

TANITA®

健康をはかる

取扱説明書

保証書付

塩分計 しおみスプーン SO-312



※本書に記載されているイラストはイメージです。

もくじ





●安全上のご注意	1
●取扱いについて	2
●測定上のご注意	3
●各部の名称	4
●電池を入れる	5
●電池を交換する	6
●保証書	7
●アフターサービスについて	8
●主な仕様	9
●塩分濃度を測定する	10
●表示の見方	12
●故障かなと思ったら	12
●塩分と健康	14
●主な調味料と塩分	14
●インスタント食品と塩分	15
●外食と塩分	15

お願い

誤った使い方をしますと、重大な事故につながるおそれがあります。この取扱説明書をよくお読みいただき、正しく安全にご使用ください。また、必要な時にはすぐに取り出せるよう、身近に大切に保管してください。

安全上のご注意

本書では、お使いになる人や他の人々への危害や財産の損害を未然に防止するために、お守りいただきたいことを、次のように説明しています。本文をよくお読みいただき、本器を安全に正しくお使いください。

 警告	この表示を無視して誤った取扱いをすると、「人が死亡または重傷を負うおそれのある」内容を表示しています。
 注意	この表示の欄は「傷害を負う危険または物的損害が発生するおそれのある」内容です。
 禁止	してはいけない「禁止」内容です。
 強制	必ず実行していただく「強制」内容です。

警告



禁止

- 電池、電池蓋、本器を幼児の手の届くところにおかない
▶口に入れるおそれがあります。



禁止

- 電池は火中に投じない
▶破裂してけがをするおそれがあります。



注意

■取扱いについて



禁止

- 絶対に分解しない ▶故障の原因になります。



禁止

- 過度の衝撃や振動を与えない ▶故障の原因になります。

取扱いについて

お願い

■取扱いについて



- 防水性能は生活防水(IPX4相当)です。
禁止 丸洗いや食器と一緒につけ洗いなどをしないでください。
▶故障の原因になります。



- 食器洗い機、食器乾燥機などには使用にならないでください。
禁止 ▶故障の原因になります。



- タワシや金属などの硬いものでこすらないでください。
禁止 ▶故障の原因になります。



- 本器は塩分測定器ですので通常のスプーンとしては使用しないでください。
禁止 ▶故障の原因になります。



- 食品以外の液体塩分測定には絶対に使用しないでください。
禁止 ▶故障の原因になります。

■保管について



- 使用後はセンサー部に測定物を付着したままで保管しないでください。
禁止 ▶水で洗い流し、乾いた柔らかい布でよく拭き取り清潔にしてください。



- 高温や直射日光の当たるところ、温度・湿度の変化の激しいところ、ほこりっぽいところに保管しないでください。
禁止 ▶故障の原因になります。

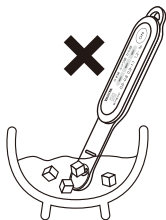


- シンナーやベンジンなどは使用しないでください。
禁止 ▶本体の汚れは、柔らかい布で拭いてください。

測定上のご注意

お願い

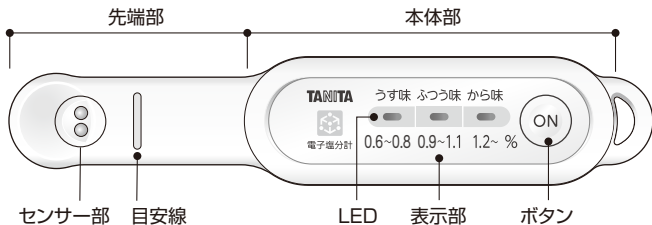
- 測定できる料理について
 - ▶この塩分計は、さらさらした料理の液体(例:味噌汁やスープ、煮汁)の塩分濃度を測定します。どろどろした粘性の高い液体、固形物は測れません。
- 測定できるスープなどの温度について
 - ▶60℃～80℃です。これ以外の温度では正確な測定ができません。
- 測定はセンサー部を5秒以上スープなどに入れた状態で行ってください。
 - ▶短時間では、正確な測定ができません。
- 本器ではスープなどをすくって測定しないでください。
 - ▶正確な測定ができません。必ずスープなどの中にセンサー部を完全に入れた状態で測定してください。
- 長時間の連続測定やスープなどの中に入れてそのままにしないでください。
 - ▶故障の原因になります。
- 油分が非常に多く含まれているスープなどを測定しないでください。
 - ▶正確な測定ができません。
- 沸とうしたスープなどの中には入れないでください。
 - ▶本器が変形して故障します。
- 測定中スープなどの具材がセンサー部に触れないように測定してください。
 - ▶正確な測定ができません。



