

取扱説明書

ITEM No.14372

BF 136

この度はお買い上げいただきまして、
誠にありがとうございます。



この取扱説明書には操作方法、安全・使用上の注意などが記載されています。
ご使用前に必ずお読みになり、正しくお取り扱いください。
警告・禁止・注意事項を必ず守り、お読みになった後は大切に保管してください。

この商品は、海外ではご使用になれません。
FOR USE IN JAPAN ONLY.



もくじ

1. 安全上のご注意	1- 3
2. 使用上のご注意	4
3. 各部の名称	5
4. 電池の入れかた	6
5. 個人データの登録	7- 9
6. 測定のしかた	10-13
7. お手入れについて	14
8. アフターサービスについて	14
9. 仕様	15

1. 安全上のご注意

●安全にご使用いただくために

この取扱説明書には操作方法、安全・使用上の注意などが記載されています。ご使用前に必ずお読みになり、正しくお取り扱いください。警告・禁止・注意事項を必ず守り、お読みになった後は大切に保管してください。





- ・取扱説明書に記載されていない使用方法や、用途以外の目的でのご使用は、事故・ケガ・破損・故障などの原因となりますので絶対におやめください。
- ・表記されている内容をよく理解していただき、取扱説明書・注意ラベルに従った使用・点検を行ってください。
- ・故障や破損していると思われる場合はご使用にならないでください。
- ・取扱説明書・注意ラベルに従わない誤った取り扱い、お客様の不注意により発生した商品破損・故障・いかなる事故も弊社では一切の責任を負いかねますので予めご了承ください。



1. 安全上のご注意（つづき）








ご使用の際には本書をよくお読みいただき、安全に正しくお取り扱いください。









●不注意や誤った操作などは事故につながる恐れがあります。本書に記載されている内容をよく理解して、記載事項をお守りください。

表記されている内容をよく理解していただき、取扱説明書・注意ラベルに従った使用・点検を行ってください。

表示の内容を無視して誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を次の表示で区分して説明しています。	
 警告 この表示は「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。	 注意 この表示は「傷害を負う可能性または物的傷害が発生する可能性が想定される」内容です。
 禁止 この表示は、してはいけない「禁止」内容です。	 強制 この表示は、必ず実行していただく「強制」内容です。

 急激に強い衝撃を与えない 飛び乗ったり、端に乗ったり、製品の上で跳ねたりしない 滑ったり転倒するなどして事故・破損や大ケガをする恐れがあります。また、故障・破損などの原因となります。
 測定結果は決して自己判断しない 測定値の評価やそれに基づく運動メニュー等を自己判断しないでください。必ず医師または、資格を持った専門家の指示に従ってください。

 警告	
 ペースメーカー等、医用電気機器装着者は絶対に使用しない 本機は測定時に微弱な電流を体内に流しますので、医用電気機器の誤作動による重大な事故の原因となります。また、妊娠中の方や、人工透析やむくみ症状のある方も使用しないでください。	
 業務用(病院や医療)には絶対に使用しない 業務用としての機能を備えておりませんので、病院等では絶対に使用しないでください。	
 身体が不自由な方がご使用になる場合は、1人で測定しない 必ず介護者が十分注意して測定の補助をしてください。また、支えがあった場合の測定値は参考値として捉えてください。	
 体が濡れたまま乗らない 滑ったり転倒するなどして事故・破損や大ケガをする恐れがあります。また、製品内部に水気が浸入すると故障の原因となります。	
 タイル敷きや濡れた床など、滑りやすい場所には絶対に置かない 滑ったり転倒するなどして事故・破損や大ケガをする恐れがあります。また、製品内部に水気が浸入すると故障の原因となります。	
 やわらかい床面で使用しない やわらかい床面や、凹凸や勾配のある床面などは、設置が不安定になり、転倒するなどして事故・破損・ケガをする恐れがあります。また、正しく計測できません。	

