

個人情報保護等 研修テキスト 2026 年

～個人情報等保護の重要性を理解し、毎日の仕事で確実に実践する～

2026 年 8 月
株式会社シグマスタッフ

個人情報とは？

「個人情報」とは、個人に関する情報であつて、**氏名、生年月日その他の記述等「特定の個人を識別することができる」もの(他の情報と容易に照合でき個人を識別できる場合も含む)と個人識別符号**です。

<個人情報に該当する例>

- ◆「氏名」、「生年月日」、「性別」、「住所」、「家族構成」、「学歴」、「職歴」、「身長・体重」、「血液型」など。
- ◆ 文字情報だけでなく、映像、写真、音声等の電子データ(本人が特定できる場合)も対象になります。
(防犯カメラに記録された写真・動画、メールアドレス※など)
※個人を特定できるメールアドレスの例：sato_taro@*****.co.jp

◆ 商品・サービスの購入・利用履歴、視聴履歴、位置情報等

◆ 個人の生体情報をデータ化したもの

(指紋認証データ、顔特徴データ、虹彩、声紋、歩き方、遺伝子データ等)

◆ 個人に提供される符号・番号等

(旅券(パスポート)番号、**運転免許証番号**、基礎年金番号、**マイナンバー**、健康保険証被保険者証の番号記号、介護保険被保険者証の番号など)

これらは**個人識別符号**という

※2026 年 7 月改正個人情報保護法が成立(施行は公布日より 2 年以内)以下の内容などが予定されている。

- ・「**16 歳未満の者の個人情報**」：取得時等同意はその法定代理人(親権者、後見人等)を対象とすることが明記。
- ・顔特徴データ等「**特定生体個人識別符号**」(**特定生体個人情報**)：取扱う事業者の周知義務(利用目的、特定生体個人情報の内容)、利用停止等本人請求権の強化
- ・罰則の強化・拡大・新設：従来からある「個人情報データベースの不正提供等」に加え、新たな罰則「**詐欺行為等個人情報不正取得罪**」が新設された。
- ・悪質な違反行為を抑止するため、行政上の措置として**課徴金制度**が導入される、など。

※**マイナンバー**は個人情報で**個人情報保護法に基づく取扱義務**がありますが、**マイナンバー法に基づき、取扱範囲・目的が限定されるなど、他の個人情報とは異なる取扱い・制限があるので注意**が必要です。

※入退室管理システム等で使用する**セキュリティカード**や**入館証**は、カードごとに個別 ID が付与され、社内で ID ごとの使用者氏名を管理し**参照すれば本人を特定できるので、これらも個人情報**です。

※**携帯電話・スマートフォン機器内**にある連絡先情報、送受信したメールメッセージ、人物を撮影した写真・動画、アプリの使用履歴等の情報は個人情報になります。**使用時のパスワード認証や紛失等起きてしまった場合の使用停止、位置情報確認方法**などの対策が重要です。

要配慮個人情報とは？

個人の不当な差別、偏見、不利益につながりかねない影響を考慮して、個人情報保護法で取扱いに特別な配慮(適切な保管場所・管理方法を決め業務従事者を任命する等)が求められている個人情報です。

<要配慮個人情報の例>

- 人種、●信条(宗教、政治的見解等) ●社会的身分(被差別地域出身、非嫡出子(婚外子)など)、●病歴
- 犯罪の経歴(前科)、犯罪の被害に遭った事実 ●心身の機能の障害、●健康診断等結果(健康診断結果、検査結果(HBs(肝炎)、HCV 結果等)、●医師による保健指導等(通院歴、診療記録・薬剤服用歴、お薬手帳等)、
- 刑事事件の捜索・勾留・逮捕・公訴等(本人が被疑者・被告人)

