

熱中症・インフルエンザ注意機能付き

温湿度計



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。

目 次

目次	1
安全上のご注意	1
製品についてのお願い	2
測定結果についてのご注意	2
各部の名称	3
ご使用方法	3
熱中症・インフルエンザ注意機能	4
メモリー機能について	5
熱中症注意機能(WBGT)と室温、湿度の関係	6
熱中症について	7
熱中症予防のための日常生活における水分補給	8
故障かな?と思ったら	9
製品仕様	9
無料保証規定	10
保証書	11

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。

- 電池や製品を乳幼児の手の届く場所に置かないでください。
- 電池は火中に投じないでください。破裂するおそれがあります。
- 電池の極性の向きを正しく入れてください。間違えると液漏れや破損する原因となります。
- 万一電池の液が目に入ったり、体についた場合は水で洗いすぐに医師に相談してください。



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。

<取り扱いについて>

- ケガや故障の原因になりますので、絶対に加熱や分解、改造などしないでください。
- 過度の衝撃や振動を与えないでください。故障のおそれがあります。
- 本製品は防水仕様ではありません。水中に入れたり水滴がかからないようにしてください。故障の原因になります。
- 落下や衝撃は故障の原因になりますので取り扱いにはご注意ください。
- 本製品は家庭用です。工業用および業務用として使用しないでください。

- 50℃を超える環境下で使用しないでください。また、浴室内では使用しないでください。
- 本製品を廃棄する際は、電池を取り外しお住まいの地方自治体のルールに従ってください。

<保管について>

- 高温になる場所や湿気の多い・水のかかる場所、油・ホコリが多い場所に置かないでください。故障のおそれがあります。
- 長期間ご使用になられないときは電池を取り外して保管してください。

<お手入れについて>

- 本体の汚れはかたく絞った柔らかいふきんで拭き取ってください。汚れがひどいときは中性洗剤をご使用ください。シンナー・ベンジン・ガソリン・灯油・アルコール・漂白剤などは変色、変形、破損のおそれがあるので使用しないでください。

製品についてのご願い

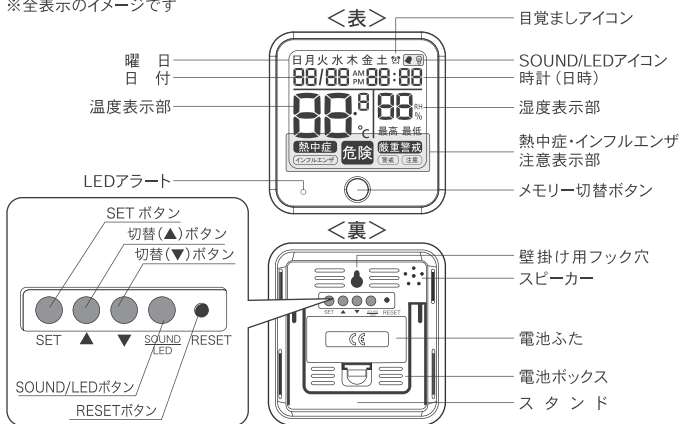
- 本製品は屋内専用です。
- 製品内部に温度と湿度を測定するセンサーがあるため、設置直後は正しく測定できない場合があります。設置後、約2時間経過してから読み取ってください。また温度差の大きい場所を移動させた場合も約2時間経過してから読み取ってください。
- 本製品は家庭用です。病院や研究施設などご家庭以外でのご使用はご遠慮ください。
- 本製品を落としたり、強い衝撃を与えないでください。
- 浴室内では使用しないでください。
- 直射日光が当たる場所や極端な高温(50℃以上)の場所で使用しないでください。また電子レンジなど電磁波を発生する機器の近くでは使用しないでください。
- 湿気の多い場所、直射日光が当たる場所や極端な高温の場所に保管しないでください。
- 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。

測定結果についてのご注意

- 温度と湿度は同じ室内でも場所によって異なる場合があります。エアコン使用時の床からの高さの異なる場所、観葉植物の近く、水槽やシンクなど水の近く、窓際などは特に他の場所と異なる場合が多いのでご注意ください。

各部の名称

※全表示のイメージです



ご使用方法

電池の入れ方・交換

- ①電池ふたを外し、電池ボックスに単4形乾電池2本(別売)を入れてください。
- ②電池ふたを付け、測定したい場所に設置してください。
※電池の極性を正しくセットしてください。
※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。

