

取扱説明書

保証書付

塩分計 しおみくん SO-313



※本書に記載されている
イラストはイメージです。

もくじ

安全上の注意	2
使用上の注意	3
お手入れについて	3
正しいはかりかた	4
本器の廃棄について	4
電池の廃棄について	4
各部の名称／付属品	5
電池を入れる	6
電池を交換する	7
アフターサービス	8
保証書	8
無料修理規程	9
個人情報の取り扱い	9
仕様	10
塩分濃度を測定する	11
表示の見かた	13
「故障かな?」と思ったら	13
塩分と健康	15
主な調味料と塩分	15
インスタント食品と塩分	16
外食と塩分	16

お願い

誤った使いかたをしますと、重大な事故につながるおそれがあります。本書をよくお読みいただき、正しくご使用ください。また、必要なとき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。

安全上の注意

使用する人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、安全に関する重要な内容を記載しています。ここに示す内容をよくお読みいただき、本器を正しく使用してください。

 **警告** この表示の欄は「死亡または重傷※¹を負うおそれのある」内容です。

 **注意** この表示の欄は「傷害※²を負うおそれまたは物的損害※³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。

 **必ず守る** 「必ず守っていただく」内容です。

※¹:重傷とは失明やけが、やけど(高温・低温)、感電、骨折、中毒などで後遺症が残るもの、および治療に入院・長期の通院を要するものをさします。

※²:傷害とは、治療に入院や長期の通院を要さないけが・やけど・感電などをさします。

※³:物的損害とは、家屋・家財などへの拡大損害をさします。

警告

使用前および使用中に本器に異常が確認されたら使用しない
異常があるまま使用すると、けがや事故が発生するおそれがあります。

乳幼児や子供の手が届くところに保管しない
乳幼児や子供だけで使用させない

電池などの小さな部品を飲み込み、窒息するおそれがあります。
また感電やけがをするおそれがあります。
万一、飲み込んだ場合には直ちに医師に相談してください。

 **禁止**
本器や電池を加熱しない
本器の変形や電池の発火により、けがや火災が発生するおそれがあります。

本器に強い衝撃を与えない
本器を落とす、または本器に物を落とすなど、強い衝撃を与えないでください。
本器が破損して、けがをするおそれがあります。

すき間や穴に指を入れない
けがをするおそれがあります。

注意

分解や改造をしない
けがや感電をするおそれがあります。

電池を入れるときは、極性(⊕ ⊖)を間違えない
長期間使用しない場合は、電池を入れたままにしない
電池の取り付け、交換はぬれた手で行わない

 **禁止**
・液もれや発熱、破裂により、けがをするおそれがあります。
・電池の中の液が皮膚や衣服についた場合はきれいな水で洗い流してください。
目に入った場合は、すぐにきれいな水で洗い流して、医師の診察を受けてください。
・液もれなどで、床などを汚損するおそれがあります。

 **必ず守る**
センサー部の先端は尖っているため、十分に注意して取り扱う
けがをするおそれがあります。

使用上の注意

以下の内容を守らないと本器が破損や故障するおそれがあります。

右に示すところで本器を保管、使用しない	・直射日光のあたるところ ・熱を発する器具に近いところ ・温度変化の激しいところ ・湿気の多いところ ・ほこりの多いところ
アルコールや熱湯、ベンジン、シンナー、漂白剤などの薬品は使用しない	破損や変形、変色するおそれがあります。
本体部をぬらさない	本体部は防水ではありませんので、誤動作や故障するおそれがあります。
すき間や穴に異物を入れない	破損や故障するおそれがあります。
過度の衝撃や振動を与えない	破損や故障するおそれがあります。
指定の電池以外は使用しない	故障するおそれがあります。
食品以外の液体塩分測定には使用しない 長時間、食品の中にセンサー部を入れたままにしない 沸騰した液体を測定しない	故障するおそれがあります。
使用後はセンサー部に測定物が付着したままで保管しない	故障するおそれがあります。水で洗い流し、乾いたやわらかい布でよく拭き取り清潔にしてください。
センサー部を硬いものでこすらない	センサー部はタワシや金属などの硬いものでこすらないでください。故障するおそれがあります。

