

- 取扱説明書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オムロンお客様サービスセンターに依頼または送付してください。
- 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傷。
 - (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替えられた場合。
 - (ヘ) 消耗部品（乾電池）。
 - (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。
- 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、1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く必要があります。

品名 <u>オムロンローラーマッサージャ</u> 形式 <u>HM-203</u> ご芳名 _____ _____ ご住所 _____ _____ TEL () _____	お買い上げ店名 _____ _____ (印) 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 TEL 03(3436)7092

オムロンローラーマッサージャHM-203

TOKOTON ROLLER Pro

取扱説明書

- このたびは、オムロンローラーマッサージャ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。

商品に関するお問い合わせは

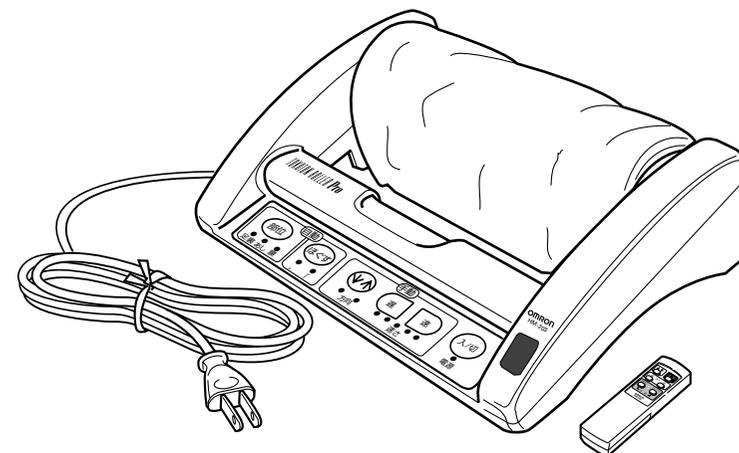
オムロンお客様サービスセンター ダイヤルは正確に

フリーダイヤル **0120-30-6606**
むろんオムロン
 フリーファックス **0120-10-1625**
〈通信料無料〉

受付時間 9:00～19:00 (祝日を除く月～金)
 (都合によりお休みさせていただくことがあります。)

もくじ

安全上のご注意 ……………	1～4	ご使用前に
各部のなまえ ……………	5	
特長 ……………	6	
正しい使い方 ……………	7～9	正しい使い方
「準備」 ……………	7	
「手動」の選択 ……………	7	
「自動」の選択 ……………	8	
「使用後」 ……………	8	
リモコン操作 ……………	9	
代表的なご使用例／お手入れ ……………	10	ご使用例など
自動プログラムについて ……………	11～12	
おかしいなと思ったら ……………	13	保証など
仕様／お問い合わせ先 ……………	14	
品質保証書 ……………	うら表紙	



- 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
 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



△記号は注意（警告を含む）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“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“差込みプラグを抜くこと”を示します。

警告

次の人は、必ず医師と相談してご使用ください。

- 医師の治療を受けているときや、とくに身体に異常を感じているとき
- 悪性腫瘍のある人
- 心臓に障害のある人
- 妊娠している人
- 安静を必要とする人
- 熱の高い人
- 背骨に異常のある人や曲がっている人
- かつて治療を受けたところまたは疾患部へ使用する人
- 体力の衰えた人
- 急性疾患の人
- 骨粗しょう症の人
- 知覚障害のある人



