

# “迷惑メール”への対処法

！ 迷惑メールがきてしまった。  
どうすればいい？

# 1 迷惑メール

- ◆ 携帯電話やパソコンのメールに、不要な広告宣伝メールや意味不明のメールなど、受け取る人の意思にかかわらず、勝手に送りつけられてくるメールは、“**迷惑メール**”です。
- ◆ 迷惑メールは、勝手に送りつけられることが迷惑だけでなく、受け取ったメールをきっかけに、**様々なトラブルにつながりかねない**ことにも、十分に注意が必要です。



- **迷惑メールの実例を参考に、具体的にどう対処すればいいか、ご案内します。**
- **今後、送られてこないようにする対策も紹介します。**

★ メール全体の6割以上は迷惑メールとのデータ（2013年12月総務省とりまとめ）もあり、電子メールの伝送サービスを提供する事業者の設備への負荷を指摘する声もあります。

## 2 こんなメールに気をつけよう

### ◆ 勝手に送られてくる**広告宣伝メール**

- メールを受信することに同意していないのに、勝手に送りつけられてくる出会い系・アダルト系サイトや物品販売などの**広告宣伝メール**

### ◆ **不当・架空請求メール**

- 利用していないサイトの情報料等の名目でお金をだましとろうと、**不当・架空請求**を行う詐欺目的のメール

### ◆ **フィッシング詐欺メール**

- 金融機関や有名企業等を装って、本物そっくりりに偽装したホームページへ誘導し、ID・パスワード等の個人情報を入力させ、悪用しようとする**詐欺目的**のメール

### ◆ **ウイルスメール**

- 添付ファイルなどに悪質なコンピュータウイルスが含まれているメール

### ◆ **チェーンメール**

- 転送を呼びかける、いわゆる不幸の手紙のメール版

# 3 ① 広告宣伝メールの特徴

- メールを受信することに同意していないのに、勝手に出会い系・アダルト系サイトや物品販売の広告宣伝メールが送りつけられてきます。
- メール中に、**サイトへ誘導するためのURLなどが記載**されていることが多く、**URLをクリック**すると、大量のメールが届いたり、身に覚えのない料金を請求されるなどの**トラブルを招く**ことがあります。

The diagram illustrates two email examples. The left email is from 'OO@■■■.△△' with the subject '近所だからすぐ会えます♪'. The body contains a message from 'OOさん' and a link to 'http://www.■■.△△/'. A red dashed box highlights the link, with a callout box stating 'URL' and '甘い言葉でクリックさせ、サイトへ誘導するためのURLが記載されています'. Below the link, another red dashed box highlights the unsubscribe link 'mail\_stop@\*\*\*\*.\*.\*', with a callout box stating '配信停止の連絡先として、メールアドレスやURLが記載されているケースもあります'. The right email is from the same sender with the subject '話題のTVカードが送料無料!!'. The body contains promotional text for a TV card and a link to 'http://www.■■.△△/'. A red dashed box highlights the link, with a callout box stating 'URL' and '甘い言葉でクリックさせ、サイトへ誘導するためのURLが記載されています'. Below the link, another red dashed box highlights the unsubscribe link 'http://www.■■.△△/', with a callout box stating '配信停止の連絡先として、メールアドレスやURLが記載されているケースもあります'.

## 3 ② 広告宣伝メールの対処法

- ◆ **勝手に送られてくる広告宣伝メールは、無視する  
ようにしましょう。**
- ◆ **メール中の“URL”はクリックしないようにしてください。**
  - 甘い言葉に誘われて、URLをクリックすると、あなたが**サイトにアクセスしたことがメールの送信者に分かるような仕組み**になっています。
  - これによって、更に**大量のメールが届いたり、利用した覚えのないサイトの料金が不当に請求**されることがあります。
- ◆ **配信停止の連絡先とされているURLについても、クリックしないようにしてください。**

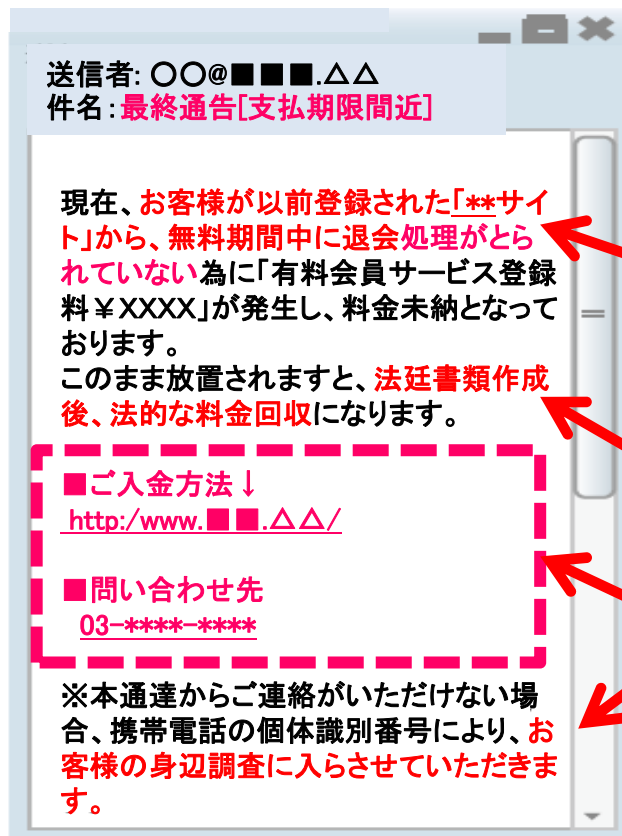
- メールが勝手に送られてきたものではなく、**事前にメールを受信することに同意・承諾していた場合は**、配信停止のURLからメール送信者に送信停止を要請することができます。

