

歩数計 取扱説明書・保証書

取説No. G-PM9 b

この度は本製品をお買い上げ頂き誠にありがとうございます。本製品を末永く御愛用頂ける様に、この取扱説明書をよく読んで正しくお使いください。また、ご要望やお問い合わせは、この保証書をお手元に保管して必要に応じてご覧ください。

- 製品や説明書の内容は改良などのため、予告なしに変わる事があります。
- この製品によって生じたいかなる支出・損益、その他の損失に対しては一切責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。
- この取扱説明書は許可なく変更・複製しないでください。

保証規定

保証書及び本保証規定に記載した内容によりこの製品を保証致します。

- 本保証書は日本国内に於いてのみ有効です
- 保証期間中、正常なご使用状態に於いて、万一故障が発生した場合は、本保証規定によりお買い上げの日より1年間無償で修理・調整させていただきます。本保証書と現品をお買い上げ店にご呈示ください。
- 保証期間中であっても、下記の場合には有償となりますのでご了承ください。
 - ① 誤ったご使用またはお取扱い上の不注意による故障。
 - ② 火災・水害・地震、その他の天災地変による故障。
 - ③ 不適当な修理や改造による故障。
 - ④ ご使用中に生じた外装・外観上の変化
※ケース・ガラスのキズ、色落ちなど
 - ⑤ 保証書のご呈示がない場合、あるいは保証書にお買い上げ店名・捺印・お買い上げ年月日の記入が無いなど、記入事項に不備がある場合。
- 保証書は再発行できませんので、大切に保管してください。
- 修理の時、ケース・ガラスなど、パーツについては、一部代替品を使用する場合がございますので御了承ください。
- 最初に入っているモニター用電池、電池切れによる電池交換などは保証の対象外となります。
- ご記入頂いたお客様の情報は、保証期間内のアフターサービス、及びその後の品質向上の為に利用させて頂く場合がございますので、ご了承願います。
- この保証書により保証書を発行している者（保証責任者）、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

保証書

製品型番	無効無効無効無効無効
お買い上げ日	無効無効無効無効無効
ふりがな	無効無効無効無効無効
お客様氏名	無効無効無効無効無効
お客様住所	無効無効無効無効無効
ご連絡先電話番号	無効無効無効無効無効
販売店印	無効無効無効無効無効

※保証期間はお買い上げ日より1年間です。

歩数計の注意点と確認事項

歩数計は、ウォーキング等の一定のリズムで歩く振動を検知して、機械がカウントを行ないます。振動を検知しますので、ウォーキング以外の動作、車・電車での移動でも振動が機械に伝わり歩数のカウントを行なってしまいます。一日の歩行計測の場合、あくまでも「目安」としてご使用ください。

本製品は、平地での正しい歩行を計測するためのものです。次のような場合正しい計測がされない場合があります。

- 車・電車など、乗り物内の揺れの多い場所でのご使用
- サンドルや下駄等を履いていた場合
- すり足のような歩き方をされている場合
- 一定の歩幅を維持できない場合
- ジョギングやジャンプ等の運動
- 階段や斜面でのご使用
- ネックストラップ等を使用してぶら下げている場合

乗り物でのご使用は数値に誤差が出やすくなります



本製品は「誤カウント防止機能」付きです

誤カウント防止機能とは、歩行以外のカウントをなるべく計測しないための機能です。一定時間静止の後、10歩以内の歩行は表示されません。10歩以上継続して歩行した時に加算した歩数を表示します。

