

# アクセシビリティガイドブック

パソコンやタブレットを使いやすくする  
アクセシビリティ機能のご紹介

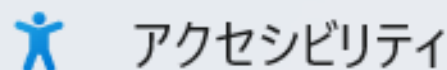


# アクセシビリティとは

「アクセシビリティ」とは「アクセスのしやすさ」「利用のしやすさ」という意味の言葉です。マイクロソフトでは、障害(しょうがい)があることなどを理由に、パソコンやタブレットを使うことができない、それによって仕事や勉強、生活に支障がある、ということがないように、すべての方がパソコンやタブレットを利用できるように、自社製品のアクセシビリティの向上に取り組んできました。また、近年のテクノロジーの発展により、障害のある方がパソコンやタブレットが“使える”というだけでなく、“これまでできなかったことができるようになる”という事例も多くなっています。このガイドブックでは、多くの方がパソコンやタブレットが使いやすくなる、使えるようになる機能や、より多くのことができるようになる(その方を Empower する)製品や機能をご紹介します。

## Windows のアクセシビリティ機能

Windows には多くのアクセシビリティ機能が搭載されています。Windows のアクセシビリティ機能は [設定] の [アクセシビリティ] から設定することができます。機能の詳細は 3 ページからご紹介しています。



## Office のアクセシビリティ機能

Word や Excel といった Office 製品も、Windows のアクセシビリティ機能を利用できることに加え、独自のアクセシビリティ機能が搭載されています。Office 365 のサブスクリプションを契約いただいている方は、Windows と同じように無料で Office の機能もアップデートされ、アクセシビリティ機能もアップデートされています。

### イマーシブリーダー

Word: [表示]-[イマーシブリーダー]、[校閲]-[音声読み上げ]

OneNote: [表示]-[イマーシブリーダー]

Teams: メッセージ内で右クリック (コンテキストメニュー)

#### • 読み上げ機能

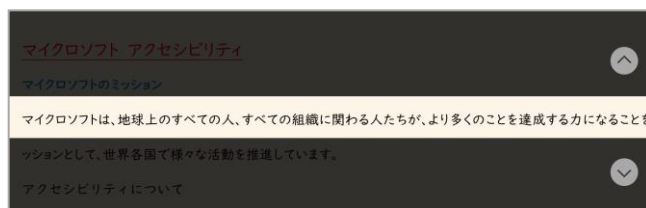
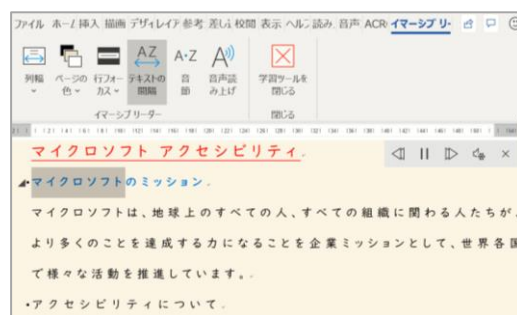
Word や OneNote の文章、Teams のメッセージを音声で読み上げさせることができます。読み上げている箇所はハイライト表示されます。

#### • フォーカス

読みたい行だけに集中できるようにそれ以外の行を隠したり、文書以外の部分を表示させないようにすることができます。

#### • 絵辞書

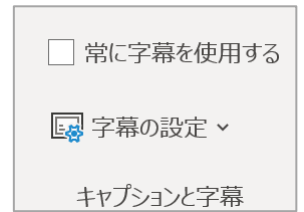
OneNote のイマーシブリーダーにある「絵辞書」では、日本語や英語の単語を認識して、イラストを自動的に表示させることができます。発音させることもできます。



