

## 取扱説明書

# オムロン 体重体組成計 HBF-253W Karada Scan

- オムロン商品をお買い上げいただき、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。
- ※本書に記載しているイラストはイメージ図です。

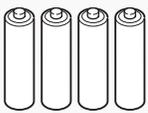
### 次のものが入っていますか？

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、お客様サービスセンター  
(☎裏表紙) までご連絡ください。

#### 1 本体



#### 2 お試し用電池(単4形アルカリ乾電池4個)



**重要** マンガン乾電池  
や充電式電池は使用し  
ないでください。

#### 3 スタートアップガイド

#### 4 取扱説明書(本書:品質保証書付き)

#### 5 活用ガイド

#### 6 専用ケーブル(2種類)



## 目次

### はじめに

次のものが入っていますか？	表紙
この体重体組成計の使い方	1
健康サポートサービスについて	2
はかる前に	3
スマートフォンで設定する	3
パソコンで設定する	4
ユーザーの追加	4
安全上のご注意	5
各部の名前	9
電池を入れる	10

### 使い方

正しい測定のしかた	11
0kg 補正について	12
体重体組成をはかる	13
乗るだけで(自動認識機能を使って)	
はかる	13
データ転送について	17
ユーザー(イニシャル)を選択してはかる	18
ゲスト機能を使ってはかる	19
体重だけをはかる	21
測定値を記録するモード	21
測定値を記録しないモード	22
体重引き算機能を使ってはかる	23
Wi-Fiの再設定	25

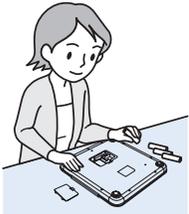
### 困ったときに保証など

おかしいな?と思ったら	26
エラー表示が出た	26
測定値がおかしい、動作がおかしい	27
電源が切れた	28
仕様	29
別売品について	30
保証規定/品質保証書	裏表紙

# この体重体組成計の使い方

本商品の使用・測定には Wi-Fi 環境が必要です。  
HBF-253W は、次の流れで使います。

## 1 初期設定をする



電池を入れる  
(☞ 10 ページ)

スマートフォンで設定する  
(☞ 3 ページ)



パソコンで設定する  
(☞ 4 ページ)



**重要** 体重体組成計をお使いになる前に、初期設定をしてください。

- ※初期設定は、健康サポートサービスへの機器登録・Wi-Fi 通信設定を含めます。
- ※初期設定をしない場合、測定できません。「ERR8」を表示します。(☞ 26 ページ)

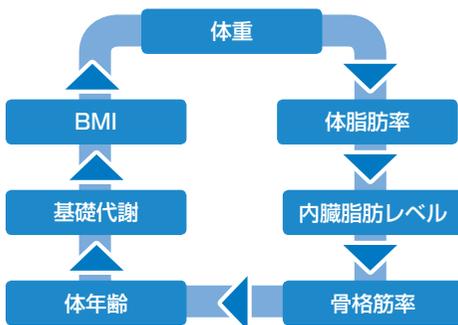
## 2 測定する



本体に乗る  
(☞ 13 ページ)

## 3 測定結果を見る

■ 本体で見る  
(☞ 15 ページ)



健康サポートサービスから、本体での表示をあなたの見たい指標のみに設定することができます。

■ 健康サポートサービスで見る

データを転送して健康サポートサービスで確認します。(☞ 17 ページ)

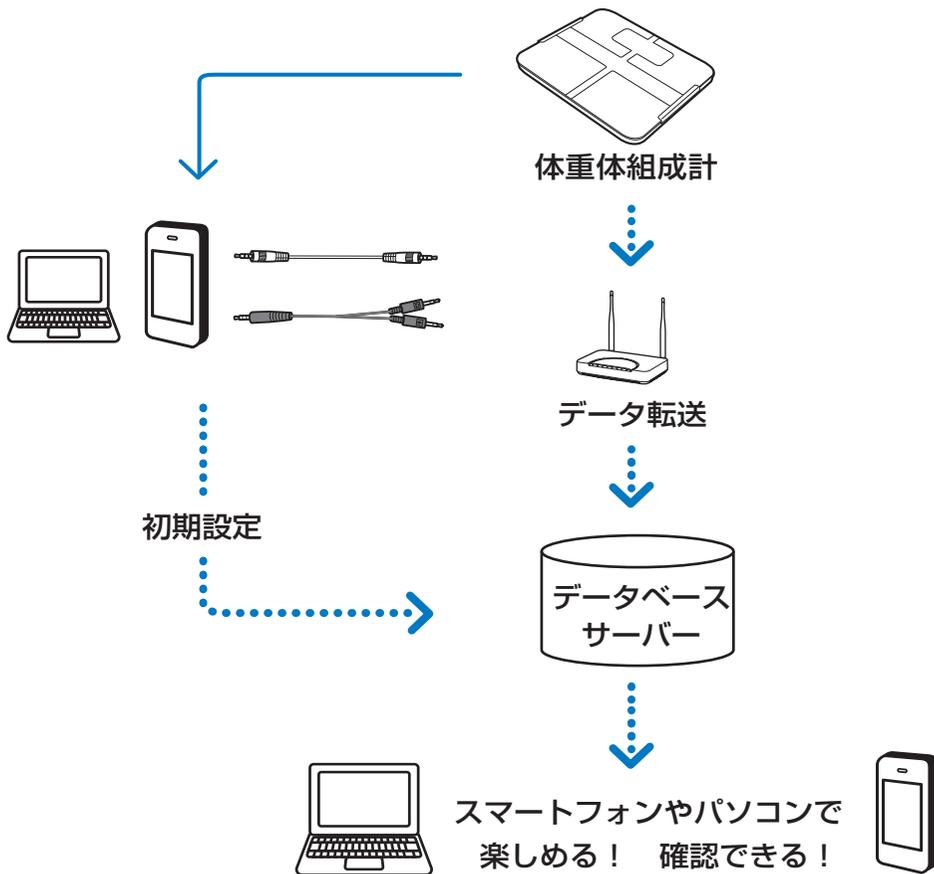
※データは自動的に転送されます。



# 健康サポートサービスについて

健康サポートサービスでは、転送された測定結果をグラフで管理することができます。

## 健康サポートサービスのしくみ



- 健康サポートサービスに会員登録するには、メールアドレスが必要です。
- 体重体組成計の健康サポートサービスへの登録は、1機種のみです。
- 転送されたデータはサーバーに保存されます。  
(お使いのスマートフォンやパソコンには保存されません。)
- スマートフォンの対応機種、パソコンの推奨環境は次のサイトでご確認ください。

<http://wlm.jp/>



- ウェブサイトやアプリの仕様および本書に記載されている内容は、予告なしに変更することがあります。

# はかる前に

本商品の使用・測定には Wi-Fi 環境が必要です。  
お使いになる前に初期設定が必要です。  
初期設定は、健康サポートサービスへの機器登録・Wi-Fi 通信設定を含めます。