<要配慮個人情報に該当する例>

- ※**健康診断結果報告書、ストレスチェック結果(個票)**、医師との面接指導結果、**障害者手帳等**、遺伝子検査等。
- ※医療機関や薬局で、**診療や調剤に関する情報(処方箋や紹介状なども含む)**は**要配慮個人情報に該当**します。
病院等を受診したという事実、薬局等で調剤を受けたという事実(領収書や明細書)も**要配慮個人情報**です。

<要配慮個人情報には**該当しない**例(個人情報ではある)>

- ※要配慮個人情報の範囲・内容は、個人情報保護法で定められており、個人情報同様、個人情報保護法等法令改正によって変更になる可能性があります。**以下は現在、要配慮個人情報には該当しない。**
 - ・国籍、肌の色
 - ・自分で計測した体重・体脂肪率、体温、血圧等
 - ・本籍地情報

個人番号（マイナンバー）とは？

個人番号（マイナンバー）は、国民一人ひとりに付与される12桁の番号で原則として変更されません。マイナンバーは個人情報でもあります。マイナンバー法でマイナンバーの利用目的・対象業務が決まっており、たとえ本人の同意を得たとしても法律で定めた利用目的を超えて利用することはできません。当初は3つの分野（社会保障、税、災害対策）の行政手続で利用されていましたが、その後のマイナンバー法改正により2018年からは金融分野（預貯金口座）、医療等分野（特定健康診査情報の管理等）、2021年10月からはマイナンバーカードが健康保険証の代りに医療機関・薬局等で利用（マイナ保険証）できるようになり、2025年3月からはマイナ免許証（マイナンバーカードのICチップ内に運転免許証情報をデータとして収容しマイナンバーカードと運転免許証を一体化）の運用が始まりました。

マイナンバーは、マイナンバー法に基づき、不正な取得や売買、目的外利用等を行った当事者に対して罰則があります。（正当な理由なく個人番号を提供した場合4年以下の拘禁又は200万円以下の罰金）

営業秘密（秘密情報）とは？

営業秘密とは、秘密として管理されている事業活動に有用な技術上又は営業上の情報で、企業の競争力・利益の源泉とされる重要な経営資源です。不正競争防止法により保護されています。（不正競争防止法第2条）

＜営業秘密の例＞ ・勤務先の事業計画 ・顧客情報（名刺情報含む）、取引先情報 ・商品・技術情報

※社内業務手順書・マニュアル・企画書・提案書、会議配布資料等も含まれます。

営業秘密の漏えいや盗用があると、自社製品の優位性が失われ、企業業績に深刻な影響が出る場合があります。社内の出来事や人事内部情報などの営業機密をSNS等で投稿することは漏えい行為で罰則の対象になります。

情報の適切な取扱い（安全管理対策）

情報の不適切な取扱いや管理の不備等は、漏えい・紛失等につながり個人情報保護法違反（事業者の義務とされる安全管理措置違反）となります。注意すべき主な事項は以下のとおりです。

不適切な取扱い（規則・守秘義務の違反）			業務上許可された目的以外の用途での複製や印刷	
業務上知り得た情報・写真等の私的なSNS投稿	私物のパソコン・記録媒体等（使用禁止）	許可・権限のない情報資産へのアクセス	業務上許可された目的以外の用途での複製や印刷	重要情報を含む印刷物・文書をそのままゴミ箱に捨てる
				

【対策1】

- ・従事する業務で決められた規則・許可された手順等に従って業務を遂行ください。勝手に解釈して規則・手順を変えたり、省略しないようにしましょう。
- ・個人所有（私物）のパソコンや記録媒体等を業務で使用しない。会社から貸与又は許可を得た機器を使用してください。