お手入れについて

本 体 部

1. 水または中性洗剤に浸して固く絞ったやわらかい布で汚れを落としてください。
2. 乾いたやわらかい布できれいに水分を拭き取ってください。

センサー部

水で洗い流し、乾いたやわらかい布でよく拭き取り清潔にしてください。

※アルコール、ベンジン、シンナー、漂白剤などの薬品は使用しないでください。

※すべりやすいので十分注意してください。

正しいはかりかた

測定できる食品について

本器は、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や油分が非常に多く含まれている液体、および固形物は測定できません。

測定できる食品の温度について

30℃～90℃です。これ以外の温度では正確に測定できません。

食品にセンサー部が完全につかるよう、先端部の中ほどまで入れてください。

測定するときは先端部を食品に入れたまま5秒以上

保持してください。

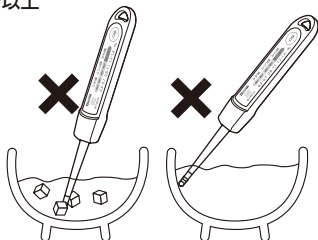
短時間では、正確に測定できません。

具材がセンサー部に触れないように測定してください。

センサー部が容器に触れないように測定してください。

電子レンジ、IH調理器、ワイヤレス通信機器、電線、発電所、電波塔などから可能な限り遠くに離れて使用してください。

本器が誤動作して電池寿命に影響を及ぼすおそれや、正確に測定できないおそれがあります。



正確に測定できません。

本器の廃棄について

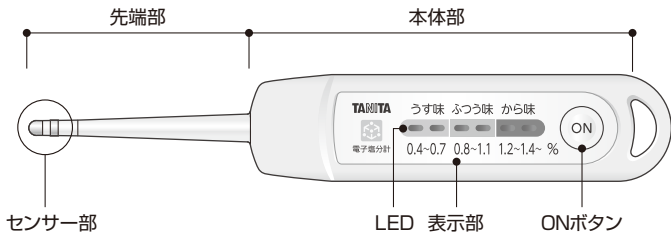
お住まいの市区町村の定めに従って、電池を抜いてから廃棄してください。廃棄について不明な点がある場合は、お住まいの市区町村にご相談ください。小型家電リサイクル法に基づき、お住まいの市区町村、または認定事業者による回収にご協力ください。

電池の廃棄について

お住まいの市区町村の定めに従って、廃棄してください。廃棄について不明な点がある場合は、お住まいの市区町村にご相談ください。

各部の名称／付属品

表面



裏面



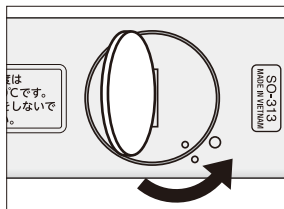
付属品

- ☒取扱説明書(本書)保証書付
- ☐お試用電池(CR2032コイン形リチウム電池×1個)
(電池の残量によっては、動作しない場合があります)

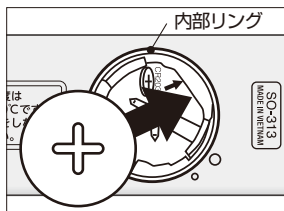
※付属のお試用電池は工場出荷時に収められたものですので、電池寿命が短い場合があります。

※不足しているものがありましたら、弊社お客様サービス相談室にご連絡ください。
(P.9)

