

ふじのくにデジタルサポーター育成講座

# 視覚障害のある人の デジタルサポーター育成講座

視覚障害当事者対象

静岡県【令和6年度ふじのくにデジタルサポーター育成事業】

特定非営利活動法人浜松NPOネットワークセンター

開催日 2026年2月7日

# 視覚障害のある人のデジタルサポーター育成講座 次第

## 1.はじめに

- ・今日の目標

## 2.導入

- ・見え方の確認
- ・iPhone の持ち方、ボタンの位置、カメラの位置

## 3.Siri について

- Siri でできること

## 4.VoiceOver について

### ●VoiceOver の導入

- 概要を伝える・選択・決定と実行・スクロール

### ●使いやすくする設定

- ダブルタップのタイムアウト・コマンド一覧・ローター項目・大きいカーソル

### ●各ジェスチャーの説明方法

- タップ・スプリットタップ・ダブルタップ・スワイプ・複数の指でのタップ・  
ダブルタップ&ホールド・スクラブ・ローター

### ●点字画面入力

- 設定・入力・ジェスチャー

## 5.その他の機能やアプリ

### ●弱視者向けの機能

- 画面を見やすくする設定・ズーム機能・色の反転・読み上げ・アクセシビリティのショートカット

### ●アプリ

- Seeing AI・Be My Eyes・ユーメニュー・UDCast・ハロームービー・アイナビ

### <見え方の確認>

可能な範囲で相手の見え方、見えにくさを聞き取る。

聞くことの例:画面がついているのがわかるか・ホーム画面にアイコンが並んでいるのがわかるか・ロック画面の時計が読めるか、など

### <iPhone の持ち方、ボタンの位置、カメラの位置の説明>

説明しながら実際に触って確認してもらう。それぞれのボタンの役割も説明する。

### <Siri でできること>

#### ●天気やバッテリー残量の確認

「〇〇の天気は？」や「バッテリーは？」など質問に応じて応えてくれる。

#### ●電話をかける

「〇〇さんに電話して」→【〇〇さんに電話をかけます】→〇〇さんに発信される

#### ●LINE を送る

「LINE を送って」→【どなたにですか？】→「〇〇さん」→【内容はどうしますか？】  
→「よろしくね」→【〇〇さんに「よろしくね」という内容でお送りします。よろしいですか？】→  
「はい」→送信される

#### ●アプリの起動

「〇〇(アプリの名前)開いて」→応答は無し。指示したアプリが起動する。  
ホーム画面でアプリを探す手間が省ける。

#### ●スケジュール管理

「カレンダー」アプリでの予定の登録・確認・変更・削除ができる。

#### ・登録

例:「2月24日15時に予定を登録」→【名前はどうしますか？】→「買い物」  
→【「買い物」の予定を2月24日15時から16時に設定しました】

#### ・確認

例:「2月24日の予定を確認」→【2026年2月24日は15時に「買い物」があります】

#### ・変更

例:「2月24日の予定を変更」→【何を変更しますか？】→「名前」  
→【どのように変更しますか？】→「イオンで買い物」

#### ・削除

例:「2月24日の予定を削除」→【確認ですが、2026年11月24日は15時のイオンで買  
い物をカレンダーから削除しますか？】→「はい」→【はい、削除しました】

※Siri は不具合が多い。ずっとできていたことがとつぜんできなくなることもある。

本体の再起動か、しばらく時間を置くことで元に戻る場合が多い。。

## <VoiceOverの導入>

### ●概要を伝える

触ったところを読み上げる・画面上の情報を読み上げる・画面を見なくても操作ができる・通常の操作時とは異なることができるが、できないこともあるなど

### ●ボタン等の探索および選択

目的のボタン等を探す時、画面を触って(なぞって)探す方法と、左右スワイプでカーソルを1つずつ動かして探す方法、どちらもあるということを説明する。どちらにもメリットがあり、使い分けながら操作すると良い。