困った  
時は

JADAC（一般財団法人日本データ通信協会）迷惑メール相談センター（P31）までご相談ください。

# 4 ① 不当・架空請求メールの特徴

- 利用した覚えのないサイトから、「情報料」等の名目で**金銭の支払いを請求**してきます。
- 脅迫的な内容で、金銭の支払いを促したり、問い合わせをさせようとしますが、これらに応じると、**更なるトラブルにつながるおそれ**があります。



知らないサイトから、「情報料の請求」等の内容のメールが送られてきます。

「無料」のはずのサイトや興味本位で迷惑メールのURLをクリックしただけのサイトから不当な請求がなされることもあります。

脅迫的な内容で、受信者を不安な気持ちにさせて、連絡してくるのを待っています。

支払先や連絡先として、クリックさせるためのURLや電話番号等が記載されています。

## 4 ② 架空料金請求メールの対処法

- ◆ **身に覚えのないサイトへの支払い義務はありません。**  
**トラブルに巻き込まれないよう、このようなメールは無視するようにしてください。**
- ◆ **決して、お金を支払ったり、問い合わせをしないようにしてください。**
  - 相手はあなたのことを知りません。 メールアドレス等は知っていても、たいていの場合、住所などを知られることはありません。
  - 業者と関わりを持ちたくないという理由で、一度でもお金を支払ってしまつと、更に請求が続くおそれがあります。
  - 問い合わせや連絡をして、支払いそうな様子を見せてしまうこともトラブルにつながります。

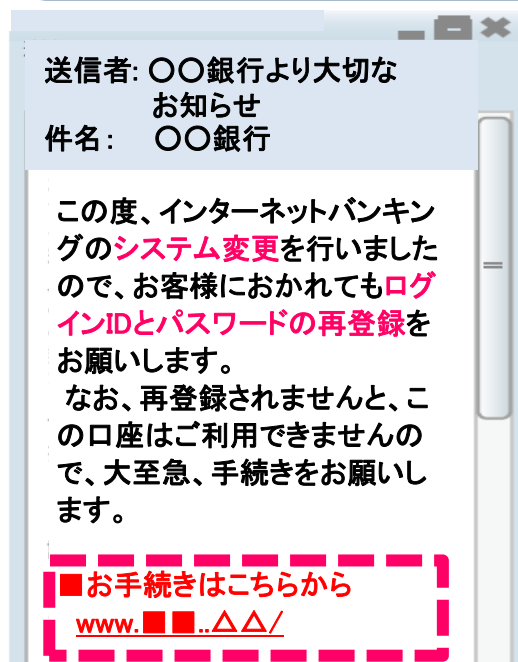
困った時は

督促が続いたり、心配な場合は、最寄りの消費生活センター（P31）までご相談ください。

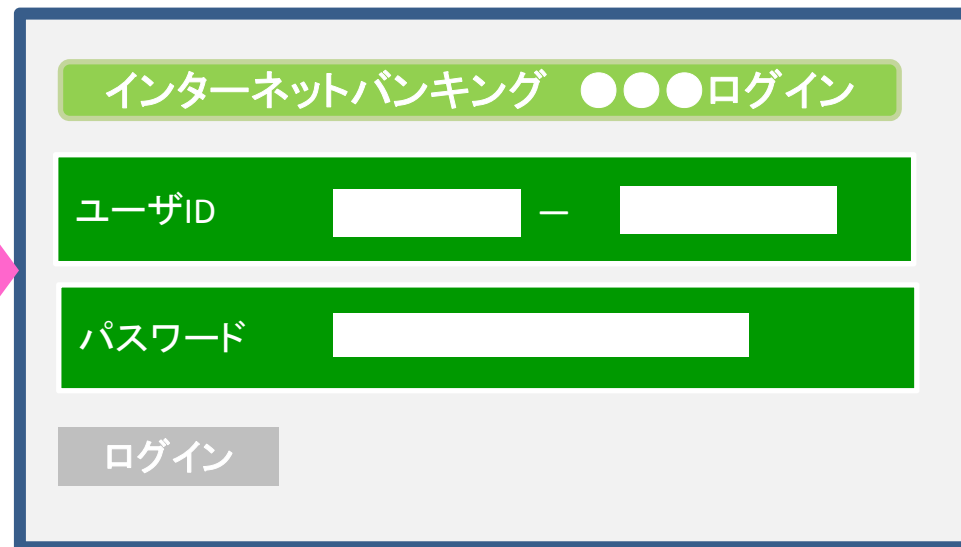


# 5 ① フィッシング詐欺メールの特徴

- 金融機関や有名企業等を装って、本物そっくりの偽のホームページに誘導し、あなたのID・パスワード等の個人情報を入力させようとしています。
- 入力した個人情報が悪用されると、銀行預金の不正引き出し等の被害やサイバー犯罪に巻き込まれるなどの危険性があります。