## 字幕機能

Microsoft Teams でのビデオ会議や PowerPoint のプレゼンテーションを行う際に、話している音声を文字化して表示することができます。

Teams のトランスクリプト機能は、文字化されたテキストを会議のあとに編集したり、動画の字幕として使用することもできます。



## カラー/グレースケールのサポート

### ディクテーション

キーボードやペンで入力する代わりに、話し言葉で文字が入力できます。

### アクセシビリティチェック

画像の代替テキストの有無、読み上げ順序などが正しく設定されているかチェックします。

### 画像への自動代替テキスト挿入



# 障害のある方が活用できるアプリ・デバイス

マイクロソフトでは、障害がある方に便利なスマートフォンやタブレットで使うアプリやデバイスも開発・提供しています。

## Seeing AI

視覚に障害のある方に向けて、スマートフォンのカメラで映した文字や風景、色などを認識して、音声で読み上げるアプリです。(iOS 版のみ)

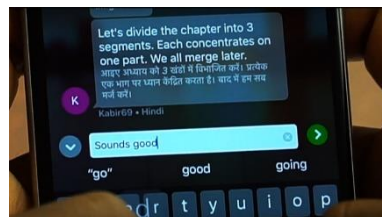


## Microsoft Lens

紙の文書を撮影してイマーシブリーダー機能を使うことで、画像から文字を抽出してテキスト化するので、文字の大きさや背景の色を変えたり、音声で読み上げさせることができます。

## Microsoft Translator (翻訳)

翻訳として使う以外にも、日本語⇄日本語の音声をテキスト化して表示することができるので、聞くことや話すことに困難のある方に使っていただくことができます。



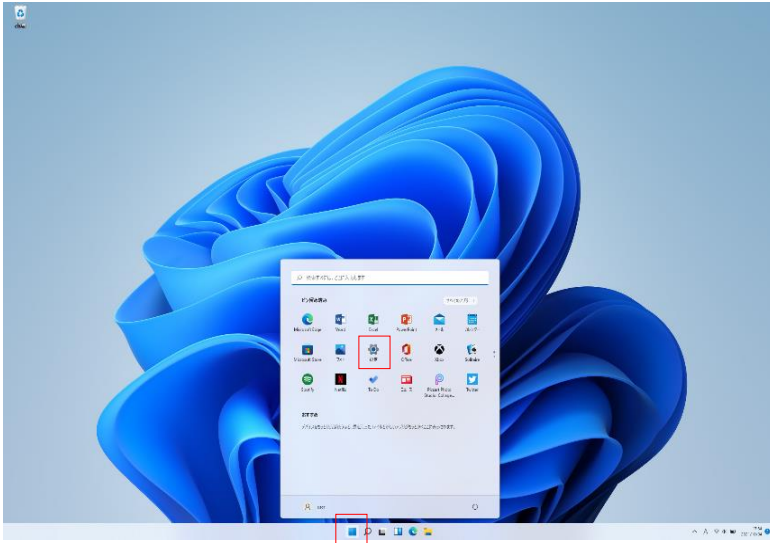
## Xbox Adaptive Controller

Xbox Adaptive Controller 本体の大きなボタンや、背面の 3.5 mm ステレオヘッドセットジャックから接続した自分使いやすいスイッチに、ゲームコントローラーのボタンを割り当てることができます。Xbox One と PC に接続することができます。





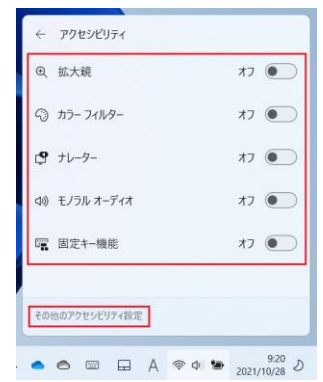
## アクセシビリティへのアクセス方法



[スタートボタン] をクリックし  
[設定] をクリック、[設定] ウィンドウ  
の [アクセシビリティ] を開きます。



タスクバーの右側からも [アクセシビリティ] に  
すぐにアクセスでき、よく使う機能をオンにしたり、  
アクセシビリティ設定の全体にもすぐにアクセス  
できるようになっています。