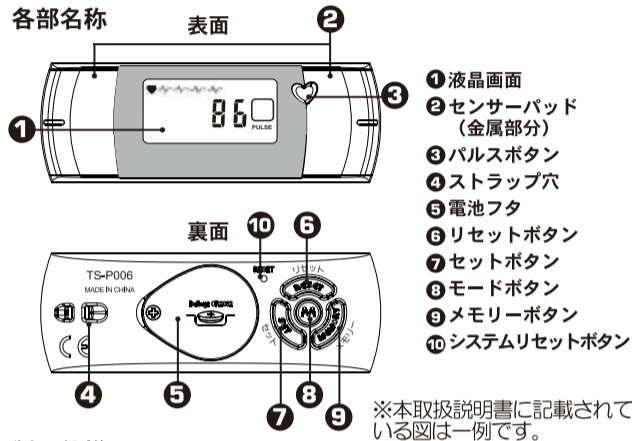
製品について

- 本製品は医療機器の代替品としてのご使用はできません。心拍計測は参考としてお使いください。
- 本製品の心拍計測機能は小さな電流を読み取り、計測時の心拍数を計算し、1分間の心拍数（bpm）を表示しています。
- 新しい電池を入れると、液晶のバックグラウンドまで見ることがありますが、不良ではありません。電池を入れた直後の高い電圧により起こるものです。ご使用時に電圧が下がることで解消されます。

ご使用前に

- 液晶画面に貼られているダミーシールを剥がし、電池フタに挟まれている絶縁シートを引き抜いてからご使用ください。
- 液晶画面が表示されなかったり、表示が欠けた場合はシステムリセットをしてください。詳しくは「システムリセットについて」をご覧ください。
- 約1分間操作をしないと時刻画面になります。

製品仕様と各部名称



製品仕様

- 歩数精度 ±5%
- 時計精度 月差±90秒
- 作動温度 0℃～50℃
- 使用電池 CR2032
- 電池寿命 約5ヶ月（1日12時間使用、心拍5回使用時）
※電池寿命はご使用状況により異なります。
※最初に入っている電池は工場出荷時に製品の機能を点検し性能を検査する為のモニター用電池です。この電池は、保証の対象外となります。
- 検出方法 3D加速度センサー式
- 最大計測表示
歩数計測：99999歩
歩行距離：999.99キロメートル
999.99マイル
消費カロリー：999.9キロカロリー
- 時刻表示（12/24時間表示切替え）
- 活動時間 ● 心拍計測
- 7日間メモリー ● 誤カウント防止機能
- メートル（KM）、ヤード・ポンド法（MILE）切り替え可能

装着についてのご注意

正しい計測のために

本製品は身体の振動を直接センサーが受ける場所（腰位置等の場所）等は、精度がよくなります。ウォーキング等のリズムカルな歩行100～200歩程度での誤差を確認して、自分に合った精度がよい場所を探してみましょう。

●ポケットに入れる

シャツの胸ポケットや上着のポケット等でご使用ください。尚、ネックストラップ装着時は、胸ポケットに入れてのご使用をお勧めします。



●バッグに入れる

バッグのポケット等に入れて使用出来ます。



※正しい計測ができない場合があります

本製品は、ストラップを使用して装着する事も出来ますが、首や腰等にぶら下げご使用になりますと正確に測定できない場合があります。落下防止用のストラップとしてお使いください。バッグや胸ポケットなどにに入れてのご使用をお勧めします。

ぶら下げのご使用は数値に誤差が出やすくなります



※破損の恐れがあります

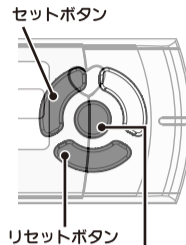
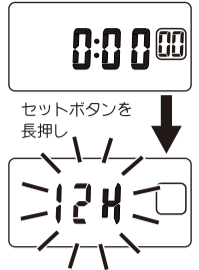
スポンのポケット（特に後ろのポケット）に入れると座った時に破損する恐れがありますのでお勧めできません。

時刻設定

※約10秒操作しないと設定画面が解除されます。その場合は最初からやり直してください。

- ①時刻画面で**セットボタン**を約4秒長押しすると、「12H」または「24H」の表示が点滅します。
- ②**リセットボタン**を押すと表示が切り替わります。「12時間表示」または「24時間表示」を選びます。設定後**セットボタン**を1回押すと時間設定になります。
- ③時間が点滅され、**リセットボタン**を押すごとに数字が進みます。午前/午後に注意してください。※長押しすると早送りできます。設定後**セットボタン**を1回押すと分設定になります。
- ④分が点滅され、**リセットボタン**を押すごとに数字が進みます。設定後**モードボタン**を押すと終了します。

時刻画面



※上図は表面から見たボタンの配置です。

体重と歩幅の設定

■設定前のご注意

- メートル、ヤード・ポンド法の設定を切り替えると当日のカウントした全てのデータが消去されます。
- 約10秒操作しないと設定画面が解除されます。その場合は最初からやり直してください。

