

OMRON

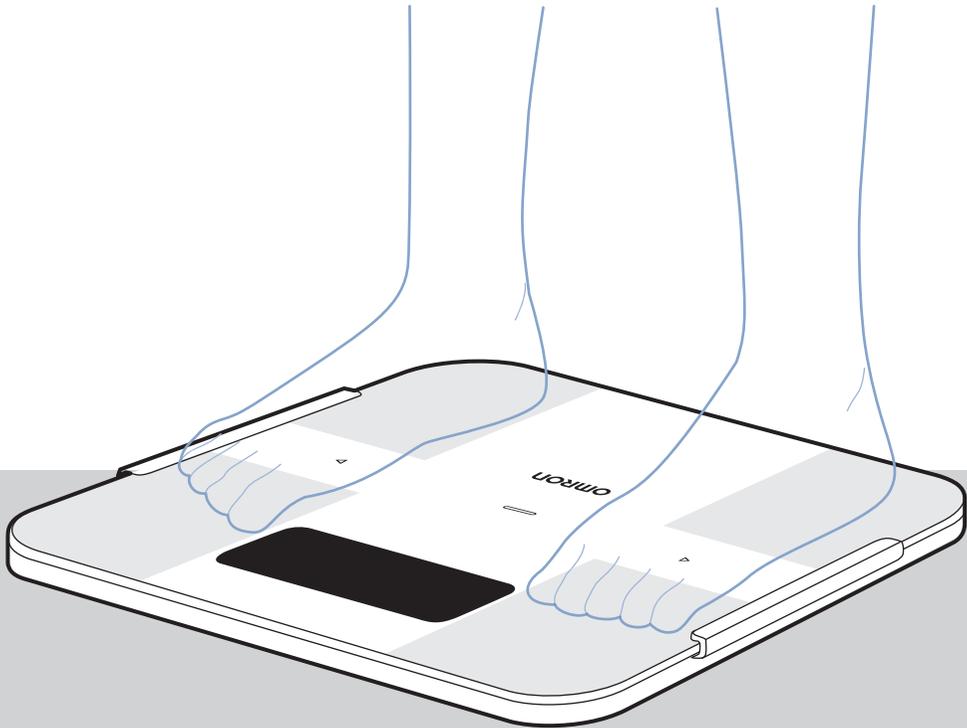
オムロン 体重体組成計

KRD-608T2

KRD-603T2

Karada Scan

取扱説明書



正しく測るために、必ず本書をお読みください。

取扱説明書は
Webからいつでも
確認できます。



このたびは、オムロン製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。

- 安全に正しく使用するため、使用する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使用してください。
- 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。

「OMRON connect」アプリのご紹介

本製品で測定した測定記録は、スマートフォンに転送することで「OMRON connect」アプリからいつでも確認できます。



www.omronconnect.com/

「OMRON connect」アプリでできること

いつでも体重、体脂肪率などの測定記録を確認できる

- スマートフォンに転送したデータはいつでも「OMRON connect」アプリから確認できます。

傾向を分析できる

- 過去の測定結果をグラフで確認でき、体の変化に気づくことができます。



本体の表示項目を変更できる

- 測定結果の表示項目の表示／非表示を設定したり、表示順を変更したりできます。

「OMRON connect」アプリは「App Store」または「Google Play」からダウンロードできます。(P11)



本製品でできること



「OMRON connect」アプリを使って、
スマートフォンで測定記録を管理できます。

👉 P11

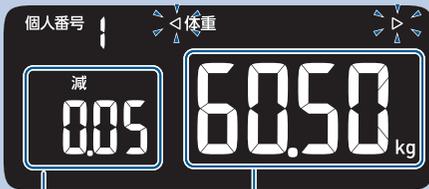
本体に乗るだけで個人データをもとに個人番号を推定

個人番号に合わせて測定値を保存

👉 P20



測定値から
個人番号を
推定



増減値

現在値

体重は、前回値からの増減が表示されるので、すぐに変化を確認できる

👉 P21

赤ちゃんやペットなどの体重が測定できる
(体重引き算機能)

👉 P35



目次

最初に	入っていますか?	4
	安全上のご注意	5
	各部の名前	7
	電池を入れる	9
	アプリを使用する場合 「OMRON connect」アプリに個人データを登録する	11
	アプリを使用しない場合 初期設定をする	13
アプリを使用しない場合 個人データを登録する	15	
測定する	測定原理と特長	17
	正しく測定するために	18
	体重体組成を測定する	20
	体組成の指標	23
記録を見る	前回の測定記録を見る	28
保管とお手入れ	保管とお手入れ	29
必要なときに／ 困ったときは	個人番号を選んで測定する	31
	記録しないで測定する	32
	体重だけを測定する	34
	体重引き算機能を使う	35
	個人データを変更・削除する	37
	電池を交換する	39
	アプリを使用する場合 通信設定を削除する	40
	おかしいな?と思ったら	41
	体重体組成測定Q&A	44
	サポート情報	46
仕様	47	
	保証規定／品質保証書	裏表紙

入っていますか？

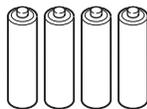
次のものがすべて揃っていることを確認してください。

本体



お試し用電池（単4形アルカリ乾電池4個）

- お試し用です。測定できる回数は新しい電池よりも少ない場合があります。



取扱説明書（本書：品質保証書付き）

• 不足しているものがありましたら、オムロン お客様サービスセンターにご連絡ください。（☎ 裏表紙）

安全上のご注意

使用する前に必ずお読みください。ここに示した内容は、製品を安全に正しく使用し、使用する人や他の人々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。

危険・警告・注意について

 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害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、家屋や家財および家畜やペットに関わる拡大損害を示します。

危険

下記の医療機器との併用は、絶対しないください。

- ペースメーカーなどの植込み型医療機器
- 人工心肺などの生命維持用医療機器
- 心電計などの装着型医療機器
(誤動作により、生命に著しい障害をもたらす原因になります。)

警告

- 乳幼児などの手の届くところに保管しないでください。
(電池など小さな部品を飲み込み、窒息や傷害に至ることがあります。)
- 本機は電波を発信します。航空機内や病院など、無線通信が禁止された場所で使用しないでください。
(危険や誤動作の原因になります。)
- 本体を倒したり落としたり、上にものを落とすなど、本体に強い衝撃を与えないでください。
- 本体に飛び乗らない、本体の上で跳ねたりしない、本体の端に乗らないでください。
- 体や床がぬれていたり、すべりやすいところでは使用しないでください。
(衝撃によるガラスの破損や転倒などにより、けがの原因になります。また、本体の故障により、正しく測定できないことがあります。)
- 身体の不自由な人には1人で使用させないでください。
(転倒などにより、けがの原因になります。)

注意

- 減量や運動療法などを自己判断で行わないでください。
(健康を害する原因になります。医師や専門家の指導を受けてください。)
- 測定中に本体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。
(誤動作の原因になります。)
- 本体を分解したり、改造したりしないでください。
(本体の故障や破損、けがの原因になります。)
- 指定外の場所や条件で保管したり、使用したりしないでください。
(正しく測定できないことがあります。)
- 業務用(病院など)では使用しないでください。
(家庭用計量器の基準に適合しています。業務用に要求される機能は備えていません。)

! 注意

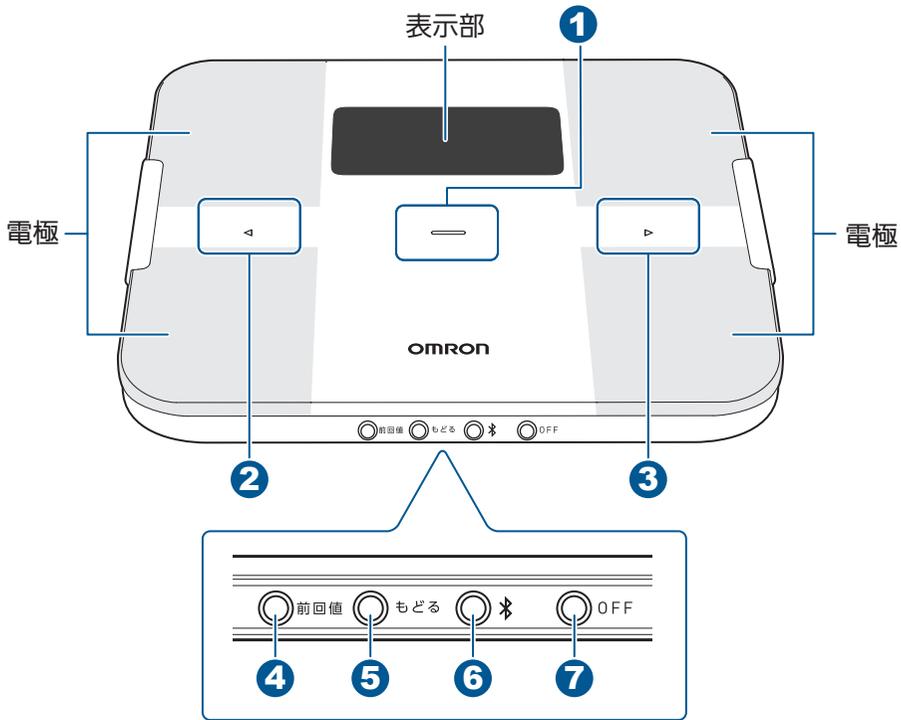
- 推奨期限の過ぎた電池を使用しないでください。
(けがの発生や本体故障の原因になります。)
- 電池の ⊕ ⊖ 極を間違えて入れないでください。
- 指定外の電池を使用しないでください。
- 新しい電池と古い電池を混ぜて使用しないでください。
- 銘柄の異なる電池を混ぜて使用しないでください。
- 電池を使い切ったときや長期間（3 カ月以上）使用しないときは、電池を本体内に入れたままにしないでください。
- 電池の液が目に入ったら放置しないでください。すぐに多量の水で洗い流し、医師の指導を受けてください。

データ通信について

- 本製品には、電波法に基づく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が組み込まれています。本製品を改造したり、無線設備に記載されている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。
- 本機を本機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、本機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、本機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ことも考えられます。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。

各部の名前

本体



1		〔決定/ON〕ボタン	電源を入れたり、値を決定するときに押します。 電源を切るときに3秒以上押します。
2		〔前へ〕ボタン	測定結果を確認するときや個人番号を選ぶとき、個人データを設定するときなどに押します。
3		〔次へ〕ボタン	測定結果を確認するときや個人番号を選ぶとき、個人データを設定するときなどに押します。
4		〔前回値〕ボタン	前回値を確認するときに押します。
5		〔もどる〕ボタン	個人データを変更・削除するときに押します。
6		〔通信〕ボタン	手動で測定記録を転送するときに押します。 「OMRON connect」アプリに本製品を登録するときに3秒以上押します。
7		〔OFF〕ボタン	電源を切るときに押します。

