

- このたびは、オムロン製品をお買い上げいただきましてありがとうございました。
- 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。

## オムロン ホットエレパルスプロ HV-F310

### ご使用前に

安全上のご注意	1
製品の特長	5
製品の構成	6
各部の名前とはたらき	7
乾電池を入れる	11
ACアダプタを接続する	12

### 使い方

温熱導子コードを接続する	13
パッドを貼る	14
治療のしかた	17
● 温熱治療	19
● 低周波治療	20
● 温熱と低周波で交互に治療する	23
収納する	24

### よくわかる温熱・低周波治療

温熱・低周波豆知識	26
-----------	----

### こまったときに・保証など

お手入れと保管	29
おかしいな?と思ったら	31
仕様	33
保証規定/品質保証書	裏表紙

# 安全上のご注意

お使いになる前に必ずお読みください。

- ここに示した警告サインと図記号の例は、製品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。
- 表示と意味は次のようになっています。

警告サイン	内容
 <b>危険</b>	誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が、切迫して生じることが想定される内容を示します。
 <b>警告</b>	誤った取り扱いをすると、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。
 <b>注意</b>	誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害*の発生が想定される内容を示します。

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

## 図記号の例



△記号は注意（警告・危険を含む）を示します。  
具体的な注意内容は、△の中や近くに文章や絵で示します。  
左図の場合は、“感電注意”を示します。



⊘記号は禁止（してはいけないこと）を示します。  
具体的な禁止内容は、⊘の中や近くに文章や絵で示します。  
左図の場合は、“分解禁止”を示します。



●記号は強制（必ず守ること）を示します。  
具体的な強制内容は、●の中や近くに文章や絵で示します。  
左図の場合は、“一般的な強制”を示します。

## 危険

下記のような医用電気機器との併用は、絶対しないでください。

- ①ペースメーカーなどの体内植込型医用電気機器
- ②人工心肺などの生命維持用医用電気機器
- ③心電計などの装着型医用電気機器

・これら医用電気機器の誤動作をまねき、生命に著しい障害をもたらす原因になります。



## 警告

次の人は、医師と相談してご使用ください。

- (1) 医師の治療を受けている人や、特に身体に異常を感じている人
- (2) 悪性腫瘍のある人
- (3) 心臓・脳神経に異常のある人
- (4) 妊娠している人、出産直後の人
- (5) 体温 38℃以上（有熱期）の人
- (6) 感染症疾患の人
- (7) 皮膚知覚障害、または皮膚に異常のある人
- (8) 急性（疼痛性）疾患のある人
- (9) 安静を必要とする人
- (10) 薬を服用している人
- (11) 血圧に異常のある人
- (12) 四肢の不自由な人
- (13) 自分で意思表示できない人
- (14) 糖尿病などによる高度な末梢循環障害による知覚障害のある人
- (15) 低温状態の人
- (16) 血行障害のある人
- (17) しばらく使用しても、効果が表れない人
- (18) パッドが肌にあわない人
- (19) 温度感覚喪失が認められる人
- (20) 低温やけどをしたことがある人

・事故、やけど、低温やけどや体調不良を起こす原因になります。



**警告**

お年寄りには必ず同伴者をつけて使用してください。

- ・事故や体調不良を起こす原因になります。

温熱治療（温熱モード・あったかモード）をする場合は、次のことを守ってください。

- 連続して1カ所に15分以上使用しないでください。
- 温熱導子の上をタオルなどで覆ったり、布団の中で使用するなど熱のこもる状態で使用しないでください。
- パッドを貼りつけた部位を押さえつけないでください。
- 温熱治療を5分ほどしてもあたたかく感じないときは、すぐに使用を中止してください。
- 熱いと感じたらパッドをはずしてください。
- 温熱治療終了後は必ず2分以上の間隔をあけて操作してください。
- 温熱治療中むやみに電源を入/切しないでください。
- ・やけどや低温やけどをまねく原因になります。

温熱導子に専用パッドを必ず貼りつけて使用してください。

- ・やけどや低温やけどをまねく原因になります。

パッドは温熱導子電極に正確に貼りつけてください。

- ・やけどの原因になります。

次の人は、本機を使用しないでください。

- (1) 乳幼児や身体が利かない人 (2) 睡眠薬等を服用した人や飲酒後の人
- ・事故、やけど、低温やけどや体調不良を起こす原因になります。

パッドを人以外のものに貼りつけた後で、使用しないでください。

- ・低温やけどの原因になります。

心臓の近く、首から上、頭部、口中や陰部、皮膚疾患部、左右の足裏の同時治療などには使用しないでください。また、内臓をはさむようにして使用しないでください。

- ・事故や体調不良を起こす原因になります。

寝ているときには使用しないでください。

- ・本体が故障する原因になります。
- ・パッドが思わぬところに貼りついて体調不良を起こす原因になります。
- ・やけどや低温やけどの原因になります。

他の治療器や本製品の2台以上の同時使用、塗布剤（スプレー缶含む）との併用はしないでください。

- ・気分が悪くなったり、体調不良を起こす原因になります。

取扱説明書に記載されている治療以外の目的には使用しないでください。

- ・事故やトラブル、故障につながる原因になります。

パッドの表面が欠けていたり、くずれている状態で使用しないでください。

- ・強い刺激（低周波治療の場合）を受けたり、やけど、低温やけど（温熱治療の場合）の原因になります。

お子様には使用させず、機器本体および温熱パッドの上で、遊ばせないでください。また、上に乗らせないでください。

- ・事故や体調不良を起こす原因になります。



# 安全上のご注意

## ⚠ 警告

温熱導子コードプラグは、本体温熱導子コードプラグ差し込み口以外には接続しないでください。

- 感電や事故の原因になります。

専用の温熱導子コード、ACアダプタ以外は使用しないでください。また、他の製品に使用しないでください。また、破損したACアダプタは使用しないでください。

- やけど、加熱、ショートなどによる事故、トラブル、故障につながる原因になります。

同一箇所長時間（15分以上）使用しないでください。また、連続して同一箇所への温熱治療は、5分以上間をあけてからにしてください。

- 治療部位の筋肉が疲労し、体調不良を起こす原因になります。
- 低温やけどの原因になります。

温熱導子コードが傷んでいるとき（温熱導子電極の割れ・はがれ、コードの断線やプラグの破損等）は使用しないでください。オムロンお客様サービスセンターへ別売品をお求めください（ 裏表紙）

