットワークサービスの中で重要なサービスであるメールに影響を与えます。

4. 迷惑メールを送る手法

迷惑メールは、インターネット上の掲示板や Web ページなどから収集したメールアドレスを用いて送る手法が一般的です。また、辞書に掲載されている単語やよく人名に用いられる文字列などからメールアドレスを予想して迷惑メールを送ることもあります。

また、スパイウェア（※1）がインストールされたパソコンからそのパソコンに保存されているメールアドレスが抜き取られて、迷惑メールが送信されるケースもあります。

さらに、ボットネット（※2）を利用して迷惑メールを送信されることもあります。

※1：スパイウェアとは、パソコンを使うユーザの行動や個人情報などを収集したりする目的で他のアプリケーションソフトとセット配布されたり、パソコンのセキュリティホールを突いてインストールされるソフトウェアのことです。

※2：スパイウェアやウィルスの一部にはパソコンを悪用することを目的に作られたプログラム「ボット」が存在します。また、ボットに感染したパソコンのことをゾンビパソコンといいます。ボットネットはゾンビパソコンにより構成され、1台のパソコンから数百〜数千台のゾンビパソコンへ指令を出すことが可能なネットワークです。

5. 迷惑メールを受け取らないための対策

迷惑メールを受け取らないためには、第1に Web ページ等にメールアドレスを公開しないことです。もし公開する時は、メールアドレスのテキストを画像にして公開するようにしてください。

また、Web ページを通じて応募する懸賞やアンケートでメールアドレスを入力するときは、信頼できる組織であるかを確認する必要があるでしょう。また、個人情報の取り扱いについて明記されていることを確認してください。

さらに、最近では利用するパソコンにウィルスに感染したりスパイウェアがインストールされると、パソコンの中のデータからメールアドレスを抜き取られてしまう場合があります。このようなことを防ぐためにも、日頃から使用するパソコンにはウィルス対策ソフトウェアを導入し、ウィルス対策ソフトウェアを含めた利用するソフトウェアを常に最新の状態に保つことが大切な対策です。

6. 迷惑メールへの対策

迷惑メールを受け取ってしまったら、重要なメールを失わないよう対策を行いましょう。コンピュータ環境の使い方の「Office365 メールでの迷惑メール対策サービスの利用の手引」を参考に迷惑メール対策を実施してください。しかし、現在のところ迷惑メールへの対策は、完全ではありません。携帯電話会社やプロバイダによっては、送信者によってメールの受信拒否ができたり、メールシステムでメールの受信数量を制限したりする対策を行っています。しかし、迷惑メール送信者は新たな手法を考えて、対策を潜り抜けて迷惑メールを送信してきます。

現在のところ、迷惑メールと上手に付き合うことを考えた方が賢明なのかもしれません。

7. 迷惑メール送信に加担しないための対策

迷惑メールは先に示したようにウイルスやスパイウェアに感染したパソコンを足場にして送信される事があります。この場合、ウイルスやスパイウェアに感染したパソコンの利用者は気付かないことがほとんどです。日頃から先に示した「迷惑メールを受け取らないための対策」をしっかりと行いましょう。