TANITA
健康をはかる

チェッカー付ヘルスメーター
Bathroom Scale



最大計量（ひょう量）120kg
最小目盛（目量）0〜120kgまで1kg

HA-600-BK（ブラック）

取扱説明

⚠ 警告 誤った取扱いをすると、「人が死亡または重傷を負う恐れのある」内容を表示しています。

- タイル面やぬれた床など、すべりやすい所では使用しないでください。また、はかりの端には絶対にのらないでください。はかりが転倒したり、すべったりして、ころんで大ケガをする恐れがあります。
- からだの不自由な方がご使用になるときは、介助者が援助するか、手すりを利用してください。
- はかりに飛びのったり、跳びはねたりしないでください。転倒して大ケガをする恐れがあります。

⚠ 注意 誤った取扱いをすると、「傷害を負う恐れまたは物的傷害が発生する恐れのある」内容を表示しています。

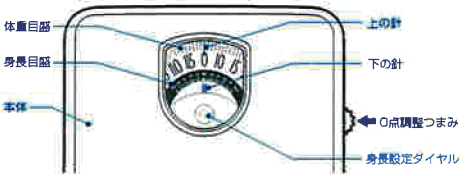
- はかりのすき間や穴に指を入れないでください。ケガをする恐れがあります。
- はかりの表示部にはのらないでください。破損してケガをする恐れがあります。
- はかりの持ち運びには注意してください。時に乳幼児には絶対に持ち運びさせないでください。落として大ケガをする恐れがあります。

⚠ ご使用上の注意

- このヘルスメーターは硬い平らな床の上に水平に置いてご使用ください。畳やじゅうたんの上では正確な測定ができません。
- 飛びのったり、ぶつけたりしますと目盛が正常に動かなくなりますので静かにのりおりしてください。
- 水でぬれた時は、乾いた布で拭いてください。汚れた時は、水または家庭用の中性洗剤を柔らかい布に浸し固く絞って拭き、その後、乾いた布で拭き取ってください。熱湯、ベンジン、シンナー等は使用しないでください。注油も必要ありません。

健康管理装置の名称と使い方

■各部の名称



より正確に体重をはかるため精神面に2～3kgの力を数回加え0点調整つまみで指針「上の針」にゼロを合わせてからご使用ください

■使い方（BMIによる標準体重と肥満度を4つのゾーンでお知らせします）

タイヤルを回してあなたの身長を下の針で身長目盛に合わせてください
ヘルスメーターにのると上の針があなたの体重を、下の針があなたの身長と体重のバランスをお知らせします



身長指針からラーゾーン中央の「標準ゾーン」を指しているとき、あなたの体重は身長とバランスがとれています



「標準ゾーン」の左となりは「やせぎみゾーン」、右となりは「やや肥満ゾーン」です



さらに右側の「肥満ゾーン」は要注意です

BMIとは・・・

BMIとは「Body Mass Index」の略で、体の大きさの指数です。BMIは国際的にも広く普及し、体の中に占める脂肪量との相関が高いことから、日本肥満学会が肥満の判定基準の統一を目指して提言しています。BMI値は体重（キログラム）を身長（メートル）の二乗で割った値です。BMI値22が有病率も低く標準値とされています。

BMIを求めるには……BMI＝体重(kg)÷身長(m)²

標準体重を求める式は…標準体重(kg)＝身長(m)²×22

	やせ	普通	肥満度1	肥満度2
				
BMI値	18.5未満	18.5以上25未満	25以上30未満	30以上

＊BMIによる判定は成人を対象としています。

■タニタヘルスメーターは、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。なお、ご使用の場合、はかれた体重に対して下記の範囲まで精度を保証いたします

50kgまではかる場合	±1.2目盛
60kgをこえ120kgまではかる場合	±2.0目盛

■このヘルスメーターは、体重をはかるのが主な目的ですので、物品の売買取引やその他の官方を証明する場合はご使用にならないでください。

■本品は、精密機器につき、落としたり、強い衝撃をあたえないでください。また、絶対に分解しないでください。故障の原因となります。

正 学歴用 社名印刷マーク

総合検定印 伊藤

株式会社 タニタ
〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2
東京・大阪・名古屋・福岡・仙台・札幌
ホームページアドレス http://www.tanita.com
お客様サービス相談室 お問い合わせ先 0120-133821
受付時間/9:00～18:00(土・日・祝日は除く)

TANITA Corporation MADE IN CHINA