



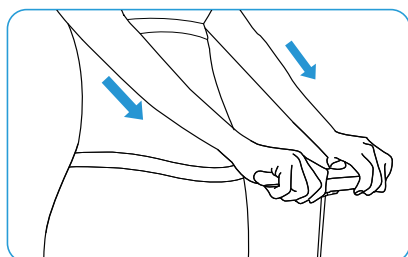
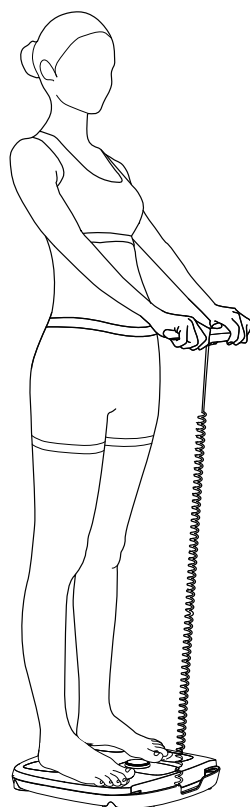
# DIAL H30

## ユーザーマニュアル

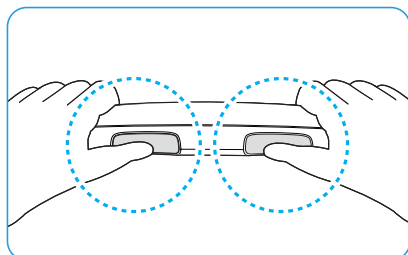
### InBody Dial H30測定姿勢のご案内及び設置に関する取扱説明書

この度はInBody Dial H30をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。本ユーザーマニュアルにはInBody Dial H30の機能を分かりやすく詳細に記述しており、よくお読みいただくことで正しくInBody Dial H30をご活用いただけます。必要な時にごすぐ取り出せるよう大切に保管してください。

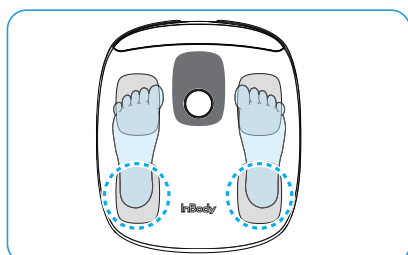
## 測定姿勢



腕をまっすぐ伸ばしてください。腕と体が接しないようにしてください。



親指を四角い電極に当ててください。



かかとを丸い電極に合わせてください。

測定姿勢に関する詳細は、「4.3 測定姿勢」をご覧ください。

## お問い合わせ先

株式会社インボディ・ジャパン(輸入販売元)

〒136-0071 東京都江東区亀戸1-28-6 タニビル

TEL: 0120-900-369(フリーアクセス) FAX: 03-5875-5781

Website: <https://www.inbody.co.jp> E-mail: [customer-support@inbody.co.jp](mailto:customer-support@inbody.co.jp)

## 著作権

本書の内容の一部または全てを無断でコピーしたり、他の媒体(磁気、電気、写真等の如何を問わず)や他システムに転用したりすることを禁じます。本書の校正には注意を払っておりますが、誤字・脱字がある可能性があり、予告なしに変更することがあります。(株)インボディ・ジャパンは本書に述べられた必要条件を満たさないことによってもたらされた損害については一切の責任を負いかねます。

製品の外観・仕様などは改良のため予告なく変更される場合があります。

©2023 InBody Co., Ltd. All rights reserved.


# 目次


<b>1</b>	<b>安全のために必ず守ること</b>	<b>5</b>
1.1	使用されている安全記号	5
1.2	使用時の注意事項	5
<b>2</b>	<b>製品構成</b>	<b>6</b>
2.1	製品構成	6
2.2	各部の名称と機能	6
<b>3</b>	<b>使用準備</b>	<b>7</b>
3.1	設置環境	7
3.2	セットアップ	7
3.3	InBodyアプリのダウンロード	8
3.4	ユーザーコードの登録、使用者の追加	8
3.5	Wi-Fi接続	9
<b>4</b>	<b>測定時の注意事項</b>	<b>10</b>
4.1	測定時の注意事項	10
4.2	ハンドルの注意事項	10
4.3	測定姿勢	11
<b>5</b>	<b>InBody測定方法</b>	<b>13</b>
5.1	ユーザー認識機能	13
5.2	身長入力、体重計測からInBody測定	14
5.3	ユーザー認識が使用できない場合	15
5.4	InBodyアプリ連動から測定	16

<b>6</b>	<b>測定結果の確認方法</b> .....	<b>17</b>
	6.1 測定の実行と完了 .....	17
	6.2 画面構成 .....	17
	6.3 測定結果の説明 .....	18
<b>7</b>	<b>お手入れと保管方法</b> .....	<b>19</b>
	7.1 製品管理 .....	19
	7.2 清掃方法 .....	19
	7.3 保管方法 .....	19
<b>8</b>	<b>トラブルシューティング</b> .....	<b>20</b>
	8.1 エラーメッセージ .....	20
	8.2 トラブルシューティング .....	21
	8.3 よくある質問 .....	22
<b>9</b>	<b>製品仕様</b> .....	<b>25</b>
<b>10</b>	<b>製品保証</b> .....	<b>26</b>

# 1 安全のために必ず守ること

## 1.1 使用されている安全記号

 **警告** この指示に従わず誤った取扱いをすると、測定者の怪我に繋がる恐れがあります。

 **注意** この指示に従わず誤った取扱いをすると、製品が損傷したり、測定結果が不正確になる可能性があります。

## 1.2 使用時の注意事項



- 心臓ペースメーカーのような植え込み型医療機器、または生体情報モニタのような生命維持に必要な医療機器を装着されている人を測定しないでください。測定中に微弱な電流が体内に流れるため、装置の故障、生命の危機に繋がる恐れがあります。上記の注意事項を遵守していないためにもたらされた人命、または製品の損傷について、(株)インボディ・ジャパンは一切の責任を負いかねます。
- 生体電気インピーダンス分析(BIA)法は微細な電流を利用するため、人体に害はありません。しかし、妊婦の方を測定する場合、担当医師、または専門家と相談して測定を行ってください。
- 伝染性の疾病の方、若しくは手の平や足の裏に怪我のある方は装置に接触したり、測定したりしないでください。測定後は柔らかい布で製品の表面を清掃してください。
- 消毒液を使用する際は製品に液体が入らないようにご注意ください。InBodyの故障や漏電による感電の恐れがあります。
- 本製品を体成分分析または体重測定以外の目的で使用しないでください。
- InBodyは疾病の有無を判断できません。疾病の有無を判断するには医師に相談してください。
- 金属製のインプラントは体水分より伝導率が高いため、測定結果に影響する可能性があります。



