

取扱説明書

HEM-6321T

オムロン 手首式血圧計



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。ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。

- 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。



All for Healthcare

製品のお問い合わせ、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 通話料無料 0120-30-6606 受付時間 (祝を除く月～金) 9:00～19:00
FAX 通話料無料 0120-10-1625

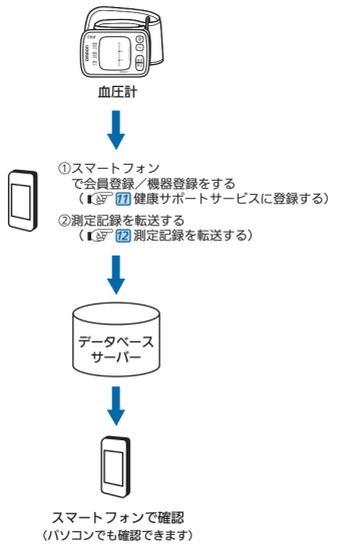
都合により、お休みをいただいたり、受付時間を変更させていただいたりすることがあります。あらかじめご了承ください。
〒515-8503 三重県松阪市久保町1855-370
ホームページ <http://www.healthcare.omron.co.jp/>
通信料はお客様ご負担となります。
(別売品・消耗品は、インターネットでもお求めいただけます。)

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ことがあります。あらかじめご了承ください。

1 健康サポートサービスとは

健康サポートサービスなら、毎日の血圧を簡単に管理できます。



サービスの詳細およびスマートフォンの対応機種は、[ウェブサイト](http://wlm.jp/)を参照してください。

<http://wlm.jp/>

ウェブサイトやアプリの仕様は、予告なしに変更することがあります。

- 登録のご注意
 - メールアドレスの登録が必要です。
 - スマートフォンから登録できます。
 - 登録できる血圧計は1台のみです。
- データ保管のご注意
 - 転送されたデータはサーバーに保管されます。スマートフォンには保存されません。

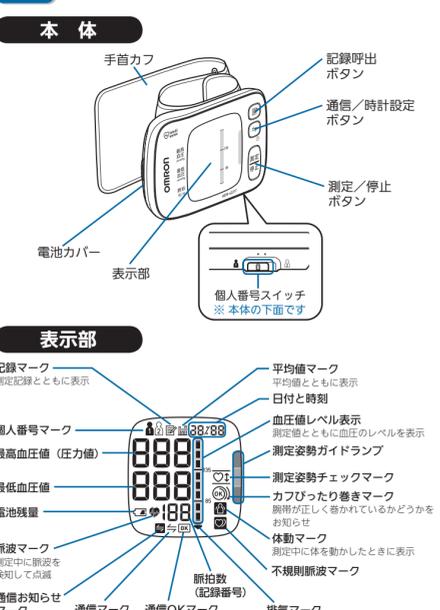
2 次のものが入っていますか？

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、オムロンお客様サービスセンター (☎0120-30-6606) 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2個)
※付属の電池はお試し用です。測定300回以内に寿命が切れることがあります。
- 3 収納ケース
- 4 取扱説明書 (本書・品質保証書付き)
- 5 医療機器添付文書
- 6 測定姿勢確認カード
※収納ケースの底に入っています。



3 各部の名前



4 安全上のご注意

- ここに示した内容は、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、注意について

- 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・ペットに関わる広大損害を示します。

図記号の例

- 記号は強制 (必ず守る) を示します。(左図は「必ず守る」)
- 記号は禁止 (してはいけない) を示します。(左図は「禁止」)

警告

- 電池の取り扱いについて**
 - 電池は乳幼児の手が届かないところに置いてください。
 - ・乳幼児が電池を飲み込む恐れがあります。電池を飲み込んだときは、すぐ医師の治療を受けてください。
- 一般的なことについて**
 - けがや炎症がある手首に手首カフを巻かないでください。
 - ・症状の悪化につながる可能性があります。
 - 点滴、輸血を行っている手首に手首カフを巻かないでください。
 - ・症状の悪化につながる可能性があります。
 - 可燃性・助燃性ガスを使用する環境では使用しないでください。
 - ・火災や故障の原因になります。

データ通信について

- 航空機内や病院など、無線機器の使用が禁止された区域では必ず本製品のBluetooth® 通信をOFFにしてください。
- 植込み型医療機器 (心臓ペースメーカーなど) の装着部位から22 cm 以内に近づけないでください。

