

保証書付 取扱説明書

型番／品番	HB-KG11R3-W / 08-0499
型番／品番	HB-KG11R4-A / 08-0500

日々の健康管理に

体重体組成計



■本紙に記載しているイラストはイメージです。

この度は弊社製品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。
ご使用前に本説明書を必ずお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
お読みになられたあとも、いつでも見られるよう大切に保管してください。

輸入事業者：

OHM 株式会社 オーム電機
〒342-8502 埼玉県吉川市旭3-8
<http://www.ohm-electric.co.jp>

修理に関するご相談は、修理ご相談センターへ	
電話受付	048-992-3970 平日 9：00～17：00 ※土曜・日曜・祝日及び年末年始は除きます

製品に関するお問い合わせは、お客様相談室へ	
●通話料無料	●携帯・IP・公衆電話からは
0120-963-006 048-992-2735	
電話受付	平日 9：00～17：00
※土曜・日曜・祝日及び年末年始は除きます	

目次	ページ
安全上のご注意・・・・・・・・	1～2
製品についてのごお願い.....	3
測定のためのチェックポイント・	3
各部名称・・・・・・・・	4
体重体組成計の特長.....	5
エラー表示について.....	5
電池の入れ方・交換方法.....	5
測定前に(個人データの登録)・	6～8
登録後の測定方法.....	9
測定結果表示.....	10
日常の測定方法.....	11
参考基準表.....	12
製品仕様.....	13
体重計精度保証範囲.....	14
お手入れ方法.....	14
故障かな？と思ったら.....	14
記録シート.....	15
メモ.....	16
持込修理 無料修理規定.....	17
保証書.....	背表紙



安全上のご注意

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するために、
お守りいただきたいことを、次のように説明しています。本説明書をよく
お読みのうえ、安全に正しくお使いください。

□警告・注意について



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。



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。

□図記号の例



してはいけない「禁止」内容を示しています。



「必ず守っていただく」内容を示しています。



警告

- ・ 次のような医療機器との併用は、絶対にしないでください。
 - (1) ペースメーカーなどの体内埋め込み型医療用電子機器
 - (2) 人工心肺などの生命維持用医療用電子機器
 - (3) 心電計などの装着型医療用電子機器これらの医療用電子機器の誤動作をまねくおそれがあります。



禁止

- ・ タイル面やぬれた床では使用しない。
転倒したり、すべって大けがをする可能性があります。
また本機内部に水が侵入し故障の原因になります。
- ・ 本製品の端に乗ったり、飛び乗ったり、飛び跳ねたり、
投げたりしない。
転倒したり、すべって大けがをする可能性があります。また
強化ガラスを使用していますが、ガラスが破損しけがをする
可能性があります。
- ・ 体を安定させることが難しい方は、介護者の援助を受けるか
手すりなどをご利用ください。
※体に何かが触れている状態での測定結果は参考値として
ください。

警告



水ぬれ禁止

- ・ぬれた体で乗らない。
転倒したり、すべって大けがをする可能性があります。
- ・水につけたり、水をかけたりしない。
本機内部に水が侵入し故障の原因になります。



必ず守る

- ・測定結果を決して自己判断しないでください。
必ず医師または専門家の指導を受けてください。

注意



分解禁止

- ・分解・修理・改造は絶対にしないでください。



水ぬれ禁止

- ・本体に水などの液体をかけないでください。



禁止

- ・電池を火中に入れたり、加熱、水没しないでください。
- ・絨毯や畳などの柔らかい床面では使用しないでください。
- ・業務用（病院や健康診断など）では絶対に使用しないでください。
- ・正しい測定結果が得られないおそれがありますので、妊娠中や人工透析者、又はむくみ症状の方は使用しないでください。
- ・品物の取引または証明には使用しないでください。
- ・測定するときは素足で乗ってください。
- ・本製品の隙間などに指や異物を入れないでください。
- ・本製品を乳幼児に触らせないでください。



必ず守る

- ・電池は極性   を正しくセットしてください。
- ・電池を廃棄する際は、お住まいの地方自治体の指示に従ってください。

製品についてのお願い

- 本製品は家庭用です。業務用、品物の売買取引やその他の目方を証明する場合などには使用できません。
- 本製品を落としたり強い衝撃を与えないでください。
- 直射日光が当たる場所や極端な高温の場所で使用しないでください。また電子レンジなど電磁波を発生する機器の近くでは使用しないでください。
- 温度差の大きい場所を移動させた場合は、2時間以上その環境に放置した後にご使用ください。

