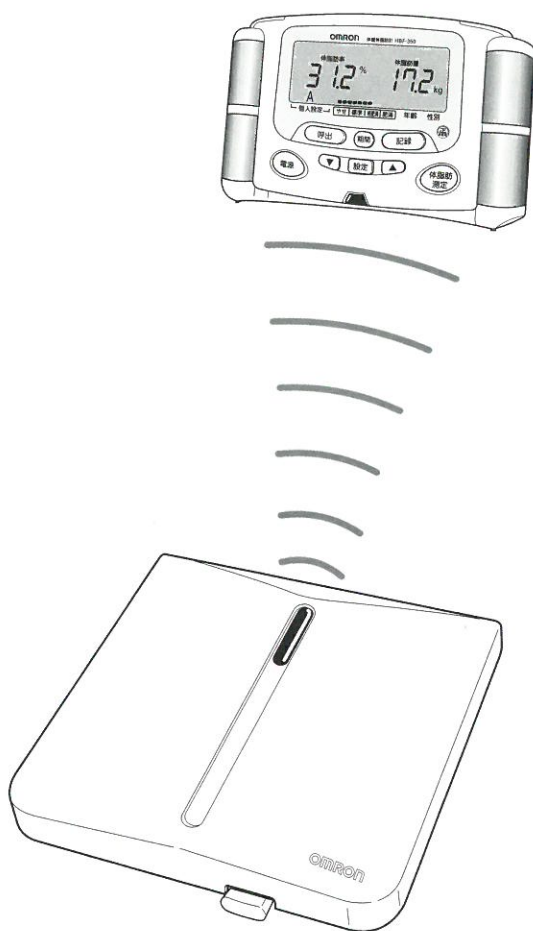


OMRON

オムロン体重体脂肪計 HBF-350

取扱説明書

- このたびはオムロン体重体脂肪計HBF-350をお買い上げいただきましてありがとうございます。お使いになる前にこの取扱説明書を必ずお読みの上、正しくお使いください。
- この商品を安全に正しく使用していただくために、お使いになる前にこの取扱説明書の「安全上のご注意」をお読みになり十分に理解してください。
- お読みになったあとは、いつも手元においてご使用ください。
- 保証書を兼ねていますので、紛失しないようにしてください。



もくじ

ご使用の前に

安全上のご注意	1~2
ご使用前に知っておいていただきたいこと	3~6
体脂肪率について	3~4
正確な測定をしていただくために	5~6
商品の特長	6
各部のなまえと機能	7~8
測定結果表示のみかた	8
ご使用前の準備	9~14
乾電池の入れ方	9
電池寿命と交換	9
赤外線通信について	10
体重の正しい測定姿勢	11
体脂肪の正しい測定姿勢	12
体脂肪の避けていただきたい測定姿勢	12
初期化する	13~14
個人データを入力する	13~14
・個人設定データ (A~D) を選び個人データを入力	
・個人設定データ (A~D) の個人データ修正	
・ゲストで測定のたびに個人データを入力	

使い方

測定のしかた	15~18
体重測定後引き続き体脂肪を測定する場合	15~16
体重のみ測定する場合	17
体脂肪のみ測定する場合	18
測定記録データについて	19~20
エラー表示について	20
お手入れと保管	21

保証など

おかしいな?と思ったら	21
仕 様	22
修理のお問い合わせは	22
お問い合わせは	うら表紙
保証規定/品質保証書	うら表紙

商品に関するお問い合わせは

オムロン健康相談室がお答えします。



全国どこからでも

ダイヤルは正確に

むろん オムロン

0120-30-6606

受付時間/10:00~12:00/13:00~16:00(月~金)
都合によりお休みさせていただくことがあります。

安全上のご注意

- 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、あなたや他の人々への危害や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
 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険が切迫して生じることが想定される内容を示します。
 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可能性が想定される内容を示します。
 注意	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。

■体脂肪計本体のご注意

⚠ 危険

- 下記のような医用電子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子機器 ②人工心肺などの生命維持用医用電子機器
③心電計などの装着型医用電子機器
- ・これらの医用電子機器の誤動作をまねく恐れがあります。

⚠ 注意

- 片手で本体を持ちながらスイッチを操作しないでください。
- ・誤って本体を落とし、足にけがをしたり本体が破損したりする恐れがあります。
- 風呂上がり等で、体や手が濡れている状態で測定しないでください。
- ・内部に水が入って故障の原因になります。また、正しい体脂肪率を測定することができません。
- 付属の固定具は、木製の壁や柱専用です。
- ・その他の壁材等に取り付けられた場合は、必要な強度が得られず体脂肪計本体が落下する恐れがあります。
- 付属の固定フックは、体脂肪計本体専用です。
- ・体脂肪計本体以外のものは、かけないでください。

■体重計ユニットのご注意

⚠ 警告

- 素足で乗ってください。
- ・靴下のまま、または、濡れた足で乗るとすべってけがをする恐れがあります。

安全上のご注意

■体重計ユニットのご注意

⚠ 警告

- はしに乘らないでください。
- ・転倒してけがをしたり、正確な測定ができない恐れがあります。
- タイルの上や濡れた床など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恐れがあります。
- 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恐れ、または、衝撃により使用範囲を超え破損する恐れがあります。
- 送信部の上に乗らないでください。
- ・送信部が割れてけがをする恐れがあります。

⚠ 注意

- 水平な固い床の上でお使いください。
- ・転倒してけがをする恐れがあります。また、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ません。
- 体重をはかる目的以外には使わないでください。
- 身体の不自由な方がお使いになるときは介助者が援助するか、手すりを利用してお使いください。

■体脂肪計本体・体重計ユニット共通のご注意

⚠ 警告

- 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必ず受けてください。
- ・自己判断は、健康を害する恐れがあります。
- 体脂肪計本体や体重計ユニットの隙間や穴などに指や異物を入れないでください。
- ・けがをする恐れがあります。
- 体脂肪計本体や体重計ユニットを分解しないでください。
- ・けがや故障の恐れがあります。

⚠ 注意

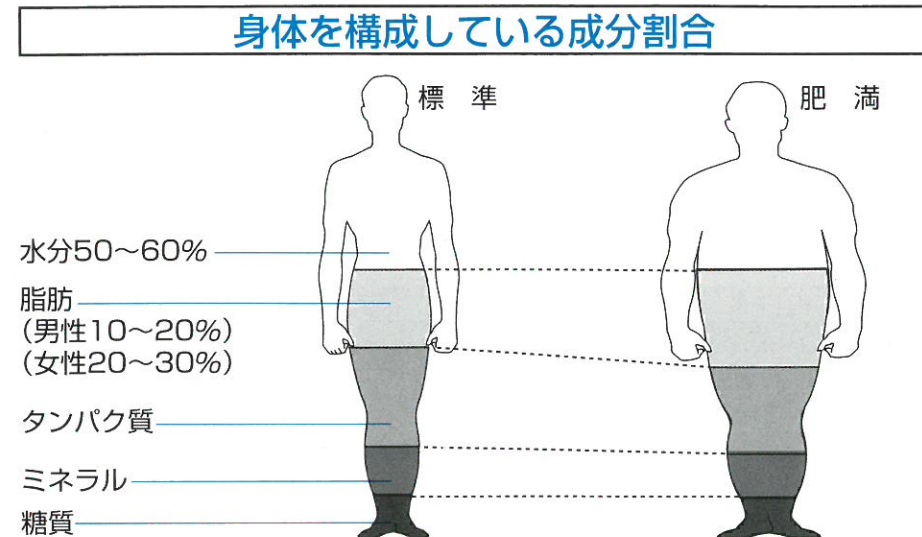
- 湿気の多い場所、水のかかる場所、直接日光のあたる場所、空調機の風が直接あたる場所、火気のそばには置かないでください。
- ・故障の恐れがあります。
- 体脂肪計本体や体重計ユニットを水洗いしないでください。
- ・故障の恐れがあります。
- 精密機械ですので、落としたり、振動を与えたり、強いショックを与えないでください。
- ・故障の恐れがあります。
- 指定以外の電池を使用したり、電池の⊕⊖方向を間違わないようにしてください。
- ・故障の原因になります。
- 体脂肪計本体や体重計ユニットの近くで携帯電話を使わないでください。
- ・誤動作する恐れがあります。

ご使用前に知っておいていただきたいこと

体脂肪率について

身体を構成している成分

身体を構成している成分のうち最も多いのは水分で、これが体重の約50%~60%を占めています。次に多いのが脂肪です。そして残りは筋肉に含まれるタンパク質や糖質と、骨に含まれているミネラルです。



体脂肪率

体重のうち、体脂肪量（脂肪の重さ）の占める割合です。

それに対し、体重から体脂肪量を除いたものを除脂肪量といいます。

$$\text{体脂肪率 (\%)} = \left\{ \frac{\text{体脂肪量 (kg)}}{\text{体重 (kg)}} \right\} \times 100$$

$$\text{体脂肪量 (kg)} = \text{体重 (kg)} - \text{除脂肪量 (kg)}$$

体
重

体脂肪量

除脂肪量
・骨
・血液
・筋肉
・水分
など

肥満

体重に対する体脂肪量の割合が増加しすぎた状態を指しています。

ご自分の体脂肪率を知り、体脂肪の増加しすぎのチェック（予防）や、正しい減量の目安としてこの機器をお役立てください。

肥満判定表 この機器で測定された体脂肪率の値は、次のように判定されます。

	や せ	標 準	軽肥満	肥 満
男 性	10%未満	10%以上~ 20%未満	20%以上~ 25%未満	25%以上
女 性	20%未満	20%以上~ 30%未満	30%以上~ 35%未満	35%以上