## スマートフォンで設定する

スマートフォンで設定するには、お使いのスマートフォンに丸型イヤホンジャックが必要です。  
ない場合は、パソコンで設定してください。

### 1 次のサイトへアクセスする

<http://wlm.jp/>



### 2 「からだグラフ」アプリをダウンロードする

**重要** 既にアプリをお使いの方は、最新のバージョンに更新をしてください。

### 3 アプリを起動し、ログインする

**重要** 会員登録されていない方は、アプリをダウンロードの後、会員登録をしてください。既に会員の方は、お使いの ID でログインしてください。

### 4 機器登録をする

設定メニューから機器登録を選択し、画面の指示にしたがって登録してください。

**重要** ・お使いの地域やユーザー（イニシャル）データは本体で設定できません。変更したい場合は、「からだグラフ」で行ってください。電源 OFF の状態で、WPS・更新（) ボタンを押し、機器の設定を更新してください。  
・引越しの場合は、お使いの地域を必ず変更してください。

### 5 機器登録で入力したユーザー（イニシャル）を選択してはかる

自動認識機能を使用するために測定し、体組成のデータを機器に登録させます。

( 18 ページ)

「正しい測定のしかた」( 11 ページ)

以上で、体重体組成計の設定は完了です。

## パソコンで設定する

## 1 次のサイトへアクセスする

<http://wellnesslink.jp/>

または「ウェルネスリンク」で検索してください。

## 2 ログインする

**重要** 会員登録されていない方は、アプリをダウンロードの後、会員登録をしてください。既に会員の方は、お使いの ID でログインしてください。

3 「機器の設定」に進み、  
「機器の追加」をクリックする

## 4 機器登録をする

画面の指示にしたがって登録してください。

**重要** ・お使いの地域やユーザー（イニシャル）データは本体で設定できません。変更したい場合は、上記の PC サイトで行ってください。電源 OFF の状態で、WPS・更新（）ボタンを押し、機器の設定を更新してください。  
・引越しの場合は、お使いの地域を必ず変更してください。

## 5 機器登録で入力したユーザー（イニシャル）を選択してはかる

自動認識機能を使用するために測定し、体組成のデータを機器に登録させます。

（ 18 ページ）

「正しい測定のしかた」（ 11 ページ）

以上で、体重体組成計の設定は完了です。

## ユーザーの追加

一人目と同じ手順で設定してください。ログインするときには一人目と異なるログイン ID を使用してください。

Wi-Fi 通信設定は不要です。「Wi-Fi 設定」の画面になったら、「次へ」を押してください。

「スマートフォンで設定する」か「パソコンで設定する」を参照してください。

# 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、商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。

## ■ 危険、警告、注意について

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

 <small>必ず守る</small>	●記号は強制（必ず守ること）を示します。（左図は“必ず守る”）
 <small>禁止</small>	⊘記号は禁止（してはいけないこと）を示します。（左図は“禁止”）

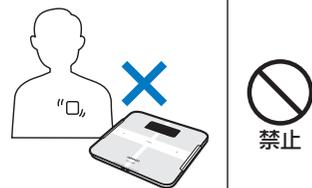
## ⚠ 危険

### 使用にあたって

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

### 使用にあたって

減量や運動療法などをおこなう場合は、自分だけで判断せず、医師か専門家の指導を受けてください。

・ 自己判断は健康を害する原因になります。



## 警告

### 設置と取り扱いについて

強化ガラスを使用しておりますが、本体を倒したり落としたり、上にものを落とすなど、本体に強い衝撃を与えないでください。

- ・ 衝撃によりガラスが割れ、けがの原因になります。また本体の破損により、正確な測定ができません。

壁に立てかけて置かないでください。

- ・ 倒れたときに、けがや故障の原因になります。

タイルの上や、ぬれた床などのすべりやすいところでは使わないでください。

- ・ すべってけがをする原因になります。



禁止

### 測定について

体の不自由な方は、介護の方が付き添いのうえ、ご使用ください。

- ・ 転倒してけがをする原因になります。



必ず守る

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でください。

- ・ すべってけがをする原因になります。
- ・ 内部に水が入って故障の原因になります。また、正確な測定ができません。

飛び乗ったり、跳ねたりしないでください。

- ・ 転倒してけがをする原因になります。また、衝撃により使用範囲を超え、破損の原因になります。

本体の端に乗らないでください。

- ・ 転倒し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。



禁止

### データ転送について

本商品は病院や航空機内など電波の使用が制限されている環境下では使用しないでください。



禁止

## 注意

### 使用にあたって

業務用（病院など）では使用しないでください。

- ・ 家庭用計量器の基準に適合しています。  
業務用に要求される機能は備えていません。



禁止

### 設置と取り扱いについて

本体を分解や修理・改造しないでください。

- ・ けがや故障の原因になります。



分解禁止

乳幼児には持ち運びをさせないでください。

- ・ けがの原因になります。



禁止

## ⚠ 注意

## 測定について

測定するときは素足で乗ってください。

- 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。



必ず守る

## 電池の取り扱いについて

電池の⊕ ⊖ 極を正しく入れてください。

- 発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

単4形アルカリ乾電池を使ってください。

新しい電池と古い電池、銘柄や種類の違う電池を同時に使用しないでください。

- 発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

長期間（3 カ月以上）使用しないときは、電池を取り外してください。

また、使用済みの電池はすぐに取り外し、すべて同時に新しいものと交換してください。

- 液漏れなどにより、本体の破損や、けがの原因になります。



必ず守る

## データ転送について

通信中は本体の電池を交換しないでください。

- 故障やデータ破損の原因になります。



禁止

## お願い

## ■ 設置について

湿気の多い場所、水のかかる場所、直射日光の当たる場所空調機の風が直接当たる場所、火気のそばには置かないでください。

- 故障の原因になります。

畳やじゅうたんなどの柔らかい床面で使用しないでください。

- 脚が沈み本体裏面が床に着くと、正確な測定ができない場合があります。

## ■ 取り扱いについて

足に皮膚病などの感染症がある方と共用するときは、清潔にしてお使いください。

- 感染の原因になります。共用するときは、水または中性洗剤をしみこませてよく絞った柔らかい布で、本体を拭き取ります。その後、から拭きしてください。

体重体組成をはかる目的以外には使わないでください。

本商品は精密機器です。落としたり、振動や強いショックを与えたりしないでください。

- 故障の原因になります。

## ■ お手入れについて

いつも清潔にしてお使いください。

- 本体の汚れは乾いた柔らかい布で拭き取ってください。
- 汚れがひどいときは、水または中性洗剤をしみこませてよく絞った柔らかい布で、拭き取ります。その後、から拭きしてください。

本体を水洗いしないでください。

- 故障の原因になります。

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。

- 変色や故障の原因になります。



## ■ 保管について

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、衝撃のある場所
- 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生する場所

本体を立てかけた状態や上に物を置いた状態、裏返し

の状態

- 誤動作の原因になります。

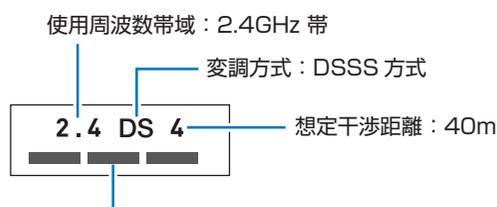
## データ転送について

- 本商品には電波法に基づく工事設計認証を受けた 2.4GHz 帯小電力データ通信システムの無線設備（無線設備名：TYPE-SN、認証番号：001-P00080）が内蔵されています。本商品を改造、分解、無線設備記載の認証番号を消さないでください。電波法に抵触する恐れがあります。
- 本商品を本商品と同じ周波数を使用した無線 LAN、電子レンジ、無線機器などの周辺でご使用になりますと、本商品との間で電波干渉が発生する可能性があります。電波干渉が発生した場合、使用しない機器を停止するか、本商品の使用場所を変えるなど電波干渉の生じない環境でご使用ください。
- 電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受する事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わることには使用しないでください。
- 本商品は日本国内専用です。日本国外で使用しないでください。日本国外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあります。
- 通信中に本体の電池を交換しないでください。故障やデータ破損の原因になります。