### MEMO

Windows 10 の「簡単操作」は Windows 11  
では「アクセシビリティ」となりました。

### ショートカット

#### ● 設定 起動



Windows ロゴ キー + I キー

### ショートカット

#### ● アクセシビリティ 起動

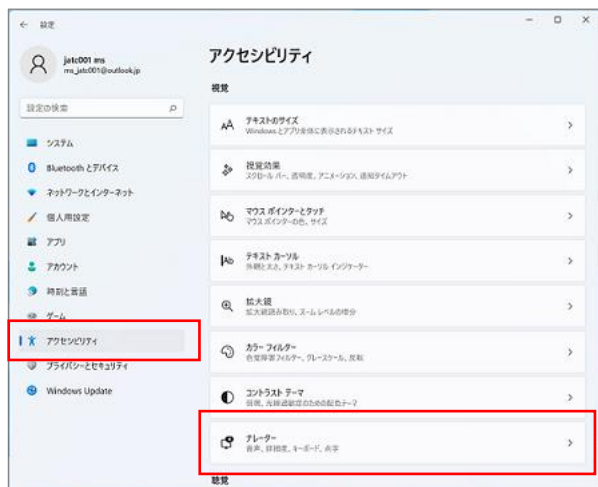


Windows ロゴ キー + U キー

Windows 11 のアクセシビリティ機能は  
「視覚」「聴覚」「操作」の3つのカテゴリに  
わかれています。

# [視覚] 画面を見やすくしたり、音声で画面の内容を確認します

ナレーター：入力したキーやフォーカスが当たっている場所を音声で読み上げます



- 1 [スタートボタン] から [設定] をクリックし [アクセシビリティ] をクリックします。
- 2 [ナレーター] を選択します。
- 3 [ナレーター] を [オン] にします。

## MEMO

「ナレーター」には「スキャンモード」が搭載されています。これをオンにすることで、段落ごとや見出しに素早く移動して文章や Web サイトを素早く読むことができます。