正確な測定ができません

各部の名称

表面



裏面



付属品

取扱説明書

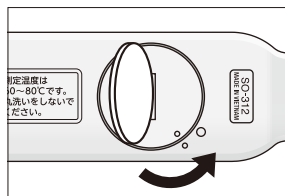
お試用電池(CR2032)×1個(電池の残量によっては、動作しない場合があります)

※不足しているものがありましたら、

お客様サービス相談室(フリーダイヤル ☎0120-133821)までご連絡ください。

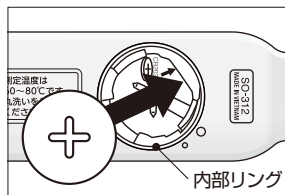
電池を入れる

1. コインを使って、
電池フタをゆるめて外す。



2. 電池(CR2032)の+側を上にして、矢印の方向から先に入れる。

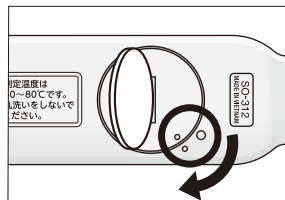
※内部リングが外れた場合、もとに戻してください。



3. 電池フタのマークの位置に注意しながら、コインを使って電池フタをしめる。

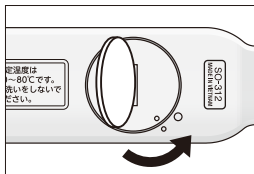
※付属のお試用電池は工場出荷時に収められたものですので、寿命が短い場合があります。

※古い電池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。

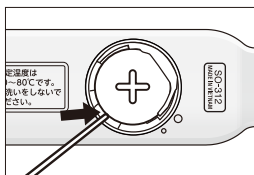


電池を交換する

1日5回使用した場合、約3年で電池が消耗しますので、電池を交換してください。



1.コインを使って、
電池フタをゆるめて外す。



2.図の矢印の部分に細い棒を入れて
持ち上げ電池を取り出してください。
※幼児の誤飲防止のため、指では取り出し
にくくなっています。

3.P.5「電池を入れる」の2.3.の指示に
したがって新しい電池を入れてください。

⚠ 注意



禁止

- 指定の電池(CR2032)以外は使用しないでください。
▶故障の原因になります。



強制

- 電池は⊕⊖の方向を正しく入れてください。
▶間違えると故障の原因になります。

⚠ 警告



禁止

- 電池は乳幼児の手の届くところに置かない
▶誤飲のおそれがあります。万一、電池を飲み込んだ場合には直ちに医師に相談してください。
真夜中など、お近くの医師に相談できない場合は、下記へ電話して指示を受けてください。

毒性等に関する
お問い合わせ先

(公財)日本中毒情報センター中毒 110番
(大阪)072-727-2499(24時間対応)

＜無料修理規定＞

- 1、取扱説明書等の注意書きに従った正常な使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理をさせていただきます。
 - 2、保証期間内に故障して無料修理をお受けになる場合には、弊社お客様サービス相談室にご連絡の上、本器と保証書をお送りください。
 - 3、ご贈答品等で本保証書に必要事項が記入されていない場合には、弊社お客様サービス相談室へご相談ください。
 - 4、保証期間内でも次の場合には、有料修理になります。
 - イ、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
 - ロ、お買い上げ後の落下等による故障および損傷
 - ハ、火災、地震、水害、落雷、ガス害、塩害その他の天災地変、公害や異常電圧による故障および損傷
 - 二、保証書の提示がない場合
 - へ、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替えられた場合
 - 5、保証書は、日本国内においてのみ有効です。
 - 6、保証書は、再発行いたしませんので紛失しないように大切に保管してください。
- ※保証書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従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ので、保証期間後の修理についてご不明の場合は、弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

