

安全上のご注意



誤った取扱をすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示します。



誤った取扱をすると、人が傷害(※1)を負ったり、物的損害(※2)の発生が想定される内容を示します。

※1 傷害とは、治療に入院や長期の通院等を要しない、けがや感電等を示します。

※2 物的損害とは、家屋や家財および家畜やペットにかかわる拡大損害を示します。



禁止(してはいけないこと)を示します。



強制(必ずすること)を示します。

警告



分解禁止

・絶対に分解・修理・改造は行わない。※感電や思わぬけが、製品の故障に繋がる恐れがあります。



禁止

- ・妊娠中の女性、またペースメーカー等体内機器装着者は絶対に使用しない。
※本製品は微弱な電流を体内に流しますので、体内医療用電気機器の誤作動による重大な事故の原因になります。
- ・測定結果は自己判断しない。(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。必ず医師又は専門家の指示に従ってください。
- ・子供等取扱に不慣れな方だけで使わせたり、乳幼児の手の届くところで使用しない。※感電、思わぬけがの原因となります。
- ・本体に飛び乗ったり、本体の上で飛び跳ねたりしない。※思わぬけがの原因となります。

注意



禁止

- ・本製品を本来の使用目的以外には使用しない。
- ・新しい電池と古い電池や種類の異なる電池は併用しない。
- ・ガラス板の端等には体重をかけない。
- ・タイル面や濡れた床など、滑りやすい場所では使用しない。※転倒してけがに繋がる恐れがあります。
- ・濡れた手で使用しない。※滑って転倒する恐れがあります。また正しく計測できない可能性があります。
- ・電子レンジや携帯電話など電波を発する機器の周り 1m 以内で使用しない。※誤作動する恐れがあります。
- ・破損したら使用しない。
- ・不安定な場所で使用しない。
- ・子供の手の届く場所に保管しない。



強制

- ・お手入れの際は、必ず本体から電池を抜く。
- ・長期間使用しない場合は、電池を本体から抜いて保管する。



水場使用禁止

- ・水のかかる場所で使用しない。又、本体を水につけたり、水をかけたりしない。
※感電や思わぬけがの原因となります。



ぬれ手禁止

- ・濡れた手で電池の取り扱いは行わない。
※感電の原因となります。

使用上のご注意

内容を守らないと、製品の動作に問題が生じたり製品本体の故障や劣化に繋がる注意事項、又その他の注意を示します。

- 畳・絨毯等の上では正しい測定が出来ない場合があります。硬く平らな床の上に置いて測定してください。
- 体脂肪率・水分率・筋肉率・推定骨量・内臓脂肪量・基礎代謝・BMI の測定を行なう際は、靴下やストッキングを脱ぎ、足の裏の汚れを落とした素足の状態で測定してください。
- 測定値に誤差が生じる可能性がありますので、起床直後を避け食後2時間以上経過した同じ時間帯に測定してください。又、過度の飲食、極度の脱水症状の時は測定を避けてください。
- ユーザー登録は10歳から可能ですが、成長期は体内環境が大きく変動するため、成長期の17歳までは体脂肪率・水分率・筋肉率・推定骨量・内臓脂肪量・基礎代謝の数値は安定しません。
- 体重以外の測定項目は、からだの電気抵抗値等から算出した推定値です。BMIは計算値です。
- 日本の各地域の重力値には若干の差があります。ご使用される地域によって計量値に若干の差が出ます。
- 高温になる所、湿気が多い所、直射日光の当たる所への保管や放置はおやめください。
- 落とす・ぶつける等、製品本体に強い衝撃を与えないでください。
- お手入れの際、シンナー・ベンジン等の揮発性有機溶剤のご使用はおやめください。
- この製品は一般家庭用です。業務用でのご使用はおやめください。

