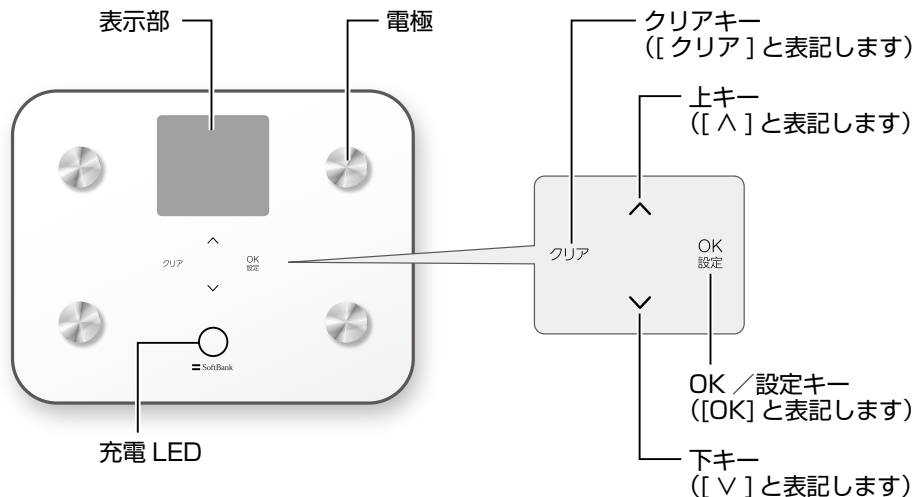


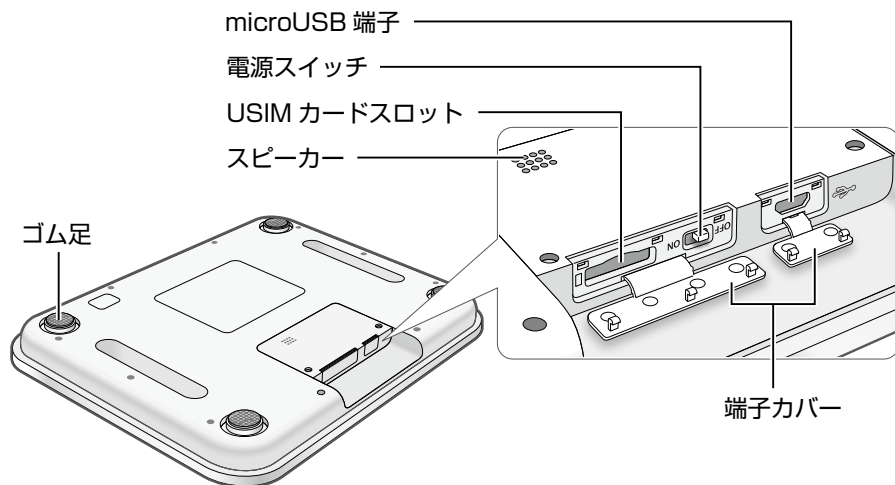
お使いになる前に

各部の名称と機能

本機（おもて面）

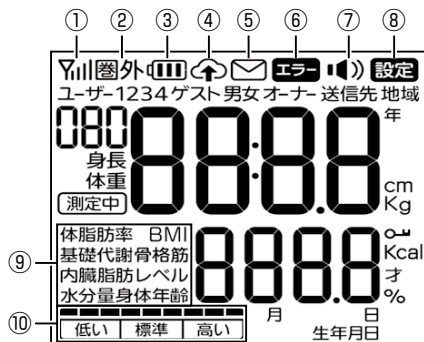


本機（うら面）



※ ゴム足を破損、紛失しないでください。正常に測定できなくなる恐れがあります。

画面



No.	表示	状態
①	受信レベル	電源スイッチを ON に合わせた直後と、データやメールの送信中に点灯します。3G 回線の受信レベルを表示します。 強 弱
②	圏外表示	点灯：USIM カードは正常ですが、電波を受信できません。 点滅：USIM カードが挿入されていないか、USIM カードに異常が発生しました (☞ P.13)。
③	内蔵電池の残量レベル	内蔵電池の残量レベルを 4 段階で表示します。充電中は、残量レベル 1 ～ 3 が点滅します。 残量レベル 3 残量レベル 2 残量レベル 1 残量なし (点滅)
④	データ送信	点灯：送信する測定結果のデータがあります。 点滅：送信中です。
⑤	メール送信	点灯：送信する測定結果のメールがあります。 点滅：送信中です。
⑥	エラー表示	点灯：エラーが発生しました (☞ P.58)。 点滅：データやメールの送信に失敗したときに、④⑤のアイコンと共に点滅します (☞ P.59)。
⑦	音量表示	音量の設定中 (☞ P.46) に点滅します。
⑧	設定表示	ユーザー設定 (☞ P.38)、本体設定 (☞ P.44) またはデータとメールの再送信 (☞ P.51) を選択したときに点灯します。
⑨	体組成の項目名	体脂肪率、BMI、基礎代謝、骨格筋レベル、骨レベル、内臓脂肪レベル、水分量、身体年齢のいずれかが表示され、自動的に切り替わります (☞ P.26)。
⑩	体組成のレベル	体組成の数値の意味を「高い」「標準」「低い」の 3 段階で表示します。

電源スイッチと省電力モード

本機の電源スイッチは常に ON に合わせてご利用ください。OFF に合わせると本機を使用できなくなります。なお、OFF の状態では本機を充電できません。本機を約 1 分間操作しないと、節電のため画面がオフになり、省電力モードになります。すぐに省電力モードにするには、[クリア] を 2 秒以上押し続けます。

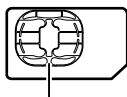
補足 本機を長期間使用しないとき