保管上のご注意

- 次のような場所で保管しないでください。
湿気の多い場所・直射日光が当たる場所・極端に高温な場所
- 次のような状態で保管しないでください。
物をのせた状態・裏返しの状態・立てかけた状態・電池を入れたまま箱に収納した状態
- 長期間（40日以上）使用しない場合は、電池を取り外し保管してください。

測定のためのチェックポイント

正しい測定を行うために次の項目をチェックしてください。

設置場所

平らで硬い床面に設置してください。畳や絨毯などの柔らかい床面で使用しないでください。また脚部にゴミなどの異物が付着していないことを確認してください。

着衣

素足で、できるだけ裸に近い状態が望ましいです。

姿勢

直立した状態で静かに本体に乗り測定してください。座ったり、何かに触れたまま測定しないでください。また測定中はできる限り動かないでください。

測定時間

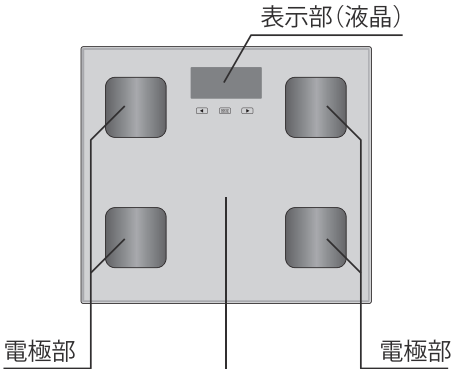
食後2時間以上経過していることがよいとされています。毎日同じ時間に測定することをお勧めします。

その他

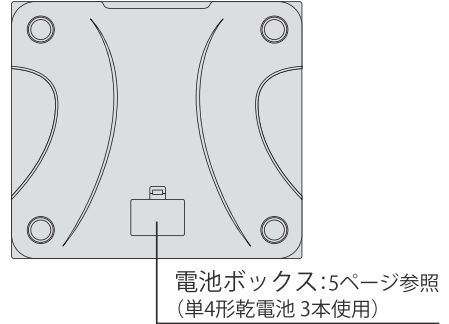
体重以外の測定結果については、あくまで参考値です。測定条件の違い、他の機器や他の方法で測定すると数値が異なる場合があります。1回の測定結果ではなく、同機種、同条件で継続して測定し、結果の変化の推移を健康管理のご参考にしてください。

各部名称

● 表面

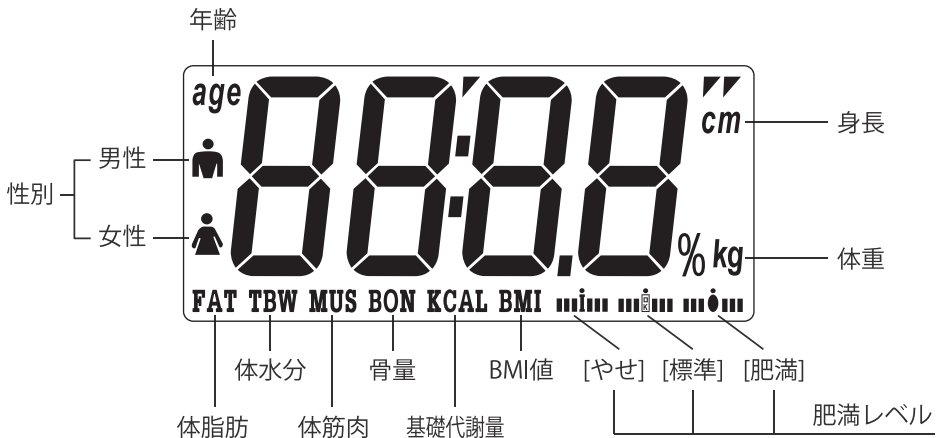


● 裏面



- 
選択マーク
 登録項目の内容・数値を設定するときにタッチします。
- 
設定
 電源を入れるときや登録項目を決定するときにタッチします。
- 
選択マーク
 登録項目の内容・数値を設定するときにタッチします。