本物そっくり  
に偽装した  
ホームペー  
ジに誘導



銀行（ネットバンキング）や有名企業を装って、メール中のURLをクリックさせようとしています。

ユーザID、パスワード、クレジットカード番号などの個人情報を入力させ、だましとろうとします。

## 5 ② フィッシング詐欺メールの対処法

迷惑メール対策推進協議会  
Anti-Spam mail Promotion Council

- ◆ **銀行などの企業が、メールで、ID・パスワードやクレジットカード暗号等の個人情報を入力が必要な手続きに誘導することは、通常ありません。**
- ◆ **もし、そのようなメールを受け取っても、メール中のURLはクリックしないようにしてください。**
  - 企業に問い合わせる際には、受け取ったメールとは別に企業のホームページなどで問い合わせ窓口を確認し、直接確認するなど、慎重に対応してください
- ◆ **メール中のURLをクリックして誘導されたサイトでは、個人情報は入力しないでください**
  - 不正に取得された個人情報が悪用され、銀行預金の不正な引き出しやクレジットカードの不正使用といった被害が出ています。
  - ネットオークションのアカウントのID・パスワードなどを悪用したサイバー犯罪も問題となっています。

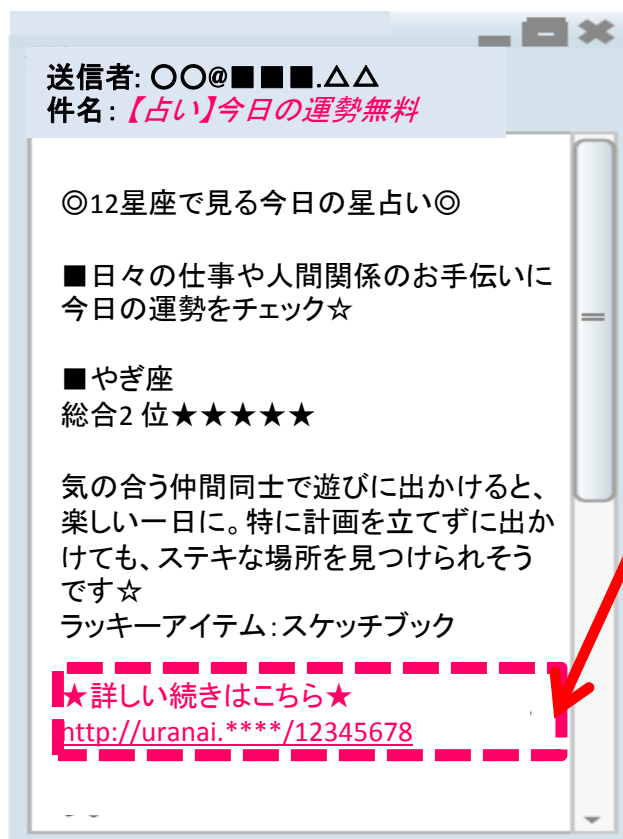
困った時は

フィッシング詐欺が疑われる場合は、最寄の警察までご相談ください。

# 【参考】個人情報を入力させようとする 様々なメールに要注意

迷惑メール対策推進協議会  
Anti-Spam mail Promotion Council

■ 金融機関などに限らず、「懸賞に当選」や「無料占い」等の様々な名目で、巧妙に個人情報を収集することを目的としたサイトへ誘導しようとするものもありますので、注意が必要です。



様々な名目や甘い言葉で、メール中のURLをクリックさせようとしています。

個人情報を入力させるためのサイトへ誘導

メールアドレスや氏名といった個人情報を入力させ、だましとろうとします。

## 6 ウイルスメール

- 迷惑メールの添付ファイルなどに、悪質なコンピューターウイルスが含まれているケースが増えています。
- また、メール中のURLから、ウイルスに感染させることを目的としたサイトに誘導されるケースもあります。
- ウイルスに感染すると、知人にウイルスをばらまいたり、あなたのパソコンが外部から遠隔操作されてしまうなどの危険があります。

- ◆ **メールの送信者や本文の内容をチェックして、不審な点があれば、URLはクリックしないようにしてください。**
- ◆ **知らない人からのメールの添付ファイルは開かないようにしてください。**
- ◆ **パソコンの挙動がおかしいなと思ったら、すぐにウイルスチェックを！**
  - パソコンのOSやソフトウェアを最新の状態に更新しておくようにしましょう。
  - ウィルス対策ソフトを利用しましょう。