注意

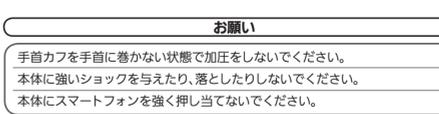
- 一般的なことについて**
 - 医師の指導のもとでご使用ください。測定結果の自己判断、治療はしないでください。
 - ・自己判断は、病気の悪化につながる可能性があります。
 - ・糖尿病、高脂血症、高血圧症などにより、動脈硬化が進むと末梢循環障害を引き起こすことがあります。このような場合、手首と上腕の血圧値に大きな差が見られることがあります。
 - 重度の血行障害または血液疾患のある方は、医師の指導のもとでご使用ください。
 - ・圧迫により一時的に内出血が発生することがあります。
 - 乳幼児や自分で意思表示ができない人には使用しないでください。
 - ・事故やトラブルの原因になります。
 - 血圧測定以外の目的で使用しないでください。
 - ・事故やトラブルの原因になります。
 - 通信時以外は、血圧計の近くで携帯電話やスマートフォンを使用しないでください。
 - ・正しく測定できないことがあります。
 - 耐用期間を超えた製品を使用しないでください。
 - ・正しく測定できないことがあります。
 - 医療機関や公共の場所などで、不特定多数の人への使用はしないでください。
 - ・事故やトラブルの原因になります。
 - 血圧計の本体や手首カフは、分解や改造をしないでください。
 - ・正しく測定できないことがあります。
- 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。
 - 指定の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。
 - ・長期間使用せず、時計が合っていないときは、正しく設定しておいてください。
 - ・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。
 - 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、全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。
- データ転送について**
 - スマートフォンの取扱説明書をよく読んでから使用してください。
 - ・故障の原因になります。
 - 通信中は次のものを本体に近づけないでください。
 - ・ICカードなどの通信媒体、金属、磁石など磁界を発生させるもの
 - 通信/時計設定ボタン (C) を押すと、「西暦年」が確定し「月」の設定に切り替わります。
 - ・故障やデータ破損の原因になります。

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。
- 指定の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。
 - ・長期間使用せず、時計が合っていないときは、正しく設定しておいてください。
 - ・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。
- 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、全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。

データ転送について

- スマートフォンの取扱説明書をよく読んでから使用してください。
 - ・故障の原因になります。
- 通信中は次のものを本体に近づけないでください。
 - ・ICカードなどの通信媒体、金属、磁石など磁界を発生させるもの
- 通信/時計設定ボタン (C) を押すと、「西暦年」が確定し「月」の設定に切り替わります。
 - ・故障やデータ破損の原因になります。



データ通信について

- 本製品は電波法に基づき工事設計認証を受けた2.4 GHz帯小電力データ通信システムの無線設備です。本製品を改造したり、本体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。
- 本製品を本製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、本製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、本製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。
- 本製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。海外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあります。

電波干渉に関するご注意

- 本製品の使用周波数帯では、電子レンジ等の産業・科学・医療機器のほか、他の同種無線局、工事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 本製品を使用する前に、近くで「他の無線局」を運用していないことを確認してください。
 - 2 万一、本製品と「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、製品の使用を停止 (電波の発着を停止) 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、当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。
- 使用周波数帯域：2.4 GHz帯
2.4 XX 1
変調方式：その他
想定干渉距離：10 m以下
全帯域を使用し、移動体識別装置の帯域を回避可能です。

5 電池を入れる

ご使用になる前に、本体に電池を入れてください。

- 電池カバーを外す**
図のように電池カバーのツメを押し、手前に引いて外します。
- 電池を図の表示に合わせて入れる**
ばねの出ているほうが⊖です。
- 電池カバーを閉める**
 - 電池カバーを本体に取り付けます。
 - ツメを押して閉めます。

電池交換について

- ☑ マーク点灯：電池残量が少なくなっています。
 - ☐ マーク点灯：電池残量がなくなりました。
- 2 個同時に新しい電池 (同じ種類のもの) と交換してください。
- ※ 電池の交換は本体の電源が切れている状態で行ってください。
 - ※ 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。
 - ◎ 単4形アルカリ乾電池2個で約300回測定できます。(室温23℃、手首周16.5cm、170mmHg追加の場合)
 - ◎ 付属の電池はお試し用です。300回以内に寿命が切れることがあります。