※メートル法の計測表示は「KM」です。歩幅の設定は「CM」、体重は「KG」と表示されます。※ヤード・ポンド法の計測表示は「MILE」です。歩幅の設定は「IN」、体重は「LB」と表示されます。

- ①**モードボタン**を押して歩数測定画面に切り替え、**セットボタン**を約4秒長押しすると、「KG」または「LB」の表示が点滅します。
- ②**リセットボタン**を押すと表示が切り替わります。「KG」（メートル法）または「LB」（ヤード・ポンド法）を選びます。設定後**セットボタン**を1回押すと体重設定になります。
- ③数字が点滅され、体重の数値が設定できます。**リセットボタン**を押すごとに数字が進みます。※長押しすると早送りできます。体重設定後**セットボタン**を1回押すと歩幅設定になります。

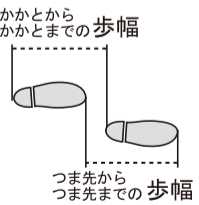
<設定可能値>
KG: 30~135kg
LB: 60~300lb
※設定時、最大設定値を過ぎると最小設定値からのカウントに戻ります。

- ④数字が点滅され、歩幅の数値が設定できます。**リセットボタン**を押すごとに数字が進みます。歩幅設定後**セット**または**モードボタン**を1回押すと終了します。

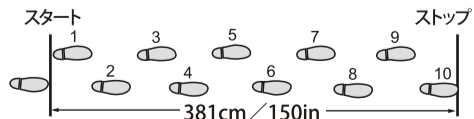
<設定可能値>
CM: 30~150cm IN: 12~60in
※設定時、最大設定値を過ぎると最小設定値からのカウントに戻ります。

歩幅について

歩幅は、つま先からつま先、かかとからかかとまでの長さです。「身長-100cm」が歩幅の目安ですが、歩く速さなどによって変わります。正確な平均歩幅を算出するには、「平均歩幅の算出方法」をご覧ください。

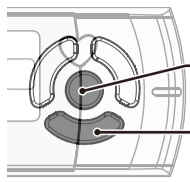


平均歩幅の算出方法



- ①図のように10歩、歩きます。
- ②スタートからストップまでの距離を10で割った数が平均の歩幅となります。
例：381cm÷10歩=38cm(平均歩幅)
150in÷10歩=15in(平均歩幅)

歩数計測の使い方



この項目で使うボタンについて

モードボタン

各モード画面を表示します

リセットボタン

データを消去します

※左図は表面から見たボタンの配置です。

■歩数計測について

①「STEP」が表示される

までモードボタンを押します。

②データをリセットするには

リセットボタンを長押しすると、表示が「0」になり、データがリセットされます。

※9歩以内の歩行は表示されません。10歩以上継続して歩行した時に、加算した歩数を表示します。

■歩行距離について

①「DIST」(距離)が表示される

までモードボタンを押します。

※メートル法は「KM」ヤード・ポンド法は「MILE」を表示します。

②データをリセットするには

リセットボタンを長押しすると、表示が「0」になり、データがリセットされます。

■カロリー計算について

①「KCAL」が表示されるまで

モードボタンを押します。

②データをリセットするには

リセットボタンを長押しすると、表示が「0」になり、データがリセットされます。

■活動時間

①「ACTIVITY」が表示される

までモードボタンを押します。

②振動を感知している間の活動時間を

計測します。

③データをリセットするには

リセットボタンを長押しすると、表示が「0」になり、データがリセットされます。

データリセットのご注意

※リセットをするとカウントした当日の全てのデータが消去されます。(歩行距離の表示でリセットをすると歩数、消費カロリー、運動時間のデータもリセットされます。)