## 電波干渉に関するご注意

本商品の使用周波数帯では、電子レンジ等の産業・科学・医療用機器のほか、他の同種無線局、工場の製造ライン等で使用される移動体識別用構内無線局、および免許を要しない特定小電力無線局、アマチュア無線局等（以下、「他の無線局」と略す）が運用されています。

- 1 本商品を使用する前に、近くで「他の無線局」が運用していないことを確認してください。
- 2 万一、本商品と「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合は、速やかに使用場所を変えるか、商品の使用を停止（電波の発信を停止）してください。
- 3 その他、電波干渉の事例が発生した場合など何かお困りのことが起きたときは、弊社サポートデスクまでお問い合わせください。



次のマークは電波の種類と干渉距離を表しています。

全帯域を使用し、移動体識別装置の帯域を回避可能です。

## 情報技術装置について

この装置は、クラス B 情報技術装置です。この装置は、家庭環境で使用することを目的としていますが、この装置がラジオやテレビジョン受信機に近接して使用されると、受信障害を引き起こすことがあります。

取扱説明書に従って正しい取り扱いをしてください。

VCCI-B

## 体組成の測定について

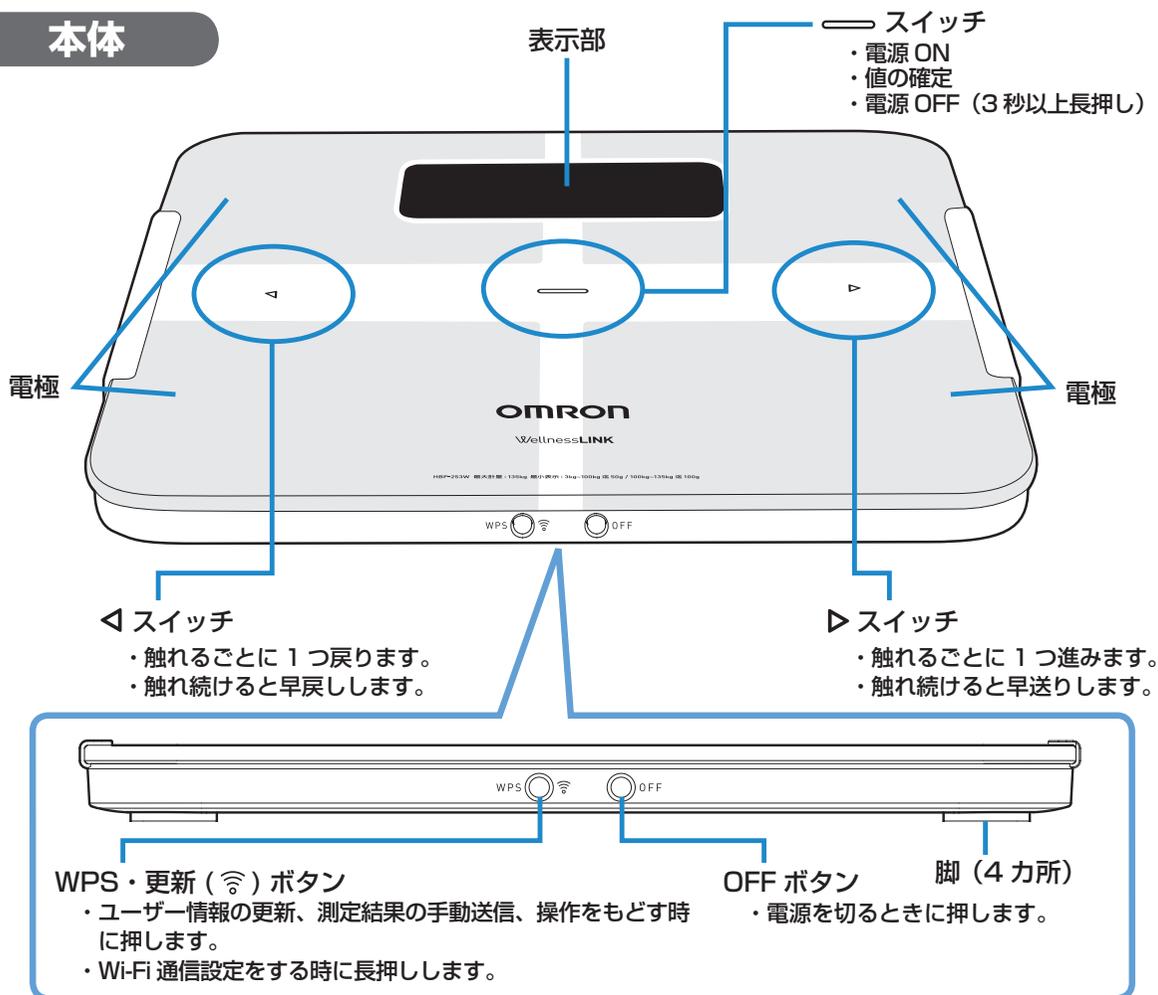
■ 本商品は、6才以上の日本人を対象としています。次のような方は、正しく測定できない場合があります。

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。

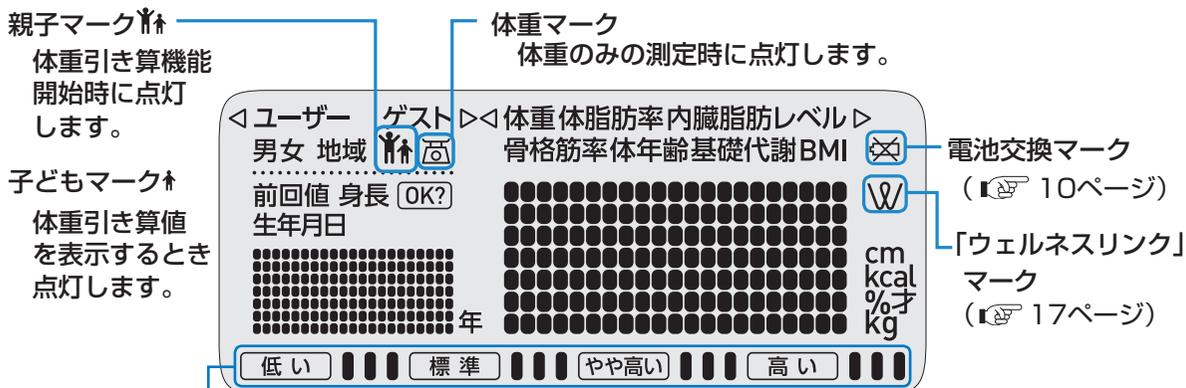
# 各部の名前

## 本体



※上面のスイッチを足でも操作することもできます。足で操作すると転倒の可能性があります。ご注意ください。

## 表示部



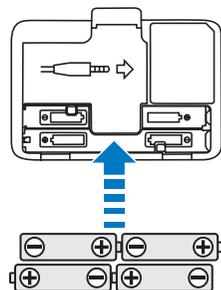
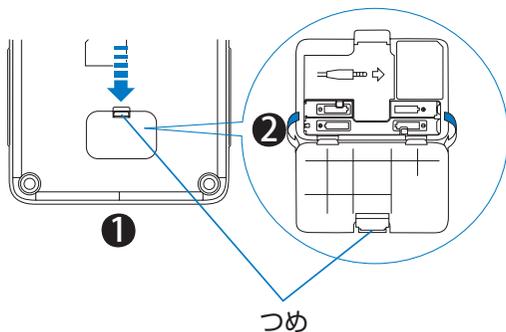
体脂肪率判定、骨格筋率判定、内臓脂肪レベル判定  
判定表示について (16ページ)