本機の電源スイッチを OFF に合わせてください。画面がオフの状態でも本機は動作しています。

USIM カードの準備

USIM カードをご利用になる前に

USIM カードはお客様情報が入った IC カードです。本機を使用する前に、USIM カードを本機に取り付けてください。USIM カードを取り付けていないと、使用できない機能があります。



IC 部分

USIM カード

次の点にご注意ください。USIM カードの詳細については、USIM カードに付属の説明書を参照してください。

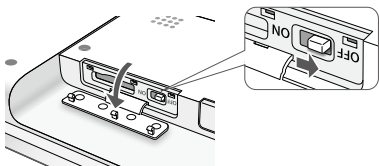
注意

- USIM カードの所有権はソフトバンクに帰属します。紛失、破損などによる USIM カードの再発行は有償となります。解約などの際は、USIM カードを当社にご返却ください。お客様からご返却いただいた USIM カードは、環境保全のためリサイクルされています。
- USIM カードの取り付けや取り外しをするときには、必要以上に力を入れないでください。
- 電源スイッチを OFF に合わせずに、USIM カードの取り付けや取り外しを行った場合の動作につきましては、保証いたしません。
- 他社製品の IC カードリーダーなどに USIM カードを挿入し、故障したときは、お客様ご自身の責任となり当社では責任を負いかねますのでご注意ください。
- IC 部分はいつもきれいな状態でご使用ください。お手入れするときは、乾いた柔らかい布などで拭いてください。

- USIMカードにラベルなどを貼り付けないでください。USIMカードは非常に薄く、精密に作られているため、ラベルやシール程度の厚みでも接触不良やデータの破壊などの原因となることがあります。
- お客様ご自身でUSIMカードに登録された情報内容は、別にメモを取るなどして保管して下さるようお願いいたします。万が一、登録された情報内容が消失してしまうことがあっても、当社としては責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。
- USIMカードならびに本機（USIMカード挿入済み）を盗難・紛失した場合は必ず緊急利用停止の手続きを行ってください。緊急利用停止の手続きはお問い合わせ先までご連絡ください。
- 本機は専用USIMカードが必要です。本機の専用USIMカードは携帯電話機で使用できません。
- USIMカードの仕様、性能は予告なしに変更する可能性があります。