■メモリーについて

一日ごとの歩数、歩行距離、消費カロリー、運動時間を7日分記録します。

※深夜12:00以降のカウントは「0」に切り替わり、1日前のデータとして自動的に記録されます。

※8日前の記録から順に自動消去されます。

■メモリーの表示方法

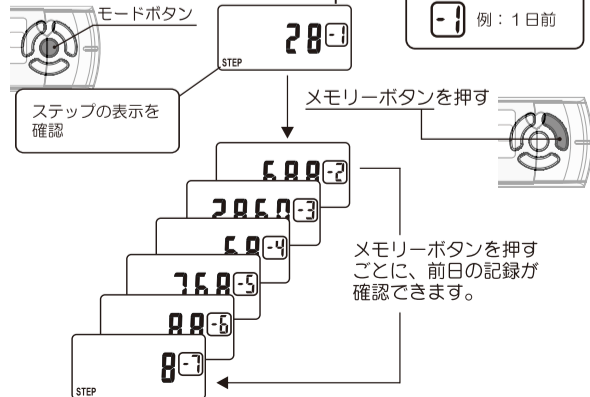
①モードボタンを押し、確認したい項目(ステップ、距離、カロリー消費、運動時間)を表示します。

②メモリーボタンを押すと前日の記録が表示されます。

過去7日間まで表示できます。

③モードボタンを押すと①の画面に戻ります。

例：歩数のメモリーを確認する場合



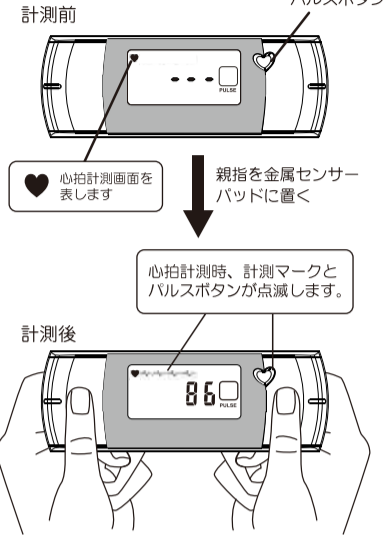
メモリーモードを終了するには、モードボタンを押します

心拍計測について

心拍数は運動の強さによって変化し、心拍数が多いほど有効な消費カロリーが高まります。本製品はウォーキングによる運動で有効なカロリー消費を示すため、日々の健康管理の目安としてお使いいただけます。※ご自身の体調を第一に考え、無理のない範囲でご使用ください

■ご使用方法

心拍計測画面



①ハート型のパルスボタンを押して心拍計測画面を表示します。

②両手の親指を2つのセンサーパッドに置くと、計測が開始されます。計測中は画面の計測マークとパルスボタンが点滅します。

③約30~45秒後に画面に心拍数値(bpm)が表示されます。

■正しい心拍計測のために

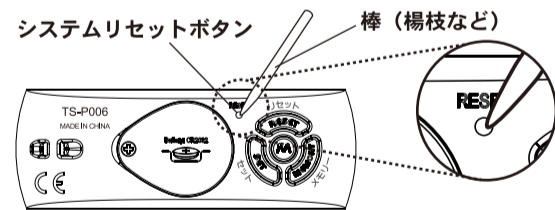
- ・1分間計測しても反応がない場合は、パルスボタンをもう一度押し、計測を再度行なってください。
- ・電子機器や強い電磁波の近くで使用しないでください。
- ・計測中は本体を動かさないでください。振動が計測に影響を及ぼします。
- ・センサーパッドを強く押しすぎても計測に影響はありません。
- ・高すぎる数値を計測した場合は、計測を再度行なってください。正しく計測できていない可能性があります。

■心拍計測の注意事項

- ・指先ではなく、指の平を当ててください。
- ・製品や指が清潔な状態で計測してください。
- ・ご使用するごとに、汗や汚れを落としてください。
- ・冬場や手・指が乾燥している時は、センサーが読み取れないことがあります。肌を湿らせてから計測を行なってください。
- ・夏場など多量の汗をかいた時は、センサーの感度が落ちることがあります。
- ・ご使用中に気分が悪くなった場合は直ちに使用を止め、医師にご相談ください。

■システムリセットについて

「電池絶縁シート」を引き抜いた時や静電気などにより、表示が乱れたり、ボタン操作が出来なくなる場合があります。この時は、システムリセットボタンを押してください。※メモリー内容は全て消去されて、初期設定になります。歩数、体重などを再設定する必要があります。