情報漏えい（メール誤送信）	情報漏えい（書類誤発送）
メール誤送信（宛先間違い、添付データ間違いなど） 	宛先の間違い 封入書類の間違い 

＜メール誤送信と書類誤発送、情報漏えいの代表的な原因＞

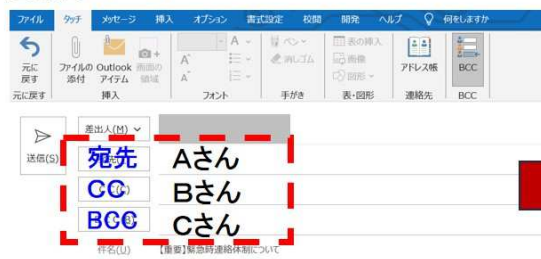
「メール誤送信」は主要な漏えい事故の一つです。他に「誤送付（宛名間違い）」、「誤送付（封入ミス）」などの「書類等誤発送」などがあります。漏えい等は複数の原因がありますが、それぞれに適切な対策を確実に講じることによって、漏えい等の発生を低減することができます。

【対策2】 ★メール誤送信の防止のために

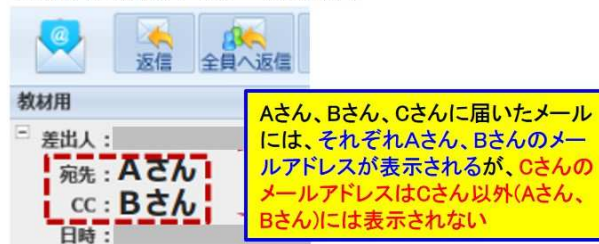
メール誤送信には、主に3つの類型（①宛名間違い、②添付文書（データファイル）の間違い、③送信方法（BCC と TO/CC 等）の間違い）があります。送信時の目視確認・チェックを確実に行いましょう。

※BCC 送信は、不特定多数へ送信する際に利用する方法で、**BCC 送信した場合、本人以外のメールアドレスは表示されません。**（下記図参照）

送信者のメール



受信者には以下のメールが届く



【対策3】 ★書類等誤発送の防止のために

書類等誤発送には、主に2つの類型（①宛名間違い、②封入書類間違い）があります。窓あき封筒の利用推進や**宛名書き・封入時のダブルチェック**を可能な限り行いましょう。

【対策4】

- ・ **公共交通機関の利用や移動途中の飲食・トレイ等**で、かばんや情報機器の置忘れが起きやすいです。業務上必要な情報の持出しや機器の使用は必要最小限にし、置き忘れや紛失等起こさないよう留意ください。
- ・ **自動車や自転車の移動中**、車内等に置いたカバン等をから離れないよう注意ください。

情報機器・記録媒体の紛失・盗難

交通機関等で置忘れ



パスワード管理の不備

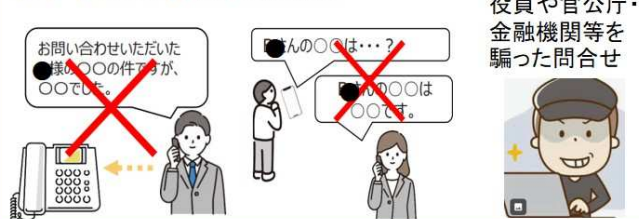


- ◆ パスワードを記載した付箋を画面に貼付け
- ◆ 業務上必要ない者に自分のパスワードを開示
- ◆ 類推されやすいパスワードに勝手に変更

【対策5】

- ・ パスワードは、**利用者本人が管理**し他の者と共有しない。パソコン画面にメモ等貼ったり、他者に見られることがないようにしましょう。
- ・ パスワードは、名前、社員番号、生年月日等**他者から類推されるものは使用しない**。英字、数字、記号等複数を組み合わせ、一定桁数以上となるよう採番するのが望ましい。

なりすまし行為に注意



仕事の話をする場所・環境に注意



【対策6】

- ・ 公的機関や金融機関等を騙った情報窃取を目的とした不審な問合せが報告されています。**別人によるなりすましの可能性**を考慮し、本人確認を確実にし、内容によってはこちらから確認してかけ直すようにしましょう。