表示部



1		体重マーク	体重のみの測定時に表示されます。
2		親子マーク	体重引き算機能開始時に表示されます。
		子どもマーク	体重引き算機能の体重差表示時に表示されます。
3		電池残量マーク	電池残量が少なくなると、  マークが点滅表示されます。
			電池残量がなくなり、電池交換が必要になると、「A1」と  マークが常時表示されます。 同じ銘柄の単4形アルカリ乾電池と交換してください。 (☞ P9) 電池残量が十分の場合、このマークは表示されません。
4		通信お知らせマーク	転送されていない測定記録が多くなると点滅表示または常時表示されます。(☞ P42)
5		通信マーク	機器登録時、または測定記録の転送中に表示されます。
6			体脂肪率判定、骨格筋率判定、内臓脂肪レベル判定が表示されます。(☞ P23)

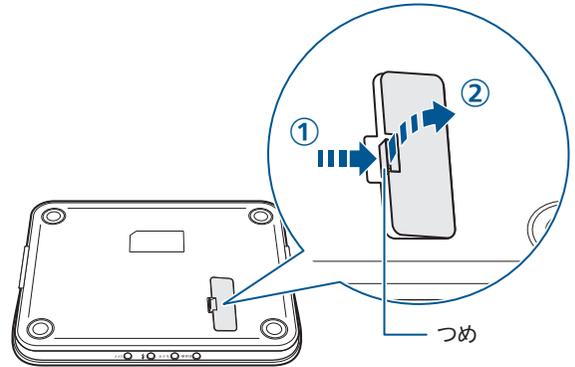
操作の説明で、表示部の  は数値、文字、シンボルが点滅している状態を示しています。

電池を入れる

本製品は単4形アルカリ乾電池を使用します。マンガン乾電池や充電式電池は、使用回数が極端に短くなったり、誤動作の原因になったりするため、使用しないでください。

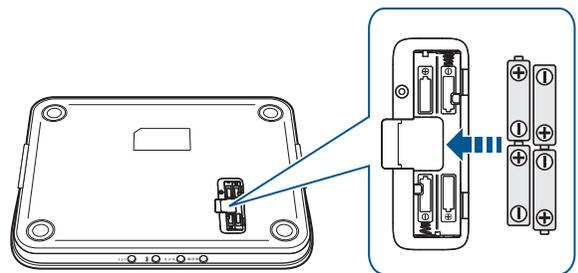
1 本体底面の電池カバーを外す

- つめを押し上げて、電池カバーを外してください。



2 電池を本体の表示に合わせて入れる

- ばねの出ているほうが⊖です。
- 電池を押さえて、しっかり入っていることを確認してください。



3 電池カバーを閉める

- カチッと音がするまで閉めてください。

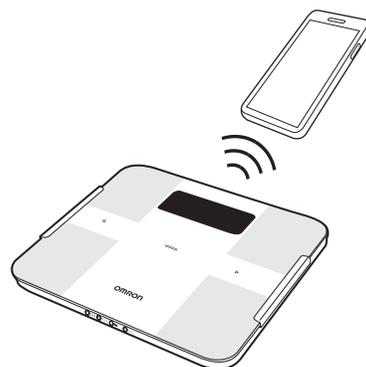
-
- 電池寿命は約6カ月です。
(単4形アルカリ乾電池使用時、1日4回測定、当社試験条件による)

**「OMRON connect」アプリを
使用する場合 と 使用しない場合 によって
設定手順が異なります。**

「OMRON connect」アプリについては、P1を参照してください。

**● 「OMRON connect」アプリを使用する場合
(おすすめ)**

「「OMRON connect」アプリに個人データを登録する」
(☞P11) に進んでください。



● 「OMRON connect」アプリを使用しない場合

「初期設定をする」(☞P13) に進んでください。



「OMRON connect」アプリに個人データを登録する

本製品は本体だけでも体重、体組成を測定できますが、「OMRON connect」アプリをスマートフォンにインストールすることで、スマートフォンに測定記録を転送し、お手元で体重、体組成の傾向を分析できます。インストール後、本製品を「OMRON connect」アプリに登録し、初期設定（地域番号）、個人データの登録（個人番号、生年月日、性別、身長）を行います。

「OMRON connect」アプリを使用しない方は、「初期設定をする」(P13) から設定を始めてください。

1 スマートフォンの「設定」からBluetoothを「オン」にする

2 スマートフォンに「OMRON connect」アプリをインストールする

- 以下のいずれかの方法でアプリをインストールしてください。

ウェブサイトにアクセスする



<https://www.omronconnect.com/setup>

「App Store」または「Google Play」で と検索する



3 「OMRON connect」アプリを開き、本製品を登録する

- 「OMRON connect」アプリの指示に従って登録を進めてください。
- すでにアプリを使用している場合は、以下の手順で本製品を登録してください。

- (1) 「OMRON connect」アプリ画面下部の  アイコンをタップする
- (2) 「機器の追加」をタップし、画面の指示に従う

「OMRON connect」アプリへの登録は以上で完了です。続いて、現在の体重、体組成を個人データとして登録します。

4 本体に静かに乗る

- 体重の測定を開始します。

正しい測定方法を確認して
から測定してください。
(P18)

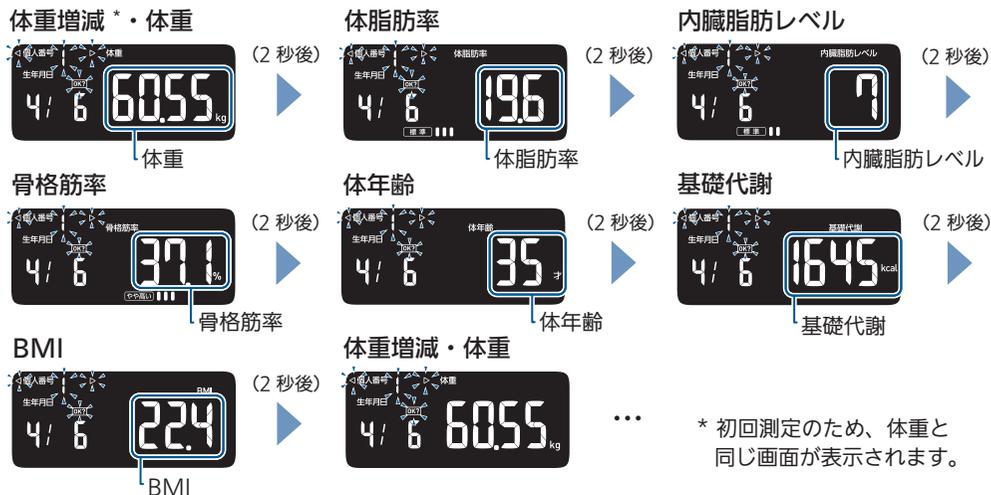


5 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる

- 本体の表示部に個人番号が表示されます。



- 約1秒後、以下のように測定結果が表示されます。(表示は自動で切り替わります。)



6 個人データの登録で設定した個人番号を選ぶ

- 個人番号は生年月日と合わせて確認してください。
 - 本体の ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して個人番号を選びます。
 - 本体の ⇨ [決定/ON] ボタンを押して決定します。
- 次の測定で個人番号が推定できるように個人の体重と体組成のデータを記録します。

以上で個人データの登録は完了です。

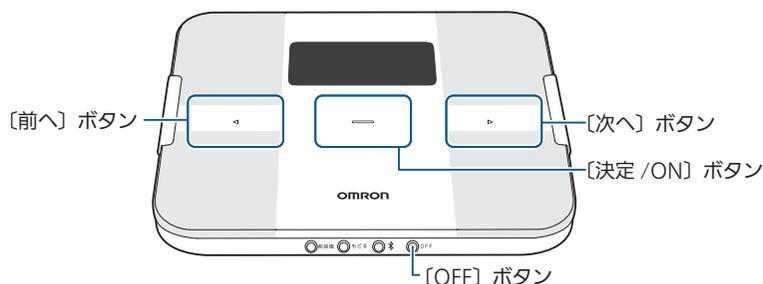
7 本体の [OFF] ボタンを押して、電源を切る

- 本体の ⇨ [決定/ON] ボタンを3秒以上押し続けても電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約30秒後に電源が自動で切れます。
- 個人データを修正したり、削除したりするには「個人データを変更・削除する」(P37)を参照してください。

- 1台のスマートフォンで1人分の測定記録を管理します。
4人分の測定記録を管理する場合、個人番号ごとにそれぞれ1台のスマートフォンを用意してください。
- 「OMRON connect」アプリをスマートフォンにインストールして本製品を登録すると、体重と体組成を測定後、測定記録は自動的にスマートフォンに転送されます。
- スマートフォンの位置情報の設定をオンにしておく必要があります。
- 測定記録が自動的にスマートフォンに転送されるタイミングは以下のとおりです。
 - 個人番号を決定したあと
 - 測定後1時間以内
 - 個人番号を決定していなくても、約30秒間操作せずに電源が自動で切れたとき

初期設定をする

初めて使用するときや電池を交換したときは初期設定をしてください。
初期設定は地域番号、日付、時刻の順に行います。



地域番号を設定する

重力加速度の影響を補正するため、地域番号を設定します。

1 [決定/ON] ボタンを押す

- 電源が入り、地域番号「3」が点滅します。



2 次の表から地域番号を選ぶ

- ◀ [前へ] ボタン、▶ [次へ] ボタンを押して地域番号を選びます。
- ⏏ [決定/ON] ボタンを押して決定します。

地域番号を決定すると、「日付と時刻を設定する」に移ります。

地域番号	お住まいの地域
1	北海道
2	青森県、岩手県、秋田県、宮城県、山形県
3	福島県、新潟県、栃木県、群馬県、茨城県、千葉県、神奈川県、埼玉県、東京都（伊豆諸島、小笠原諸島を除く）、山梨県、長野県、福井県、富山県、石川県、岐阜県
4	静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、山口県、広島県、岡山県、鳥取県、島根県、香川県、徳島県
5	愛媛県、高知県、長崎県、福岡県、佐賀県、熊本県、大分県、宮崎県、伊豆諸島（東京都）
6	鹿児島県
7	沖縄県、小笠原諸島（東京都）

※ 離島にお住まいの方は、近い緯度の地域を選んでください。

- お住まいの地域とは異なる地域番号を選ぶと、正しい測定はできません。

日付と時刻を設定する



西暦年（日付）を設定する

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「西暦年」を変更します。
- ⇐ [決定/ON] ボタンを押して「西暦年」を決定します。



月（日付）を設定する

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「月」を変更します。
- ⇐ [決定/ON] ボタンを押して「月」を決定します。



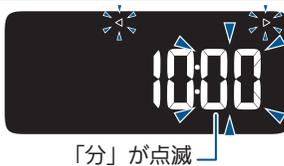
日（日付）を設定する

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「日」を変更します。
- ⇐ [決定/ON] ボタンを押して「日」を決定します。



時（時刻）を設定する

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「時」を変更します。
- ⇐ [決定/ON] ボタンを押して「時」を決定します。



分（時刻）を設定する

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「分」を変更します。
- ⇐ [決定/ON] ボタンを押して「分」を決定します。

- 「分」を決定すると、設定した「地域」、「年月日」、「時・分」が表示されたあとに電源が自動で切れます。

- 設定中に数値を間違えた場合は、[OFF] ボタンを押して電源を切り、⇐ [決定/ON] ボタンを押して「地域番号を設定する」の手順1から操作し直してください。

