

取扱説明書



- 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、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。

機能

- ・体脂肪率・BMI 数値
- ・体脂肪率判定・基礎代謝量
- ・肥満タイプ・9人登録

もくじ

1.商品の特徴	1
2.商品仕様・表示/設定範囲	1
3.使用上の注意	2
4.各部の名称と機能	3
5.ご使用前にお読みください	4
6.測定のしかた	5
7.測定結果表示の内容	6
8.電池の入れ方・交換	7
9.お手入れ方法	7
10.故障かな?と思ったら	7

ご使用前に表示部の保護シートを外してください

1. 商品の特徴

- 体脂肪率と BMI 判定から肥満タイプを総合的に判定**
生体インピーダンス法 (BI 法) と、ボディ・マス・インデックス指数 (BMI) を組み合わせて体脂肪率を計測
※ BI 法 : Bioelectrical Impedance ※ BMI 指数 : Body Mass Index (体格指数)
- 基礎代謝を表示**
- 大きく見やすいデジタル表示**
- 9人分の個人設定が登録可能**
- 小型・軽量タイプ・持ち運びカンタン**
- 単4アルカリ乾電池2本の省エネタイプ**

2. 商品仕様・表示/設定範囲

名称 : デジタル体脂肪計
品番 : 14373
型式 : Y-2009
サイズ : 本体 / 約幅 24 × 奥行 3 × 高さ 16cm
重量 : 約 350g (電池含まず)
材質 : ABS 樹脂、シリコン
電池 : 単4アルカリ乾電池 × 2 (別売)
生産国 : 中国

表示範囲: 体脂肪率 : 5.0 ~ 50.0%
BMI : 2.51 ~ 199
基礎代謝 : 0 ~ 9999Kcal
体脂肪率判定 : 低い / 標準 / 高め / 高い
肥満タイプ : 痩せ過ぎ / 標準 / 隠れ肥満 / かた太り / 肥満
設定範囲: 身長 : 100 ~ 199.5 cm (0.5cm 単位)
体重 : 10.0 ~ 199.8 kg (0.2kg 単位)
年齢 : 10 ~ 99 歳
性別 : 男 / 女
登録人数 : 9 人

3. 使用上の注意

ご使用の際には当取扱説明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。
当取扱説明書に従わなかった場合、お客様の不注意により発生した商品故障・事故につきましては弊社は責任を負いかねますので予めご了承ください。

危険 この表示の欄は「死亡または重症を負う危険が切迫して生じる」事が想定される内容です。



危険

- 下記のような医用電子機器との併用は絶対しないでください。
 - ①ペースメーカーなどの体内植込型医用電子機器
 - ②人工心臓などの生命維持用医用電子機器
 - ③心電計などの装着型医用電子機器
- これらの医用電子機器の誤作動を招く恐れがあります。

警告 この表示の欄は「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。



必ず守る

- 妊娠中の方は使用しないでください。
- 測定結果は自己判断しないでください。(減量や運動療法などの参考にする場合) 自己判断は健康を害する恐れがありますので、必ず医師、または専門家の指示に従ってください。
- 幼児の手の届かないところに保管してください。万一、電池や電池カバー、ネジなどを飲み込んだ場合は、ただちに医師に相談してください。



禁止

- 充電・ショート・分解・過加熱・火中投入しないでください。電池の液漏れや破裂のおそれがあります。万一、液漏れした電池溶液が眼に入ったときは失明などの障害のおそれがありますので、多量のきれいな水で洗った後、医師の治療を受けてください。また、皮膚や衣服に付着した場合は、水で洗い流してください。
- 目的以外の使用はおやめください。
- 保管・使用に限らず、本品を火気に近づけないでください。

注意 この表示の欄は「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。



必ず守る

- 風呂上りなどで、体や手が濡れている状態で測定しないでください。
- 電池交換の際は古い電池を使用しないでください。
- 指定以外の電池を使用したり、電池の + ・ - を間違わないようにしてください。
- お子様やペットの手の届かない場所に保管してください。
- 屋外での放置、直射日光または浴室などの湿気の高い場所でのご使用・保管はおやめください。
- 液体の中に入れて高温の場所に保管しないでください。
- 使用後は直射日光のあたらない換気の良い場所で、十分乾燥させたうえ冷所で保管してください。