 注意	
 表示部や操作部の上に乗らない また、足で操作しないでください。故障や破損、ケガをする恐れがあります。	 強い磁気の近くで使用しない また、携帯電話やマイクロ波治療器などを本機の近くで使用しないでください。故障や、誤作動して正確に測定できない恐れがあります。
 製品の隙間や穴などに指や異物を入れない ケガや事故の恐れがあります。また破損・故障の原因となります。	 自分で絶対に修理や、分解・改造をしない また、部品などを取り外した状態で使用しないでください。重大な事故を起す可能性があり、大変危険ですでおやめください。
 乳幼児には絶対に持ち運びさせない 落してケガをしたり、事故の可能性あります。	 お子様やペットのいたずらに注意する ケガや事故、破損する恐れがありますので、お子様が玩具として使用するのには絶対におやめください。お子様の手の届かないところに保管してください。幼児・動物・物品など取扱説明書・注意ラベルを理解できない方が本機に近づかないよう十分注意してください。
 火気や熱器具などの危険物の近くや、直射日光の当たる場所で使用・放置・保管をしない ケガや事故の恐れがあります。また破損・故障の原因となります。	 本体を水につけたり、液体をかけたりしない また湿度の高い場所や水気のある所での使用・放置・保管はおやめください。破損・事故の原因となります。
 乾電池は電極+-を正しくセットする 故障や誤作動の原因となりますので、必ず電極をご確認ください。また、ご使用になる乾電池の注意事項に必ず従ってください。	 振動の激しい所に保管しない
	 本品は日本国内でのみご使用ください

2. 使用上のご注意

ご使用前に：正しい測定値を得るために、下記の点にご注意ください。

！ 素足になり、足の裏の汚れを落としてから測定する
靴下等を履いていたり、足の裏にゴミやほこりなどが付いていると正確に測定できません。

！ なるべく裸に近い状態で測定する
着衣のままですと、着衣の重さも含まれます。

！ 変化の推移を見る場合は、できるだけ同じ条件で測定する
体内の水分や体温の変化に大きく影響されるので、毎日同じ時間・条件で測定してください。

！ 足の裏を、電極部に正しく合わせて測定する
足の裏と電極部の接触不良の場合、体脂肪率・体水分率が低く表示されたり、エラー表示になる場合があります。

！ 直立した姿勢で測定する
ひざを曲げたり、しゃがんだりすると正しく測定されません。

！ 測定中はできるだけ体を動かさない
測定中に振動を与えたり、体を動かすと正しく測定されません。

⊘ 過度の飲食、極度の脱水症状のときは測定を避ける
測定値に誤差を生じる恐れがあります。起床直後を避け、食後3時間以上経過した同じ時間帯で測定してください。

⊘ 入浴直後や激しい運動をした後は、測定を避ける
測定値に誤差を生じる恐れがあります。充分休んでから測定してください。

⊘ 携帯電話やマイクロ波治療器などを本機の近くで使用しない
誤作動をおこして正確に測定できない恐れがあります。

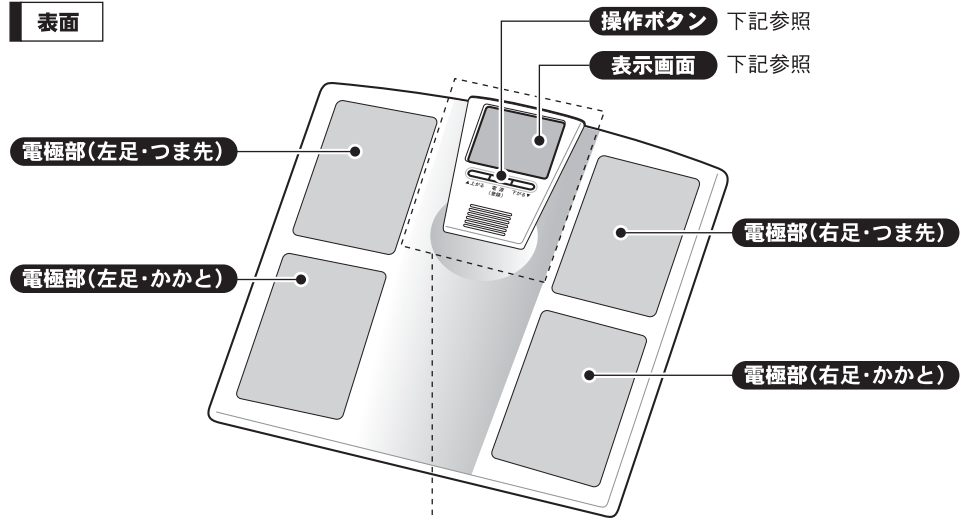
！ かたく平らで、水平な床の上に置いて測定する
じゅうたんや畳の上などやわらかい床の上や、凹凸や勾配のある床の上では正しく測定できません。