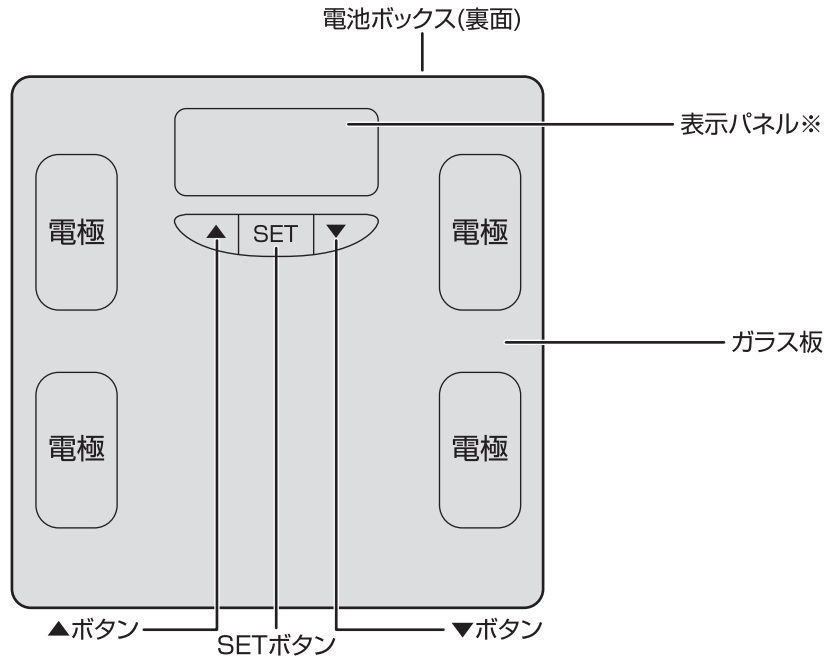
機能

- 体重・体脂肪率・水分率・筋肉率・推定骨量・内臓脂肪量・基礎代謝・BMIの測定
- 10人のユーザー登録

※ユーザー登録は10歳から可能ですが、成長期は体内環境が大きく変動するため、成長期の17歳までは体脂肪率・水分率・筋肉率・推定骨量・内臓脂肪量・基礎代謝の数値は安定しません。

各部名称

本体



※表示パネル

ユーザー番号

cm 単位(センチメートル)

1/2 % 単位(パーセント)

kg 単位(キログラム)

Age 年齢

BMI

KCAL

【設定可能範囲】

年齢：10～100歳

身長：100～250cm

【測定可能範囲】

体重：2～150kg

☼：体脂肪率

☼：水分率

☼：筋肉率

☼：推定骨量

☼：内臓脂肪

♂：男性

♀：女性

BMI：肥満度

KCAL：基礎代謝

BMIアイコン

⊏：痩せ

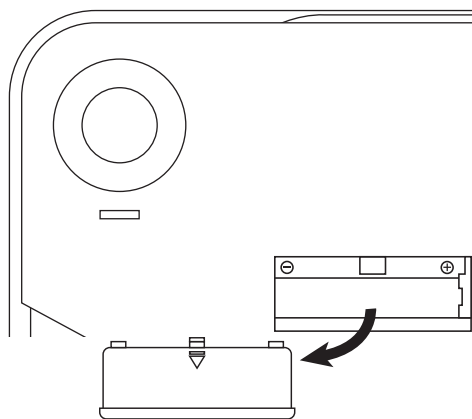
⊏：痩せ気味

⊏：標準

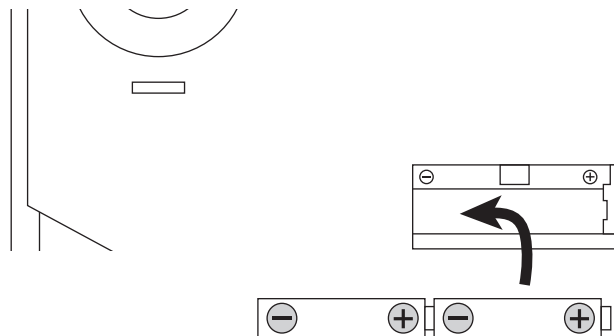
⊏：太り気味

⊏：肥満

電池のセット



- ① 本体裏面の電池ボックスのフタを開け、電池ボックスを開けます。



新しい単4形乾電池2個（別売）

- ② 新しい単4形乾電池2個（別売）をプラス・マイナスの向きに気を付けて、上図のように正しくセットしフタを閉めます。

ユーザー登録

※SET・▲・▼の各ボタンは、タッチパネルボタンですので、触れると反応します。
※年齢・身長の設定時に▲・▼のボタンを長押し(触れ続ける)と、数字を速くおくる事ができます。
※登録中、無操作状態が約15秒続くと自動で電源がOFFになり、表示が消えます。
※設定画面の表示は5秒間です。5秒過ぎると終了します。