- **地域番号、日付、時刻を設定したあとに数値を修正する場合は**、以下の手順に従って修正してください。

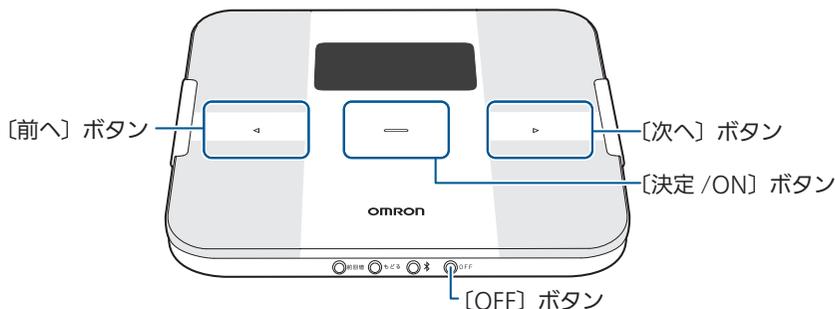
- (1) 電池をいったん抜く
- (2) 約20秒以上経過してから、再度電池を入れる
- (3) ⇐ [決定/ON] ボタンを押して「地域番号を設定する」の手順1から操作し直す

- 設定中に何も操作しない状態が1分以上続くと、電源が自動で切れます。⇐ [決定/ON] ボタンを押して「地域番号を設定する」の手順1から操作し直してください。

個人データを登録する

測定した体重体組成を個人別に保存するには、個人データ（個人番号、生年月日、性別、身長）をあらかじめ登録しておく必要があります。

本製品は、**最大4人**の個人データを登録できます。



1 〔決定/ON〕ボタンを押す

- 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。



2 個人番号 (no.1~4) を選ぶ

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して登録したい個人番号を選びます。
- 〻 [決定/ON] ボタンを押して決定します。

3 生年月日を設定する

	<h4>西暦年を設定する</h4> <ul style="list-style-type: none">• ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「西暦年」を変更します。• 〻 [決定/ON] ボタンを押して「西暦年」を決定します。
	<h4>月を設定する</h4> <ul style="list-style-type: none">• ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「月」を変更します。• 〻 [決定/ON] ボタンを押して「月」を決定します。
	<h4>日を設定する</h4> <ul style="list-style-type: none">• ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「日」を変更します。• 〻 [決定/ON] ボタンを押して「日」を決定します。

4 性別を設定する



- ◀ [前へ] ボタン、▶ [次へ] ボタンを押して「男」または「女」を選びます。
- ⏎ [決定/ON] ボタンを押して性別を決定します。

5 身長を設定する



- ◀ [前へ] ボタン、▶ [次へ] ボタンを押して身長を変更します。
設定範囲は100.0 ~ 199.5 cmです。(0.5 cm単位)
- ⏎ [決定/ON] ボタンを押して身長を決定します。

- 「身長」を決定すると、設定した「生年月日」、「性別・年齢」、「身長」が表示されたあとに「0.00 kg」と表示されます。

6 本体に静かに乗る

- 体重の測定を開始します。

正しい測定方法を確認してから測定してください。
(☞ P18)



7 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる

- 以下のように測定結果が表示されます。(表示は自動で切り替わります。)

<p>体重増減*・体重</p>  (2秒後)	<p>体脂肪率</p>  (2秒後)	<p>内臓脂肪レベル</p>  (2秒後)
<p>骨格筋率</p>  (2秒後)	<p>体年齢</p>  (2秒後)	<p>基礎代謝</p>  (2秒後)
<p>BMI</p>  (2秒後)	<p>体重増減・体重</p>  (2秒後)	<p>...</p>

* 初回測定のため、体重と同じ画面が表示されます。

- 次の測定で個人番号が推定できるように個人の体重と体組成のデータが記録されます。

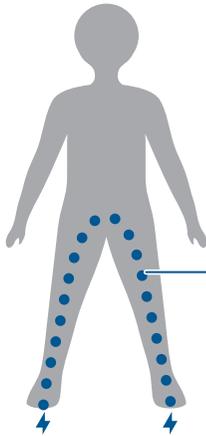
以上で個人データの登録は完了です。

8 [OFF] ボタンを押して、電源を切る

- ⏎ [決定/ON] ボタンを3秒以上押し続けても電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約30秒後に電源が自動で切れます。
- 別の個人データを登録するときは、手順1から操作してください。
- 個人データを修正したり、削除したりするには「個人データを変更・削除する」(☞ P37)を参照してください。

測定原理と特長

本製品は、測定時に両足の間に微弱な電流を流して、体の電気抵抗を測定する方法を利用しています。



体に流す電流：

非常に微弱（50 kHz、500 μ A）ですので、
ビリビリと刺激を感じるようなこともなく、
体にも安全です。

人間の体を構成する組織のうち、電気を通しやすいのは水分の多い組織（例えば筋肉や血管など）で、脂肪組織は電気をほとんど通しません。この特性を利用して、脂肪とそれ以外の組織の割合を推定しています。

両足間の電気抵抗から体組成データを得るために、次の5項目の情報から当社が独自に作り上げた推定式を用いています。

1. 電気抵抗値
2. 身長
3. 体重
4. 年齢
5. 性別

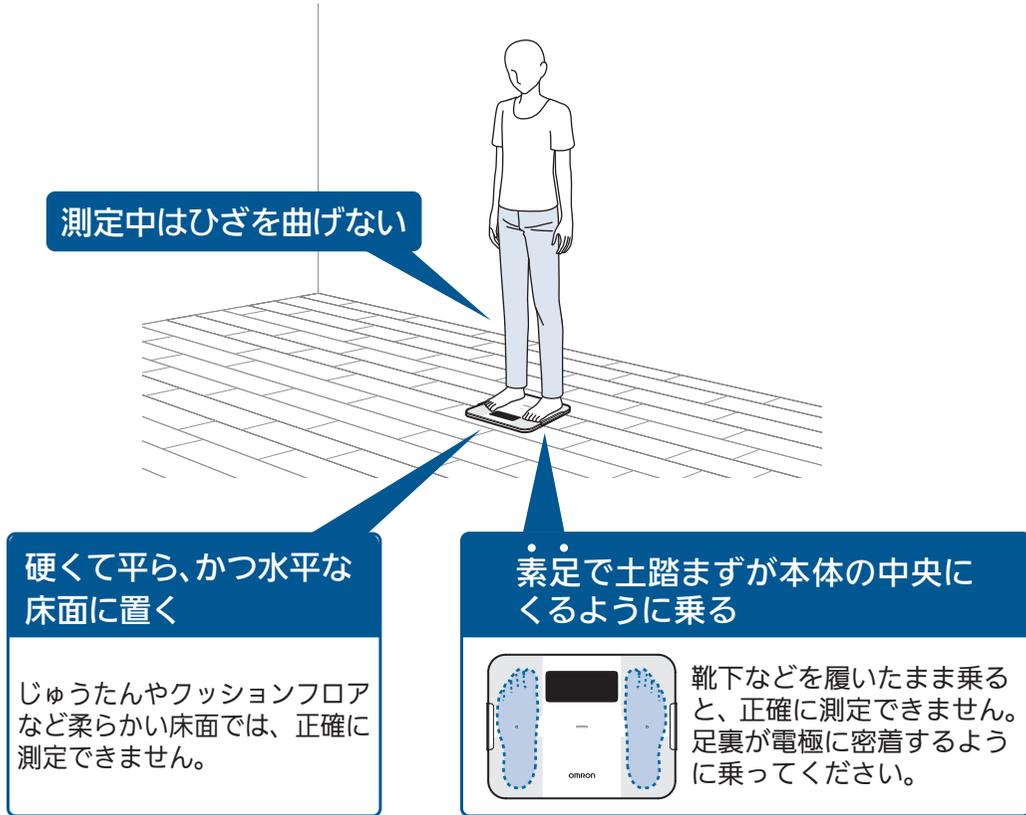
より正確な測定ができるように、それぞれの体組成測定に最適な方法や測定装置で基礎データを収集しています。

基礎データ	収集方法
体脂肪率	プールに潜り空気を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を算出する方法で収集
基礎代謝	呼気中の成分を分析する装置を用いて、安静時の酸素消費量を計測する方法で収集
内臓脂肪レベル	X線CT (Computed Tomography) 装置を用いて、撮影した腹部のへそ位置の輪切り画像から内臓脂肪面積を算出する方法で収集
骨格筋率	MRI (磁気共鳴画像診断装置) を用いて体の組織を画像化し、断面画像を分析する方法で収集

正しく測定するために

正しく測定するために、次の事項を守ってください。

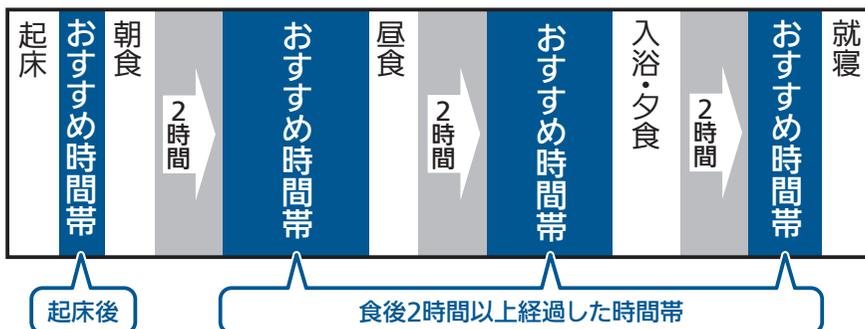
正しい測定方法を確認する



測定に適した時間帯

次の時間帯が測定に適しています。

- 起床後、朝食前
- 朝食後2時間以上経過した昼食前
- 昼食後2時間以上経過した夕食前
- 入浴・夕食後2時間以上経過した就寝前

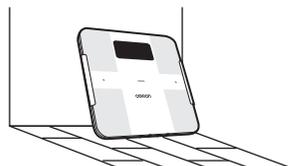


本体を設置する

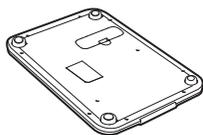
本製品は、本体に乗っていないときの重さが「0 kg」になるように、定期的に補正しています。本体を設置するときは、硬くて平ら、かつ水平な床面に置くようにしてください。

「0 kg補正」が必要な場合

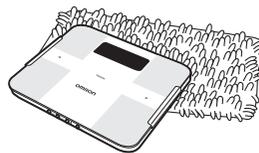
次のような状態で置いていた場合は、実際とは異なる体重値が表示されることがあるため、「0 kg補正」が必要です。