困った時は

ウイルスへの感染が心配な場合は、IPA（独立行政法人情報処理推進機構）情報セキュリティ安心相談窓口（P31）へご相談ください。

# 7 ① チェーンメールの特徴

- 不幸の手紙のメール版とも言えるもので、転送を強いるような内容になっています。
- 転送してしまうと、今度は、自分が悪質なデマを広げる加害者となってしまいますので、決して転送しないようにしてください。

## 【不幸の手紙系メール】

〇月〇日、僕の彼女が突然姿を消しました。警察に調べてもらいましたが、彼女はいなくてすぐ捜査は打ち切りになってしまいました。  
僕はその犯人が憎くてたまりません。犯人を見つけたら警察に通報せず、一生痛めつけてやろうと思います。・・・でもそのためには日本中の人達の協力が必要です。このメールには特殊なプログラムが添付されておりこのメールが届いてから8日後に自動的にある電波が私の所に送信されます。もしこのメールを8日以内に20人以上に送らない行為をした場合、電波は送信されその人を犯人、または共犯者とみなしてメールが届いてから9日目に殺しに行きます。

脅迫的な内容で受信者を怖がらせます

## 【幸福系メール】

このメールはハッピーメールといって、受け取った人はみんな幸せになれるメールです。好きな人と両思いになれる好きな人に告白される、大金が入る、試合に勝てる、成績が大幅に上がる、やせる、肌が綺麗になる、髪がさらさらになる、異性の注目のまとなれる、などなど効果は抜群です。願いを叶えたかったらこのメールを8人に回すのです！  
もし、回さなかった人は必ず不幸になります。財布を落とす、イメチェンに失敗する、好きな人に嫌われる、大ケガをする、友達がいなくなる、成績が落ちる、などの事が起こります！

転送すれば良いことが起こるが、送らないと逆に不幸になると脅すものもあります。

## 【募集系メール】

私の知人の三歳の子が急性リンパ性白血病になってしまって●●病院に入院してるそうです！  
RHマイナスB型の血液不足にて手術受けられない状態で、誰かRHマイナスB型の方いませんか！？  
最寄りの献血センターで献血できるようなので、是非是非協力おねがいします！  
友達にまわしまくってもらって結構です。  
なかなかない血液みたいで、私だけの人脈だと間に合わないのでおねがいします！  
携帯：〇〇〇  
e-メール xxx@□□□

送り手の善意を逆にとるケースもあります。

# 7 ② チェーンメールの対処法

- ◆ **誰かに回すと、回された人に迷惑をかけてしまいます。回さなくても何の心配もありませんので削除しましょう。**
- ◆ **連絡先が書いてあっても、問合せをしておいてはいけません。**

困った時は

どうしても心配な場合は、JADAC（一般財団法人日本データ通信協会）迷惑メール相談センターの下記アドレスに転送することができます。

ケータイ専用アドレス	パソコンアドレス (ケータイからも可)
risu1@ezweb.ne.jp	sun@dekyo.or.jp
risu2@ezweb.ne.jp	mercury@dekyo.or.jp
risu3@ezweb.ne.jp	venus@dekyo.or.jp
dakef1@docomo.ne.jp	earth@dekyo.or.jp
dakef2@docomo.ne.jp	moon@dekyo.or.jp
dakef3@docomo.ne.jp	mars@dekyo.or.jp
dakef4@docomo.ne.jp	jupiter@dekyo.or.jp
dakef5@docomo.ne.jp	saturn@dekyo.or.jp
kuris1@t.vodafone.ne.jp	uranus@dekyo.or.jp
kuris2@t.vodafone.ne.jp	neptune@dekyo.or.jp

## 8 対処法のまとめ＜3つの基本＞

**迷惑メールを受信してしまった場合は、基本の対処法をしっかり守って、第2、第3のトラブルを防ぎましょう。**

### ① 開かない

- ◆ 迷惑メールを開いてしまうと、**ウィルス感染や望まない広告・画像などが表示されるおそれ**があります。
- ◆ 心当たりのないメールは、**開かずにそのまま削除**しましょう。

### ② クリックしない

- ◆ 迷惑メールに記載されている**URL (http:~)**は**クリックしない**でください。
- ◆ URLをクリックすると、サイトの管理者に**あなたがメールを受け取り、サイトにアクセスしたことが分か**ってしまい、サイトの利用料などと称した**不当な請求**が行われるおそれがあります。

### ③ 入力しない

- ◆ 迷惑メールにだまされて、**個人情報などを入力し、盗られないように注意**してください。
- ◆ **金融機関や有名企業を装って偽サイトへ誘導し、ID・パスワード等を盗み取るフィッシング詐欺の例**もあります。

## II 迷惑メールやトラブルを予防 するためには？



# 1 個人情報流出には要注意！

- ◆ 迷惑メールを受信して、「出会い系サイトを利用していないのに」、「サイトも見していないのに」、「**自分のメールアドレスがなぜ分かったのか？**」と疑問に思ったことはありませんか？
- ◆ 送信者は、メールを送信するための送り先のアドレスを集めています。
- ◆ 最近では、実際に使用されているアドレスを確実に収集するため、様々な方法で、**個人情報を盗み取ろうとするケース**が増えていますので、注意してください。
  - **メールアドレスに使われやすそうな文字**を機械的に推測して、送信してくることもあります。