※Lohman (1986) および長嶺 (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。

ご使用前に知っておいていただきたいこと

体脂肪率測定の原理

オムロン体脂肪計は、BI法(Bioelectrical Impedance/生体インピーダンス法)により体脂肪率を推定しています。

■BI法(Bioelectrical Impedance/生体インピーダンス法)とは

人間の身体を構成する組織のうち、電気を通し易いのは水分の多い組織（例えば筋肉、血管、骨など）で、脂肪組織は電気をほとんど通しません。これを応用し、身体に微弱な電気を流して身体の電気抵抗を測定することで、脂肪とそれ以外の組織の割合を推定します。

身体に流す電流は非常に微弱（50キロヘルツ、500マイクロアンペア）ですので、びりびり刺激を感じるようなこともなく身体にも安全です。

電気抵抗値は「電気の通り易さ」と「電気の通った距離」で決まります。

脂肪の割合を推定するために「電気の通り易さ」を見るわけですから、「電気の通った距離」を一定に保つ必要があります。測定時に正しい測定姿勢をとるのはこのためです。

■体脂肪率の出しかた

両掌間の電気抵抗から全身の脂肪情報である体脂肪率を出すためには

(1) 電気抵抗値 (2) 身長 (3) 体重 (4) 年齢 (5) 性別の5項目を使い計算式によりこれを算出します。

この計算式は弊社が独自に何百人という人体の基礎データを取り、作りあげたものです。

この蓄積された基礎データに照らし合わせ、ユーザ固有の条件（5項目）から推定しています。

この基礎データは現有の体脂肪測定法ではもっとも正確だといわれている水中体重秤量法で取られています。

■水中体重秤量法とは

プールに頭の先まで潜り、肺からの空気を全て吐ききった状態で体重を測定し、アルキメデスの原理で出した体密度から体脂肪率を計算する方法です。オムロンでは測定範囲の10歳から80歳までの方々の体脂肪データをこの方法で収集しています。（特殊な方々、例えば妊婦さんや透析患者などの推定値に真の値との差が出るかもしれないというのは、体内水分率や骨密度などが、標準的ではなく体脂肪率に影響をおよぼす可能性があるが、水中体重秤量法でそれらの方々のデータが取れないためです。）

次のような方は、真の体脂肪率と大きな差が出る場合があります。

次のような方々は平均的な水分率や骨密度などと差が大きい可能性があるため、この機器での測定値と、真の体脂肪率に大きな差が出る可能性があります。（5ページを参照してください。）

この機器は体脂肪率の変動の傾向をチェックするためにご使用ください。

■成長期の児童



■高齢者、閉経以降の女性



■ボディビルターやスポーツ
ツを職業にしている人
(それに近い人も含む)



■風邪などで発熱中の入



■むくみ症の人



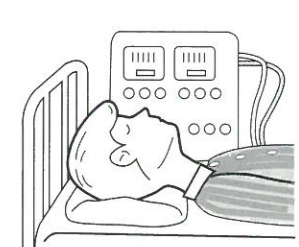
■骨の密度が非常に低い
骨粗鬆症患者



■妊娠中の人



■人工透析患者



ご使用前に知っておいていただきたいこと

正確な測定をしていただくために

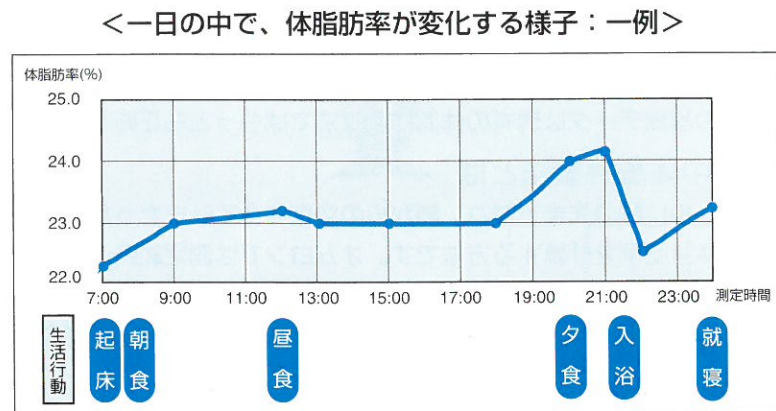
体脂肪率の値は身体の水分変化の影響を受けます。

身体の電気抵抗値は、電気が通る部分の水分量によって決まります。そのため、体内の水分量が変化する場合もその影響を受け、みかけ上体脂肪率が変化する可能性があります。

人間の体内の水分分布は、心臓による血液循環と、地球の重力により影響を受け、時間の経過とともに下肢にとどこおり易くなっています。夕方から夜に足がむくみやすいのは、このためです。これを水分分布の日内変動といいます。両掌は、比較的この変動の少ない部位ですが、人によってはこの影響を受けます。

原因	例
水分、食事の摂取	朝食、昼食、夕食後1～2時間
血流の変化	入浴直後、運動直後、寒い場所、発熱、極度の疲労
体位（測定姿勢）の変化	横になった状態から、急に起きる

右図は、一日の中で、体内水分量変化の影響などで、みかけ上、体脂肪率がどのように変化するかを示した例です。体脂肪率の変化のしかたには、個人ごとのリズムがあります。信頼度の高い値を得るために下記の注意事項を守ってください。



次のような状態での測定はおやめください。

身体の状態が次のような場合に測定すると、体内の水分が大きく変化します。そのため、真の体脂肪率と大きな差が出る場合があります。このような状態での測定は避けてください。

- 激しい運動直後
- サウナや入浴直後
- アルコール多飲後
- 多量の水分摂取、食事後（2時間以内）



こんなときは、こうしてから測定することをおすすめします。

手のひらが乾燥していたり、手のひらやグリッパ電極の温度が非常に下がっていると、安定した測定がおこなえずエラー表示が出たり、正しい測定値を示さないことがあります。

こんなとき	こうするとうまく測定できます
手が乾燥している	ぬれタオルなどで手を少し湿らせてから測定してください。
グリッパ電極を握ると非常に冷たく感じる	しばらく暖かい部屋に放置するなどしてグリッパ電極を暖め、握っても、冷たく感じなくなってから測定してください。
身体や手が非常に冷たくなり、血行が悪い状態である	手を暖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。

特に冬場は空気が乾燥したり気温が下がったりしていますのでご注意ください。

ご使用前に知っておいていただきたいこと

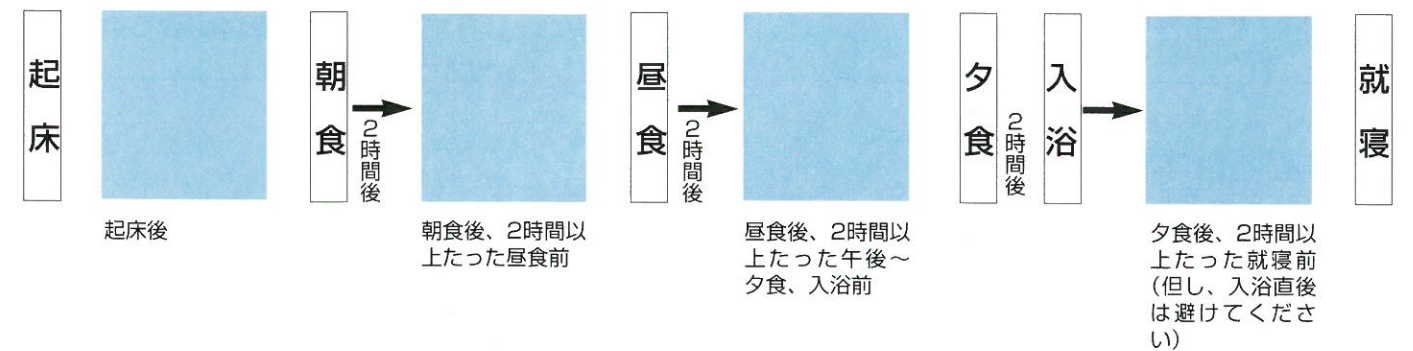
おすすめしたい測定の時間帯

体脂肪率の変化の様子を正確にとらえることは、肥満解消や肥満予防の足がかりとなります。体脂肪率は一日の中で体内水分量変化の影響などで変化する可能性があるため、様々な時間帯に測定しても正確な変化の傾向がつかめない恐れがあります。