6 時計を合わせる

- 電池を入れたら、必ず **日付と時刻** を合わせてください。
- この血圧計は測定結果を日時とともに自動的に記録します。時計が止まってしまうと、手首カフが正しくはたきマークが表示されず、測定/停止ボタン (C) を押し続けてください。
- ※ 「健康サポートサービス」に測定記録を転送したとき、「健康サポートサービス」のデータベースサーバーの時刻が血圧計に反映される場合があります。詳細は、「健康サポートサービス」のヘルプをご覧ください。
 - ※ 「健康サポートサービス」をご利用の場合、日時の設定を間違えると、データ転送の際に測定記録が上書きされたり、消失することがあります。

1 電源の切れた状態で、通信/時計設定ボタン (C) を押す

時計設定モードになり「西暦年」が点滅します。
※ 健康サポートサービスに登録した後は (C) 健康サポートサービスに登録する、通信/時計設定ボタン (C) を2回押ししてください。

2 年月日と時刻を合わせる

- 記録呼出ボタン (M) を押して「西暦年」を合わせます。
 - 通信/時計設定ボタン (C) を押すと、「西暦年」が確定し「月」の設定に切り替わります。
-

3 設定が完了したら、測定/停止ボタン (C) を押して、電源を切る

- ※ 電源を切忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

7 血圧計の手首カフを巻く

正確に測定するために正しく巻いてください。左手、右手のどちらでも測定できます。
※ トイレは先に済ませましょう。
※ ぎすぎすたり窮屈すぎたりしない程度で握りましょう。

- 血圧計の巻き方は正しい測定の大前提のポイントのひとつです。手首にぴったり巻き上げるようにしてください。
- ・血圧計は素肌の上に巻いてください。
- ・衣服のそで口などを巻きこまないようにしてください。

手首カフを正しく巻く (左手に巻く場合)

- 手首カフを広げて手首にとおす**
手のひらを上に向け、手首カフに手首をおす。



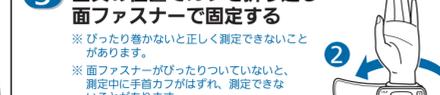
- ※ 手首の骨にかからないよう、手首と手のひらの隙間から1~1.5cm (人さし指1本分程度) あげます。

- 手首カフを持って真横に引っ張る**



- 金具の位置でカフを折り返し面ファスナーで固定する**

- ※ ぴったり巻き合わないとき、手首と手のひらの隙間から1~1.5cm (人さし指1本分程度) あげます。
- ※ 面ファスナーがぴったりついていないと、測定に手首カフがはずれ、測定できないことがあります。



正確測定サポート機能

- カフぴったり巻きマークとは
カフぴったり巻きマークで、手首カフが正しく巻かれているかどうかをお知らせします。手首カフが正しくはたきマークが表示されず、測定/停止ボタン (C) を押し続けてください。
- ※ 手首と手首カフの間にすき間ができないように、手首の形に添ってぴったり巻いてください。
- ※ 「健康サポートサービス」に測定記録を転送したとき、「健康サポートサービス」のデータベースサーバーの時刻が血圧計に反映される場合があります。詳細は、「健康サポートサービス」のヘルプをご覧ください。
- ※ 「健康サポートサービス」をご利用の場合、日時の設定を間違えると、データ転送の際に測定記録が上書きされたり、消失することがあります。

正確測定サポート機能

- カフぴったり巻きマークとは
カフぴったり巻きマークで、手首カフが正しく巻かれているかどうかをお知らせします。手首カフが正しくはたきマークが表示されず、測定/停止ボタン (C) を押し続けてください。
- ※ 手首と手首カフの間にすき間ができないように、手首の形に添ってぴったり巻いてください。
- ※ 「健康サポートサービス」に測定記録を転送したとき、「健康サポートサービス」のデータベースサーバーの時刻が血圧計に反映される場合があります。詳細は、「健康サポートサービス」のヘルプをご覧ください。
- ※ 「健康サポートサービス」をご利用の場合、日時の設定を間違えると、データ転送の際に測定記録が上書きされたり、消失することがあります。



右手で測定する場合

右手でも測定できます。図のように装着してください。

8 血圧を測定する

- 手首の高さが心臓と同じになっていないと正確な測定ができません。正しい高さで測定しましょう。
- この血圧計は個人番号スイッチを切り替えることによって、2人分の測定結果を自動的に記録し、呼び出すことができます。はじめて個人番号を選択してください。