立てかけた状態



裏返した状態

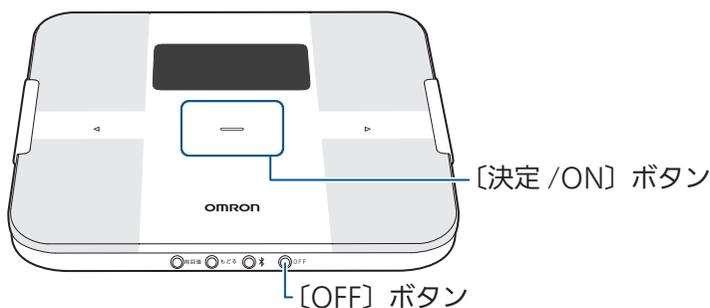


ものの上に
本体が乗った状態

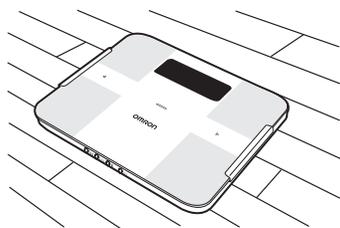


本体の上に
ものを置いた状態

「0 kg補正」をする



- 1 本体を硬くて平ら、かつ水平な床面に置く



- 2  [決定/ON] ボタンを押して電源を入れる

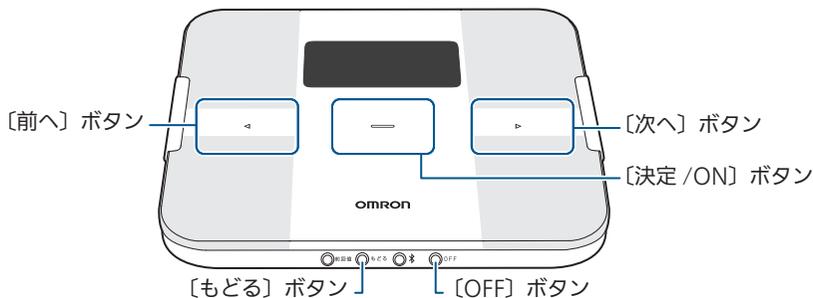
- 3 床に置いたまま、[OFF] ボタンを押して電源を切る

-  [決定/ON] ボタンを3秒以上押しても電源を切ることができます。
- 測定は電源を切って5秒以上待ってから行ってください。

体重体組成を測定する

本製品は本体に乗るだけで電源が入り、測定を開始します。

測定結果は個人番号を確定したあとで本体記録メモリに保存されます。本体記録メモリには個人番号ごとに**最大30回分**の測定結果を記録できます。



1 電源が切れている状態で、本体に静かに乗る

- 硬くて平ら、かつ水平な床面に置いていなかったときは、「0 kg補正」をしてください。(☞ P19)
- 本体に乗ると電源が入り、体重の測定を開始します。

正しい測定方法を確認して
から測定してください。
(☞ P18)



2 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる

- 推定された個人番号と測定結果（体重、体脂肪率、内臓脂肪レベル、骨格筋率、体年齢、基礎代謝、BMI）が表示されます。測定結果の表示は自動で切り替わります。

3 推定された個人番号が合っているかを確認する

- 本製品は体重と体組成から自動的に個人番号を推定します。ただし、体形が似ている人や体重の近い人が測定すると、正しい個人番号が表示されない場合があります。
- 個人データの登録時に設定した自分の個人番号、生年月日になっているかどうかを確認してください。

推定された個人番号



生年月日

- 個人番号が異なる場合は、◀ [前へ] ボタン、▶ [次へ] ボタンを押して個人番号を選んでください。

変更例) 個人番号を「3」、生年月日を「10月28日」で登録している場合



▶ [次へ] ボタンを2回押す

4 〔決定/ON〕ボタンを押して個人番号を決定する

- 個人番号を決定すると、測定結果が本体記録メモリに保存されます。
- 個人番号を間違えて決定すると、正しい体組成値が表示されません。
個人番号を間違えて決定してしまったときは、〔もどる〕ボタンを押して、◀〔前へ〕ボタン、▶〔次へ〕ボタンを押して個人番号を選び直してください。

5 測定結果を確認する

- 次の順番で測定結果の表示項目が表示されます。表示は自動で切り替わります。



- ◀〔前へ〕ボタン、▶〔次へ〕ボタンを押しても見たい表示項目に切り替えられます。(ボタンを押すと、自動で切り替わらなくなります。)
- 表示部左側の「前回」と表示されている値は、前回値(前回測定された値)を示しています。



- 測定結果の表示項目は以下のとおりです。



体重増減

前回測定した体重との増減値を左側、現在測定した体重を右側に表示します。

体重が増えているときは「増」、減っているときは「減」と表示されます。

▼ (2秒後)



体重

体重を表示します。

▼ (2秒後)



体脂肪率 (P23)

体重のうち、体脂肪の重さが占める割合を判定結果とともに表示します。

▼ (2秒後)



内臓脂肪レベル (P26)

内臓のまわりについている脂肪面積のレベル値を判定結果とともに表示します。

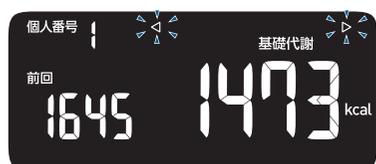
▼ (2秒後)



(2秒後)



(2秒後)



(2秒後)



骨格筋率 (☞ P24)

体重のうち、骨格筋の重さが占める割合を判定結果とともに表示します。

体年齢 (☞ P27)

基礎代謝をもとに算出した体の年齢を表示します。

基礎代謝 (☞ P25)

生命維持に必要なエネルギーを表示します。

BMI (☞ P23)

肥満度を判定する数値を表示します。

- 理想体重はBMI「22」のときです。

- 「OMRON connect」アプリを使用している場合は、測定記録をスマートフォンに自動で転送します。転送中、表示部には通信マークが表示されます。



- 項目の表示／非表示、表示順は「OMRON connect」アプリで変更できます。詳しくは「OMRON connect」アプリの「ヘルプ」を参照してください。

6 [OFF] ボタンを押して電源を切る

- ≡ [決定/ON] ボタンを3秒以上押しでも電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約30秒後に電源が自動で切れます。

- 測定記録が30回を超えると、最も古い測定記録から順に削除されます。
- 「OMRON connect」アプリを使用している場合、以下のことを確認してください。
 - スマートフォンの「設定」で、Bluetoothが「オン」になっていること
 - 本体とスマートフォンとの距離が5 m以内であること

体組成の指標

BMI

BMIとは、「Body Mass Index」（＝体格指数）の頭文字「B・M・I」をとったもので、肥満度を判定する国際的な基準です。性別に関わらず、BMI18.5以上25未満が「普通体重」、25以上が「肥満」と判定されます。

BMIは、次の式で算出されます。BMIは、体重と身長だけで求められるため、筋肉量が多くて体重の重い運動選手などは、BMIが参考にならないことがあります。

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

体脂肪率

体脂肪率とは体重のうち、体脂肪の重さが占める割合のことです。

体脂肪というと、何となく悪者のイメージがありますが、エネルギーを貯蔵したり、内臓を保護したりと、いろいろな役目を果たしています。高すぎる体脂肪率が健康によくありませんが、低すぎてもよくありません。標準の体脂肪率を目指しましょう。

本製品の体脂肪率判定は、次の表に基づいて表示します。

体脂肪率		判定		
男性	女性	4段階	12段階	表示
5.0 ~ 6.6 %	5.0 ~ 9.9 %	低い	1	
6.7 ~ 8.3 %	10.0 ~ 14.9 %		2	
8.4 ~ 9.9 %	15.0 ~ 19.9 %		3	
10.0 ~ 13.2 %	20.0 ~ 23.2 %	標準	4	
13.3 ~ 16.5 %	23.3 ~ 26.5 %		5	
16.6 ~ 19.9 %	26.6 ~ 29.9 %		6	
20.0 ~ 21.6 %	30.0 ~ 31.6 %	やや高い	7	
21.7 ~ 23.3 %	31.7 ~ 33.3 %		8	
23.4 ~ 24.9 %	33.4 ~ 34.9 %		9	
25.0 ~ 33.3 %	35.0 ~ 39.9 %	高い	10	
33.4 ~ 41.7 %	40.0 ~ 44.9 %		11	
41.8 ~ 50.0 %	45.0 ~ 50.0 %		12	

参考: 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

骨格筋率

骨格筋率とは、体重のうち、骨格筋の重さが占める割合です。骨格筋は、体を動かすときに使う筋肉で、運動などで鍛える（増やす）ことができます。

筋肉は体を動かしていないときも、1日中エネルギーを消費して熱を作り出します。これが基礎代謝の体温維持に役立っています。筋肉量が減れば1日のエネルギー消費量も少なくなります。自分の基礎代謝を知り、継続的に運動をして筋肉（骨格筋）量を維持・増大していくことが大切です。

本製品の骨格筋率判定は、次の表に基づいて表示します。

骨格筋率		判定		
男性	女性	4段階	12段階	表示
5.0 ~ 14.2 %	5.0 ~ 11.8 %	低い	1	
14.3 ~ 23.5 %	11.9 ~ 18.8 %		2	
23.6 ~ 32.8 %	18.9 ~ 25.8 %		3	
32.9 ~ 33.7 %	25.9 ~ 26.5 %	標準	4	
33.8 ~ 34.7 %	26.6 ~ 27.2 %		5	
34.8 ~ 35.7 %	27.3 ~ 27.9 %		6	
35.8 ~ 36.2 %	28.0 ~ 28.2 %	やや高い	7	
36.3 ~ 36.7 %	28.3 ~ 28.6 %		8	
36.8 ~ 37.3 %	28.7 ~ 29.0 %		9	
37.4 ~ 41.5 %	29.1 ~ 36.0 %	高い	10	
41.6 ~ 45.7 %	36.1 ~ 43.0 %		11	
45.8 ~ 60.0 %	43.1 ~ 60.0 %		12	

測定する

体組成の指標

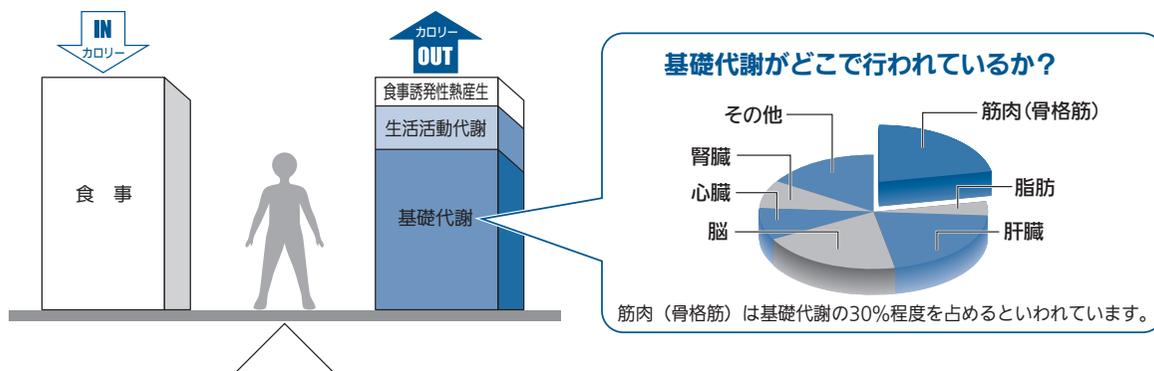
基礎代謝

基礎代謝とは、体温維持や呼吸、心臓を動かすなど、生命維持に必要なエネルギー消費のことです。24時間じっとしていても、この基礎代謝に相当するエネルギーが消費されます。

