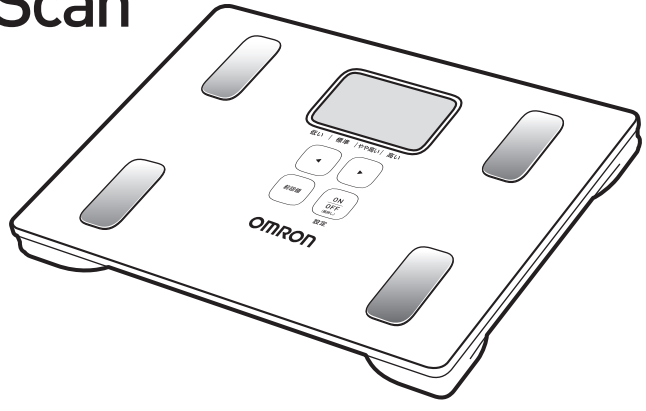


# 取扱説明書

オムロン 体重体組成計

HBF-235

Karada Scan



このたびは、オムロン製品をお買い上げいただきありがとうございます。

安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。

本書は、いつもお手元においてご使用ください。

本書は、品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。

本書に記載しているイラストはイメージ図です。

製品のお問い合わせ、別売品や消耗品のご注文、修理のご依頼は

オムロンヘルスケア お客様サポート  
<https://www.healthcare.omron.co.jp/support/>  
オムロンお客様サービスセンター  
TEL 0120-30-6606 (通話料無料) FAX 0120-10-1625 (通話料無料)  
受付時間 9:00~19:00(土日を除く月~金)  
〒515-8503 三重県松阪市久保町1855-370 ※都合により、お休みや受付時間の変更をさせていただきます場合があります。

5685555-0A

## 保証規定・品質保証書

### 保証規定

- 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書きにしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後1年以内に故障した場合には無償修理または交換いたします。
- 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、オムロンお客様サービスセンターにご連絡ください。
- 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
  - (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
  - (ロ) お買い上げ後の落下など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、公害や電源の異常電圧、指定外の使用電源(電圧、周波数)などによる故障および損傷。
  - (ニ) 品質保証書の提示がない場合。
  - (ホ) 品質保証書にお買い上げ年月日、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られた場合。
  - (ヘ) 消耗部品。
  - (ト) 故障の原因が本製品以外に起因する場合。
  - (チ) その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。
- 品質保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
- 品質保証書は本規定に明示した期間、条件のもとにおいて無償保証をお約束するものではありません。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
- 補修用部品は製造打ち切り後、最低6年間保有しています。

品質保証書	
このたびは、オムロン製品をお買い求めいただきありがとうございました。製品は厳重な検査をおこない品質を確保しております。しかし通常の使用において万一、不具合が発生したときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償にて修理、また故障内容や製品によっては、交換あるいは他機種との交換をいたします。	
※製品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。 This warranty is valid only in Japan.	※以下のいずれかを必ず行ってください。 <ul style="list-style-type: none"><li>・販売店での正しく記入、確認していただく。</li><li>・販売店で発行されたお買い上げを証明するもの(レシートやシールでも可)を本品質保証書に貼付または保管いただく。</li></ul>
販売商品コード HBF-235-JB / HBF-235-JPK / HBF-235-JW	お買い上げ店名
輸入元 オムロンヘルスケア株式会社 〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪53番地	お買い上げ年月日 年 月 日

## 1 安全上のご注意

- お使いになる前に必ずお読みください。
- ここに示した内容は、製品を安全に正しくご使用いただき、使用者や他の人々への危害、財産への損害を未然に防止するためのものです。

警告、注意について	
▲危険	誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危害が切迫して生じることが想定されます。
▲警告	誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負うことが想定されます。
▲注意	誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う、または物的損害*の発生が想定されます。

\* 物的損害とは、家屋や家財、および家畜やペットに関わる拡大損害を示します。

▲危険
下記の医療機器との併用は、絶対しない。 <ul style="list-style-type: none"><li>・ペースメーカーなどの植込み型医療機器</li><li>・人工心臓などの生命維持用医療機器</li><li>・心電計などの装着型医療機器</li></ul> ▶誤動作により、生命に著しい障害をもたらす原因になります。

▲警告
・乳幼児などの手の届くところに保管しない。 ▶電池など小さな部品を飲み込み、窒息や傷害に至ることがあります。
・足に炎症を起こしたときは、ただちに使用を中止し、医師に相談する。
・本機を倒したり落としたり、上に物を落とすなど本機に強い衝撃を与えない。 ・本機に飛び乗らない、本機の上で跳ねたりしない、本機の端に乗らない。
・体や床がぬれていたり、すべりやすいところでは使用しない。
・風呂上がりなど、体や手足がぬれている状態で測定しない。
・衝撃によるガラスの破損や転倒などにより、けがの原因になります。 ▶本機の故障により、正しく測定できないことがあります。
・身体の不自由な人には1人で使用させない。 ▶転倒などにより、けがの原因になります。介護の方が付き添いのうえ、ご使用ください。