1 個人番号を選択する

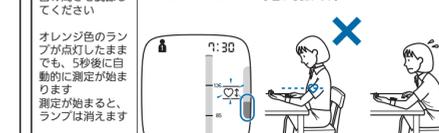
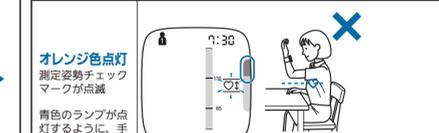
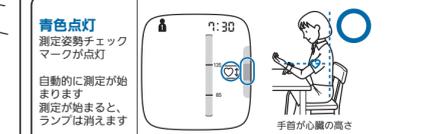
- ※ 加圧中に個人番号を切り替えると、エラーとなり排気します。
-

2 椅子をひいて姿勢よく座り、テーブルの上に自然にひじをつく



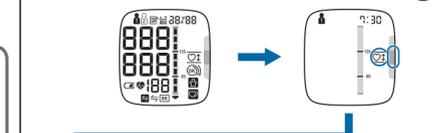
測定姿勢ガイドを使うと、測定時に正しい姿勢で測定できます。

- 正確測定サポート機能
■測定姿勢ガイドとは
血圧計が正しい高さ (心臓と同じ高さ) になるようにマークとランプで導く機能です。手首式血圧計での測定は、心臓と同じ高さで行うことが大切です。手首の高さが心臓より上や下になると、正確な測定ができません。この血圧計には、正しい測定位置をお知らせする測定姿勢ガイド機能がついています。



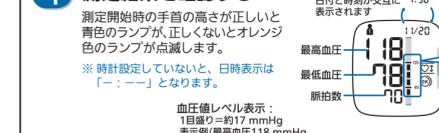
3 測定/停止ボタン (C) を押す

- 電源が入り、下図のように表示されます。
- ※ 測定姿勢ガイドが「Off」の場合は、すぐに測定が始まります。



4 測定結果を確認する

- 測定開始時の手首の高さが正しいと、測定結果表示中にも青色のランプが、正しくないときオレンジ色のランプが点滅します。測定姿勢ガイドが「Off」の場合、ランプは点滅しません。
- ※ 時計設定していないと、日時表示は「--:--」となります。



- マークが表示されたときは…
測定中に体や手首や指が動くとき、測定結果にマークが表示されます。マークが表示された場合は、正しく測定できていない場合があります。安静にして、もう一度測定してください。
- マークが頻りに表示される場合は、医師にご相談ください。

- マークが表示されたときは…
測定中の脈波の間隔が不規則な場合、測定結果にマークが表示されます。マークが表示された場合は、正しく測定できていない場合があります。安静にして、もう一度測定してください。
- マークが頻りに表示される場合は、医師にご相談ください。

高血圧の程度を知る目安

近年、世界の主な学会では家庭における高血圧の目安は以下のとおりとされています。

最高血圧 (標準値)	135 mmHg以上	最低血圧 (標準値)	85 mmHg以上
------------	------------	------------	-----------

出典：日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2014
血圧の状態を知る目安として利用してください。
※ 心配な場合は必ず医師の指導を受けてください。

5 血圧計を取り外す

手首カフの面ファスナーをはがし、血圧計を取り外します。

6 測定/停止ボタン (C) を押して、電源を切る

※ 電源を切忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

9 測定姿勢ガイドを設定する

正しい姿勢になるようにマークとランプで導く機能です。
※ お買い上げ時は「On」に設定されています。

1 個人番号を選択する

本体の下面です

2 電源の切れた状態で、記録呼出ボタン (M) と通信/時計設定ボタン (C) を約5秒間押し続ける

右のような表示の場合は、測定姿勢ガイドが「Off」になります。

右のような表示の場合は、測定姿勢ガイドが「On」になります。

設定を元に戻す場合は、電源を切り (1) からやり直してください。

3 測定/停止ボタン (C) を押して、電源を切る

※ 電源を切忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

10 測定記録を呼び出す

この血圧計は、血圧と脈拍を日時とともに自動的に記録します。最大3回の測定記録の平均値と100回分の測定記録を呼び出すことができます。
◎ 記録された測定結果が100回を超えると、古い測定記録は消去され、新しい測定結果が記録されます。

1 個人番号を選択する

2 記録呼出ボタン (M) を1回押して、最も新しい測定記録を表示する

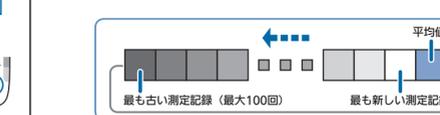
最も新しい測定記録が表示されます。

- ※ 測定開始時の手首の高さが正しいと、測定結果表示中にも青色のランプが、正しくないときオレンジ色のランプが点滅します。測定姿勢ガイドが「Off」の場合、ランプは点滅しません。



