

FirstVR アップデータ Public 使い方マニュアル

v1.11 | 2026-07-14 | H2L, Inc.

このアプリでできること

FirstVR 本体のファームウェア（内蔵ソフト）を、Mac から Bluetooth で書き換えるアプリです。むずかしい設定は不要。「選ぶ → スキャン → 書き込み」の3ステップで完了します。書き込み後は、センサデータの受信確認（データモニター）もこのアプリだけでできます。

- ・ 対応: macOS 11 以降の Mac（Bluetooth 搭載）
- ・ FirstVR 本体（電源が入ること。USB 給電でも OK）

1. インストール（最初の1回だけ）



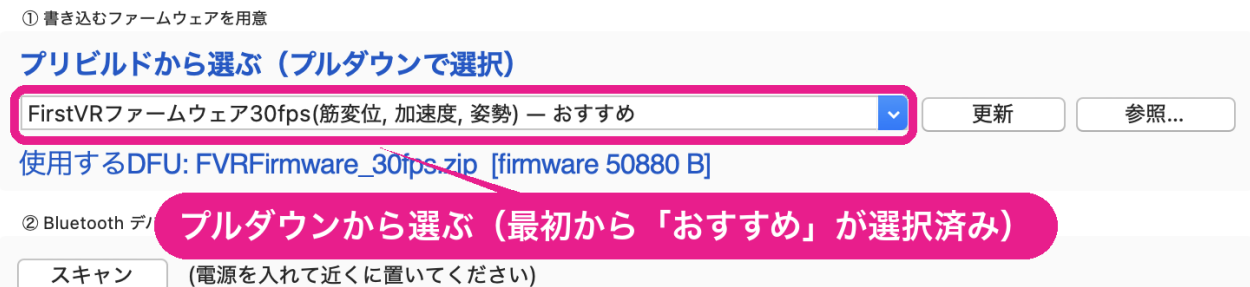
1. 配布された「FirstVR_アップデータ Public_v1.11.dmg」をダブルクリックして開きます。
 2. 上の画面が出たら、左のアプリアイコンを右の「Applications」フォルダへドラッグします。
 3. コピーできたら、Launchpad または「アプリケーション」フォルダから「FirstVR アップデータ Public」を起動します。
- ・ このアプリは Apple 公証済みです。ダウンロード後も警告なしでそのまま開けます。
 - ・ 初回起動時に「Bluetooth の使用を許可しますか？」と出たら「許可」を押してください。
 - ・ 使い方に迷ったら、dmg 内の「マニュアルを Web で見る」をダブルクリック。いつでもブラウザでこのマニュアル（最新版）を読めます（first-vr.com/tutorial-firmwareupdate）。

2. 画面のみかた



3. ファームウェアを書き込む (3 ステップ・1～2 分)

STEP 1 ① 書き込むファームウェアを選ぶ



プルダウンから選ぶだけです。ふつうは最初から選ばれている「30fps — おすすめ」のままで OK。用途に応じて他の fps 版も選べます（後述の一覧参照）。

STEP 2 ② FirstVR を探して選ぶ

② Bluetooth デバイス (H2L-01-S100 = FirstVR を選択)

スキャン

(電源を入れて近くに置いてく

1. クリック

H2L-01-S100 (F3:2C:9A:11:57:B4) RSSI -48

(no name) (6E:0A:44:C8:21:03) RSSI -71

2. FirstVR (H2L-01-S100) をクリックして選ぶ

選択中: H2L-01-S100 (F3:2C:9A:11:57:B4)

FirstVR の電源を入れて Mac の近くに置き、「スキャン」をクリック（約6秒）。一覧に出てきた「H2L-01-S100」（= FirstVR 本体）をクリックして選びます。

STEP 3 ③ 書き込む

③ Bluetooth で書き込み (Secure DFU)

Bluetooth で書き込み

クリックしたら待つだけ（1～2分）

困ったときは

書き込み中 ... 62% (32,240 / 50,880 バイト)

書き込み中は電源を切らない・ケーブルに触れない（LEDが消えても正常です）

「Bluetooth で書き込み」をクリックしたら、あとは待つだけです（1～2分）。完了すると自動でもう一度スキャンして、FirstVR が正常に起動したかまで確認します。

⚠ 書き込み中は FirstVR の電源を切らない・USB ケーブルに触れないでください。本体の LED が消えますが故障ではありません（そのまま進んでいます）。

4. データを見る（動作確認）

④ 受信データモニター (FPS・センサ値)

