

だれもが **見 や す い** 印刷物の手引き

～ ユニバーサルデザインの視点で ～



滋 賀 県

目次

はじめに	1
印刷物を読むさまざまな人	2
・お年寄り、目の不自由な人など	
読みやすい文字について	3
・文字の大きさ	
・読みやすい書体	
目の不自由な人への配慮	4
・拡大文字	
・白黒反転表示	
・点字	
・SPコード	
色弱者の理解	6
・色弱について	
・色弱者への理解	
・わかりにくい色の組み合わせ	
・色弱者への配慮	
・色づかいのチェック方法	
子どもや外国人等への配慮	9
・ふりがなや注釈	
・簡潔な文書	



はじめに

私たちは、日常の業務や活動のなかで広報誌やパンフレット、資料などの印刷物を作成し、また、それらは県民や関係者に情報を伝える手段として欠かせないものです。

しかし、その印刷物はどのような人が目にするのか、また、文字が小さい等の理由で、読みにくいと困っている人がいないか、皆さんは考えながら作成していますでしょうか。

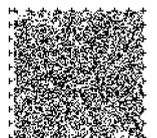
滋賀県では平成17年3月に「淡海ユニバーサルデザイン行動指針」を策定し、行政や県民、事業者、民間団体などがあらゆる施策や活動にユニバーサルデザインの考え方を取り入れ、みんなで取り組むことを推進しています。

この冊子は、ユニバーサルデザインの視点から、より多くの人が見やすい印刷物を作成するうえで、“これだけは知ってほしい”というポイントをわかりやすく取りまとめたものです。

行政をはじめ、関係団体など広い分野で参考にいただければ幸いです。

平成23年(2011年) 1月

滋賀県健康福祉部健康福祉政策課



印刷物を読むさまざまな人

お年寄り

老眼

個人差はありますが、多くの方は40歳代から目の調整機能の衰えにより近くの文字等がぼやける老眼(1)を自覚するようになります。

1 正しくは「老視」



白内障

目のレンズが濁る「白内障」は80歳以上のほぼすべての人になると言われ、かすんで見えたり、淡い色の違いがわかりにくいなどの症状がみられます。

文字の大きさや、窓口に老眼鏡を備えておくなどの配慮が必要です。

目の不自由な人

障害はさまざまですが、全く目の見えない「全盲者」と、視覚はあるが日常生活に支障をきたしている「弱視者」に分かれます。

紙面の文字を読むことができない人のためには、点字や音声などの方法を考える必要があります。



色弱者

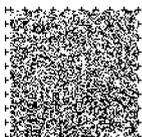
色弱者とは、色の見え方が一般的な見え方とは異なる人をいいます。そのため、色と色の組み合わせによっては違いが分かりにくいものがあります。日本における色弱者は

日本人の男性で20人に1人 女性で500人に1人

印刷物やホームページ、案内表示、製品などの色の使い方に配慮が必要です。

日本語の理解が十分でない人

子どもや外国人、知的障害のある人などは、難しい言葉や漢字が苦手です。ふりがなをつけたり、わかりやすい言葉やイラストを使うなどの配慮が必要です。



読みやすい文字について

文字の大きさ

すべての人にとって、文字は大きい方が読みやすいのは当然のことです。

本文の大きさは12ポイントを基本にします。

読みやすさに配慮する場合は本文を14ポイントにします。

見出し、本文、注釈など、文字の大きさはメリハリをつけます。

読みやすい書体

書体にはそれぞれ特徴があります。

明朝体	滋賀						
ゴシック体	滋賀						
ポップ体	滋賀						

一般にはゴシック体が読みやすいとされています。

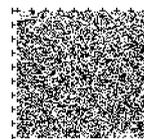
ただし、書籍などの長文では明朝体が読みやすい場合があります。

ポップ体などは見出しには適していますが、本文などの長文や小さな文字に用いることは適しません。

文字の大きさや字体だけでなく、適切な行間や字間に配慮することでより見やすくなります。

この冊子が次のように作成しています。参考にしてください。

字体	丸ゴシック体
大きさ	見出し 14ポイント（大見出しは20ポイント）
	本文 12ポイント
	注釈 10ポイント
強調	網掛けや下線等の過度な強調はしない



目の不自由な人への配慮

拡大文字

視力の弱い方やお年寄りに配慮する場合には、文字を拡大表示しましょう。

概ね14ポイント～16ポイント以上とします。

例えば、A4判の資料をA3判に拡大コピーする方法もあります。

(このページが、見出し16ポイント、本文14ポイントです。)

