




# 迷惑メール対策


迷惑メールを受信しないようにするには、メールアドレス提供事業者の迷惑メールフィルターを使う方法とセキュリティソフトやアプリを利用する方法があります。各携帯電話事業者やプロバイダの多くは無料で迷惑メールフィルターを提供していますので、利用スタイルにあわせて自分の環境にあった設定をしましょう。

## キャリアメール

2023年12月現在



迷惑メールフィルター  
@docomo.ne.jp

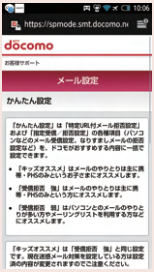



My docomoへ  
ログインして  
設定

**おすすめ：「かんたん設定」**


「携帯・PHS／パソコンなどのメール設定」・「特定URL付メール拒否設定」を、ドコモがオススメする設定値に一括で変更することができます。

Android／iPhoneから：dメニュー→My docomo→ログイン→設定→メール→メール設定





迷惑メールフィルター  
@au.com/@ezweb.ne.jp

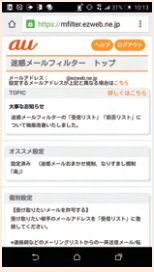



My auへ  
ログインして  
設定

**おすすめ：「オススメ設定」**


迷惑メールに多く見られる「なりすまし」メールや迷惑メールの疑いのあるメールをブロックします。

androidから：[auメールアプリ]のメニューキーから「アドレス変更／迷惑メール設定」→「迷惑メールフィルターの設定／確認へ」→ログイン  
iPhoneから：ブラウザから『auサポート』を検索→迷惑メール対策・Eメールアドレス変更→迷惑メールフィルター設定→ログイン→迷惑メールフィルタートップ





迷惑メールフィルター  
@softbank.ne.jp/  
@i.softbank.jp




My SoftBankへ  
ログインして  
設定

**おすすめ：「かんたん設定」**

なりすましメールや、未承諾広告メール、悪意のあるウェブサイトに誘導するような迷惑メールを受け取らないように設定する方法です。

蓄積されたスパム（迷惑メール）データベースをもとにメールの内容を機械的に判断し、スパムと判断されたメールの受信をブロックします。

Android／iPhoneから：ブラウザから『My SoftBank』を検索→ログイン→「迷惑メール対策」の「変更」→「迷惑メールフィルター」の強度を選択





迷惑メールフィルター  
@ymobile.ne.jp



My Y!mobileへ  
ログインして  
設定

**おすすめ：「迷惑メールフィルター設定」**

迷惑メールデータベースを元に迷惑メールの受信を拒否することができます。また、メールの件名欄に「! 広告!」などが記載されているメールを未承諾広告メールとし受信を拒否することもできます。  
[https://www.ymobile.jp/support/relief/trouble\\_mail/](https://www.ymobile.jp/support/relief/trouble_mail/)

Android/iPhoneから：ブラウザから『My Y!mobile』を検索→ログイン→「迷惑メール対策の設定」



迷惑メールフィルター  
@uqmobile.jp

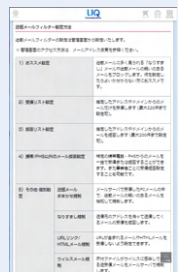


詳細ページ

**おすすめ：「おススメ設定」**

迷惑メールに多く見られる「なりすまし」メールや迷惑メールの疑いのあるメールをブロックします。何を設定したらよいか分からない方におススメです。

迷惑メールフィルターの設定は管理画面から設定します。  
管理画面へのアクセス方法：「宛先に「00090010」、メッセージを「1234」でSMSを発信」→「受信したSMSのURLをタップしてアクセス」



被害にあわないための  
セキュリティ対策

※操作方法や詳細は56ページの各窓口からお問い合わせください。

**プロバイダメール**

プロバイダのメールアドレスで受信する迷惑メールは、プロバイダが提供する迷惑メールフィルターを利用しましょう。一部をのぞき、無料で提供されています。メールサーバー上で迷惑メール判定を行うため、受信トレイに迷惑メールが届くことがなくなります。

**フリーメール**

無料で取得できるフリーメールにも迷惑メールフィルター機能を提供しているサービスがあります。詳しくはフリーメールのサービス窓口にお問い合わせください。