## MEMO

「ナレーター」では独自のコマンドを設定することができ、「入力の学習」機能を使うと、コマンドの機能を確認することができます。

## ショートカット

●ナレーター起動のオン/オフ



Windows ロゴ キー + Enter キー + Ctrl キー

●ナレーターの設定を開く



Windows ロゴ キー + Ctrl キー + N キー

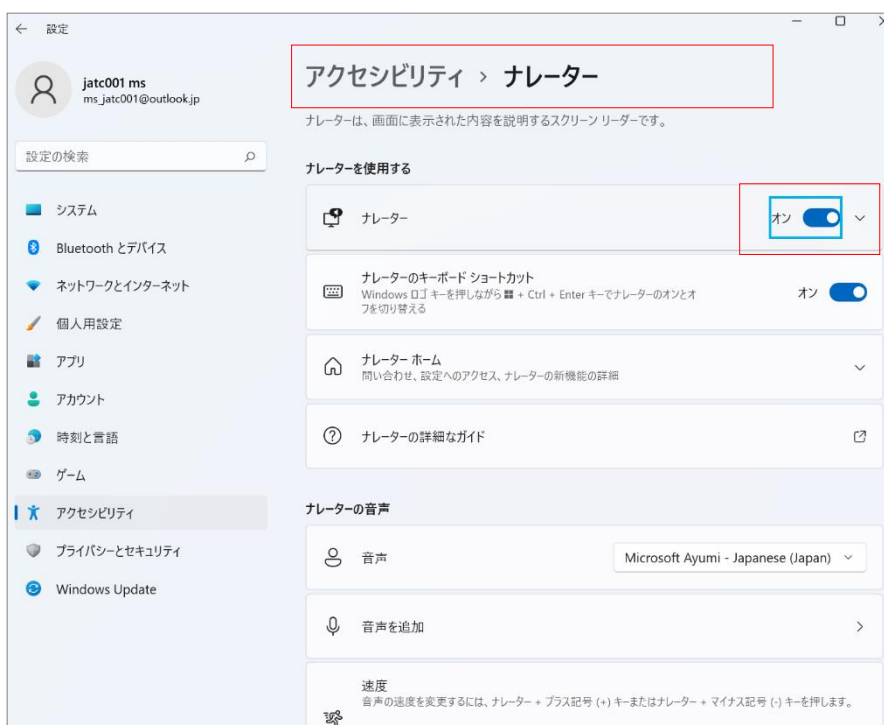
## MEMO

「ナレーター」では、文章の読み上げをするときに、どこまで細かい書式情報などを読み上げるか、設定することができます。大文字のテキストを、「大文字」と読み上げたり、ピッチをあげて読んで判断することができます。

## MEMO

音声の選択、スピードや高さの変更ができます。

Windows 11 には日本語の「Haruka」「Ayumi」「Ichiro」という音声为标准で搭載されています。



## 拡大鏡、ディスプレイ：拡大して見やすくすることができます



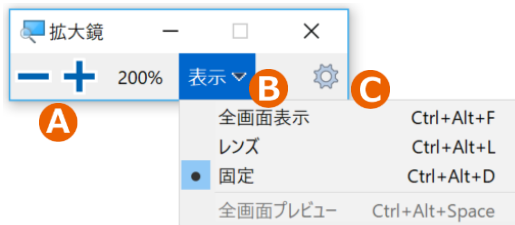
- 1 右側ナビゲーションの [拡大鏡] を選択します。
- 2 [拡大鏡] を [オン] にします。

### ショートカット

#### ● 拡大鏡起動



#### ● 拡大鏡終了



- 3 [拡大鏡] の設定画面や [拡大鏡] のコントロールで、拡大鏡の設定が行えます。

- A** 倍率：(+) (-) のボタンで、100% から 1600% まで 16 段階の倍率調整が可能です。
- B** 表示：拡大画面の表示方法を [全画面表示] [レンズ] [固定] の 3 種類から選べます。
- C** 拡大鏡のオプション：詳細設定が行えます。

## カラー フィルター



カラーフィルターの一覧から見やすいものを選択します。  
表示のされ方を確認しながら選択できます。



## コントラスト テーマ

[ハイコントラスト] を [オン] にし、[テーマの選択] から見やすいものを選択することもできます。

### MEMO

Windows 11 の新しいデフォルトテーマであるダークモードとライトモードに加えて、4 つのテーマが追加されました。光過敏症などの視覚障害のある人々のための新しいコントラストテーマが追加されました。

