味多useful

◆建設的な生き方へのお手伝い（ *Just do it !* ）◆
～あなたの悩み事は当社までご相談下さい～
【今月の一冊】君は、君だけの人生を歩め
伊藤 羊一 著　ディスカヴァー・トゥエンティワン
ホームページ　https://primecorporation.jp/

発行日　2026 年 11 月 1 日　Ｖｏｌ．２８９

発行元　有限会社プライム・コーポレーション
代表取締役　渡 邉 敏 徳
〒401-0015 山梨県大月市大月町花咲 1660 番地
Phone　0554-22-2810　Fax　0554-67-8006

サイバー攻撃

今、世界中でサイバー攻撃が起こっていますが、特に日本への攻撃が顕著になっていると言われています。統計的にみると「過去最多水準」が続いています。

攻撃の予兆となる通信（NICT観測）によると、2025年のサイバー攻撃関連通信は約7,010億パケットで、観測開始以降で最多、前年から約2.2%増でした。2024年は前年比11%増だったので、伸びは落ち着いてきています。1つのIPアドレス当たりの観測数は、10年前の約10倍です。但し、この数字の6割以上は調査目的とみられるスキャンで、脆弱な機器を探す動きであり成功した攻撃の件数ではありません。

ランサムウェア被害（警察庁）は、2026年上半期の被害報告は123件で、統計開始以降、半期として最多です。参考までに、年間では2021年が146件、2022年が230件でした。

また、フィッシング詐欺（個人に最も直結）では2025年の報告件数は約245万件で過去最多、2024年の約1.43倍でした。同じ年には、フィッシングで盗んだ情報による証券口座の乗っ取りが相次ぎ、不正取引被害額は約7,393億円規模に達しました。ただし、事業者が多要素認証を必須にした6月以降は減少しています。2026年に入ってからは月ごとに増減があります。減少した2月は海外のボットネットの無力化などが影響したと推測されたため急減となりました。7月は66,119件で前月より減少しました。

上場しているような大きな会社が狙われていますが、私たち個人が取り組んでも意味があるのか考えてしまいます。それでも個人での取り組みは必要だと言えます。個人のサイバーセキュリティは、全部を完璧にやるより「効果の大きいものから順に押さえる」のが現実的です。優先度の高いものとして、1.パスワードの使い回しをやめる。2.多要素認証（MFA）を有効にする。メール、金融機関、SNS、クラウドから優先的におこない、可能なら SMS よりも認証アプリやパスキーが安全。3. 特にメールアカウントは、他サービスのパスワード再設定に使われるため最重要でここを最も強く守る。4.フィッシングに強くなるため可能なサービスではパスキーに切り替えるなどがあります。個人での対策は「企業の攻撃を止める」ためではなく、「巻き込まれたときの損害を最小にする」ためのものです。その意味で、十分に意味があります。できるところから取り組むことが大切です。



食品ロス

日本の食品ロスは2024年度で461万トン（1人あたり年約37キロ）でした。食べられるのに捨てられる食品を指し、2000年度の980万トンからは半分以下に減りましたが、1人が毎日おにぎり1個分ほどを捨てている計算になります。

2019年施行の法律に基づく「食品ロス削減月間」で、毎年10月30日は「食品ロス削減の日」となっています。この時期は国や自治体、スーパーが「食べきり」「使いきり」を呼びかけます。

内訳は、メーカー・スーパー・飲食店などの事業系が237万トン、家庭系が224万トンで、ほぼ半分ずつです。前年度比では家庭系が9万トン減り、事業系は6万トン増えました。

国は2030年度までに、2000年度比で家庭系を50%、事業系を60%減らす目標を掲げています。家庭系の目標は216万トンで、まだ少し届いていません。

店側の背景には「3分の1ルール」があります。賞味期限までの最初の3分の1以内に納品しないと受け取ってもらえない業界の慣習で、期限まで日数があっても行き場を失う食品が出ます。農林水産省は見直しを呼びかけ、297の小売事業者が緩和済みか緩和予定です。

食品ロスによる経済損失は約3.8兆円で、1人あたり年約3万1千円にあたります。数字は減っていますが、家庭でも店でもまだ削減の余地があります。

こんなに物価高になっていても食品ロスがあるなんてとてもびっくりです。私たちの国はまだまだ裕福で恵まれている国なのだと感じました。



【座右の銘にしたい名言】

今日の成果は過去の努力の結果であり、未来はこれからの努力で決まる。

稲森和夫（日本の実業家、京セラ、KDDI創業者）