- 事故や体調不良を起こす恐れがあります。

胸部や頭部・ひじ・ひざなど骨部への使用は避けてください。



- 事故や体調不良を起こす恐れがあります。

警告

布カバーが破れたり、はずれたりした状態では使用しないでください。

- 事故やケガをする恐れがあります。



濡れた手で、電源プラグをコンセントから抜き差ししないでください。

- 感電やケガをすることがあります。



注意

使用中、故意に強くあてるなど無理な力をかけてローラーの動きを止め続けたりしないでください。

- 故障する恐れがあります。



マッサージは一日20分以内に。また同一箇所への連続5分以上の使用はしないでください。

- 筋肉や神経に対して必要以上の刺激となり逆効果をまねくことがあります。



乳幼児や自分で意志表示できない人には使用しないでください。また幼児の手の届く所で使用しないでください。

- 事故やトラブルの原因となります。



マッサージ以外の目的に使用しないでください。

- 事故や故障につながる恐れがあります。



使用中、身体に異常があらわれたり、感じたときには直ちに使用を中止し、医師に相談してください。

- 事故やトラブルの原因となります。



ストーブなど熱い物の近くや、電気毛布、コタツの中などで使用しないでください。

- 火災の原因となります。



⚠ 注意	
<p>コンセントは単独で使用してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 火災や漏電の原因になります。 	
<p>必ず交流100Vで使用してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 火災や感電の原因になります。 	
<p>コンセントから電源プラグを抜くときは、電源コードを持って引っ張らず、必ず電源プラグを手で持って抜いてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電源コードが断線やショートして火災や感電の原因になります。 	
<p>長期間で使用にならないときは、必ず電源プラグをコンセントから抜いてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 絶縁劣化により感電や漏電火災の原因になります。 	
<p>部品の取付、取り外し、お手入れのときには、必ず電源プラグを抜いてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 感電やケガをすることがあります。 	
<p>電源コードや電源プラグが傷んだり、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。</p> <ul style="list-style-type: none"> 感電、ショート、発火の原因になります。 	
<p>電源コードを傷付けたり、破損したり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、本体に巻きつけたりしないでください。また重い物をのせたり、挟み込んだりしないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 絶縁劣化により感電や漏電火災の原因になります。 	
<p>電源プラグはホコリを拭きとり、しっかり根元まで差し込んでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 感電、ショート、発火の原因になります。 	
<p>本機が動かない場合や異常を感じた場合は、使用を直ちに中止し、電源スイッチを切り、電源プラグを抜いてオムロンお客様サービスセンターへご相談ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 感電、ショート、発火の原因になります。 	

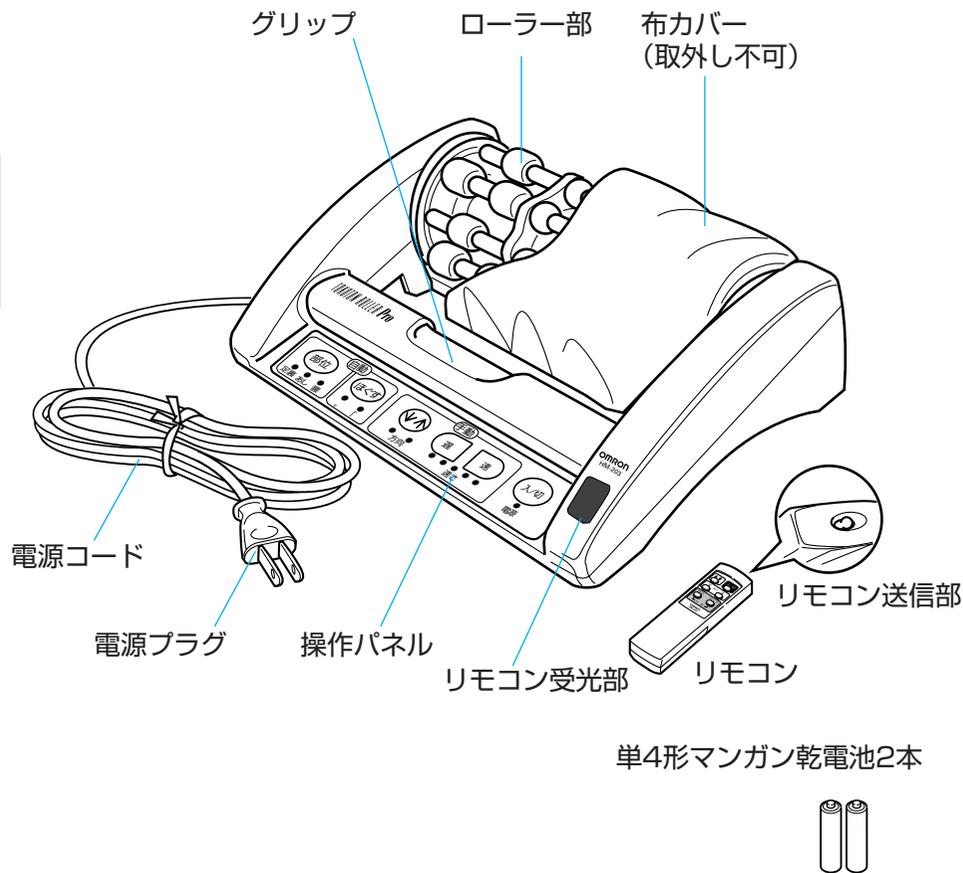
⚠ 注意	
<p>分解や修理、改造をおこなわないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 発火したり、故障や事故の原因となります。 	 
<p>本体に水をかけたり、浴室など湿気の多い場所で使用しないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 火災、感電の原因となります。 	