電池を入れる

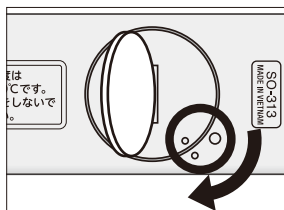


1. コインを使って、電池フタをゆるめてはずす。



2. 電池 (CR2032) の+側を上にして、矢印の方向から先に入れる。

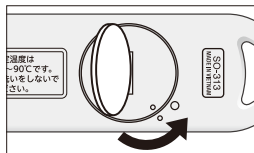
※内部リングがはずれた場合、もとに戻してください。



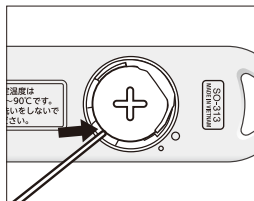
3. 電池フタのマークの位置に注意しながら、コインを使って電池フタをしめる。

※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。

電池を交換する



1. コインを使って、電池フタをゆるめてはずす。



2. 図の部分に、つまようじなどの電気を通さない細い棒を入れて持ち上げ電池を取り出し、新しい電池と交換してください。

※ 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.6「電池を入れる」の2.3.を参照して新しい電池を入れてください。

※ 指定の電池(CR2032)コイン形リチウム電池以外は使用しないでください。
故障するおそれがあります。

※ 電池は極性(⊕、⊖)の方向を正しく入れてください。
間違えると故障するおそれがあります。

※ 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。

アフターサービスについて

本器の故障などについて、無料修理規程のもとで無料修理をお約束いたします。
修理を希望される場合は以下に示す内容をよくお読みいただき、弊社お客様サービス相談室にご連絡ください。

1. 無料修理の保証期間について

保証期間は、お買い上げ日より1年です。お買い上げ日は、販売店が保証書に記入した内容か、購入証明書(購入時のレシートなど)で証明いただけますので、いずれかを大切に保管してください。

2. 無料修理の保証範囲について

保証範囲は、無料修理規程に示されている条件をご確認ください。

3. 修理のご依頼について

保証期間中のご依頼は、弊社お客様サービス相談室にご連絡のうえ、お買い上げ日が記入された保証書もしくは購入証明書(購入時のレシートなど)を本器に添えてお送りください。

保証期間を過ぎてからのご依頼は、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。

4. 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。

保 証 書

販売店様へ

ご販売先に貴店にて、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

販売店名とお買い上げ日の記入が無い場合は、無料修理をお約束できません。その場合は購入証明書(購入時のレシートなど)で代替して証明いただけますので、ご本人様の情報を記入いただいた保証書とあわせてご提示ください。

品 名	塩分計 しおみくん SO-313		
保 証 期 間	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	
	お電話 ()		
販 売 店	店名・所在地		
	お電話 ()	(印)	

無料修理規程

1. 取扱説明書など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. ご贈答品などで購入証明ができない場合は、弊社お客様サービス相談室にご相談ください。
3. 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などによる故障および損傷
 - ハ、付属品、消耗品の故障および交換
 - ニ、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
 - ホ、一般家庭以外で使用された場合の故障および損傷
 - ヘ、保証書などでお買い上げ日、お客様名、販売店名を証明できない場合、あるいは誤った情報が提示された場合
4. 本規程は、日本国内においてのみ有効です。本器を日本国外で使用される場合、無料修理を含めたすべての対応の対象外となります。
5. 本規程は、定められた期間や条件のもとで無料修理をお約束するものであり、お客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証期間が過ぎている場合の修理については、弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください。

個人情報の取り扱い

1. 修理対応にあたり、お客様の個人情報をご提示いただく場合があります。
2. お客様からご提示いただいた個人情報は修理対応に使用させていただき、第三者が不当に触れることのないよう、弊社規程に基づき、責任をもって管理いたします。

株式会社 **タニタ**

本社・お客様サービス相談室 〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2

ホームページアドレス <https://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つながりません。
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 / 9:00～17:00 (祝日を除く月～金)