- 温熱導子の異常加熱の原因になります。
- 感電、ショート、発火の原因になります。



ご自分で分解や修理、改造したりしないでください。

- 発火したり、故障や事故の原因になります。



濡れた手でACアダプタをコンセントから抜き差ししないでください。

- 感電やけがをする原因になります。



温熱導子やパッドを強く曲げたり、温熱導子コードを引っばらないでください。また、パッドを水洗いしないでください。

- 感電や事故の原因になります。

## ⚠ 注意

身体の異常や肌に湿疹、発赤、かゆみなどの異常を感じたら、すぐに使用を中止してください。

- 医師に相談して指示に従ってください。

治療の途中で他の部位にパッドを貼りかえる場合、必ず強さを「0」に戻してから貼りかえてください。

- 強いショックを受ける原因になります。

本製品は一人用です。複数人で同時に使用しないでください。

治療中、他の人にパッドを貼りかえたりしないでください。

- 強いショックを受ける原因になります。

電子機器を装着したまま治療をおこなわないでください。

- 腕時計などの時刻が狂う場合があります。

ACアダプタは、しっかり根元まで差し込んでください。

- 感電・ショート・発火の原因になります。



**⚠ 注意**

使用しないときは、必ず AC アダプタをコンセントから抜いてください。

- ・絶縁劣化による感電や漏電火災の原因になります。

お手入れの際は必ず AC アダプタをコンセントから抜いてください。

- ・感電やけがをする原因になります。

停電のときは直ちに電源を切り、AC アダプタをコンセントから抜いてください。

- ・復帰したときに、故障や事故につながる原因になります。

動かなくなったり異常がある場合は、事故防止のため、すぐに電源を切り、AC アダプタをコンセントから抜いて、オムロンお客様サービスセンターへ修理の依頼をしてください。(👉裏表紙)

- ・加熱、ショートなどによる事故、トラブル、故障につながる原因になります。

浴室などの湿度の高いところや、入浴しながらの使用はしないでください。また、温熱導子やパッドを水につけたり、水をかけたりしないでください。

- ・強いショックを受けます。
- ・温熱導子電極の異常加熱の原因になります。

自動車などを運転しながら使用しないでください。

- ・強い刺激を受けると事故やトラブルにつながる原因になります。

パッドを患部に貼りつけたまま放置しないでください。

- ・皮膚の炎症などを起こす原因になります。

治療中、AC アダプタを抜き差ししないでください。

- ・誤動作による強いショックを受けたり、安全のため電源が切れることがあります。

パッドにベルトやネックレスなどの金属が触れた状態で使用しないでください。

- ・強いショックを受けることがあります。

本機の近くで携帯電話を使わないでください。

- ・誤動作する原因になります。

AC アダプタが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しないでください。オムロンお客様サービスセンターへ修理の依頼をしてください。(👉裏表紙)

- ・感電・ショート・発火の原因になります。

AC アダプタは必ず交流 100V で使用してください。また、タコ足配線はしないでください。

- ・火災、感電の原因になります。

AC アダプタをコンセントから抜くときは、コードを持たずに必ず AC アダプタを手で持って抜いてください。

- ・感電・ショートにより発火したり、故障する原因になります。

AC アダプタのコンセント差し込み側にピンやゴミ、水・液体を付着させたり、濡れた手で触れたりしないでください。

- ・感電・ショート・発火の原因になります。



# 安全上のご注意

## お願い

本製品は家庭用です。不特定多数の方々にご利用になる場所ではご使用にならないでください。

はじめてご使用いただくとき、長期間使用しなかった機器をご使用いただくときには、取扱説明書のとおり操作をおこない、正常に作動することをご確認ください。

発汗をおさえるデオドラントシートやスプレーを使用した部位にパッドを貼り付けしないでください。

- パッドの粘着力が低下することがあります。

本製品を廃棄するときは、お住まいの市区町村の指導に従ってください。

- 環境汚染の原因になります。

本製品を廃棄するときは、分解しないでください。

次のような場所で使用したり、保管したりしないでください。

- 直射日光が当たる場所
- 高温多湿の場所
- 水のかかる場所
- ホコリの多い場所
- 火気の近く
- 振動衝撃の加わりやすい場所
- 強電磁界下

パッドを放置したり汚れが付着したものと一緒に保管しないでください。

- パッドが汚れて、粘着力が低下します。

## 製品の特長

### ■ すばやくあたためる温熱モード

温熱治療が可能な温熱導子の開発により、すばやくしっかりあたためる温熱治療を体感することができます。

### ■ こだわりモード、部位モード、もみ方モードの中から選ぶだけで、最適な低周波治療をおこなう 13 の自動コース

こだわりモード (5Hz・300Hz・1200Hz の 3 コース)

周波数により筋肉の血行促進、疲労回復や、全身調整回復治療、急な痛みをすばやくやわらげる治療をします。

部位モード (肩・腕・腰・関節・足裏・ふくらはぎの 6 コース)

選んだ部位に効果的なプログラムで治療します。

もみ方モード (たたく・もむ・おす・さすの 4 コース)

症状やお好みに合わせて、もみ方を選び治療します。

### ■ よりお好みの刺激感に調節できる 2 つのモード

ソフトモード、くり返しモードを組み合わせると、よりお好みの刺激で治療できます。  
※くり返しモードは、部位モードを選んだとき使えます。

### ■ 低周波の刺激の強さがパワーアップ

従来の機種では強さ調節のレベルは 0～10 段階でした。本機は 0～15 段階までレベルアップしましたので、強い刺激でがんこなコリをほぐします。

### ■ 治療内容が一目でわかる大型表示付き

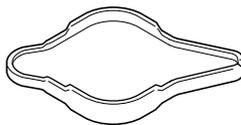
# 製品の構成

箱の中には次のものが入っています。  
万一、不足のものがありましたら、  
オムロンお客様サービスセンターまでご連絡ください。  
( 裏表紙)

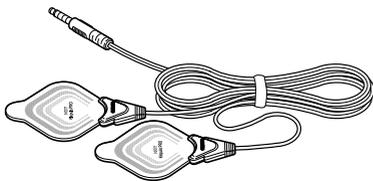
## 1. 本体



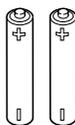
## 4. 温熱導子収納具



## 2. 温熱導子コード ※消耗部品です。



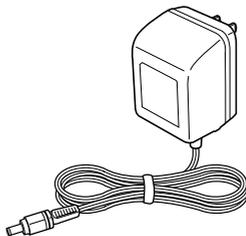
## 5. お試し用乾電池 (単4形乾電池2個)



## 3. 粘着パッド (1組2枚入り) (以下パッドと略します。) ※消耗部品です。



## 6. 専用 AC アダプタ 形式：HV-ADP-310



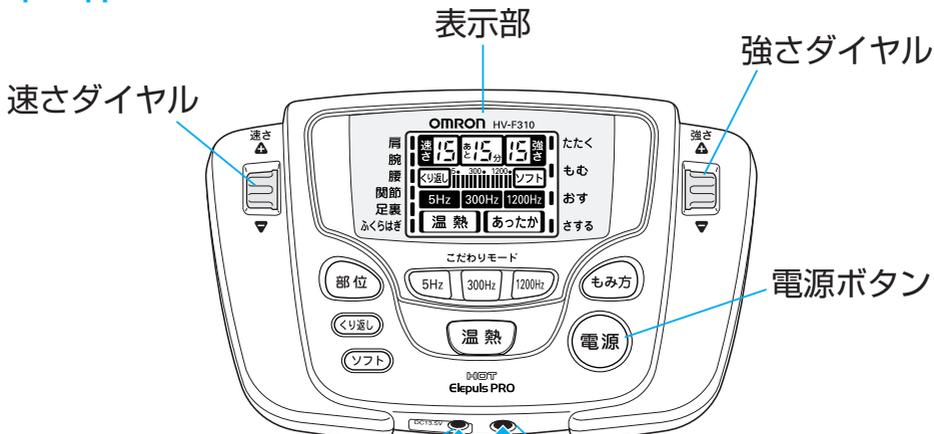
## 7. 取扱説明書 (本書：品質保証書付き)