▲注意
・減量や運動療法などを自己判断で行わない。 ▶健康を害する原因になります。医師や専門家の指導を受けてください。
・測定中に本機の近くで携帯電話やスマートフォンを使用しない。 ▶誤動作の原因になります。
・測定するときは素足で乗る。 ▶すべってけがをする原因になります。また、正確な測定ができません。
・本機を分解したり、改造したりしない。 ▶本機の故障や破損、けがの原因になります。
・指定外の場所や条件で保管したり、使用したりしない。 ▶正しく測定できないことがあります。
・業務用(病院など)では使用しない。 ▶家庭用計量器の基準に適合しています。業務用に要求されている機能は備えていません。
・電池の液が目に入ったら放置しない。すぐに多量の水で洗い流し、医師の指導を受ける。
・電池の⊕/⊖極を間違えて入れない。
・指定外の電池を使用しない。
・新しい電池と古い電池を混ぜて使用しない。
・メーカーや銘柄の異なる電池を混ぜて使用しない。
・電池を使い切ったときや長期(3カ月以上)使用しないとき、電池を本機に入れたままにしない。
・使用推奨期限の過ぎた電池を使用しない。 ▶けがの発生や本機故障の原因になります。

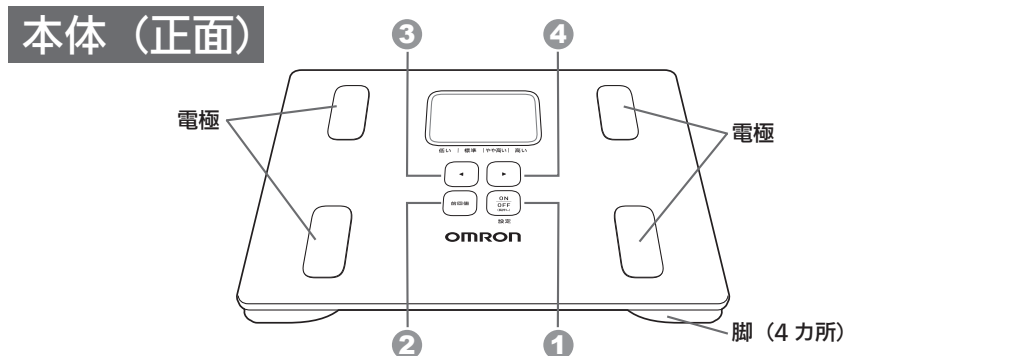
## 2 入っていますか？

- ✓ 矢のものがすべてそろっていることを確認してください。

- 本体
- 取扱説明書 (本書:品質保証書付き)
- お試し用電池 (単4形マンガン乾電池4個)

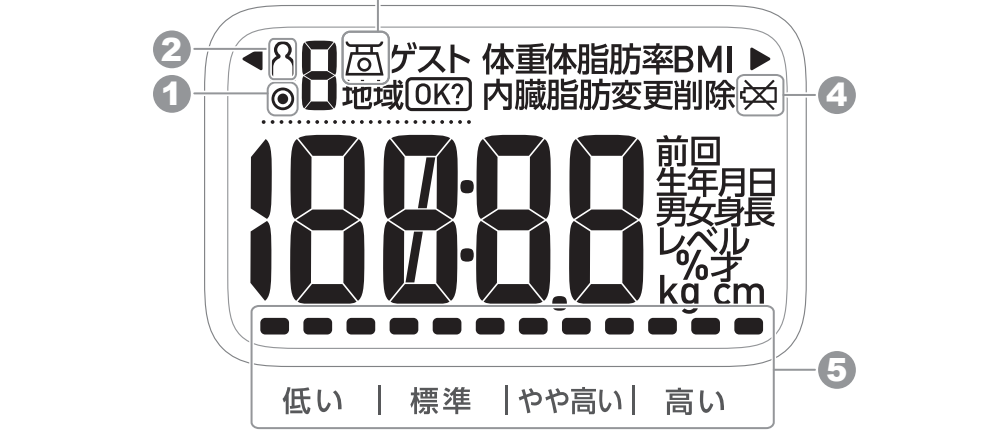
- ・万一、不足や損傷がありましたら、お買い求めいただいた販売店またはオムロンお客様サービスセンターにお問い合わせください。(※「12. サポート情報」)

## 3 各部の名前



番号	機能
1	[ON/OFF/設定] タッチボタン ●電源ON…触れる ●電源OFF…長押し ●値の確定…触れる
2	[前回値] タッチボタン 前回の測定結果を確認するときに使います。
3	[戻る] タッチボタン 測定結果を確認するときや個人番号を選択するとき、個人データを設定するときなどに使います。
4	[進む] タッチボタン 測定結果を確認するときや個人番号を選択するとき、個人データを設定するときなどに使います。