お願い	
<p>本体に強いショックを与えたり、落としたり、踏んだりしないでください。</p>	
<p>直射日光のあたる場所、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には、保管しないでください。</p>	
<p>お手入れするときは、必ず電源を切り、本体が冷えてから水または中性洗剤をしみこませた布でよく拭きとり、乾いた布で拭きしてください。</p>	
<p>ベンジン、ガソリン、シンナー、アルコールなどは使用しないでください。</p>	
<p>本機の近くで、携帯電話を使用しないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 本機が誤動作する恐れがあります。 	

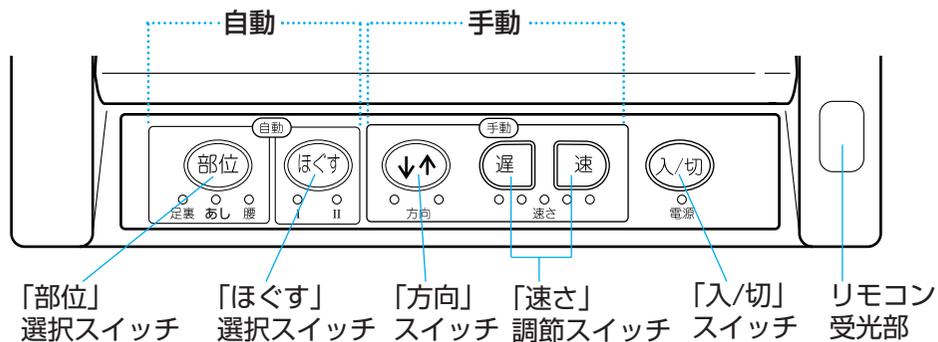
リモコンに関するお願い	
<p>乾電池の液もれが起こり本体を傷めることがありますので以下の点に気をつけてください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 長期間（3ヶ月以上）使用しないときは、乾電池を取り出しておいてください。 使いきった乾電池はすぐ新しいものと交換してください。 古い乾電池と新しい乾電池は、混ぜて使わないでください。 乾電池の＋－を間違えないようにしてください。 マンガン乾電池とアルカリ乾電池を同時に使用しないでください。 マンガン乾電池（2本）をご使用ください。 	

各部のなまえ

ご使用前に



操作パネル拡大図



オムロンローラーマッサージャHM-203の特長

ご使用前に

- 1 大きなもみ玉と小さなもみ玉の組み合わせにより心地良い刺激が得られます。
- 2 部位に合わせたプログラム (自動)
「足裏」「あし」「腰」の部位モードを搭載。それぞれの部位にあったプログラムで、疲労回復・血行促進にお役立てください。
- 3 もみ感にこだわった ほぐす プログラム (自動)
「I」と「II」のほぐすプログラムで心地良いもみ感をお楽しみください。
- 4 お好みの速さ、方向が選択できます (手動)
ご使用部位に合わせ、お好みの速さ、方向を選んでいただくことにより、疲労回復、血行促進に効果があります。
- 5 ワンタッチスイッチ採用で簡単操作
また、リモコン付きなので手元でも操作しやすくなりました。
- 6 20分で自動停止する、タイマー内蔵
- 7 使いやすいワイド設計
足の大きさに関係なく使い心地の良い、ワイドな両足対応の本格派です。