次のような測定対象者は、体脂肪・水分率が正しく測定されない可能性があります

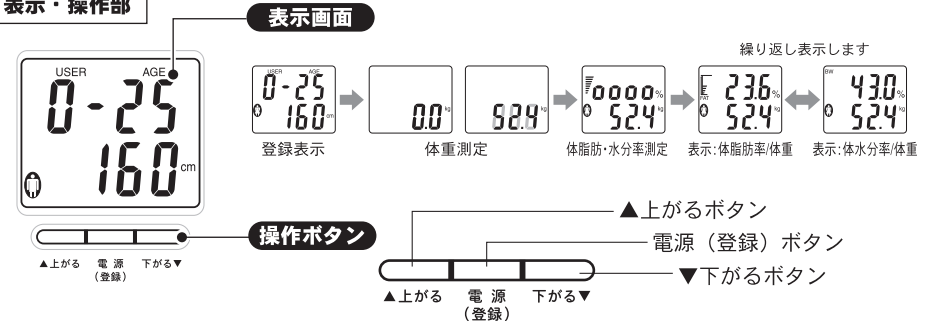
- 幼児
 - 高齢者
 - ボディビルダーや相撲の力士、スポーツを職業とされる人及びそれに近い人
- ※本機は日本人の一般男女（10～80歳）の方を対象にしていますので、上記のような方については数値の信頼性が低下する可能性があります。

3. 各部名称

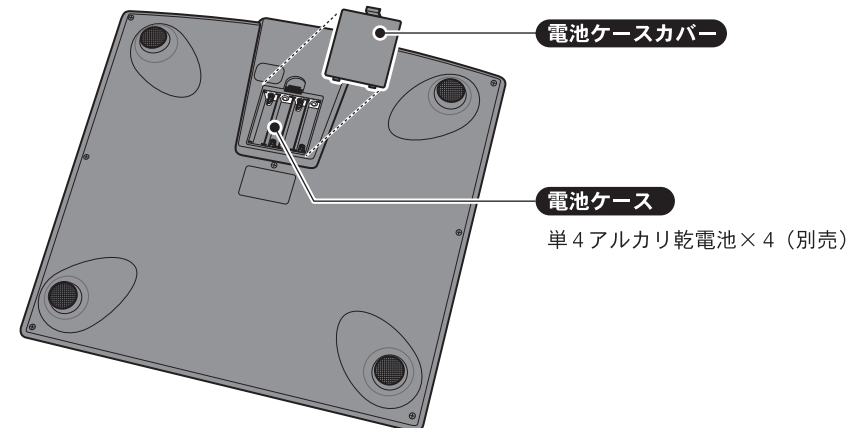
表面



表示・操作部



裏面



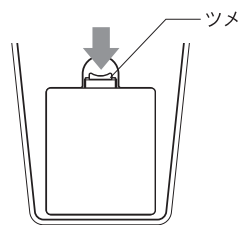
4. 電池の入れかた

※各部の名称については『3.各部名称』をご参照ください。

使用電池：単4アルカリ乾電池×4本（別売）

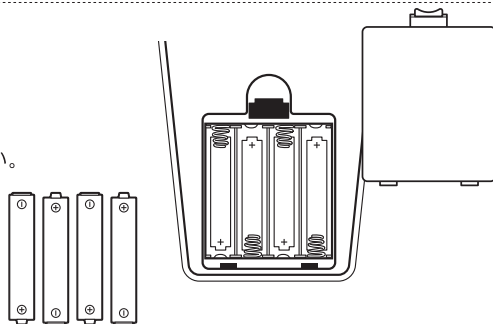
①本機の裏側の「電池ケースカバー」を取り外します。

- 電池ケースカバーのツメを押して取り外します。



②「電池ケース」に、単4アルカリ乾電池×4本(別売)をセットします。

- 電池ケースの刻印に合わせて、電池の電極＋を正しくセットしてください。



③「電池ケースカバー」を取り付けます。

- 電池を入れると電源が入ります。

⚠ 注意

- 乾電池は＋を正しくセットしてください。
- 古い乾電池と新しい乾電池、種類の違う乾電池(マンガン電池など)を混ぜて使用しないでください。
- 電池ケースカバーは水気・湿気のあるところでは絶対に開閉しないでください。
- 乾電池のセットは乾いた場所、乾いた手で行ってください。
- 長期間使用しない場合は乾電池を本体から外してください。