- この製品は身体の体成分を高精度に測定する精密機器です。冷蔵庫、テレビ、電子レンジなど電波を発する電子製品と離して測定してください。電子製品と距離を置いて製品をご使用ください。
- 温度や湿度、気圧が高すぎたり低すぎたりすると、製品の動作に影響する可能性があります。浴室などの湿度が高い場所では製品を使用しないでください。製品仕様に記載されている動作環境でご使用ください。
- 飲み物や異物などが製品に入らないようにご注意ください。内部の電気系統に影響を与え、故障の原因となることがあります。
- 製品を任意に分解しないでください。感電または傷害、製品の故障及び測定エラーの原因となります。製品を任意に分解した際に生じた損傷及びそれによる被害に関して、(株)インボディ・ジャパンは責任を負いかねます。
- 体が不自由な方やお子様を測定される際は1人で測定せず、保護者の補助を受け、姿勢を正しく維持できるようにしてください。測定姿勢を正しく維持することで、より正確に測定できます。
- 長期間保管する際は電池をはずし、平らな場所に保管してください。
- 本製品と付属の乾電池を廃棄するときは、お住まいの市町村区の廃棄方法に従って処理してください。
- 修理及び点検は、(株)インボディ・ジャパンの作業員のみ行うことができます。修理及び点検のご依頼は、(株)インボディ・ジャパン(フリーアクセス: 0120-900-369)にお問い合わせください。

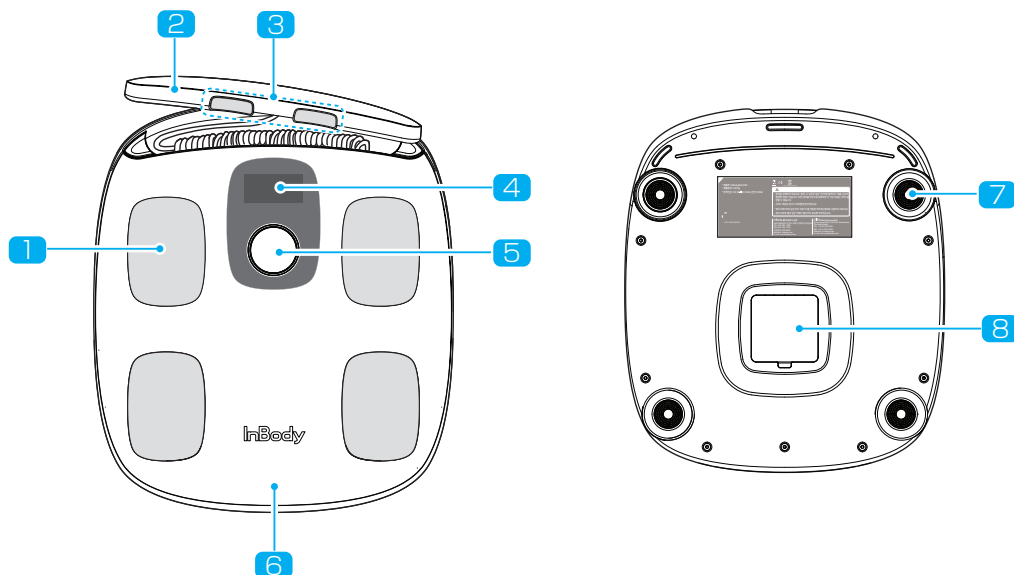
## 2 製品構成

### 2.1 製品構成

InBody Dial H30の製品構成は以下の通りです。付属品が全て揃っていることを確認してください。

- InBody Dial H30
- クイックマニュアル
- 単3形乾電池 - 4本

### 2.2 各部の名称と機能



- 1 足電極:** InBody測定時、微弱な電流を体内に流します。
- 2 ハンドル:** 測定時に手で掴む部分です。ハンドルはケーブルで本体と繋がっています。
- 3 手電極:** InBody測定時、微弱な電流を体内に流します。
- 4 ディスプレイ(LCD):** 測定状態及び結果が表示されます。
- 5 ダイヤルボタン:** 電源ON/OFFと身長入力、結果項目を確認するときに使用します。
  - ダイヤルボタンを押すと電源が入ります。
  - ダイヤルボタンを長押しすると電源が切れます。
- 6 踏み台:** 踏み台は体重計と繋がっています。
- 7 サポーター:** 体重を正確に測定するために、サポーターで水平を保ちます。破損すると体重が正確に測定できなくなります。
- 8 電池ボックス:** 電池を入れる部分です。カバーを開けると電池の挿入ができます。

## 3 使用準備

### 3.1 設置環境

- 室内使用に適した製品です。
- 硬く平らな安定した場所でご使用ください。傾斜や凹凸がなく、振動のない床に置いて使用する必要があります。絨毯や畳の上などで使用すると、正しく測定できない場合があります。
- 冷蔵庫、テレビ、電子レンジなど電波を発する電子製品と離して測定してください。電波を発する電子製品と離して測定してください。
- 温度や湿度、気圧が高すぎたり低すぎたりすると、製品の動作に影響する可能性があります。浴室などの湿度が高い場所では製品を使用しないでください。「9. 製品仕様」に示された動作環境で使用してください。

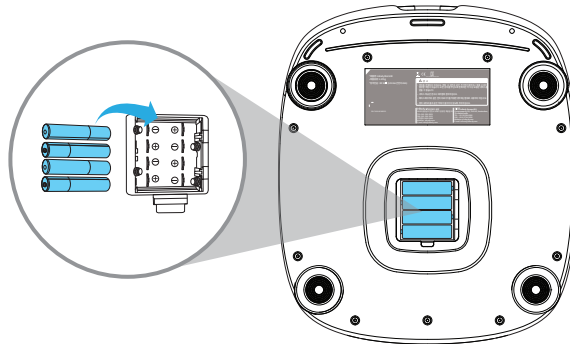
### 3.2 セットアップ



注意

単3形乾電池4本を使用し、向きが逆にならないように注意してください。電池の向きを逆に入れると製品内部回路に損傷を与え、電源が入らない場合があります。

- 1 電池ボックスのカバーを開け、乾電池を入れます。



- 2 カバーを閉めます。

#### 乾電池を交換する際の注意事項

- 乾電池の長期使用により発生し得る危険を減らすために、乾電池が古くなったら新しいものに交換してください。
- 最適な状態を保つため、乾電池4本すべてを同じモデルに統一してください。
- すべての乾電池の向きが正しく入っているか必ず確認してください。電池の向きを逆に入れると、機器の損傷や故障の原因となる場合があります。