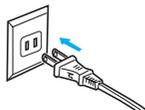
効能・効果

あんま、マッサージの代用

※疲労回復、血行をよくする、筋肉の疲れをとる。
筋肉のこりをほぐす、
神経痛・筋肉痛の痛みの緩解

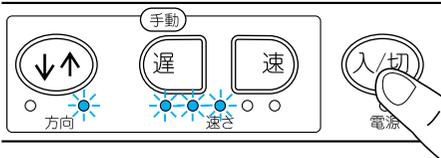
準備

1 電源プラグをコンセントに差し込んでください。



2 (人/切)スイッチを押して電源を入れてください。

手動初期の動作となります。ローラーが「↑」方向、中速（表示ランプ3つ点灯）の速さで回ります。



3 ローラーに患部を押しあてて、ご使用ください。

手動の選択

1 (方向)スイッチを押すと、方向を切り換えることができます。

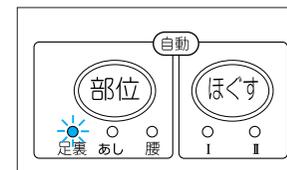
2 (遅)または(速)スイッチを押すと、速さを調整することができます。

○ (自動)から(手動)の変更について

(自動)から(手動)に変更するとき、(方向) (遅) (速)のいずれかのスイッチを押すと(手動)の初期の動作に戻ります。

自動の選択

1 (部位)スイッチを押すごとに「足裏」「あし」「腰」の順にプログラムを選ぶことができます。
●表示ランプは選択された部位に応じて点灯します。



2 (ほぐす)スイッチを押すごとに、「I」「II」の順にプログラムを選ぶことができます。
●表示ランプは選択されたプログラムに応じて点灯します。

注意：(自動)選択時は(方向) (遅) (速)の切り替えはおこなえません。

○ (自動)について

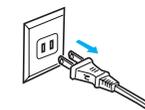
(部位) (ほぐす)の各プログラムではマッサージの合い間に、約2秒程度の休止時間を設けています。

止まって動作終了したかのように思えますが、動作は続いています。(自動停止は20分)これは休止時間を設けることにより、いっそう血行を良くするためです。

使用後

1 必ず(人/切)スイッチを押して電源を切ってください。

2 電源プラグをコンセントから抜いてください。



安全装置について

無理な力をかけたときや長時間の連続使用により内部温度が上昇した場合は、安全装置が作動し、ローラーが停止します。再度ご使用になる場合は、約1時間程度放置し、本体内部の温度を下げた後でご使用ください。

⚠注意

使用中に身体に異常があらわれたり、感じたときには直ちに使用を中止し、医師に相談してください。

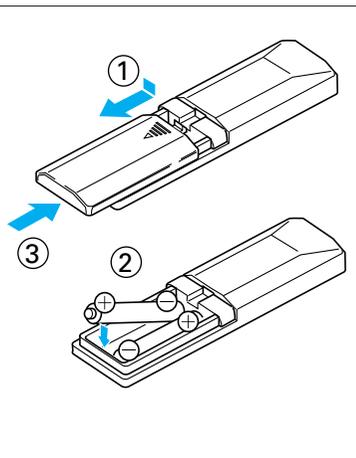
- 事故やトラブルの原因となります。



正しい使い方

リモコン操作

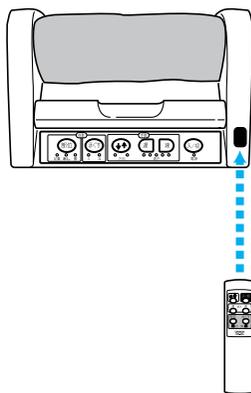
1 リモコン裏側の電池ふたを矢印の方向にスライドさせ、開けてください。



2 電池（単4形マンガン乾電池×2本）の向きを間違えないように入れてください。

3 電池ふたを閉めてください。

4 本体の電源プラグがコンセントに差し込んであることを確認してください。



5 本体右側のリモコン受光部に向けて（入/切）スイッチを押して電源を入れてください。ローラーが（手動）の初期の動作となり、「↑」方向、中速（表示ランプ3つ点灯）の速さで回ります。

