行動のための調査と下見

最終更新日： **2026年10月28日**　所要時間の目安： **15分**

ACTIVIST CHECKLIST

このコピーは 2026年11月6日 に作成。 脅威が変化するにつれ、また自分の身を守るより良い方法が利用可能になるにつれ、ガイドを頻繁に更新します。最新バージョンはこちらから。 activistchecklist.org/ja/research/

自動翻訳: このページは自動翻訳されています。現時点で人によるチェックが済んでいるのはページの0%だけで、それ以外の部分には誤りがあるかもしれません。**翻訳のチェックに協力する**[1]。

センシティブなオンライン調査には、Tor Browserを使いましょう。 IPアドレスを隠してくれるので、何を見ているかをサイト側があなたと結びつけるのがずっと難しくなります（不可能ではありませんが）。使っている間は、どのアカウントにもログインしないこと。現地に下見に行くときは、できればスマホを家に置いていきましょう。必要な場合は、CoMapsをオフラインで使い、通常のカメラアプリの代わりにSignalのアプリ内カメラを使用し、写真が暗号化されたチャット内に保存されるようにしましょう。

センシティブな調査にはTor Browserを使う

リスクの高い抗議行動の準備をするときは、現場やターゲットについてオンラインで調べておくととても役に立ちます。国家による監視のターゲットにされないよう、身元を守ることが特に重要な時期です。

Tor Browserをインストールして[2]**、センシティブな調査に使いましょう。**

ウェブサイトは、ログインしていなくても高度な手法であなたの閲覧を追跡しています。あなたのIPアドレスから、身元が特定される可能性があります。

Torは通信を暗号化し、複数のコンピューターを経由して中継し、オンラインでの追跡を徹底的に防ぐことで、オンラインでの匿名性を高めてくれます。

使用例： 国家や企業のターゲットにされないよう、自分自身や計画、仲間を守るために匿名でいたほうがいい場面の例をいくつか挙げます。

- Google マップやGoogle ストリートビューでアクションの場所を調べる。
- キャンペーンの対象にしている企業の取締役会メンバーを調べる
- 催涙ガスから身を守る装備を調べる

Torを使っている間は、**どのアカウントにもログインしないでください**！身元がバレてしまう可能性があります。

上級編： Tor Browserでも、わずかな痕跡が残ることがあります。また、コンピューターにスパイウェアが入っていれば、あなたの行動は監視されてしまいます。できる限り完全な匿名性を得るには、Tails[3]というオペレーティングシステムを使いましょう。 Torを使い、ディスクに一切情報を書き込まない「揮発性」のオペレーティングシステムです。 USBメモリにインストールし、毎回「まっさらな」状態で起動します。

直接行動のための下見

ほとんどの直接行動には、何人かが現場を下見して、その場所の様子や使われ方（警備員、監視カメラなど）を把握する段階があります。

理想を言えば、スマホは持って行かず、写真も撮らないこと。とはいえ、状況によってはそれが必要な場合もあります。

☐ 道案内/ナビゲーションにはCoMapsアプリを使おう

DO: 道案内/ナビゲーションにはCoMapsアプリを使おう

DO NOT: Google マップなどを使う

プライバシーを守るナビの使い方

1. 行動の下見をするときにナビが必要な場合、最もプライバシーが強固な CoMaps[4] (iPhone、Android) を使おう。行き先の地域の「オフラインマップ」を保存しておくのがベストです。
   - または、道順を紙に印刷しておくのもひとつの手です。
   - 日常用にはユーザーフレンドリーなApple MapsやMagic Earth[5]を使うことをお勧めします。ただし行動の下見のようなセンシティブな活動では別です。
2. 下見の間は位置情報サービスをオフにして、スマホを機内モードにしておきましょう（家を出てから帰宅するまでずっと）。

☐ 下見の写真や動画はSignalのカメラで直接撮影する

Signalはメディアを暗号化されたストレージに保存するため、ほかのアプリや自動同期（クラウドストレージなど）から守られます。

DO: 写真や動画は、スマホの標準カメラではなくSignalアプリのカメラで撮影しましょう。

DO NOT: これらの写真をiCloudやGoogleフォトに保存する

- **複数の写真をまとめて撮るには：** 一度に何枚も撮影したい場合は、カメラを開いて左下のプラスアイコンをタップします。「マルチモード」になり、送信する前にたくさんの写真を撮影できます。
- 一緒に下見をする仲間やオーガナイザーと**専用のSignalグループを作りましょう**。プライバシーをさらに守るために、消えるメッセージをオンにし（アクションの後に自動で削除されるように設定）、終わったらグループを削除しましょう。
- ヒント：Signalでは写真を「1回表示」で送る[6]こともできます。

関連ガイドでさらに学ぼう

デモや行動に参加する前の準備

デモや行動に参加するすべての人のためのデジタルセキュリティ。

逮捕される可能性がある行動のためのデジタルセキュリティ

逮捕の危険があるときに、スマホと仲間を守ろう。

リンク

1. activistchecklist.org/ja/contribute/
2. torproject.org/download/
3. tails.net
4. comaps.app
5. activistchecklist.org/ja/essentials/
6. support.signal.org/hc/en-us/articles/360038443071-View-once-Media