# 各部の名前とはたらき

ご使用前に

各部の名前とはたらき

## 本体



DC側プラグ  
差し込み口

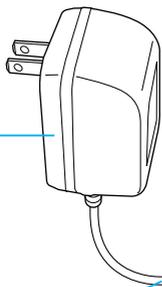
DC側プラグ

温熱導子コードプラグ  
差し込み口

温熱導子コードプラグ

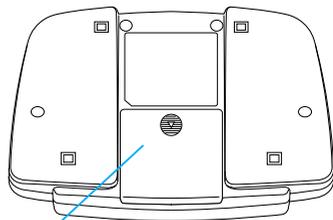
## ACアダプタ

温熱治療のとき使用します。



ACアダプタ電源コード

## 本体裏側



電池カバー

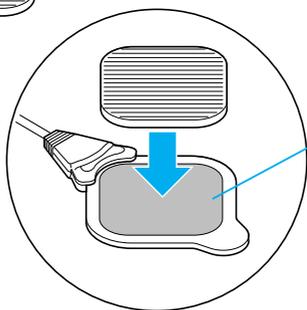
## 温熱導子コード

本体とパッドをつなぐものです。

温熱導子

## パッド

温熱導子に貼りつけ、  
治療したい部位に貼ります。



温熱導子電極

## 表示部

治療の内容を表示します。

電源が入ると約 1 秒間全点灯します。



速さ (1 ~ 15) を  
点灯表示します。



5・300・1200 出力される周波数のめやすを  
表示します。



治療の残り時間を表示します。



こだわりモードボタンを押すと  
点滅表示します。



強さ (0 ~ 15) を  
点灯表示します。



温熱ボタンを押すと  
点灯表示します。



くり返しボタンを押すと  
点灯表示します。(部位モードを  
選んだときのみ使用できます。)



温熱と低周波を交互におこなう  
治療中に点灯表示します。

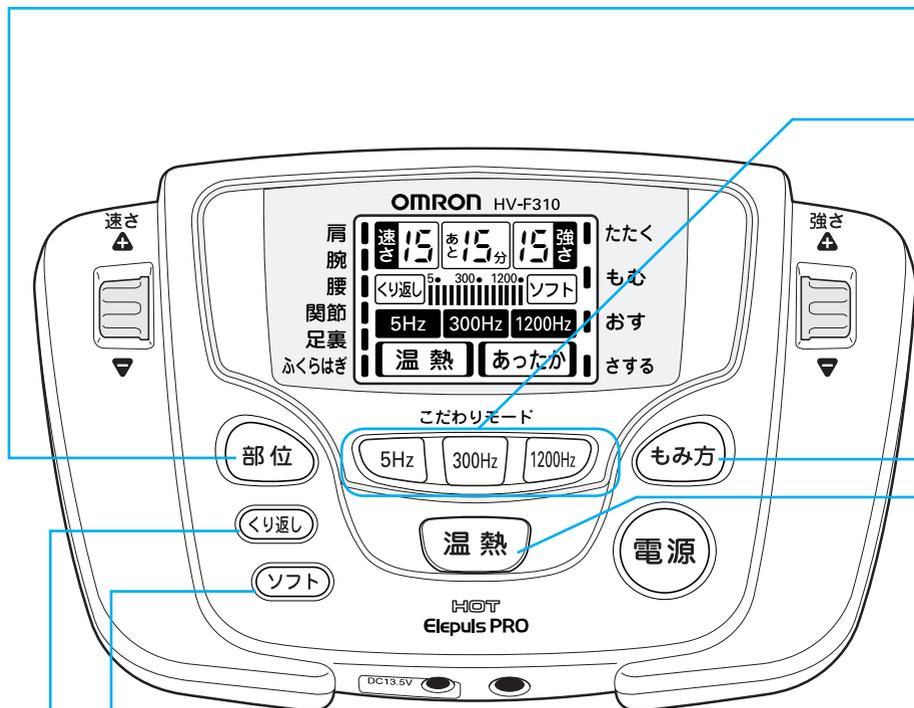


ソフトボタンを押すと  
点灯表示します。

# 各部の名前とはたらき

ご使用の前に

各部の名前とはたらき



コリや痛みの症状に合わせて、お好みの刺激感に調節したいときに使います。

## ■ くり返しボタン

お好みの刺激をくり返します。  
(部位モードを選んだときのみ使用できます。)

## ■ ソフトボタン

ぴりぴり感が少ないソフトな刺激で気持ちよくほぐします。

## 低周波治療

### ■ 部位ボタン

選んだ部位に効果的なプログラムで治療します。

### ■ こだわりモードボタン

症状に合わせて、より効果的な周波数で治療します。

### ■ もみ方ボタン

症状やお好みの刺激をくり返します。

お好みに合わせて、もみ方を選び治療します。

## 温熱治療

### ■ 温熱ボタン

- 温熱モード

温熱治療をします。

温熱ボタンを押すと温熱ボタンが点灯します。

- あったかモード

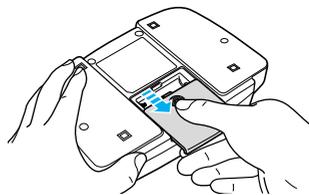
温熱治療と低周波治療を交互におこないます。

低周波治療中に、温熱ボタンを押すと低周波と温熱の交互治療が始まります。

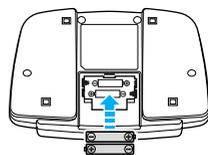
温熱治療中は温熱ボタンが点灯し、低周波治療中はボタンが消灯します。

# 乾電池を入れる

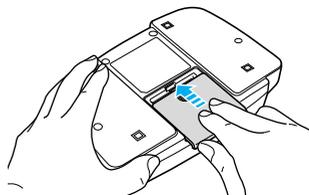
## 1. 本体裏面の電池カバーをあける



## 2. 乾電池を図の表示に合わせて入れる



## 3. 本体裏面の電池カバーを閉める



### 乾電池取り扱いについてのお願い

- ・ 付属の乾電池はお試用ですので、2 ヶ月以内に電池寿命が切れることがあります。
- ・ 使いきった乾電池はすぐに新しいものと交換してください。
- ・ 電池交換時は、長時間使える単 4 形アルカリ乾電池をおすすめします。
- ・ 長期間（3 ヶ月以上）使用しないときは、乾電池を取り出しておいてください。乾電池を入れたまま長期間使用せずに放置しておく、乾電池から液が漏れ出し、機器が故障する原因になります。
- ・ 古い乾電池と新しい乾電池や、違う種類の乾電池を混ぜて使用しないでください。
- ・ ⊕ ⊖ を間違えないようにしてください。
- ・ 取り扱いに関しては、乾電池に記載されている注意事項をよくお読みください。
- ・ 専用 AC アダプタを使用中は電池交換しないでください。
- ・ 使用済みの乾電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

### 電池交換のめやす

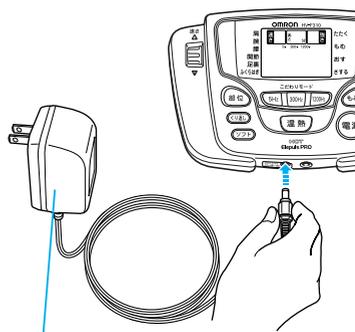
マッサージの刺激が弱くなったと感じたときは、電池が消耗している場合があります。新しい電池と交換してください。