より正確な測定のために、身体が安定している次のような時間帯の、できるだけ同じ時刻に測定をおこなうことをおすすめします。

測定におすすめの時間帯のモデル

生活行動（測定におすすめの時間帯…）



商品の特長

- 1. 手元表示で見やすい。**
かがまなくても体重、体脂肪の両方が手元でわかります。
- 2. 身体の変化をポイントでチェックできます。**
体重も体脂肪も、増えてきたのか、減ってきたのか、ポイントポイントでチェックすることが大切です。体重と体脂肪の測定値をワンタッチで記録。「3ヶ月前」「2ヶ月前」「1ヶ月前」「14日前」「7日前」「最新」と6つのポイントで簡単にチェック。4人分の記録ができます。
- 3. 簡単なのに高精度表示。**
お知らせブザーが鳴ったら乗るだけ、体重情報は200g単位の高精度表示、個人データに自動入力されます。体脂肪はグリッパを握るだけで0.1%単位の高精度表示ができます。
- 4. 水分分布の変化を受けにくい腕で測定します。**
水分が少なく電気を通しにくい脂肪部分と、水分を多く含む電気を通しやすい部分の割合を測定します。脚に比べ、腕や上体はむくみなどの体内水分分布の変化の影響を受けにくく、安定した測定ができます。
- 5. 4人分の情報を記憶。**
4人分の体脂肪測定のための個人データ（身長・体重・性別・年齢）を記憶することができます。測定時には簡単にスイッチで呼び出すことができます。

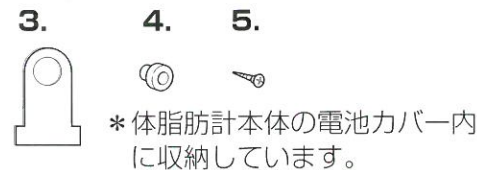
各部のなまえと機能

商品内容を確認してください。

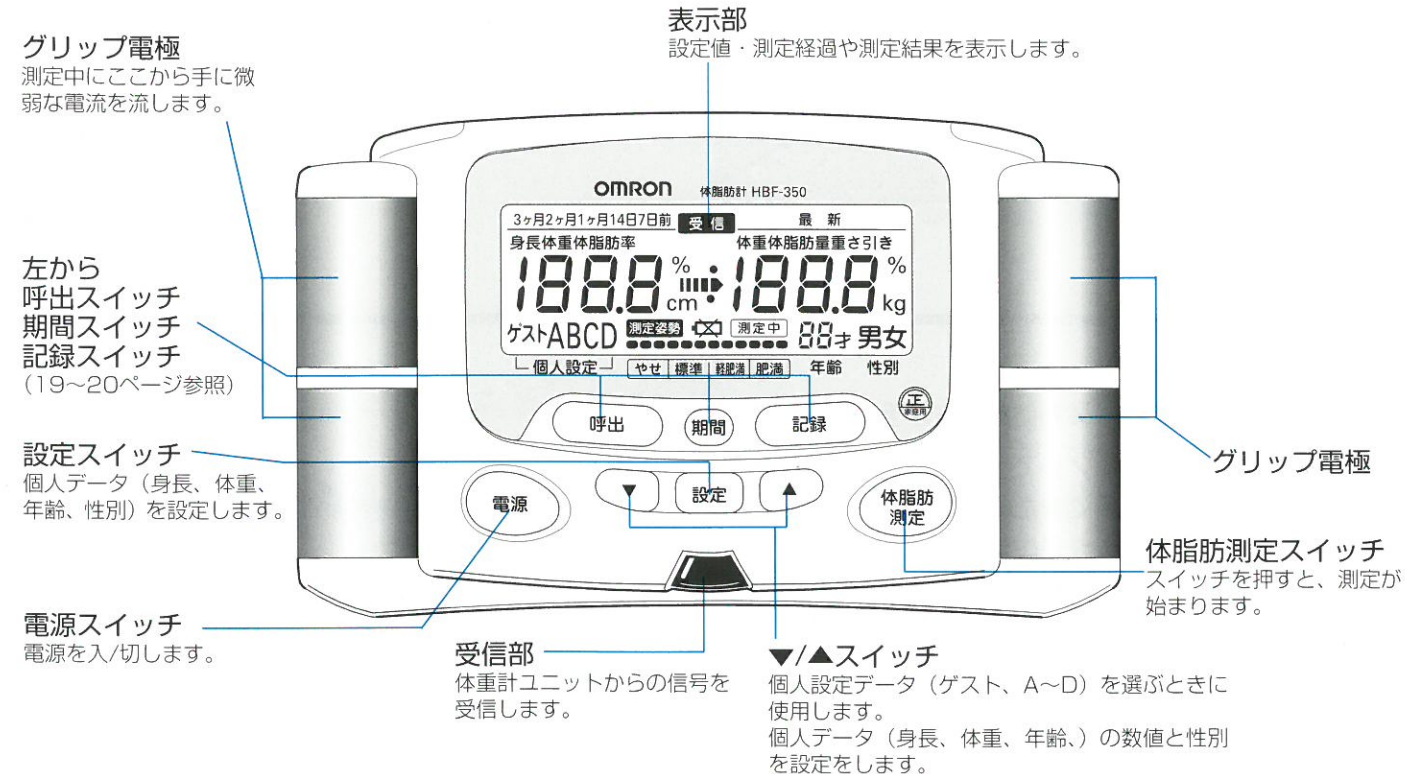


1. 体脂肪計本体
2. 体重計ユニット
3. 固定プレート
4. 固定フック
5. ネジ
6. 取扱説明書（本書）
7. 小冊子

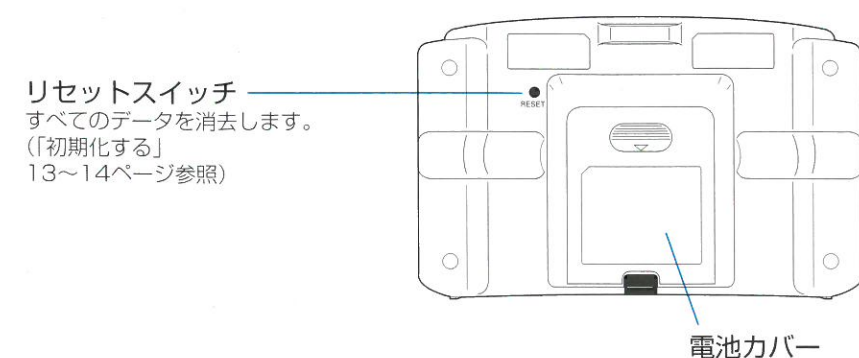
* 乾電池は別売品です。
単3形アルカリ乾電池
が8本必要です。



■ 体脂肪計本体（表面）



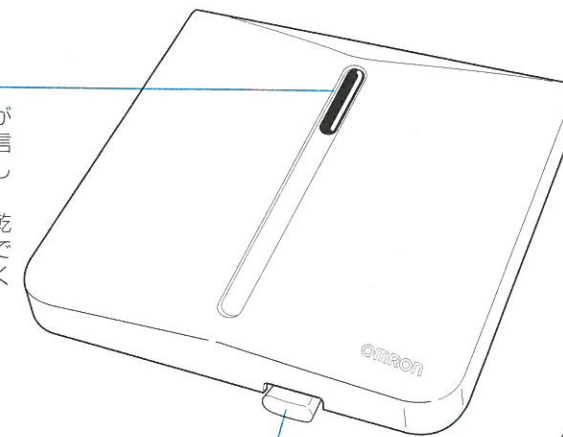
■ 体脂肪計本体（裏面）



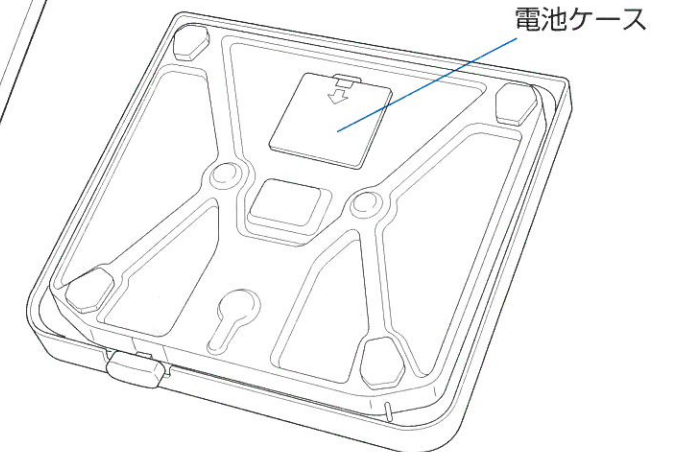
各部のなまえと機能

■ 体重計ユニット（表面）

送信部
電源が入ると赤いランプが点灯します。点灯中は送信部より体重データを送信しています。
ランプが点滅するときは乾電池が消耗していますので新しい乾電池と交換してください。（9ページ参照）