1日のエネルギー消費量は、次の3つを合計したものです。

基礎代謝	生命維持に必要なエネルギー
生活活動代謝	通勤、仕事、家事、趣味などの生活活動で消費するエネルギー
食事誘導性熱産生	食事にともない消費されるエネルギー

基礎代謝は1日のエネルギー消費の6～7割を占めています。



下表の基準値は基礎代謝の目安です。本製品は、個人の体重と体組成の測定結果をもとに基礎代謝を算出します。

年齢(才)	男性			女性		
	基礎代謝基準値 (kcal/kg/日)	参照体重 (kg)	基礎代謝量 (kcal/日)	基礎代謝基準値 (kcal/kg/日)	参照体重 (kg)	基礎代謝量 (kcal/日)
1～2	61.0	11.5	700	59.7	11.0	660
3～5	54.8	16.5	900	52.2	16.1	840
6～7	44.3	22.2	980	41.9	21.9	920
8～9	40.8	28.0	1,140	38.3	27.4	1,050
10～11	37.4	35.6	1,330	34.8	36.3	1,260
12～14	31.0	49.0	1,520	29.6	47.5	1,410
15～17	27.0	59.7	1,610	25.3	51.9	1,310
18～29	24.0	63.2	1,520	22.1	50.0	1,110
30～49	22.3	68.5	1,530	21.7	53.1	1,150
50～69	21.5	65.3	1,400	20.7	53.0	1,100
70以上	21.5	60.0	1,290	20.7	49.5	1,020

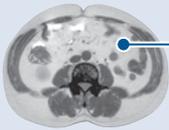
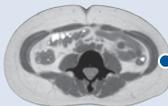
厚生労働省：日本人の食事摂取基準（2015年版）

内臓脂肪レベル

内臓脂肪レベルとは、内臓のまわりにつく脂肪面積の大きを自社データに基づいてレベル化したものです。

体脂肪は、次のように内臓脂肪と皮下脂肪に分けられます。

内臓脂肪が多いと、健康障害の危険性が高まるため、注意しましょう。

	内臓脂肪	皮下脂肪
X線CTで撮影した画像		
特徴	内臓脂肪は、血中に脂肪を増やして高脂血症を生じさせたり、インスリンの働きを邪魔して糖尿病の原因になるなど、健康障害と関係が深いことがわかっています。	皮下脂肪とは皮膚の下に蓄積される脂肪で、エネルギーをためたり体温を保つなどの役目を果たしています。病気とは直接的には関係が薄いとされています。

本製品の内臓脂肪レベル判定は、次の表に基づいて表示します。

内臓脂肪レベル	判定		
	3段階	9段階	表示
1～6	標準	1	<input type="checkbox"/> 標準
7		2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 標準
8～9		3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 標準
10～11	やや高い	4	<input type="checkbox"/> やや高い
12		5	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> やや高い
13～14		6	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> やや高い
15～16	高い	7	<input type="checkbox"/> 高い
17		8	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 高い
18～30		9	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 高い

測定する

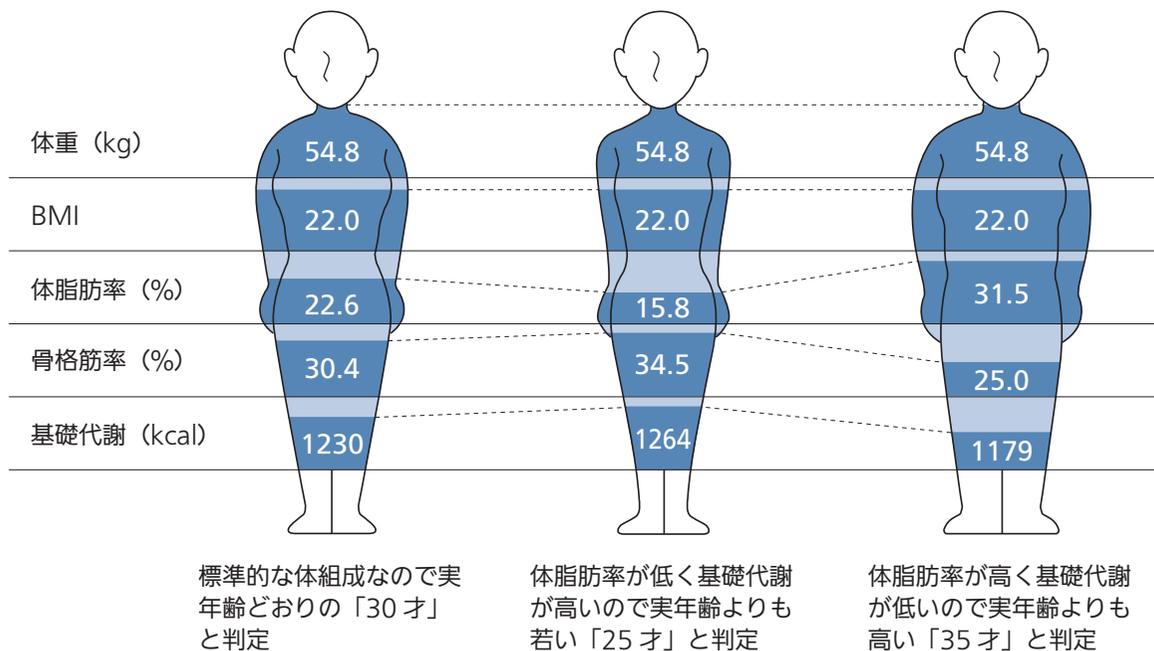
- 体脂肪率が低くても、内臓脂肪レベルが高い場合もあり、逆に体脂肪率が高くても、内臓脂肪レベルが低い場合もあります。
- 内臓脂肪レベルはあくまでも目安です。医学的診断については、医師にご相談ください。

体年齢

体年齢は、基礎代謝をもとに算出しています。基礎代謝は体重、体脂肪率、骨格筋率などを総合して算出しているの
で、体年齢が実年齢より上か下かで総合的な判断の目安になります。

下のイラストは、実年齢30才、身長158 cm、体重54.8 kgの女性の判定例です。

同じ年齢、同じ身長、同じ体重でも基礎代謝によって体年齢は変わります。



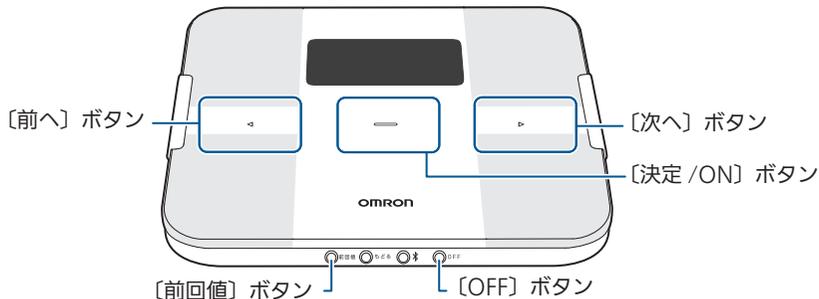
- 体組成計に関する知識を当社ホームページでご紹介しています。

<https://www.healthcare.omron.co.jp/product/hbf/guide/01.html>



前回の測定記録を見る

本体では1回前の測定記録だけを見ることができます。



1 電源が切れている状態で [前回値] ボタンを押して、電源を入れる

2 個人番号を選択する

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して確認したい個人番号を選びます。



3  [決定 / ON] ボタンを押して個人番号を決定する

- 1回前の測定記録が表示されます。

4 前回値を確認する

- ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して、確認したい測定結果（体重、体脂肪率、内臓脂肪レベル、骨格筋率、体年齢、基礎代謝、BMI）に切り替えてください。



5 [OFF] ボタンを押して電源を切る

-  [決定 / ON] ボタンを3秒以上押しても電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約1分後に電源が自動で切れます。

保管とお手入れ

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。故障の原因になります。

- 水のかかるところ
- 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

お手入れ時のお願い

- いつも清潔にしてお使いください。
- 本体の汚れは乾いた柔らかい布で拭き取ってください。
- 汚れがひどいときや、足に皮膚病などの感染症がある方と共用するときは、水または中性洗剤をしみこませてよく絞った柔らかい布で、拭き取ります。その後、から拭きしてください。
(病原菌に感染する原因になります。)
- 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。
(変色や故障の原因になります。)
- 本体を水洗いしないでください。
(故障の原因になります。)



廃棄時のお願い

- 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従ってください。

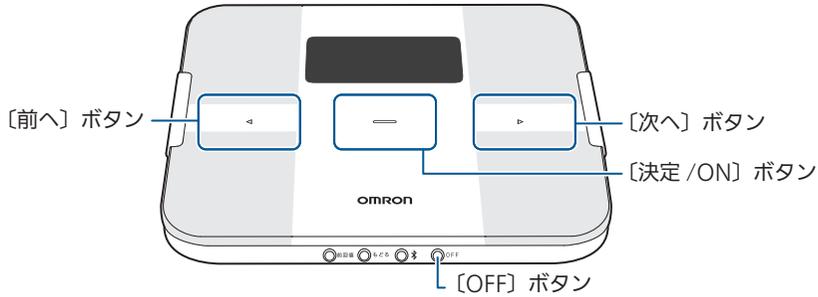
必要なときに／困ったときは

これ以降は、参照する必要があるときにご覧ください。

測定時、自分の個人番号が表示されないことが多い場合 個人番号を選んで測定する	31
測定結果を記録せずに測定したいとき 記録しないで測定する.....	32
体重だけを測定したいとき 体重だけを測定する	34
赤ちゃんやペットの体重を測定したいとき 体重引き算機能を使う	35
個人の測定記録を変更・削除したいとき、廃棄時、譲渡時など 個人データを変更・削除する	37
電池の交換時期について 電池を交換する	39
「OMRON connect」との通信設定を解除したいとき アプリを使用する場合 通信設定を削除する.....	40
わからないことが起こったときなど おかしいな?と思ったら.....	41
体重体組成測定Q&A	44
お問い合わせなどをしたいとき サポート情報.....	46
仕様.....	47

個人番号を選んで測定する

測定したときに、自分の個人番号が表示されないことが多い場合は、以下の手順で個人番号を選んで測定してください。



1 〔決定/ON〕ボタンを押す

- 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。



2 個人番号を選ぶ

- ◀ 〔前へ〕ボタン、 ▶ 〔次へ〕ボタンを押して自分の個人番号を選びます。

3 〔決定/ON〕ボタンを押して個人番号を決定する

- 「0.00 kg」が表示されます。

4 本体に静かに乗る

- 体重の測定を開始します。

正しい測定方法を確認してから測定してください。
(☞ P18)