### ●決定(実行)の操作

ダブルタップを基本として伝え、スプリットタップもあることを伝える。スプリットタップの存在を知らないと、不意に指が触れてスプリットタップが行われて実行されたときに、なぜ実行されたかがわからず混乱することがある。

### ●スクロール

3本指スワイプでページが移動できることと、左右の場合と上下の場合があることを伝える。

## <VoiceOverを使いやすくする設定>

### ●選択するまでの時間

画面にタッチしたときに反応するまでの時間を変更できる。意図しないタッチでの誤操作を防ぐことができる。

### ●ダブルタップのタイムアウト

ダブルタップの速さを変えられる。ダブルタップのジェスチャーがゆっくりしかできない場合に設定を変更する。

手順:

設定を開く→アクセシビリティ→VoiceOver→ダブルタップのタイムアウト→「減らす」ボタンと「増やす」ボタンで増減する。デフォルトは0.35秒。

### ●コマンド一覧

設定を開く→アクセシビリティ→VoiceOver→コマンド→タッチジェスチャー  
指の数別に一覧が表示され、コマンドが確認できる。

### ●ローター項目

設定を開く→アクセシビリティ→VoiceOver→ローター→ローター項目→使いたい項目にダブルタップしてチェックをつける

### ●大きいカーソル

VoiceOver カーソルを見やすくする設定。

設定を開く→アクセシビリティ→VoiceOver→「大きいカーソルを使用」をオンにする

## ＜各ジェスチャーの説明方法（伝えるポイント）＞

### ●タップ

軽く触る。反応しにくい場合は、爪に近い部分より指の腹で触るほうが良い。

### ●スプリットタップ

人差し指で探索し、親指か中指で確定する。確定の際に人差し指がボタンからずれないように注意が必要。

### ●ダブルタップ

タップの間隔がどのくらいなのか、言葉と手で伝える。2回目のタップが長押しにならないように注意する。必要に応じてタイムアウトの設定を変更する。

### ●スワイプ

言葉では伝わりにくいことが多い。画面を触る→払うの2アクションではなく、触ったと同時に動かす(払う)、1アクションであることを伝える。腹についた埃を払う仕草に近い。

### ●複数の指での操作

2〜4本の指が同時に画面に当たらないことが多い。指の腹で操作するほうがうまくいくことが多い。払う動作にこだわるよりすべての指が同時に触れることを意識するほうが良い。

### ●3本指でスクロール

タップ→スワイプの2アクションでも有効。払う動作でうまくいかないときはゆっくり手を動かす方がうまくいく。

### ●ダブルタップ&ホールド

効果音が鳴るまで押さえ続ける。ホールドの間に指を動かさないように注意する。

### ●スクラブ

墨字の知識がある人には「Z」を書くようなジェスチャーと言つと伝わりやすい。実際には左右に1往復半動かせば良い。右、左、右か左、右、左、どちらでも良い。

### ●ローター

指を回すように動かす必要は無く、一方の指を上、もう一方の指を下に同時に動かせば良い。それぞれを逆に動かせば逆回転になる。左と右でもできる。また、スワイプに比べるとそれほどすばやく動かさなくても良い。

※いずれのジェスチャーも相手の手をiPhoneに見立ててジェスチャーを行うと伝わりやすい。相手の手を取る前に必ず確認を取る。

### ●応用のジェスチャー

実行以外のアクション(削除・コピー・共有など)をしたいときは、1本指3回タップでコンテキストメニューを表示させるか、上下スワイプでアクションを切り替えて操作する。

## <点字画面入力>

### ●入力の開始

テキストフィールドを開いた状態で iPhone を上部が右に来るように横向きにして机などに置き、両端を 1 本指で同時にダブルタップすると「点字画面入力」と読み上げ、点字入力ができるようになる。