- ① 本体を平らな床に置きます。

- ② SETを押します。 ⇒表示パネルが点灯し、ユーザー番号が点滅します。

- ③ ▲・▼でユーザー番号(1~10の中から)を選択し、SETを押します。 ⇒性別が点滅します。
※ユーザーは10人まで登録可能です。

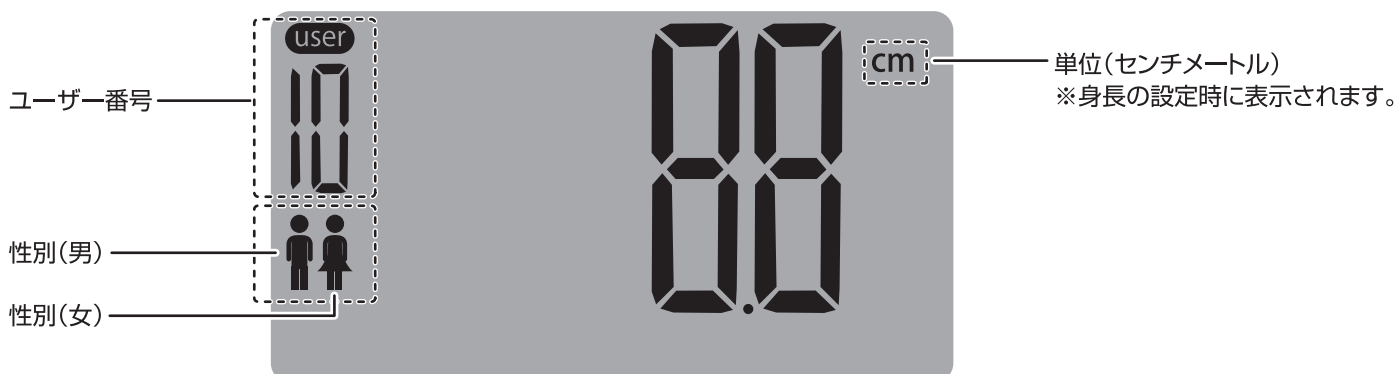
- ④ ▲・▼で性別を選択し、SETを押します。 ⇒身長が点滅します。



- ⑤ ▲・▼で身長を設定し、SETを押します。 ⇒年齢が点滅します。
※設定可能範囲は、100~250cmまでです。

- ⑥ ▲・▼で年齢を設定し、SETを押します。 ⇒ユーザー登録が完了します。
※設定可能範囲は10~100歳までです。

ユーザー画面



測定方法：体重のみを測定する

- ※畳、絨毯等の上では正しい測定が出来ない場合があります。硬く平らな床の上に置いて測定してください。
- ※転倒の恐れがありますので、ガラス板の端等には体重をかけないでください。
- ※足でガラス板のボタンを踏まないようご注意ください。



① 本体を平らな床に置きます。

② 静かにガラス板の上に乗ります。表示パネルが表示されます。

※パネルが表示されない場合はガラス板をたたくように踏んでください。

※ガラス板には静かに乗り、測定中は動かないようにしてください。体を揺らす等して動くと、測定できません。

③ 測定が終わると結果(体重)が点滅し、その後約3秒間表示されます。

※約3秒表示された後は、自動で電源がOFFになり、表示パネルが消えます。

測定方法：体重・体脂肪率・水分率・筋肉率・推定骨量・内臓脂肪量・基礎代謝・BMIを測定する

※畳、絨毯等の上では正しい測定が出来ない場合があります。硬く平らな床の上に置いて測定してください。

※転倒の恐れがありますので、ガラス板の端等には体重をかけないでください。

※体脂肪率・水分率・筋肉率・推定骨量・内臓脂肪量・基礎代謝・BMIの測定を行なう際は、靴下やストッキングを脱ぎ、足の裏の汚れを落とした素足の状態で測定してください。

※測定値に誤差が生じる可能性がありますので、起床直後を避け食後2時間以上経過した同じ時間帯に測定してください。又、過度の飲食、極度の脱水症状の時は測定を避けてください。



① 本体を平らな床に置きます。 ⇒SETボタンを押して、ユーザー情報を表示させます。

② ▲・▼を押すと、ユーザーが切り替わります。

▲・▼でユーザー番号(自分の性別・身長・年齢を設定したユーザー番号)を選択してください。

③ パネルの表示が0.0kgになってから、静かにガラス板の上に乗り、姿勢を正します。

※ガラス板には静かに乗り、測定中は動かないようにしてください。体を揺らす等して動くと、測定できません。

※腰を曲げたり、膝を曲げ腰を低くしたり、姿勢が悪いと正しい測定ができません。

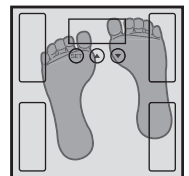
※必ず電極を踏むように乗ってください。

※足でガラス板のボタンを踏まないようご注意ください。

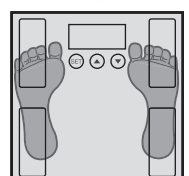
※下記のような状態の場合、正常な測定ができません。

- かかとの表面が堅い(角質層)状態
- 測定中に動いた場合
- 正しく電極に接していない場合
- ヒザを曲げたり、座ったまま測定した場合
- 足の内側(内股)が接している場合(乾いたタオル等をはさんで測定してください)
- 体調不良の場合(二日酔い、暴飲暴食のすぐ後、下痢、発熱等)
- 多量の発汗後(サウナや長湯、激しい運動の後等)