## 3.3 InBodyアプリのダウンロード

InBodyアプリを使用すると、測定結果を記録し管理できます。

### 確認事項

- iOS 13.0以上、Android 7.0以上
- Bluetoothバージョン 5.0以上を搭載したスマートフォン
- InBodyアプリとInBody Dial H30を連動するには、スマートフォン端末のBluetooth機能を有効にする必要があります。

- 1 App Store、またはGoogle Playストアで「InBody」と検索してダウンロードしてください。
- 2 InBodyアプリを実行し、新規登録を行ってください。
- 3 新規登録完了後、[環境設定 > 製品設定]を選択して機器を登録してください。
  - 接続するには、製品の電源が入っている必要があります。
- 4 InBody Dial H30で登録するユーザーコードを設定してください。
  - ユーザーコードは後から修正、追加、削除できます。

## 3.4 使用者コードの登録、使用者の追加

使用者コードの登録や使用者追加はInBodyアプリでできます。

### 確認事項

- 使用者コードはアルファベット(大文字)、または数字の6桁以内で登録できます。
- InBodyアプリのアカウント1つで最大8名まで副使用者を登録することができます。
- 複数のアカウントを製品と連動して使用者コードを登録できます。
- InBodyアプリを実行し、[環境設定 > InBody Dial H30 > 接続ユーザー]を選択すると、製品に登録されている使用者を確認できます。
- 最初に使用者コードを登録してから、InBodyアプリで[+新規測定 > InBody Dial H30]を選択してください。その後、本人の使用者コードで測定すると使用者認識機能を使うことができます。詳細は「5.4 InBodyアプリ連動から測定」をご参考ください。
- アプリと連動して測定すると、製品の使用者認識機能により本人の使用者コードで測定ができます。ユーザー認識機能についての説明は、「5.1 使用者認識機能」をご参考ください。

### • InBodyアプリで初期登録時に使用者コードを設定する

InBodyアプリを実行し、InBody Dial H30とペアリング設定すると使用者コード登録ができます。

### • 使用者を追加する

InBodyアプリを実行し、[環境設定 > InBody Dial H30 > 接続ユーザー > + 追加 > 使用者追加]を選択すると使用者を追加できます。



- **副使用者のユーザーコード登録する**

InBodyアプリを実行し、[環境設定 > InBody Dial H30 > 接続ユーザー > + 追加]から登録されている副使用者を選択して、ユーザーコードを登録できます。

- **データを削除する**

InBodyアプリを実行し、[環境設定 > InBody Dial H30 > 接続ユーザー > 削除]で、登録されているユーザーコードを削除できます。ユーザーコードを削除すると製品に保存されているInBody測定データも削除されますので、削除する前にデータを同期してください。

## 3.5 Wi-Fi接続

Wi-Fi接続はInBodyアプリから行うことができます。

### 確認事項

- 接続するには、製品の電源が入っている必要があります。
- スマートフォンのBluetooth機能とWi-Fiが有効になっている必要があります。

- **InBodyアプリで新規登録時にWi-Fi接続**

InBodyアプリを起動して、[環境設定 > 製品設定 > InBody Dial H30]を選択してユーザーコード登録完了後、Wi-Fiを選択して設定できます。

- **製品登録後Wi-Fi接続**

InBodyアプリを起動して、[環境設定 > InBody Dial H30 > Wi-Fi 設定]からWi-Fiに接続できます。

### メモ

Wi-Fi接続後にユーザー認識機能でInBody測定を行った場合、同期作業をしなくてもアプリにデータが記録されます。

## 4 測定時の注意事項

### 4.1 測定時の注意事項

正確な測定結果を得るには、下記の注意事項を守って測定してください。

- **空腹状態で測定してください。**

飲食物の摂取は体重に影響して体成分にみなされるため、測定結果が不正確になる恐れがあります。また、飲食後は2時間程空けてから測定してください。

- **できるだけ午前中に測定してください。**

長時間立っていたり、座っていたりした状態から測定すると、体水分が下半身に移動するため、測定結果が不正確になる恐れがあります。

- **トイレを済ませてから測定してください。**

体内の残余物は体重や体成分に影響するため、測定結果が不正確になる恐れがあります。

- **運動前に測定してください。**

軽い運動でも体成分に一時的な変化を及ぼす可能性があります。

- **シャワー、サウナ、半身浴、入浴前に測定してください。**

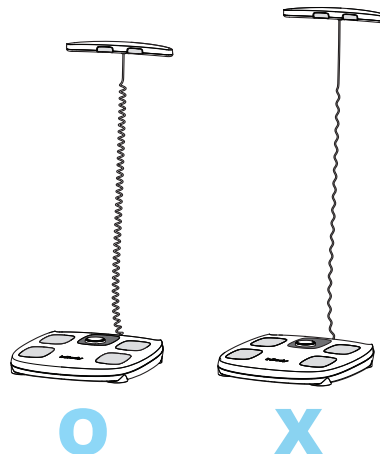
血流の変化や発汗は体成分を一時的に変化させるため、測定結果が不正確になる恐れがあります。

- **5分くらい起立した後から測定してください。**

長時間横になっていたたり、座っていたりした状態から測定すると、姿勢変化から体内の体水分が移動して、測定結果が不正確になる恐れがあります。

### 4.2 ハンドルの注意事項

ハンドルと本体を繋げているケーブルは、ある程度伸ばしても元に戻りますが、強く引っ張りすぎると戻らなくなり、故障につながる恐れがあります。ケーブル(ハンドル)を引っ張り過ぎないように注意してください。