# AC アダプタを接続する

温熱治療（温熱モード、あったかモード）するときには、必ず専用の AC アダプタを接続して使用してください。

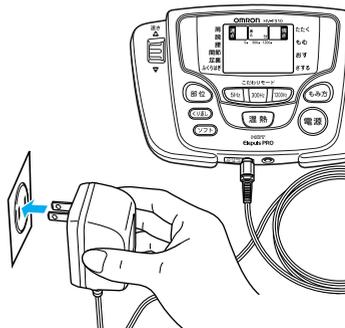
1. 電源が切れているか確認する
2. AC アダプタの DC 側プラグを  
本体の DC 側プラグ差し込み口  
に接続する

※接続の際はプラグの部分を持って、奥まで  
しっかり差し込んでください。



専用 AC アダプタ  
形式：HV-ADP-310

3. AC アダプタを AC100V の  
コンセントに接続する



## ▲注意

治療中、AC アダプタを抜き差ししないでください。

- 誤動作による強いショックを受けたり、安全のため電源が切れることがあります。



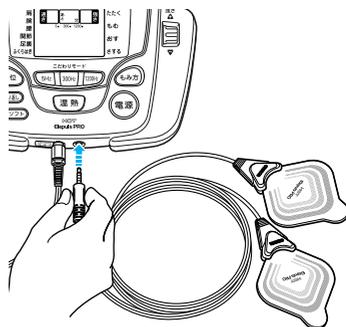
# 温熱導子コードを接続する

## 1. 電源が切れているか確認する

## 2. 温熱導子コードを本体に接続する

温熱導子コードプラグを本体の温熱導子コードプラグ差し込み口に接続します。

※接続の際はプラグの部分を持って、奥までしっかり差し込んでください。



### 警告

温熱導子コードが傷んでいるとき（温熱導子電極の割れ・はがれ、コードの断線やプラグの破損等）は使用しないでください。

- 温熱導子の異常加熱の原因になります。
- 感電、ショート、発火の原因になります。



温熱導子やパッドを強く曲げたり、温熱導子コードを引っばらないでください。また、パッドを水洗いしないでください。

- 感電や事故の原因になります。

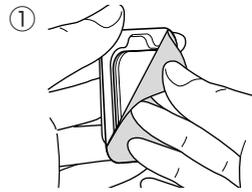


### 温熱導子コード・温熱導子の取り扱いについてのお願い

- 温熱導子コードは、極端に折り曲げないでください。
- 本体から温熱導子コードを抜くときは、プラグを持って抜いてください。
- 温熱導子は、水につけたりしないでください。
- 温熱導子を強く引っばったり、温熱導子の接続部分に強い力を加えないでください。（温熱導子電極が断線する原因になります。）
- 温熱導子電極の割れ・はがれ、コードの断線やプラグの破損などで、温熱導子コードが故障した場合、別売品をお買い求めください。（☞裏表紙）

## 1. パッドを温熱導子電極に貼る

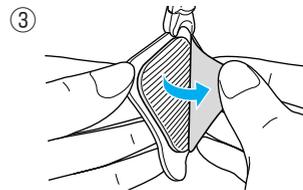
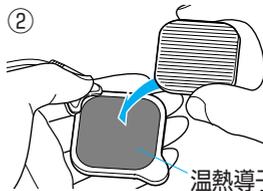
- ①初めてお使いになるときは、包装をはがしパッドをとりだします。
- ②パッドの片面の透明フィルムをはがし温熱導子電極に貼ります。



## 2. 治療したい部位に貼る

- ③パッドの反対面についている透明フィルムもはがし、④治療したい部位に貼ります。

※肩や腰など背中側に貼るときは、慣れないうちは難しいかもしれませんが、家族の人に手伝ってもらおうとよいでしょう。



パッドは肌に密着させて貼ってください。  
※パッドが肌からはがれると、約 10 秒後に自動的に電源が切れます。

### ▲警告

パッドの表面が欠けていたり、くすれている状態で使用しないでください。

- 強い刺激（低周波治療の場合）を受けたり、やけど、低温やけど（温熱治療の場合）の原因になります。



温熱導子やパッドを強く曲げたり、温熱導子コードを引っばらないでください。また、パッドを水洗いしないでください。

- 感電や事故の原因になります。



## パッド取り扱いについてのお願い

- 重ならないように貼ってください。
- 粘着面はなるべく指で触らないようにしてください。
- お風呂上がりや運動直後などの発汗時は、汗がひいた後に治療したい部位の汗を拭きとってからご使用ください。
- 発汗をおさえるデオドラントシートやスプレーを使用した部位にパッドを貼り付けしないでください。パッドの粘着力が低下することがあります。
- 衣服などにパッドが誤って貼りついてはがれないときは、無理にはがさず、パッドの貼りついた衣服の裏側からわずかな水で湿らせると、簡単にはがれます。
- 粘着力が落ちてきたらお手入れしてください。（☞ 29 ページ）

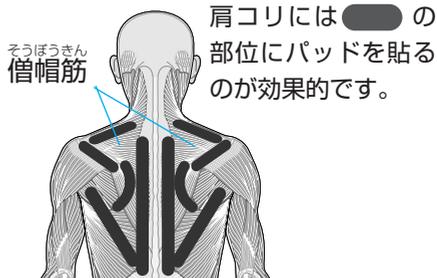
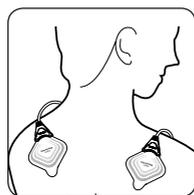
# パッドを貼る

## 貼りつけ例

### 肩

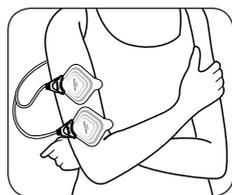
背骨を中心に肩コリのある部位に左右対称に貼りつけてください。

肩コリの原因は、肩を動かす僧帽筋そうぼうきんなどに起こるうっ血や疲労物質がたまることにより神経を圧迫したり、筋肉などの皮下組織の血行を悪化させるためと考えられています。



### 腕

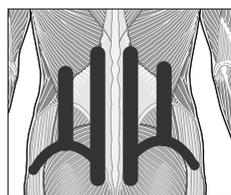
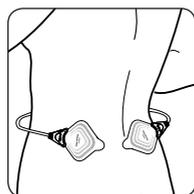
腕の上下に貼りつけてください。



腕の疲れは、その部位の筋肉群に起こるうっ血や疲労物質がたまり、血行が悪くなるのが原因と考えられています。

### 腰

背骨を中心に痛みのある部位に左右対称に貼りつけてください。

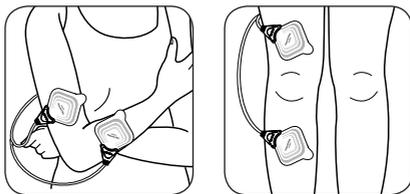


腰には 〇 の部位にパッドを貼るのが効果的です。

## 関節

高い周波数は痛みをすばやくやわらげると考えられています。

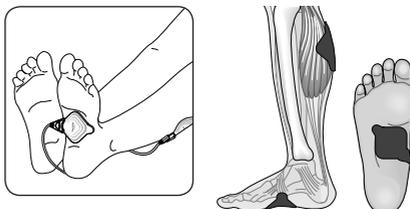
痛みのある関節をはさむようにして貼りつけてください。



## 足裏

冷えは神経のバランスが崩れることにより、手足の血行が悪くなるのが原因と考えられています。むくみや足の倦怠感、血液や体液の還流が悪くなるのが原因と考えられています。