電極を踏んでいない
ボタンを踏んでいる



電極を全て踏んでいる

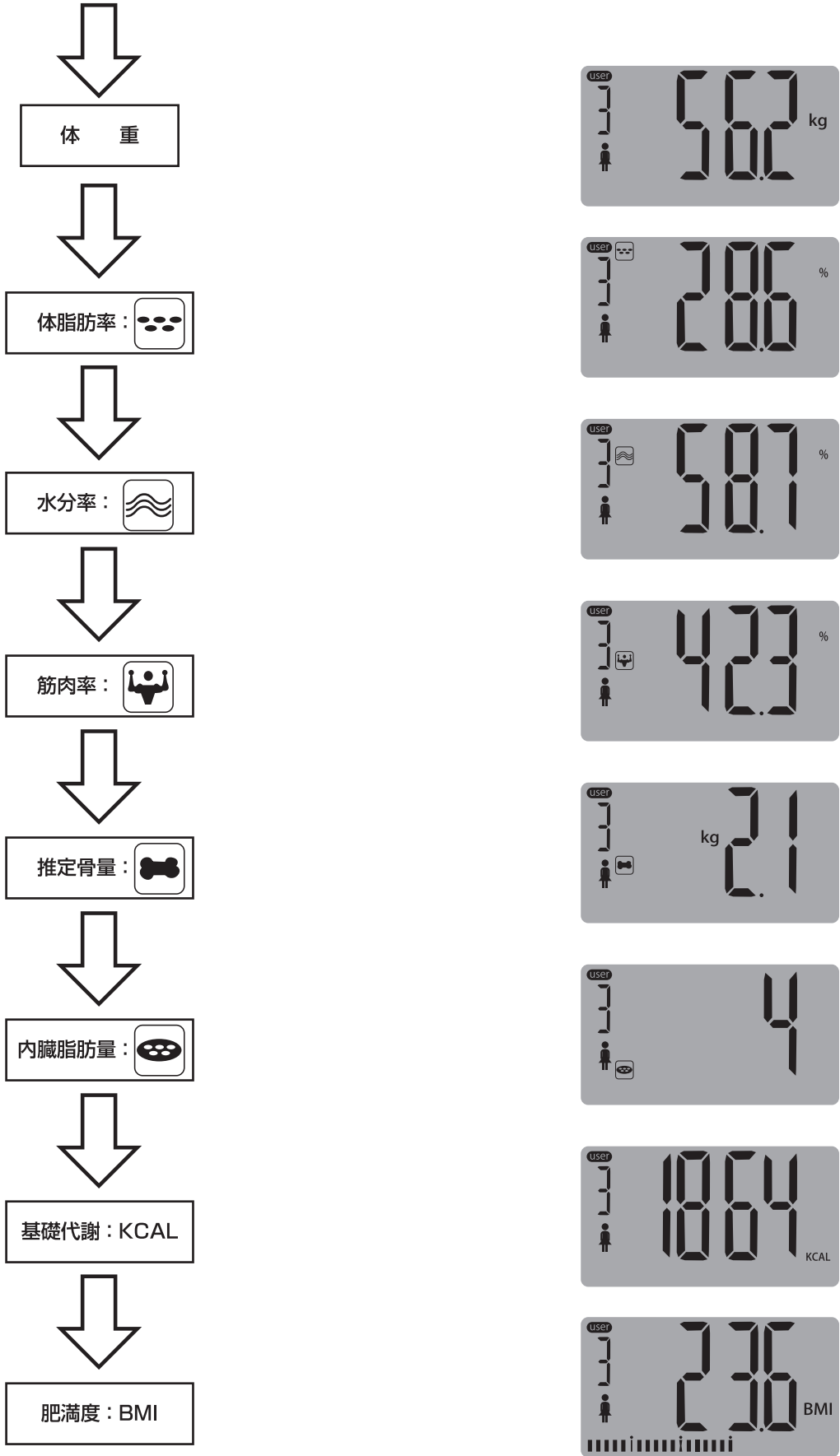


測定は姿勢よく

測定中…

0000

④ 体重の測定がはじまり、測定が終わると結果が表示され、体重が1回点滅した後に測定結果が下記の順に表示されます。
※測定中は体重計からおりないでください。結果が表示されると測定終了です。体重計からおりてください。