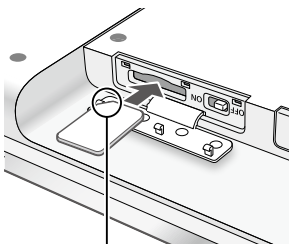
USIMカードを取り付ける

- ① 本機（うら面）の端子カバーを開け、電源スイッチをスライドして、OFFに合わせます。



- 本機にmicroUSBケーブルが取り付けられているときは、取り外します。

- ② USIMカードのIC部分を下にして（本機のおもて側に向けて）、図の向きに挿入します。

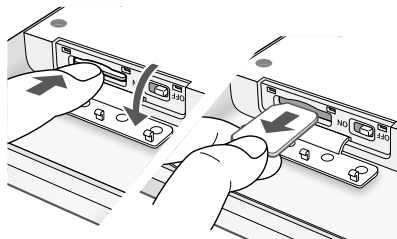


切り欠き

- ③ カチッというまで軽く押し込み、端子カバーを閉じます。

USIM カードを取り外す

- 1 本機(うら面)の端子カバーを開け、電源スイッチをスライドして、OFF に合わせます。
 - 本機に microUSB ケーブルが取り付けられているときは、取り外します。
- 2 USIM カードを軽く押し込んでから手を離し、取り出します。



- 3 端子カバーを閉じます。

本機の充電

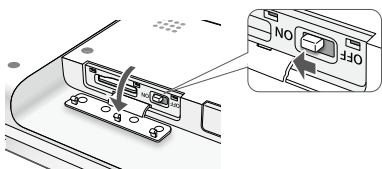
お買い上げ時、本機の内蔵電池は十分に充電されていません。はじめてお使いになるときは、必ず充電してからお使いください。

■ 注意 ■ 充電時のご注意

充電中に本機が高温になることがあります。危険を避けるため、ストーブの近くやこたつの中などの高温になる環境では充電せず、風通しの良いところで行ってください。

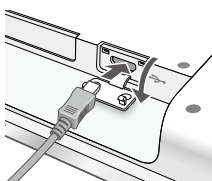
充電する

- 1 本機（うら面）の端子カバーを開け、電源スイッチをスライドして、ON に合わせます。

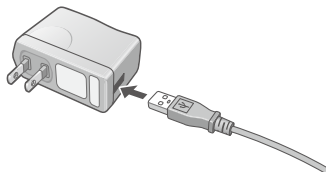


- ・ 端子カバーを閉じます。

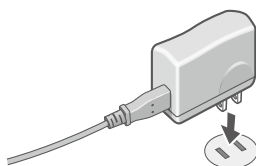
- 2 microUSB 端子のカバーを開け、付属の microUSB ケーブルを接続します。



- 3 microUSB ケーブルを付属の AC アダプタに接続します。



- 4 AC アダプタをコンセントに接続します。




充電 LED（☞ P.11）が点灯します。充電が終わると、充電 LED が消灯します。

充電時のご注意

次の内容にご注意ください。

- ・ 電源スイッチを ON に合わせてください。電源スイッチを OFF に合わせていると充電されません。
- ・ 必ず付属または弊社指定の AC アダプタと、付属の microUSB ケーブルを使用して充電してください。
- ・ 長期間使用しなかった場合は、充電してから使用してください。
- ・ 本機の充電時間の目安（残量ゼロ→フル充電）は、約 3 時間です。ただし、周囲の温度や本機の使用時間などによって異なります。
- ・ 充電が終わったら、本機から microUSB ケーブルを取り外して、端子カバーを閉じてください。
- ・ ご使用にならないときは、AC アダプタをコンセントから取り外してください。
- ・ 周囲の温度が 5℃～35℃の場所で充電してください。充電中に周囲の温度が高すぎたり低すぎたりすると、保護機能がはたらいって充電が停止し、フル充電できないことがあります。

充電を忘れないために

内蔵電池の残量レベルが （点滅）になると、設定した携帯電話へメール（SMS）を送信するよう設定できます（☞ P.45）。

正しく測定するために

体重や体脂肪率を測定することは、体の変化を知り、日々の健康チェックにもつながり、とても大切なことです。

使用方法により測定結果に差が出る場合もありますので、「測定のポイント」をお読みの上、ご使用ください。

測定できる年齢範囲

測定可能な項目は、年齢により異なります。以下の表で測定可能な体組成情報を確認してください。

	年齢				
	～ 5	6～9	10～17	18～80	81～
体重	○	○	○	○	○
体脂肪率	×	○	○	○	△
BMI	×	×	○	○	○
基礎代謝	×	×	○	○	△
骨格筋レベル	×	×	×	○	△
骨レベル	×	×	×	○	△
内臓脂肪レベル	×	×	×	○	△
水分量	×	×	×	○	△
身体年齢	×	×	×	○	△