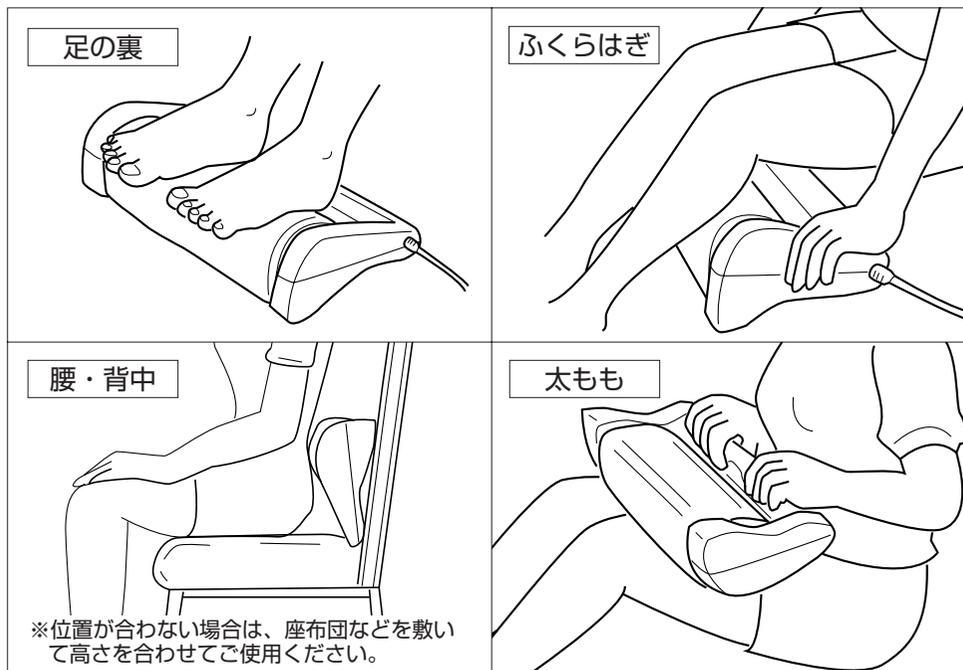
6 操作方法は本体の前面パネルのスイッチと同じです。

お願い

リモコンを長時間ご使用にならないときは、電池を外し保管してください。
• 電池の液もれが、リモコンの劣化の原因になる恐れがあります。

代表的なご使用例／お手入れ

■代表的なご使用例



ご使用になるときはリラックスして、心地良い強さで押しあててください。

⚠注意

マッサージは一日20分以内に。また同一箇所への連続5分以上の使用はしないでください。
• 筋肉や神経に対して必要以上の刺激となり逆効果をまねくことがあります。



■お手入れ

本体の汚れは、乾いたやわらかい布でから拭きしてください。汚れがひどい時は柔らかい布に中性洗剤をしみ込ませて拭きとってください。
ベンジン、ガソリン、シンナー、アルコールなど揮発性の液体や、濡れた布などは使用しないでください。
※布カバーを清潔にご使用いただくために、専用オプションクロス（洗たく可能）を別売しています。ご利用ください。

「自動」プログラムについて

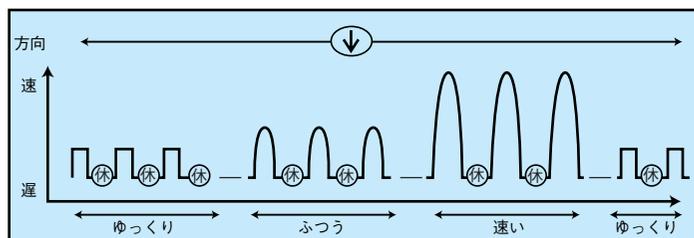
HM-203のプログラムは回転速度や回転方向、休止時間に変化をつけることにより、人の手に近いマッサージ感が得られるようにきめ細かい工夫が凝らされています。