5 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる

- 測定結果が表示されます。

6 測定結果を確認する

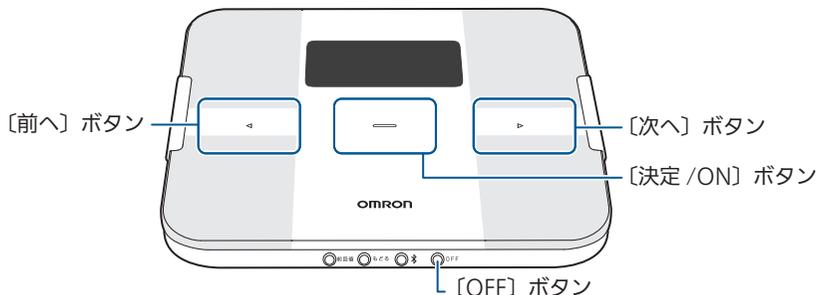
- 詳しくは、「体重量組成を測定する」の手順5 (☞ P21) を参照してください。

7 〔OFF〕ボタンを押して電源を切る

- 〔決定/ON〕ボタンを3秒以上押し続けても電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約30秒後に電源が自動で切れます。

記録しないで測定する

測定結果を記録せずに測定するときは、個人番号で「ゲスト」を選び、「生年月日」、「性別」、「身長」を設定してから測定します。

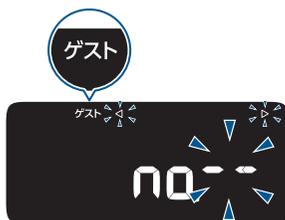


1 〽️ [決定/ON] ボタンを押す

- 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。

2 ◀️ [前へ] ボタン、 ▶️ [次へ] ボタンを押して「ゲスト (no.--)」を選ぶ

- ▶️ [次へ] ボタンを押すごとに、「no.1」→「no.2」→「no.3」→「no.4」→「ゲスト (no.--)」→「☒ (no.0)」→「no.1」…と切り変わります。



3 〽️ [決定/ON] ボタンを押して決定する

- 生年月日の設定が表示されます。

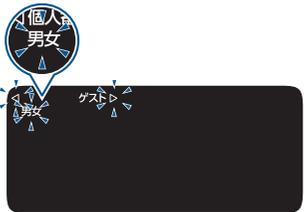
4 生年月日を設定する

	<h4>西暦年を設定する</h4> <ul style="list-style-type: none">• ◀️ [前へ] ボタン、 ▶️ [次へ] ボタンを押して「西暦年」を変更します。• 〽️ [決定/ON] ボタンを押して「西暦年」を決定します。
	<h4>月を設定する</h4> <ul style="list-style-type: none">• ◀️ [前へ] ボタン、 ▶️ [次へ] ボタンを押して「月」を変更します。• 〽️ [決定/ON] ボタンを押して「月」を決定します。

必要なときに／困ったときは

	<p>日を設定する</p> <ul style="list-style-type: none">◀ [前へ] ボタン、▶ [次へ] ボタンを押して「日」を変更します。⇐ [決定/ON] ボタンを押して「日」を決定します。
---	---

5 性別を設定する

	<ul style="list-style-type: none">◀ [前へ] ボタン、▶ [次へ] ボタンを押して「男」または「女」を選びます。⇐ [決定/ON] ボタンを押して「性別」を決定します。
---	---

6 身長を設定する

	<ul style="list-style-type: none">◀ [前へ] ボタン、▶ [次へ] ボタンを押して身長を変更します。設定範囲は100.0 ~ 199.5 cmです。(0.5 cm単位)⇐ [決定/ON] ボタンを押して「身長」を決定します。
---	---

- 「身長」を決定すると、設定した「生年月日」、「性別・年齢」、「身長」が表示されたあとに「0.00 kg」と表示されます。

7 本体に静かに乗る

- 体重の測定を開始します。

正しい測定方法を確認してから測定してください。
(☞ P18)



8 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる

- 測定結果が表示されます。

9 測定結果を確認する

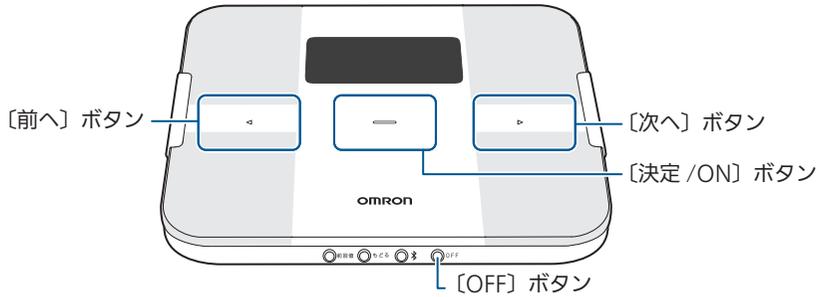
- 詳しくは、「体組成を測定する」の手順5 (☞ P21) を参照してください。

10 [OFF] ボタンを押して電源を切る

- ⇐ [決定/ON] ボタンを3秒以上押しても電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約30秒後に電源が自動で切れます。

体重だけを測定する

体重だけを測定したとき、測定結果は本体記録メモリに保存されません。

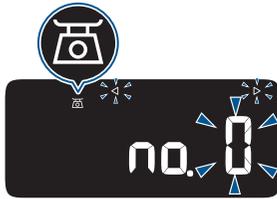


1 [決定/ON] ボタンを押す

- 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。

2 [前へ] ボタン、 [次へ] ボタンを押して「 (no.0)」を選ぶ

- [次へ] ボタンを押すごとに、「no.1」→「no.2」→「no.3」→「no.4」→「ゲスト (no.--)」→「 (no.0)」→「no.1」…と切り変わります。



3 [決定/ON] ボタンを押して決定する

- 「0.00 kg」が表示されます。

4 本体に静かに乗る

- 体重の測定を開始します。

正しい測定方法を確認してから測定してください。
(P18)



5 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる

- 測定結果が表示されます。

6 測定結果を確認する

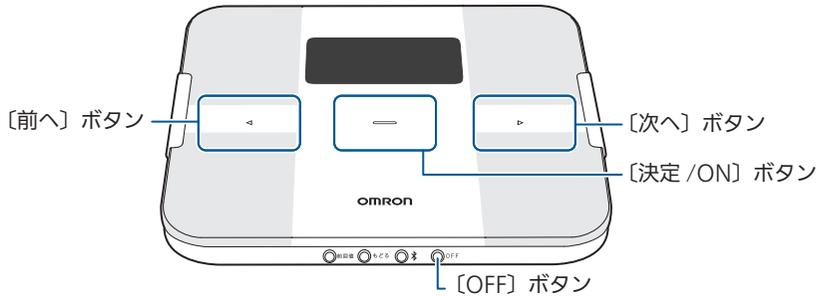
7 [OFF] ボタンを押して電源を切る

- [決定/ON] ボタンを3秒以上押し続けても電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約3分後に電源が自動で切れます。

体重引き算機能を使う

本製品には、1回目と2回目の体重差を表示する「体重引き算機能」があります。赤ちゃんやペットなどの体重を測定するときに便利な機能です。

「体重引き算機能」の測定結果は本体記録メモリに保存されません。

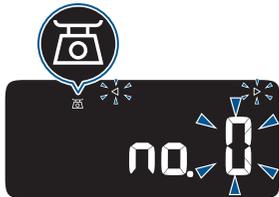


1 ≡ 「決定/ON」 ボタンを押す

- 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。

2 ◀ 「前へ」 ボタン、 ▶ 「次へ」 ボタンを押して「 (no.0)」を選ぶ

- ▶ 「次へ」 ボタンを押すごとに、「no.1」→「no.2」→「no.3」→「no.4」→「ゲスト (no.--)」→「 (no.0)」→「no.1」…と切り変わります。

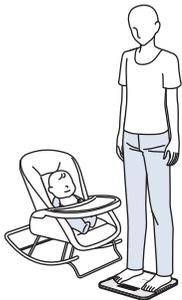


3 ≡ 「決定/ON」 ボタンを押して決定する

- 「0.00 kg」が表示されます。

4 本体に静かに乗って1回目の測定をする

- 正しい測定方法を確認してから測定ください。(☞ P18)



5 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる



1回目の測定結果

6 (3分以内に) [決定/ON] ボタンを押す

- 「8888」と親子マークが表示されます。



7 「ピピッ」と音が鳴り、「0.00 kg」と表示されたあと、赤ちゃん、ペットなどを持ち、本体に静かに乗って2回目の測定をする

- 正しい測定方法を確認してから測定してください。(P18)



8 「ピピッ」と音が鳴ったあと、本体から降りる

- 2回目の測定結果が表示されたあと、1回目と2回目の体重差が表示されます。体重差が表示されるときは、親子マークから子どもマークに変わります。



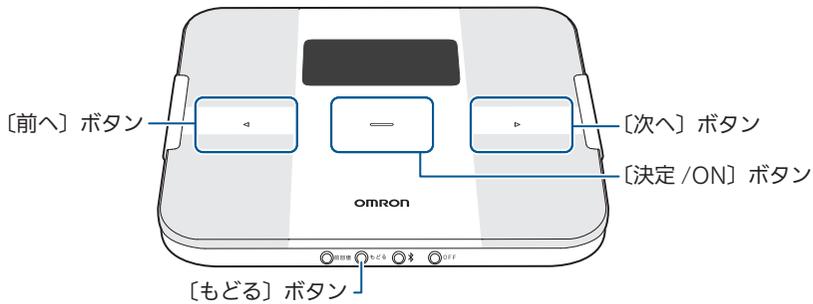
9 [OFF] ボタンを押して電源を切る

-  [決定/ON] ボタンを3秒以上押しても電源を切ることができます。
- 電源を切り忘れても約3分後に電源が自動で切れます。

- 1回目と2回目の測定は、どちらが重くても同じ体重差が表示されます。乗りやすい順序で測定してください。

個人データを変更・削除する

個人データの生年月日（西暦年、月、日）、性別、身長を変更するとき、または個人データを削除するときはこの操作を行います。



1 「決定 / ON」 ボタンを押す

- 電源が入り、個人番号「1」が点滅します。

2 個人番号を選ぶ

- ◀ 「前へ」 ボタン、 ▶ 「次へ」 ボタンを押して変更または削除したい個人番号を選びます。

3 「決定 / ON」 ボタンを押して個人番号を決定する

- 「0.00 kg」が表示されます。



4 「もどる」 ボタンを押す

- 「変更削除」が点滅します。



5 個人データを変更するか、削除するかを選ぶ

- 個人データを変更しても測定記録は削除されません。他の方が使用していた個人番号を使用するときは、個人データを削除してから新たに個人データを登録してください。
(アプリを使用する場合は P11 アプリを使用しない場合は P15)

■ 個人データを変更するとき（測定記録は削除されません）

- (1) ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「変更」を選ぶ



- (2) ⇨ [決定 / ON] ボタンを押す

- 「西暦年」が点滅します。

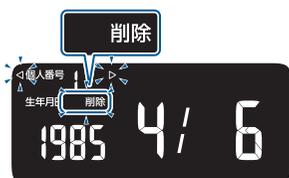


- (3) 「個人データを登録する」(☞ P15) の手順 3～5 を参照し、「生年月日」や「性別」、「身長」を変更する

- 途中で変更を中止するときは、[OFF] ボタンを押して電源を切ってください。
- 測定記録は変更されません。

■ 個人データを削除するとき（測定記録も削除されます）

- (1) ◀ [前へ] ボタン、 ▶ [次へ] ボタンを押して「削除」を選ぶ



- (2) ⇨ [決定 / ON] ボタンを押す

- 「OK?」が点滅します。



- (3) もう一度 ⇨ [決定 / ON] ボタンを押す

- 以下のように表示部に「Clr」が表示されると、個人データの削除は完了です。1秒後、個人データの登録（生年月日）に変わります。個人データを登録するときは、引き続き操作を続けてください。（アプリを使用する場合は本体の電源をいったん切ってから ☞ P11 アプリを使用しない場合は ☞ P15）