3 記録呼出ボタン (M) で過去の測定記録を見る

◎ 記録呼出ボタン (M) を押すたびに1つ古い測定記録が表示されます。
◎ ボタン (M) を押し続けると最も古い測定記録まで早送りできます。



4 測定/停止ボタン (C) を押して、電源を切る

※ 電源を切忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

裏面に続きます

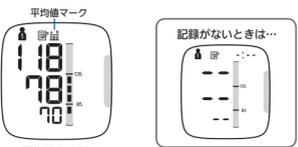
平均値を表示する

1 個人番号を選択する

2 電源が切れた状態で、記録呼出ボタン (E) を約2秒間押し続け、「平均値」を表示する

「平均値」が表示されます。
平均値：最新の測定記録から10分以内に測定された測定記録（最大3回）の平均値です。短時間続けて測定したときの参考にしてください。

◎日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2014では、2回の測定記録の平均値を用いることを推奨しています。
※時計設定していないと、平均値は表示されません。



3 測定/停止ボタン (E) を押し、電源を切る

※電源を切り忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

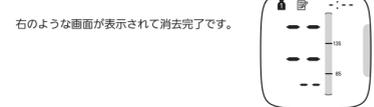
記録を消去する

測定記録を全て消します。1つずつ消すことはできません。

1 記録を消去する個人番号を選択する

2 測定記録呼び出し中に記録呼出ボタン (E) を押しながら、測定/停止ボタン (E) を約2秒間押し続ける

※記録呼び出し中に、先に測定/停止ボタン (E) を押しと電源が切れます。



3 測定/停止ボタン (E) を押し、電源を切る

※電源を切り忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

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などによる故障および損傷。
(ハ) 異常な地震、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、オムロン製品をお買い求めいただきありがとうございます。製品は重要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が一、不具合が発生したときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理または交換いたします。

※保証期間は、日本国内での使用の場合に限りです。 ※以下につきましては、必ず販売店にて、記入印していただく必要があります。 This warranty is valid only in Japan.

商品型番 HEM-6321T	お買い上げ店名
ご方名	住所
ご住所	TEL ()
TEL ()	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井 53 番地

登録情報の消去

血圧計本体にはスマートフォンの機器情報が記録されています。廃棄や譲渡などで血圧計本体を手放される場合は、記録された機器情報と測定記録を以下の手順で消去してください。

1 電源の切れた状態で、通信/時計設定ボタン (E) を押しながら、測定/停止ボタン (E) を約5秒間押し続ける

2 血圧計表示部に、「CLR」が表示されたら、通信/時計設定ボタン (E) と測定/停止ボタン (E) を離す

3 測定/停止ボタン (E) を押し、電源を切る

※電源を切り忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

11 健康サポートサービスに登録する

スマートフォンで登録する

スマートフォンを使って、会員登録と、この血圧計の機器登録をします。Bluetooth®無線技術により、測定記録をアプリに転送できます。 ※健康サポートサービスに登録せずに、機器だけでも使用できます。

1 スマートフォンの設定画面から、Bluetooth®をオンにする

2 ウェブサイトにアクセスする

<http://wlm.jp/>



3 血圧計対応アプリをダウンロードする

4 アプリを起動し、ログインする

◎アプリ画面の指示に従ってください。
◎初めてご利用いただく場合は、会員登録をしてください。

5 アプリで機器登録をする

◎設定メニューから「機器設定」を選択し、アプリ画面の指示に従って機器登録してください。

6 通信/時計設定ボタン (E) を約2秒間押し続ける

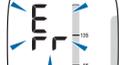
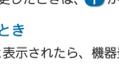
◎機器が登録待ち状態になり、「P」マークと通信マークが点滅します。
◎本体血圧表示部に通信OKマークが点灯したら、登録完了です。

■重要なお知らせ

・スマートフォンを機種変更したときは、1 からやり直してください。

■「Err」が表示されたとき

・血圧計表示部に「Err」と表示されたら、機器登録ができていません。スマートフォンを血圧計から離し、血圧計の電源を切ってください。アプリ画面の指示に従って、機器登録をやり直してください。