※この表示を3回繰り返す、その後自動で電源がOFFになります。 ※測定結果の読み取りはP6、7【測定値の目安表】【測定値について】をご参照ください。

測定値の目安表 ※あくまでも目安です。

※測定結果はあくまでも参考値であり、日常の生活や環境、測定時間により差が生じることがあります。

※次のような方は本製品の測定結果と真の体脂肪率に差が生じる場合がありますので、参考値としてみられることをお勧めします。

成長期の児童 / 高齢者、閉経以降の女性 / 骨密度が非常に低い骨粗鬆症の方 / むくみ症の方 / ボディビルダーや相撲力士等、スポーツを職業とされている方、また、それに近い方

※ユーザー登録は10歳から可能ですが、成長期は体内環境が大きく変動するため、成長期の17歳までは体脂肪率・水分率・筋肉率・推定骨量・内臓脂肪量・基礎代謝の数値は安定しません。

♂ 男性 身体計測値							
年齢	傾向	脂肪率(%)	水分率(%)	筋肉率(%)	推定骨量(kg)	内臓脂肪	基礎代謝(kcal)
~20歳	痩せ気味	~12	~46	~38	2.0~4.1	1~9	~1200
	標準	12~20	46~69	38~56			1200~2600
	太り気味	20~	69~	56~		10~	2600~
20歳~30歳	痩せ気味	~13	~48	~43	2.1~4.0	1~9	~1150
	標準	13~21	48~69	43~64			1150~2800
	太り気味	21~	69~	64~		10~	2800~
30歳~40歳	痩せ気味	~15	~45	~48	1.8~4.0	1~9	~1100
	標準	15~23	45~68	48~69			1100~2400
	太り気味	23~	68~	69~		10~	2400~
40歳~50歳	痩せ気味	~16	~43	~46	1.9~3.8	1~9	~1030
	標準	16~24	43~68	46~62			1030~2150
	太り気味	24~	68~	62~		10~	2150~
50歳~60歳	痩せ気味	~17	~43	~44	1.9~3.7	1~9	~980
	標準	17~25	43~65	44~59			980~2060
	太り気味	25~	65~	59~		10~	2060~
60歳~	痩せ気味	~18	~42	~41	1.6~3.7	1~9	~720
	標準	18~26	42~65	41~58			720~1750
	太り気味	26~	65~	58~		10~	1750~

♀ 女性 身体計測表							
年齢	傾向	脂肪率(%)	水分率(%)	筋肉率(%)	推定骨量(kg)	内臓脂肪	基礎代謝(kcal)
~20歳	痩せ気味	~17	~43	~35	1.8~3.9	1~9	~1100
	標準	17~25	43~68	35~56			1100~2400
	太り気味	25~	68~	56~		10~	2400~
20歳~30歳	痩せ気味	~17	~43	~38	1.5~3.8	1~9	~1050
	標準	17~25	43~67	35~58			1050~2600
	太り気味	25~	67~	58~		10~	2600~
30歳~40歳	痩せ気味	~19	~40	~42	1.5~3.8	1~9	~1000
	標準	19~27	40~69	42~58			1000~2200
	太り気味	27~	69~	58~		10~	2200~
40歳~50歳	痩せ気味	~20	~42	~40	1.6~3.7	1~9	~950
	標準	20~28	42~68	40~56			950~2050
	太り気味	28~	68~	56~		10~	2050~
50歳~60歳	痩せ気味	~21	~42	~39	1.5~3.6	1~9	~950
	標準	21~29	42~65	39~55			950~2000
	太り気味	29~	65~	55~		10~	2000~
60歳~	痩せ気味	~21	~41	~35	1.5~3.5	1~9	~600
	標準	21~29	41~64	35~51			600~1500
	太り気味	29~	64~	51~		10~	1500~

