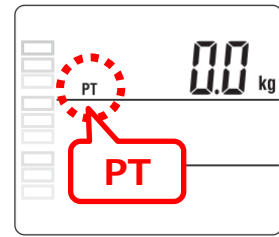


# 体組成計の測定方法（1/3）

体組成計での測定は、下記の①～③の手順で行っていただきます。

はじめに、体組成計の画面に【PT】と表示されていることを確認してください。  
表示されていない場合はON/OFFボタン（オレンジのボタン）を押して電源を入れてください。



## アプリ・Fitbitコースの方（会員QRコード）

①アプリコース  
歩数計アプリ「HealthPlanet Walk」を開き、「その他」>「会員QRコード」をタップします。

②Fitbitコース  
健康管理アプリ「からだカルテ」を開き、右上の人型のアイコンから「会員QRコード」をタップします。



スマホの画面（会員QRコード）をQRコードリーダーのカメラにかざして読み取らせます。 ※「会員QRコード」をかざすのは、オレンジ色の機器です。

カメラにかざして、アナウンスが流れたら測定できます

1

## 活動量計コースの方

活動量計をリーダーライターに置き、アナウンスが流れたら測定できます

リーダーライターのランプ表示がみどり色であることを確認してから、活動量計を置きます。ランプ表示があお色に変わり「準備が整いました。測定できます」のアナウンスが流れたら、測定できます。

！ 体重・体組成の測定が終了するまで活動量計は置いたままにしてください！

### <よくあるエラー>

活動量計を正しい位置に置かないとあか色に点滅します。中央に位置するように置いてください。



歩数計データを送信します

準備が整いました 測定できます



# 体組成計の測定方法（2/3）

**靴を履いたままでは測定できません。**

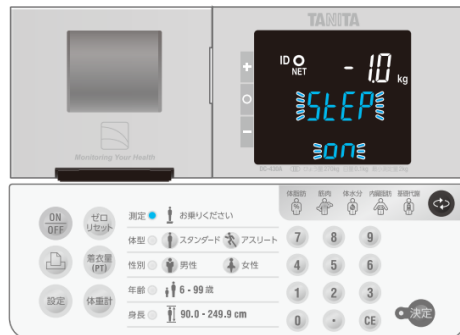
**靴下やタイツを脱いで、裸足で体組成計にお乗りください。**

※薄手のストッキングであれば、はいたままでも測定可能ですが、測定台の電極部分にアルコールスプレーを吹きかけてからお乗りください。足裏が乾燥していると正しく測定できない場合があります。

## 体重をはかります

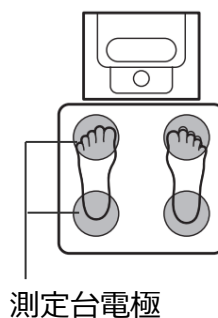
表示部に、年齢・身長が表示された後、画面に【**StEP on**】の文字が表示されたら**体重がはかれる状態です。**

裸足で、測定台に乗ります。



### 測定の際の注意点

- 右図のように測定台電極（金属の部分）に足の位置を合わせ、つま先側とかかと側の電極の両方に足がかかるように乗ってください。
- 座ったまま測定しないでください。
- ペースメーカー等、体内機器を使用されている方は体組成計の測定を行わないでください。装着している機器に重大な影響を与える可能性があります。



※体重の次に体組成の測定がはじまります。

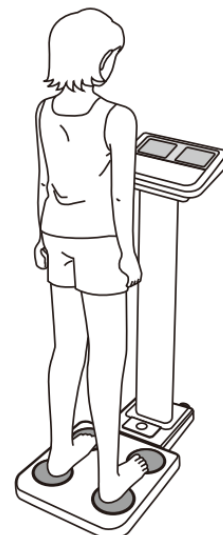
体組成の測定が終了するまで、測定台から降りないでください。

2

## 体組成をはかります

体重測定の後、体組成の測定を開始します。画面に【**StAY**】の文字が表示されたら、右図のように測定姿勢をとり、測定中は動かないようにしてください。

「000000」が消えたら測定が終了し、測定結果が表示されます。



## 測定が終了したら体組成計から降ります

「測定が終了しました」とアナウンスが流れたら、体組成計から降りてください。  
※活動量計やスマートフォンの置き忘れにご注意ください。

活動量計コースの方は、体脂肪率が5%未満の場合、測定後にリーダーライターが**あか色に点滅**して、「失敗しました。置き直してください。」という音声がありますが、測定とデータ送信は問題なく完了していますのでご安心ください。  
なお、体脂肪率が3%未満の場合、部位別の測定値、左右バランス、脚点、内臓脂肪レベルは出力されませんのであらかじめご了承ください。

### <活動量計コースの場合>

測定が終了すると**みどり色に点滅**して、「測定が終了しました」という音声流れます。



測定が  
終了しました

### <アプリ・Fitbitコースの場合>

測定が終了すると**みどり色に点滅**して、「測定が終了しました」という音声流れます。



測定が  
終了しました

以上で、体組成計の測定手順は完了となります。

## 測定結果はレシート用紙に印刷されます