■ 体重計ユニット（裏面）



測定結果表示のみかた

■ 測定結果表示のみかた

体脂肪率・体脂肪量のみかた



体重のみかた

体脂肪計本体を壁にかけて測定した場合



体脂肪計本体を手にとって測定した場合



ご使用前の準備

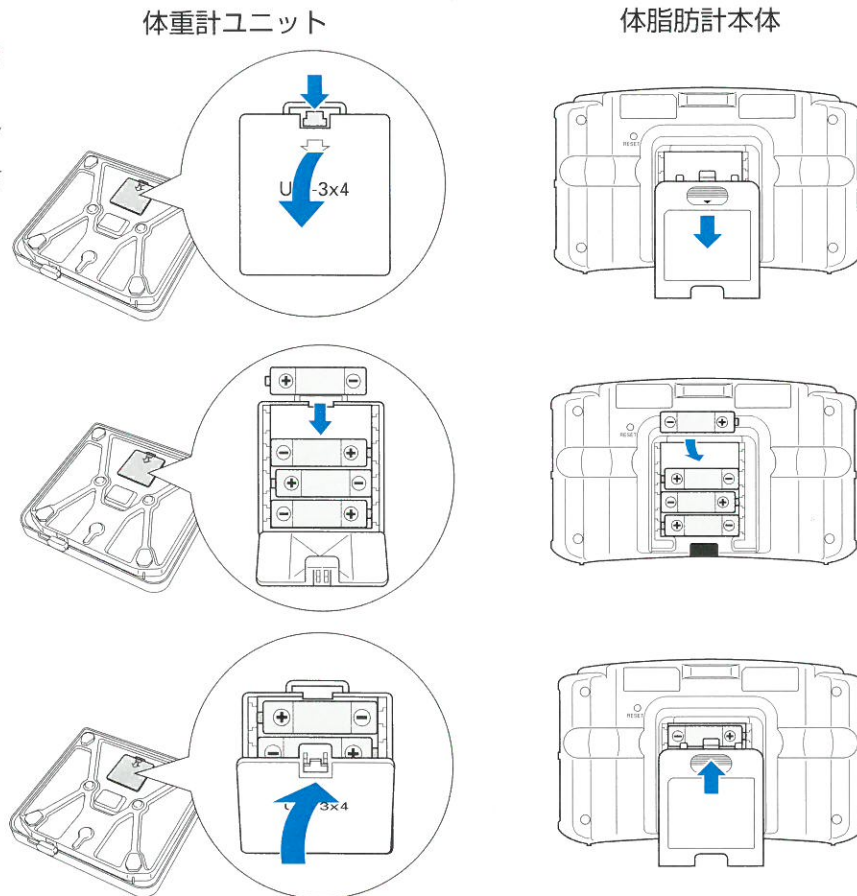
乾電池の入れ方

1. 電池カバーを図のようにはずします。

* 体脂肪計本体の電池カバーは、マークを指で下に押しながら矢印の方向にはずします。

2. 単3形乾電池を⊕⊖の向きを間違えないように入れます。

3. 電池カバーを確実に閉めます。



電池寿命 アルカリ乾電池（単3形・8本）で約1年間測定できます。（1日4回測定時）
* マンガン乾電池も使用できますが、アルカリ乾電池より寿命はかなり短くなります。

電池交換 電源が切れている状態で電池交換してください。

体脂肪計本体

・ 電池交換マーク  が点灯したら、4本同時に同じ種類の新しい乾電池と交換してください。

体重計ユニット

・ 送信部の赤いランプが点滅していたり、体脂肪計本体に「EL」表示が出たり、電源を入れても送信部に赤いランプが点灯せずブザーも鳴らないときは、4本同時に同じ種類の新しい乾電池と交換してください。

電池交換は30分以内に

・ 体脂肪計本体の乾電池を抜いたまま30分以上放置するとすべてのデータが消える場合があります。

乾電池の液もれが起こり本体を傷めることがありますので以下の点に気をつけてください。

- ・ 長期間（3カ月以上）使用しないときは、乾電池を取り出しておいてください。
- ・ 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。
- ・ マンガン乾電池とアルカリ乾電池を混ぜて使用しないでください。
- ・ 新しい乾電池と古い乾電池を混ぜて使用しないでください。

⚠ 注意

指定以外の電池を使用したり、電池の方向を間違わないようにしてください。

・ 故障の原因になります。



ご使用前の準備

体脂肪計本体を壁にかけておくとも便利です。

取り付け方法

1. 付属の固定プレートを体脂肪計本体の裏面に差し込みます。
2. 固定フックを付属のネジで取り付けます。
3. 固定フックに固定プレートをかけます。

⚠ 注意

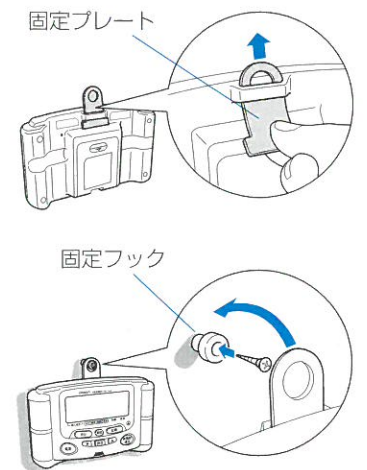
付属の固定具は、木製の壁や柱専用です。

・ その他の壁材等に取り付けられた場合は、必要な強度が得られず体脂肪計本体が落下する恐れがあります。



お願い

体脂肪計本体を壁にかけたまま体脂肪測定をおこなわないでください。
固定プレートや固定フックに体脂肪計本体以外のものをかけないでください。
木製の壁や柱以外に取り付けるときは耐荷重1kg以上の市販のフックをご使用ください。



赤外線通信について

 **体脂肪、体重の両方が、かがまなくても手元でわかります。**

体脂肪計本体の設置場所条件

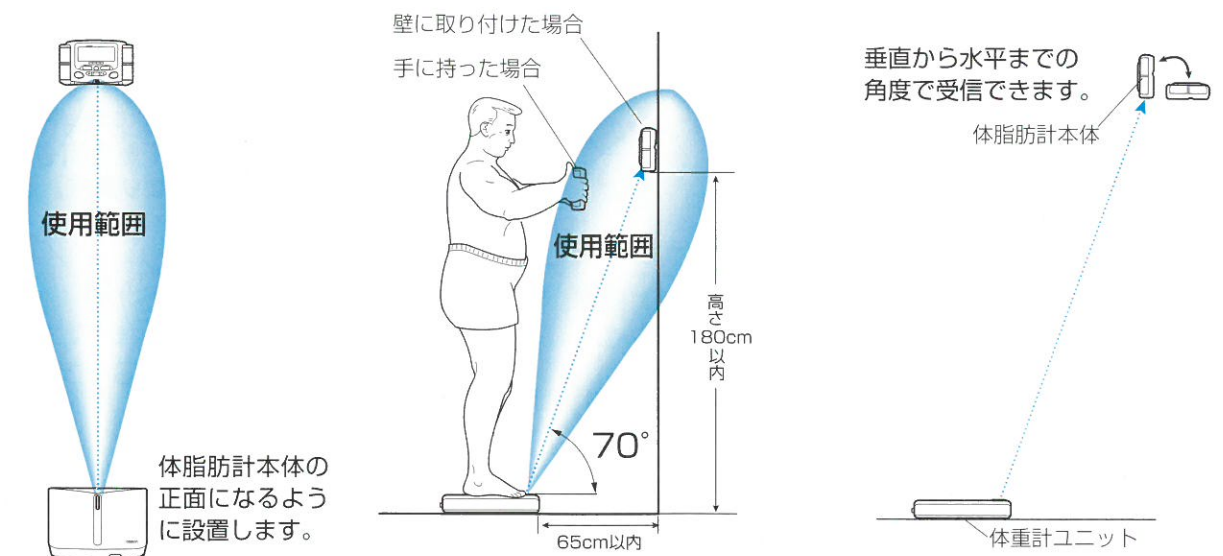
下図のように、体脂肪計本体の正面になるように体重計ユニットを設置してください。

体重計ユニットと体脂肪計本体を離す距離は最大で65cm以内、高さを180cm以内でご使用ください。

※ 体重計ユニットを壁に付けて設置される場合、体脂肪計本体は150cm以内の高さに設置してください。

※ 体脂肪計本体の受信部は体重計ユニットに対して垂直から水平までの角度で受信できます。

体脂肪計の使用範囲



次の場合、赤外線通信ができないことがあります。

- ・ 体脂肪計本体の受信部が、1m以内の距離から、インバーター蛍光灯の光で照らされているとき
- ・ 送信部もしくは受信部がふさがれているとき
- ・ 衣服の一部などが送信部と受信部を直線で結んだ間にあるとき
- ・ 直射日光が、受信部を照らしているとき
- ・ 体脂肪計本体の受信部に向けてテレビ、ビデオなどのリモコン操作をしたとき

ご使用前の準備

体重の正しい測定姿勢

体重計ユニットの電源を入れブザーが鳴ったら乗ります。

- ・体重計ユニットは、電源を入れてから、ブザーが鳴るまでの数秒間、「0.0kg」になるように自動調整をしています。
- ・ブザーが鳴ってから体重計ユニットに乗ってください。
- ・ブザーが鳴る前に乗ると「EH」表示が体脂肪計本体に表示され体重測定はできません。「EH」の表示になったときは、もう一度、初めから体重測定をやり直してください。
- ・体重計ユニットに乗ってから電源を入れた場合、正確な体重測定はできません。