白黒反転表示

黒色を背景に白文字で表示する方法があります。

光の反射を抑え、コントラストがはっきりするため読みやすくなります。

視力の弱い方やお年寄りに配慮する場合は有効な方法です。

【白黒反転表示し、文字を大きくした場合】

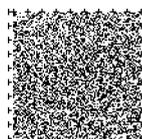
講座のご案内

1. 日時	10月25日(金)
2. 会場	× 公民館
3. 参加費	無料



講座のご案内

1. 日時	10月25日(金)
2. 会場	× 公民館
3. 参加費	無料



点 字

目の見えない人、視力の弱い人へ情報を伝える手段として点字があります。

目の不自由な人のうち点字を読める人は 1 割ほどです。

点字が読めない人には音声テープや拡大文字、SPコードなどの方法があります。

点訳・音訳の問い合わせは 「滋賀県立視覚障害者センター」
彦根市松原一丁目12-17
電話 0749-22-7901

SPコード

SPコードは、約2cm四方の四角い図形(コード)に文字情報をもたせたもので、専用の読み取り装置をあてると音声で聴かせてくれるものです。

本冊子の各ページの右下に印字されているものがSPコードです。

1つのコードに日本語で800~1,000字まで組み込むことができます。

コードは誰でも簡単に作成し紙面に印字できます。(無償配布ソフト有り)

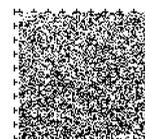
読み取り装置が無いと音声化できないことに留意してください。



SPコードを印字したチラシや冊子



SPコード読み取り装置



色弱者の理解

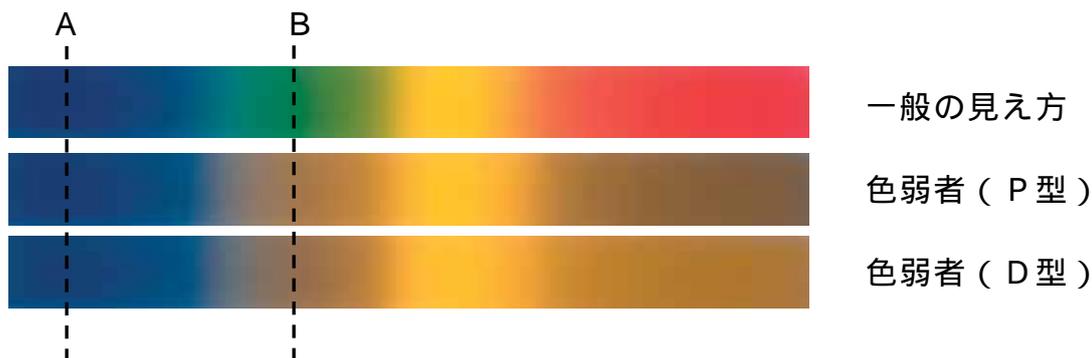
色弱について

一般には左のように見える色が、右のような色に見える人がいます。



色弱とは、色の感じ方が多くの人とは異なっている状態をいいます。
人の目の中には、赤・緑・青の色を感じる3種類の細胞がありますが、いずれかの細胞の働きが一般とは異なるためです。

【色の見え方 1】



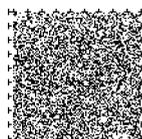
上の「A」の位置、一般に青色に見えるところは、点線を下へたどると、色弱者も同じように青色に見えます。