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

仕 様

検 出 方 法	電気伝導度測定方式
表示方法	LED6段階表示
測 定 範 囲	塩分濃度 0.4%～1.4%
測 定 温 度	30℃～90℃(食品の温度)
電 池 寿 命	約1年(1日5回使用の場合)
使用温度範囲	10℃～40℃(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浸入がないもの。 丸洗いはできません。
電 源	3V DC(CR2032コイン形リチウム電池×1個)
寸 法	約 幅204×高さ34×奥行19 mm
質 量	約36g(電池含む)
主 な 材 質	ABS、PP、ステンレス
耐 熱 温 度	100℃(先端部)
付 属 品	取扱説明書(本書)保証書付 お試し用電池(CR2032コイン形リチウム電池×1個)
生 産 国	ベトナム

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。

※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。

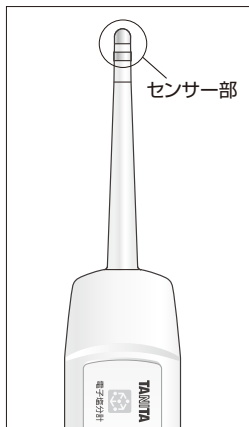
※デザインおよび仕様は予告なく変更する場合があります。

塩分濃度を測定する

お願い

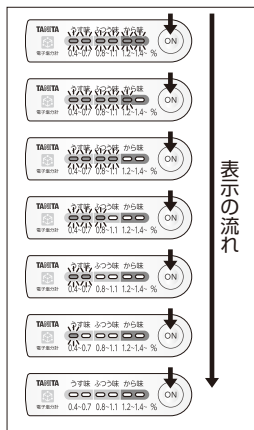
- ・測定温度は30℃～90℃です。(食品の温度)
- ・具材がセンサー部に触れないように測定してください。
- ・測定後はセンサー部を水で洗い流し、乾いたやわらかい布でよく拭き取り清潔にしてください。

1. センサー部を確認する



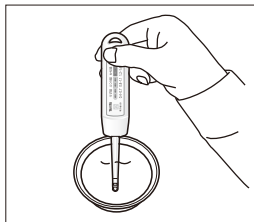
塩分濃度を測定する前に、センサー部が汚れていないか確認してください。汚れている場合は、正確に測定できませんのでセンサー部をよく水洗いしてください。

2. 動作を確認する



ONボタンを押したまま、最初にすべてのLEDが点灯し「1.4～」のLEDから順番に消灯することを確認してください。

3. 測定する



スープなどの測定物にセンサー部を完全に入れて、ONボタンを約5秒間押し続けてください。

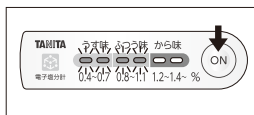
- 電源を入れると最初にすべてのLEDが点灯し、順番に消灯します。すべてのLEDが消灯したあと、測定結果を表示します。

お願い



スープなどの測定物をよくかきまぜてから、センサー部が完全につかるよう、目安線まで入れてください。

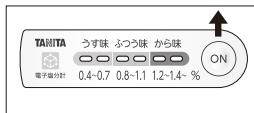
4. 表示を確認する



LEDが点灯しているうちで一番大きな数字が、食品の塩分濃度になります。

- 塩分濃度0.4%未満：LEDは点灯しません。
- 塩分濃度1.4%以上：LEDはすべて点灯します。

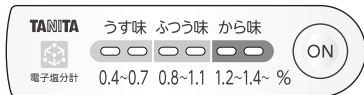
5. 測定を終了する



ONボタンをはなすとLEDが消灯します。

表示の見かた

うす味、ふつう味、から味の3つの味覚をさらに2段階の塩分濃度(%)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

症 状	ご 確 認 く だ さ い
実際の塩分より 高く表示される	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定していませんか? 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	具材がセンサー部に触れていませんか? 具材がセンサー部に触れないよう測定してください。 センサー部が容器に触れていませんか? 容器にセンサー部が触れないように測定してください。 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液体を測定していませんか? センサー部に油膜ができてしまうため、正確に測定できません。

「故障かな?」と思ったら (つづき)