### 表示部



1	◎	操作マーク タッチボタンに触れたときに点灯。
2	人	個人番号表示マーク 個人番号が表示されたときに点灯。
3	体重マーク	体重マーク 体重のみの測定時に点灯。
4	電池交換マーク	電池交換マーク ●電池交換する準備が必要ときに点滅。 ●電池交換が必要ときに点灯。
5	低い   標準   やや高い   高い	体脂肪率判定を4段階(低い/標準/やや高い/高い)、内臓脂肪率レベル判定を3段階(標準/やや高い/高い)で表示。(※「14. 体組成の指標」)

## 4 電池を入れる

- 本機を使って測定を始めるには、本体に電池を入れる必要があります。電池は単4形マンガン乾電池(または単4形アルカリ乾電池)を4個使います。充電式電池は、使用回数が極端に短くなったり、誤動作の原因になるため、使わないでください。

- 本機を裏返し、電池カバーを取り外す
  - 電池カバーのツメを矢印方向に押ししてロックを外す
  - 電池カバーのツメを上方向に持ち上げる
- 本機の表示に合わせて電池を入れる
  - ・ばねの出ているほうが⊖極です。
- 電池カバーを閉める

### 電池の寿命と交換について

- 約6カ月測定できます。(単4形マンガン乾電池使用時、1日4回測定、当社試験条件による)
  - 付属の電池はお試し用です。早めに寿命が切れることがあります。
- ×のマークが点灯表示されたときは、電池残量がなくなっています。電池交換マーク
  - すべて同時に新しい電池(同じ種類のもの)と交換してください。
  - 電池残量が少なくなると、×のマークが点滅します。新しい電池を準備してください。
- 電源が切れている状態で電池を交換してください。
  - 電池を交換しても、個人データは保持されます。
  - 交換した電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

### 電源OFFについて

- [ON/OFF]に3秒以上触れると「OFF」を表示して電源が切れます。
  - 「Err」が表示された場合(約10秒後)
  - 「0.0 kg」が表示されているときに、約1分間何も操作をしなかった場合
  - 他のとき、約3分間何も操作をしなかった場合

## 5 初期設定をする

- 初めてご使用になるときに電池を交換したときは初期設定をしてください。

- 地域番号を設定する
    - 重力加速度の影響を補正するため、地域番号を設定します。
    - 1 [ON/OFF/設定]に触れて電源を入れる
      - 電源が入り、地域番号「2」が点滅します。
    - 2 次の表から該当する地域番号を選ぶ
      - [ON/OFF/設定]で地域番号を選び、[ON/OFF/設定]で決定します。
- |      |                         |      |
|------|-------------------------|------|
| 地域番号 | 北海道 青森県 岩手県 秋田県 宮城県 山形県 |      |
| 1    | 福島県 茨城県 栃木県 新潟県 富山県 石川県 |      |
| 地域番号 | 2                       | 上記以外 |

## 2 日付と時刻を設定する

- 「年」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「年」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「年」を決定
- 「月」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「月」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「月」を決定
- 「日」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「日」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「日」を決定
- 「時」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「時」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「時」を決定
- 「分」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「分」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「分」を決定

- 「分」を設定すると、設定した「地域」、「年・月・日」、「時・分」が表示されてから電源が切れます。
- お知らせ
  - 設定中に間違えた場合は、[ON/OFF/設定]に3秒以上触れて電源を切り、「1. 地域番号を設定する」から操作し直してください。
  - 設定中に何も操作しない状態が3分以上続くとき、自動的に電源が切れます。「1. 地域番号を設定する」から操作し直してください。
  - 設定した地域・日付・時刻を修正する場合は、電池をいったん抜いて約20秒以上経過してから、再度電池を入れ、「1. 地域番号を設定する」から操作し直してください。

## 6 個人データを登録する

- 体組成を測定するためには、個人データをあらかじめ登録しておく必要があります。本製品は、最大4名の個人データを登録できます。個人データを登録していない方も、体組成測定ははかることができます。(※「8. 体組成を測定する」の「記録しない測定する」)

- [ON/OFF/設定]に触れて電源を入れる
  - 電源が入り、個人番号「1」が点滅して、「生年月日(---/---/---)」と表示されます。
- 個人番号を選択する
  - [ON/OFF/設定]で登録したい個人番号を選び、[ON/OFF/設定]で決定します。
- 生年月日を設定する

- 「年」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「年」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「年」を決定
- 「月」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「月」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「月」を決定
- 「日」を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「日」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「日」を決定