# 電池を入れる

単 4 形アルカリ乾電池 4 個を入れます。

## 1 本体を裏返し、 電池カバーを外し、電池を入れる

本体裏面



## 電池の寿命と交換について

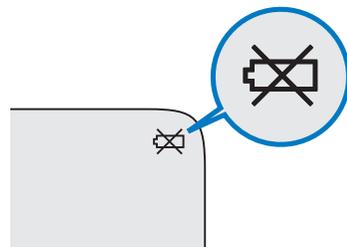
- 約 6 カ月測定できます。  
(単 4 形アルカリ乾電池 (4 個)、室温 23℃、測定 4 回 / 日使用の場合)
  - ・ 付属の電池はお試し用です。早めに寿命が切れることがあります。
  - ・ マンガン乾電池や充電式電池は使用しないでください。  
使用回数が極端に減少します。また、誤動作の可能性あります。

-  が点滅したときは、電池が消耗しています。  
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。

- 電源 OFF の状態で、電池を交換してください。
  - ・ 電池を交換しても、個人データおよびメモリの内容は保持されます。
  - ・ 使用済みの電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。

- 電池を交換した後、必ず WPS・更新 (🔄) ボタンを押して、機器の設定を更新してください。  
更新しないと測定できません。「おかしいな?と思ったら」(📖 26 ページ)

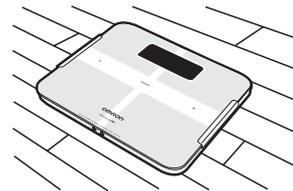
電池交換マーク



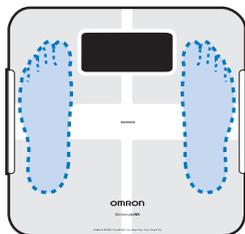
# 正しい測定のしかた

■ 硬く平らな床面で測定してください。

**重要** 畳やじゅうたんなどの柔らかい床面では正確な測定ができない場合があります。



素足で乗ります  
土踏ますが本体の中央にくるように  
乗ってください。



**重要** 靴下などをはいたまま  
乗ると、正確な測定できません。

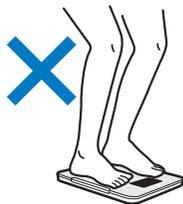


こんな姿勢はダメ！



しゃがむ

正確な測定ができません。



ひざが  
曲がっている



足裏が電極と  
ずれている

測定中、上記のアニメーションを  
表示します。  
そのままお待ちください。

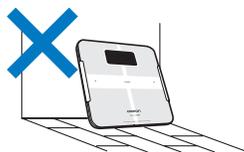


測定結果を表示したら、測定完了  
です。  
本体から降りてください。

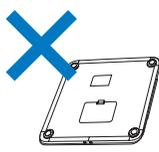
# 0kg 補正について (保管時の注意)

この体重体組成計はすぐに測定ができるように、定期的に自動で精度補正をおこなっています。次のような状態で置かれていた場合は精度補正ができていないため、実際とは異なる体重値を表示することがあります。

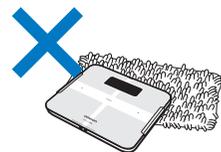
本体の脚が床についていない状態



立てかけた状態



裏返しの状態



ものの上に乗った状態

本体の上にものを置いた状態



このような場合は、測定前に 0kg 補正をしてください。

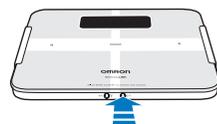
## — 0kg 補正のしかた —



① 測定位置 (硬くて平らな床面) に置く



② 電源を入れる (測定はしません)



③ 床に置いたまま電源を切る

以上で 0kg 補正は終了です。5 秒待つて、測定してください。

# 体重体組成をはかる

## 自動認識機能について

自動認識機能とは、体重体組成を測定すると機器に登録されているユーザー（イニシャル）の中から、誰が乗ったかを推定する機能のことです。

**！重要** 次の場合は間違ったユーザー（イニシャル）を表示することがあります。

- ・ 体型や体重の近い人がはかった場合。
- ・ 体重が大きく変動した場合。

誤認識が続く場合はユーザー（イニシャル）を選択してから測定してください。  
「ユーザー（イニシャル）を選択してはかる」(P.18 ページ)

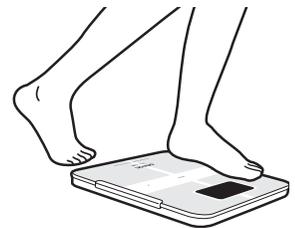
## 乗るだけで（自動認識機能を使って）はかる

### 1 測定する

#### ① 電源 OFF の状態で、本体に乗る

乗ると自動的に電源が入ります。

「正しい測定のしかた」(P.11 ページ)



#### ② ユーザー（イニシャル）と測定結果を表示したら、測定完了

本体から降りてください。



### ③ ユーザー（イニシャル）を確認する

#### ■ ユーザー（イニシャル）が合っているときは…

〔  〕に触れてユーザー（イニシャル）を確認してください。

〔OK?〕が消え、ユーザー（イニシャル）が前回値表示に切り替わります。

〔OK?〕が点滅表示のまま電源を切っても、表示しているユーザー（イニシャル）の測定値として本体に記録します。



**重要** 登録後、初めて体重体組成計を使用する場合は、前回値表示に切り替わりません。ユーザー（イニシャル）のまま表示します。

#### ■ ユーザー（イニシャル）が間違っているときは…

電源が切れる前に、〔◀〕〔▶〕で正しいユーザー（イニシャル）を選択し、〔  〕に触れて確認してください。

#### ■ ユーザー（イニシャル）を間違って確定してしまったときは…

電源が切れる前に、WPS・更新（）ボタンを押すと、ユーザー（イニシャル）を修正できます。〔◀〕〔▶〕で正しいユーザー（イニシャル）を選択し、〔  〕に触れて確認してください。