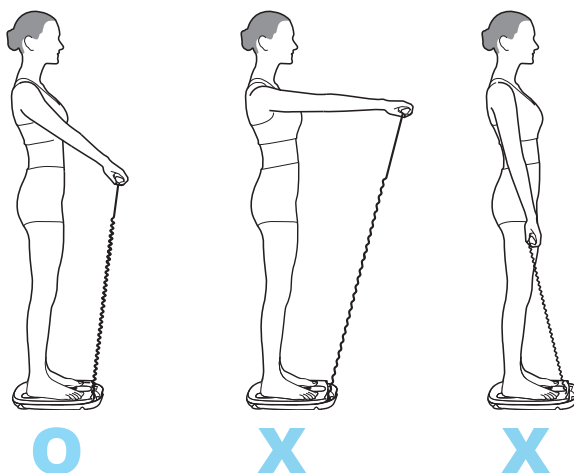


## 4.3 測定姿勢

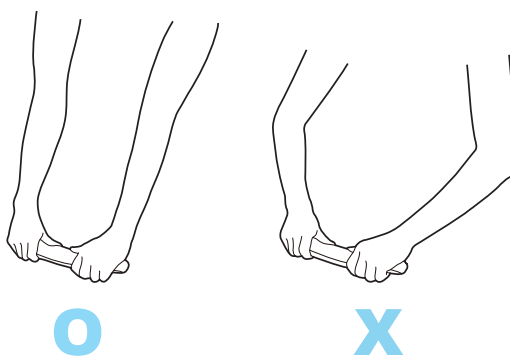
### 正しい姿勢(腕)

腕が体に接しないようにしてください。腕が体に触れる場合は、袖がある軽い服装で測定してください。

- 腕が体の一部に接したり、上げ過ぎたりしないでください。



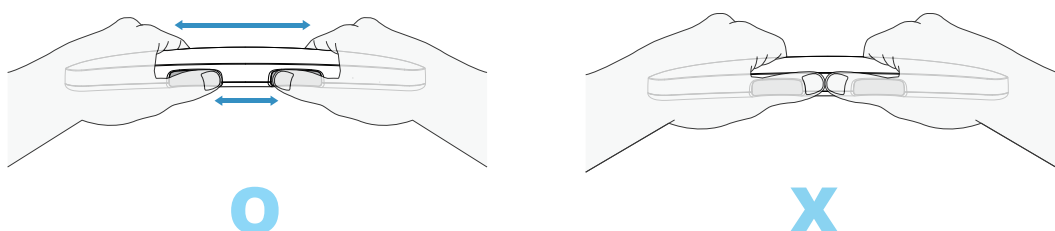
- 手電極を握って腕をまっすぐ伸ばしてください。



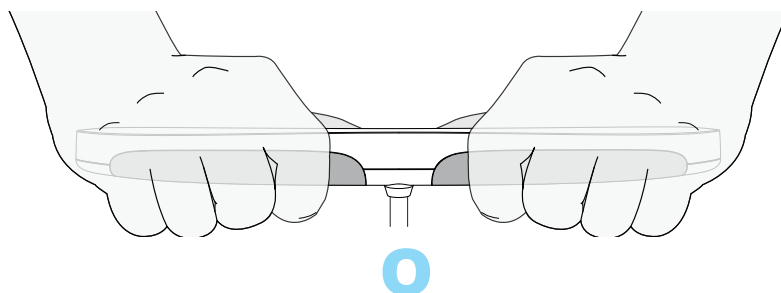
### 正しい姿勢(手)

ハンドルを握り、親指を手電極にそれぞれ当ててください。

- 両手が接しないようにしてください。

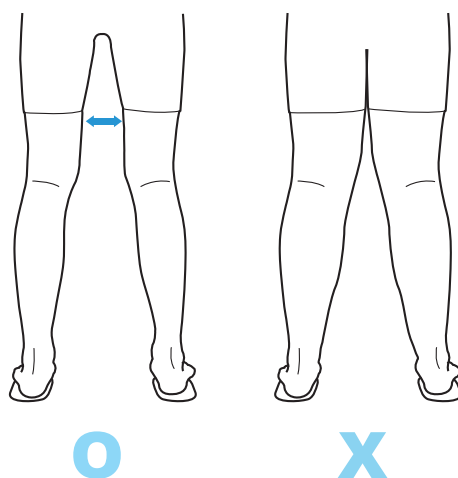


- 指がハンドルから離れないようにしてください。



### 正しい姿勢(脚)

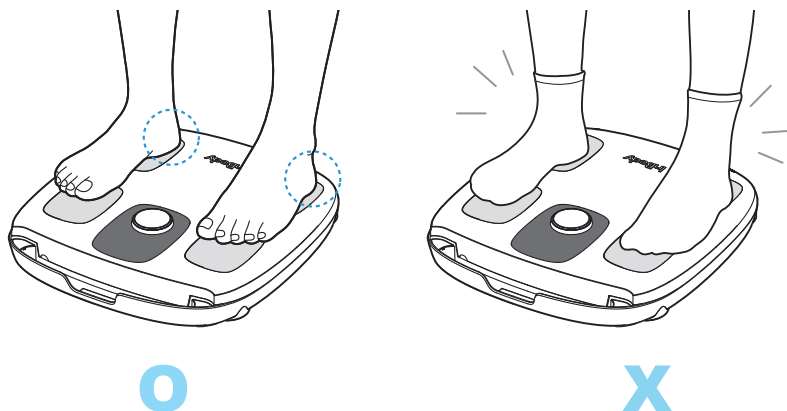
両脚が接しないようにしてください。両脚が接する場合は、長ズボンなどを履いて測定してください。



### 正しい姿勢(足)

裸足でかかとを電極に合わせて乗ってください。

- 靴下、タイツ、ストッキングなどを履いて測定しないでください。



- 両足が接しないようにしてください。
- 長ズボンを履いている場合は裾が足電極と足の間にはさまらないようにしてください。

手の平や足の裏がひどく乾燥していたり、足の角質が多いと、測定できないことがあります。この場合は手の平と足の裏をウェットティッシュなどで十分に拭いて測定してください。

# 5 InBody測定方法

## 5.1 使用者認識機能

### 確認事項

- 使用者認識機能を使用するには、製品をアプリと連動した後、使用者コードを登録する必要があります。使用者コードについては、「3.4 使用者コードの登録、使用者の追加」を参照してください。
- 使用者コードの登録後に、InBodyアプリで[+新規測定 > 測定開始]を選択して測定する使用者認識機能を使うことができます。