12 測定記録を転送する

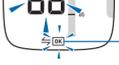
スマートフォンで転送する

スマートフォンを使って、測定記録を転送します。

1 アプリを起動し、ログインする

2 データ転送を選択する

◎アプリの画面に従ってデータを転送してください。
◎血圧計表示部に通信OKマークが点灯したら、測定記録の転送は完了です。



3 血圧の変化を健康サポートサービスで確認する

◎スマートフォンで転送した測定記録は、パソコンでも確認できます。

■「通信OKマーク」が表示されないとき

・通信/時計設定ボタン (E) を押し、1 からやり直してください。

■「通信お知らせマーク」が表示されたとき

・通信お知らせマークが点滅または点灯したら、速やかに測定記録を転送してください。

点滅：80 回分以上の未転送の測定記録があります。
点灯：100 回全ての測定記録が未転送です。
古い測定記録から順に削除されます。

■「Err」が表示されたとき

・血圧計表示部に「Err」と表示されたら、データ転送できていません。スマートフォンを血圧計から離し、血圧計の電源を切ってください。アプリ画面の指示に従って、転送し直してください。



13 Bluetooth®通信を「OFF」にする

本体のBluetooth®通信を「OFF」にするときは、以下の手順で操作してください。下記のような無線機器の使用が禁止された区域では、本体の通信を停止する必要があります。
・航空機に乗るとき ・病院にいるとき ・海外にいるとき

1 電源の切れた状態で、通信/時計設定ボタン (E) を約10秒以上押し続ける

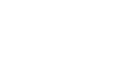
2 血圧計表示部に「oFF」が表示されたら、通信/時計設定ボタン (E) を離す

3 測定/停止ボタン (E) を押し、電源を切る

※電源を切り忘れても、約2分後に自動的に電源が切れます。

Bluetooth®通信を「ON」にするには

電源の切れた状態で、1 の操作をしてください。血圧計表示部に「on」が表示されたら、通信/時計設定ボタン (E) を離してください。



14 お手入れと保管

ここに記載している注意事項、その他の正しい使用方法を必ずお守りください。お守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

お手入れについて

- ・血圧計はいつも清潔にしてお使いください。
- ・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た布をたかく絞って拭き取り、やわらかい布で拭き取ってください。
※本体内部に水などが入らないようにしてください。

■お手入れ時のお願い

・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。

・手首カフは洗濯できません。また、ぬらさないでください。

保管について

使用後は、収納ケースに入れて保管してください。

■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。

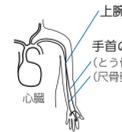
長期間(3カ月以上)ご使用にならない場合は、電池を取り出して保管してください。

■廃棄について

・本体、電池を廃棄するときは、お住まいの市区町村の指導にしたがってください。

15 手首式血圧計について

手首と上腕の血圧について



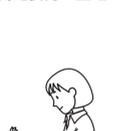
手首と上腕の血圧の差



疾患がある場合の手首と上腕の血圧



測定姿勢を正確に



生活習慣と手首の血圧

一般的に、入浴や運動の後は末梢の血管が拡張するため血圧は下がりますが、上腕よりも手首の血圧の方が、大きく下がる傾向があり、血圧差が大きくなる場合があります。飲食の前後は上腕と手首の血圧差はほとんど変わりません。

16 測定 Q&A (測定値が高い/低いときなど)

Q 病院での値より低いのですが…

A それは異常なことではありません。

病院では十分な安静が取れず、緊張もあるため、血圧が普段より高くなる傾向があります。これを白衣効果と言います。白衣効果のない、家庭での血圧の方が体の状態を正確に表すことが分かっており、家庭血圧を測定して診療に生かすことが大事なのです。

A 測定時に、手首カフの位置が心臓より高かったのでは…

手首が心臓より高いと、血圧は低く測定されます。「E 血圧を測定する」を参照してください。

Q 病院での値より高いのですが…

A 血圧の薬を飲んでいませんか？

朝、血圧の薬を飲んでから受ける外来診察時に比べ、薬を飲む直前に家庭で血圧を測るときの血圧が高くなる場合があります。これを仮面高血圧と言います。医師にご相談ください。

A 手首カフの位置は正しいですか？

手首カフの位置がずれていると、圧迫力が血管に伝わりにくくなり、血圧は高めに測定されます。手首カフの位置を確認しましょう。

A 手首カフを緩く巻いていませんか？

巻き方が緩いと、圧迫力が動脈まで伝わらず、血圧が高めに測定されます。手首カフと手首の間にすき間がないように巻いてください。

A 前かがみやあぐらをかくなどして、測定していませんか？

前かがみ、あぐらをかく、ソファや低いテーブルでかむなどの姿勢は、腹部に圧力がかかったり、手首カフの位置が心臓よりも低くなるため、正しく測定できません。正しい姿勢で測定してください。

