

# サイバーセキュリティ通信

令和7年3月  
第2号  
福島県警察本部

## 単純なパスワードになっていませんか？

簡単で覚えやすいパスワードは大変危険！  
長く複雑なパスワードを使いましょう。

### 悪い例

#### ①IDと同じ文字列

ID「UserID」パスワード「UserID」等

#### ②自分自身の名前、生年月日等

「takahiro」「20250123」等

#### ③一般的な単語

「password」「sakura」「takahiro」等

#### ④キーボード配列を利用したもの

「1qaz2wsx」「qwertyuiop」「15975」等

#### ⑤数字やアルファベットの並び

「abcd」「123456789」等

#### ⑥同じ数字の組み合わせ

「11111111」等



パスワードは、10文字以上で大小英字、数字、記号を全て使ったものにしましょう

## 複数のサービスでパスワードを使い回していませんか？

複数のサービスでパスワードを使い回すのは、大変危険です。

利用しているサービスがサイバー攻撃を受け、情報漏洩があった場合、そのサービスだけではなく、**同じID・パスワードを設定している他のサービスも不正アクセスされる危険性**があります。サービスごとに異なるパスワードを設定しましょう。

## 多要素認証を利用しよう！

利用しているサービスが**多要素認証**に対応していれば、**必ず設定**しましょう。  
不正なアクセスがあっても、通知が届くため、被害の未然防止につながります。  
サービスによって対応している多要素認証が異なりますので、詳しくは利用しているサービスのセキュリティの設定をご確認ください。



## あなたがよく使うパスワードは大丈夫？

安全なパスワードを設定していても、様々な要因により情報が漏えいしていることがあります。

メールアドレスやパスワード等の流出やパスワードの強度を確認出来るウェブサイト等も活用しましょう。

メールアドレス等の  
漏洩チェック  
Have I Been Pwned



パスワード  
チェック  
トレンドマイクロ



※ 表示のサイトは例示です。