時計・日付をセットする

セットする順番は、12/24時間表示切替 ⇒ 西暦 ⇒ 月 ⇒ 日付 ⇒ 時間 ⇒ 分です。

- ①「SET」ボタンを長押しします。
- ②文字が点滅している間に「切替(▲・▼)ボタン」で表示を切り替え、「SET」ボタンを押して設定します。約30秒間操作されないと画面が戻ります。もう一度①から始めてください。
※RESETボタンを押すことで時計・日付をリセットします。

目覚ましをセットする

- ①「SET」ボタンを一回押します。「AL」が表示されている間に「切替(▲・▼)ボタン」を押し、目覚まし(☞)を表示させます。
- ②「SET」ボタンを長押し、文字が点滅している間に「切替(▲・▼)ボタン」を押し目覚ましの時間を設定します。
- ③時⇒分の順番で設定します。約30秒間操作されないと画面が戻ります。もう一度①から始めてください。※RESETボタンを押すことで目覚ましをリセットします。

熱中症・インフルエンザ注意機能

本製品では、熱中症 (P6~8) とインフルエンザ (P5) が発生しやすい注意環境を自動でお知らせする温湿度計です。室内の状態をいち早く把握し環境を改善することで、健康管理にお役立てください。

本製品は熱中症やインフルエンザ感染を予防できる商品ではありません

熱中症注意機能 (WBGT参考) を確認する 4段階で表示しています。(詳細P6)

WBGT	熱中症注意表示部
危険 (31℃以上)	熱中症 危険
嚴重警戒 (28℃以上31℃未満)	熱中症 嚴重警戒
警戒 (25℃以上28℃未満)	熱中症 警戒
注意 (25℃未満)	熱中症 注意

インフルエンザ注意機能を確認する 2段階で表示しています。(詳細P5)

インフルエンザ注意機能	インフルエンザ注意表示部
警戒	インフルエンザ 警戒
注意	インフルエンザ 注意

※室内の状態が注意環境ではない場合、熱中症・インフルエンザ注意機能は表示されません。

熱中症・インフルエンザの注意環境を「音」と「光」で知らせる

本製品は熱中症・インフルエンザの注意環境を音と光で知らせる機能を備えております。「SOUND/LED」ボタンを押すことで、音 (🔊) ⇒ 光 (💡) ⇒ 音・光 (🔊💡) ⇒ OFFの順番で「ON/OFF」を切り替えます。音の鳴り方と光の点灯については以下をご参照ください。

	音 (🔊)	光 (💡) LEDアラートが光ります
熱中症 (危険)	6回連続	5秒に2回 (赤色)
熱中症 (嚴重警戒)	2回連続	15秒に1回 (赤色)
インフルエンザ (警戒)	2回連続	5秒に2回 (青色)

メモリー機能について

本製品は電池を入れてから、またはメモリークリアをしてから、最高・最低温湿度を記録する機能を備えております。「メモリー表示切替ボタン」を押すことで、現在温湿度⇒最高湿度⇒最低湿度を順番で表示します。

※メモリー表示切替ボタンを長押しすることで記録が消去されます。



現在温湿度



最高温湿度



最低温湿度

インフルエンザ注意機能と温度、湿度の関係について

本製品ではウイルスが好む環境の目安をより分かりやすくするために、温度と相対湿度から絶対湿度を計算し、室内環境の注意レベルをインフルエンザ注意機能として警戒と注意を表示しています。

インフルエンザ対策の目安	絶対湿度※1	空気の乾燥状態とインフルエンザの流行
警戒	7g/m ³ 以下	空気が特に乾燥してインフルエンザが流行しやすい状態
注意	7g/m ³ を超えて11g/m ³ 以下	空気が乾燥してきてインフルエンザが流行する兆しのみられる状態
ほぼ安心	11g/m ³ を超えて17g/m ³ 以下	空気が湿っていてインフルエンザが流行しにくい状況
	17g/m ³ を超える	空気が大変湿っていてインフルエンザの流行は非常にしにくい状況