図の通り、システムリセットボタンを楊枝や細い棒状のものなどで1回押ししてください。

安全上のご注意

■ご使用になられる方や他の方への危害及び財産の損害を未然に防ぐため、下の表示で区分されている内容につきましては、一読してご確認の上必ずお守りください。

警告

この表示の欄は、表示内容と異なった使い方をした時に「死亡または重傷を負う可能性が想定される」内容です。

注意

この表示の欄は、表示内容と異なった使い方をした時に「人的傷害または物的傷害のみが発生する可能性が想定される」内容です。

警告



くちに電気が

- 小さな部品を使用しております。小さなお子様の誤飲等がない様に取り扱いに十分ご注意ください。

△ 注意

- 直射日光下などの高温状態で長時間使用した場合は、画面が黒くなります。日陰などの涼しい場所へ、しばらく置いていただくことで元に戻ります。
- 極端な低温・高温・湿度の多いところでの使用は避けてください。
- お手入れの際は、乾いた柔らかい布をご使用ください。シンナー、ベンジン等の揮発性溶剤は使用しないでください。
- 電池が消耗した時は、必ず新しい電池と交換してください。消耗した電池を本体内に放置しておきますと、液漏れにより故障などの原因となります。
- 本体を分解したり、曲げたりしないでください。また、落としたり、強いショックを与えないでください。

電池について

△ 警告

- 電池を直接はんだ付け、ショート、分解、過熱、火に入れるなどしないでください。発熱、液漏れ、破裂の原因になります。
- 万が一、溶液が皮膚や衣服に付着した場合は、きれいな水で洗い流し、目に入った時には水で洗った後、直ちに医師の治療を受けてください。
- 電池は飲み込むと、窒息や中毒の恐れがあり大変危険です。幼児の手の届かない所に置いてください。
- 電池を破棄する場合および保存する場合には、テープなどで絶縁してください。他の金属や電池と混ざると発火、破裂の原因となります。
- この製品に使用している電池は充電式ではありません。無理に充電すると、液漏れ・破損などの恐れがありますので、充電はしないでください。
- 「0℃~+45℃から外れた温度」下で長時間放置すると、電池が液漏れしたり、電池寿命が短くなったりする事がありますので、このような環境下に置かないでください。

電池交換

△ 注意

※電池交換をするとすべての記録が消去されます

電池交換に必要なもの(別売)

- ・小型のプラスドライバー
- ・電池：CR2032

- ①電池フタを開けます。
- ②電池を入れます。電池の+極を上にしてください。
- ③電池フタを閉めてください。

ご自身での電池交換が難しい場合は、お買い上げ店または時計専門店などにご用命ください。(有償)

その他

△ 警告

- 転倒時や他人との接触によって、思わぬケガを負う場合がありますので、ご注意ください。
- 本体やストラップによって、大切な衣類やお体を傷つける事がありますので、取扱いには充分注意して身に付けたまま走る・遊ぶ・振り回すなどしないでください。
- 特に乳幼児を抱いたりする場合には、製品に触れる事でケガを負ったり、アレルギーによるかぶれを起こしたりする事もあります。充分にご注意ください。
- 本製品に防水機能はありません。雨天や水の中に入れてしまうような環境での使用はできません。

アフターサービスについて

- 保証期間中のアフターサービスについては、お買い上げ店にご相談ください。保証期間経過後の修理については、お買い上げ店またはお近くの取扱店にご相談ください。保証期間中は原則的に修理が可能ですが、保有パーツの在庫が無くなった場合など、修理をお断りさせて頂くこともございますのでご了承願います。
- 修理の時、部品・その他すべての付属品は、一部代替部品を使用させていただく事もありますのでご了承願います。
- 実際に修理が可能かどうかはご使用の状態により異なり、精度などは元通りにならない場合もあります。
- 保証期間外もしくは保証の対象とならない修理の際は、本体の修理代金の他に買い上げ店と修理工場との間の往復運賃・諸掛り費用をお客様にてご負担願います。修理内容によっては修理代が標準小売価格を上回る事もございますので、修理依頼の際には取扱店様とよくご相談の上ご依頼ください。

製造元 株式会社クレファ

株式会社クレファアフターサービス

〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢1638-1
TEL:042-703-1785 FAX:042-700-1106
(土休日を除く平日10:00~12:00 / 13:00~17:00)