#### ■ ゲスト（Guest）が表示されるときは、ユーザー（イニシャル）が認識できていません。

ユーザー（イニシャル）を登録済みの場合は、正しいユーザー（イニシャル）を選択し、確認してください。

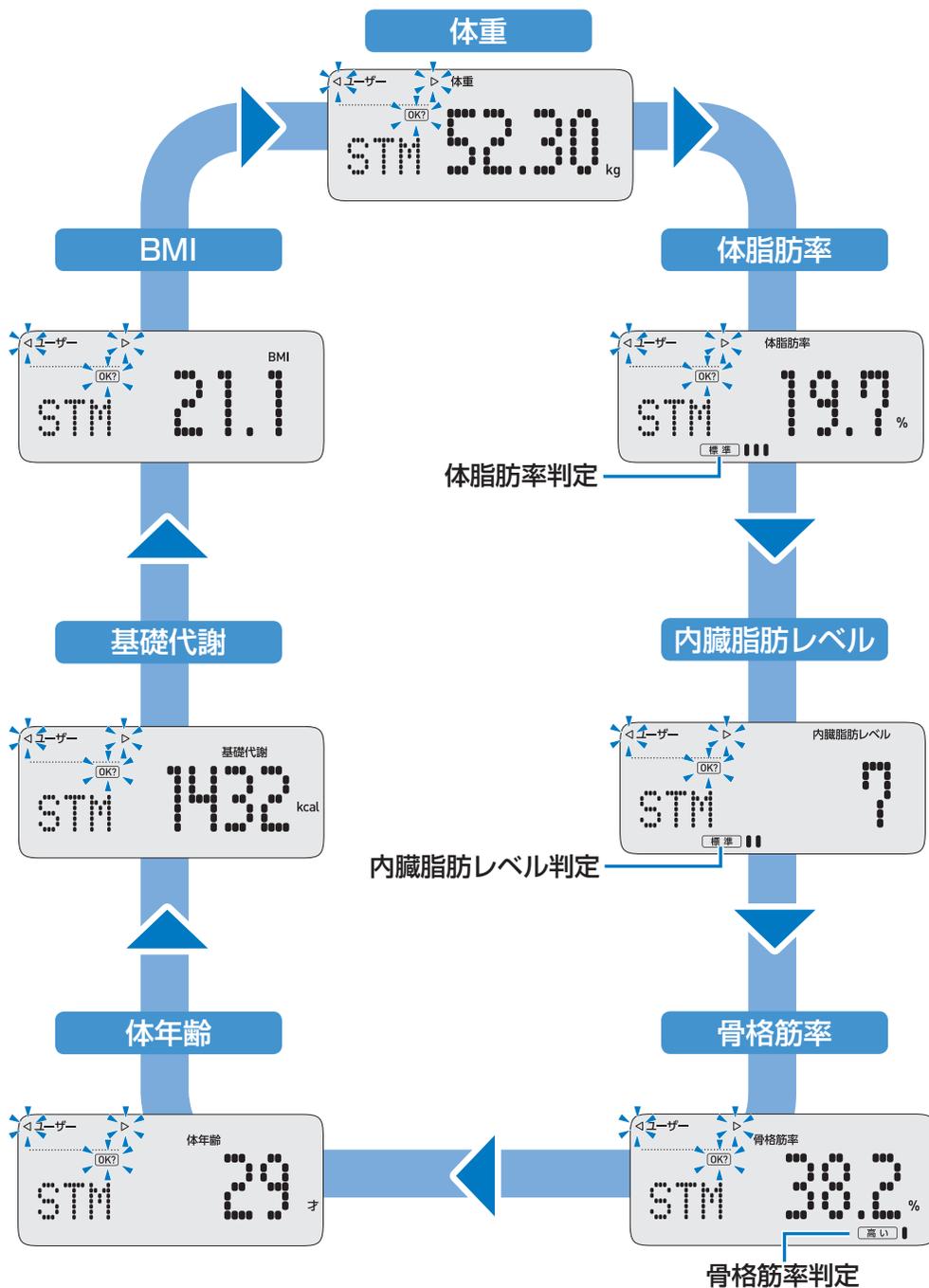


ユーザー（イニシャル）を登録していない場合は、〔  〕に触れて確定し、「ゲスト機能を使ってはかる」の手順3から操作してください。（ 19ページ）

## 2 測定結果を確認する

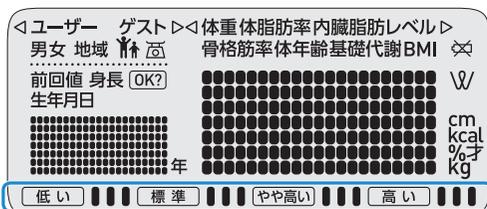
結果は2秒で自動的に切り替わります。

ユーザー（イニシャル）を確定すると〔<〕〔>〕で見たい測定値に切り替えることもできます。



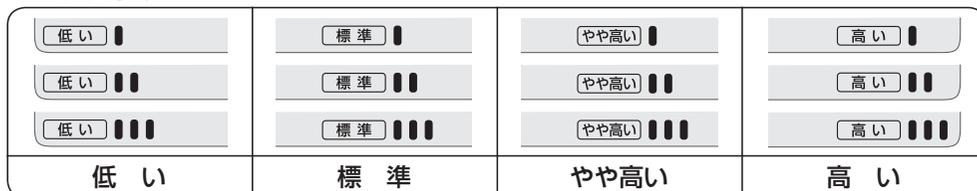
各指標については別冊『活用ガイド』をご確認ください。

### 判定表示について

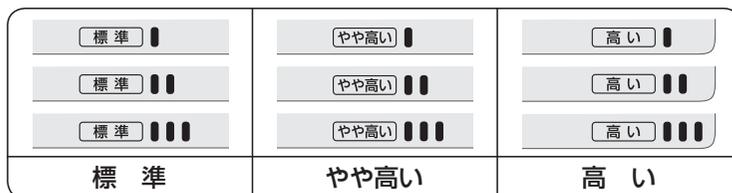


体脂肪率判定、骨格筋率判定、内臓脂肪レベル判定を表示します。

■ 体脂肪率判定・骨格筋率判定の見方 … 各3段階、全12段階で表示します。



■ 内臓脂肪レベル判定の見方 … 各3段階、全9段階で表示します。



本体での表示をあなたの見たい指標のみに設定することができます。健康サポートサービスにログイン後、スマートフォンアプリの場合は「設定」、PCサイトの場合は「機器設定」から設定できます。詳しくは、健康サポートサービスのヘルプをご参照ください。

## 3 測定結果を確認したら、電源を切る



または

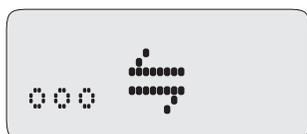


測定結果の表示中に、何も操作しない状態が30秒以上続くと電源が切れます。

測定を終了して電源が切れると、データは自動的に転送されます。  
( 17 ページ )

## 4 データ転送を確認する

測定を終了して電源が切れると、自動的に電源が入り、測定データを健康サポートサービスに自動的に転送します。



「OK」が表示されたら、転送完了です。

「ERR6」か「ERR7」が表示されたら、転送されていません。(📖 26 ページ)  
「OK」またはエラー表示をしたら、電源は自動的に切れます。

**重要** エラーが表示されたときは、Wi-Fi ルーターとの接続ができなかったり、各サービスが指定するサーバーのメンテナンス中などにより、測定結果は転送されていません。次回測定時に、そのときの測定結果と、未送信分の測定結果とが、あわせて自動的に転送されます。手動で転送することもできます。手動で転送する場合は、次の「測定結果を手動で転送する」を参照してください。