### ●入力に使うジェスチャー

- ・1 文字削除…1 本指で左にスワイプ
- ・変換…1 本指で下スワイプ
- ・変換の確定および改行(エンター)…2 本指で右にスワイプ
- ・空白の入力…1 本指で右にスワイプ
- ・モードの切り替え…3 本指で左か右にスワイプ
- ・テキストカーソルを 1 文字ずつ移動…3 本指で左か右にスワイプして「コマンドモード」に切り替えて、1 本指で下にスワイプして「文字」と読み上げるところで止める。その後 1 本指スワイプした方向に 1 文字分ずつテキストカーソルが移動していく。
- ・点字入力の終了…ピンチイン(2 本指でつまむ動作)

### ●入力の位置

各点の位置は厳密には決まっておらず、おおよその位置で認識される。  
コツとしては iPhone を両手の小指ではさんだ状態から、入力に使う指を自然に降ろした位置で入力すると良い。試しに「め」を入力して正しく入力できれば OK。

## <弱視者向けの設定・機能>

### ●ロック画面とホーム画面の背景を黒に設定する+時計の色を白にする

設定→壁紙→新しい壁紙を追加→カラー→黒い丸をタップ→画面中央をタップ→左にスワイプして「ソリッド」を選択→時計をタップ→白い丸をタップ→ソリッドをタップ→追加→壁紙を両方に設定

### ●ダークモード

設定→画面表示と明るさ→ダーク

### ●太字にする

設定→画面表示と明るさ→文字を太くするをオンにする

### ●文字のサイズを大きくする

設定→アクセシビリティ→画面表示とテキストサイズ→さらに大きな文字→さらに大きな文字をオンにする→画面下部のスライダーを動かしてサイズを変更する

### ●ズーム機能

設定→アクセシビリティ→ズーム→ズーム機能をオンにする

3本指ダブルタップで画面のどこでも拡大できるようになる。コントローラを使う方法もある。

### ●反転

設定→アクセシビリティ→画面表示とテキストサイズ→反転(スマート)もしくは反転(スマート)をオンにする

### ●読み上げ

設定→アクセシビリティ→読み上げコンテンツ→画面の読み上げをオンにする

画面上端から2本指で下にスワイプすると画面全体を読み上げる。

コントローラを使って一部を読み上げる方法もある。

## アプリ



### Seeing AI (シーイングエーアイ)

書面の文字を読み取って音声で読み上げてくれる。  
他に紙幣の種類、風景、人物の特徴など読み上げる機能がある。



### BeMyEyes (ビーマイアイズ)

ビデオ通話でボランティアにサポートしてもらえる機能と  
写真を撮って AI が説明してくれる機能がある。



### スイフトアイ

写真を撮影すると、写っている様子を詳細に説明してくれる。  
追加の質問もできる。



### UDCast (ユーディーキャスト)

映画の音声ガイドが聴ける。事前に音声ファイルのダウンロードが必要。  
古い作品も対応しているのでレンタル DVD や配信サービスでも使える。  
イヤホンが必要。



### HELLOIMOVIE (ハロームービー)

映画の音声ガイドが聴ける。UDCast とは聴ける作品が違う。  
比較的新しい作品のみ対応している。イヤホンが必要。



### OXO (オコ)

歩行者用信号の色を音声と振動で教えてくれる。夜間でも使用可能。



### ユーメニュー

飲食店のメニューを閲覧できる。掲載店舗は主にチェーン店。  
レイアウトが整っており音声での閲覧がしやすい。  
季節限定のメニューはほとんど掲載されていない。



### OTO-Mii (オトミー)

カラオケの歌詞を先読みしてくれる。伴奏の音楽を聴きとって自動でタイミン  
グを合わせてくれる。操作の工程が多く、練習が必要。



### アイナビ

音声で道案内をしてくれる。信号の色も音声で知らせてくれる。



### Uni-Voice Blind (ユニボイス ブラインド)

カメラで Uni-Voice コードを読み取り、商品情報や案内文を音声で読み上げ  
る。地域によって、耳で聴くハザードマップが閲覧できる。