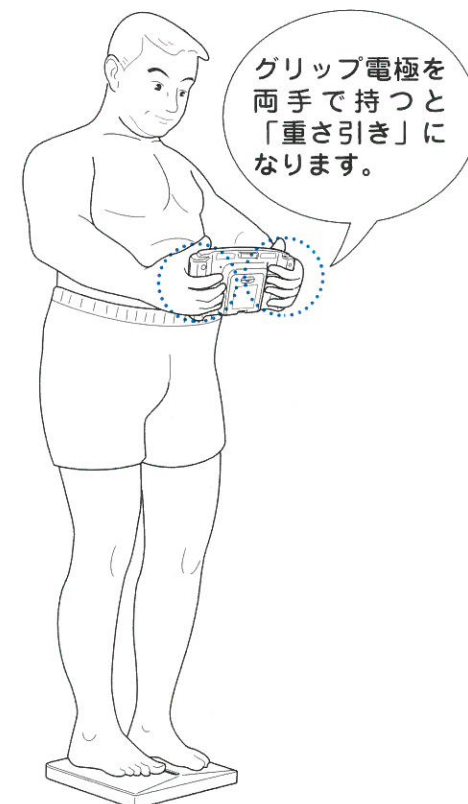
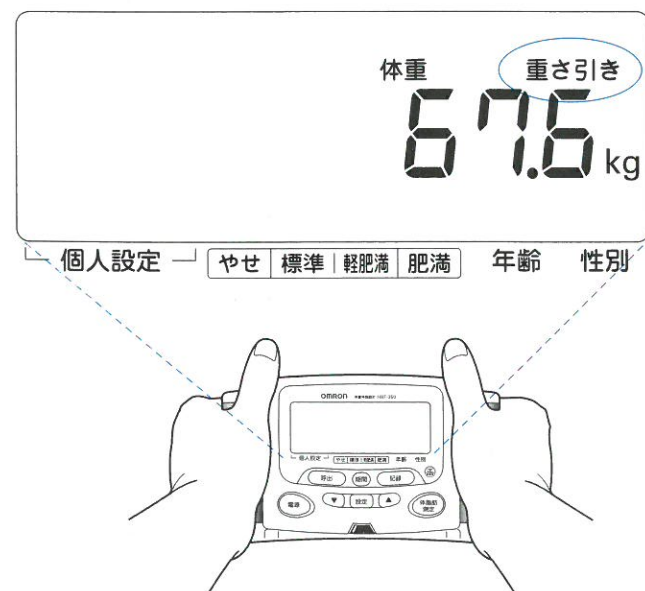
体脂肪計本体の重さ引き

体脂肪計本体を持って体重を測る場合、グリップ電極を両手で持って体重計ユニットに乗ってください。

体脂肪計本体を持っていることを感知し、測定した値より体脂肪計本体の重さ（0.4kg）を引いた結果と、「重さ引き」を体脂肪計本体に表示します。

測定結果に「重さ引き」の表示が出なかった場合は、体脂肪計本体の重さ（0.4kg）が引かれていません。

再度、グリップ電極を両手で持って体重を測ってください。

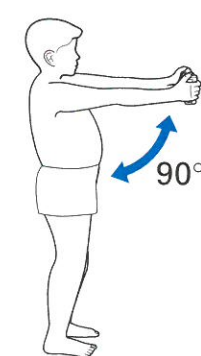
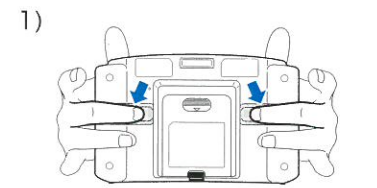


ご使用前の準備

体脂肪の正しい測定姿勢

正しい測定姿勢

1. 足を少し開いて立ちます。
2. グリップ電極を握ります。
 - 1) 中指を本体裏側グリップのくぼみ部分に沿わせます。
 - 2) 上下の電極を手のひらで包み込むように握ります。
(親指以外がグリップに対してほぼ垂直になるように握ってください)
 - 3) 手のひらを電極にぴったり押しつけます。
(親指は、本体上部に自然に置いてください)
3. ひじをまっすぐに伸ばし、腕を正面に突き出します。
腕は身体と90°になるような角度にしてください。
測定中はじっとして動かないでください。



避けていただきたい測定姿勢

次のような姿勢で測定すると、正確な電気抵抗を測定できない場合があります。

■ ひじが曲がっている



■ 手のひらが電極から離れている



■ 腕の角度が上すぎたり、下すぎたりしている



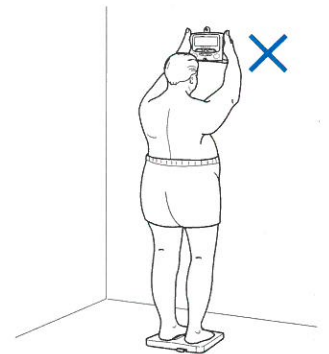
■ グリップを握ったとき、手の位置が上や下に片寄っている



■ 測定中に腕や身体を動かす



■ 体脂肪計本体を壁にかけたまま体脂肪測定をおこなわないでください。



■ 寝たままの状態や、座ったままの状態

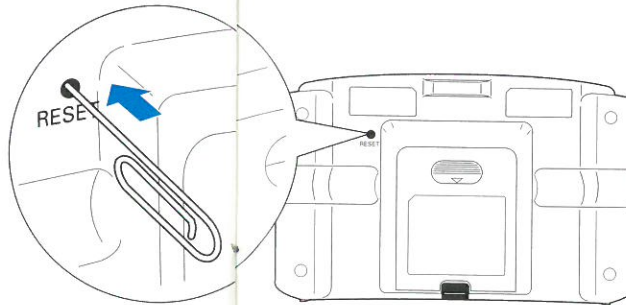
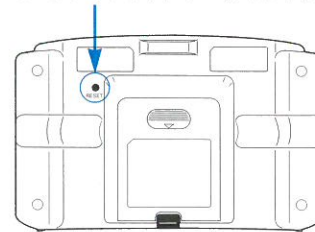


ご使用前の準備

初期化する はじめてお使いになる前に必ずおこなってください。

- ・初期化とはデータが記憶されていない初期状態に戻すことです。
- ・この作業はすべてのデータを消去します。
各個人設定データ（A～D）に記憶されているデータのいずれか1つを消去したいときは、「個人設定データ（A～D）のいずれか1つを消去する場合」（20ページ）を参照してください。
- ・体重計ユニットは初期化の必要はありません。

リセットスイッチ（穴の中）



初期化の方法

- ・体脂肪計本体裏面にあるリセット(RESET)スイッチを容易に折れない細い棒などを使って押します。
- ・初期化のあとは電源を入れて次のことを確認してください。
個人データ（身長、体重、年齢、表示が「0」、性別が男女）になり、記憶されていた測定データ（体重、体脂肪率）が消去されていること。

個人設定データ（A～D）を選び
個人データを入力する場合

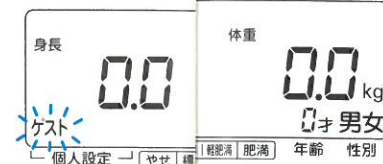
※個人データ
身長
体重
年齢
性別

体脂肪計本体の電源を入れる

全点灯表示が出ます



「ゲスト」表示が点滅します



▼/▲スイッチを押しA～Dから選びます
選んだ個人設定データ（A～D）が表示点滅します

すでに設定してある個人データ
を消去する場合（20ページ参照）

個人データを入力する
設定スイッチを押します

「ゲスト」で測定のたびに
個人データを入力する場合

身長の入力（設定範囲100.0cm～199.5cm）

- ① の身長値が点滅します。
- ② ▼/▲スイッチを押して、身長値を入力します。
0.5cmずつ変わります
スイッチを1秒以上押し続けると高速の自動送りになります
- ③ 設定スイッチを押します。



体重の入力（設定範囲10.0kg～199.8kg）

- ① の体重値が点滅します。
- ② ▼/▲スイッチを押して、体重値を入力します。
0.2kgずつ変わります
スイッチを1秒以上押し続けると高速の自動送りになります
- ③ 設定スイッチを押します。



年齢の入力（設定範囲10才～80才）

- ① の年齢値が点滅します。
- ② ▼/▲スイッチを押して、年齢値を入力します。
1才ずつ変わります
スイッチを1秒以上押し続けると高速の自動送りになります
- ③ 設定スイッチを押します。