## 2 個人情報はこのように盗まれる！

- ◆ あなたのメールアドレスが盗まれているかもしれません！！
- ◆ アドレスが収集されてしまったきっかけは、大きく分けて2つの場合が考えられます。

### ① 公開情報からの収集

- インターネットに公開されているサイトにアドレスを掲載していると、自動収集される危険性があります。
  - ホームページ・掲示板、ブログ、プロフィール、SNSなど

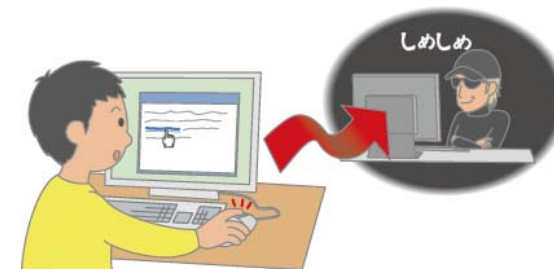
### ② “無料”のサービス提供を装って収集

- 無料のサービスを利用したりプレゼントを送る、という理由でアドレスや住所などの個人情報を登録させようとしています。
  - ・ **ゲームサイト** ケータイ無料ゲーム・遊び放題などと宣伝
  - ・ **モニター、懸賞サイト** 健康食品や化粧品の「モニターサイト」や豪華賞品が当たる「懸賞サイト」など
  - ・ **無料ダウンロード** 着メロ、待ち受け画像等の無償ダウンロードなど
  - ・ **占い** 運勢、相性占いなど

# 3 迷惑メールを予防するには

## ① アドレスを盗まれないように！

- 安易に公開しない
- 不用意に登録（入力）しない



## ② 推測されにくいアドレスにする

◆ 迷惑メール送信者はアドレスに使われそうな文字を推測して送信することがあります。

- アドレスの文字数を多くする
- 英字、数字、記号を組み合わせる



## ③ 迷惑メールフィルターでブロックする

- プロバイダーのサービスを利用する
- メールソフト、セキュリティソフトの機能を利用する

### 【スマートフォンについて】

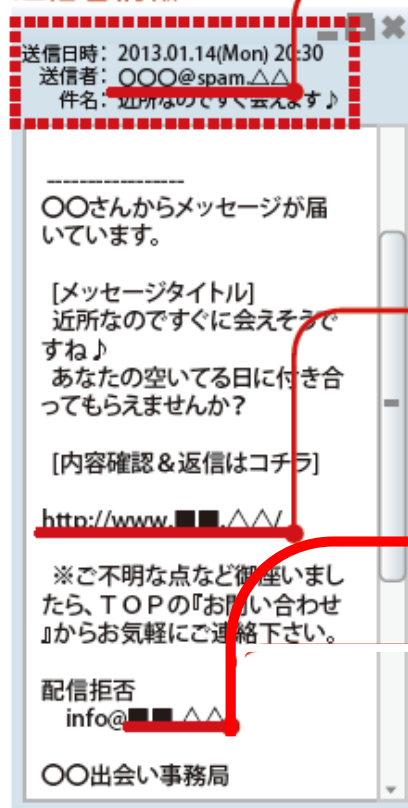
スマートフォンは、アプリケーションをインストールして便利に利用できますが、アプリケーションによっては、十分な説明を行わずに、メールアドレス等の情報にアクセスし、他者に送信するものもあるので、注意が必要です。

# 4 ① “フィルタリング”を活用しましょう

迷惑メール対策推進協議会  
Anti-Spam mail Promotion Council

- フィルタリングとは、受け取りたくないメールを拒否したり、有害な情報を最初から届かないように設定するなどの機能です。
- まず、受け取ったメールの「送信者アドレス」「ドメイン」「URL」などを確認しましょう。

## 送信者情報



## 送信者アドレス

送信者のアドレスが「なりすまし」されていて、自分のアドレスになっていることもありますので、注意が必要です。

## URL

サイトへ誘導するため、多くの迷惑メールにはURLが記載されています。

## ドメイン

アドレスの@マークより後ろの部分で、インターネット上の住所にあたります。迷惑メールは、アドレスを何度も変えて送ってくるため、拒否設定する際にはドメインを指定した方が効果的です。

- ◆ 迷惑メールをブロックするには、**アドレス・ドメインの拒否設定**をするのが最初の一步です。
- ◆ 「**迷惑メールの送信者を確認**」し、「**拒否リストへ登録**」という手順になります。
- ◆ アドレスよりもドメインを指定した方が効果的です。また、携帯の場合は、「**なりすましメール拒否機能**」や「**特定URL拒否機能**」を利用すると良いでしょう。

# 4 ② 携帯電話のフィルタリング

- 携帯電話会社によって、様々なフィルタリングがあります。
- どのような機能を利用したらいいかわからない時は、「かんたん設定」や「おすすすめ設定」を利用すると便利です。