(参考)財団法人 宮城県地域医療情報センターホームページ 全国インフルエンザ流行予測より

※1: 相対湿度と絶対湿度について

相対湿度は本製品や天気予報などで使われている湿度のことで、その空気の温度での飽和水蒸量(これ以上空気に溶かすことができない水分量)を100%として、今は水分が何%含まれているかを% (単位)で表します。それに対して絶対湿度は室温に関係なく体積1m³の空気中に含まれる水蒸気の量のことです。g/m³ (単位)で表します。従って、同じ相対湿度60%でも、15℃では絶対湿度8g/m³、25℃では絶対湿度14g/m³と異なります。

熱中症注意機能(WBGT参考)と室温、湿度の関係

WBGT (Wet-bulb globe temperature, 湿球黒球温度)は、熱中症を予防することを目的とした指標です。単位は摂氏度(°C)で示されますが、その値は温度とは異なります。

WBGTは人体と外気との熱のやりとり(熱収支)に着目した指標です。

本製品では室温、相対湿度および湿球温度(換算値)から熱中症になりやすい室内環境の注意レベルを計算し、4段階で表示しています。

本製品では、以下のWBGTを参考に、よりお客様の健康に配慮した注意レベルをお知らせします。

WBGT	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険 (31°C以上)	すべての生活活動で起こる危険性	高齢者においては安静状態でも熱中症になりやすい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
嚴重警戒 (28°C以上31°C未満)		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25°C以上28°C未満)	中等度以上の生活活動で起こる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休息を取り入れる。
注意 (25°C未満)	強い生活活動で起こる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には熱中症になりやすい。

相対湿度(%)

	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
40	28	29	30	31	32	33	34	34	35	36	36	37	38	38	39	39	40
39	27	28	29	30	31	32	33	33	34	35	35	36	37	37	38	38	39
38	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	35	36	36	37	37	38
37	26	27	28	29	29	30	31	32	32	33	34	34	35	35	36	36	37
36	25	26	27	28	29	29	30	31	31	32	33	33	34	34	35	35	36
35	24	25	26	27	28	28	29	30	30	31	32	32	33	33	34	34	35
34	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31	31	32	32	33	34	34
33	23	24	25	25	26	27	27	28	29	29	30	30	31	31	32	33	33
32	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29	29	30	30	31	31	32
31	21	22	23	24	24	25	26	26	27	27	28	29	29	30	30	31	31
30	21	21	22	23	23	24	25	25	26	26	27	28	28	29	29	30	30
29	20	21	21	22	23	23	24	24	25	26	26	27	27	28	28	29	29
28	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	25	26	26	27	27	28	28
27	18	19	20	20	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	26	27	27
26	18	18	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25	26	26
25	17	17	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24	25	25
24	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	24	24
23	15	16	16	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	23	23	23
22	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	22	22	22
21	14	14	15	15	16	16	17	17	18	18	19	19	20	20	21	21	21

室内用のWBGT簡易推定図 ver.4

この図は、「日射のない室内専用」です。屋外では使用できません。また、室内でも日射や発熱体のある場合は使用できません。そのような環境では、黒球付きのWBGT測定器等を用いて評価してください。

(参考)日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4」(2022)より

熱中症について

地球温暖化や都市部のヒートアイランド現象による高温化によって、熱中症予防対策は夏季における健康問題として重要な課題となっています。熱中症はスポーツ活動や労働作業時だけでなく、日常の生活活動時にも多く発生しています。

熱中症に特に注意する人

- 幼児・学童は体温調節機能が未発達であり、保護者の対応が不適切になると発症しやすいです。
- 65歳以上の高齢者、特に75歳以上の後期高齢者は発汗能や口渇感等、体温調節機能が低下します。このために熱中症を発症しやすいです。
- 肥満者は、より体温が上昇しやすい傾向にあるため、熱中症を発症しやすいです。
- 仕事や運動（スポーツ）に無理をしすぎる人、頑張りすぎる人は熱中症を発症しやすいです。
- 基礎疾患（高血圧、心疾患、慢性肺疾患、肝臓病、腎臓病、内分泌疾患など）のある人、寝たきりの人は発症しやすいです。また、熱中症の発症を助長する以下のような薬を服用している人も発症しやすいです。