アプリから使用者コードを登録すると、本機に使用者が登録されます。InBody測定時に使用者が認識され、測定データは自動的に本機に保存されます。アプリと連動していないときに蓄積されたデータは、本機がアプリと連動した時に同期され、アプリにデータが転送されます。

1 踏み台を軽く押して電源を入れてください。

- 体重に異常があれば製品から下りて製品と床の間に異物がないか確認し、画面に「0.0」が表示されてから再び体重測定してください。
- 零点調節する前に製品が水平で固い床に置かれているか、床にマットや絨毯などが敷かれていないか確認してください。

2 体重測定が完了したら、ハンドルを握って測定姿勢をとってください。

3 認識された使用者コードを確認してください。



- 過去に測定したデータを分析し、認識された使用者コードを表示します。
- ダイヤルボタンを左右に回すと、別の使用者コードが選べます。
- 身長が変わった場合、アプリで修正できます。
- 下段のグラフは測定が始まるまでの残り時間(約8秒)を表示します。



4 登録されていない方が測定するときには、次のどちらかの手順に従ってください。

- a 身長を変更してから、体重測定後ダイヤルボタンを回して「Guest」を選択します。
- b 体重測定後に「Guest」を選択してダイヤルボタンを押した後、ボタンを回して身長を入力します。

ダイヤルボタンを押すか約8秒(「Guest」を選択して身長を入力した場合は約4秒)経過すると、測定が開始されます。

### メモ

- 体重とインピーダンスが同等の場合、他人の使用者コードが表示されることがあります。
- 使用者認識機能を使うと、身長を入力せずにInBody測定できます。
- 乾電池の交換後はアプリから本機に一度接続してください。使用者のプロフィールが本機と同期され、使用者認識機能が使えるようになります。

## 5.2 身長入力、体重計測からInBody測定

使用者コードが登録されている場合、身長を変更してInBody測定をすることができます。  
成長期の子供の場合、機器から身長を変更してInBody測定ができます。

### メモ

- 登録した身長を変更するには、アプリの使用者設定から身長を変更する必要があります。使用者コードの詳細は、「3.4 使用者コードの登録、使用者を追加する」を参照してください。
- ユーザー認識機能を使うには、使用者コード登録後にInBodyアプリと連動して測定する必要があります。
- アプリに登録した身長と3cm以内であれば、機器から身長を変更して測定が可能です。
- 登録した身長を変更する場合、InBodyアプリを起動して[右上のニックネーム > 使用者設定]から修正できます。

### 身長入力からInBody測定

- 1 ダイアルボタンを押して電源を入れてください。
- 2 ダイアルボタンを左右に回して身長入力してください。
  - 前回入力した身長がある場合は、前回の測定で使用された身長が表示されます。
  - 身長入力した後、ダイアルボタンを押すか約4秒経過すると、体重測定する画面に移ります。
- 3 画面に「0.0」と表示されたら、素足で踏み台に乗ってください。
- 4 測定姿勢を取ってください。

体重測定が完了すると、確定された体重が点滅され、測定が開始されます。
- 5 認識された使用者コードを確認してください。
  - 入力された身長から±3cm以内の使用者コードのみ表示されます。
  - 入力された身長から±3cm以内の使用者コードがない場合、ゲストとして測定できます。
  - 身長を変更して測定した場合、アプリ同期時に登録されている身長を変更するか確認画面が表示されます。

## 体重計測からInBody測定

- 1 踏み台を軽く押して電源を入れてください。
  - 体重を測定した後、ダイヤルボタンを押すと、身長を入力する画面に移動します。
  - 体重に異常があれば製品から下りて製品と床の間に異物がないか確認し、画面に「0.0」が表示されてから再び体重測定してください。
  - 零点調節する前にInBody Dial H30が水平で固い床に置かれているか、床にマットや絨毯などが敷かれていないか確認してください。
- 2 体重測定が終わったら、ダイヤルボタンを左右に回して身長を入力してください。
  - ディスプレイには、前回の測定で使用された身長が表示されます。
  - 身長を入力した後、ダイヤルボタンを押すか約4秒経過すると、使用者認識の画面に移ります。ハンドルを握り、測定姿勢を取ってください。
- 3 認識された使用者コードを確認してください。
  - 入力された身長から±3cm以内の使用者コードのみ表示されます。
  - 入力された身長から±3cm以内の使用者コードがない場合、ゲストとして測定できます。
  - 身長を変更して測定した場合、アプリ同期時に登録されている身長を変更するか確認画面が表示されます。

### メモ

製品から身長調整する場合、0.5cm単位で変更可能です。正確な身長を設定するには、InBodyアプリの使用者設定 > プロフィールから入力してください。

## 5.3 使用者認識が使用できない場合

**アプリから製品登録と使用者コード登録を行ってください。**

- 1 アプリで使用者登録を行わずに測定した場合
  - 使用者認識を有効化する場合は、アプリで製品登録を行い、使用者コードを登録してください。その後、アプリと連動して測定する必要があります。
  - 上記の画面でダイヤルボタンを押すと、身長入力後にInBody測定を行うことができます。ただし、測定結果は機器とアプリに保存されません。

**バッテリーが交換されました。使用者認識を使用するには、アプリからInBody測定を行ってください。**

- 2 電池を交換した後、アプリと連動しないで測定した場合
  - 電池を交換した場合、測定日時を保存するためアプリと連動して時間を合わせる必要があります。
  - アプリと連動して測定を1回実施するか、InBodyアプリで[環境設定 > InBody Dial H30]を選択して機器と接続すると解決されます。

## 5.4 InBodyアプリ連動から測定

### 確認事項

InBodyアプリとInBody Dial H30を連動するには、スマートフォン端末のBluetooth機能を有効にする必要があります。

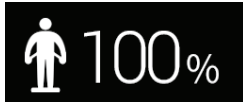
- 1 InBodyアプリを実行してください。
- 2 InBodyアプリで[+新規測定 > InBody Dial測定開始]を選択した後、使用者コードを選択してください。
- 3 画面に「0.0」が表示されたら、ハンドルを握り、裸足で踏み台に乗り、測定姿勢を取ってください。  
体重測定が完了すると、確定した体重が点滅し、測定が開始されます。