○：測定可能

△：測定可能（※）

×：測定不可

※ 本機では年齢を81歳以上に設定した場合でも、80歳として測定されます。このため、体組成情報は参考値となります。

測定のポイント

正確に測定するため、以下をお守りください。

測定のタイミング

測定は、食後2時間以上経過後が適しています。また、できるだけ同じ時間帯、同じ状態で測定することをおすすめします。

次のような場合は測定値が変動する可能性があります。

- ・ 激しい運動直後
- ・ サウナや入浴後
- ・ 寝起き
- ・ 肌や足の裏が乾燥しているとき
- ・ 多量の水分摂取後
- ・ 多量の飲酒後
- ・ 食後（2時間以内）



次のような方は測定値の信頼性が低下する可能性があります。測定値は参考として、日々の変化を確認する目的でお使いください

- ・ 体水分の変化を誘発する薬（利尿剤など）を服用している人
- ・ 体内に金属を装着している人
- ・ 下痢や発熱など、体調の悪い人
- ・ 成長期の児童
- ・ むくみのひどい人
- ・ 妊娠中の人
- ・ 人工透析患者
- ・ スポーツを専門にしている人やボディビルダーなど（日本人一般成年男女に比べ、筋肉量が多く、骨格が太い人）
- ・ 骨の密度が非常に低い、骨粗しょう症患者

水平な固い床に置く

段差がなく水平な固い床に、本機を置きます。次の場所に設置しないでください。正しく測定できません。



斜面、滑る床



やわらかい床（じゅうたん、たたみなど）

■ 注意 ■ 保管時のご注意

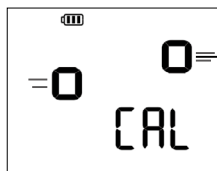
- ・ 上に物を置かないでください。正しく測定できなくなります。
- ・ 水平に置き、壁に立てかけないでください。正しく測定できないだけでなく、倒れたときに、けがや故障の原因になります。
- ・ 次の場所には置かないでください。故障の原因になります。
 - 直射日光のあたる場所
 - 暖房機器などの周辺
 - 湿気の多い場所
 - 磁気の強い場所
- ・ 本機を移動させて設置し直したときは、測定する前に必ず 0kg 校正してください（☞ P.19）。

■ 注意 ■ 使用時のご注意

- ・ ゴム足が取れた状態で使用すると、正しく測定できません。また、転倒し、けがをする恐れがあります。
- ・ ちりほこりの少ない環境でご使用ください。端子がつまり、接触不良になります。
- ・ 寒暖の差が激しい場所や、湿度の高い場所での使用は控えてください。本機の内部で結露する恐れがあります。

0kg 校正をする

本機は、省電力中も定期的に 0kg 校正（キャリブレーション：“CAL”と表示されます）を行っています。本機を移動したときは、水平な固い床に設置して 0kg 校正を行ってから測定してください。



処理中の画面が表示されます。

補足

上の画面が表示されているときは、0kg 校正を行っています。このときは、本機に乗ったり、本機を動かしたりしないでください。正確に計測できなくなります。本機を動かしてしまったときは、次の操作で 0kg 校正を行います。

