

# Walk Scan

オムロン 歩行姿勢計 HJA-600T ウォークスキャン

## 取扱説明書



All for Healthcare

健康サポートサービス  
WellnessLINK

このたびは、オムロン商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。

### 各部の名前と付属品

1. 本体 (お試用電池内蔵)
2. 装着クリップ
3. オムロンヌさんピック
4. 取扱説明書 (本書：品質保証書付き)

※電池カバーを外した状態

お知らせランプ

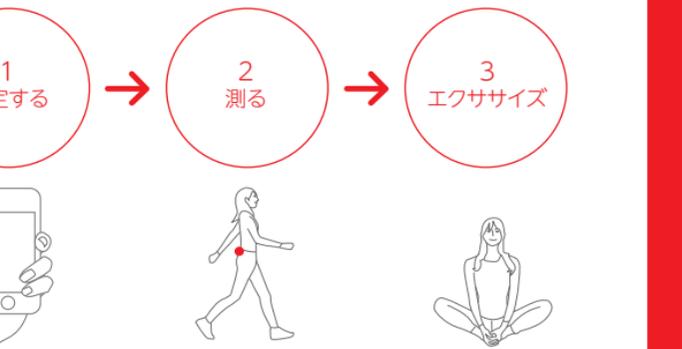
※電池カバーを外した状態

ボタン (→9ページ)

※お知らせランプについて  
ランプの色で本体の状態をお知らせします。  
※ランプは、普段は消灯しています。  
設定後、本体をふってランプが青に点灯したら、本体は正しく動いています。  
✓ 本体をふってもランプが点灯しない場合、電源はOFFしています。

### Walk Scanの使いかた

Walk Scanは、このような流れで使います。



腰に付けて歩くことで、  
あなたの歩き方のタイプ (6種類) がわかります。  
あなたにあった改善エクササイズで、美しい歩き方へと導きます。

✓ Walk Scan はiPhone専用です。

### 1 設定する iPhoneで設定する

- 1 iPhoneの「設定」から、Bluetooth®を「オン」にする
- 2 右記のサイトへアクセスする ▶ <http://wlm.jp/>
- 3 「歩行姿勢計」の「美姿勢ウォーキング」アプリをダウンロードする
- 4 アプリを起動して、ログインする  
はじめてご利用いただく場合は、会員登録をしてください。
- 5 機器登録をする  
アプリ画面の指示に従って登録をしてください。

✓ 初期設定項目の入力を間違えると、正しく測定できない場合があります。  
iPhoneを機種変更したときは、① からやり直してください。

Bluetooth® のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、オムロンヘルスケア(株)は、これらのマークをライセンスに基づいて使用しています。  
iPhone はApple Inc. の商標です。iPhone 商標は、アイホン株式会社の子会社のライセンスに基づき使用されています。

### 2 測る 「10歩チェック」で歩行姿勢を測る

- 1 Walk Scanを正しく装着する  
本体をクリップに取り付けて、腰の後ろにぴったり装着します。  
✓ オムロンロゴを正面に向けて、まっすぐ垂直になるように取り付けてください。上下逆や斜めには取り付けしないでください。
- 2 歩行姿勢を測る  
アプリ画面の指示に従って10歩、まっすぐ歩きます。

✓ ローライズやハイウエストでは正しく測定されません。

✓ 「美姿勢ウォーキング」アプリについて  
10歩チェック：10歩歩いて、簡単チェック  
3分ウォーク：しっかり歩いて、詳しくチェック  
※3分ウォークについて詳しくは、「美姿勢ウォーキング」アプリの説明をご覧ください。

### 3 エクササイズ アプリでエクササイズをする

- 測定結果に応じてエクササイズする
- 測定結果や悩みから、あなたにあったエクササイズをおすすめ。
- お腹まわりの筋肉をきたえる
- 内ももの筋肉をのばす
- 内ももの筋肉をきたえる
- めざそう  
キラキラ  
フラミンゴ

### Walk Scanを繰り返し使う

Walk Scanを繰り返し使うことで、美しい歩き方へと導きます。



### 活動量計として使う

普段はWalk Scanを活動量計として使えます。

- 1 正しく装着する  
歩数、総消費カロリーが測定されます。  
✓ 10歩チェック、3分ウォーク中の歩数、活動カロリーはカウントされません。
  - 2 活動量データをアプリで確認する  
アプリで歩数、総消費カロリーを確認できます。
- ✓ ズボンの後ろポケットへの装着は破損の原因となります。
- 普段は活動量計としても使えるよ!
- 総消費カロリーとは  
総消費カロリーとは、0時から現在までの【基礎代謝+活動カロリー】のことです。
- 活動カロリー + 基礎代謝 = 総消費カロリー  
体を動かして消費したエネルギー + 生命維持に必要なエネルギー = その日に消費したエネルギーの合計

### 電源をOFFにする

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。右イラストのボタンを長押しして、必ず本体の電源をOFFにしてください。  
・航空機に乗るとき・病院にいるとき・海外にいるとき

電源をONにするには  
ボタンを長押しすると、ランプが青に点滅します。ランプが点滅してから10分以内にアプリを起動してください。本体のランプが青に点灯すれば設定完了です。

### 装着クリップの取り付け

装着クリップのシリコン部とクリップ部が外れたときは、次のように正しく取り付けてください。

- 1 シリコン部とクリップ部を取り付けます。
- 2 シリコン部の側面をひっぱります。
- 3 クリップ部左右のくぼみ部分にシリコン部をかぶせます。

裏面へ続く →