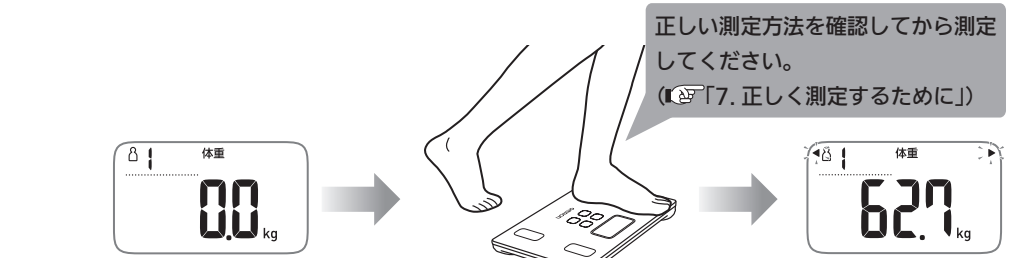
- 性別を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「男」または「女」を選ぶ
  - [ON/OFF/設定]で性別を決定

- 身長を設定する
  - [ON/OFF/設定]で「身長」を変更
  - [ON/OFF/設定]で「身長」を決定

- 「身長」を設定すると、設定した「生年月日」、「性別・年齢」、「身長」が表示されてから「0.0 kg」と表示されます。

## 6 「0.0 kg」と表示されたら、本機の上に乗って測定する

- 自動認識できるように体組成のデータが本機に記録されます。(※「8-1. 自動認識機能を使ってはかる」)
- しばらくすると、下図のように測定結果が表示されます。



- 測定結果が表示されたら、本機から降りる
  - 個人データの登録は以上で完了です。
- [ON/OFF/設定]に3秒以上触れて、電源を切る
  - 別の個人データを登録するときは、手順1から操作してください。

## 7 正しく測定するために

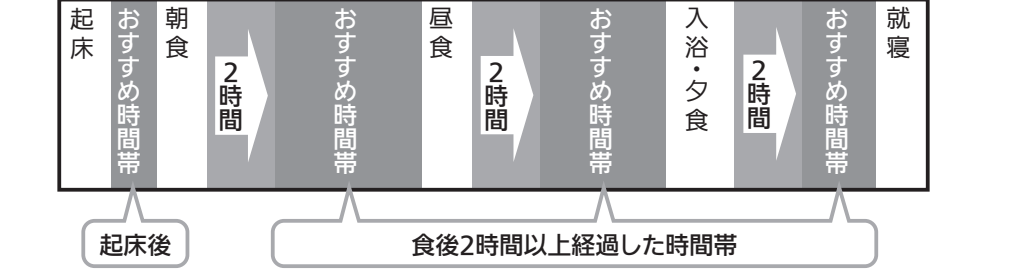
- 正しく測定するために、次の事項を守ってください。

### 正しい測定方法を確認する

- 測定中はひざを曲げない
- 素足で土踏まずが本機の中央にくるように乗る
- 硬くて平たな床面に置く
- 畳やじゅうたんなど柔らかい床面では、正確に測定できません。
- 靴下などを履いたまま乗ると、正確に測定できません。足裏が電極に密着するように乗ってください。

### 測定に適した時間帯・測定対象

- 次の時間帯が測定に適しています。
  - ・起床後、朝食前
  - ・朝食後2時間以上経過した昼食前
  - ・昼食後2時間以上経過した夕食前
  - ・夕食後2時間以上経過した就寝前



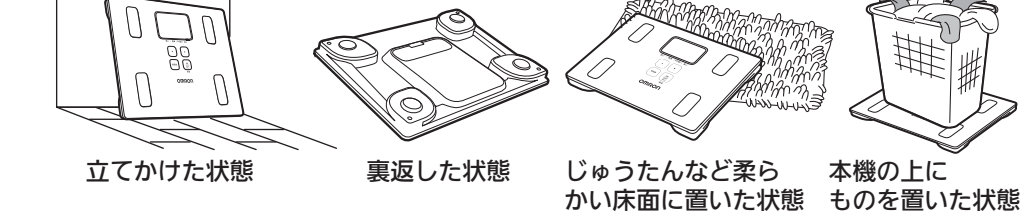
- この製品は、6才以上の日本人を対象としています。次のような方は、正しく測定できない場合があります。
  - ・高齢者/風邪などで発熱中の人/妊娠中の人/骨の密度が非常に低い骨粗しょう症患者/むくみのひどい人/人工透析患者/ボディビルダーやスポーツを職業にしている人またはそれに近い人
  - ・体内水分量などの体組成が、平均的な値と差が大きい可能性があるためです。

### 本製品を設置する

- 本製品は、本機に乗っていないときの重さが「0 kg」になるように、定期的に精度を補正しています。本製品を設置するときは、硬くて平ら、かつ水平な床面に置くようにしてください。