抗コリン作用のある薬（鎮痙薬※、頻尿治療薬※、パーキンソン病治療薬※、抗ヒスタミン薬、抗てんかん薬、睡眠薬・抗不安薬、自律神経調節薬、抗うつ薬、β遮断薬、ある種の抗不整脈薬、麻薬）は発汗抑制を来たす可能性があります。利尿剤は脱水を来たしやすいです。興奮剤・覚せい剤は代謝を亢進させます。多くの抗精神病薬※は体温調節中枢を抑制する可能性があります。

※医薬品添付文書に、「発汗（あるいは体温調節中枢）が抑制されるため、高温環境では体温が上昇するおそれがある」との記載のある薬品です。

- 発熱、下痢、二日酔い、睡眠不足等、体調不良の場合は発症しやすいです。

（参考）日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4」（2022）より

●日常生活における補給

日常生活における水分補給では基本的に、不感蒸泄や発汗による水分の損失に対する補給が必要です。睡眠時、入浴時にも発汗します。就寝前、起床時、入浴前後にコップ一杯（約200ml）の水分を補給する必要があります。日中はコップ半分程度の水分を定期的に（1時間に1回程度）補給しましょう。のどの渇きを感じる前に水分補給を心掛けましょう。特に高齢者は口渇感等の感覚が衰えており、十分に注意する必要があります。

●運動時や作業時の補給

運動時や作業時の水分の補給量は体重減少量の7～8割程度が目安となります。体重の2%以上の脱水を起こさないよう注意しましょう。大量に発汗する運動時や作業時には水分と同時に塩分補給が重要です。0.2%程度の塩分を含む飲料を補給するよう心掛けましょう。

●飲酒時の補給

アルコールは利尿作用が強く、飲酒量以上の水分を排泄するので、飲酒後は、水分を十分に補給しましょう。

●空調装置使用時の補給

室内は空気が乾燥することから、気がつかないうちに脱水が生じるので、こまめに水分を補給しましょう。

（参考）日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4」（2022）より

故障かな?と思ったら

- 表示部に何も表示しない。または表示が薄い。
⇒電池がセットされているか確認してください。
⇒電池が消耗していないか確認してください。
⇒電池の極性(⊕・⊖)が正しいか確認してください。
- 測定結果が正しくない。
⇒本体背面にホコリ等が付着していないか確認してください。
⇒「製品についてのお願い(P2)」を確認してください。

※温度および湿度測定範囲外の場合は下記表示となりますが、製品の故障ではございません。
-9.9℃未満は「LLL」、温度50℃を超えた場合は「HHH」を表示します。
20%未満は「LL」、湿度95%を超えた場合は「HH」を表示します。

製品仕様

商 品 名	熱中症・インフルエンザ注意機能付き温湿度計
型 番 / 品 番	TEM-301-W/08-1553
温度表示範囲	-9.9~50℃
温度測定精度	10~40℃で±2℃ 左記以外で±5℃
湿度表示範囲	20~95%
湿度測定精度	40~80%で±8% 左記以外で±10%
時計精度	約±40秒/月
外形寸法	(約)幅95×高さ98×奥行21mm
質 量	約100g(電池除く)
材 質	本体 ABS樹脂/表示画面 LCD/パネル部 アクリル樹脂
使用電源	DC3.0V 単4形乾電池×2本(別売)
電池寿命	約1年(新品のアルカリ乾電池使用時)
付 属 品	保証書付取扱説明書

無料修理規定

- 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。
- 保証期間内でも、次の場合には有料修理となります。
 - 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
 - お買い上げ後の輸送、移動、落下等による故障および損傷
 - 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
 - 消耗または摩耗した部品、付属品の交換
 - 本書のご提示がない場合
 - 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、販売店シールや領収書でも未記入事項の代用となります）
 - 本品本来の用途以外に使用された場合の故障及び損傷
 - 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
- 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。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。

This warranty is valid only in Japan.
- 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

OHM 株式会社 オーム電機
〒342-8502 埼玉県吉川市旭3-8
<https://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・日・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

保証書

持込修理

商品名	熱中症・インフルエンザ注意機能付き温湿度計			★お買い上げ日 年 月 日	
型番	TEM-301-W	品番	08-1553	保証期間	お買い上げ日より1年
お客様	★ <small>ふりがな</small> お名前 様				
	★ご住所 〒 -				
	★電話 ()				
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。