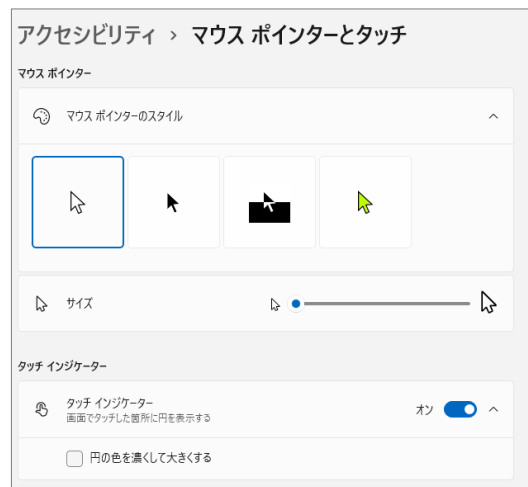
## テキスト カーソル

テキスト カーソルの上下の部分の形や色、テキスト カーソルの太さの変更ができます。

調整しながらプレビューで確認できます。

### マウス ポインターとタッチ

ポインターのスタイルやサイズも変更できます。タッチした時に画面上の表示を出すことも可能です。



### 視覚効果

ウィンドウを透明にする調整などが行えます。

## 「聴覚」音声についての調整をします



**モノラル オーディオ:** 左右のオーディオチャンネルを1つにまとめて聞きやすくします

**オーディオ通知:** 音声の通知が視覚的にもわかるように、タイトルバーを点滅させたりします

# [操作] キーボードやマウスを使いやすくします



**固定キー:** 設定するとキーを固定できるので、2 つ以上のキーを同時に押すことが難しい場合に役立ちます

## ショートカット

### ● 固定キーの起動



## MEMO

固定キー機能が有効になっているときは通知領域にこのアイコンが表示されています



**フィルターキー:** キーを長く押しすぎてしまったり、意図しないキーを触ってしまう場合に役立ちます

## ショートカット

### ● フィルターキーの起動



## MEMO

フィルターキー機能が有効になっているときは、通知領域にこのアイコンが表示されています



[フィルターキー]はオンにしたあとに、キーボードを押してから認識されるまでの時間を設定する「スローキー」、キーを繰り返し押したときに認識されるまでの時間を設定する「バウンスキー」などを組み合わせて、使用する方の意図通りのキーが入力できるように、調整します。



## スクリーン キーボード:

通常のキーボードの使用が難しくても、クイックやスイッチで文字の入力を行えます



1 [アクセシビリティ] の[キーボード] の中の[スクリーン キーボード] を [オン] にすることでスクリーンキーボードが表示されます。

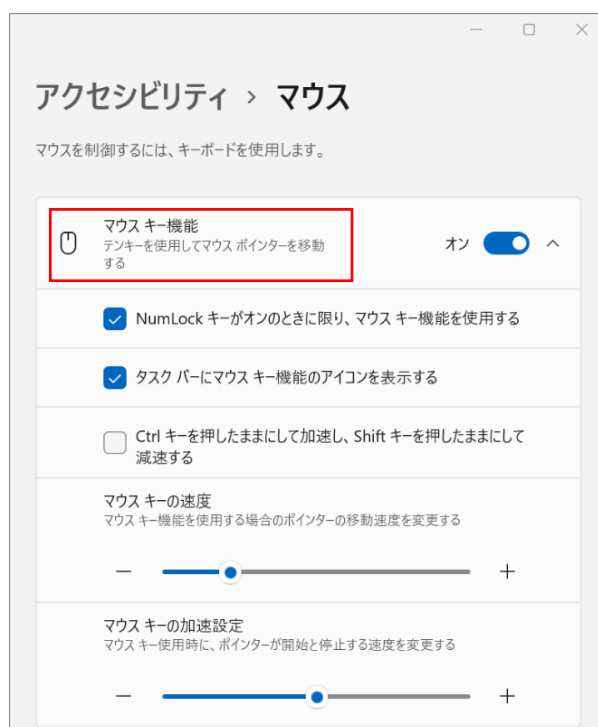
- 2 キーボードの大きさは変更することができます。
- 3 キーの[オプション]から、キーボードを押下しなくても一定時間たてば押下したことになる機能(キーをポイントする)や、一つの信号でキーをスキャンさせて選択することで文字を入力できる機能(キーをスキャンする)といった機能を設定することができます。

### ショートカット

- スクリーンキーボードのオン/オフ



Windows ロゴ キー + Ctrl キー + O キー



マウス キー: マウス操作が困難な場合にテンキーでマウスポインターを操作することができます

### MEMO

マウスキー機能が有効になっているときは、通知領域にアイコンが表示されています。テンキーがないノートパソコンの場合、マウスキーを有効にしても、マウスキー機能が利用できません。通知領域には×印のついたマウスキー機能の通知が表示されます。ノートパソコンの [Num Lock] などのキーを押すことで、ノートパソコンのキーをテンキーとして使用することができます。

### MEMO



テンキーの 5 のキーを中心に、8 のキーを押すと上、2 のキーを押すと下にマウスポインターを移動させることができます。斜めの移動やクリック、ダブルクリックもできます。