⚠ 乾電池についての安全上の注意

ご使用の乾電池の注意事項を必ずご覧になり、従ってください。

⚠ 注意

- 火のそばや直射日光の当たる場所、炎天下の車中、高温の場所で使用・保管・放置しないでください。
- 外装のビニールチューブを剥がしたり、傷つけないでください。
- 指定された種類以外の乾電池は使用しないでください。

⚠ 危険

- 乾電池が液漏れしたときは素手で触らないでください。
- 液が目に入ったり体の炎症部などに付いたときは、こすらずに、すぐにきれいな水で洗い、直ちに医師の治療を受けてください。
- 液が衣服についた場合は、すぐにきれいな水で洗ってください。

⚠ 警告

- 幼児の手の届く所に置かないでください。万が一飲み込んだ場合は直ちに医師に相談してください。
- 充電、分解、過熱などは絶対におやめください。
- 金属類と一緒に保管しない。ショートする恐れがあります。
- 液漏れした電池は使用しないでください。
- 使い切った電池は取り外してください。
- 長期間使用しない場合は取り外してください。

5. 個人データの登録

※各部の名称については『3.各部名称』をご参照ください。

測定前に個人データの登録をしてください。(10人分登録できます)

例)『登録番号：2』『年齢：43』『性別：男性』『身長：176cm』で登録する場合

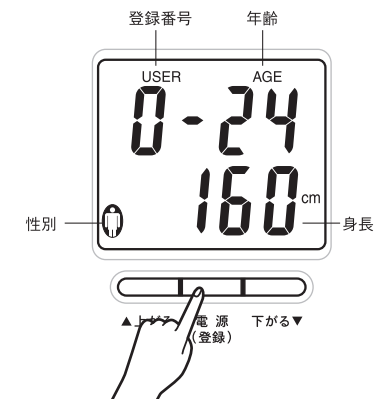
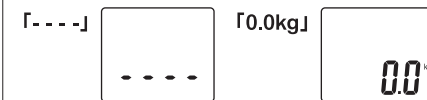
①オートオフ機能で表示が消えているときは「電源(登録)」ボタンを押します。

- 電源(登録)ボタンを押すと電源がオン(入り)になり登録表示になります。

オートオフ機能

無操作が続くと、自動的に電源がオフ(切り)になり、表示が消えます。

- ①のときは約5秒後に「0.0kg」表示になります。
- ②以降の登録操作中に15秒以上無操作にすると「- - -」表示の後に「0.0kg」表示になります。
- 「0.0kg」表示から15秒以上無操作にすると電源がオフになり、表示が消えます。



②もう一度「電源(登録)」ボタンを押します。

- 「USER」が点滅します。③に進んでください。



③「登録番号」を選択して、登録します。

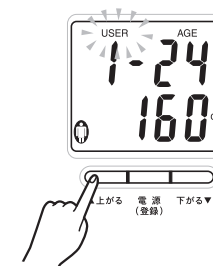
- ▲上がるボタンまたは▼下がるボタンを押して、0~9より登録番号を選択してください。

(図③-1)

- 決定したら電源(登録)ボタンを押して登録します。次の項目の年齢「AGE」が点滅します。

(図③-2)

(図③-1)

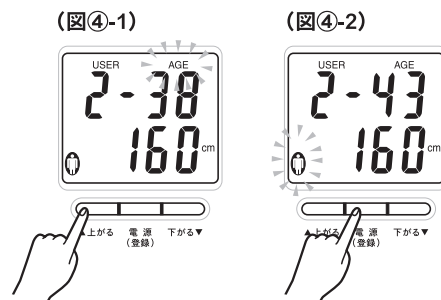


(図③-2)



④「年齢」を登録します。

- ▲上がるボタンまたは▼下がるボタンを押して年齢を入力してください。長押しすると早く送ることができます。(図④-1)
- 決定したら電源(登録)ボタンを押して登録します。次の項目の性別マークが点滅します。(図④-2)



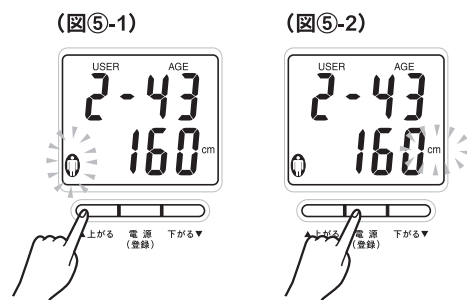
以上で1人分の登録が終了しました。
登録番号0～9で10人分の登録ができます。
①～⑥の手順を繰り返してください。