## 6 測定結果の確認方法

### 6.1 測定の実行と完了

InBody測定は約15秒間で行われます。  
測定が完了すると、画面に100%と表示されます。



100%と表示されたら、踏み台から降りてください。  
結果項目は4秒ごとに次の項目に進み、2回繰り返されます。

- ダイヤルボタンを回すか短く押すと、前の結果項目に戻して確認できます。
- ダイヤルボタンを長押しすると、電源が切れます。

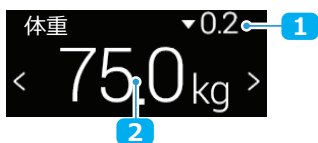
#### 確認事項

結果項目が2回繰り返された後、またはダイヤルボタンを回してから1分間操作がないと、電源が切れます。

### 6.2 画面構成

InBody Dial H30は、体重、骨格筋量、体脂肪率の結果と一緒に「低・標準・高」の評価棒グラフを確認できます。より詳しい結果は、アプリで確認できます。

#### 体重・骨格筋量・体脂肪率・内臓脂肪レベル



- 1** 前回測定との増減値 (▲: 増加、▼: 減少、-: 変化なし)      **2** 測定値

#### 体重・骨格筋量・体脂肪率の「低・標準・高」の評価棒グラフ



- 1** 「低・標準・高」の評価棒グラフ      **2** 標準範囲

#### メモ

前回測定値との増減値と「低・標準・高」の評価棒グラフの画面は、使用者認識機能またはアプリで測定すると確認できます。

### 6.3 測定結果の説明

体重管理のために運動や食事制限を行うと筋肉量と体脂肪量が変わります。InBody測定を行うことによって筋肉量や体脂肪量の変化を持続的にモニタリングすることができ、体成分が適切に変化しているかを確認できます。

#### 体重

体を構成している体成分(水分量・タンパク質量・ミネラル量・体脂肪量)の重さの合計です。

#### 骨格筋量

筋肉は心臓筋・内臓筋・骨格筋に分けることができますが、InBody Dial H30で表示される筋肉量は骨格筋量(Skeletal Muscle Mass)を意味します。骨格筋量は筋肉の中でも運動によって鍛えられる筋肉であり、腕と脚の筋肉は全て骨格筋で構成されています。筋肉は同じ重さの体脂肪と比べると体積が小さいため、同じ体重でも筋肉と体脂肪の割合によって体型が異なります。これが同じ体重でも筋肉量が多いとスリムな体型に見える理由でもあります。

#### 体脂肪率<sup>1</sup>

体重は同じでも体重を構成している体成分の割合は人によって異なります。InBody測定によって算出された体脂肪率は肥満評価の参考に使用できます。体脂肪率の標準範囲は男性10.0～20.0%、女性18.0～28.0%です。18歳未満の小児の場合は性別と身長によって標準体脂肪率が異なります。

#### 内臓脂肪レベル

脂肪は分布している箇所によって内臓脂肪、皮下脂肪に分けられます。内臓脂肪レベルはこれらの中で、腹部の内臓脂肪を1から20までレベルで表示したものです。内臓脂肪レベルが10以上の場合は、内臓脂肪型肥満と言い注意が必要です。

---

<sup>1</sup> 1. Robert D.Lee, David C. Nieman, Nutritional Assessment (2nd edition), p. 264, 1990.  
2. George A. Bray, MD. Contemporary Diagnosis and Management of Obesity, p.13, 1998.  
3. L.Kathleen Mahan, Sylvia Escott Stump. Krause s FOOD, NUTRITION, & DIET THERAPY (10th edition), p. 488, 1991.  
4. Judith E. Brown, Nutrition Now, p. 93 - 95, Wadsw orth Publishing Company, 1999.  
5. Samuel J. Fomon, et al.(1982): Body Composition of reference children form birth to age 10 years. The American Journal of Clinical Nutrition: 35, 1169 1175

# 7 お手入れと保管方法

## 7.1 製品管理



注意

- ハンドルを過度に引っ張らないようご注意ください。「4.2ハンドルの注意事項」をご参考ください。
- ハンドルには磁石が内蔵されており、金属の粉などの異物が付いていることがあります。異物が付いている場合は、柔らかい布で拭いてください。
- 製品の上に物を置かないようにしてください。
- 製品の下に物がないようにしてください。体重測定が不正確になる可能性があります。
- 製品で足を挟まないように注意してください。怪我をする恐れがあります。
- 飲食物などが製品内部に入らないようご注意ください。電子部品に重大な損傷を与える可能性があります。

## 7.2 清掃方法



警告

- 伝染性の疾病の方が装置に接触したり、測定した場合は柔らかい布と消毒用アルコールなどで製品を拭いてください。
- 消毒液を使用する際は製品に液体が入らないようご注意ください。InBodyの故障や漏電による感電の恐れがあります。



注意

- 手電極と足電極を洗剤で直接拭かないでください。製品内部に入ると腐食して故障する可能性があります。
- シンナー、ベンゼンなどの有機溶剤が含まれた洗剤は使用しないでください。製品表面を損傷する恐れがあります。
- 柔らかい布で製品に付着した異物を拭き取ってください。
- 汚れがひどい場合は、中性洗剤を薄めた水を布に含ませ、固く絞ってから汚れを拭き取ってください。

## 7.3 保管方法



注意

- 湿気の多い場所、直射日光が当たる場所に保管しないでください。変形や故障の原因になります。
- 長期間保管するときは、電池を取り出し、包装してから保管してください。
- 急激な温度変化のない乾燥した場所に保管してください。

## 8 トラブルシューティング

### 8.1 エラーメッセージ

使用中に問題が発生すると、関連するエラーメッセージがLCDに表示されます。以下は代表的なエラーメッセージと対処方法です。

[関連エラーメッセージ] C51H、C61H、S21E、S00A、A11E、A21E

測定条件が満たされていないときに表示されるメッセージです。靴下やストッキングを脱ぎ、手電極と足電極の接触状態を確認してから、もう一度測定してください。測定ができない場合は、下記の対応をご確認ください。

- 手足をウェットティッシュで拭き、肌の乾燥状態が改善してから測定してください。
- 周りに電子機器がないところに移動して測定してください。
- 単3形乾電池4本をすべて新しいものに交換してから測定してください。

上の措置で解決しない場合は、カスタマーセンター(0120-900-369)にお問い合わせください。

#### メモ

- 手の平や足の裏がひどく乾燥していたり、足の角質が多かったりした場合、測定エラーが出る恐れがあります。ウェットティッシュなどで十分に拭いて測定してください。
- 金属製のインプラントは体水分より伝導率が高いため、測定結果に影響する可能性があります。