Q 測るたびに測定値が違うのですが…

A いつも同じ条件で測定していますか？

血圧は時々刻々と変化しています。また、測定姿勢、手首カフの巻き方、以下の要因によっても変化します。

正しい測定姿勢、正しい手首カフの巻き方を確認しましょう。
・食事 ・飲酒 ・コーヒー ・喫煙 ・入浴 ・運動 ・排尿 ・排便 ・会話 ・ストレス ・室温 ・音など異なる環境

Q 測定する時刻はいつがよいですか？

A 起床後1時間以内と寝る前に測りましょう

朝は起床後1時間以内で、排尿後、朝食前、服薬前に測ります。夜は寝る直前に測ります。いずれも、1~2分の安静を取ってから測りましょう。

Q 上腕と手首の血圧の差を知る方法は？

A 左右同時に、腕を入れ替えて2回測って比べます

- 1) どちらでも良いので片手上腕式、反対側到手首式血圧計を付けて同時に測り、それぞれを書き留めます。
- 2) 腕を入れ替えて、もう一度同時に測り、値を書き留めます。
- 3) 上腕式と手首式、それぞれの平均値を比較します。

血圧豆知識

血圧とは

心臓が収縮して動脈に血液を送り出す間、最も高くなった時の血圧を最高血圧、心臓が次の血液を蓄えるために拡張している間、最も低くなった時の血圧を最低血圧と言います。それぞれ、収縮期血圧、拡張期血圧とも呼ばれます。

最高血圧 最低血圧

血液が心臓から送り出される 動脈 血管壁 血管に掛かる圧力が上がる
血液が心臓へ戻る 血管壁 静脈 血管壁にかかる圧力が下がる

高血圧の診断基準

日本高血圧学会の治療指針では、家庭での最高血圧が135 mmHg以上、最低血圧が85 mmHg以上のいずれかであるとして医師が判断した時、高血圧と診断されます。

最高血圧 (収縮期) **135 mmHg以上**
最低血圧 (拡張期) **85 mmHg以上**
出典：日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2014

※低血圧に定義はありませんが、最高血圧が100 mmHg未満の場合、低血圧とみなされることが多いようです。

17 エラー表示が出たときは

測定が正常に行われなときは、次のようなエラー表示が出ます。

エラー表示	原因	対処のしかた
E1 「E1」が出たとき	手首カフの巻き方が緩い	手首カフを正しく巻き、もう一度測定してください。 (E 血圧計の手首カフを巻く)
E3 「E3」が出たとき	測定中に腕や体を動かして過大加圧(300 mmHg以上)した	手首カフを押さえないでください。腕や体を動かさないようにして、もう一度測定してください。 (E 血圧を測定する)
E4 「E4」が出たとき	測定中に腕や体を動かした	指や手首を動かさないでください。腕や体を動かさないようにして、もう一度測定してください。 (E 血圧を測定する)
E5 「E5」が出たとき	手首カフの巻き方がきつい 測定中に腕や体を動かした	手首カフを正しく巻き、もう一度測定してください。 (E 血圧計の手首カフを巻く) 腕や体を動かさないようにして、もう一度測定してください。 (E 血圧を測定する)
E7 「E7」が出たとき	測定中に測定姿勢が変化した	腕や体を動かさないようにして、もう一度測定してください。 (E 血圧を測定する)
Err 「Err」が出たとき	スマートフォンの表示を確認し、指示に従ってください。	
Err 「Err」が出たとき	機能の異常による故障	オムロンお客様サービスセンター (E 0120-30-6606) まで修理の依頼をしてください。
バッテリーマークが出たとき	電池が消耗している	2個同時に新しい電池と交換してください。 (E 電池を入れる)