## ● 設定はこちらから

2014年8月現在

会社名	docomo	au	SoftBank
携帯からの設定方法	<p>① [iMenu] ↓ ② [メール設定]</p>	<p>① [メールキー] ↓ ② [Eメール設定] ↓ ③ [メールフィルター]</p> <p>※機種により「その他の設定」より「迷惑メールフィルター」を選択となります</p>	<p>① Yahoo!ケータイトップページ「設定・申込」 ↓ ② [メール設定] ↓ ③ [メール設定(アドレス・迷惑メール等)] ↓ ④ [迷惑メールブロック設定]</p>

# 【参考】携帯電話のフィルタリングの例

迷惑メール対策推進協議会  
Anti-Spam mail Promotion Council

●携帯会社のフィルタリング簡単設定サービス一覧 2014年2月現在

会社名	docomo	au	SoftBank
名称	かんたん設定	一括オススメ設定	かんたん設定
フィルターの強さ	<p><b>強</b></p> <p>◆キッズオススメ ◆受信拒否 強 ※設定内容は同じ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>パソコンからのメールは拒否！（ケータイ・PHSになりましたメールもブロック）</li> <li>特定URL*を含むメールをブロック！</li> </ul> <p>ケータイからのメール受信のみの方におススメ</p> <p><b>オススメ</b> ケータイ同士のメールがメインの方</p> <p><b>小学生</b></p>	<p>◆「携帯」「PHS」メールのみ受信</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>パソコンからケータイ・PHSになりましたメールもブロック！</li> </ul> <p>ケータイからのメール受信のみの方におススメ</p> <p><b>オススメ</b> ケータイ同士のメールがメインの方</p> <p><b>小学生</b></p>	<p>◆キッズオススメ設定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ケータイ/PHSメールのみ受信！（ケータイ・PHSになりましたメールもブロック）</li> <li>URLを含むメールを全て拒否！</li> </ul> <p>ケータイからのメール受信のみの方におススメ</p> <p><b>オススメ</b></p> <p><b>小学生</b></p>
	<p>◆受信拒否 弱</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>パソコンメールも受信！</li> <li>パソコンメールのうち、アドレスを存在しないドメインになりましたメールは拒否！</li> <li>特定URL*を含むメールはブロック！</li> </ul> <p>メルマガなど、パソコンからのメールも受け取りたいけど迷惑メールは防ぎたい方におススメ</p> <p><b>オススメ</b> 基本のフィルター設定</p>	<p>◆オススメ設定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>なりすましメールや迷惑メールの疑いのあるメールを規制！</li> </ul> <p>迷惑メールを受信したくないけど、何を設定したらよいか分からない方におススメ</p> <p><b>オススメ</b> 基本のフィルター設定</p>	<p>◆ケータイ/PHS設定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ケータイ/PHSメールのみ受信（ケータイ・PHSになりましたメールもブロック）</li> <li>悪意のあるウェブサイトに誘導するようなメールをブロック！</li> </ul> <p>URLを含むメールをご利用の方におススメ</p> <p><b>オススメ</b> ケータイ同士のメールがメイン</p> <p><b>小学生</b></p>
	<p><b>弱</b></p>		<p>◆推奨ブロック設定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>パソコンメールも受信！</li> <li>ケータイ・PHSになりましたメールをブロック！</li> <li>悪意のあるウェブサイトに誘導するようなメールをブロック！</li> </ul> <p><b>オススメ</b> 基本のフィルター設定</p>

\* 出会い系やアダルトサイト、違法な情報サイトなどのURL



## 主なプロバイダの迷惑メールフィルター設定案内(携帯電話)

- ◆ 設定方法などの詳細は、下記ホームページまたは各携帯電話事業者にお問い合わせください。

会社名	設定案内	問い合わせ先
docomo	迷惑メールでお困りの方へ <a href="http://www.nttdocomo.co.jp/info/spam_mail/">http://www.nttdocomo.co.jp/info/spam_mail/</a>	<ドコモあんしんホットライン> 0120-053-320 受付時間9:00~20:00
KDDI	迷惑メール対策 <a href="http://www.au.kddi.com/support/mobile/trouble/forestaling/mail/">http://www.au.kddi.com/support/mobile/trouble/forestaling/mail/</a>	<auお客さまセンター> 157(au携帯電話)、0077-7-111(一般電話) 受付時間9:00~20:00
SoftBank	迷惑メール対策 <a href="http://www.softbank.jp/mobile/support/antispam/">http://www.softbank.jp/mobile/support/antispam/</a>	<ソフトバンクカスタマーサポート> 157(ソフトバンク携帯電話)、0800-919-0157(一般電話) 受付時間9:00~20:00
Y!mobile	迷惑メール対策 <a href="http://www.ymobile.jp/support/relief/trouble_mail/index.html">http://www.ymobile.jp/support/relief/trouble_mail/index.html</a>	<ワイモバイル カスタマーセンター> 151(ワイモバイル、旧ウィルコム)の電話) 151(旧イー・モバイルの電話)0570-039-151(一般電話) 受付時間:9:00~20:00