### バッテリーが不足している場合



バッテリー残量が少ない、または放電していると表示されます。単3形乾電池4本をすべて新しいものに交換してください。

### Wi-Fi接続が一時的に切断された場合



Wi-Fi接続が切断された場合に表示されます。Wi-Fi接続状態を確認してください。



Wi-Fi接続できているが、一時的な通信エラーにより測定値を送信できない場合に表示されます。

メモ

- Wi-Fi通信エラーが発生しても測定データは製品に記録されます。その場合はInBodyアプリで同期ボタンを押すと、測定データがアプリに同期されます。
- Wi-Fi通信エラーにより製品に保存されたデータは、Wi-Fi接続が復旧されるとすべて送信されません。
- Wi-Fi接続を円滑に行うために、InBody Dial H30とWi-Fiルーターは距離を近づけ、障害物がないか周囲の環境を確認してください。

## 8.2 トラブルシューティング

以下は製品使用中に起こり得る問題と対処方法です。下記の対処方法で問題が解決しない場合は、カスタマーセンター(0120-900-369)へお問い合わせください。

[受付時間] 平日9:00~18:00(土・日・祝日は休み)

InBody測定ができず、「親指とかかとをご確認ください。」というメッセージが表示されます。

- 手の平と足の裏をウェットティッシュで十分に拭いてから測定してください。手の平や足の裏が乾燥していたり、足の角質が多かったりすると、測定エラーが発生する恐れがあります。
- 正しい測定姿勢になっているか確認してから、もう一度測定してください。腕が体のどこかに接したり、両脚が接する場合、測定に影響を与える可能性があります。正しい姿勢を取り、ハンドルはお腹の高さに持って測定してください。正しい測定姿勢については「4.3 測定姿勢」を参照してください。
- 測定する場所を変えてください。電子機器やBluetooth製品が密集している場所や真上に蛍光灯がある場所は、電磁波ノイズの影響で測定に影響する可能性があります。

ダイヤルボタンを押しても電源が入りません。

- 電池の向きを確認してください。電池が正しく挿入されていない可能性があります。
- 電池を交換してください。電池が完全に消耗されている可能性があります。

体重測定値がおかしいです。

- 体重に異常があれば製品から下りて、製品と床の間に異物がないか確認し、画面に[0.0]が表示されてから再び体重を測定してください。
- 本機の四隅を押してがたつきがない状態か確認してください。カーペットやマットの上で体重測定を行うと、正しく測定できない場合があります。硬く平らな床に置いて測定してください。
- 本機裏面のサポーターに異物の付着や破損がないか確認してください。サポーターに異物の付着や破損が見られる場合、体重測定に影響を与えます。
- 床面に凸凹や傾斜がないか、本機が押し付けられたところがないか確認してください。本機が傾いていたたり本機裏面のサポーターが異物で押し付けられていたりすると、正しく測定できない場合があります。

## 8.3 よくある質問

**質問:** 測定結果がおかしいです。毎回少し差がありますが正しい結果ですか。

**回答:** 測定中に手や足が電極から離れていたり、測定姿勢が正しくなかった場合に発生します。「4.3 測定姿勢」を参照して測定時は正しい姿勢を維持してください。手足が乾燥している方はタオルなどを濡らし、手の平や足の裏を十分に拭いてから測定してください。また、1日の中でも体成分は多少変化(日内変動)するため、できる限り同じ時間帯・同じ条件で測定してください。  
例) 朝食前にトイレを済ませてから軽い服装で正しい姿勢で測定する。

**質問:** 測定時に腕と体や両脚が接するのですが、結果には関係ありませんか。

**回答:** 部位ごとに測定するため、測定中に腕が体の一部や両脚が接すると結果に影響します。この場合、袖がある軽い服装で測定すると正確な結果が得られます。

**質問:** 内臓脂肪レベルの基準を教えてください。

**回答:** 内臓脂肪レベルは内臓脂肪の断面積をレベルで表した値で、1から20まで測定することができます。成人の場合、内臓脂肪レベルが10を超えると注意が必要です。

**質問:** InBody点数は何ですか。

**回答:** InBody点数は、標準体重に対する標準体脂肪量と標準除脂肪量を求め、計測された体脂肪量と除脂肪量の差を点数化したものです。基本的に体脂肪が多ければ点数が下がり、除脂肪量(筋肉量)が多ければ点数が上がります。点数は身体の絶対的な順位を表すものではなく、ダイエットのモチベーションを上げるために弊社独自で定める基準です。参考としてご活用ください。

**質問:** 身長が正確に分かりませんが、適当に入力しても大丈夫ですか。

**回答:** 身長は測定値に影響を及ぼすため、正確に入力してください。身長が正しく入力されていないと、体成分の算出で誤差が起きるため、正しい結果が得られません。

**質問:** アプリに測定結果を転送できなかったのにLCD画面が消えます。結果をもう少し長く表示することはできますか。

**回答:** 使用者認識をしてInBody測定を行うとデータが本機に保存されます。測定する度にアプリと連動しなくても、後からアプリと連動するとことで、全ての測定データが転送できます。測定結果の表示画面は、最後の操作から1分経過すると電源が切れます。電源が切れる前にダイヤルボタンを回すと、表示期間を延長することができます。

**質問:** 製品で標準範囲を確認するにはどうしたらよいですか。

**回答:** 製品で標準範囲を確認するには、使用者認識、またはアプリから測定を開始する必要があります。

**質問:** 機器の効果音はどうやって切りますか。

**回答:** InBodyアプリで[環境設定>製品]から設定した後、機器効果音をON/OFFに設定することができます。



**質問:** 使用者認識とは何ですか。

**回答:** 使用者認識機能とは、身長を入力しなくても体重を測定した後にInBody測定姿勢を取ると、登録した使用者を識別してInBody測定できる機能です。項目ごとの増減値と、体重、体脂肪率、骨格筋量の「低・標準・高」の評価棒グラフを製品で確認ができます。また、使用者認識によりInBody測定をすると、最大15件の測定データを製品に保存できます。測定データは後でアプリと連動して記録することができます。