■部位

●(部位) は治療したい部位に応じたプログラムです。

●「足裏」

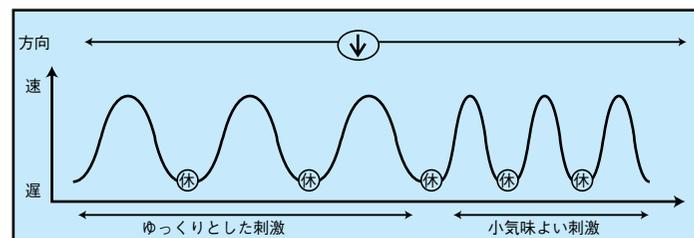
心臓に向かってマッサージする*求心性の回転方向で、遅い(弱い)刺激から徐々に速く(強く)なる刺激を繰り返すことで足の裏の血行を促進し、効果的にマッサージするプログラムです。



注意：波形はあくまでもイメージです。

●「あし」

心臓に向かってマッサージする*求心性の回転方向で、ゆったりとした刺激と小気味良い刺激を周期的に変化させるプログラムです。疲労回復に効果のある刺激で、ふくらはぎなどの血行を促進します。



注意：波形はあくまでもイメージです。

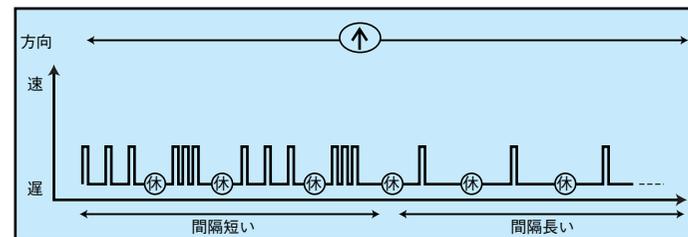
*求心性：心臓に向かう方向でマッサージすることです。一般的にマッサージは血液やリンパの流れを良くし、また末梢の血液を心臓に戻すようにおこなうものです。

ご使用例など

「自動」プログラムについて

●「腰」

間隔の短い単発の刺激で始まり、その後間隔の長い刺激を繰り返します。断続的な刺激を与えることで疲れた腰に心地良いマッサージがおこなえます。



注意：波形はあくまでもイメージです。

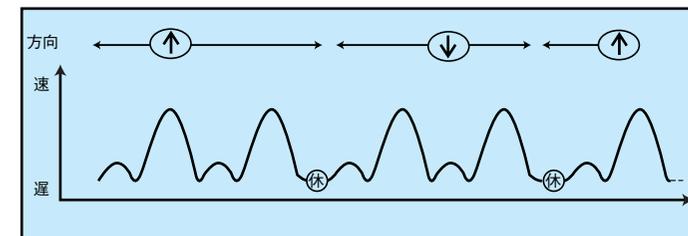
■ほぐす

●(ほぐす) は、2種類のみみ感にこだわったプログラムです。

いろいろな部位にご使用ください。(部位ごとの特異性がないので短時間のご使用をおすすめします。)

●「I」

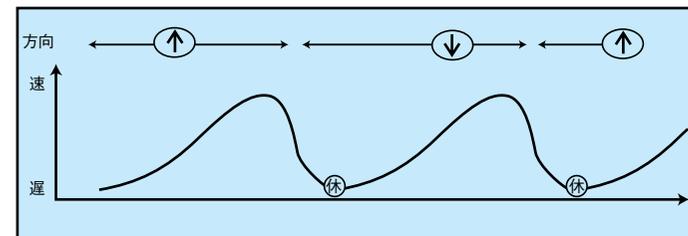
速い(強い)回転と遅い(弱い)回転を組み合わせています。さらに回転方向を交互にかえてもみほぐすタイプのプログラムです。お好みに応じて疲れをほぐしたい時にお使いいただくと効果的です。