- 「0.0kg」表示の後、15秒以上無操作にすると、オートオフ機能で電源がオフになります。電源(登録)ボタンを押すと、電源がオンになり、登録表示になります。
- 登録内容を変更するときも、①～⑥の手順で変更したい登録番号のデータを再入力してください。



⑤「性別」を選択して登録します。

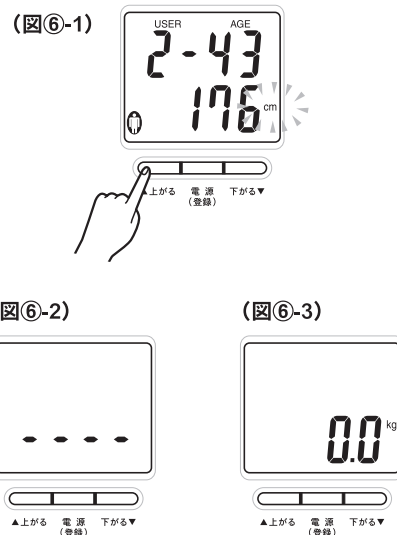
- ▲上がるボタンまたは▼下がるボタンを押して性別を選択してください。(図⑤-1)



- 決定したら電源(登録)ボタンを押して登録します。次の項目の身長「cm」が点滅します。(図⑤-2)

⑥「身長」を登録します。

- ▲上がるボタンまたは▼下がるボタンを押して身長を入力してください。長押しすると早く送ることができます。(図⑥-1)
- 決定したら電源(登録)ボタンを押して登録します。点滅が終わり、「- - -」表示の後「0.0kg」表示になります。以上で1人分の登録が完了です。(図⑥-2)(図⑥-3)



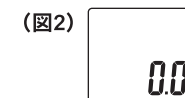
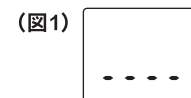
こんなときは

- 登録の変更
①～⑥の手順で個人データを上書きしてください。
成長により年齢や身長が変わった場合も、登録の変更を行ってください。
- 登録の中止
無操作にして、オートオフ機能で電源をオフにします。
※途中まで登録したデータは、新たなデータを上書きすることで消します。
- 別の登録番号への登録
①～⑥の手順で登録してください。その際、③で別の登録番号を選びます。
- 登録の消去
登録した個人データを消去することはできません。
登録内容は新たな個人データを上書きすることで消えます。

オートオフ機能

電源の切り忘れを防ぐため、自動的に電源がオフ(切り)になる機能です。電源がオフになると、表示画面が消えます。

- 登録操作中に15秒以上無操作にすると「- - -」表示(図1)の後に「0.0kg」表示(図2)になります。更に15秒以上無操作にすると表示が消えます。
- 電源がオン(入り)の間は、電源(登録)ボタンを押すと登録表示に戻ります。



6. 測定のしかた

※各部の名称については『3. 各部名称』をご参照ください。

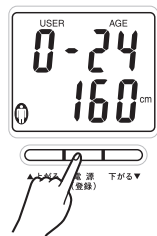
測定前に個人データの登録をしてください。(『5. 個人データの登録』参照)

はかりかた

①オートオフ機能で表示が消えているときは「電源(登録)」ボタンを押します。

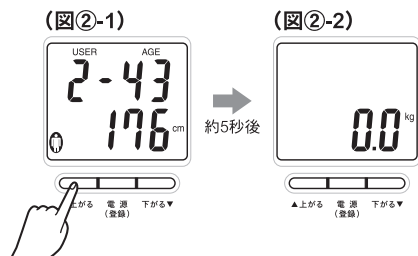
- 電源(登録)ボタンを押すと電源がオン(入り)になり登録表示になります。

⚠ ボタンを足で操作しないでください。



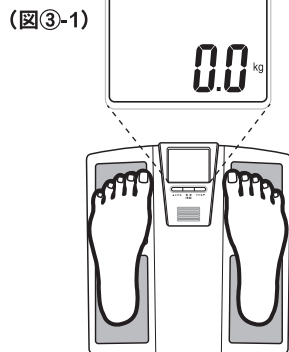
②測定される方の登録番号を表示させます。

- ▲上がるボタンまたは▼下がるボタンを押して測定される方の登録した登録番号の表示させてください。(図②-1)
- 約5秒後に「0.0kg」表示になります。(図②-2)