体脂肪率 / 水分率について

- 体脂肪率は体重の内、体脂肪が占める割合を表します。
- 水分率は体重の内、体水分量が占める割合を表します。体が大きい人、筋力のある人程水分量は多くなります。

筋肉率について

- 筋肉率は体重の内、体を動かす筋力がどのくらいあるかを表します。筋力が基準値より多い程太りにくい体質と言われます。

推定骨量について

- 推定骨量は骨全体に含まれるミネラル(カルシウム等)の量を表します。

内臓脂肪について

- 内臓のすき間につく脂肪で、皮下脂肪よりも生活習慣病の要因と言われています。
- 生活習慣病を予防するために、大切な目安です。

基礎代謝(KCAL)について

- 基礎代謝は呼吸をする・心臓を動かす・体温を保つ等、生きていく上で必要なエネルギーを表します。睡眠中にもエネルギーは消費され、基礎代謝量が多いと太りにくい体質と言われています。
- ※P6の目安表は、年齢別標準体重の基礎代謝値です。また、基礎代謝量を体重で割ると基礎代謝基準値(体重1kgあたりの基礎代謝)が算出され、1日に体重1kgあたりにどれだけ消費できるかがわかります。

BMI値の目安

- BMIは肥満度を示す国際的な基準です。計測を行った人の身長と体重から算出します。理想的な数値は「22」と言われています。

痩せ	痩せ気味	標準	太り気味	肥満
14.4以下	14.5 ~ 18.4	18.5 ~ 23.9	24.0 ~ 27.9	28以上

エラー表示の原因

Lo 電池の残量が少なくなっています。
正しい測定が出来ない可能性があるため新しい電池と交換してください。

Err 負荷のかかり過ぎで測定できません。

Err0 電極がしっかりと踏めていません。
また、靴下やストッキングを履いていたり、足の裏が汚れている状態でも測定できません。

FAEL 体脂肪が少なすぎる(4%以下)ため、測定できません。

FAEH 体脂肪が多すぎる(60%以上)ため、測定できません。

[エラーが発生しました。表示が0になります。再度、測定してください。

お手入れ方法

※本体は防水ではありません。水につけたり、水をかけたりしないでください。

※シンナー・ベンジン等の揮発性有機溶剤のご使用はおやめください。

●本体が汚れた場合は、水を含ませてかたく絞った布等で拭いてください。

仕様

※商品の仕様及び外観等は、予告なく変更する事があります。

寸法	約W30×D26×H2cm	重量	約1.4kg	材質	強化ガラス HIPS TPU
電源方式	乾電池式：単4形アルカリ乾電池2本使用（別売）			ひょう量(最大計量)	150kg
計量精度	2kg～75kgまで：±200g 75kg超～150kgまで：±300g		目量(最小表示)	0.1kg	

■計量範囲 ※体脂肪率・水分率は対象年齢10～70歳です。

体重	2kg～150kg(0.1kg単位)
体脂肪率	約4～60%(0.1%単位)
水分率	約27～66%(0.1%単位)
筋肉率	約20～60%(0.1%単位)
推定骨量	約0.5～6.0kg(0.1kg単位)
基礎代謝	約500～5000kcal(1kcal)

■ユーザー設定範囲

年齢	10～100歳
身長	100～250cm
ユーザー	10人

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



本製品は計量法に定められた技術基準で製造されております。また、本製品は一般家庭での測定を目的として製造されておりますので、多少の誤差が生じることがあります。業務用など品物の取引やその他、目方を証明する場合にはご使用になれません。

KEEPS 体重体組成計 カラダスケール 保証書

日本国内専用 For use in Japan only.

品番	MEHR-10WH/BK	お買上げ日	年	月	日
お客様	お名前		ご住所 〒		
	電話番号 ()				
取扱販売店	販売店名/住所/電話番号				

保証期間はご購入日より6ヶ月間です。保証期間内でも次のような場合は保証致しかねます。●使用上の誤り及び不当な修理や改造による故障及び損傷。●ご購入後の落下等による故障及び損傷。●火災、地震、落下、水害、その他の天災地変、異常電圧による故障及び損傷。●一般家庭以外(例えば、業務用の長時間使用、車両船舶への搭載等)に使用された場合の故障及び損傷。●本書のご提示がない場合。●本書にお買上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えた場合。●インターネットオークション(オークションストア含む)、リサイクルショップ、フリマアプリ、個人事業主、個人間取引(譲渡等含む)等で購入した物。

【輸入事業者】

株式会社 マクロス
〒130-0012
東京都墨田区太平2-10-10
ユニタビル錦糸町

【お客様サポート窓口】 TEL:03-3829-5525 受付:月曜日～金曜日 【URL】 <https://macros.ne.jp/>