

## 2026/4/8 ワードプレス・ブログ 不正アクセス対策 & 復旧方法

Word Press ブログが 不正アクセス攻撃を受けて、  
表示されない、エラー表示、白画面・・・  
などの被害に遭ってしまった場合の 復旧方法を 説明いたします。

先月、自分のサイト複数が、不正アクセス攻撃を受けた、とのことで  
契約している X サーバーから連絡メールがありました。  
サイトを悪用されないために、既に アクセスできないようにしたことと、  
復旧方法についての説明の 長い文面でした。  
X サーバーに限らず、他社でも おそらく同様の対応  
(不正アクセス、ウィルス被害拡大防止のために、アクセス遮断措置を取る)になる と思います。

メールの文面にあるリンクを、全部読み、それから対処・・・  
となると、半日とか、まとまって集中できる時間が必要と思われれます。  
安全に 復旧させるための 重要なポイントを 自分で実際に操作したことを、  
メモっておき、整理しました。

以下の内容の前提として、まずは  
ワードプレスが 最新バージョンになっているか？  
確認しましょう。

2026/4/8 現在  
MySQL 5.7  
が 最新バージョンです。

### < ワードプレスの バージョンを確認する手順 >

Xサーバー管理画面 ログイン  
→ サーバー管理  
→ サーバーパネル  
→ (データベース 項目) MySQL 設定  
→ MySQL 一覧

ここで  
MySQL 5.7  
Maria DB 5.5 (旧 My SQL 5.5 以前 )  
など  
データベースのバージョンが表示されます。

複数サイトを運営していて  
バージョンが違う場合  
旧バージョンのサイトは  
サーバーの 自動バックアップから  
復旧できませんでした。 ※

---

< 緊急 >

あと サイトの見た目で、  
全くわからなかった リスク

ワードプレスの管理画面にログイン  
→ ダッシュボード・ユーザー一覧

と操作して 念のため  
ユーザーが 自分だけになっているか？  
確認しましょう。

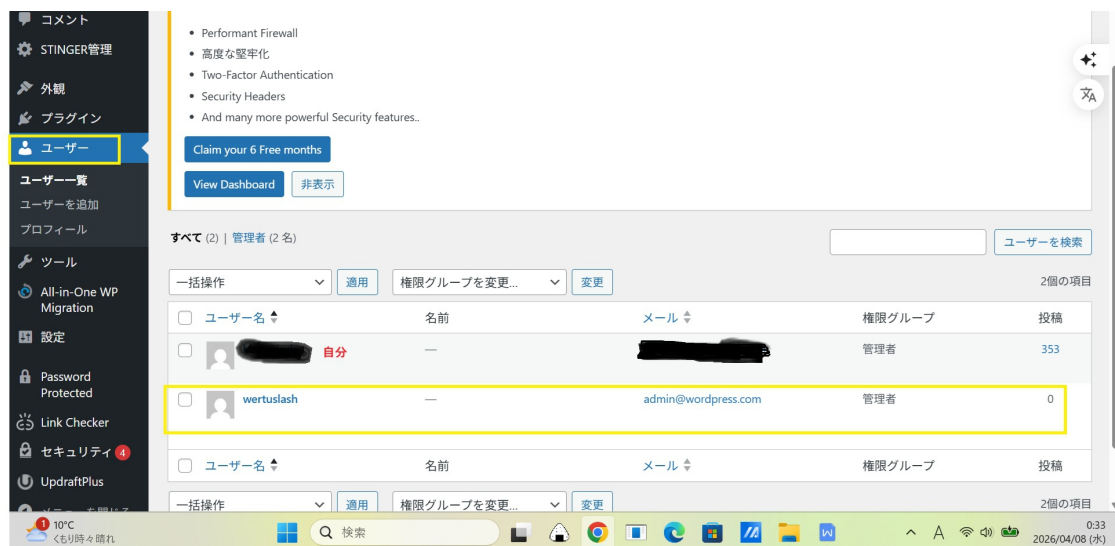
私も、管理画面で  
ユーザー一覧を見るまで  
気付かませんでした。  
(普段、記事を書いたり、修正する時、  
いちいち見ないと思います)

なんと！  
管理者に 自分以外、  
怪しい輩が 入り込んでいました。  
メールアドレスが [admin@wordpress.com](mailto:admin@wordpress.com)  
と、まるで  
wordpress の開発元みたいなアドレスが 表示されてました。

おそらく偽装だと思います。  
メールを開くと ウィルス感染、なんて事件もあったので  
クリックしないで、そのまま カーソルを  
ユーザー名のあたりに充てましょう。  
すると  
「削除」の表示が出てくるので  
そのまま「削除」してしまいましょう。

忘れたころに 再び 不正アクセスで  
サイトを壊されたり、ウィルスを仕込まれたり

されるリスクがあるので、  
ここは、さっさと削除することを、おすすめします。  
(これを全サイト やるのはたいへんですが)



< 海外からのアクセスを 拒否する設定 >

Xサーバー管理画面 ログイン

- サーバー管理
- サーバーパネル
- Word Press セキュリティ設定
- 国外アクセス制限設定
- 設定対象ドメイン 選択
- 変更 「オンにする(推奨)」

海外からの 攻撃や ウィルスは多いので  
あなたが 海外に あまり出なかつたり、  
あなたのサイトが、海外マーケット対象でない場合は、  
アクセス制限をしておいた方が、  
被害に遭う確率を 下げられそうです。

WordPressセキュリティ設定

国外からのアクセスを制限したり、不正なログインを制限する等、WordPressに関するセキュリティを向上させることができます。

▼ 国外アクセス制限設定

設定対象ドメイン: happycreate.tokyo

	現在の設定	変更	ホワイトリスト
ダッシュボード アクセス制限	ON	<input checked="" type="radio"/> ONにする (推奨) <input type="radio"/> OFFにする	変更
XML-RPC API アクセス制限	ON	<input checked="" type="radio"/> ONにする (推奨) <input type="radio"/> OFFにする	変更
REST API アクセス制限	ON	<input checked="" type="radio"/> ONにする (推奨) <input type="radio"/> OFFにする	変更
w/manifest.xml アクセス制限	ON	<input checked="" type="radio"/> ONにする (推奨) <input type="radio"/> ? サポート	サポート

※ おそらく FFFTP などの 転送ソフトを使えば、  
復旧は可能かもしれませんが、未だ 検証できていないです。