一方は、足裏に貼りつけ、もう一方はふくらはぎに貼りつけてください。

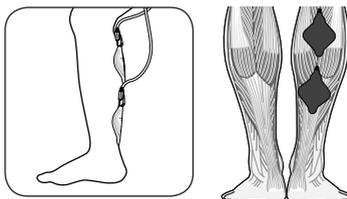


足裏には●の部位にパッドを貼るのが効果的です。

## ふくらはぎ

ふくらはぎのむくみや疲れは、その部位の筋肉群に起こるうっ血や疲労物質がたまるのが原因と考えられています。ふくらはぎの上下に貼りつけてください。

ふくらはぎの上下に貼りつけてください。



ふくらはぎには●の部位にパッドを貼るのが効果的です。

# 治療のしかた

治療には①温熱治療「温熱モード」、②低周波治療、③温熱治療と低周波治療を交互におこなう「あったかモード」の3つの方法があります。ここでは、治療の手順、電源を入れてから収納するまでの全体の流れを説明します。

ACアダプタを接続しましたか？ (👉 12 ページ)  
(低周波治療のみおこなう場合は、電池のみでも使用できます。)

温熱導子コードを接続しましたか？ (👉 13 ページ)

治療したい部位にパッドを貼ってありますか？ (👉 14 ページ)

## 1. 電源を入れる

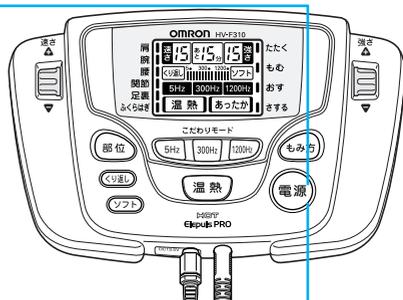
電源ボタンを押します。

※はじめて使ったときは「肩」が点滅します。  
2回目以降は、前回使った内容が点滅します。

※全点灯後、3分以内に治療を開始しないと自動的に電源が切れます。

### パッドがはがれたら

パッドが肌からはがれると約10秒後に自動的に電源が切れます。電源が切れたときは、パッドを正しく貼り、電源を入れ直してください。



約1秒間全点灯します。

## 2. 治療方法を1つ選ぶ

治療がはじまります。

### 温熱治療

●温熱モードを使う(👉 19 ページ)

### 治療のめやす

時間：1カ所1回15分以内

## 低周波治療

- こだわりモードを使う (  20 ページ)
- 部位モードを使う (  21 ページ)
- もみ方モードを使う (  22 ページ)

低周波治療は、刺激の強さや速さを調節します。  
詳しくは各治療モードで説明します。

強さダイヤル・速さダイヤルを操作するときは、  
急に強い刺激を受けないようにゆっくりまわし  
てください。

※強さダイヤルの操作をしないと、治療を開始し  
ません。

### 治療のめやす

時間：1カ所1回10～15分

回数：1日1～2回

強さ：心地よさをめやすに

## 温熱と低周波で交互に治療する

- あったかモードを使う (  23 ページ)

### 治療のめやす

時間：1カ所1回15分以内

## 3. 治療が終わったら、電源を切る

電源ボタンを押します。

※治療開始から約15分で自動的に電源が切れます。

## 4. 収納する

※パッドをそのまま放置しておく、汚れたり粘着力が落  
ちたりします。治療が終わったら、温熱導子収納具に貼  
りつけ収納してください。(  24 ページ)

# 温熱治療：温熱モードを使う

あたためて血行を促進し治療します。

「温熱・低周波豆知識」をよくお読みになり低温やけどに注意してください。

(👉 27 ページ)

## 1. 電源を入れる

## 2. 温熱ボタンを押す

「温熱」が点灯表示し、治療が始まります。

※パッドが肌からはがれると約 10 秒後に電源が切れます。



## 3. 治療を終了するときは、電源ボタンを押す

### 警告

温熱治療（温熱モード・あったかモード）をする場合は、次のことを守ってください。

■連続して1カ所に15分以上使用しないでください。■温熱導子の上をタオルなどで覆ったり、布団の中で使用するなど熱のこもる状態で使用しないでください。■パッドを貼りつけた部位を押さえつけないでください。■温熱治療を5分ほどしてもあたたかく感じないときは、すぐに使用を中止してください。■熱いと感じたらパッドをはずしてください。■温熱治療終了後は必ず2分以上の間隔をあけて操作してください。■温熱治療中むやみに電源を入/切しないでください。