性別の入力

- ① の性別が点滅します。
- ② ▼/▲スイッチを押して、性別を入力します。
男/女の表示が入れ替わり点滅します
- ③ 設定スイッチを押します。



入力が終わります

個人データを修正する場合

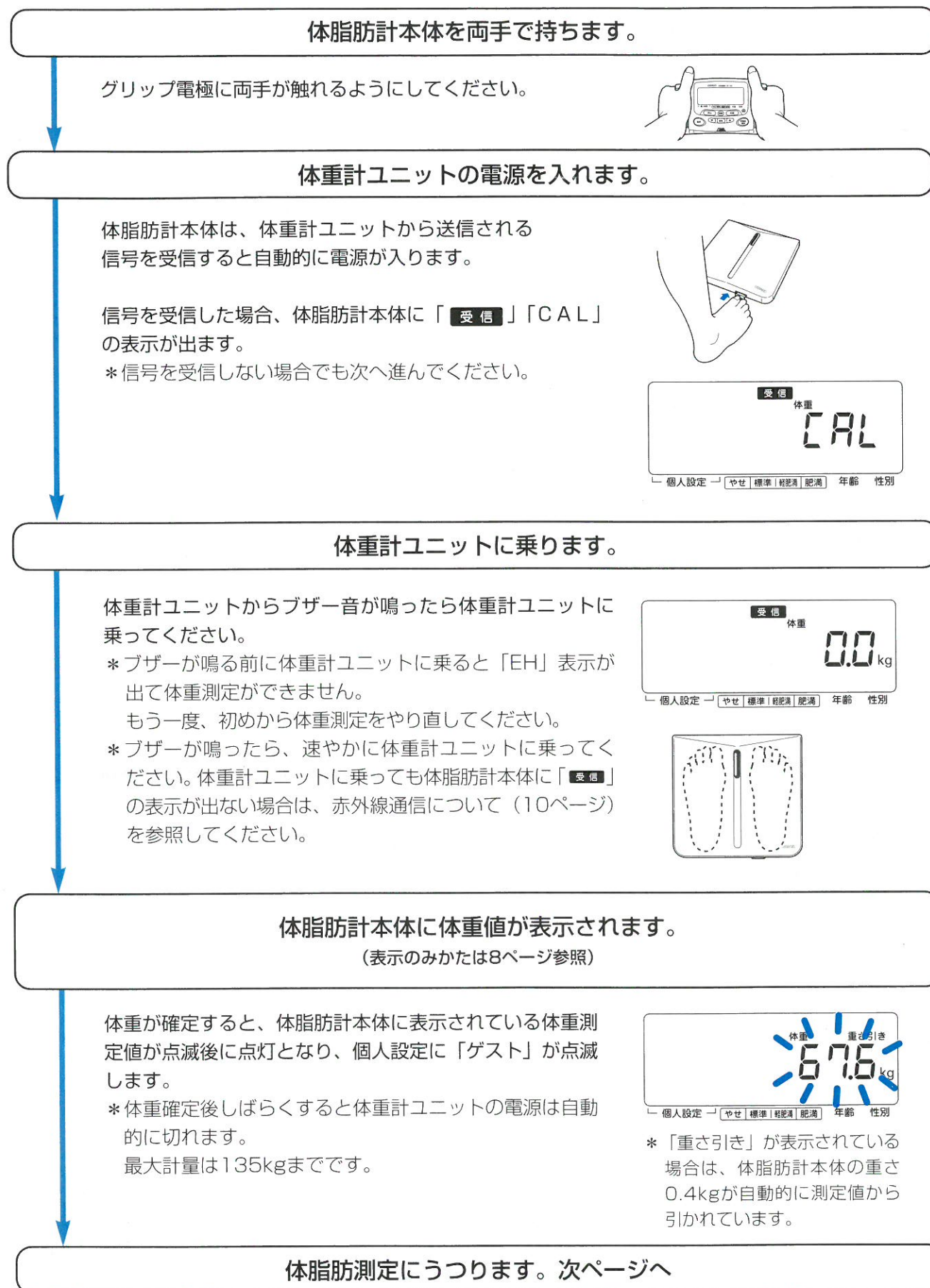
個人設定データ（A～D）を選んだ方の修正

※再度設定スイッチを押してください。

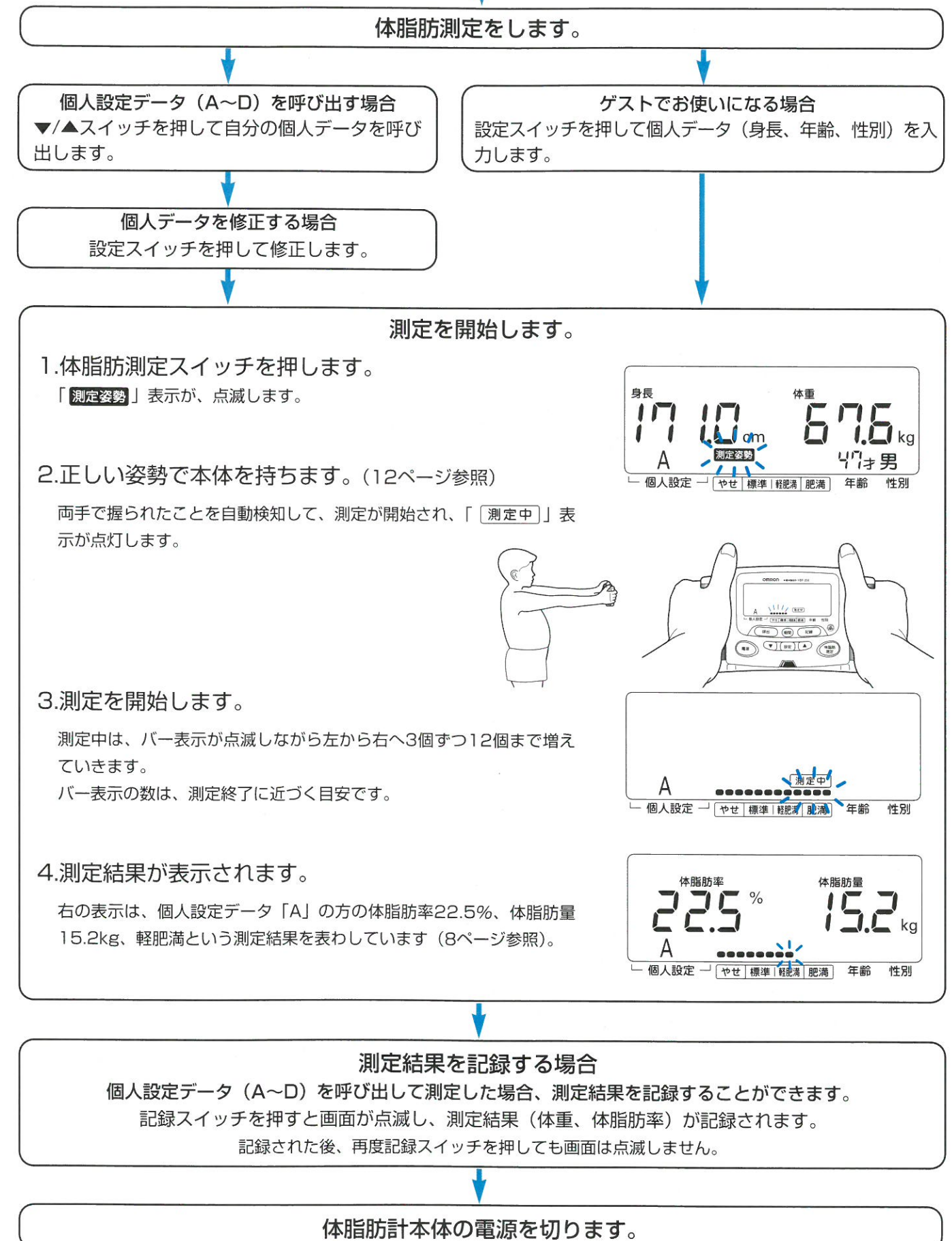
個人設定データ（A～D）が点滅し、再度設定スイッチを押すと「体重値」が点滅します。