- |   |           |   |          |
|---|-----------|---|----------|
| 5 | : クリック    | . | : ドロップ   |
| + | : ダブルクリック | - | : 右ボタン選択 |
| 0 | : ドラッグ開始  | / | : 左ボタン選択 |

## 視線制御：視線でマウスカーソルを動かしたり、文字を入力できます



対応した視線制御用のデバイスを PC やタブレットと接続し、デバイスのソフトウェアをアップデートします。最新の対応デバイスやソフトウェアは Web サイトを確認してください。

[視線制御]をオンにすることで視線制御のパネルが現れ、視線でマウスカーソルを移動させたり、スクリーンキーボードを使って文字を入力することができます。



### ● スタートパッドを使用する

視線制御をオンにすると、画面にスタートパッドが表示されます。

### ● マウスを操作する

マウスを操作するには、スタートパッドで視線制御マウスボタンを見つめます。画面上のカーソルを置く位置を見つめ、位置を微調整して、希望するボタンを選択します。

### ● 視線制御キーボードを使用して入力する

キーボードを開くには、スタートパッドのキーボードボタンを見つめた後、入力する文字を見つめます。

\*視線制御は英語キーボードのレイアウトのみをサポートしています。

### ● 視線制御音声合成でテキストを読み上げる

音声合成を使用し、コミュニケーションツールとしても使うことができます。使用するには、スタートパッドで音声合成ボタンを見つめ、キーボードを使用してテキストを入力し、[再生]ボタンを選択して読み上げます。

## 音声認識：音声でテキストを入力したり、PC を操作します

### ● 音声入力

テキストボックスが選択されている状態で起動することで、音声でテキストを入力することができます。

### ● Windows 音声認識

音声でアプリを起動したり、アプリ内のアイコンを選択して実行することができます。

#### ショートカット

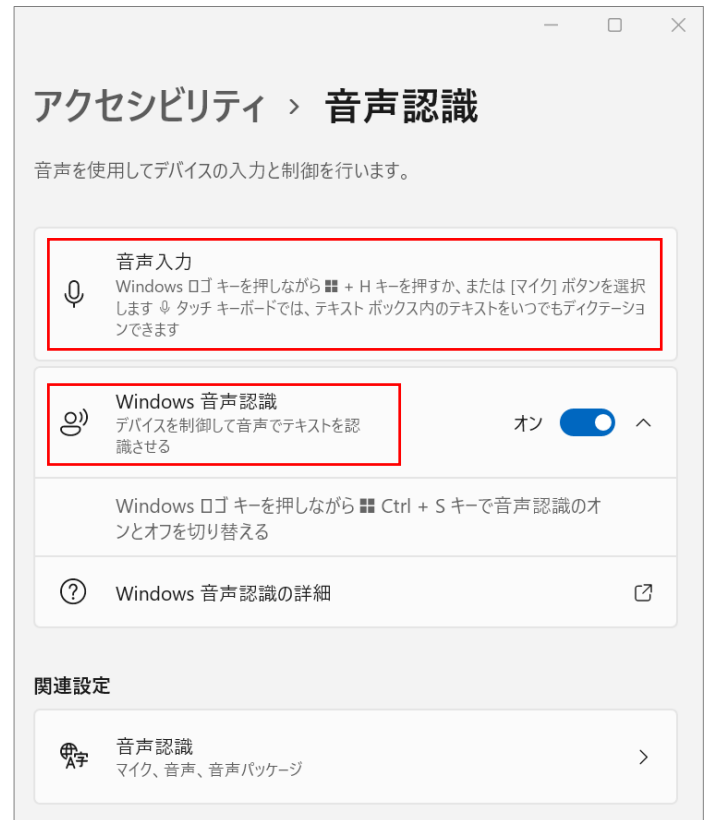
##### ● 音声入力



Windows ロゴ キー + H キー

#### MEMO

音声入力には、インターネット接続が必要です。



## Microsoft Edge

## Web ページを読み上げる、見やすくする

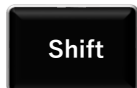
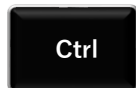
### ● Web ページの読み上げ