● 表示部



体重体組成計の特長

7項目を同時にチェックします。

体重

100g単位
5~100kg
200g単位
100~150kg

体脂肪率

0.1%単位
5~65%

体水分率

0.1%単位
20~72%

体筋肉率

0.1%単位
20~70%

骨量

0.1kg単位

基礎代謝量

1kcal単位
0~9999

BMI値

0.1単位

- 最大150kgまで測定できます。
- 最大10人まで登録できます。
- オートオフ機能で電源の切り忘れがありません。

エラー表示について

Err

●150kgをこえた場合

※本製品は、最大計量150kgをこえた場合、正確には測定できません。

Err2

●測定中に本体から降りたり、電極部に両足が正しく乗っていない場合

●足裏が汚れていたり、極端に足裏が乾燥している場合

※お風呂上がりでの測定をおすすめします。(3ページ参照)

FAtL

●体脂肪率 5% 未満の場合

FAtH

●体脂肪率 65% を超えた場合

電池の入れ方・交換方法

●ご使用になる前に

本体裏面の電池ボックスのフタを開けて、右図を参考に電池の方向を間違えないように入れてください。

●お願い

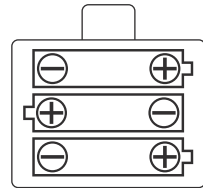
長期間本製品を使用しない場合は、液もれによる故障やサビの原因となります。必ず電池を本体から取り出しておいてください。

●電池の交換

表示部に右図のような表示が出ましたら、電池の残量不足のサインです。速やかに新しいものと交換してください。

※電池は3本一緒に新しいものと交換してください。

※電池を交換しても、登録した個人データは保存されています。



Lo

⚠ 警告 電池の取扱いについて

- 万一、電池の液が目に入ったときは、すぐに多量のきれいな水で洗い流し、医師の診察・治療を受けてください。
- 万一、電池の液が皮膚や衣服についたときは、すぐに多量のきれいな水で洗い流してください。
- 電池の極性(+)(-)を正しく入れてください。液もれ、破裂、発熱などにより、ケガや故障の原因になります。
- 必ず指定の電池を使用し、新しい電池と使用済みの電池、種類の違う電池を同時に使用しないでください。また、長期間(40日以上)使用しない場合は、電池を取り外して保管してください。液もれ、破裂などが発生し、ケガの原因になります。
- 電池交換の際は、3個全てを新品の同一銘柄の電池と交換してください。
- 充電式電池は使用しないでください。
- 電池を火中に入れたり、加熱、充電、水没しないでください。液もれ、破裂の原因になります。
- 電池を廃棄する際はお住まいの地方自治体の指示に従ってください。

測定前に(個人データの登録)



注意

妊娠中や人工透析の方、むくみ症状の方、体内に金属を装着されている方は、正確な測定結果が得られないおそれがあります。

個人データ登録上のご注意とお願い

液晶画面上のアイコンや数値が点滅したら、速やかに[選択マーク◀▶]にタッチして個人データを設定してください。点滅させたままにしていると、点滅していた情報が個人データとして設定(決定)されて、次の項目の点滅に進んでしまいます。このような状態になった場合は、自動的に電源が切れる(画面表示が消える)のを待つて最初からやり直してください。

タッチパネルについてのご注意

設定は[設定マーク(設定)]・[選択マーク◀▶]をタッチしておこないます。タッチする時は軽く触れてください。強く触れすぎると、数字や項目が一気に進んだり、変わってしまいます。

※数値を多く進めたい場合は、長押し、またはタッチし続けてください。

1 登録する番号(P01~P10)を決める

① 設定マーク(設定)をタッチすると下の図のように[P01]の文字が点滅します。

② 選択マーク◀▶をタッチして登録する番号を設定します。
[一例:登録番号を「3」として]



③ 設定マーク(設定)をタッチして決定します。

2 性別を登録する

- ①[ (男性)]のアイコンが点滅します。

※男性と女性のアイコンがあります。

- ②選択マークをタッチして性別を設定します。

[一例:登録性別を「 (女性)」として]



- ③設定マークをタッチして決定します。

3 年齢を登録する

- ①[age]と[30]のアイコンが点滅します。

※年齢登録は10歳～85歳の範囲内となります。

- ②選択マークをタッチして年齢を設定します。

[一例:登録年齢を「32歳」として]