③「0.0kg」表示になったら、素足で「電極部」に足を合わせて、正しくのります。(図③-1)

- 必ず「0.0kg」表示になってからのってください。
- 体脂肪率が表示されるまで降りないでください。(図③-2)



(図③-2)

1)電極部にのります。



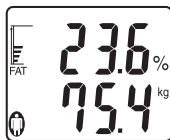
2)体重を測定中です。



3)体脂肪率・体水分率を測定中です。



4)体脂肪率と体重が表示されます。
※ここまで本体から降りないでください。

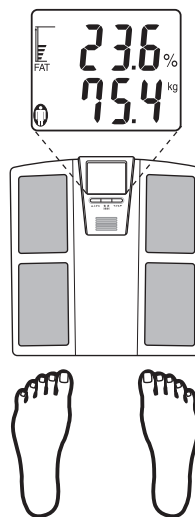


- 靴下やストッキングなどは必ず脱いでください。
- 足の裏のほこりやゴミを落としてください。
- 電極部(左右/つま先・踵)に正しくのってください。
- 測定中はできるだけ動かないでください。
- 体脂肪率が表示されるまで降りないでください。
- オートオフになったら①に戻ってください。

④体脂肪率が表示されたら、本体から降りてください。(図④-1)

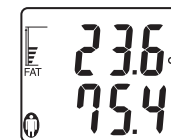
- 体脂肪率/体重と体水分率/体重が、交互に3回繰り返して表示されます。(図④-2)
- 約10秒後にオートオフ機能で電源がオフ(切り)になります。
- 測定値は保存(記録)されません。

(図④-1)



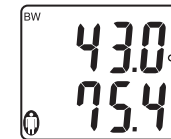
(図④-2)

体脂肪率
/体重



3回交互に表示します。
(約10秒)

体水分率
/体重



約10秒後

オートオフ



エラー表示



体脂肪率・体水分率が正しく測定できなかった場合、エラー表示(左図)になります。

①から測定をやりなおしてください。

- 体脂肪率が表示されるまで本体から降りないでください。

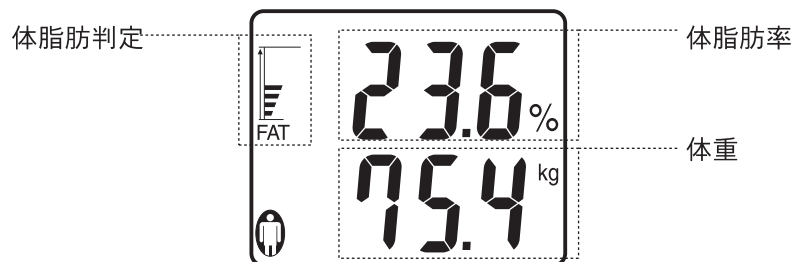
次のような方は、正しく測定できない場合があります。

- 測定範囲を下回る、または超える数値の場合
- 測定対象者がアスリートの方

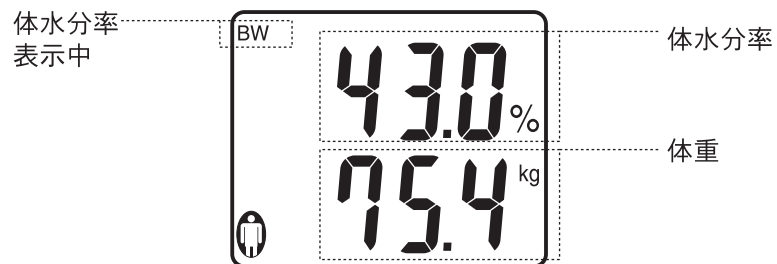
⚠ 下記のような場合、正しい測定ができません。

- 靴下等を履いたまま測定したり、足の裏にゴミやほこりが付いた状態で測定した場合。
- かかとの表面が固い(角質層)状態の場合。
- 食事や起床のすぐ後や、あまり体を動かしていない場合。
- 体調不良などの場合。
- 入浴後や激しい運動後など多量の発汗をした状態の場合。
- 正しく電極部に触れていない場合。