禁止

- 本品は、一般家庭用に開発された商品です。トレーニングセンターや業務用などとしては絶対に使用しないでください。
- 本品を乱暴に取り扱わないでください。落としたり強い衝撃を与えた場合、計器の故障の原因となり、正確な測定ができなくなります。



分解禁止

- 本品を勝手に修理・分解・改造しないでください。分解すると精度や機能が低下したり、故障の原因となりますので絶対に分解しないでください。



水濡禁止

- 濡れた手で触ったり、雨や水に濡らさないでください。本品は防滴構造ではありません。濡れた時は、乾いた布でよく拭いてください。また本品を水洗いしないでください。



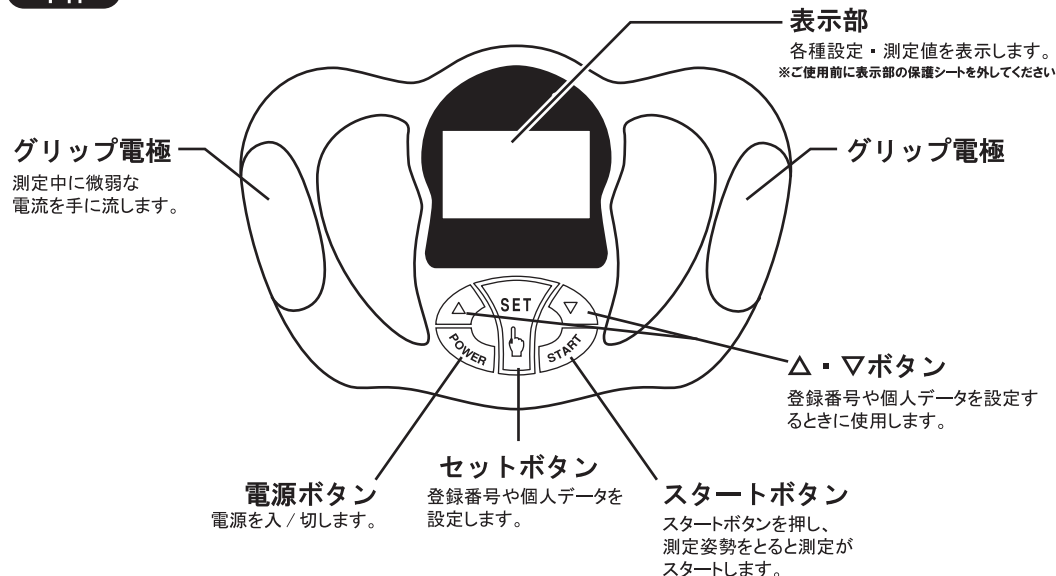
注意

- 表面が汚れた場合は、水に濡らして硬くしぼった柔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。

● 上記内容を無視して誤った取扱いでケガ・本品の破損・故障・事故などに関しましては、弊社は一切の責任を負いかねます。
※本製品は、入力設定された条件から基礎代謝を計測するものですが、あくまでも参考資料であり、絶対的な数値ではありません。ご了承ください。