・やけどや低温やけどをまねく原因になります。

同一箇所にも長時間（15分以上）使用しないでください。また、連続して同一箇所への温熱治療は、5分以上間をあけてからにしてください。

・治療部位の筋肉が疲労し、体調不良を起こす原因になります。  
・低温やけどの原因になります。

寝ているときには使用しないでください。

・本体が故障する原因になります。・パッドが思わぬところに貼りついて体調不良を起こす原因になります。・やけどや低温やけどの原因になります。

パッドの表面が欠けていたり、くずれている状態で使用しないでください。

・強い刺激（低周波治療の場合）を受けたり、やけど、低温やけど（温熱治療の場合）の原因になります。



※治療開始から約 15 分で自動的に電源が切れます。

# 低周波治療：こだわりモードを使う

症状に合わせて次の3つの治療方法から選びます。

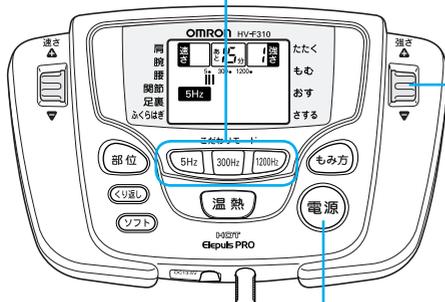
5Hz：腰や肩などのこりの方におすすめします。

300Hz：疲労感がたまっている方におすすめです。

1200Hz：関節、腰、肩などに痛みをとまなう方におすすめします。

## 1. 電源を入れる

- ## 2. 「5Hz」「300Hz」「1200Hz」から選ぶ
- 選んだ内容が点滅します。



「5Hz」を選んだ場合

- ## 3. 強さを調節する

強さダイヤルを「0」からゆっくり回してお好みの強さ（1～15）に調節してください。治療が始まります。

※パッドが肌からはがれると約10秒後に電源が切れます。

- ## 4. 治療を終了するときには、電源ボタンを押す

※治療開始から約15分で自動的に電源が切れます。

### ■ ぴりぴり感が苦手な場合は…



ソフトボタンを押す。

ぴりぴり感が少ないソフトな刺激で気持ちよくほぐします。

「ソフト」が点灯表示します。

※止めたいときは、もう一度ボタンを押してください。

# 低周波治療：部位モードを使う

「肩」「腕」「腰」「関節」「足裏」「ふくらはぎ」のパッドを貼った部位に効果的なプログラムで治療します。

## 1. 電源を入れる

## 2. 部位ボタンを押し、パッドを貼った部位を選ぶ

例えば、パッドを肩に貼ったときは、「肩」を選びます。  
選んだ内容が点滅表示します。



「肩」を選んだ場合

## 3. 強さを調節する

強さダイヤルを「0」からゆっくり回してお好みの強さ（1～15）に調節してください。  
治療が始まります。

※パッドが肌からはがれると約10秒後に電源が切れます。

## 4. 治療を終了するときには、電源ボタンを押し

※治療開始から約15分で自動的に電源が切れます。

### ■ ぴりぴり感が苦手な場合は…



ソフト ボタンを押す。

「ソフト」が ぴりぴり感が少ないソフトな刺激で気持ちよくほぐします。  
点灯表示します。 ※止めたいときは、もう一度ボタンを押してください。

### ■ お好みの刺激だけをくり返し使いたい場合は…



くり返し ボタンを押す。

「くり返し」が お好みの刺激をくり返します。  
点灯表示します。 ※止めたいときは、もう一度ボタンを押してください。

# 低周波治療：もみ方モードを使う

症状やお好みに合わせて「たたく」「もむ」「おす」「さする」からもみ方を選んで治療します。

## 1. 電源を入れる

## 2. もみ方ボタンを押し 症状やお好みに合わせて もみ方を選ぶ

選んだ内容が点滅表示します。



「たたく」を選んだ場合

## 3. 強さを調節する

強さダイヤルを「0」からゆっくり回してお好みの強さ（1～15）に調節してください。治療が始まります。

※パッドが肌からはがれると約10秒後に電源が切れます。

## 4. 速さを調節する

速さダイヤルをゆっくり回してお好みの速さ（1～15）に調節してください。

## 5. 治療を終了するときには、 電源ボタンを押す

※治療開始から約15分で自動的に電源が切れます。

### ■ ぴりぴり感が苦手な場合は…



「ソフト」が点灯表示します。

ソフトボタンを押す。

ぴりぴり感が少ないソフトな刺激で気持ちよくほぐします。

※止めたいときは、もう一度ボタンを押してください。

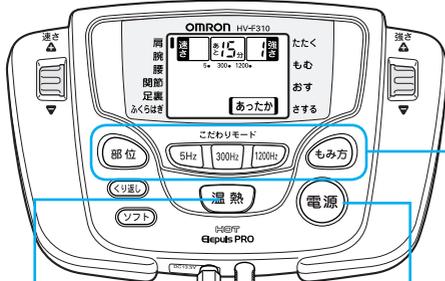
# 温熱と低周波で交互に治療する あったかモードを使う

温熱と低周波で交互治療します。  
温熱の刺激と低周波の刺激で心地よく治療します。

## 1. 電源を入れる

## 2. 低周波治療（下記モードのいずれか）を選ぶ

- こだわりモード（ 20 ページ）
- 部位モード（ 21 ページ）
- もみ方モード（ 22 ページ）



部位モード「肩」を選んだ場合

## 3. 強さを調節する 治療が始まります。

## 4. 温熱ボタンを押す 「あったか」表示に変わります。 低周波と温熱の交互治療が始まります。

## 5. 治療を終了するときには、 電源ボタンを押す

※治療開始から約 15 分で自動的に  
電源が切れます。

### 警告

温熱治療（温熱モード・あったかモード）をする場合は、次のことを守ってください。

■連続して 1 か所に 15 分以上使用しないでください。■温熱導子の上をタオルなどで覆ったり、布団の中で使用するなど熱のこもる状態で使用しないでください。■パッドを貼りつけた部位を押さえないでください。■温熱治療を 5 分ほどしてもあたたかく感じないときは、すぐに使用を中止してください。■熱いと感じたらパッドをはずしてください。■温熱治療終了後は必ず 2 分以上の間隔をあけて操作してください。■温熱治療中むやみに電源を入/切しないでください。

・やけどや低温やけどをまねく原因になります。

同一箇所にも長時間（15 分以上）使用しないでください。また、連続して同一箇所への温熱治療は、5 分以上間をあけてからにしてください。

・治療部位の筋肉が疲労し、体調不良を起こす原因になります。

・低温やけどの原因になります。

寝ているときには使用しないでください。

・本体が故障する原因になります。・パッドが思わぬところに貼りついて体調不良を起こす原因になります。・やけどや低温やけどの原因になります。

パッドの表面が欠けていたり、くずれている状態で使用しないでください。

・強い刺激（低周波治療の場合）を受けたり、やけど、低温やけど（温熱治療の場合）の原因になります。

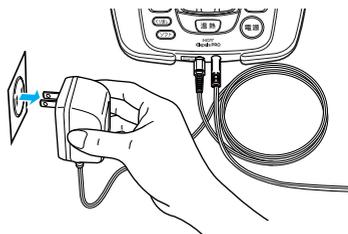
### 温熱モードから あったかモードへ 切り替える方法

- ①温熱モード治療中に、再度温熱ボタンを押し温熱治療を終了させる
- ②低周波治療のモードを選び強さを調節する
- ③再度温熱ボタンを押すと、あったかモードに切り替わり、低周波と温熱の交互治療が始まります。

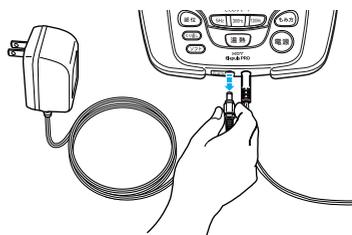
# 収納する

パッドをそのまま放置しておくと、汚れたり粘着力が落ちたりします。  
治療が終わったら、温熱導子収納具に貼りつけ収納してください。

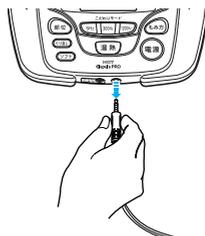
1. 電源を切り、AC アダプタを使用している場合は、AC アダプタをコンセントから抜く



2. AC アダプタを使用している場合は、本体から DC 側プラグを抜く

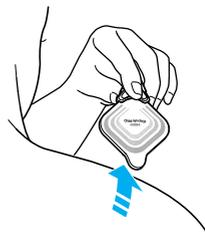


3. 温熱導子コードプラグを本体からはずす



4. パッドをはがす

※粘着面に触らないようにしてください。



# 収納する

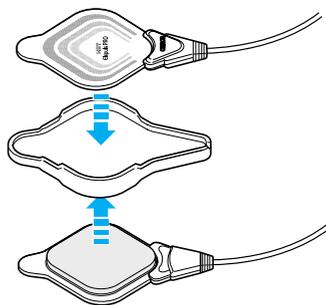
## 5. パッドを温熱導子収納具に軽く貼りつける

※パッドを強く押しつけないでください。粘着面が傷む原因になります。

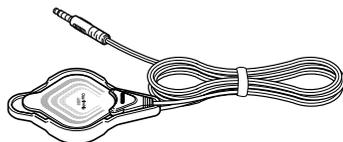
※温熱導子や温熱導子コードの接続部分を強く引っばらないでください。

※温熱導子は強く曲げたりしないでいねいに扱ってください。

※温熱導子収納具は清潔に保ってください。



## 6. 温熱導子コードを軽く束ねる



## 7. 本体・温熱導子収納具・ACアダプタ等を汚れないように保管する

# 温熱・低周波豆知識

## 低周波治療とは

### 生理作用をうまく利用する治療方法

自分自身は気づきませんが、脳や心臓、筋肉や神経など、私たちの身体はいかなるところからもごく弱い電気を発生しています。これを「生体電気」といい、身体が正常に機能していくうえで欠かせない役目を果たしています。私たちの身体は、外部から加えられた電気的な刺激にも敏感に反応し、いろいろ変化をおこす性質があります。人間の身体が本来もっているこのような作用を上手に利用して、生体電気の異常すなわち身体の異常となつてあられるコリや痛みなどの治療を行おうとするのが電気治療で、その中の代表的なひとつが低周波の治療法です。

