

研究顯示：台灣人每週花費近 70 小時上網

NordVPN 的一項研究顯示，台灣人每週花費 70 小時上網。他們如何在網路上消磨時間呢？

倫敦 2022 年 9 月 21 日 / 美通社 / -- [網路安全公司 NordVPN 的一項調查](#)顯示，台灣人每週花費近 70 小時上網，相當於 7 天中有 3 天的時間。這相當於一年的 152 天，或者一生中幾乎 34 年。

台灣最熱門的上網活動是觀看影片（如 YouTube）（每週超過 10 小時）。事實上，在所有接受調查的國家中，台灣在觀看影片方面排名第三。

三分之二的台灣人承認每天依賴網際網路

NordVPN 調查還顯示，三分之二的台灣人（60.1%）承認每天依賴網際網路。[NordVPN](#) 的數位隱私專家丹尼爾·馬庫森（Daniel Markuson）分享了一些協助台灣人上網時間既愉快又安全的技巧：

- **使用安全密碼。**如果您發現很難記住密碼，請嘗試使用密碼管理器。
- **仔細檢查並驗證連結。**避免來自陌生人的可疑廣告、連結或電子郵件。
- **使用 VPN。**VPN 能加密連線，這樣就不會有人侵犯您的隱私或竊取個資。
- **使用安全的公共 Wi-Fi。**駭客會設定假冒 Wi-Fi 熱點，以吸引毫無戒心的上網者。一旦有人登入，駭客就很容易看到人們的上網活動。
- **不要分享個資。**千萬不要在網路上分享密碼、銀行資訊或地址。駭客會使用您的個資來猜測您的安全問題答案，甚至猜測密碼。

文摘自 YAHOO 新聞