4. 各部の名称と機能

本体



表示部のみかた

体脂肪率判定

体脂肪率から、LOW (低い) STANDARD (標準) TALLISH (高め) HIGH (高い) の判定目安を各3段階、全12段階で表示します。

個人データを表示

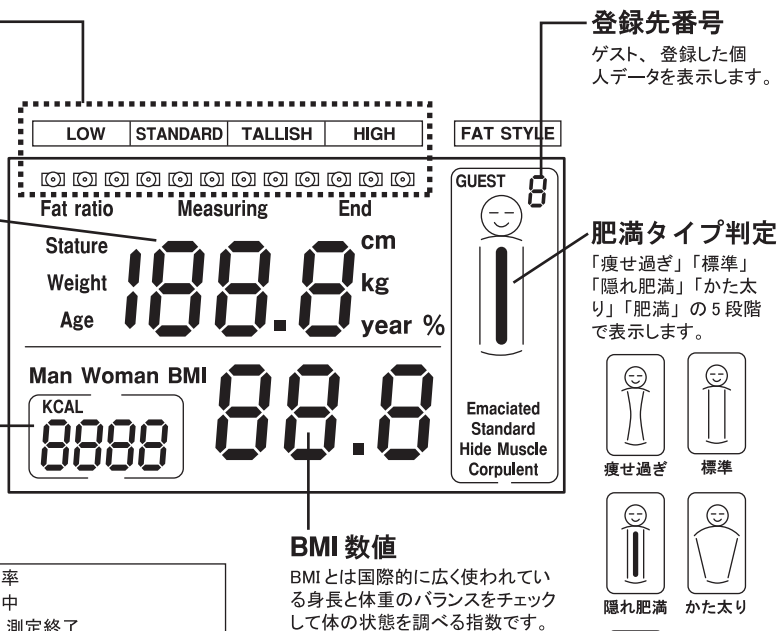
体脂肪/身長/体重/年齢/性別を表示します。

基礎代謝

入力された個人データに基づいて基礎代謝値を算出します。

表示部内の語句

Fat ratio : 体脂肪率
Measuring : 測定中
Measuring End : 測定終了
Stature : 身長
Weight : 体重
Age : 年齢
GUEST : 登録先
Man Woman : 性別 (Man/男・Woman/女)



5. ご使用前にお読みください

体脂肪率とは

体脂肪率とは体重のうち、体脂肪量が占める割合です。肥満とは体重に対する体脂肪量の割合が増加し過ぎた状態を指しています。

測定する時間帯は

体脂肪率は一日の中で体内水分量変化の影響を受けるなど要因で変化する場合があります。様々な時間帯に測定しても正確な変化の傾向がつかめない恐れがあります。より正確な測定のためには、下記に上げる時間帯の同じ時刻に測定を行う事をおすすめします。

- ・起床後1時間以上
- ・朝食後2時間以上たった昼食前
- ・昼食後、2時間以上たった午後～入浴/夕食前
- ・夕食後、2時間以上たった就寝前 ※入浴直後はおやめください。

次のような場合は正確な測定ができません

- ①手袋などをしていたり、手の甲が濡れている、もしくは乾きすぎている場合
素手で測定を行ってください。手が濡れている場合は乾いたタオルなどで軽くふき取ってください。手が乾きすぎている場合は濡れたタオルなどで手を湿らせてから行ってください。
- ②大量の水分摂取後、食事後(1~2時間)や起床後すぐのときなど、あまり体を動かしていない場合
大量の水分摂取後や食事後は、2時間以上時間をおいてから測定してください。起床後は1時間以上時間をおいてから測定してください。
- ③体調が悪いときや、体に変化がある場合(二日酔い、暴飲暴食、下痢、発熱、重度の疲労など)
体調が万全の状態のときに測定する事をおすすめします。
- ④大量の発汗後(サウナや長湯、激しい運動の後など)
2時間以上休んでから行ってください。
- ⑤寒い場所や、冬場に行く場合
暖かい場所で行ってください。手のひらやグリップ電極の温度が非常に下がっていると、安定した測定が行えない場合があります。

次のような方は正確な測定ができない場合があります

次のような方は平均的な水分率や骨密度などと差が大きい可能性があるため、本品の測定値と、真の体脂肪率に大きな差が生じる場合があります。

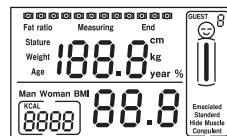
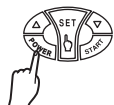
- ・成長期の児童
- ・高齢者や閉経以降の女性
- ・風邪などで発熱中の人
- ・むくみ症の人
- ・骨密度が非常に低い骨粗鬆症患者
- ・人工透析患者
- ・ボディビルダーやスポーツを職業にしている人や、それに近い人