しかし、「B」の位置、一般に緑色に見えるところは、色弱者は茶色に見えることがわかります。赤色の部分も同様に茶色に見えることがわかります。

色弱者の理解

日本の色弱者 全国に300万人以上
男性の20人に1人、女性の500人に1人

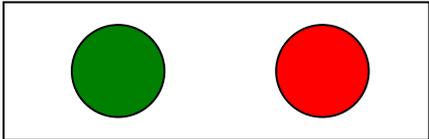
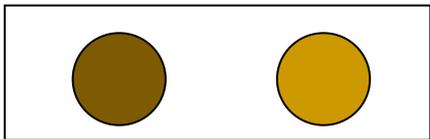
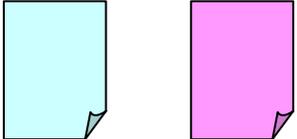
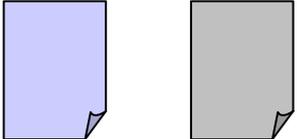
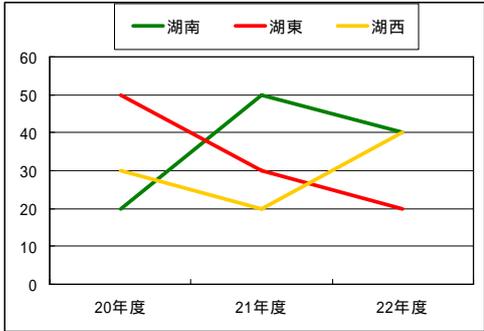
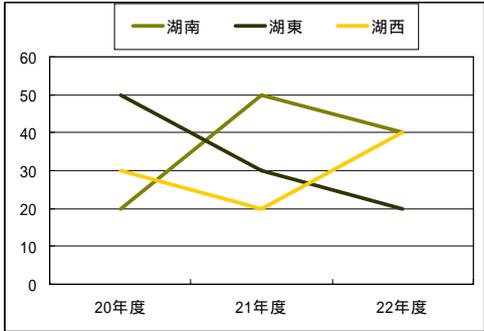
色の見え方に違いがあるため日常生活での不便もありますが、これまでの社会では十分な配慮がなされていませんでした。

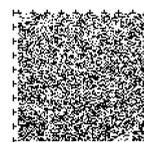


1 図画出典先：特定非営利活動法人カラーユニバーサルデザイン機構

わかりにくい色の組み合わせ

色弱者は色の感じ方が違うため、わかりにくい色の組み合わせがあります。

一般の人の見え方	色弱者の見え方																																
<p data-bbox="240 423 448 468">黒色と赤色</p> 																																	
<p data-bbox="240 696 448 741">緑色と赤色</p> <p data-bbox="288 779 762 813">緑のボタンが運転、赤が停止です</p>  <p data-bbox="363 965 464 999">《運転》</p> <p data-bbox="564 965 665 999">《停止》</p>	<p data-bbox="948 779 1422 813">緑のボタンが運転、赤が停止です</p>  <p data-bbox="1035 965 1136 999">《運転》</p> <p data-bbox="1236 965 1337 999">《停止》</p>																																
<p data-bbox="240 1077 517 1122">水色とピンク色</p> <p data-bbox="304 1167 719 1245">水色が登録、ピンクが変更の申請用紙です。</p>  <p data-bbox="357 1397 489 1431">《登録用》</p> <p data-bbox="544 1397 676 1431">《変更用》</p>	<p data-bbox="968 1167 1383 1245">水色が登録、ピンクが変更の申請用紙です。</p>  <p data-bbox="1021 1397 1153 1431">《登録用》</p> <p data-bbox="1208 1397 1340 1431">《変更用》</p>																																
<p data-bbox="240 1514 485 1559">折れ線グラフ</p>  <table border="1"> <caption>折れ線グラフ (一般の人の見え方)</caption> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>湖南</th> <th>湖東</th> <th>湖西</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>20年度</td> <td>20</td> <td>50</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>21年度</td> <td>50</td> <td>30</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>22年度</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>40</td> </tr> </tbody> </table>	年度	湖南	湖東	湖西	20年度	20	50	30	21年度	50	30	20	22年度	40	20	40	 <table border="1"> <caption>折れ線グラフ (色弱者の見え方)</caption> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>湖南</th> <th>湖東</th> <th>湖西</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>20年度</td> <td>20</td> <td>50</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>21年度</td> <td>50</td> <td>30</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>22年度</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>40</td> </tr> </tbody> </table>	年度	湖南	湖東	湖西	20年度	20	50	30	21年度	50	30	20	22年度	40	20	40
年度	湖南	湖東	湖西																														
20年度	20	50	30																														
21年度	50	30	20																														
22年度	40	20	40																														
年度	湖南	湖東	湖西																														
20年度	20	50	30																														
21年度	50	30	20																														
22年度	40	20	40																														