保 証 書

販売店様へ _____

ご購入時に貴店にて、保証書の所定事項(お買い上げ日、販売店様欄に捺印)をご記入のうえ、お客様にお渡しください。

お客様へ _____

本書は、無料修理規定により無料修理を行うことをお約束するものです。
お買い上げの日から下記保証期間中に故障が発生した場合は、本書をご提示のうえ、弊社お客様サービス相談室に修理をご依頼ください。

※お客様の個人情報は、修理完了品の発送にのみ使用させていただきます。
この間、お客様の個人情報は、第三者が不当に触れることのないよう、弊社規定に基づき、責任を持って管理いたします。

品 名	塩分計 しおみスプーン SO-312		
保 証 期 間	本体 お買い上げ日より1年		
お買い上げ日	年 月 日		
お 客 様	ご住所		
	お名前	様	
	電話	()	
販 売 店	ご住所・店名	(印)	
	電話	()	

株式会社 **タニタ**

〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2

お客様サービス相談室 受付時間/9:00~18:00(土・日祝祭日は除く)

フリーダイヤル ☎0120-133821 デバイス ☎0570-783551(南)

©2015 TANITA Corporation SO3127601(1)-1504FA

アフターサービスについて

1. 保証書について

保証書は、この取扱説明書に付いておりますので、必ず「販売店名、お買い上げ日」等の記入をお確かめになり、保証内容をよくお読みいただき、大切に保管してください。保証期間は、お買い上げ日より1年間です。

2. 修理を依頼される時

- 保証期間中は、弊社お客様サービス相談室へお電話にてご連絡のうえ、本器に保証書を添えてお送りください。
- 保証期間が過ぎているときは、弊社お客様サービス相談室にご相談ください。修理によって本器の機能が維持できる場合は、ご希望により有料修理させていただきます。

3. ご不明な点は弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

株式会社 **タニタ**

お客様サービス相談室 〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2

タニタ サービスセンター 〒014-0113 秋田県大仙市堀見内字下田茂木添28-1

ホームページアドレス

<http://www.tanita.co.jp>

お問い合わせ先

フリー
ダイヤル



0120-133821

携帯電話からはフリーダイヤルに繋がりません。

携帯電話からのお問い合わせはナビダイヤルをご利用ください。

ナビ
ダイヤル



0570-783551

通話料はお客様負担となりますのでご了承ください。

受付時間 / 9:00～18:00(土・日・祝祭日は除く)

主な仕様

製品番号	S0-312
検出方法	電気伝導度測定方式
表示方法	LED3段階表示
測定範囲	塩分濃度 0.6%~1.2%
測定温度	60℃~80℃(スープなどの温度)
電池寿命	約3年(1日5回使用の場合)
使用温度範囲	20℃~30℃(使用する環境温度)
防水性能	生活防水(IPX4相当) あらゆる方向からの水の飛まつによっても、性能に影響を及ぼす程度の水の侵入がないもの。 丸洗いはできません。
電源	DC3.0V (CR2032×1個)
外形寸法	D34×W171×H12mm
質量	約27g(電池含む)
主な材質	本体部：PP
	先端部：PP
	センサー部：鉛レス黄銅に金メッキ処理
耐熱温度	100℃(先端部)
付属品	取扱説明書(保証書付き) お試し用電池 (CR2032×1個)
生産国	ベトナム

※先端部、センサー部は食品衛生法に適合しています。

※先端部(食品に触れる部分)の素材は、ビスフェノールA(BPA)を含まないポリプロピレン(PP)です。

検出方法(電気伝導度測定方式)