### 測定結果を手動で転送する

- 1 電源の切れた状態で、WPS・更新 (📶) ボタンを押す



- 2 データ転送を確認する

「OK」が表示されたら、転送完了です。

「ERR6」か「ERR7」が表示されたら、転送されていません。(📖 26 ページ)

「OK」またはエラー表示をしたら、電源が自動的に切れます。

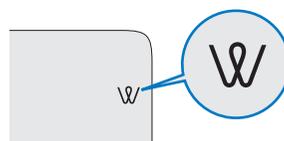
### 「ウェルネスリンク」マークについて

📶 が点滅／点灯したときは、すみやかに測定記録を転送してください。

点滅：24 回分以上の測定記録があります。  
すみやかに測定記録を転送してください。

点灯：30 回分の測定記録があります。  
古い測定記録から順に削除されます。  
すぐに測定記録を転送してください。

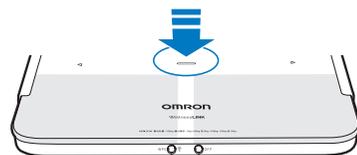
「ウェルネスリンク」マーク



## ユーザー（イニシャル）を選択してはかる

### 1 〔 — 〕 に触れて、電源を入れる

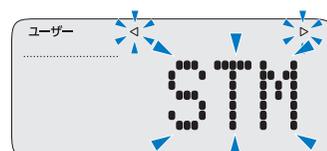
電源が入り、ユーザー（イニシャル）が点滅します。



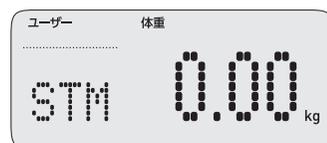
### 2 ユーザー（イニシャル）を選択し、確定する

〔◀〕〔▶〕でユーザー（イニシャル）を選び、〔 — 〕に触れて確定してください。

「0.00kg」を表示してから何も操作しない状態が1分以上続くと電源が切れます。



**重要** 「0.00 kg」を表示する前に本体に触れたり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。



### 3 測定する

本体に乗ってください。

「正しい測定のしかた」(☞ 11 ページ)

### 4 測定結果を確認したら、電源を切る



または



測定結果の表示中に、何も操作しない状態が 30 秒以上続くと電源が切れます。

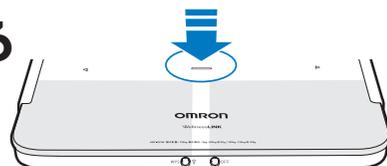
測定を終了して電源が切れると、データは自動的に転送されます。  
(☞ 17 ページ)

## ゲスト機能を使ってはかる

ゲスト機能とは… 個人データを登録していない方でも、そのつど生年月日・性別・身長を入力することで体重体組成をはかることができる機能です。  
ゲスト機能を使ってはかったときの測定値は本体に記録されません。

### 1 〔 — 〕 に触れて、電源を入れる

電源が入り、ユーザー（イニシャル）が点滅します。



### 2 「ゲスト(Guest)」を選択し、確定する

〔◀〕〔▶〕で「ゲスト(Guest)」を選び、  
〔 — 〕に触れて確定してください。



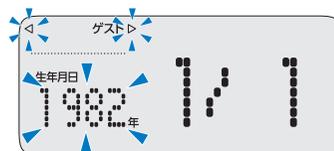
### 3 「個人データ」を入力する

#### ① 「生年月日」を設定する

① 〔◀〕〔▶〕で「誕生日」を合わせて、  
〔 — 〕に触れて確定してください。

- ・設定範囲：1900～2040年
- ・早送り：10単位

「誕生日」が確定し、「誕生日」が点滅します。



② 〔◀〕〔▶〕で「誕生月」を合わせて、  
〔 — 〕に触れて確定してください。

「誕生月」が確定し、「誕生日」が点滅します。



③ 〔◀〕〔▶〕で「誕生日」を合わせて、  
〔 — 〕に触れて確定してください。

- ・早送り：10単位

「誕生日」が確定し、「性別」が点滅します。



## 2 「性別」を設定する

〔◀〕〔▶〕で「男」または「女」を選び、  
〔＝〕に触れて確定してください。

「性別」が確定し、「身長」が点滅します。



## 3 「身長」を設定する

〔◀〕〔▶〕で「身長」を合わせて、  
〔＝〕に触れて確定してください。

- ・設定範囲：100.0～199.5cm
- ・早送り：10単位

身長が確定すると、「生年月日」「性別・年齢」「身長」を  
表示したあと、「0.00 kg」と表示します。

「0.00kg」を表示してから何も操作しない状態が1分以上  
続くと電源が切れます。



**重要** 「0.00 kg」を表示する前に本体に触れたり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。



## 4 測定する

本体に乗ってください。

「正しい測定のしかた」(☞ 11 ページ)

## 5 測定結果を確認したら、電源を切る



または



測定結果の表示中に、何も操作しない状態が30秒以上続くと電源が切れます。

# 体重だけをはかる

## 測定値を記録するモード

このモードを使用する場合は、測定前に設定が必要です。この設定をすると、体重の測定値だけ記録されます。

### 1 測定前に設定する

#### ■ スマートフォンで設定する場合

- ① 「からだグラフ」の設定メニューから「機器設定」を選択する
- ② 「体重体組成計 HBF-253W」を選択する
- ③ 「体組成の測定」を OFF にする

#### ■ パソコンで設定する場合

- ① 健康サポートサービスにログインする
- ② 「機器設定」をクリックする
- ③ HBF-253W の「設定を変更する」をクリックする
- ④ 機能設定の「体組成の測定」を OFF にする

### 2 電源 OFF の状態で、WPS・更新 ( ) ボタンを押し、機器の設定を更新する

「OK」が表示されたら、設定の更新は完了です。

「ERR6」か「ERR7」が表示されたら、機器の設定が更新されていません。

(  26 ページ )

更新しないまま測定すると体組成も測定されます。

### 3 測定する

ユーザー (イニシャル) を選択してから測定してください。(  18 ページ )

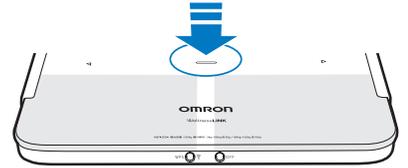
測定を終了して電源が切れると、データは自動的に転送されます。  
(  17 ページ )

## 測定値を記録しないモード

このモードを使用する場合は、体重の測定値が記録されません。

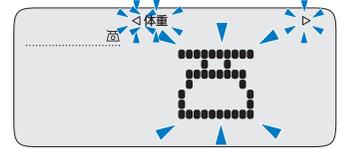
### 1 〔〕に触れて、電源を入れる

電源が入り、ユーザー（イニシャル）が点滅します。



### 2 「体重 ()」を選択し、確定する

〔◀〕〔▶〕で「体重 ()」を選び、  
〔〕に触れて確定してください。  
「0.00kg」を表示してから何も操作しない状態が1分以上続くと電源が切れます。



**重要** 「0.00 kg」を表示する前に本体に乗ったり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。



### 3 本体に乗る

「0.00kg」と表示されたら本体に乗ってください。  
「正しい測定のしかた」( 11 ページ)