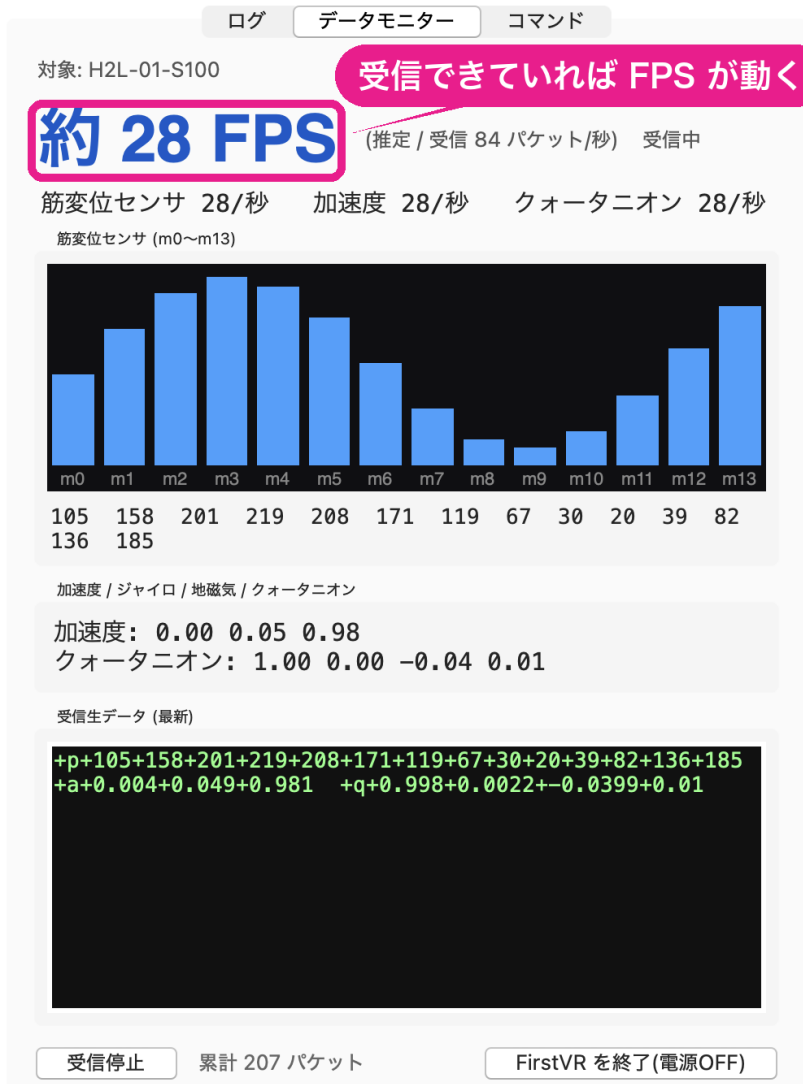
データモニターを開始

(②でF

クリックで受信スタート

FirstVR を終了(電源OFF)

書き込みが終わったら「データモニターを開始」をクリックします。



右パネルに FPS・筋変位センサ (m0~m13)・加速度・姿勢がリアルタイムで表示されれば成功です。
FirstVR を着けて手を握ったり動かすと、バーがそれに合わせて動きます。

5. コマンドを送る (バイブ・レート変更)

ログ データモニター コマンド

FirstVR へコマンドを送ります。データモニター受信中はその接続で即時送信、
未接続なら②で選択中のデバイスへ接続して送信します。

バイブレーション (+vib+...&)

☒ 連続 ON ☐ OFF

時限:

バイブを鳴らして動作確認

(fps系ファームウェアで対応。旧ファームは無反応/エコーのみ)

送信レート変更 (+rate+<fps>&)

fps

レート変更 (切替版のみ)

(「レート切替版」ファームウェアのみ対応・10~100fps。
変更結果はデータモニターの推定FPS表示で確認できます)

「コマンド」タブから、バイブレーションを鳴らして動作確認したり、送信レートを変更（レート切替版ファームウェア書き込み時のみ）できます。

6. 選べるファームウェア

ファームウェア	内容
30fps（おすすめ）	筋変位 14ch・加速度・姿勢を每秒約 30 回送信。標準のアプリ（Maaart 等）はこちら
10 / 20 / 50 / 100fps	送信回数ちがい。用途に応じて選択
150 / 200 / 250fps（バイナリ）	高速計測用（バイナリ形式）。専用の受信プログラム向け・Maaart 非対応
レート切替版	書き込み後にコマンドタブから 10～100fps を切り替えられる版

7. うまくいかないとき（Q&A）

Q. スキャンしても FirstVR が出てこない

A. FirstVR の電源を確認し、Mac のすぐ近くに置いてもう一度スキャンしてください。メニューバーで Mac の Bluetooth がオンかも確認を。それでも出ない場合は、システム設定 > プライバシーとセキュリティ > Bluetooth で本アプリが許可されているか確認してください。

Q. 書き込みに失敗した／ FirstVR の電源が入らなくなった

A. 壊れていません。FirstVR を USB ケーブルで給電したまま「スキャン」を押し、一覧の「[DFU モード] DfuTarg」を選んで、もう一度書き込んでください。これで復旧します（アプリの「困ったときは」ボタンにも同じ手順が出ます）。

Q. 書き込みは成功したのにデータが来ない

A. FirstVR の電源を入れ直してから「データモニターを開始」を押してください。150fps 以上のバイナリ版は専用形式のため、Maaart など既存アプリでは受信できません（30fps 版をお使いください）。

Q. アプリを開くときに警告が出る

A. 本バージョン（v1.11）は Apple の公証済みのため、通常は警告なしで開けます。もし警告が出た場合は、アプリを右クリック → 「開く」を試してください。