- ③設定マークをタッチして決定します。

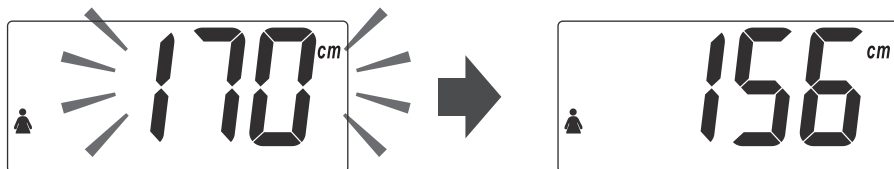
4 身長を登録する

- ① [cm] と [170] のアイコンが点滅します。

※身長登録は75cm～225cmの範囲内となります。

- ② 選択マーク ◀ ▶ をタッチして身長を設定します。

[一例:登録性別を「156cm」として]



- ③ 設定マーク [設定] をタッチして決定します。

以上で個人データの登録は完了です。

●引き続き、新たに個人データの登録をおこなう場合

1～4の手順で新規登録をおこなってください。

●個人データの登録を変更する場合（登録番号、年齢、身長など）

自動で電源が切れるのを待ってから、もう一度[設定マーク [設定]] をタッチして電源を入れて、最初から個人データの登録をやり直してください。

登録されたデータの初期化はできません。データの上書きにより変更できます。

登録後の測定方法

- 登録が完了すると登録内容が1回繰り返された後[0.0kg]の表示に変わって、測定開始となります。

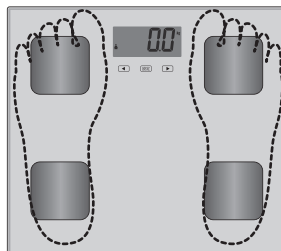


- 1 左右の電極部に両足が正しく乗るようにして、素足で乗ってください。

ご注意

オートオフ機能

約10秒程度経過すると、自動的に電源が切れます。速やかに測定を始めてください。



- 2 体重が表示された後、数値が3回繰り返して点滅表示されます。



- 3 画面に[oooo]のマークが表示され、体重以外の項目の測定をします。マークが消えると7項目の測定結果が順番に表示されていきます。

※7項目の測定結果表示は10ページ参照

ご注意

測定終了まで本体から降りないでください。

→エラー表示になります。



測定結果表示

7 項目の測定結果が 4 回表示された後、表示画面が消えます。

※「性別」と「肥満レベル」のアイコンは1～7の全画面で表示されます。

1. 体重



7. [BMI]: BMI値



2. [FAT]: 体脂肪率



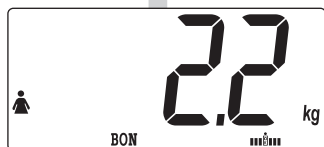
6. [kcal]: 基礎代謝量



3. [TBW]: 体水分率



5. [BON]: 骨量



4. [MUS]: 体筋肉率



登録された個人データは記憶されますが、測定結果は記憶されません。

日常の測定方法

クイック測定(体重のみ)

本製品には、乗ると電源オンのステップオン機能が搭載されています。体重のみを測定する場合、そのまま本体に乗ると自動的に電源が入り、体重の測定を開始します。

※ステップオンの場合、体重のみの測定をします。

※ステップオンの荷重は4kg以上です。4kg未満の荷重の場合、自動的に電源が入りません。

7項目測定

- 1 本体の設定マーク  をタッチすると電源が入ります。

- 2 右図のように、表示部に最終測定者の登録番号が表示されます。【図1】

[参考表示:最終測定者が登録番号3の場合]



【図1】

- 3 登録番号が自分の番号で、登録内容に変化がない時は、そのまま表示部が[0.0kg]になるのを待って本体に乗り測定をしてください。【図2】

登録内容に変化があった場合は、8ページの[個人データの登録を変更する場合]を参照して登録内容の変更をした後、測定をしてください。



【図2】

表示された登録番号が、自分の登録番号でなかった場合は

- 1 選択マーク   をタッチして自分の登録番号を表示させます。【図3】

[例:登録番号が2の場合]

- 2 表示部が[0.0kg]になったのを確認して本体に乗り、測定をしてください。【図4】

登録内容に変化があった場合は、8ページの[個人データの登録を変更する場合]を参照して登録内容の変更をした後、測定をしてください。



【図3】

- 3 測定後、測定結果が4回表示されます。
(10ページ参照)



【図4】

参考基準表

■ 体脂肪率(%) (参考基準)