### 4 体重が確定したら、本体から降りる

点滅して体重値が確定したことをお知らせします。



### 5 測定結果を確認したら、電源を切る



または



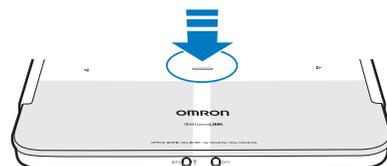
測定結果の表示中に、何も操作しない状態が30秒以上続くと電源が切れます。

# 体重引き算機能を使ってはかる

この体重体組成計には、1回目と2回目の測定値の差を表示する体重引き算機能を搭載しています。1回目はご自身のみで、2回目はペットや赤ちゃんなどを抱いてはかると、1回目と2回目の体重差を表示します。

体重引き算機能を使ってはかったときの測定値は、本体に記録されません。

## 1 〔〕に触れて、電源を入れる



## 2 「体重 ()」を選択し、確定する

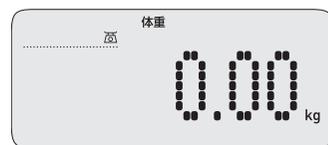
〔〕〔〕で「体重 ()」を選び、

〔〕に触れて確定してください。

「0.00kg」を表示してから何も操作しない状態が1分以上続くと電源が切れます。



**重要** 「0.00 kg」を表示する前に本体に乗ったり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。



## 3 1回目の測定をする

本体に乗ってください。

「正しい測定のしかた」( 11 ページ)

1回目と2回目の測定は逆でも体重差を表示します。  
乗りやすい順序で測定してください。



## 4 体重が確定したら、本体から降りる

点滅して体重値が確定したことをお知らせします。

何も操作しない状態が30秒以上続くと電源が切れます。

電源が切れましたら、体重引き算機能を継続できません。

もう一度、手順1からやり直してください。

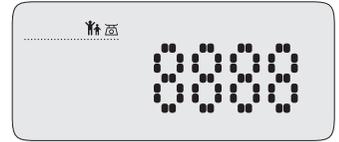


## 5 2回目の測定をするために 〔〕に触れる

「ピッ」と鳴って、親子マーク「」と「8888」のあとに、親子マーク「」と「0.00kg」を表示します。

「0.00kg」を表示してから何も操作しない状態が3分以上続くと電源が切れます。

**重要** 「0.00 kg」を表示する前に本体に乗ったり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。



## 6 2回目の測定をする

「0.00kg」を表示したら本体に乗ってください。

**重要** 抱くと足元が見えにくくなりますので、本体の端に乗らないように注意してください。転倒の恐れがあります。



## 7 体重が確定したら、本体から降りる

点滅して体重値が確定したことをお知らせします。

体重値が確定すると計算がはじまり、子どもマーク「」と体重差を表示します。

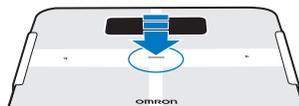


## 8 測定結果を確認したら、 電源を切る



〔OFF〕

または



〔〕3秒以上長押し

測定結果の表示中に、何も操作しない状態が3分以上続くと電源が切れます。

# Wi-Fi の再設定

Wi-Fi ルーターを交換した場合は、Wi-Fi の再設定が必要です。

初期設定をスマートフォン、パソコンのどちらでおこなったかに関わらず、スマートフォン、パソコンのどちらからでも再設定をおこなうことができます。

「からだグラフ」アプリ、「Wi-Fi 設定ソフト」がインストールされていない場合は、「はかる前に」(📖 3 ページ) の手順を参照し、健康サポートサービスからダウンロードしてください。

## スマートフォンで設定する場合

- 1 「からだグラフ」アプリを起動し、ログインする
- 2 設定メニューから「機器設定」の「体重体組成計」を選び、Wi-Fi 設定内容の変更をする

画面の指示にしたがって設定してください。

## パソコンで再設定する場合

- 1 パソコンにインストールされている「Wi-Fi 設定ソフト」を実行し、ログインする

画面の指示にしたがって設定してください。

以上で、Wi-Fi の再設定は完了です。

# おかしいな?と思ったら

## ■ エラー表示が出た

エラー表示	原因	対処のしかた
ERR1	体組成の測定途中で本体から降りた	体組成の測定が終了するまで本体から降りないでください (P.11 ページ)
	足裏が電極に密着していなかった	足裏を電極に密着させて測定してください (P.11 ページ)
ERR2	測定姿勢が悪かったり、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	足を動かさないように測定してください (P.11 ページ) 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
ERR5	動作異常が起きた	もう一度、電源を入れ直して測定してください それでもこのエラーを表示する場合は、本商品の故障が考えられます 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 (P.裏表紙)
ERR6 Wi-Fi ルーターへデータ転送ができない	機器登録できていなかった	機器登録をしてください (P.3 ページ)
	Wi-Fi ルーターを交換した後、Wi-Fi の再設定をしていなかった	Wi-Fi の再設定をしてください (P.25 ページ)
	機器と Wi-Fi ルーターの距離が離れすぎていた	通信できる場所に移動し、WPS・更新 (P.17) ボタンを押して、手動でデータ転送してください (P.17 ページ)
	強い磁場や電波の発生するものの近くでデータ転送をした	強い磁場や電波の影響を受けない場所で、WPS・更新 (P.17) ボタンを押して、手動でデータ転送してください (P.17 ページ)
ERR7 サーバーへデータ転送ができない	各サービスが指定するサーバーが定期メンテナンス中であった	時間をあけてから、WPS・更新 (P.17) ボタンを押して、手動でデータ転送してください (P.17 ページ)
ERR8	初期設定をしていなかった	健康サポートサービスへ登録し、初期設定をしてください (P.3 ページ)
	電池を交換した後、機器の設定を更新していなかった	WPS・更新 (P.17) ボタンを押してください
ERR	「0.00kg」を表示する前に、本体に乗った	表示が「0.00kg」になってから、本体に乗ってください
	「0.00kg」を表示する前に、本体を動かした	測定が終わるまで、本体を動かさないでください
	測定中に体を動かした	測定中は体を動かさないでください
	体重が測定可能範囲外だった	

## ■ 測定値がおかしい、動作がおかしい

こんなとき	原因	対処のしかた
電源を入れても何も表示しない 本体に乗っても何も表示しない	電池が入っていない	電池を入れてください (☞ 10 ページ)
	電池の方向を間違えて入れている	正しい方向に入れてください (☞ 10 ページ)
	電池残量がなくなっている	電池を交換してください (☞ 10 ページ)
本体に乗っても「0.00kg」を表示する、または体重値がほとんど増えない	表示が「0.00kg」になる前に本体に乗った	表示が「0.00kg」になってから本体に乗ってください
体重値を多く（または少なく）表示する	「0 kg 補正」が正しくおこなわれていない	「0 kg 補正」をおこなってください (☞ 12 ページ)
	お使いの地域の設定が正しくない	健康サポートサービスで正しいお使いの地域を設定してください
測定値が異常に高い、または低い 測定のたびに極端に値が違う	正しい姿勢で測定していない	正しい姿勢で測定してください (☞ 11 ページ)
	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	硬く平らな床面で測定してください
	足裏や体自体が冷えてしまって、血行が悪くなっている	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
	電極部が非常に冷たくなっている	暖かい部屋などにしばらく置いて、電極に触っても冷たく感じない程度になったら測定してください
正しく認識されない	しばらくはかかっていない間に体重値が大きく変わった	ユーザー（イニシャル）を選んでから、はかってください (☞ 18 ページ)
	登録している人の中に似た体格の人がいる	
	別ユーザーの測定結果が記録された	
一部の結果で「… … …」を表示する	登録した値や体組成の値が測定可能範囲外だった	設定した生年月日・性別・身長が間違っていないか確認してください 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「… … …」を表示します 表示範囲、対象年齢 (☞ 29 ページ)