Web ページを開いた状態でメニューから[音声で読み上げる]を選んだり、Web ページの上で右クリックしたり、キーボードショートカットキーで、Web ページを音声で読み上げさせることができます。複数の音声から音声を選択したり、読み上げる速さを調節することもできます。Edge で開いた PDF を読み上げることもできます。



#### ショートカット

##### ● 音声で読み上げる



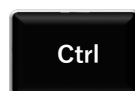
Ctrl キー + Shift キー + U キー

### ● Web ページを拡大する

メニューから[ズーム]を選んだり、キーボードショートカットキーで、Web ページを拡大したり縮小させることができます。

#### ショートカット

##### ● 拡大または縮小する



または



Ctrl キー + (+) キー または (-) キー

# Windows 11 のキーボードショートカット

※ Shift + Tab は Shift キーを押しながら Tab キーを押すという意味です。

※ 対応しているソフトウェアでは、Alt キーを押すとコマンドにキーが表示され、そのキーを押すと対応するコマンドを実行できます。

## Windows 11 のキーボード ショートカット

キー操作	目的
Windows 〇〇` キー	スタート画面を表示または非表示にする
Windows 〇〇` キー + I	「設定」を開く
Windows 〇〇` キー + A	「アクションセンター」を開く

## アクセシビリティ機能 のキーボード ショートカット

キー操作	目的
Windows 〇〇` キー + U	「設定」内の「アクセシビリティ」を開く
Windows 〇〇` キー + Enter + Ctrl	ナレーターのオンとオフを切り替える
Windows 〇〇` キー + Ctrl + N	ナレーターの設定を開く
Ctrl キー	ナレーターで読み上げを停止する
無変換 + Ins + M	ナレーターで読み上げを開始する
無変換 + Ins + Space	ナレーターのスキャン モードを開始または終了する
無変換 + Ins + A	ナレーターで詳細モードを変更する
無変換 + Ins + 1	ナレーターで入力の学習をオンにする
無変換 + Ins + Ctrl + D	ナレーターでオンラインサービスでイメージを説明する
無変換 + Ins + Esc	ナレーターを終了する
Windows 〇〇` キー + (+) または (-)	拡大または終了する（拡大鏡を起動する）
Ctrl + Alt + Space	拡大鏡の使用時に、全画面モードでプレビューする
Ctrl + Alt + F	拡大鏡で [全画面表示] に切り替える
Ctrl + Alt + L	拡大鏡で [レンズ] に切り替える
Ctrl + Alt + D	拡大鏡で [固定] に切り替える
Ctrl + Alt + I	拡大鏡で色を反転する
Ctrl + Alt + 方向キー	拡大鏡で方向キーの方向に表示を移動する
Ctrl + Alt + R	拡大鏡でレンズのサイズを変更する
Windows 〇〇` キー + Esc	拡大鏡を終了する
Windows 〇〇` キー + Ctrl + C	カラーフィルターのオンとオフを切り替える
左 Alt + 左 Shift + PrintScreen	ハイコントラストのオンとオフを切り替える
Shift を 5 回押す	固定キー機能のオンとオフを切り替える
右 Shift を 8 秒間押す	フィルターキー機能のオンとオフを切り替える
Num Lock を 5 秒間押す	切り替えキー機能のオンとオフを切り替える
左 Alt + 左 Shift + Num Lock	マウスキー機能のオンとオフを切り替える
Windows 〇〇` キー + Ctrl + O	スクリーンキーボードのオンとオフを切り替える
Windows 〇〇` キー + H	音声入力をオンにする