注意：波形はあくまでもイメージです。

●「II」

遅い(弱い)回転から徐々に速い(強い)回転に流れるように変化する連続刺激のプログラムです。また1周期ごとに回転方向が変わります。お好みに合わせて、リラックスしながらお使いください。



注意：波形はあくまでもイメージです。

ご使用例など

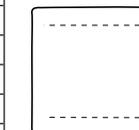
ご使用中に異常が生じた場合は、まず次の点をお調べください。

	こんなとき	点検するところ	直しかた
【本体】	動かない	電源プラグが抜けていませんか。	正しく接続してください。(P7参照)
		長時間使用や、無理な力をかけることにより、本体が熱くなっていますか。	安全装置が働いて、止まっています。約1時間程度放置し、本体内部の温度を下げた後再度ご使用ください。(P8参照)
		電源コードが断線していませんか。	修理を依頼してください。(P14参照)
	最大の速さにしても、力をかけると止まる	無理な力をかけ過ぎていませんか。	無理な力をかけずリラックスした状態で使用してください。(P2参照)
		無理な力を少しかけただけでも、止まりますか。	修理を依頼してください。(P14参照)
	破損してしまった		修理を依頼してください。(P14参照)
【リモコン】	動かない	乾電池が挿入されていますか。	乾電池を正しくいれます。(P9参照)
		乾電池の＋の向きが間違っていますか。	乾電池を正しくいれます。(P9参照)
		乾電池が消耗していませんか。	新しい電池と取り替えます。(P9参照)
		リモコンの前面の送信部が破損していませんか。	修理を依頼してください。(P14参照)
		リモコンの送信部を本体の受光部に向けて操作していますか。	リモコンの送信部を本体の受光部に向けて操作してください。
	破損してしまった		修理を依頼してください。(P14参照)

商品名	オムロンローラーマッサージャ
型式	HM-203
電源	AC 100V 50/60Hz
消費電力	約16W
タイマー	約20分
ローラー本数	8本
ローラー速さ調節	約60～120回転/分
外形寸法	幅366×高さ132×奥行き269 (mm)
質量	約4kg
電源コードの長さ	約200cm
布カバー材質	ナイロン100%
医療用具承認番号	20900BZY00961
電気的安全性	電気用品安全法適合性検査証明済

別売品

専用オプションクロス
外形寸法 約縦280×横280 (mm)
材質 ナイロン100%



(専用オプションクロス)

※改良のため仕様および外観を予告なく変更することがあります。

リモコン仕様	外形寸法	幅26.5×高さ15×奥行118 (mm)	
	質量	約28g	定格電圧 DC3V
	使用電池	単4形マンガン乾電池 2本	

おかしいな？と思ったら

「おかしいなと思ったら」13ページをもう一度ご確認ください。
それでもお分かりいただけなかった場合は、下記のお客様サービスセンターにお問い合わせください。



商品別売品は



修理は

修理・商品に関するお問い合わせ
別売品・消耗部品のお求めは

オムロンお客様サービスセンター

フリーダイヤル **0120-30-6606**

通話料無料

フリーファックス **0120-10-1625**

通信料無料

受付時間 9:00～19:00 (祝日を除く月～金)
(都合によりお休みさせていただくことがあります。)

別売品・消耗部品は、インターネットでもお求めいただけます。

オムロンインターネットパーツセンター

<http://shop.healthcare.omron.co.jp>

24時間受け付けています。(通信料、送料はお客様ご負担となります)



オムロン健康機器ホームページ「**健康プラザ**」のご案内
ホームページでは新製品情報や健康に関するさまざまな情報をお届けしています。
あなたの健康づくりに役立つアドバイスやヒントが満載です。
別売品や消耗部品もご注文いただける便利なホームページです。
ぜひ、一度ご覧ください。

<http://www.healthcare.omron.co.jp>

※通信料はお客様ご負担となります。