- 個人データは「OMRON connect」アプリでも変更できます。詳しくは、「OMRON connect」アプリの「ヘルプ」を参照してください。
- 本体または「OMRON connect」アプリで変更した内容は通信時に反映されます。

電池を交換する

電池を交換するタイミング



 (電池残量マーク) と「A1」が表示されたときは

4 個同時に同じ銘柄の新しい単 4 形アルカリ乾電池と交換してください。

電池を交換する

- 1 本体から電池残量のなくなった電池を取り外す
- 2 電池を入れる (☞ P9)
- 3 初期設定をする

■ 「OMRON connect」アプリを使用している場合

✳ [通信] ボタンを押す

- スマートフォンとの通信を開始します。初期設定情報 (地域番号、日付、時刻) が本体に転送されます。
- 本体の表示部には以下のように表示され、通信が完了すると、「OK」が点滅表示されます。10秒後、電源が自動で切れます。



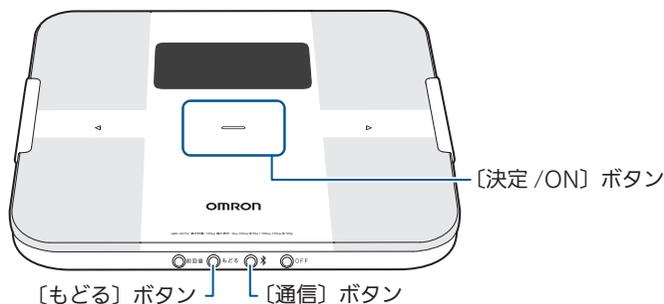
■ 「OMRON connect」アプリを使用していない場合

本体で初期設定 (地域番号、日付、時刻) をする (☞ P13)

- マンガン乾電池や充電式電池は、使用回数が極端に短くなったり、誤動作の原因になるため、使用しないでください。
- 交換した電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分してください。
- 電池残量が少なくなると、 のマークが点滅します。新しい電池を準備してください。

通信設定を削除する

「OMRON connect」アプリの使用を中止するときなどスマートフォンとの通信設定を削除したい場合は、次のように操作してください。本体に記録されているすべての通信設定が削除されます。



1 電源が切れている状態で、[もどる] ボタンと [通信] ボタンを同時に3秒以上押し続ける

- 「OK?」と「CLr」が点滅表示されます。

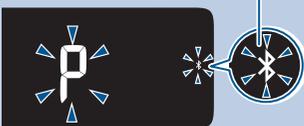


2 [決定 / ON] ボタンを押す

- 「OK?」が消え、「CLr」が常時表示になると、通信設定の削除は完了です。10秒後、自動で電源が切れます。



おかしいな?と思ったら

こんなとき	原因・対処のしかた
	<p>体組成の測定中に本体から降りた。</p> <ul style="list-style-type: none"> 体組成の測定が終了するまで本体から降りないでください。 <p>測定中に体を動かした。</p> <ul style="list-style-type: none"> 測定中は体を動かさないでください。
	<p>足裏が電極に密着していなかった。</p> <ul style="list-style-type: none"> 足裏を電極に密着させて測定してください。(☞ P18) <p>足裏が乾燥していた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ぬらしたタオルなどで足裏を少し湿らせてから測定してください。
	<p>内部処理に失敗した。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電池をいったん抜いて20秒以上経過してから、再度電池を入れ、初期設定をしてください。そのあと、☞ [決定/ON] ボタンを押してください。 <p>再度このエラーが表示される場合は、オムロン お客様サービスセンターまで修理を依頼してください。(☞ 裏表紙)</p>
	<p>通信時に動作異常が発生した。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電池をいったん抜いて20秒以上経過してから、再度電池を入れ、初期設定をしてください。そのあと、✳ [通信] ボタンを押してください。 <p>再度このエラーが表示される場合は、オムロン お客様サービスセンターまで修理を依頼してください。(☞ 裏表紙)</p>
	<p>「0.00 kg」が表示される前に、本体を動かした。</p> <ul style="list-style-type: none"> 測定が終わるまで、本体を動かさないでください。 <p>体重の測定中に体を動かした。</p> <ul style="list-style-type: none"> 測定中は体を動かさないでください。 <p>体重が135 kgを超えた。</p>
<p>通信マーク</p> 	<p>通信が正しくできていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> スマートフォンの表示を確認し、「OMRON connect」アプリの指示に従うか、「OMRON connect」アプリの「ヘルプ」を参照してください。
	<p>個人データが登録されていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 体重を表示したあとに個人番号が点滅するときは、個人データを登録してください。(アプリを使用する場合は ☞ P11 アプリを使用しない場合は ☞ P15)
	<p>個人データが登録されていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 個人番号を選択したときに「西暦年」が点滅するときは、個人データを登録してください。(アプリを使用する場合は ☞ P11 アプリを使用しない場合は ☞ P15)
<p>通信マーク</p> 	<p>✳ [通信] ボタンを押し続けた。</p> <ul style="list-style-type: none"> 「OMRON connect」アプリに本製品を登録をするときに表示されます。登録するときは、「OMRON connect」アプリの指示に従ってください。登録しないときは、[OFF] ボタンを押すと、操作を中止できます。

こんなとき	原因・対処のしかた
 <p>通信マーク が点滅する</p>	<p>✳️ [通信] ボタンを押した。</p> <ul style="list-style-type: none"> スマートフォンに測定記録を転送するときに表示されます。測定記録を転送するときは、「OMRON connect」アプリの指示に従ってください。測定記録を転送しないときは、[OFF] ボタンを押すと、操作を中止できます。
 <p>通信マーク が常時表示する</p>	<p>✳️ [通信] ボタンと [もどる] ボタンを同時に押し続けた。</p> <ul style="list-style-type: none"> 本体の通信設定を削除するときに表示されます。(☞ P40) [OFF] ボタンを押すと、操作を中止できます。
 <p>が点滅する</p>	<p>24回分以上の測定記録が転送されていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 「OMRON connect」アプリに測定記録を転送すると、 が消えます。
 <p>が常時表示する</p>	<p>30回分の測定記録が転送されていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 「OMRON connect」アプリに測定記録を転送すると、 が消えます。転送せずに測定を続けると、最も古い測定記録から削除されます。
 <p>が点滅する</p>	<p>電池残量が少なくなっている。</p> <ul style="list-style-type: none"> 同じ銘柄の新しい単4形アルカリ乾電池を準備してください。
 <p>が常時表示する</p>	<p>電池残量がなくなっている。</p> <ul style="list-style-type: none"> 4個同時に同じ銘柄の新しい単4形アルカリ乾電池と交換してください。(☞ P39)
<ul style="list-style-type: none"> 電源を入れても何も表示されない 本体に乗っても何も表示されない 	<p>電池が入っていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電池を入れてください。(☞ P9) <p>電池の ⊕ ⊖ の向きが間違っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> 正しい方向に入れてください。(☞ P9) <p>電池が完全に消耗している。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電池を交換してください。(☞ P9)
<ul style="list-style-type: none"> 地域 が点灯する 本体に乗っても何も表示されない 	<p>電池交換後、初期設定をしていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 初期設定をしてください。(☞ P13) 「OMRON connect」アプリを使用している方は、✳️ [通信] ボタンを押してスマートフォンと通信を行ってください。
<ul style="list-style-type: none"> 体重とBMIしか表示されない 内臓脂肪レベルと体年齢が表示されない 	<p>測定対象の年齢に達していない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 5才以下の場合、体重とBMIの値しか表示されません。17才以下の場合、内臓脂肪レベルと体年齢は表示されません。 <p>生年月日または日付の設定が間違っている。</p> <ul style="list-style-type: none"> 生年月日が間違っている場合は、個人データを変更してください。(☞ P37) 日付が間違っている場合は、電池を抜いて約20秒待ち、入れ直してから初期設定をしてください。(☞ P13) 「OMRON connect」アプリを使用している方は、✳️ [通信] ボタンを押してスマートフォンと通信を行ってください。

必要なときに困ったときは

こんなとき	原因・対処のしかた
<p>一部の測定結果が「-----」と表示される</p>	<p>登録した値や体組成の値が測定可能範囲外だった。</p> <ul style="list-style-type: none"> 設定した個人データ（生年月日、性別、身長）が間違っていないか確認してください。（☞ P37） 生年月日、性別、身長を正しく設定していても、表示範囲外の場合や対象年齢を満たしていない場合は「-----」が表示されます。「仕様」を参照してください。（☞ P47）
<p>本体に乗ったときに正しい個人番号が認識されない</p>	<p>しばらく測定していない間に体重値が大きく変わった。 登録している人の中に似た体格の人がいる。 他の方の測定結果が記録された。</p> <ul style="list-style-type: none"> 個人番号を選んでから測定してください。（☞ P31）
<ul style="list-style-type: none"> 体重や体組成の測定値が高い 測定値が低い 測定のたびに値が極端に違う 	<p>正しい姿勢で測定していない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 正しい姿勢で測定してください。（☞ P18） <p>じゅうたんなどの柔らかい床面や、凹凸のある床面の上で測定している。</p> <ul style="list-style-type: none"> 硬くて平らな床面で測定してください。（☞ P19） <p>足裏や体自体が冷えてしまって、血行が悪くなっている。</p> <ul style="list-style-type: none"> 体を温めるなどして、血行が通常の状態に戻ってから測定してください。 <p>足裏が乾燥している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ぬらしたタオルなどで足裏を少し湿らせてから測定してください。 <p>「0 kg補正」が正しく行われていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 「0 kg補正」を行ってください。（☞ P19） <p>お使いの地域の設定が正しくない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電池をいったん抜いて20秒以上経過してから、再度電池を入れ、正しいお使いの地域を設定してください。（☞ P13） 「OMRON connect」アプリを使用している方は、 [通信] ボタンを押してスマートフォンと通信を行ってください。
<p>どのボタンを触ったり、押したりしても反応しない</p>	<p>本体に乗ったままボタンを操作していた。</p> <ul style="list-style-type: none"> 本体に乗ったままボタンを操作しないでください。 <p>同時に2つ以上のボタンを操作していた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ボタンは1つずつ操作してください。 <p>指先が乾燥している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ぬらしたタオルなどで指先を少し湿らせてからボタンを操作してください。 <p>電池が入っていない。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電池を入れてください。（☞ P9）
<p>データをスマートフォンに転送できない</p>	<ul style="list-style-type: none"> 「OMRON connect」アプリの「ヘルプ」を参照してください。