年齢	女性				男性			
	細い	標準	やや肥満	肥満	細い	標準	やや肥満	肥満
10～39	21未満	21～25未満	25～31未満	31～38	18未満	18～23未満	23～29未満	29～36
40～55	22未満	22～26未満	26～32未満	32～38	19未満	19～24未満	24～30未満	30～37
56～85	23未満	23～27未満	27～33未満	33～38	20未満	20～25未満	25～31未満	31～38

■ 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
～15	57未満	57～67未満	67以上	58未満	58～72未満	72以上
16～30	47未満	47～57未満	57以上	53未満	53～67未満	67以上
31～60	42未満	42～52未満	52以上	47未満	47～61未満	61以上
61以上	37未満	37～47未満	47以上	42未満	42～56未満	56以上

■ 体筋肉率(%) (参考基準)

女性	34%以上	男性	40%以上
----	-------	----	-------

■ 骨量(kg) (理想値)

体重	女性	体重	男性
40kg未満	1.7	55kg未満	2.4
40～60kg未満	2.1	55～75kg未満	2.8
60kg以上	2.4	75kg以上	3.1

■ BMI値

BMI(体格指数:Body Mass Index)は肥満の程度を知るための指数です。

$$\text{BMI} = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)}^2$$

	低体重	普通体重	肥満(1度)	肥満(2度)	肥満(3度)	肥満(4度)
BMI値	18.5未満	18.5以上25未満	25以上30未満	30以上35未満	35以上40未満	40以上

※BMIによる判定は成人を対象にしています。 ※日本肥満学会(2016年)の基準を採用しています。

■ 性別・年齢階層別基礎代謝基準値と基礎代謝量(平均値)

性別	女性		男性	
年齢(歳)	基礎代謝基準値 (kcal/kg 体重/日)	基礎代謝量 (kcal/日)	基礎代謝基準値 (kcal/kg 体重/日)	基礎代謝量 (kcal/日)
10～11	34.8	1,260	37.4	1,330
12～14	29.6	1,410	31.0	1,520
15～17	25.3	1,310	27.0	1,610
18～29	22.1	1,110	24.0	1,520
30～49	21.7	1,150	22.3	1,530
50～69	20.7	1,100	21.5	1,400
70以上	20.7	1,020	21.5	1,290

厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年度版)策定検討会」報告書より

製品仕様

製 品 名		体重体組成計
型 番 / 品 番 / 色		HB-KG11R3-W / 08-0499 / ホワイト HB-KG11R4-A / 08-0500 / ブルー
測 定 と 示 表	最大計量(ひょう量)	150kg
	最小表示(目量)	5~100kg:0.1kg 100~150kg:0.2kg
	計 量 範 囲	5~150kg
	ステップオン荷重	4kg以上
	体 脂 肪 率	0.1%単位(5~65%)
	体 水 分 率	0.1%単位(20~72%)
	体 筋 肉 率	0.1%単位(20~70%)
	推 定 骨 量	0.1kg単位
	基 礎 代 謝 量	0~9999kcal
設定項目	BMI	0.1単位
	登 録 番 号	P01~P10(最大10人登録)
	年 齢	10~85歳
	性 別	男性・女性
	身 長	75~225cm/1cm単位
	電 源	DC4.5V 単4形乾電池3本(付属)
	外 形 寸 法	(約)幅295×高さ23×奥行265mm
	質 量	(約)1540g(電池含む)
付 属 品		保証書付取扱説明書 単4形マンガン乾電池×3本(動作確認用)