18 おかしいな?と思ったら

こんなとき	原因	対処のしかた
血圧値が異常に高く(低く)表示される	手首カフが心臓の高さに保てていない 手首カフが正しく巻かれていない 肩が腕などに力が入っている 測定中に会話をしたり、手を動かしたりしている	測定姿勢ガイドを使って手首を正しい高さに保ってください。 (E 測定姿勢ガイドを設定する) 手首カフを正しく巻いてください。 (E 血圧計の手首カフを巻く) リラックスして測定してください。 (E 血圧を測定する) 静かにして測定してください。測定Q&Aを参照してください。 (E 測定Q&A)
上腕で測った値と異なる	「手首式血圧計について」を参照してください。 (E 手首式血圧計について)	
圧力が上がらない	手首カフが空気漏れしている 手首カフの巻き方が緩すぎる	オムロンお客様サービスセンター (E 0120-30-6606) まで修理の依頼をしてください。 手首と手首カフのすき間がないようにぴったり巻いてください。 ※巻き方がゆるすぎると手首カフに余分な圧力がかかり、手首カフの寿命が短くなります。
手首カフが短時間で空気漏れを起こしてしまう	手首カフの巻き方が緩すぎる	手首と手首カフのすき間がないようにぴったり巻いてください。 ※巻き方がゆるすぎると手首カフに余分な圧力がかかり、手首カフの寿命が短くなります。
血圧計が正常に働かず、正しく測定しても、病院で測定した血圧値より高い(低い)・測るたびに血圧値が違う	長期間使用しなかったか温度変化により電池が消耗している 電池が完全に消耗している 電池の向きが間違っている	測定Q&Aを参照してください。 (E 測定Q&A) 新しい電池と交換してください。 (E 電池を入れる) 新しい電池と交換してください。 (E 電池を入れる)

※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。

EMC適合 本製品はEMC規格IEC60601-1-2：2007に適合しています。

本製品はJIS規格JIS T 1115：2005に適合しています。

20 商標について

・iPhoneはApple Inc. の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。

・Bluetooth®ワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する商標であり、オムロンヘルスケア株式会社は、これらの商標を使用する許可を受けています。

・その他本書に記載されているブランド名、製品名は各社の商標または登録商標です。

こんなとき	原因	対処のしかた
測定記録が転送できない	Bluetooth®が「オフ」になっている。 機器登録されていない。 アプリが起動していない。	スマートフォンのBluetooth®設定を「オン」にしてください。 (E 健康サポートサービスに登録する) 機器登録が完了していません。機器登録をやり直してください。 (E 健康サポートサービスに登録する) アプリをインストール、または起動してください。 (E 健康サポートサービスに登録する)
その他の現象	測定/停止ボタン (E) を押し直して、最初からやり直してください。 電池を交換してください。	電池が入っている事を確認し、時刻を合わせてください。 (E 時刻を合わせる)

※上記の方法でも、正常に測定ができない場合は故障が考えられます。製品の故障および修理のご依頼につきましては、オムロンお客様サービスセンター (E 0120-30-6606) までお問い合わせください。

※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オムロンお客様サービスセンター (E 0120-30-6606) までご相談ください。

※本製品の故障や修理のときは、測定記録などが全て消去されます。 ※アプリについてはサポートデスクまでお問い合わせください。
<http://wellnesslink.jp/support/>

19 仕様

医療機器認証番号	2274GBZ00088000
類別	機械器具 18 血圧検査又は脈波検査用器具
一般名称	自動電子血圧計
医療機器分類	管理医療機器

販売名	オムロン 手首式血圧計 HEM-6320シリーズ
商品型番	HEM-6321T
表示方式	デジタル表示方式
通信方式	Bluetooth® Version 4.0 (Low Energy support)
測定方式	オシロメトリック法
測定範囲	圧力/0~299 mmHg 脈拍数/毎分40~180 拍

測定精度	圧力/±3 mmHg 以内 脈拍数/読み取り数値の±5%以内
加圧排気電源	ポンプによる自動加圧方式 自動急速排気方式 単4形アルカリ乾電池2個
電池寿命	約300回(単4形アルカリ乾電池2個使用時、室温23℃、手首周16.5 cm、150 mmHg加圧の場合) 5年もしくは30000回のいずれか早く到達した方(消耗部品を除く)
耐用期間	13.5年~21.5年

使用環境条件	+10℃~+40℃・30~85% RH
保管環境条件	-20℃~+60℃・10~95% RH
対象手首周	13.5cm~21.5 cm
質量	約100 g (電池含まず)
寸法	約89(幅)×61(高さ)×25(奥行き)mm(手首カフ含まず)
電撃保護	内部電源機器 BFI装着部

付属品	お試し用電池(単4形アルカリ乾電池2個)、収納ケース、取扱説明書(品質保証書付き)、医療機器添付文書、測定姿勢確認カード、EMC技術資料
製造販売元	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九ノ井53番地 電話：0120-30-6606(オムロンお客様サービスセンター)

※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。

EMC適合 本製品はEMC規格IEC60601-1-2：2007に適合しています。

本製品はJIS規格JIS T 1115：2005に適合しています。

20 商標について

・iPhoneはApple Inc. の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。

・Bluetooth®ワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する商標であり、オムロンヘルスケア株式会社は、これらの商標を使用する許可を受けています。

・その他本書に記載されているブランド名、製品名は各社の商標または登録商標です。