※すべての設定項目が確定しないままおいておきますと、約1分後に初期表示に戻ります。さらに1分後には自動的に電源が切れます。

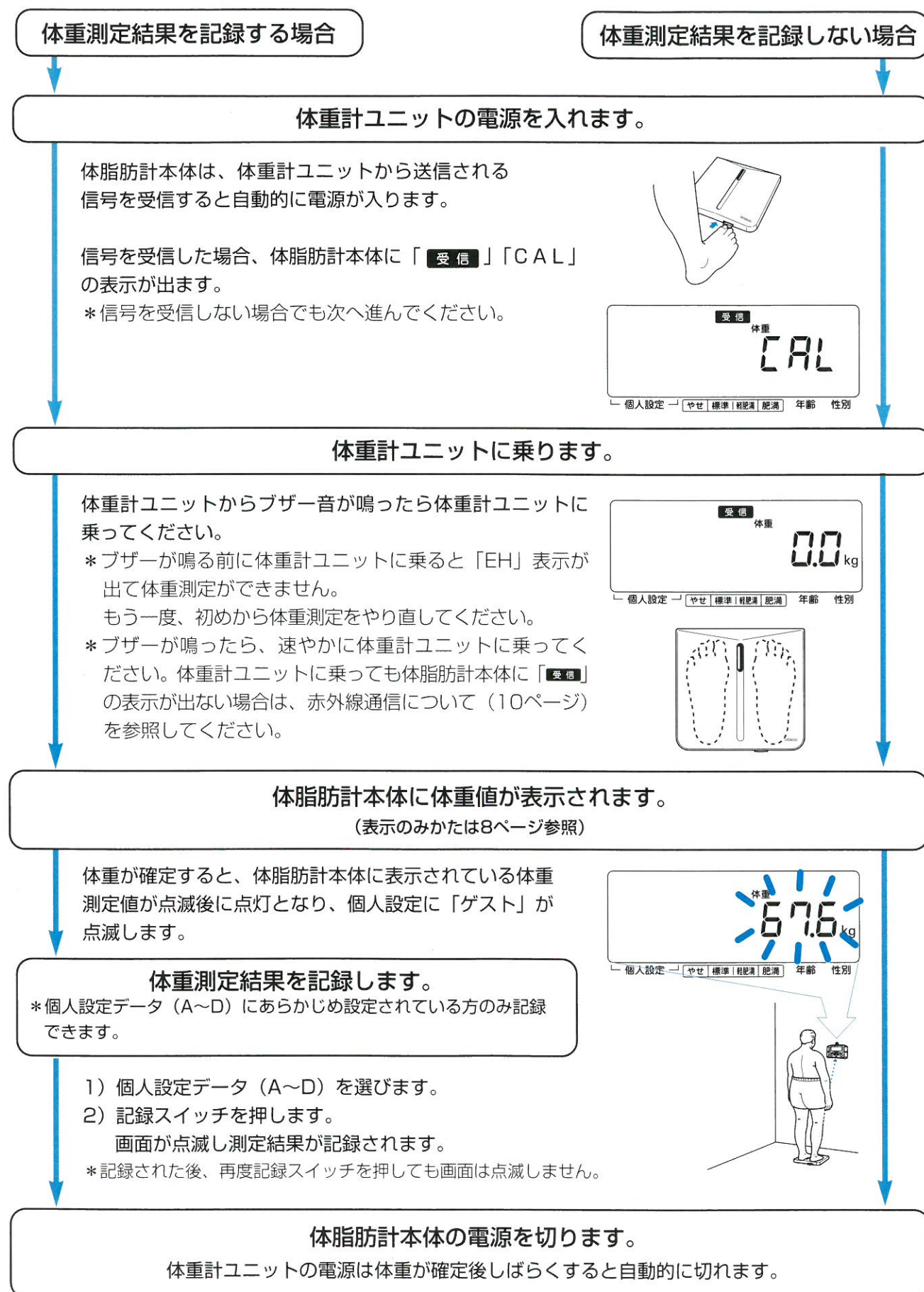
測定のしかた [1] 体重測定後引き続き体脂肪を測定する場合



測定のしかた [1] 体重測定後引き続き体脂肪を測定する場合

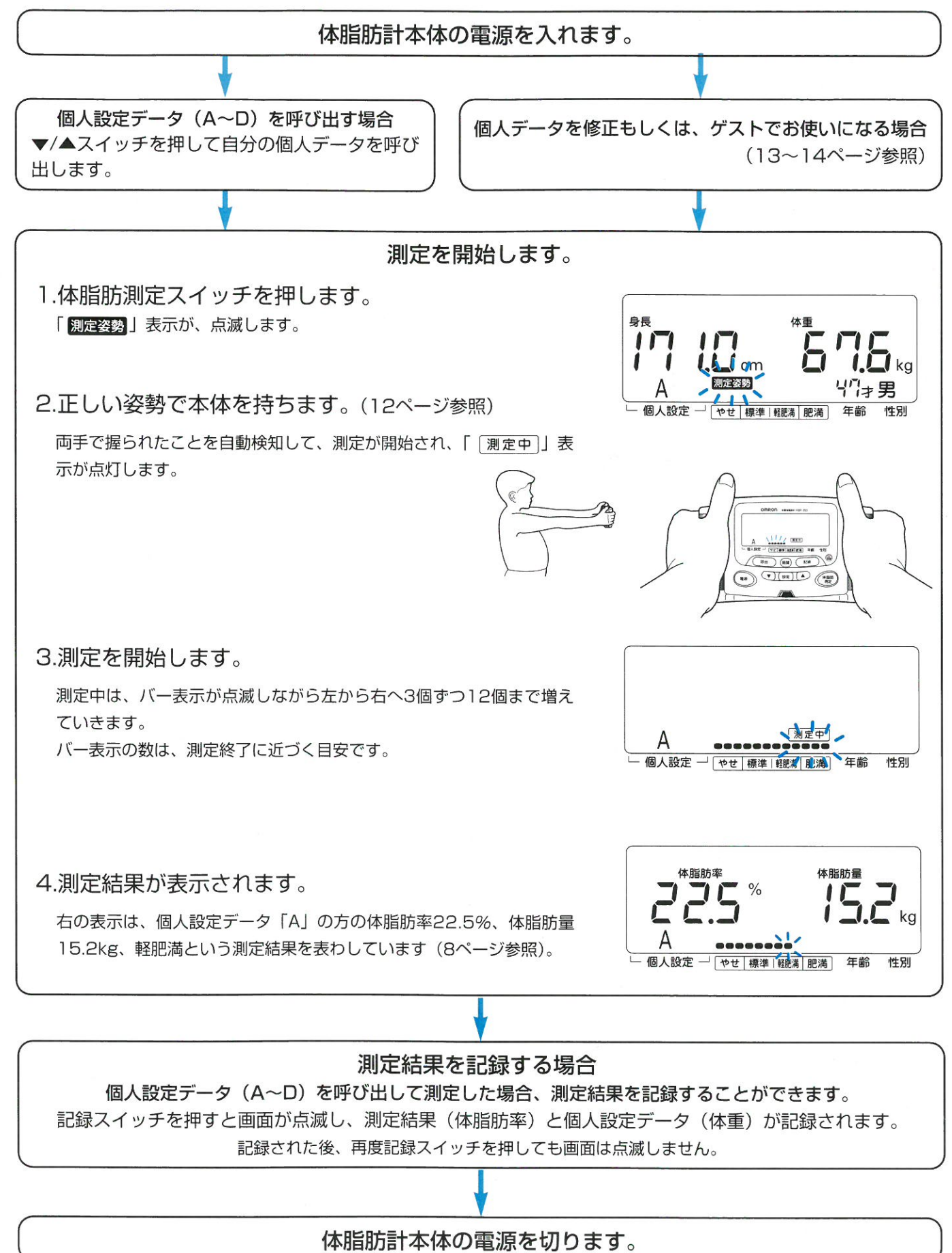


測定のしかた [2] 体重のみ測定する場合



この操作をしない場合にも、測定結果表示後、約3分で自動的に電源が切れます。
最大計量は135kgまでです。

測定のしかた [3] 体脂肪のみ測定する場合



この操作をしない場合にも、測定結果表示後、約3分で自動的に電源が切れます。

測定記録データについて

■ 体重・体脂肪率の変化を知りたいとき

個人設定データ（A～D）に登録しているときのみ使える機能です。



記録のしかた

- ① 体重・体脂肪率の測定をします。
- ② 体脂肪率の測定結果が表示されているとき「記録」スイッチを押します。（体重と体脂肪率が記録されます。）
※ 体重のみ記録することもできます。（17ページ参照）

記録内容呼び出すとき

記録したデータを見るときは

- ① 電源スイッチを入れ、個人設定データ（A～D）から自分の個人データを選びます。
- ② 「呼出」スイッチを押すたびに、記録されている測定データの体脂肪率と体重値が交互に表示されます。

③ 「期間」スイッチを押すと、最新の記録データと比較することができます。

7日前、14日前、1ヶ月前、2ヶ月前、3ヶ月前と表示が切り替わり、繰り返します。

※ 「期間」の表示値について

7日前：7日前とその前後（計3日）の平均値を表示します。

14日前：14日前とその前後（計3日）の平均値を表示します。

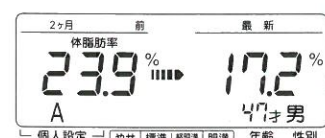
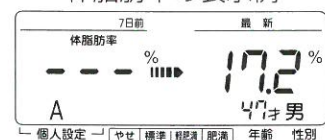
1ヶ月前：30日前とその前後3日ずつ（計7日）の平均値を表示します。

2ヶ月前：60日前とその前後3日ずつ（計7日）の平均値を表示します。

3ヶ月前：90日前とその前後3日ずつ（計7日）の平均値を表示します。

体重・体脂肪率（期間）の表示例

体脂肪率の表示例



体重の表示例



その期間の記録データがないときは、――の表示が出ます。

※ 「最新」は記録されたデータのうち、最も新しいものという意味ですので過去3ヶ月間データが記録されなければ最新のデータも表示されません。

メモリ機能・記録機能についてのお願い

この製品は使用誤りや静電気・電氣的ノイズの影響を受けたとき、また故障・修理のときや電池交換の方法を誤ったときは記憶内容が変化・消失する場合がありますので内容などは必ず紙などに控えておいてください。

測定記録データについて

個人設定データ（A～D）のいずれか1つを消去する場合

1. 消去したい個人設定データ（A～D）を選びます。
2. 記録スイッチを7秒以上押します。
3. 消去されたことを画面の点滅でお知らせします。
4. 個人データ（身長、体重、年齢、表示が「0」、性別が男女）になり、記憶されていた測定データ（体重、体脂肪率）も消去されます。

すべてのデータを消去するときは

1. 体脂肪計本体の裏面にあるリセットスイッチを押します。記録されている個人データはすべて消去され電源が切れます。＊電源が入っていない状態でもデータを消去することができます。

エラー表示について

体脂肪計本体のエラー表示

※ エラー表示が出たあとに体脂肪計本体の測定スイッチを押すと、もう一度測定を開始します。

マーク	原因	対処のしかた
E1	電極がしっかり握られていなかった。	グリップ電極を正しく握って測定してください。（12ページ参照）
E2	測定姿勢や握り方が安定していなかった。	腕を動かさないように測定してください。（12ページ参照）
E3	手が乾燥していた。	ぬれタオルなどで手を少し湿らせてから測定してください。（5ページ参照）
E4	体脂肪率の値が、測定可能範囲（5.0%～50.0%）外だった。	もう一度、設定した身長・体重・年齢・性別が間違っていないかを確認してください。（13～14ページ参照）
E5	体脂肪計本体動作異常。	もう一度、電源を入れなおして測定してください。それでもこのエラーが発生する場合は、オムロンフィールドエンジニアリング(株)までご相談ください。（22ページ参照）
E6		
-E-	記録データの内容が異常である。	
✕	体脂肪計本体の乾電池が消耗している。	4本同時に同じ種類の新しい乾電池と交換してください。（9ページ参照）