### 「0 kg 補正」が必要な場合

- 以下のような状態で本機を置いていたときは、実際とは異なる測定値が表示されることがあるため、0 kg 補正を行う必要があります。



### 「0 kg 補正」をする

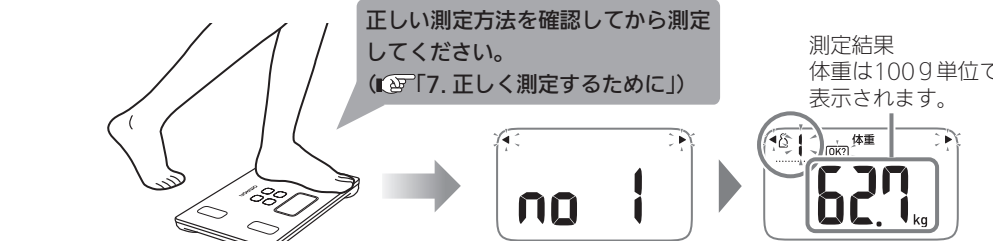
- 本機を硬くて平ら、かつ水平な床面に置く
- [ON/OFF/設定]に触れて電源を入れる
- 床に置いたまま、[ON/OFF/設定]に3秒以上触れて、電源を切る
  - 電源を切って5秒以上待ってから測定してください。



# 8 体組成を測定する

## 8-1. 自動認識機能を使ってはかる

- 本機の上に乗るだけで電源が入り、個人番号を自動的に認識して測定します。
- 1 電源 OFF の状態で本機の上に乗る**
  - 硬くて平ら、かつ水平な床面に置いていなかったときは、「0 kg 補正」をしてください。（☞P7. 正しく測定するために。）
  - 本機の上に乗ると、自動的に電源が入り、推定された個人番号と測定結果が表示されます。



- 2 測定結果が表示されたら、本機から降りる**
- 3 推定された個人番号が合っているかを確認する**
  - 本製品は体重と体組成から自動的に個人番号を推定します。ただし、体形が似ている人や体重の近い人が測定すると、正しい個人番号が表示されない場合があります。

個人番号が合っているとき	個人番号が合っていないとき
（設定）に触れて個人番号を決定する 推定された個人番号	1 <b>個人番号が合っていないとき</b> 1 <b>個人番号が合っていないとき</b> 推定された個人番号
個人番号が確定し、 <b>[OK]</b> が消えます。	個人番号が確定し、 <b>[OK]</b> が消えます。
2 <b>（設定）に触れて個人番号を決定する</b>	2 <b>（設定）に触れて個人番号を決定する</b>

- 個人番号を間違えて決定してしまったときは、**[設定]**に触れて選び直してください。
- 「no 1」～「no 4」が点滅表示されたとき、または「ゲスト」が表示されたときは、個人データが登録できていません。
  - [設定]**に触れて個人番号を決定する

- 4 測定結果を確認する**
  - 結果は自動的に切り替わります。
  - 個人番号を確定した後、**[設定]**で見たい測定値に切り替えられます。

	体重 体重を表示。
	体脂肪率 体重のうち、体脂肪の重さが占める割合を判定結果とともに表示。
	内臓脂肪レベル 内臓のまわりについての脂肪面積のレベル値を判定結果とともに表示。
	BMI 肥満度を判定する数値を表示。理想体重はBMI「22」のときです。

\* --- が表示されている部分を判定の目安にしてください。  
画面の例は、体脂肪率判定：標準 内臓脂肪レベル判定：標準 です。  
(指標について詳しくは☞P14. 体組成の指標。)

## 前回値を確認する

- 前回の測定結果を表示させたいときは、個人番号を確定した後（**[OK]**が表示されていない状態で）**[前]**（前回値）に触れてください。
- もう一度、**[設定]**（前回値）に触れると今回の測定結果に戻ります。
- 前回値表示中も**[設定]**または**[戻る]**に触れると、表示は他の指標に切り替わります。



- お知らせ  
前回の測定値がないときは「----」と表示します。
- 体組成を測定せずに前回値を確認することもできます。
- 電源を入れ、個人番号を選択して、「0.0 kg」が表示されたら、**[前]**（前回値）に触れてください。
- 個人番号を確定せずに**[OK]**が表示されている状態で、前回値を確認することもできます。個人番号を修正する場合は、今回の測定結果に戻してから、**[設定]**に触れてください。

## 5 電源 ON/OFF 3秒以上触れて、電源を切る

## 8-2. 個人番号を選んで測定する

- 測定したときに、ご自分の個人番号が表示されないことが多い場合は、以下の手順で個人番号を選んで測定してください。

- 1 電源 ON/OFF 3秒以上触れて電源を入れる**
  - 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。
- 2 個人番号を選択する**
  - [設定]**でご自分の個人番号を選びます。

- 3 「生年月日 (-/-)」が表示されたときは…**
  - 選んだ個人番号に、個人データが登録されていません。
  - 個人データを登録してください。（☞P6. 個人データを登録する。）
- 4 「0.0 kg」と表示されてから、本機の上に乗って測定する**



## 記録しないで測定する

- 測定結果を記録せずに測定するときは、ゲストモードを選択後、「生年月日」、「性別」、「身長」を設定してから測定します。
- 1 「ゲスト」を選択する**
  - [設定]**に触れる
- 2 「生年月日」「性別」「身長」を設定する**
  - 「誕生日」が点滅します。
  - 「6. 個人データを登録する」の手順3から5までの操作をし、設定してください。