## 低周波治療のしくみ

### 筋肉のポンプ作用

低周波電流により筋肉が収縮弛緩し、筋肉のポンプ作用が働きます。弛緩したときには、血液がどっと送り込まれ、次に収縮すると老廃物を含む血液が送り出されます。この働きが繰り返されると、血液の流れが良くなり、血行が促進されます。



### 痛みをやわらげる

痛みのある部位に低周波電流を流すと、痛みを伝達する機能に作用し、脳に痛みの感覚を伝えにくくし、痛みをやわらげるといわれています。

# 温熱・低周波豆知識

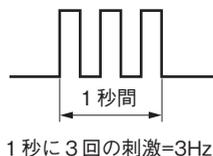
## 周波数による作用の違い

### 周波数とは

身体に対して1秒間に電気刺激を加える回数のこと  
で、ヘルツ(Hz)という単位で表されます。

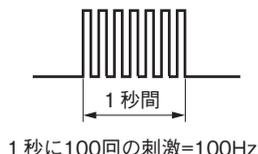
### 低い周波数の効果

慢性痛やコリ・しびれの症状に有効で、痛みの抑制物質を分泌させたり、血行を促進する効果があるとされています。



### 高い周波数の効果

急性痛に有効で、低い周波数に比べ痛みの伝達を即効的に遮断する効果に優れているとされています。

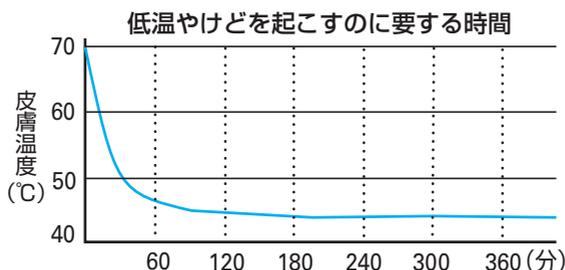


### 低周波治療時間のめやす

長い治療時間や強い刺激は筋肉疲労を招き、逆効果になります。  
これら過度の治療を防ぐため、HV-F310は自動的に15分で電源が切れるようになっています。

## 低温やけどについて

比較的低い温度でも、長時間接触すると、やけどと同様の症状を起こす場合があります。一般的に、44℃が低温やけどを起こす最低温度といわれており、44℃～51℃の間では温度と時間とは反比例の関係にあります。また、温度の高いものを押しつけたり、熱がこもるようにすると低温やけどを起こしやすくなります。この場合、44℃以下の温度でも低温やけどを起こす場合がありますので十分ご注意ください。



## 温熱治療とは

### 血管の伸縮と温度の関係

血液は、心臓から大動脈を通過して毛細血管に入り、全身の細胞に酸素と栄養を供給し、さらに老廃物を運び去るという重要な作業をおこなっています。この人間の生命をつかさどる大切な血液の循環系を形づくっているのが血管です。

人間の身体は、急激な運動をしたときなどは酸素や栄養素を十分に供給するために、心臓の動きが早くなり、血管を大きく拡張させ、大量の血液を運びます。そして必要がなくなると収縮して、適当な血液の量に調整します。

この血管の伸縮は、自律神経やホルモンの働きによっても左右されますが、体の外からの温度や圧力に大きく影響されます。

特に心臓から遠い末端の血管は、温度の刺激により柔軟に拡張し収縮します。

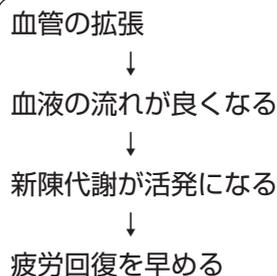
### 血行を良くして疲労回復

たとえば、温泉に入り、ぬるいお風呂にゆっくりつかると、身体の芯まで温まり、疲れがとれやすくなることは良く知られています。

温熱治療とは、身体の外側から血管を拡張する刺激（温熱刺激）を与え、血液の流れを良くする治療法です。

温熱治療の効能・効果には次のようなものがあるといわれています。

1. 血行を良くする
2. 疲労の回復
3. 神経痛・筋肉痛の痛みの緩解
4. 筋肉のコリをほぐす
5. 筋肉の疲れをとる



### 温熱治療時間のめやす

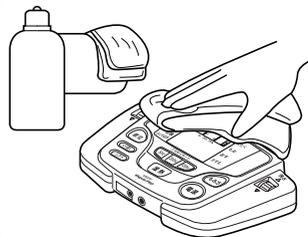
過度の治療を防ぎ、低温やけどを防ぐため、同一箇所でも15分以上の治療はしないでください。

# お手入れと保管

## お手入れのしかた

- いつも清潔にしてお使いください。
- 電源を切り（ACアダプタを使用しているときはACアダプタをコンセントから抜く）、必ず温熱導子コードを本体から抜いて、お手入れしてください。
- 本体の汚れは乾いたやわらかい布で拭き取ってください。
- 汚れがひどいときは水または中性洗剤をしみこませ、よく絞った布で拭き取り、やわらかい布でから拭きしてください。

※本体内部に水などが入らないようにしてください。

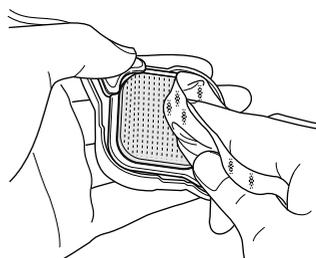


## パッドのお手入れについて

パッドの粘着面が汚れて貼りつきにくくなったら、水をしみこませた布で粘着面を湿らせて汚れを拭き取ると、一時的に粘着力を回復させることができます。ただし、水分を与えすぎると粘着力が弱くなります。

※温熱導子電極には水をつけないようにしてください。

- 交換のめやす  
個人差がありますが、約 30 回程度をめやすに交換してください。  
パッドは消耗部品です。別売品をお求めください。  
（ 裏表紙）
- 交換用粘着パッドは、高温多湿、直射日光のあたる場所には置かないでください。



## 保管のしかた

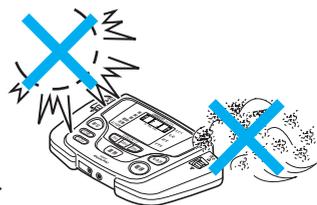
次の条件を満たしている環境下で保管してください。

- 温度：10℃～40℃
- 湿度：30% RH～85% RH（結露無きこと）

## お手入れと保管の注意

- 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。
- 温熱導子の扱いに注意してお手入れしてください。
  - 曲げない。
  - 強い力をかけたり、引っぱらない。
  - 水をかけない。
- 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、風通し、直射日光、ホコリ、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。
- 乳幼児の手の届かないところに置いてください。
- 長期間（3ヵ月以上）ご使用にならない場合は、乾電池を取り出して保管してください。