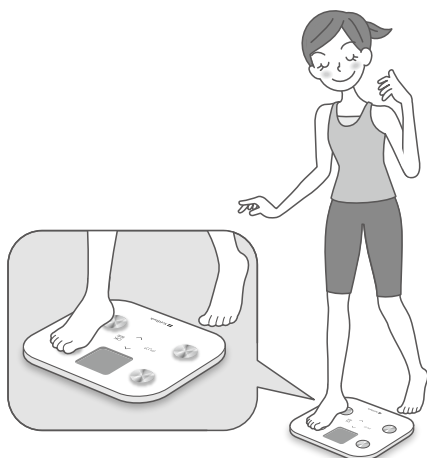
① 画面が表示中のときは、[クリア]を2秒以上押し続けます。

画面がオフになります。

② 本機のおもて面のいずれかのキーを押します。

0kg 校正が開始されます。

素足でのる



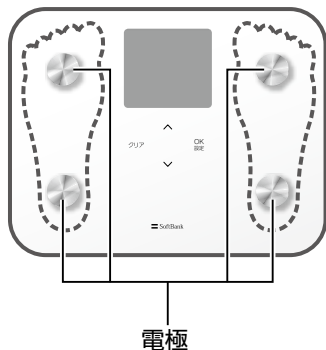
靴下やストッキングをはいて測定しないでください。正しく測定できません。



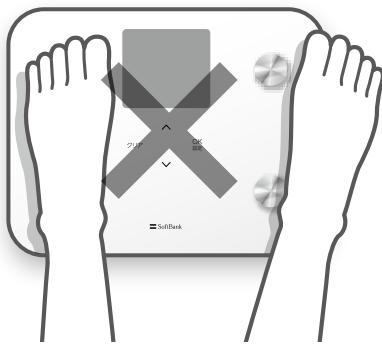
補足 足裏が乾燥しているとき

異常な数値が表示されることがあります。ぬらしたタオルなどで足裏を少し湿らせて、再度測定してください。

電極の上にいる



すべての電極の上に乗らないと、正しく測定できません。



■ 注意 ■ 正しく乗ってください

本機の端に乗る、飛び乗る、跳びはねるなどすると、転倒してけがををする恐れがあります。

まっすぐ立つ



体を動かしたり、ひざを曲げたりしないでください。正しく測定できません。



「ピー」と音が鳴るまで姿勢を保ちます。
(約 10 秒間)

はじめて使うために準備する

はじめて使用する方は「ユーザー 1」として、登録されます。生年月日、性別、身長を入力し測定すると、ユーザー 1としてユーザー情報が登録されます。

ほかの方が使用するときには、「ユーザー 2」～「ユーザー 4」として、各ユーザーの情報をそれぞれ登録してください。

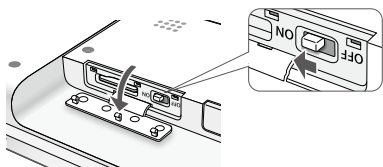
補足 複数名で使うときは

本機は健康管理サービス パーソナルカラダサポート に対応しており、体重・体組成をスマートフォンのアプリケーションで閲覧・管理できます (P.33)。詳しくは、別冊『スマート体組成計 セットアップガイド』を参照してください。

本機を設定するときには、音声ガイダンスを聞きながら、[^][v] を押して数値や表示を選択し、[OK] を押して決定する操作を繰り返します。

ユーザー 1 を登録する

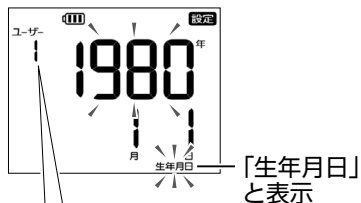
- 1 本機 (うら面) の端子カバーを開け、電源スイッチをスライドして、ON に合わせます。



- ・ 端子カバーを閉じます。

- 2 本機を水平な固い床に置きます (P.18)。

- 3 しばらく待ち、「生年月日」と表示されるのを確認します。



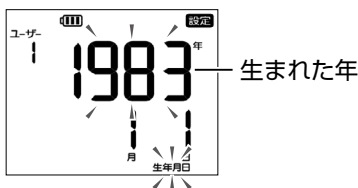
「生年月日」と表示



ユーザー 1

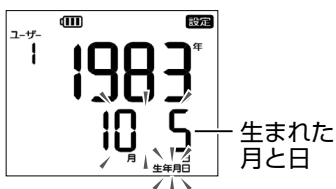
- ・ 「生年月日」と表示されないときは、「日時を設定する」(P.47) の手順 3 以降を参照してください。

- 4 [△][▽]を押してユーザー1の生まれた年に合わせ、[OK]を押します。

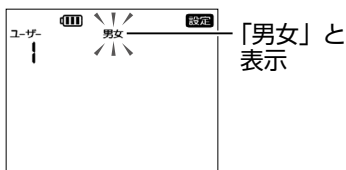


- 設定を修正するときは、[クリア]を押して戻ります。以後の手順も同じです。

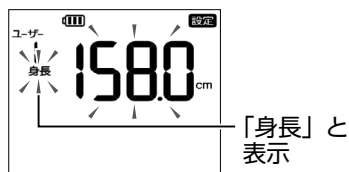
- 5 [△][▽]を押してユーザー1の生まれた月と日にそれぞれ合わせ、[OK]を押します。