## 8-3. 体重だけを測定する

- 体重だけを測定したときは、本機に測定結果が保存されません。
- 1 電源 ON/OFF 3秒以上触れて電源を入れる**
  - 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。
- 2 電源 ON/OFF 3秒以上触れて電源を入れる**
  - 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。
- 3 「0.0 kg」と表示されてから、本機の上に乗って測定する**



## 9 個人データを変更・削除する

- 1 電源 ON/OFF 3秒以上触れて電源を入れる**
  - 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。
- 2 個人番号を選択する**
  - [設定]**で変更したい個人番号を選びます。
- 3 「生年月日 (-/-)」が表示されたときは…**
  - 選んだ個人番号に、個人データが登録されていません。
  - 個人データを登録してください。（☞P6. 個人データを登録する。）
- 4 「設定」に触れて個人番号を決定する**
  - 「[戻る]」が消えて、「0.0 kg」が表示されます。

- 5 もう一度「設定」に触れる**
  - 「変更」「削除」が点滅します。

## 5 個人データを変更するか、個人データを削除するかを選ぶ

- 個人データを変更しても測定記録は変更/削除されません。他の方が使用していた個人番号を使うときは変更せずに削除し、新たに個人番号を登録してください。（☞P6. 個人データを登録する。）

個人データを変更するとき（測定記録は削除されません）	個人データを削除するとき（測定記録も削除されます）
<b>1 電源 ON/OFF 3秒以上触れて電源を入れる</b> <ul style="list-style-type: none"><li>●電源が入り、個人番号「1」が点滅します。</li></ul>	<b>1 電源 ON/OFF 3秒以上触れて電源を入れる</b> <ul style="list-style-type: none"><li>●電源が入り、個人番号「1」が点滅します。</li></ul>
<b>2 「設定」に触れる</b> <ul style="list-style-type: none"><li>●「誕生日」が点滅します。</li></ul>	<b>2 「設定」に触れる</b> <ul style="list-style-type: none"><li>●「削除」が点滅します。</li></ul>
<b>3 「個人データを登録する」の手順3～手順5を参照し、「生年月日」や「性別」、「身長」を変更する（☞P6. 個人データを登録する）</b>	<b>3 「個人データを登録する」の手順3～手順5を参照し、「生年月日」や「性別」、「身長」を変更する（☞P6. 個人データを登録する）</b>
●変更途中で設定を間違ってしまった場合は、身長まで確定させ、もう一度最初から操作して変更してください。	●削除を中止するときは、 <b>[戻る]</b> のいずれかに触れてください。
●測定記録は変更されません。	●もう一度、「設定」に触れる <ul style="list-style-type: none"><li>●下図のように画面が変わり、個人データの削除が完了します。</li></ul>

## 10 保管とお手入れ

- 保管時のお願い**
  - 次のようなところに保管しないでください。
    - 水のかかる場所
    - 高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ
    - 傾斜、振動、衝撃のあるところ
    - 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ

## お手入れ時のお願い

- 本機の表面はいつも清潔にしてお使いください。
- 本機の汚れは乾いた柔らかい布で拭き取ってください。
- 汚れがひどいときや、足に皮膚病などの感染症がある方と共用するときは、水または中性洗剤をしもこまめによく絞った柔らかい布で拭き取ります。そのあと、から拭きしてください。
- 感染の原因となります。
- 汚れを落とすとき、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。
- 変色や故障の原因となります。
- 本機を水洗いしないでください。
- 故障の原因となります。

## 11 おかしいな?と思ったら

こんなとき	原因・対処のしかた
Err 1	体組成の測定中に本機から降りた。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶体組成の測定が終了するまで本機から降りないでください。（☞P7. 正しく測定するために。）</li></ul>
Err 2	足裏が電極に密着していなかった。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶足裏を電極に密着させて測定してください。（☞P7. 正しく測定するために。）</li></ul>
Err 5	測定方法が正しくなかったり、足裏が電極に密着していなかった。または、足裏が乾燥していた。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶足を動かさないように測定してください。</li><li>▶足を動かさないように測定してください。</li><li>▶ぬらしたタオルなどで足裏を少し湿らせてから測定してください。</li></ul>
Err	動作異常が起きた。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶電源を入れ直しても再度このエラーが表示される場合は、オムロン お客様サービスセンターまで修理を依頼してください。（☞P12. サポート情報）</li></ul>
電池残量が少なくなっている。	電池が入っていない。または、電池が完全に消耗している。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶電池の向きを確認して入れてください。（☞P4. 電池を入れる。）</li></ul>
電池残量がなくなっている。	電池が入っていない。または、電池が完全に消耗している。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶電池の向きを確認して入れてください。（☞P4. 電池を入れる。）</li></ul>
電池交換後、地域設定をおこなっていない。	電池が入っていない。または、電池が完全に消耗している。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶電池の向きを確認して入れてください。（☞P4. 電池を入れる。）</li></ul>