## ■ 測定値がおかしい、動作がおかしい (つづき)

こんなとき	原因	対処のしかた
体組成をはかりたいのに、 体重値しか表示されない	「体組成の測定」を OFF にしている	健康サポートサービスにログインし、設定変更してください (P. 21 ページ)
	ユーザー (イニシャル) やゲストを選択してない (表示部にユーザー (イニシャル) や「ゲスト」を表示していない)	ユーザー (イニシャル) またはゲストを正しく選択してから測定してください (P. 18 ページ)
本体に乗っても何も表示しない	「0kg 補正」ができていない	「0kg 補正」をおこなってください (P. 12 ページ)
	体重が軽すぎる	ユーザー (イニシャル) を選択してから測定してください (P. 18 ページ)
スイッチがきかない	本体に乗ったままスイッチに触れていた、または 2 つ以上のスイッチに同時に触れていた	本体から降りてから触れてください。またスイッチに触れるときは 1 つずつ触れてください
何もしていないのに電源が切れる	「電源が切れた」 (P. 28 ページ) をご参照ください	

※前記の「対処のしかた」を実施しても、正常に測定や通信ができない場合は故障が考えられます。商品の故障および修理のご依頼につきましては、お客様サービスセンターまでご連絡ください。(P. 裏表紙)

※ごくまれにその方の体質上誤差を生じて測定できない方がおられます。

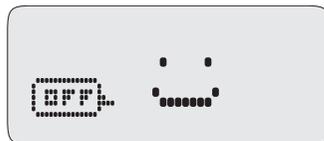
このような場合にもお客様サービスセンターまでご相談ください。(P. 裏表紙)

※本商品の故障、修理のときは、個人データはすべて削除されますのでご了承ください。

## ■ 電源が切れた

次の場合は自動的に電源が切れます。

- 「0.00 kg」を表示しているときに、約 1 分間何も操作をしなかった場合
- 体重引き算機能の 2 回目の測定前、約 3 分間何も操作をしなかった場合
- 測定結果を確認しているときに、約 30 秒間何も操作をしなかった場合
- 体重引き算機能の体重差を表示しているときに、約 3 分間何も操作をしなかった場合
- 「ERR」(通信時を含む)を表示した場合(約 10 秒後)



本商品は電源が切れる前に「OFF」を表示します。

# 仕様

販 売 名	オムロン 体重体組成計 HBF-253W カラダスキャン		
表 示*	体重	3 ~ 100 kg まで	: 50 g 単位
		100 ~ 135 kg まで	: 100 g 単位
	BMI	3.0 ~ 90.0	: 0.1 単位
	体脂肪率	5.0 ~ 50.0%	: 0.1%単位
	体脂肪率判定	12 段階 (低い/標準/やや高い/高い)	
	骨格筋率	5.0 ~ 60.0%	: 0.1%単位
	骨格筋率判定	12 段階 (低い/標準/やや高い/高い)	
	基礎代謝	385 ~ 3999 kcal	: 1 kcal 単位
	内臓脂肪レベル	1 ~ 30	: 1 レベル単位
	内臓脂肪レベル判定	9 段階 (標準/やや高い/高い)	
	体年齢	18 ~ 80 才	: 1 才単位
メ モ リ	表示メモリ 本体記録メモリ	測定結果表示時、前回値表示します 最大 30 回分	
通 信 方 式	無線 LAN IEEE 802.11b 準拠		
設 定 項 目	機器では設定できません 健康サポートサービスの登録情報を本体に自動転送します		
	重力補正 個人データ登録 イニシャル 生年月日 性別 身長	お使いの地域から、該当エリアを自動設定 4 人分 英大文字、数字、ドット(.)を含む 3 文字 1900 年 1 月 1 日 ~ 2040 年 12 月 31 日 男/女 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ご使用時に本体で設定します	
体 重 計 精 度	3.0 kg を超え 67.5 kg まで	: ± 100 g	
	67.5 kg を超え 100.0 kg まで	: ± 150 g	
	100.0 kg を超え 135.0 kg まで	: ± 300 g	
電 源	単 4 形アルカリ乾電池 4 個 (LR03)		
電 池 寿 命	約 6 カ月 (単 4 形アルカリ乾電池、室温 23℃、測定 4 回/日使用の場合)		
使用環境温湿度	+ 5 ~ + 35℃	30 ~ 85% RH	
保管環境温湿度	- 20 ~ + 60℃	10 ~ 95% RH	
質 量	約 2.2 kg (電池含む)		
外 形 寸 法	幅 約 327 × 奥行き 約 312 × 厚さ 約 30 mm		
付 属 品	お試し用電池 (単 4 形アルカリ乾電池 4 個)、スタートアップガイド、 取扱説明書 (本書: 品質保証書付き)、活用ガイド、専用ケーブル (2 種類)		

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。

- \* 5 才以下の方: 体重と BMI のみ測定できます。  
17 才以下の方: 内臓脂肪レベル、体年齢は測定できません。  
81 才以上の方: 体組成は参考値となります。

## 体重計の精度について

- この体重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。この商品のメーカー保証精度は、前記の体重計精度欄に記載のとおりです。
- この体重計はご家庭で体重をはかるために製造されたはかりです。物の売買取引や、そのもの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。



# 別売品について

別売品のお求めは、オムロン お客様サービスセンター（☎電話 0120-30-6606）までご連絡ください。

次の別売品をご用意しています。

## ・専用ケーブル（2種類）

型式 HHX-CB03D-W



※本商品に付属しているものと同じです。

型式 HHX-CB04D-BK



※本商品に付属しているものと同じです。

# 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・水没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替えられた場合。
  - (ヘ) 本体以外の消耗部品。
  - (ト) 故障の原因が本商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。
- 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、オムロン商品をお買い求めいただきありがとうございました。商品は厳重な検査をおこな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、1 年間は無償修理または交換いたします。

※商品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。

This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、

記入捺印していただいでください。

販売名 オムロン 体重体組成計 HBF-253W カラダスキャン

ご芳名

ご住所

TEL

お買い上げ店名

住所

TEL

お買い上げ年月日 年 月 日

印

発売元 **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



## 商品のお問い合わせ、別売品や消耗品のお求め、修理のご依頼

### オムロン お客様サービスセンター

TEL 通話料 0120-30-6606  
無料

FAX 通話料 0120-10-1625  
無料

受付時間 都合によりお休みをいただいたり、  
(祝日を除く月～金) 受付時間帯を変更させていただく  
9:00～19:00 ことがありますのでご了承ください。

ホームページ <http://www.healthcare.omron.co.jp/>  
通信料はお客様ご負担となります。(別売品・消耗品は、  
インターネットでもお求めいただけます。)

## 健康サポートサービスのお問い合わせ

### サポートデスク

<http://wellnesslink.jp/support/>

お問い合わせの内容により、回答までにお時間をいただく場合があります。  
あらかじめご了承ください。