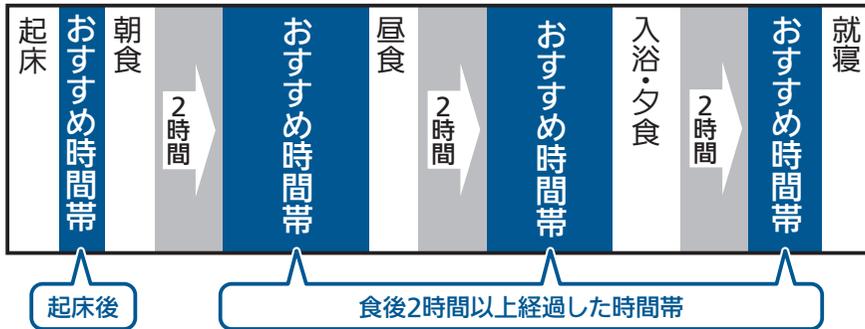
- 以上の方法でも解決しないときは、オムロン お客様サービスセンターにお問い合わせください。（☞ 裏表紙）
- ごくまれに体質上誤差が生じて、測定できないことがあります。
- 本製品の故障や修理のときは、測定記録などがすべて消去されます。

体重体組成測定Q&A

Q: いつ測定すればいいですか？

A1. 次の時間帯が測定に適しています。

- 起床後、朝食前
- 朝食後2時間以上経過した昼食前
- 昼食後2時間以上経過した夕食前
- 入浴・夕食後2時間以上経過した就寝前



本製品では、体の電気抵抗値をもとに体脂肪率を算出しています。この算出方法は、体内の水分変化の影響を受けやすいのですが、上記の時間帯は、体内の水分変化が少ないため、測定に適しています。

A2. 次のような場合は、体内の水分変化が大きいため測定に適していません。

しばらく時間を置いてから測定しましょう。

- 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（1～2時間）

A3. 毎日、できるだけ同じ時間帯に測定しましょう。

起床から就寝までの間に、体内の水分は徐々に下半身に集まってくる傾向にあります。足のむくみのような状態は水分が足に集まってきたことによって起こります。両足測定方式では下半身を中心に電気抵抗を測定しますので、個人差はありますが、このような水分の日内変動が原因で体組成推定値が変化する場合があります。毎日、できるだけ同じ時間帯に測定することでより正しく体組成の変化を知ることができます。

• 次のような方は体内水分量などの体組成が平均的な値と差が大きいため、正しく測定できない場合があります。

- 高齢者
- 風邪などで発熱中の人
- 妊娠中の人
- 骨の密度が非常に低い骨粗しょう症患者
- むくみのひどい人
- 人工透析患者
- ボディービルダーやスポーツを職業にしている人またはそれに近い人

Q: 体重は減ったのに体脂肪率が増えました。なぜですか？

A. 体脂肪率は体重に占める体脂肪の割合のため、体脂肪が変わらず体重が減ると体脂肪率は多くなります。

逆に筋肉などが増えていくと体脂肪率は少なくなります。体重が2～3kg少なくなった場合でも、必ずしも筋肉が増えるということではないため、以前より体脂肪率が多く表示された可能性があります。

Q: 体組成を測定すると、どんなよいことがありますか？

A. 体組成をチェックして体のバランスを知ると、肥満の予防・改善をはじめ健康管理を行うのに役立ちます。

体組成を毎日測定することで、体重の変化だけでなく、筋肉を増やして体脂肪を落とす健康的なダイエットができているかどうかなど、体のバランスの変化を確認できるようになります。

Q: ペースメーカーを装着していますが、使用できますか？

A. 下記のような医療機器と本製品との併用は、絶対しないでください。

- ペースメーカーなどの植込み型医療機器
- 人工心肺などの生命維持用医療機器
- 心電計などの装着型医療機器

これら医療機器の誤動作をまねき、生命に著しい障害をもたらす原因になります。

Q: 測定値の標準はどれくらいですか？

A. 本製品では下表の範囲を標準として表示しています。詳しくは「体組成の指標」(P23)を参照してください。

	男性	女性
体脂肪率	10.0～19.9%	20.0～29.9%
骨格筋率	32.9～35.7%	25.9～27.9%
内臓脂肪レベル	1～9	

また、BMI値による日本の肥満の基準*では、18.5以上25未満が普通とされています。
 なお、基礎代謝の基準値は、性別・年齢・体重に基づいて算出されます。

* 日本肥満学会(1999年10月)発表

サポート情報

本製品に役立つウェブサイトをご紹介します。

「OMRON connect」アプリについて

■ 対応スマートフォンのご確認

<https://www.omronconnect.com/devices/>



■ 「OMRON connect」アプリのインストール

<https://www.omronconnect.com/setup/>



別売品や消耗品のご注文

■ オンラインショップ「オムロン ヘルスケアストア」ウェブサイト

<https://store.healthcare.omron.co.jp/>



お問い合わせの前に

■ 製品のよくあるご質問

<https://www.healthcare.omron.co.jp/faq/>



■ 肥満に関する知識について

<https://www.healthcare.omron.co.jp/resource/guide/fatness/>



お問い合わせの前に「おかしいな?と思ったら」(P41)、「体重体組成測定Q&A」(P44) もあわせてご確認ください。

オムロン お客様サービスセンター

■ 「オムロン ヘルスケア お客様サポート」ウェブサイト

<https://www.healthcare.omron.co.jp/support/>

あるいは検索サイトで

オムロンヘルスケア サポート と検索する



販売名	オムロン 体重体組成計 KRD-608T2 カラダスキャン オムロン 体重体組成計 KRD-603T2 カラダスキャン		
販売商品コード	KRD-608T2-W/BK KRD-603T2-W/BK		
表示*	体重	2 ~ 100 kgまで 100 ~ 135 kgまで	:50 g単位 :100 g単位
	BMI	2.5 ~ 90.0	:0.1単位
表示*	体脂肪率	5.0 ~ 50.0 %	:0.1 %単位
	体脂肪率判定	12段階 (低い/標準/やや高い/高い)	
表示*	骨格筋率	5.0 ~ 60.0 %	:0.1 %単位
	骨格筋率判定	12 段階 (低い/標準/やや高い/高い)	
表示*	基礎代謝	385 ~ 3999 kcal	:1 kcal 単位
	対象年齢	6才以上	
表示*	内臓脂肪レベル	1 ~ 30	:1レベル単位
	内臓脂肪レベル判定	9段階 (標準/やや高い/高い)	
表示*	体年齢	18 ~ 80才	:1才単位
	対象年齢	18才以上	
計量範囲	計量範囲:	2 ~ 135 kg	
	最小表示:	2 ~ 100 kgまで 100 ~ 135 kgまで	:50 g単位 :100 g単位
メモリ	表示メモリ	前回値	
	本体記録メモリ	30回分 (4人合計120回分)	
通信方式	Bluetooth® Low Energy 使用周波数帯: 2.4 GHz (2400~2483.5 MHz) 変調方式: GFSK 有効放射電力: <20 dBm		
体重計精度	2.0 kg を超え	67.5 kgまで	:±100 g
	67.5 kg を超え	100.0 kgまで	:±150 g
	100.0 kg を超え	135.0 kgまで	:±300 g
電源	単4形アルカリ乾電池4個 (LR03)		
電池寿命	約6カ月 (単4形アルカリ乾電池使用時、1日4回測定、当社試験条件による)		
耐用年数	5年 自己認証 (当社データ) による		
使用環境条件	+5 ~ +40 °C / 30 ~ 85 %RH (結露なきこと)		
保管/輸送環境条件	-20 ~ +60 °C / 10 ~ 95 %RH (結露なきこと)		
質量	約1.7 kg (電池含む)		
寸法	幅 約327× 奥行き 約249× 厚さ 約30 mm		
付属品	お試し用電池 (単4形アルカリ乾電池4個)、取扱説明書 (本書:品質保証書付き)		
輸入元	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坪53番地 電話: 0120-30-6606 (オムロン お客様サービスセンター)		

* 体重 (kg) とBMI以外の指標は当社独自の推定式を用いています。

- 5才以下の方 : 体重とBMIのみ測定できます。
17才以下の方 : 内臓脂肪レベル、体年齢は測定できません。
81才以上の方 : 体組成は参考値となります。

• お断りなく仕様を変更することがあります。

商標について

- **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。
- Apple、Appleのロゴは米国もしくはその他の国や地域におけるApple Inc. の商標です。App StoreはApple Inc. のサービスマークです。
- Google Playおよび Google Playロゴは、Google LLCの商標です。
- 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。

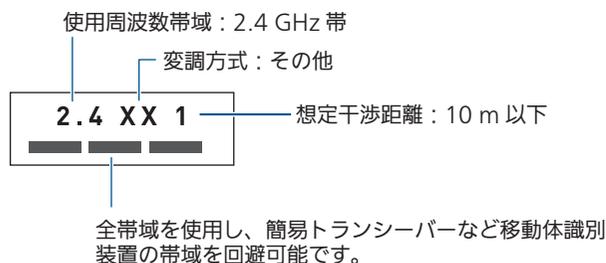
家庭用計量器マークについて



- この体重計は、計量法に定められた技術基準で製造し、厳重な検査のうえ、出荷しております。
- この製品のメーカー保証精度は、前記の体重計精度欄に記載のとおりです。
- この体重計は、ご家庭で体重をはかるために製造されたばかりです。ものの売買取引や、そのものの目方が正しいかどうかなどを証明することには、計量法により使用できませんのでご注意ください。

電波干渉に関するご注意

- 本製品の使用周波数帯では、無線LANや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、工場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（電波の発信を停止）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、オムロン お客様サービスセンターにお問い合わせください。（☞裏表紙）
- 次のマークは電波の種類と干渉距離を表しています。



シリアル番号について

- 本体に記載されているシリアル番号の意味は以下のとおりです。

例) XXXXXX XXXX F

製造月 2桁

製造年（西暦）4桁

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。
 - 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。
 - お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
 - 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、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。
 - 品質保証書の提示がない場合。
 - 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。
 - 消耗部品。
 - 故障の原因が本製品以外に起因する場合。
 - 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した。製品は厳重な検査をおこ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、一年間は無償にて修理、また故障内容や製品によっては、交換あるいは他機種との交換をいたします。

※製品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。
This warranty is valid only in Japan.

※以下のいずれかを必ず行ってください。
・販売店で以下に記入、捺印していただく。
・販売店で発行されたお買い上げを証明するもの（レシートやシールでも可）を本品質保証書に貼付または保管いただく。

販売商品コード

KRD-608T2-W/BK
KRD-603T2-W/BK

お買い上げ店名



お買い上げ年月日 年 月 日

輸入元
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坪53番地



製品のお問い合わせ、別売品や消耗品のご注文、修理のご依頼は

オムロンヘルスケア お客様サポート

<https://www.healthcare.omron.co.jp/support/>

オムロン お客様サービスセンター

TEL 0120-30-6606 (通話料無料) FAX 0120-10-1625 (通信料無料)

受付時間 9:00~17:00 (祝日を除く月~金)

〒515-8503 三重県松阪市久保町1855-370