# 4 ③ プロバイダー(パソコンの場合)の フィルタリング

迷惑メール対策推進協議会  
Anti-Spam mail Promotion Council

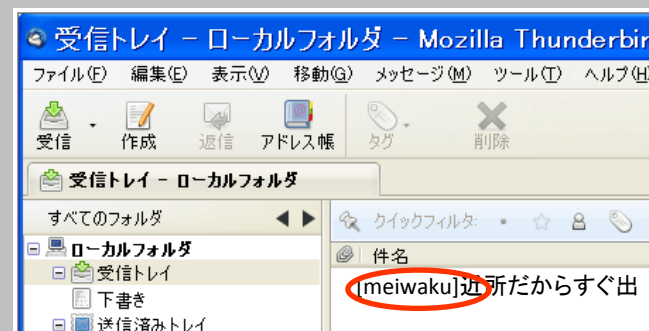
- パソコンで迷惑メールをブロックするときは、ISPのメールサービスのフィルタリング機能を利用することをおすすめします。
- 大きく分けて、プロバイダーが迷惑メールを受信者に配信せずに隔離する「フォルダ分け」タイプと、迷惑メールを識別する文字を付けて受信者に知らせる「ラベリング」タイプの2種類があります。

【「フォルダ分け」タイプ】  
＜ISPのWebメールサービス＞



設定に一致するメールを迷惑  
メールフォルダに振り分ける

【「ラベリング」タイプ】  
＜パソコンのメールソフト＞



設定に一致するメールの件名に  
「meiwaku」や「spam」を表示する



# 【参考】プロバイダーのフィルタリング例

迷惑メール対策推進協議会  
Anti-Spam mail Promotion Council

@nifty

Yahoo!

## 主なプロバイダの迷惑メールフィルター設定案内(パソコン)

- ◆ 詳細は、下記ホームページまたはご利用中のプロバイダへお問い合わせください。

### <プロバイダメール>

#### 【@nifty】

<http://www.nifty.com/antispam/>

#### 【auone】

<http://www.auone-net.jp/service/mail/spam/filter.html>

#### 【biglobe】(一部有料サービスあり)

<http://email.biglobe.ne.jp/spam/>

#### 【OCN】

<http://service.ocn.ne.jp/mail/meiwaku/>

#### 【plala】

<http://www.plala.or.jp/option/antispam/>

#### 【so-net】

<http://www.so-net.ne.jp/option/security/meiwaku/>

### <フリーメール>

#### 【yahoo】

<http://antispam.yahoo.co.jp/tools.html>

#### 【Outlook.com(旧Hotmail)】

<http://windows.microsoft.com/ja-jp/windows/outlook/abuse-phishing-junk-email>

#### 【Gmail】

<http://mail.google.com/support/bin/answer.py?hl=jp&answer=6602>

## Ⅲ 迷惑メールでお困りの方へ

# 1 迷惑メールは法律違反

- ◆ 広告宣伝メールを規制する法律が施行されています。  
「特定電子メールの送信の適正化等に関する法律」(特定電子メール法)
- ◆ 特定電子メール法により、原則としてあらかじめ同意した者  
に対してのみ送信が認められています。
- ◆ 同意を得て広告宣伝メールを送信する場合でも、次の表示  
が義務付けられています。

- ① メール本文に送信者などの氏名又は名称
- ② メール本文に、受信拒否の通知を受けるための電子メールアドレス又はURL
- ③ 受信拒否の通知先の直前又は直後に、受信拒否の通知ができる旨
- ④ 任意の場所に、送信者などの住所
- ⑤ 任意の場所に、苦情・問合せなどを受け付けることができる電話番号・電子メールアドレス又はURL

- ◆ また、電子メールアドレス(送信者情報)を偽って送信することは禁止されています。
- ◆ このほか、通信販売等の電子メール広告を個人に行う場合には、「特定商取引に関する法律」の適用があります。

送信者情報（送信に用いた電子メールアドレス、IPアドレス、ドメイン名）を偽って送信することは禁止されています。

✓ 送信者など\*1の氏名または名称

✓ 受信拒否の通知ができる旨  
受信拒否の通知先の直前または直後に表示する必要があります。送信に用いられた電子メールあてに送信することで通知できる場合は、その旨を電子メールの中の受信者が容易に認識できる場所に表示する必要があります。

✓ 受信拒否の通知を受けるための電子メールアドレスまたはURL\*2  
URLとする場合は、リンク先において、受信拒否に必要な情報が明確かつ平易に提供され、受信拒否の通知が容易に行うことができるよう、必要な措置が講じられている必要があります。

特定商取引法上の販売業者などと送信者などが異なる場合

✓ 販売業者などの氏名または名称  
✓ 相手方が電子メール広告の提供を受けない旨の意思を表示するための電子メールアドレスまたはURL\*2

特定商取引法に基づくその他の表示事項はリンク先での表示とすることも可能です。

✓ 送信者などの住所  
✓ 苦情・問合せなどを受け付けることができる電話番号、電子メールアドレス、URL\*2  
リンク先での表示とすることも可能です。その場合は、表示場所を示す情報を電子メールの中に表示する必要があります。