色弱者への配慮

色の組み合わせは他にも多数ありますので、全てを理解することは大変です。
では、どうすれば良いのでしょうか？
まずは以下のような“ちょっとした工夫”を心がけましょう。

色だけによる区別や強調はしない。
色以外の情報を加える。

ここが
ポイント

文字にフチをつける

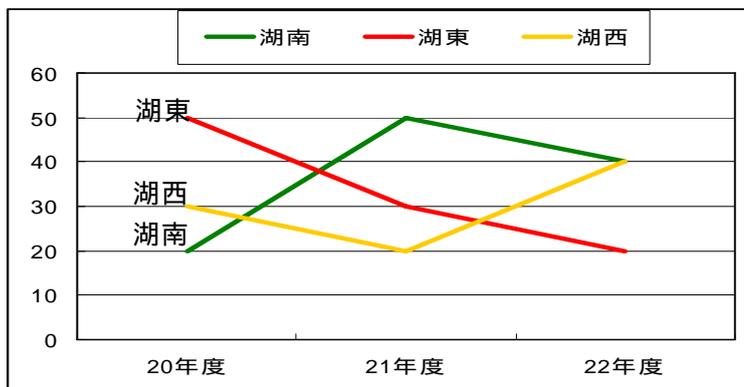


色だけでなく文字を加える

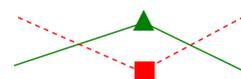
緑のボタンが運転、赤が停止です



色だけでなく文字を加える（折れ線グラフ）



他にも、
線種やマーカーによる
区別があります。



色づかいのチェック方法

色弱者の色の見え方をシミュレーションし、誰でも簡単に印刷物の色づかいをチェックする方法があります。

色弱模擬フィルタ「バリアントール」

眼鏡のようにかけることで色の見え方を体験できます。

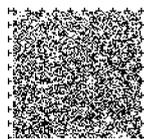


バリアントール

シミュレーションソフト

ソフト（無償）を以下の企業、団体のホームページから取り寄せられます。

- ・東洋インキ製造株式会社
- ・富士通株式会社
- ・NPO 法人カラーユニバーサルデザイン機構



子どもや外国人等への配慮

ふりがなや注釈

読みにくい漢字にはふりがなを、難しい単語や外来語には注釈をつけます。

- ・ここは天津市膳所です。
- ・UDは大切な考え方です。



- ・ここは天津市膳所（ぜぜ）です。
- ・UD（¹）は大切な考え方です。
1 ユバ・サルデザイン。一般的には…（略）

わかりやすい文章

難解な文章、まわりくどい言い回し、比喩的な表現は避けましょう。

介護の相談や福祉サービスの利用
手続き、権利擁護に関することは
電話 × - ×



ふくし そうだん
福祉の相談は

電話 × - ×



絵やイラストを加える

園内への車の乗り入れはご遠慮
ください。



園内への車の乗り入れはご遠慮
ください。



ピクトグラムを知っていますか？

ピクトグラムとは何らかの情報を
単純な2色で表した絵文字です。

外国人などの日本語が読めない人
だけでなく、だれもが直感的にわか
りやすい表示方法です。