【体脂肪率表示】



【体水分率表示】



【体脂肪率(%)と体脂肪判定】

年齢	女性				男性			
	低い	標準	軽肥満	肥満	低い	標準	軽肥満	肥満
10～39	14～20	21～25	26～31	32～38	11～17	18～23	24～29	30～36
40～55	15～21	22～26	27～32	33～38	12～18	19～24	25～30	31～37
56～80	16～22	23～27	28～33	34～38	13～19	20～25	26～31	32～38

【体水分率(%)】 参考基準

年齢	女性			男性		
	やや低い	標準	やや高い	やや低い	標準	やや高い
10～15	< 57	57～67	> 67	< 58	58～72	> 72
16～30	< 47	47～57	> 57	< 53	53～67	> 67
31～60	< 42	42～52	> 52	< 47	47～61	> 61
61～80	< 37	37～47	> 47	< 42	42～56	> 56



- 測定時の条件(時間帯・体勢・体調など)により測定値が変動することがあります。
- 測定結果は決して自己判断しないでください。必ず医師または、資格をもった専門家の指示に従ってください。

7.お手入れについて

【お手入れ方法】

- 表面が汚れた場合は、本機から電池を取り外し、水に濡らして硬くしぼった軟らかい布で汚れを拭き取ってください。拭き取った後は陰干しして完全に乾かしてください。化学薬品や洗剤などで拭かないでください。また水洗いはしないでください。
- シンナー・ベンジン・スプレー式クリーナー類では絶対に拭かないでください。

△ 注意

-  濡れた手で本体を扱わないでください。
-  本体のまる洗いはしないでください。

【収納時の注意】

- 振動のあるところに収納しないでください。
- 直射日光の当たる場所、高温・多湿の場所、火気や水気のある場所には収納しないでください。
- お子様の手の届くところに収納しないでください。
- 表示部や操作部を押すような場所に立てかけたり、収納しないでください。電池の消耗が早まり、故障の原因となります。
- 長期間使用しないときは電池を取り外してください。（電池を取り外しても、登録した個人データは保持されます）

8.アフターサービスについて

- アフターサービスのご依頼・ご相談は、弊社CSセンターまでご連絡ください。
- お取り扱い方法、またはお手入れが適切でないために生じた補修及び部品交換などは有償となります。予めご了承ください。
- 品質向上（改良）のため予告なく製品及び外観の仕様を変更することがあります。予めご了承ください。

お客様自身の修理は大変危険です。分解したり手を加えたりしないでください。

9.仕様

品番/品名（型番）	No.14372 / ジムライン 体脂肪計付ヘルスマーター（BF136）	
製品サイズ	約 320×315×35mm	
製品重量	約 1.7kg（電池のぞく）	
材質	ABS樹脂	
最大計量（ひょう量）	150kg（200g単位）	
最小表示（目量）	200g	
体脂肪率測定	5～50%（0.1%単位）	
体水分率測定	35～75%（0.1%単位）	
登録人数	10人	
設定項目	年齢	10～80歳
	性別	男 / 女
	身長	100～220cm（1cm単位）
電源（使用電池）	単4アルカリ乾電池×4本（別売）	
生産国	中国製	

※本機は一般家庭用です。業務用にはお使いになれません。

※改良のため予告無しに仕様を変更する場合があります。

※本書は代表的な図、画像を使用しております。製品と異なる場合があります。

※本書・ラベルで指示されている内容には必ず従ってください。本書に記載されている内容を無視した行為や、誤った操作によって生じたいかなる障害および損害についても、弊社では一切の責任を負いかねますのでご了承ください。お取り扱いには充分ご注意ください。

※改良のため予告無しに仕様を変更する場合があります。

※本書は代表的な図、画像を使用しております。製品と異なる場合があります。

※本書・ラベルで指示されている内容には必ず従ってください。本書に記載されている内容を無視した行為や、誤った操作によって生じたいかなる障害および損害についても、弊社では一切の責任を負いかねますのでご了承ください。お取り扱いには充分ご注意ください。

※破棄の際は、お住まいの地域のルールに従ってください。

■万一、不明な点や異常な箇所がありましたら、下記までご連絡ください。

お問い合わせ窓口 **0120-889-396** 株式会社オオトモ サポートセンター

【受付時間】9:00～12:00、13:00～17:00(土日祝祭日・弊社指定日を除く)

【販売元】株式会社オオトモ 〒559-0025 大阪府大阪市住之江区平林南1丁目5番15号 TEL:06-6654-3391

本誌の記載内容の無断転用、複写、転載を禁じます。