【対策7】

- ・ **パソコン画面が覗き見られる場所**（**交通機関移動中、待合室、飲食店内等**）では、業務上やむを得ない場合を除き仕事をしないようにしましょう。

- ・声や会話内容が第三者に漏れる環境（エレベータ内、洗面所・給湯所など共有スペース）では、業務に関する情報を話さないよう注意しましょう。

不審なメールを開かない・クリックしない

不審なメール
来ていませんか？

差出人: goodmail@xxx.yy.zz
件名: ○○○○○○

XXX様
あなたのメールアドレスが不正に利用されました可能性があることを発見しています！
直ちに本人確認の

チェックポイント

- ☒ 簡体字の使用
- ☒ 不適切な敬語
- ☒ 不自然な改行

不自然・違和感を感じたら不審メールであることを疑おう

詐欺サイトにアクセスしない・情報を入力しない

サポート詐欺画面(偽警告)

【対策 8】

- ・悪意のある者が、他人や企業を勝手に騙って偽のメールを送り付け、不正プログラムに感染させたり、パスワード・クレジットカード番号等重要情報を窃取、悪用される被害が多数報告されています。不自然さや違和感を感じたメールは、その添付ファイルを開いたり、メール本文に記載された URL (偽サイトの可能性が高い) にはアクセスしない。

情報機器等使用条件の不徹底

セキュリティが脆弱な通信環境の利用

パスワードロック設定等利用者認証の不備

コンピュータウイルス感染

緊急時の対応

- ・情報漏えい発生
- ・不正アクセス攻撃
- ・ウイルス感染など

◆通信を切断する (LANケーブルを外す、wifi切断)

◆該当機器・サービスの使用を中止

◆システム管理者に報告、指示に従う

【対策 9】

- ・業務で使用する機器は、セキュリティ対策ソフト・OS 修正プログラムアップデート、パスワードロック等機器の使用条件を整えるよう留意した上で使用しましょう。
- ・フリーwifi 等セキュリティが脆弱な通信ネットワークは仕事(在宅、他場所でのテレワーク含む)で使わないようにしましょう。
- ・パスワードロック、顔認証など、利用者認証設定を確実に行いましょう。

【対策 10】

- ・情報漏えいの発生、不正アクセス攻撃等緊急事態が発生した場合、当該機器の通信環境を切断・周辺機器がある場合はそれを外し、当該機器の利用を中止します。
- ・緊急時連絡体制等に基づき、責任者に事象の発生を報告、指示に従う。

<注意> 【ランサムウェア(身代金ウィルス)攻撃被害】

- ・冷凍食品大手ニチレイ(2026年7月)、通販大手アスクル(2025年10月)、アサヒグループ(2025年9月)など、国内だけで年間200社以上被害が報告されています。被害の6割強は中小企業。
- ・ランサムウェア攻撃は、高度なIT技術を悪用する国際的な犯罪グループが、攻撃ツールの開発者、実際に攻撃を実行する者と分業・連携して行う不正行為で、世界中で被害が報告されています。偽メール(フィッシングメール)クリック等が攻撃の起点にされてしまう可能性があります。

個人情報漏洩等の当事者になってしまった場合の責任

～ 法令に基づく罰則等、責任が問われる ～

- | | |
|--------------|----------------------------------|
| ・個人情報保護法違反 | 個人情報データベース不正提供、詐欺行為等個人情報不正取得 |
| ・マイナンバー法違反 | 目的外利用、不正取得・不正利用等に刑事罰適用 |
| ・不正競争防止法違反 | 顧客情報等(営業秘密)を不正取得、競合会社に渡した場合刑事罰適用 |
| ・刑法違反 | 会社の重要情報や顧客情報を勝手に持ち出す行為は、窃盗や業務上横領 |
| ・不正アクセス禁止法違反 | 他人のID・パスワード等を不正取得・不正使用等には刑事罰適用 |



以上