

# 簡単! 塩分はかりん

自動補正機能付き 保証書付取扱説明書

## 安全上のご注意

- 警告** この内容を守らないと人が死亡または重傷を負う危険性があります。
- ・火にかけた鍋などの液体物を直接測定しない。(やけどの原因)
  - ・高温の液体物を測定する場合、液体物のこぼれや飛び跳ねに注意する。(やけどの原因)
  - ・本器や電池を乳幼児の手の届くところに置かない。(誤飲の可能性)
  - ・電池を火中に投じない。(破裂してけがの原因)
- 注意** この内容を守らないと傷害を負う危険または物的損害が発生するおそれがあります。
- ・絶対に分解しない。
  - ・過度の衝撃や振動を与えない。
  - ・食品以外の液体塩分の測定はしない。

## 取扱い上のご注意 (故障の原因)

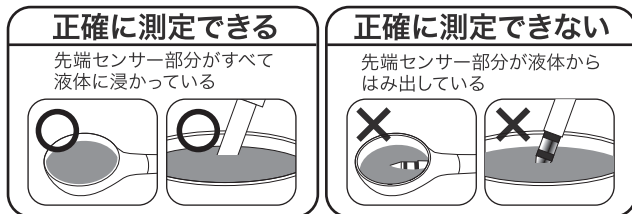
- 湿気の多い所や水のかかる所での使用、濡れた手での使用は避ける。
- 食器洗浄機・食器乾燥機の使用は絶対しない。
- シンナーやベンジンなどの使用はしない。
- 使用後はセンサー部を水洗いし柔らかい布で水分を拭き取り保管する。
- 保管は高温の場所、温度・湿度の変化が激しいところ、直射日光のあたる場所、ホコリの多い場所ではない。

## 測定上のご注意

- この塩分計は、さらさらした液体の塩分濃度を測ります。(例: スープ・味噌汁・煮汁)
- 固形物の測定はできません。またどろどろした粘性の高い液体も測れません。
- 沸騰した液体の測定はしないでください。(本器の変形や故障の原因)
- 測定できる液体の温度は、10℃～80℃です。(誤差±0.2%以内)
- 測定する液体は、濃度が一定になるようによくかき混ぜてください。
- 本器で直接高温の液体物を長時間かき混ぜない。(測定を含め10秒以内が目安)
- 先端センサー部分(金属部分)が全部液体に浸からないと正確に測定できません。
- 本器は、防滴防水構造になっていませんので先端部以外は、測定物の中に浸けない。(本器先端部に「Max水位目安ライン」があります。本体の図面を確認ください。)
- 測定時には、センサー部分が液体の入る容器に触れないように注意する。
- スープなどの測定物に食材が多い場合、先端センサー部分が食材に触れて正確に測れない場合があります。この場合は、付属のスプーンを使うと便利です。
- 付属スプーンを塩分測定以外の目的に使用しない。(汚れ・測定誤差・故障の原因)
- 塩分濃度を測定

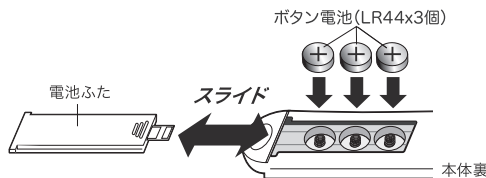
## 付属スプーンの使用のお勧め!

1. (安全に測定)
  - 直接容器内の測定では、やけど等の心配がある場合も安全。
  - 測定時に湯気が多くLEDランプが見にくい場合も安全。
2. (正確な測定の為)
  - 食材等の固形物が多い液体の測定(食材をよける)
3. (付属スプーン使用上の注意)
  - スプーンは本体に固定できるまで差し込んでください。
  - 使用前には、必ずスプーンが固定できているか確認してください。
  - 先端センサー部分が完全に液体に浸かるように測定してください。
  - 使用ごとに、スプーンもきれいな水で洗ってください。
  - 調味料の計量スプーンの代わりに使用しないでください。



## 電池の入れかた・交換

本体裏の電池ふたを開け、「+」と「-」を正しく入れてください。方向を間違えると液もれなどにより故障のおそれがあります。LEDランプの表示がうすくなったり、消えたら本体裏の電池ふたを開け、新しいボタン電池(LR44 x 3個)と交換してください。



※ 工場出荷時に動作確認用を付属していますが寿命が短い場合がございます。  
※ 古い電池はお住まいの各自治体の指示に従って廃棄してください。

## 塩分濃度を測定する

1. 準備
  - 1) 先端センサー部分をきれいにする。
  - 2) 測定するスープなどの液体物をよくかき混ぜる。
2. 測定
  - 1) 先端センサー部分(金属部分)を液体物に浸ける。
  - 2) スイッチを押し続ける(目安5秒程度)
  - 3) スイッチを押しながら、LEDランプの表示を確認する。
  - 4) スイッチから指を離せば電源が切れます。



**注意**  
Max水位目安ライン  
ここを超えて液体に浸けないでください。

センサー部分を全部液体に  
浸かるように測定する。

## 塩分計の用途

### 塩分濃度の計算方法

	100cc		200cc	
	塩分濃度	塩分量	塩分量	塩分量
薄味	0.3	0.3g	0.6g	0.6g
↑	0.5	0.5g	1.0g	
↑	0.7	0.7g	1.4g	
標準	0.9	0.9g	1.8g	
↓	1.1	1.1g	2.2g	
濃い味	1.3	1.3g	2.6g	

計算式 飲む量 X 塩分濃度 ÷ 100 = 塩分摂取量  
(例) 200cc X 0.9 ÷ 100 = 1.8(g)

### 塩分を控えて健康管理

塩分(主にナトリウム)は、鉄分やカルシウムと同じミネラルの仲間です。適量を取ると体の調子を整えます。しかし塩分を取りすぎると血圧を上げたり心臓病の要因となることがあります。塩分計を使って減塩の意識を高めましょう。

注) 参考:厚生労働省一日の塩分摂取基準(男性9g・女性7.5g)  
WHO 世界保健機構5g

### 塩分を減らす方法

- ① 薄味に慣れる。
- ② 麺類を食べるときは汁を残す
- ③ 調味料をかけて食べるより浸けて食べる
- ④ 酸味料(レモン・酢・すだち)や香辛料をうまく使う

### 塩分の多い食品

塩から・漬物・干物・練り製品(かまぼこ・はんぺん・ハム・ベーコン)・ラーメン・そばなどの汁やスープ