\*本体に保存できるデータ件数は、使用者別に15件まで保存できます。

**質問:** 使用者認識はどうやって使いますか。

**回答:** 使用者認識機能を使うには、製品をアプリと連動させた後に使用者コードを登録する必要があります。使用者コードが登録されたか確認してください。使用者認識を使ったInBody測定方法は、「5.1 使用者認識機能」をご参考ください。

**質問:** 使用者認識はどのような基準でしますか。

**回答:** 使用者認識は、測定した体重と過去の測定データを比較して、体重5kg範囲内の使用者を認識します。体重の近いデータが複数ある場合はインピーダンス値を測定して使用者を認識します。体重とインピーダンスが同等の場合、他人の使用者コードが表示されることがあります。

**質問:** 測定データはいくつまで保存され、保存期間はどのくらいですか。

**回答:** 合計20名分の使用者コードを登録でき、1人につき最大15件の測定データを保存できます。測定データが15件を超過すると、一番古いデータから削除されます。データ保存期間は制限がありません。

**質問:** 製品とアプリが接続されません。

**回答:** 製品とアプリを接続する時、InBody Dial H30の電源が入っているか確認してください。

\*InBodyアプリと製品を接続するにはスマートフォンのBluetooth機能が有効になっている必要があります。iOS13.0以上、Android7.0以上、Bluetooth5.0以上のスマートフォンと接続できます。

**質問:** 乾電池はどのくらいの期間持ちますか。

**回答:** 4人家族で1日1回InBody測定をした場合(1日4回)、Wi-Fi未使用時は8ヶ月程度、Wi-Fi使用時は6ヶ月程度使用できます。

\*4人家族で1週間に1回測定した場合(1週間に4回)、Wi-Fi未使用時は9ヶ月程度、Wi-Fi使用時は8ヶ月程度使用できます。

\*1人で1日1回測定を仮定した場合、Wi-Fi未使用時は9ヶ月程度、Wi-Fi使用時は8ヶ月程度使用できます。

**質問:** 体重の零点調節はどうなってますか。

**回答:** InBody Dial H30は、電源が入ると自動で零点調節をします。この時、水平でなかったり重さが加わると正しく零点調節ができないことがあります。硬くて平らな床に製品を置き、ハンドルが定位置の状態ダイヤルボタンを押して電源を入れます。身長値を確認してからダイヤルボタンをもう一度押して体重が0.0kgであることを確認してからお使いください。

**質問:** InBodyアフターサービスはどのように申し込みますか。

**回答:** 下記のInBodyカスタマーセンターにお問い合わせください。  
受付時間は平日9:00～18:00(土・日・祝日は休み)となります。

[フリーアクセス] 0120-900-369

[Eメール] [customer-support@inbody.co.jp](mailto:customer-support@inbody.co.jp)

InBody製品の保証期間は購入から1年です。保証期間内であってもお客様の帰責事由により発生した件については有償対応になることがあります。



## 9 製品仕様

生体電気インピーダンス (BIA)測定項目	3種類の周波数(5kHz、50kHz、200kHz)で、5つの部位別(右腕、左腕、体幹、右脚、左脚)にインピーダンス(Z)を測定
電極方式	8点接触式電極法
測定方法	部位別直接多周波数測定法(Direct Segmental Multi-frequency Bioelectrical Impedance Analysis Method、DSM-BIA方式)
体成分算出	統計補正(人種、性別、年齢、体型)の排除
結果項目(LCD画面)	体重、骨格筋量、体脂肪率、内臓脂肪レベル
結果項目(アプリ)	体重、骨格筋量、体脂肪量、BMI、体脂肪率、ウエストヒップ比、内臓脂肪レベル、筋肉量、InBody点数、体型評価、筋肉均衡(上下均衡)、基礎代謝量、成長曲線
測定時間	約15秒
動作環境	[温度] 10~40℃ [湿度] 30~75%RH [気圧] 70~106kPa
保管環境	[温度] -10~70℃ [湿度] 10~85%RH [気圧] 50~106kPa(結露がないこと)
ひょう量及び目量	[計量範囲] 5~150kg [目量] 100g
計量精度	[5kg以上~75kg以下] ±100g [75kg越え~100kg以下] ±200g [100kg越え~150kg以下] ±300g
身長範囲	110~220cm
測定対象年齢	6歳以上
電源	DC 6V(1.5V 単3形乾電池×4本)
表示画面	2.25 inch TFT LCD
装置寸法	W318×L361×H56mm
装置重量	2.5kg

- \* 上記の仕様は、事前の予告なしに変更される場合があります。
- \* 0.0~5.0kgまでは精度保証範囲外になります。
- \* 体重(kg)以外の指標は当社独自の推定式を用いています。

# 10 製品保証

## 製品保証

- 保証期間内に自然故障が発生した場合、無償で対応いたします。
- 明記されていない事項については、株式会社インボディ・ジャパンまでお問い合わせください。
- 故障や損傷が発生した場合は、InBodyカスタマーセンターにお電話(0120-900-369)、またはEメール(customer-support@inbody.co.jp)からお問合せください。

製品名	体組成計 InBody Dial	型番	H30
ご購入日		保証期間	お買い上げ日から1年

## 保証期間

製品購入日の確認ができない場合は、製造年月日より3か月が経過した日から保証期間を計算します。

- 部品保有期間: 3年

## 保証内容

保証内容	保証期間以内	期間終了後
購入後10日以内に正常な使用状態で発生した性能・機能上の不具合により、修理を要するとき	交換または返金	有償修理
購入後1か月以内に正常な使用状態で発生した性能・機能上の不具合により、修理を要するとき	交換または無償修理	有償修理

保証内容	保証期間以内	期間終了後
修理可能	同じ瑕疵により3回まで故障が発生したとき	無償修理
	同じ瑕疵により4回目の故障が発生したとき	交換または返金
修理不可能	修理依頼日から1か月以内に引き渡せないとき	交換または返金
	修理用部品がなくて修理できないとき	交換または返金

## 保証規定

次のような状況で本製品の内容を変更、または損傷させた場合、製品保証の対象外となります。

- お客様ご自身で分解した場合
- 製品動作を無断で変更した場合
- InBodyが指定する修理スタッフ以外の第三者が製品を修理した場合
- お客様の過失により故障した場合
  - お客様の取扱不注意による故障及び損傷(落下、浸水、衝撃、破損、無理な作動など)
  - ユーザーマニュアルに記載された使用方法と注意事項を守らなかったことによる故障及び損傷
- その他の場合
  - 天災(火災、水害、地震など)による故障