※体重以外の測定項目は、体の電気抵抗値等から算出した推定値です。BMI値は計算値です。

※パッケージ及び取扱説明書に記載しているイラストはイメージです。

実際の製品と異なる場合があります。

※商品改良のため、仕様及び外観は予告なしに変更することがあります。



体重計精度保証範囲

本製品は計量法に定められた技術基準で製造し、厳正な検査のうえ、出荷しております。
なお製品の精度保証範囲は次のとおりです。

計量範囲	精度保証範囲
5kgをこえて75kgまで	±0.2kg
75kgをこえて100kgまで	±0.3kg
100kgをこえて150kgまで	±0.6kg

※周囲温度23.5±5℃、湿度50±20%

※5kg未満及び150kgをこえる計量については精度保証の対象外です。

※本製品はご家庭で使用されるためにつくられたものです。品物の売買取引や、公にその物の目方を証明する場合はご使用になれませんのでご注意ください。

お手入れ方法

やわらかいふきんを水にぬらし、よく絞ってからふいてください。

※ベンジン・シンナー・磨き粉・たわし・スポンジのナイロン面は使用しないでください。

※40℃以上の湯は使用しないでください。

故障かな？と思ったら

「故障かな？」と思ったら、修理をご依頼される前に次のことをご確認ください。

症 状	対 処
測定台の上に一度乗っても表示部に何も表示しない	●電池はセットされていますか？電池をセットしてください(5ページ参照) ●電池が消耗していませんか？新しい電池と交換してください(5ページ参照) ●電池の極性(+)(-)を正しくセットしていますか？電池の極性(+)(-)を正しくセットしてください(5ページ参照) ●荷重は4kg以上ですか？ステップオン荷重は4kg以上です。4kg未満の荷重では電源が入りません
測定結果が正しくない	●動いたり、体が何かに接触していませんか？(3ページ参照)
Lo と表示される	●電池が消耗しています。新しい電池に交換してください(5ページ参照)
Err と表示される	●最大計量(ひょう量) 150kgをこえています(この場合測定できません)

記録シート

- できる限り同じ時間・同じ条件で、継続的にはかりましょう。
- この用紙をコピーして、1か月毎の記録をファイリングしていきますよう。

月/日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
•体重(kg)																															
※																															
•体筋肉率(%)																															
•推定骨量(kg)																															
※																															
•体脂肪率(%)																															
•体水分率(%)																															
※																															
•基礎代謝量(kcal)																															
•BMI値																															
※																															

※記録したい項目に○をつけてご使用ください。または記録したい項目を記入してご使用ください。

持込修理 無料修理規定

- 1.取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書に従った使用状態で、保証期間内に故障した場合のみ、無料修理いたします。
- 2.保証期間内でも、次の場合には有料修理となります。
 - (イ) 使用上の誤り、または、自己修理、分解、調整、改造等による故障及び損傷
 - (ロ) お買い上げ後の輸送、移動、落下等による故障および損傷
 - (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害、塩害、異常電圧、水掛り等による故障及び損傷
 - (ニ) 消耗または摩耗した部品、付属品の交換
 - (ホ) 本書のご提示がない場合
 - (ヘ) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入がない場合、あるいは文字を書きかえられた場合(但し、販売シールや領収書でも未記入事項の代用となります)
 - (ト) 本品本来の用途以外に使用された場合の故障及び損傷
 - (チ) 一般家庭用以外(例:業務用、または業務に準ずる使用方法)で使用された場合の故障及び損傷
- 3.ご贈答、ご転居等で本保証書に記入のお買い上げ販売店に修理をご依頼になれない場合は、弊社修理ご相談センターにお問い合わせください。
- 4.本書は日本国内においてのみ有効です。
This warranty is valid only in Japan.
- 5.本書は再発行いたしませんので、紛失しないように大切に保管してください。

修理メモ

保証書

製 品 名		体重体組成計
型番／品番／色		HB-KG11R3-W / 08-0499 / ホワイト HB-KG11R4-A / 08-0500 / ブルー
★お買い上げ日		年 月 日
保 証 期 間		お買い上げ日より1年
お客様	★ お 名 前	様
	★ご住所 〒	
	★お電話番号 ()	
販売店	★住所 店名 電話 	

(注)★印欄に記入のない場合は無効となりますので、必ずご確認ください。
 ※この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。
 ※この保証書によって保証書を発行してる者（保証責任者）、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
 ※保証期間経過後の修理についてご不明な場合は、お買い上げの販売店または弊社修理ご相談センターにお問い合わせください。
 ※お客様にご記入いただいた保証書の内容は、保証期間内のサービス活動及びその後の安全点検活動のために記載内容を利用させていただく場合がありますのでご了承ください。

輸入事業者：

 株式会社 オーム電機
 〒342-8502 埼玉県吉川市旭3-8
<http://www.ohm-electric.co.jp>

修理に関するご相談は 修理ご相談センターへ
 電話受付 **048-992-3970** 平日 9:00～17:00
 ※土曜・日曜・祝日及び年末年始は除きます

製品に関するお問い合わせは お客様相談室 へ
 ●通話料無料 ●携帯・IP・公衆電話からは
0120-963-006 048-992-2735
 電話受付 平日 9:00～17:00
 ※土曜・日曜・祝日及び年末年始は除きます