6. 測定のしかた

個人データを入力する

登録先番号 **1** に、身長「158 cm」・体重「48.0 kg」・年齢「30歳」・性別「女性」を登録する場合。

①電源を入れます。ブザー音が鳴り表示部が全点灯します。



①電源入力後、全点灯します。

②△ボタンを使って登録先番号を決めSETボタンを押し決定します。

便利

△/▽ボタンは長押しすると早く数値が変化します。
1～9人分の個人設定が登録可能です。



②登録先番号が点滅します。

③△/▽ボタンを使って身長を入力しSETボタンを押し決定します。
※身長は、0.5cm単位で入力できます。



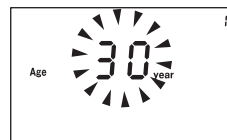
③身長値が点滅します。

④△/▽ボタンを使って体重を入力しSETボタンを押し決定します。
※体重は、0.2kg単位で入力できます。



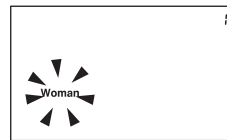
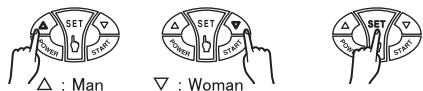
④体重値が点滅します。

⑤△/▽ボタンを使って年齢を入力しSETボタンを押し決定します。



⑤年齢値が点滅します。

⑥△/▽ボタンを使って性別を入力しSETボタンを押し決定します。



⑥性別部が点滅します。

⑦登録先番号 **1** に、上記内容の個人データの入力が完了しました。

※体重が変わったり設定した内容が変わった時は、必ず設定変更してください。

※「GUEST」は、入力内容を保持しません。個人データを登録する際は、手順②で「1～9」を選んでください。
※登録先番号に登録が完了した時点で電源を切っても、電池を抜かない限り入力した個人情報は保持されます。
※全ての登録内容を消去するには、いずれかの登録先番号を呼び出しSETボタンを2秒以上押ししてください。
※登録内容1件だけの消去はできません。

測定を開始する

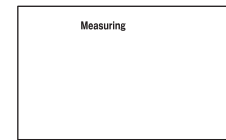
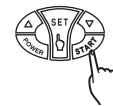
登録先番号に個人データを入力後、引き続き測定する場合は手順②から行ってください。

①電源を入れ△ボタンを使って、登録先番号を呼び出します。



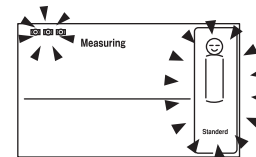
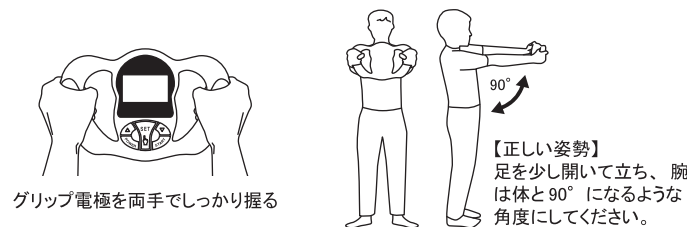
①登録先番号が点滅します。

②STARTボタンを押します。



② Measuring (測定中) が点灯します。

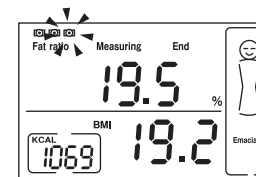
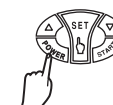
③すぐグリップ電極を両手でしっかり握って、正しい姿勢で測定します。
※約5秒で測定できます。測定中は動かないください。



③体脂肪率判定と肥満タイプ判定が点滅します。

④測定結果が表示されます。測定が終わったら電源を切ります。

※2分以上操作を行わない場合は、自動的に電源が切れます。



④測定結果が表示されます。

エラー表示内容

- E1: 手が乾燥し過ぎているため、測定できません。手を少し湿らせてください。
- E2: グリップ電極の握り方が正しくありません。正しく握ってください。
- E3: 設定した個人情報データが間違っているか、本品では測定不可能な数値です。ご了承ください。