※1 電子メールの送信を委託している場合は、送信者または委託者のうち送信に責任を有するもの  
 ※2 ハイパーリンクとすることも可能

★表示義務には一定の例外があります（例えば、受信拒否の対象とならない広告宣伝メールにおいては、受信拒否の通知ができる旨や受信拒否の通知先を表示する必要がないなど）。

## 2 情報提供にご協力ください

- ◆ 特定電子メール法に違反して**広告宣伝メールを配信すると処罰されます**。
    - 総務大臣及び内閣総理大臣は、メールの送受信上の障害を防止するために必要があると認められる場合、送信者に対しメールの送信方法の改善に関し必要な措置をとるよう命ずることができます。
    - 送信者が上記命令に従わない場合や送信者情報を偽って送信した場合は、1年以下の懲役または100万円以下の罰金(法人の場合は、行為者を罰するほか、法人に対して3000万円以下の罰金)に処せられます。
  - ◆ 迷惑メール相談センターでは、迷惑メールに関する情報を受け付けています。
    - ご提供いただいた違反情報については、総務大臣及び内閣総理大臣による違反送信者への措置、電気通信事業者による送信防止対策に活用させていただきます。
- ※ 個々の情報や送信者への利用停止などに対する措置状況等についての照会には 対応いたしませんので、あらかじめご了承ください。

# 違法メールの提供方法

## ① 迷惑メール相談センターへ転送

- \* 送信先アドレス      [meiwaku@dekyo.or.jp](mailto:meiwaku@dekyo.or.jp)
- \* 送信先QRコードは右記のとおりです。



送信者情報を偽ったメールの情報提供の際には、ヘッダー情報の添付をお願いします。  
また、携帯電話から転送する際は、本文の文頭に「受信月日」、「送信者アドレス（FROM アドレス）」を追加記載してください。

氏名・住所・電話番号などの個人情報を入力しないようお願いします。

## ② パソコンにソフトを入れてワンクリック提供

- 総務省の情報提供用プラグインソフトをインストール

配布URL      <http://plugin.antispam.go.jp>

選択した迷惑メールを最大50通まで（1通あたり1MB以下の場合）ワンクリックで送信できます。対応するメールソフトは以下のとおりです。（2014年8月現在）

対応メールソフト	対応OS
Outlook Express 6.0	Windows XP(SP3)32ビット Windows XP(SP2)64ビット
Outlook 2007 Outlook 2010(32ビット版)	Windows XP(SP3) Windows 7 Windows 8
Outlook 2010(64ビット版)	Windows 7 Windows 8
Windows Live Mail 2009 Windows Live Mail 2011 Windows Live Mail 2012	Windows XP(SP3) Windows7 Windows 8

# 3 トラブル別相談窓口

## ◆ 迷惑メールに関するご相談・お問い合わせは、下記窓口で受け付けています。

相談・問い合わせ内容	相談・問い合わせ窓口	詳細
広告宣伝メール	[ 迷惑メール相談センター ] (JADAC 一般財団法人日本データ通信協会) 03-5974-0068 受付時間: 午前10時～午後5時(年末年始・土日祝祭日除く)	<a href="http://www.dekyo.or.jp/soudan/">http://www.dekyo.or.jp/soudan/</a>
特定電子メール法	[ 電気通信消費者相談センター ] (総務省) 03-5253-5900 受付時間: 午前9時30分～午後0時、午後1時～午後5時(年末年始・土日祝祭日除く)	<a href="http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/d_syohi/syohi/madoguchi.html">http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/d_syohi/syohi/madoguchi.html</a>
料金請求	[ 消費者ホットライン ] (消費生活センター) 0570-064-370 全国の消費生活センター	<a href="http://www.kokusen.go.jp/map/">http://www.kokusen.go.jp/map/</a>
特定商取引法	[ 一般財団法人日本産業協会「相談室」 ] 03-3256-3344 受付時間: 午前10時～午後5時(年末年始・土日祝祭日除く) [ 消費者ホットライン ] (消費生活センター) 0570-064-370 全国の消費生活センター	<a href="http://www.nissankyo.or.jp/hou/ho800.html">http://www.nissankyo.or.jp/hou/ho800.html</a>  <a href="http://www.kokusen.go.jp/map/">http://www.kokusen.go.jp/map/</a>
コンピューターウィルス	[ 情報セキュリティ安心相談窓口 ] (IPA 独立行政法人 情報処理推進機構) 03-5978-7509 受付時間: 午前10時～午後0時、午後1時30分～午後5時(年末年始・土日祝祭日除く)	<a href="http://www.ipa.go.jp/security/anshin/">http://www.ipa.go.jp/security/anshin/</a>
インターネット上での犯罪	[ 警察庁・警視庁サイバー犯罪相談窓口 ] (警察庁・警視庁) 緊急通報の場合は110番へ 具体的な被害の相談は、最寄りの警察署又はサイバー犯罪相談窓口へご連絡ください。	<a href="http://www.npa.go.jp/cyber/soudan.htm">http://www.npa.go.jp/cyber/soudan.htm</a>