こんなとき	原因・対処のしかた
電池交換後、地域設定をおこなっていない。	電池交換後、地域設定をおこなっていない。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶地域設定をおこなってください。（☞P5. 初期設定をする。）</li></ul>
体重が軽い場合は、乗るだけでは電源が入らない。（体重12 kg以下）	体重が軽い場合は、乗るだけでは電源が入らない。（体重12 kg以下） <ul style="list-style-type: none"><li>▶<b>[設定]</b>に触れて、電源を入れてから測定してください。</li></ul>
登録した値と体組成の値が測定可能範囲外だった。	登録した値と体組成の値が測定可能範囲外だった。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶設定した個人データ（生年月日、性別、身長）が間違っていないか確認してください。（☞P9. 個人データを変更・削除する。）</li><li>▶生年月日・性別・身長を正しく設定していても、表示範囲外の場合や対象年齢を満たしていない場合は「----」が表示されます。「仕様」を参照してください。（☞P13. 仕様。）</li></ul>
しばらく測定していない間に体重値が大きく変わった。	しばらく測定していない間に体重値が大きく変わった。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶個人番号を選んでから、測定してください。（☞P8-2. 個人番号を選んで測定する。）</li></ul>
登録している人の中に似た体格の人がいる。	登録している人の中に似た体格の人がいる。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶個人番号を選んでから、測定してください。（☞P8-2. 個人番号を選んで測定する。）</li></ul>
他の方の測定結果が記録された。	他の方の測定結果が記録された。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶個人番号を選んでから、測定してください。（☞P8-2. 個人番号を選んで測定する。）</li></ul>
正しい姿勢で測定していない。	正しい姿勢で測定していない。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶正しい姿勢で測定してください。（☞P7. 正しく測定するために。）</li></ul>
じゅうたんなどの柔らかい床面や、凹凸のある床面の上で測定している。	じゅうたんなどの柔らかい床面や、凹凸のある床面の上で測定している。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶硬くて平ら、かつ水平な床面で測定してください。（☞P7. 正しく測定するために。）</li></ul>
足裏や体自体が冷えてしまっ、て、血行が悪くなっている。	足裏や体自体が冷えてしまっ、て、血行が悪くなっている。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶体を温めるなどして、血行が通常の状態に戻ってから測定してください。</li></ul>
足裏が乾燥している。	足裏が乾燥している。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶ぬらしたタオルなどで足裏を少し湿らせてから測定してください。</li></ul>
「0 kg 補正」が正しくおこなわれていない。	「0 kg 補正」が正しくおこなわれていない。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶「0 kg 補正」をおこなってください。（☞P7. 正しく測定するために。）</li></ul>
お使いの地域の設定が正しくない。	お使いの地域の設定が正しくない。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶電池をいったん抜いて約20秒以上経過してから、電池を入れ直し、正しいお使いの地域を設定してください。（☞P5. 初期設定をする。）</li></ul>
体組成をはかりたいのに、体組成の測定が開始されない	体重のみ「0」を選択している（表示部に個人番号やゲストが表示されていない）。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶個人番号またはゲストを正しく選択してから測定してください。（☞P8-2. 個人番号を選んで測定する。）</li></ul>
どのタッチボタンに触れても動作しない	本機の上に乗ったままタッチボタンに触れていた。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶本機から降りてから触れてください。</li></ul>
何もしないのに電源が切れる	2つ以上のタッチボタンに同時に触れていた。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶タッチボタンに触れるときは1つずつにしてください。</li></ul>
	タッチボタンに水や汚れが付いている。 <ul style="list-style-type: none"><li>▶水や汚れを拭き取ってから操作してください。</li></ul>
	「4. 電池を入れる」の「電源OFFについて」を参照してください。

- お知らせ  
以上の方法でも解決しないときは、オムロン お客様サービスセンターにお問い合わせください。（☞P12. サポート情報）
- 体重12 kg以下の場合は、本機の上に乗るだけでは電源が入りません。
- ごくまれに体質上誤差が生じて、測定できないことがあります。
- 本製品の故障や修理のときは、測定記録などがすべて消去されます。