7. 測定結果表示の内容

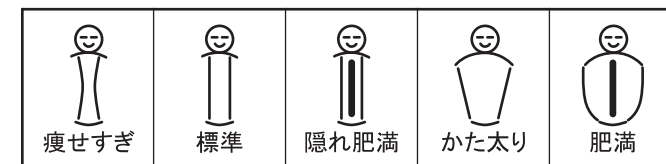
体脂肪率の目安(単位:%)

性別	低い	標準	高め	高い
男性	9.8 未満	9.9 ~ 19.8	19.9 ~ 24.8	24.9 以上
女性	19.8 未満	19.9 ~ 29.8	29.9 ~ 33.8	33.9 以上

BMI判定

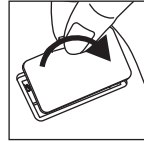
やせ	18.5未満
普通	18.5～25
肥満1度	25～30
肥満2度以上	30以上

肥満タイプの判定 体脂肪率とBMI判定から肥満タイプを判定、分かりやすいイラスト表示にしました。

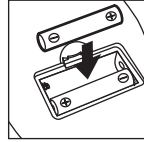


8. 電池の入れ方・交換

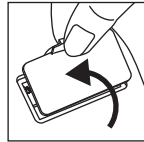
- ①本体裏面の電池カバーのつまみを指でつまみ上げながら矢印の方向に外します。
 - ②単4アルカリ乾電池2個（別売）を+-の向きを間違えないように入れます。
 - ③電池カバーを元に戻します。
- ※乾電池の交換は電源を切った後に行ってください。



①電池カバーをへ外す



②電池の向きは正しく



③電池カバーを元に戻す

●電池交換時期

- ・液晶画面の表示が不鮮明になったとき
- ・ブザー音が小さくなったとき

■乾電池の液もれが起これり本体を痛める事がありますので下記の点に気をつけてください。

- ・長期間（3ヶ月以上）使用しないときは、乾電池を取り出しておいてください。
- ・使い切った乾電池はすぐに新しいものと交換してください。
- ・マンガン乾電池とアルカリ乾電池を混ぜて使用しないでください。
- ・新しい乾電池と古い乾電池を混ぜて使用しないでください。



- 注意**
- 使用済みの電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。
 - お子様のいたずら、誤飲などに注意してください。

9. お手入れ方法

- 表面が汚れた場合は、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。

10. 故障かな?と思ったら

こんなとき	点検するところ	なおしかた
電源を入れても何も表示しない。	乾電池が消耗していませんか。	新しい乾電池と交換してください。
	乾電池の向きが間違っていないですか。	乾電池を正しく入れてください。
少しの使用で電源が切れる。	一度使用したことのある、電力が不足した乾電池を使用されていませんか。	新しいアルカリ乾電池と交換してください。
体脂肪率の値が異常に高く（または低く）表示される。	測定姿勢は正しいですか。	正しい測定姿勢でもう一度測定してください。
エラー（E1～E3）が表示され、測定できない。	エラー表示内容（6ページ）を参照してください。	

■本品の体脂肪率測定方法について

本品は、生体インピーダンス法と、ボディ・マス・インデックス指数を組み合わせることで体脂肪率を計測しています。測定時の状況（時間帯・体勢・体調など）により体脂肪率が変動することがあります。測定結果はあくまでも目安です。ご了承ください。

●生体インピーダンス法

「脂肪はほとんど電気を通さないが筋肉や水分は電気を通しやすい」という性質を利用して、体に微弱な電流を流し電気抵抗を測ることにより、体脂肪率を推算する方法。

●ボディ・マス・インデックス指数

「体格指数」ともい、体重と身長のパラメータをチェックして、外見的な肥満度を調べる指数。² 計算式は、体重(kg)÷身長(m)²。

MEMO

■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。