食塩は水溶液中ではナトリウムイオンと塩化物イオンに解離しています。その溶液の電気伝導度は食塩濃度に比例することから、電気伝導度を測定して食塩濃度を測定する方式です。

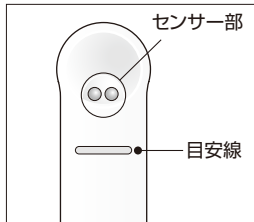
※デザイン及び製品仕様は予告なく変更する場合があります。

塩分濃度を測定する

お願い

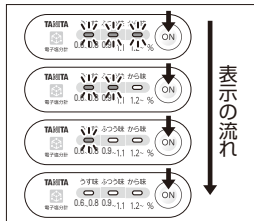
- 味噌汁などをお椀に入れて測る場合は、次の点にご注意ください。
 - ▶測定温度は60℃～80℃です。(スープなどの温度)
 - ▶具材がセンサー部に触れないように測定してください。
- 使用後はセンサー部が汚れているため、水でよく流し、乾いた柔らかい布などで水気を拭き取り保管してください。

測定準備



塩分濃度を測定する前に、センサー部が汚れていないか確認してください。汚れている場合は、正確な測定ができませんのでセンサー部をよく水洗いしてください。

1.動作を確認する。



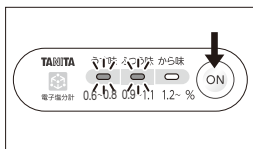
「ON」ボタンを押し続け、最初にすべてのLEDが点灯し、「1.2～」のLEDから順番に消灯することを確認してください。

2.測定する。



LED消灯後、ボタンを押し続けた状態で目安線が浸かるまで入れ、5秒かきまぜてください。
(ボタンは測定表示を確認するまで押し続けてください。)

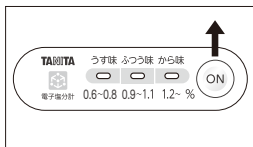
3.表示を確認する。



測定物に入れた状態で、LEDの点灯が停止したところの表示が塩分濃度になります。

- 塩分濃度0.6%未満：LEDは点灯しません。
- 塩分濃度1.2%以上：LEDは全て点灯します。

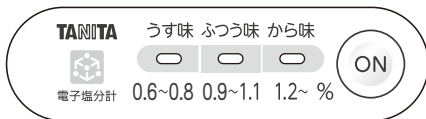
4.測定を終了する。



ボタンを放すとLEDが消灯します。

表示の見方

うす味、ふつう味、から味、の3つの味覚を塩分濃度に分けて表示します。



塩分濃度(%)から塩分摂取量(g)への換算表と計算式

塩分濃度(%)	100cc	200cc
うす味 0.6%	0.6g	1.2g
ふつう味 1.0%	1.0g	2.0g
から味 1.2%	1.2g	2.4g

(飲んだ量(cc)×塩分濃度(%))÷100=塩分摂取量(g)

故障かなと思ったら

現象	ご確認ください。
実際の塩分より高く表示される。	<ul style="list-style-type: none">●塩分濃度の高いものを測定したあとすぐに塩分濃度の低いものを測っていませんか? ▶塩分濃度の高いものを測定したあとは、センサー部に付着した塩分を拭き取ってから測定してください。
実際の塩分より低く表示される。	<ul style="list-style-type: none">●スプーンなどの具材にセンサー部が触れていませんか? ▶具材がセンサー部に触れないよう測定してください。●クリームスープ、バター、マーガリンなど油分が非常に多く含まれるスープなどを測っていませんか? ▶センサー部に油膜ができてしまうため、正確な測定ができません。

故障かなと思ったら (つづき)