症 状	ご 確 認 く だ さ い
測定できない (LEDが点灯しない)	食品の温度が30℃未満または90℃を超えていませんか? 食品の温度は30℃～90℃の範囲で測定してください。 塩分濃度が0.4%未満と考えられます。 塩分濃度の測定範囲は、0.4%～1.4%です。 食品の「とろみ」で、どろどろしていませんか? または、固形物を測定していませんか? 本器は、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や油分が非常に多く含まれている液体、および固形物は測定できません。 測定時にONボタンを押し続けていますか? 測定時はONボタンを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? P.6「電池を入れる」、P.7「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	食品をよくかきまぜてから測定していますか? 食品をよくかきまぜてから測定してください。 食品にセンサー部が完全につかっていますか? 先端部の中ほどまで入れてください。
ONボタンを押してもLEDが点灯しない、または全点灯してすぐに消灯する	電池が正しく入っていますか? 電池が消耗していませんか? P.6「電池を入れる」、P.7「電池を交換する」を参照してください。

塩分と健康

塩分は必要不可欠な栄養素ですが、過剰摂取は高血圧や心臓病、腎臓疾患、骨密度の低下などのリスクを増加させます。厚生労働省の「日本人の食事摂取基準(2020年版)」における塩分摂取量(食塩相当量)の目標値は「男性7.5g未満/日、女性6.5g未満/日」なのに対して、令和元年「国民健康・栄養調査」の結果によると男女ともこの値を超えており、適切な塩分摂取量のコントロールが重要であるとされています。味覚だけに頼るのではなく、塩分計を利用して客観的に測定するとともに、調理法を工夫したり調味料の選択を考慮したりして、塩分を控えた食習慣を身につけることが健康的な生活をおくるための第一歩になると言えるでしょう。

主な調味料と塩分の目安

調味料	はかる量と重さ	塩分(食塩相当量)
食塩	小さじ1杯 5 g	5.0g
こいくちしょうゆ	大さじ1杯 18 g	2.6g
うすくちしょうゆ	大さじ1杯 18 g	2.9g
淡色辛みそ	大さじ1杯 18 g	2.2g
中濃ソース	大さじ1杯 21 g	1.2g
トマトケチャップ	大さじ1杯 18 g	0.6g
マヨネーズ	大さじ1杯 12 g	0.2g
めんつゆ(ストレート)	大さじ1杯 18 g	0.6g

「八訂 日本食品標準成分表」より算出

インスタント食品と塩分

インスタント・冷凍食品はとても便利で、さまざまな種類のものが店頭に並んでいます。最近は手軽なだけでなくおいしくいただけるものが多くなりましたが、それらの大半は保存状態や風味を保つための塩分が多く含まれていますので注意が必要です。

主なインスタント・冷凍食品の塩分の目安

インスタント・冷凍食品	重さ	塩分(食塩相当量)
インスタントラーメン	100 g	5.6 g
カップ焼きそば	100 g	3.8 g
冷凍ドリア	190 g	2.0 g
冷凍五目チャーハン	200 g	2.6 g

「八訂 日本食品標準成分表」より算出

外食と塩分

外食をおいしく楽しむことも良いのですが、その際にも健康的な食生活を意識して塩分に注意を払うことが大切です。特に麺類の汁にはかなりの塩分が含まれていますので全部飲まずに半分以上は残すなどの留意が必要です。醤油や塩、ソースなど自分で調味料を加える場合は、薬味やスパイスを活用して控えめにしましょう。

主な外食と塩分の目安

外食メニュー（1人分）	塩分(食塩相当量)
天ぷらそば	約 5.1 g
しょうゆラーメン	約 7.2 g
塩ラーメン	約 7.5 g
かつ丼(みそ汁付き)	約 5.7 g
牛丼(みそ汁付き)	約 5.1 g
ハンバーグ(ライス・スープ付き)	約 4.4 g

「八訂 日本食品標準成分表」より算出