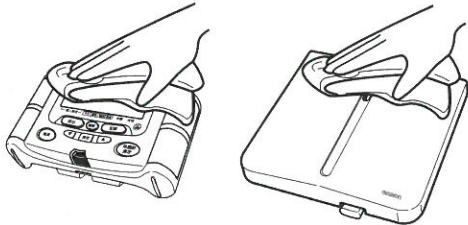
体重計ユニットのエラー表示（体脂肪計本体に表示されます。）

マーク	原因	対処のしかた
Err	体重計ユニットが測定準備状態のままオートパワーオフした。 体重計ユニットからの通信が遮断された。	ブザーが鳴ったら速やかに体重計に乗ってください。 体重計ユニットと体脂肪計本体の間に障害物がないか確認してください。（10ページ参照）
EH	ブザーが鳴る前に乗った。 体重が測定範囲外だった。	もう一度、電源を入れなおし、正しく測定してください。（11、15、17ページ参照）
EL	体重計ユニットの乾電池が消耗している。	4本同時に同じ種類の新しい乾電池と交換してください。（9ページ参照）

お手入れと保管

お手入れ

本体の汚れは水または中性洗剤をしみこませて絞った布でよくふき取り、乾いた布でからぶきしてください。



ベンジン、ガソリン、シンナー、アルコール、ガラスクリーナーなどでふかないでください。

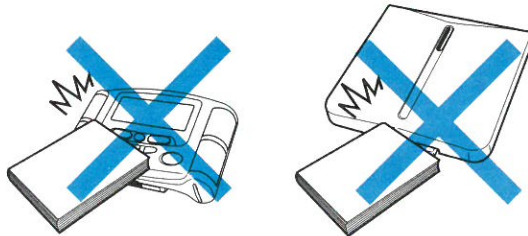
*印刷が消えたり、樹脂が変形、変色します。



保管

本体に物をのせたままにすると誤って電源が入った状態になり、乾電池の消耗が早くなりますのでご注意ください。

特に体重計ユニットのスイッチを押したままの状態にすると故障の原因になります。



おかしいな?と思ったら

こんなとき	点検するところ	なおしかた
体脂肪計本体、体重計ユニットの電源スイッチを入れても何も表示しない。	乾電池が消耗していませんか。	新しい乾電池と交換してください。 (9ページ参照)
	乾電池の ⊕ ⊖ の向きが間違っていないか。	乾電池を正しく入れてください。 (9ページ参照)
	体重計ユニットと体脂肪計本体の間に障害物はありませんか? 送受信方向は合っていますか?	「赤外線通信について」をお読みください。 (10ページ参照)
体重が異常に多く(または少なく)表示される。	畳やじゅうたんなど柔らかい床面上で測定していませんか。	堅く平らな床面で測定してください。
	床面に凹凸があるところで測定していませんか。	
体脂肪率の値が異常に高く(または低く)表示される。	測定姿勢は正しいですか。	正しい測定姿勢でもう一度測定してください。 (12ページ参照)
エラー表示が出て測定できない。	「エラー表示について」をお読みください。 (20ページ参照)	
正しく測定しても測定のために極端に値がちがう。	「正確な測定をしていただくために」をお読みください。 (5~6ページ参照)	
その他の現象。	電源スイッチを入れなおして、最初からやりなおしてください。(15ページ参照) 強いショックやノイズの影響により、まれにすべての機能が働かない、データ表示の異常が発生することがあります。その場合は、初期化操作をおこなってください。ただし、体脂肪計本体に記録されている全データは消去されます。(14、20ページ参照)	

*上記の方法でも、測定が正常にできない場合は、内部機構にさわらずにお買い上げの販売店、または、オムロン健康相談室、オムロンフィールドエンジニアリング(株)(22ページ参照)へご相談ください。

仕様／修理のお問い合わせは

仕様
名称：オムロン体重体脂肪計 形式：HBF-350

体脂肪計本体		体重計ユニット	
表示	体脂肪率 (5.0%~50.0%)	最大計量	135kg
	体脂肪量 (0.5kg~99.9kg)	計量方式	電気抵抗線式 (フルブリッジ型歪みゲージ)
	体重最小表示 0~100kgまで: 200g	電源	単3形アルカリ乾電池4本(DC6V)
	100~135kgまで: 500g	電池寿命	約1年 (アルカリ乾電池使用、1日4回測定時)
	肥満判定 (やせ/標準/軽肥満/肥満)	本体材質	抗菌剤入ABS樹脂/鋼板
設定項目	身長: 100.0cm~199.5cm	外形寸法	幅282×奥行267×高さ50mm
	体重: 10.0kg~199.8kg	質量	約2.1kg (電池を含む)
	年齢: 10才~80才	体脂肪計本体/体重計ユニット共通仕様	
	性別: 男/女		
電源	単3形アルカリ乾電池4本(DC6V)	使用温湿度	+10℃~+35℃、35~85%RH
電池寿命	約1年 (アルカリ乾電池使用、1日4回測定時)	保存温湿度	-20℃~+60℃、30~95%RH
外形寸法	幅194×高さ119×奥行42mm	共通付属品 固定プレート 固定フック ネジ 取扱説明書 (品質保証書付) 小冊子	
質量	約400g (電池を含む)		

※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。

お買い上げの販売店または下記のオムロンフィールドエンジニアリング(株)のネットワークまでお問い合わせください。品質保証書の記載内容により修理をさせていただきます。

北海道地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング北海道(株) 〒060-0003 札幌市中央区北3条西1-1 サンメモリア6階	TEL011(281)5125
東北地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 仙台支店 〒980-0802 仙台市青葉区二日町18-26 二日町OAビル3階	TEL022(261)7054
関東地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 第2サービス部 〒150-0013 東京都渋谷区恵比寿1-19-15 ウノサワ東急ビル2階	TEL03(3448)8104
	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 北関東支店 〒336-0007 埼玉県浦和市仲町1-14-8 三井生命浦和ビル2階	TEL048(833)7911
	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 横浜テクノセンタ 〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町2-21-8 第一安田ビル2階	TEL045(312)1923
東海地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 名古屋支店 〒460-0002 名古屋市中区丸の内3-22-21 安田火災名古屋ビル7階	TEL052(962)3268
	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 静岡テクノセンタ 〒420-0859 静岡市栄町4-10 静岡栄町ビル2階	TEL054(254)3718
北陸地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 金沢支店 〒920-0025 金沢市駅西本町1-14-29 サン金沢ビル1階	TEL076(261)5467
関西地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 第2サービス部 〒530-0004 大阪市北区堂島浜2-1-9 古河大阪ビル西館1階	TEL06(6348)1814
	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 京都支店 〒604-8141 京都市中京区蛸薬師通高倉西入ル泉正寺町334 日昇ビル1階	TEL075(255)9909
	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 神戸テクノセンタ 〒651-0088 神戸市中央区小野柄通3-2-22 富士火災神戸ビル9階	TEL078(242)8268
	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 広島支店 〒730-0016 広島市中区鞆町13-14 新広島ビル5階	TEL082(227)1573
中四国地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング(株) 広島支店 〒730-0016 広島市中区鞆町13-14 新広島ビル5階	TEL082(227)1573
九州地区の方	オムロンフィールドエンジニアリング九州(株) 〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-5-28 博多偕成ビル3階	TEL092(451)6837
	オムロンフィールドエンジニアリング九州(株) 鹿児島支店 〒890-0064 鹿児島市鴨池新町5-6 鹿児島県プロパングス会館4階	TEL099(252)7674

※所在地・電話番号を予告なく変更することがありますので、ご了承ください。

お手入れと保管

使い方

保証など

おかしいな?と思ったら／仕様／修理のお問い合わせは

商品に関するお問い合わせは

オムロン健康相談室がお答えします。



全国どこからでも

むろん オムロン

ダイヤルは正確に

0120-30-6606

受付時間/10:00~12:00/13:00~16:00(月~金)
(都合によりお休みさせていただくことがあります。)

※商品の故障および修理の依頼につきましては、22ページに記載のオムロンフィールドエンジニアリング(株)にお問い合わせください。

保証規定

- 取扱説明書にしたがった正常な使用状態でご購入後1年以内に故障した場合には、無償修理いたします。
- 無償修理期間内に故障して修理を受ける場合は、商品に本書を添えてご購入の販売店、オムロン(株)の支店またはオムロンフィールドエンジニアリング(株)のネットワークに依頼または送付してください。
なお、送付の場合はオムロン(株)の支店またはオムロンフィールドエンジニアリング(株)までの送料の負担をお願いします。
- 無償修理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による故障および損害。
(ニ) 本書の提示がない場合。
(ホ) 本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。
- 本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。
- 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償修理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。

品質保証書

このたびは、オムロン健康機器を、お買い求めいただきありがとうございます。本機は厳重な検査を行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、一年間は無償修理いたします。

※本機の保証は、日本国内での使用の場合に限りです。

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ってください。

品 名 **オムロン体重体脂肪計**

形 式 **HBF-350**

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

発売元

オムロン株式会社 ヘルスケアビジネスカンパニー

〒105-0001 東京都港区虎ノ門3-4-10 TEL03(3436)7092



オムロン株式会社 ヘルスケアビジネスカンパニー

〒105-0001 東京都港区虎ノ門3-4-10 TEL03(3436)7092

●札幌011(271)7826

●仙台022(265)2734

●大宮048(645)8111

●東京03(3436)7092

●横浜045(411)7216

●名古屋052(561)0621

●京都075(223)1135

●大阪06(6282)2572

●神戸078(361)1199

●広島082(247)0260

●高松087(822)8521

●福岡092(414)3206