## 12 サポート情報

- 本製品に役立つウェブサイトをご紹介します。

## お問い合わせの前に

- 製品のよくあるご質問  
 <https://www.healthcare.omron.co.jp/faq/>

- 肥満に関する知識について  
 <https://www.healthcare.omron.co.jp/resource/guide/fatness/>

- お問い合わせの前に「11. おかしいな?と思ったら」もあわせてご確認ください。

## オムロンお客様サービスセンター

- 「オムロンヘルスケア お客様サポート」ウェブサイト  
 <https://www.healthcare.omron.co.jp/support/>

# 13 仕様

販売名	オムロン 体組成計 HBF-235 カラダキャン				
販売商品コード	HBF-235-JB/HBF-235-JPK/HBF-235-JV				
表 示 *	体重	2～100 kg まで	: 100 g 単位	対象年齢 6才以上	
	BMI	100～135 kg まで	: 200 g 単位		
	体脂肪率	2.5～90.0	: 0.1 単位		
	体脂肪率判定	5.0～50.0%	: 0.1% 単位		
計 量 範 囲	内臓脂肪レベル	1～30	: 1 レベル 単位	対象年齢 18才以上	
	内臓脂肪レベル判定	3段階（標準/やや高い/高い）			
	メモリ	前回値表示			
	最大計量	135 kg	: 100 g 単位		
設 定 項 目	最小表示	2～100 kg まで	: 200 g 単位		
	重力補正	地域番号「1」または「2」			
	日付時刻	2021年1月1日～2045年12月31日			
	時刻	0:00～23:59	: 24時間表示		
体 重 計 精 度	個人データ登録【次の設定項目を4人分登録できます。】	生年月日	1900年1月1日～2045年12月31日		
	性別	男/女			
	身長	100.0～199.5 cm	: 0.5 cm 単位		
	※ゲストではかる場合の個人データはそのつど設定します。				
電 源	2.0 kg を超え 67.5 kg まで	: ± 200 g			
	67.5 kg を超え 100.0 kg まで	: ± 300 g			
	100.0 kg を超え 135.0 kg まで	: ± 600 g			
	単4形マンガン乾電池4個 (R03)				
電 池 寿 命	【単4形アルカリ乾電池 (LR03) 各1個ご使用になれます】				
	約6カ月 (単4形マンガン乾電池使用時、1日4回測定、当社試験条件による)				
	使用環境条件	+5～+35℃	30～85% RH (結露なきこと)		
	保管環境条件	-20～+60℃	10～95% RH (結露なきこと)		
実 質 量 約	1.3 kg (電池含む)				
	幅約285×奥行約210×厚さ約28 mm				
	付属品	お試し用電池 (単4形マンガン乾電池4個)、取扱説明書 (本書:品質保証書付き)			
	輸 入 元	オムロンヘルスケア株式会社 住所: 〒〒617-0002 京都府向日市寺戸町9ノ里5番 番地 電話: 0120-30-6606 (オムロンお客様サービスセンター)			

- お知らせ  
お祈りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。  
\*体重 (kg) と BMI 以外の指標は当社独自の推定式を用いています。  
†7才以下の方: 内臓脂肪レベルは測定できません。  
‡81才以上の方: 体組成は参考値となります。

## 家庭用計量器マークについて

- この体組成計は、計量法に定められた技術基準で製造し、厳重な検査のうえ、出荷しております。
- この製品のメーカー保証精度は、前記の体組成計精度欄に記載のとおりです。
- この体組成計は、ご家庭で体重をはかるために製造されたばかりです。もの売買取引や、そのもの目方が正しいかどうかなどを証明することには、計量法により使用できませんのでご注意ください。

# 14 体組成の指標

## BMI とは …

「Body Mass Index」(=体格指数)の頭文字「B・M・I」ととったもので、肥満度を判定する国際的な基準です。BMI はとてもシンプルな計算式から求められます。

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

本製品は、登録された個人データの「身長」と、測定した「体重」から BMI を算出します。  
理想体重は BMI 「22」のとき  
※日本肥満学会 (2011年) によって提唱されている肥満判定基準  
もっとも理想的な BMI は「22」とされています。肥満/やせの原因とする病気に加わり、長生きできるというわけです。理想体重、つまり BMI 「22」のときの体重は次の式で求められます。

$$\text{理想体重 (kg)} = 22 \times \text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}$$

例) 身長 155 cm の人の理想体重は… 22 × 1.55 × 1.55 = 52.855 → 約 52.9 kg  
ただし、BMI は身長と体重で求めますから、筋肉で体重の重い運動選手などは適切な判定ができません。

## 体脂肪率とは …

$$\text{体脂肪率 (\%)} = (\text{体脂肪の重さ (kg)} \div \text{体重 (kg)}) \times 100$$

## 体脂肪率の判定基準は男性と女性で異なります

体脂肪率		判 定
男 性	女 性	
5.0～9.9%	5.0～19.9%	低 い
10.0～19.9%	20.0～29.9%	標 準
20.0～24.9%	30.0～34.9%	や や 高 い
25.0～50.0%	35.0～50.0%	高 い

(Lohman (1986) および長瀬 (1972) によって提唱されている肥満判定の値を参考にしています。)

## 内臓脂肪レベルとは …

内臓脂肪レベル	判 定
1～9	標 準
10～14	や や 高 い
15～30	高 い

体組成計に関する知識を当社ホームページでご紹介しています。  
<https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hbf/guide/01.html>