※上記の注意事項、その他の正しい使用方法をお守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。



# おかしいな?と思ったら

こんなとき	考えられる原因	直しかた
電源が入らない	電池の方向を間違えて入れている	→正しい方向にきちんと入れてください (☞ 11 ページ)
電源がすぐ切れる	AC アダプタが正しく接続されていない	→正しく接続してください (☞ 12 ページ)
	パッドを肌に貼りつけていない	→肌に貼りつけないと自動的に電源が切れます (☞ 14 ページ)
	パッドが肌からはがれている	→肌からはがれると自動的に電源が切れます (☞ 14 ページ)
使用中に電源が切れる	乾電池が消耗している	→乾電池を交換してください (☞ 11 ページ)
	15分で自動的に電源が切れる	→故障ではありません。本機は約15分で自動的に電源が切れます
	温熱導子コードが断線している	→温熱導子コードを交換してください (☞ 裏表紙)
パッドが貼りつかない	パッド粘着面の透明フィルムをはがしていません	→粘着面の透明フィルムをはがしてください (☞ 14 ページ)
	パッドの粘着面が汚れている	→水をしみこませた布で表面を拭いてください (☞ 29 ページ)
	パッドの粘着面がいたんでいる	→パッドは消耗部品です 新しいものと交換してください (☞ 裏表紙)
刺激を感じない	パッドが肌に密着していない	→肌に密着させてください (☞ 14 ページ)
	パッドを重ねて貼っている	→重ならないように貼ってください (☞ 14 ページ)
	温熱導子コードを正しく接続していない	→正しく接続してください (☞ 13 ページ)
刺激が弱い	強さ調節が弱くなっている	→強さダイヤルを回してください (☞ 18 ページ)
	乾電池が消耗している	→乾電池を交換してください (☞ 11 ページ)
	パッドの粘着面がいたんでいる	→パッドは消耗部品です 新しいものと交換してください (☞ 裏表紙)

こんなとき	考えられる原因	直しかた
刺激を感じない 刺激が弱い	パッド粘着面の透明フィルムをはがしていない	→粘着面の透明フィルムをはがしてください (👉 14 ページ)
肌が赤くなる 肌がチクチクする	治療時間が長すぎる	→ 15 分以内にしてください (👉 18 ページ)
	パッドが肌に密着していない	→肌に密着させてください (👉 14 ページ)
	パッドの粘着面が汚れたり、乾いたりしている	→水をしみこませた布で表面を拭いてください (👉 29 ページ)
	パッドの粘着面がいたんでいる	→パッドは消耗部品です 新しいものと交換してください (👉 裏表紙)
温熱導子があたたまらない 「温熱」が点灯しない	AC アダプタを正しく接続していない	→正しく接続してください (👉 12 ページ)
	温熱導子コードを正しく接続していない	→正しく接続してください (👉 13 ページ)
	温熱ボタンを押していない	→温熱ボタンを押してください (👉 19 ページ)
	温熱導子コードが断線、ショートしている	→温熱導子コードを交換してください (👉 裏表紙)
温熱導子が熱すぎる	温熱導子コードがショートしている	→温熱導子コードを交換してください (👉 裏表紙)
	パッドが破損している	→パッドは消耗部品です 新しいものと交換してください (👉 裏表紙)
温熱導子から焦げたにおいがする	くり返し使用し、15 分以上治療している	→治療時間は、1 回 15 分以内、くり返し治療するときは、5 分以上時間をあけてください (👉 19・23 ページ)
	温熱スイッチを何回も押している	→温熱スイッチを何回も押さないでください (👉 19・23 ページ)

※上記の方法でも、直らない場合はオムロンお客様サービスセンターまでお問い合わせください。(👉 裏表紙)

# 仕様

医療機器認証番号	21400BZZ00440000
類 別	機械器具 78 家庭用電気治療器
一般的名称	低周波・温熱組合せ家庭用医療機器
医療機器分類	管理医療機器
使用目的／効能効果	低周波治療器として肩こりの緩解、麻痺した筋肉の萎縮の予防及びマッサージ効果、温熱治療器として電熱による温熱効果
販 売 名	オムロンホットエレパルスプロ <b>HV-F310</b>
電 源 電 圧	DC13.5V (専用 AC アダプタ使用) DC3V (単 4 形アルカリ乾電池 2 個使用)
電 池 寿 命	約 2 ヶ月：1 日 1 回連続 15 分低周波治療のみ使用時
耐 用 期 間*	約 5 年 自己認証 (当社データ) による
発 振 周 波 数	約 1 ~ 1200Hz
消 費 電 力	約 0.26W (低周波治療のみの場合) 約 6.1W (温熱と低周波で交互に治療する場合)
使 用 温 湿 度	10 ~ 40℃、30 ~ 85% RH
本 体 質 量	約 300g (電池含む)
本 体 寸 法	幅 180 × 高さ 118 × 奥行き 45mm
動 作 原 理	<p>■ 神経・筋肉が低い周波数の電気に反応することを利用して皮膚表面より微弱なパルス電流を流し、その結果起きる生理作用を利用して患部を治療する。</p> <p>■ パッドに併設されたヒータであたためることにより患部を治療する。</p>
IP 保 護 等 級	IPX1 (温熱導子部)
付 属 品	温熱導子コード (1 本)、粘着パッド (1 組 2 枚入り)、お試し用乾電池 (単 4 形乾電池 2 個)、温熱導子収納具 (1 個)、専用 AC アダプタ (1 個)、取扱説明書 (品質保証書付き) (1 部)
別 売 品	温熱導子コード (形式 HV-DOUSI-310) 粘着パッド (4 組 8 枚入り) (形式 HV-PAD-2) 専用 AC アダプタ (形式 HV-ADP-310)
製 造 販 売 元	オムロン ヘルスケア株式会社 電話：0120-30-6606 (オムロンお客様サービスセンター)
製 造 元	OMRON DALIAN CO., LTD. 中国 大連市

\* 標準的な使用期間の目安 (1 日に 15 分使用)

※お断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。

シンボル	シンボルの意味
IPX1	IP 保護等級とは、IEC（国際電気標準会議）60529 によって規定された本体による保護構造を等級分類するものです。 IPX1 は、垂直に落下してくる水滴に対して、動作の妨げがないように、保護されていることを示します。

## 保証規定

1. 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。
2. 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またはご購入の販売店にご連絡ください。
3. 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、販売店名の記入のない場合、または販売店で発行されたお買い上げを証明するものがない場合、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。
4. 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。
5. 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す。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。
6. 修理対応期間は製造打ち切り後 6 年となります。

### 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行い高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、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。  
・販売店で以下に記入、捺印していただく。  
・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。

販売名 オムロンホットエレパルスプロ HV-F310

お買い上げ店名



お買い上げ年月日

年 月 日

製造販売元

**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



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 (祝日を除く月~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く場合があります。