現 象	ご 確 認 く だ さ い。
測定できない。 (LEDが点灯しない)	<ul style="list-style-type: none"> ● スープなどの温度が60℃未満になっていませんか？ ▶ スープなどの温度を60℃～80℃の範囲で測定してください。 ● 塩分濃度が0.6%未満と考えられます。 ▶ 塩分濃度の測定範囲は、0.6%～1.2%です。 ● スープなどの「とろみ」で、どろどろしていませんか？ または、固形物を測っていませんか？ ▶ この塩分計は、さらさらした液体(例:味噌汁やスープ、煮汁)の塩分濃度を測定します。どろどろした粘性の高い液体、固形物は測れません。 ● 測定時にスイッチを5秒以上押し続けていますか？ ▶ 測定時はスイッチを5秒以上押し続けてください。 ● センサー部に汚れがついていませんか？ ▶ 測定前にセンサー部の汚れを落としてから測定してください。 ● 電池が消耗していませんか？ ▶ P5.「電池を入れる」、P.6「電池を交換する」を参照してください。
測定結果が安定しない。	<ul style="list-style-type: none"> ● スープなどをよくかきまぜてから測定していますか？ ▶ スープなどをよくかきまぜてから測定してください。 ● スープなどにセンサー部を完全に入れてありますか？ ▶ スープなどにセンサー部を完全に入れてください。
スイッチを押しても何も表示しない。 または、表示が全点灯してすぐに消える。	<ul style="list-style-type: none"> ● 電池が消耗していませんか？ ▶ P5.「電池を入れる」、P.6「電池を交換する」を参照してください。

塩分と健康

●塩分摂取量

平成24年厚生労働省による「国民健康・栄養調査」では、日本人の20歳以上の1日の塩分摂取量は男性で11.3g 女性で9.6gであり、高血圧やがんなどの生活習慣病に深くかかわっているとされています。この塩分摂取量は平成27年厚生労働省による「食事摂取基準」での、18歳以上の男性で8.0g未満、女性で7.0g未満を超えています。そこで食生活全般にわたって味覚だけに頼るのではなく、ご家庭で塩分計により実際の塩分を測定し、塩分を控えた食習慣を身につけることが、健康な生活をおくるための1歩と言えましょう。

主な調味料と塩分

調味料	はかる容器と重さ	塩分相当量
食塩	小さじ1杯 5g	5.0g
こいくちしょうゆ	大さじ1杯 18g	2.6g
うすくちしょうゆ	大さじ1杯 18g	2.9g
みそ	大さじ1杯 15g	1.9g
ウスターソース	大さじ1杯 18g	1.5g
トマトケチャップ	大さじ1杯 15g	0.5g
マヨネーズ	大さじ1杯 14g	0.3g
めんつゆ（ストレート）	大さじ1杯 18g	0.6g
固形コンソメ	4g	1.7g

※「五訂 日本食品標準成分表」より算出

インスタント食品と塩分

- お店で売られているインスタント食品には実にさまざまな種類があります。近頃ではこのインスタント食品も手軽でおいしくいただけるものが多くなりましたが、やはり塩分が意外に多く含まれていますので注意したいものです。

インスタント食品と塩分の目安

インスタント食品	一人分	塩分相当量
袋入りラーメン（油あげ）	100g	5.6g
カップ焼きそば	110g	4.2g
カレー ピーフレトルト	210g	2.7g
冷凍ピラフ	250g	2.3g

※「五訂 日本食品標準成分表」より算出

外食と塩分

- おいしいメニューが手軽にいただける外食は食事の楽しさもまた格別ですが、忘れてはならないのは塩分です。たとえば、めん類などにはかなりの塩分が含まれていますから、汁は全部飲まないで半分以上は残すなどの配慮が必要です。また、つけ汁なども控えましょう。

主な外食と塩分の目安

外食メニュー（1人分）	塩分量
天ぷらそば・月見そば	約4.0g
ラーメン	約4.0g
みそラーメン	約6.0g
カツ丼	約4.5g
天丼	約4.0g
にぎりずし	約4.0g
サンマの塩焼き	約1.5g
豚肉のしょうが焼き	約3.0g

※「五訂 日本食品標準成分表」より算出