- 6 [△][▽]を押して「男」または「女」に合わせ、[OK]を押します。

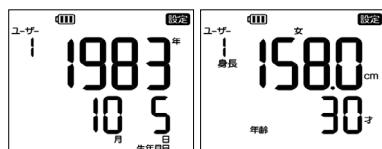


- 7 [△][▽]を押してユーザー1の身長に合わせ、[OK]を押します。



ユーザー1の生年月日と、性別・身長・年齢が交互に表示されます。

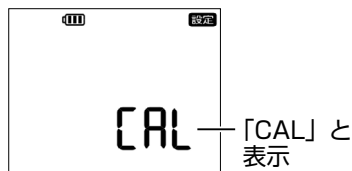
- 8 表示内容を確認し、[OK]を押します。



- 以後の操作では、キーを押すとき以外に本機に力をかけたり、本機の上に物を置いたりしないでください。

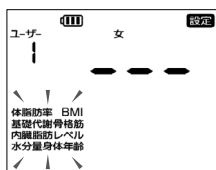
- 9 本機を水平な固い床に置きます (P.18)。

- 10 [OK]を押します。



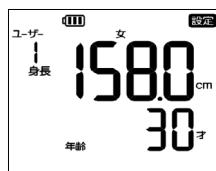
0kg 校正が行われます (P.19)。

- ⑪ しばらく待ち、次の画面が表示されたら、本機に乗ります。



- 上の画面が表示されず「Err CAL」が表示されたときは、[OK] を押して手順 ⑩ を行います。

- ⑫ しばらく待ち、ユーザー番号・身長・年齢が表示されたら、ユーザー 1 の登録は終了です。



- 上の画面が表示されず「Err U-01」「Err U-02」が表示されたときは、[OK] を押して手順 ⑩ を行います。

パーソナルカラダサポートにユーザー登録する

本機にユーザー登録したあとは、体重・体組成を測定してください (P.25)。測定後しばらくすると通信が行われ、パーソナルカラダサポート (P.33) へのユーザー登録が完了します。

暗証番号について

ユーザーを登録すると、生年月日の月日がユーザーごとの暗証番号として設定されます。この暗証番号は、本機をパーソナルカラダサポートに連携させる際に使用します。他人に暗証番号を推測されないよう、ユーザーごとに暗証番号を設定し直すことをおすすめします (P.40)。

補足 生年月日の月や日が 1 桁のときは

10 の桁を 0 として、暗証番号が設定されます。

例：10 月 5 日の場合、暗証番号は「1005」。

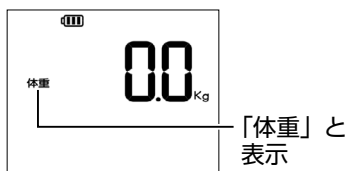
8 月 10 日の場合、暗証番号は「0810」。

その他のユーザーを登録する

「ユーザー 1」に続いて、「ユーザー 2」～「ユーザー 4」として最大 4 名まで登録できます。なお、登録しなくても測定できます (P.30)。

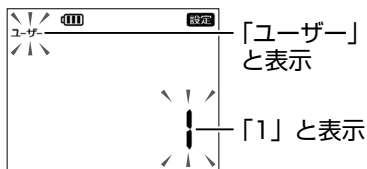
① 画面がオフのときは、いずれかのキーを押します。

- 別の画面が表示されているときは、[クリア]を数回押して次の画面を表示します。

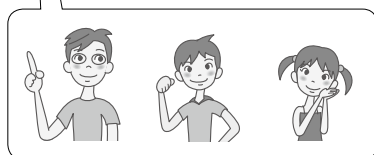
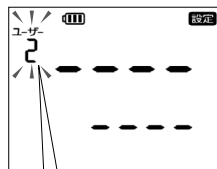


② [OK] を押します。

③ 次の表示を確認し、[OK] を押します。



④ [^][v]を押してユーザー番号を選択し、[OK]を押します。



ユーザー 2 ユーザー 3 ユーザー 4

- 以後の操作はユーザー 1 の登録と同じです。「ユーザー 1 を登録する」の手順 ③ から操作します。

より詳しく設定する

本機をさらに活用するには、より詳しい設定を行います (P.37)。

より正確に測定するため、お住まいの地域を設定することをおすすめします (P.47)。