TANITA

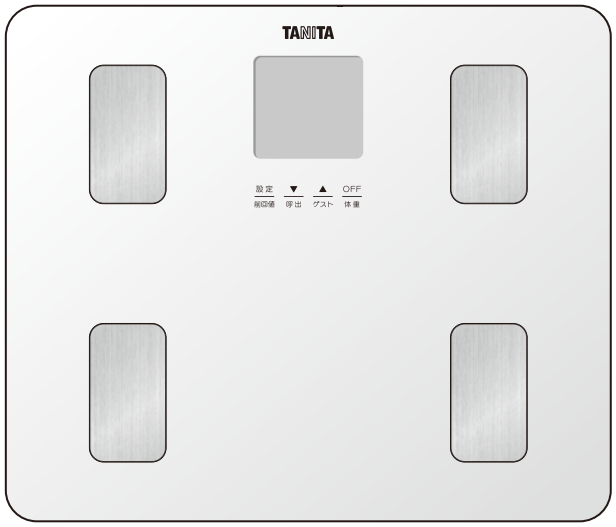
家庭用

取扱説明書

保証書付

音声体組成計

BC-203



本書に記載されているイラストはイメージです。

このたびは、体組成計をお買い上げいただき、
まことにありがとうございます。
本機を毎日の健康管理にお役立てください。

お 願 い

本機は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、正しく使用してください。また本書は必要なときにすぐに取り出せるよう、身近に大切に保管してください。

もくじ

本機について

音声案内 2
「乗るピタ」 3
ご使用のながれ 4
安全上の注意 5
使用上の注意 6
正しいはかりかた 7

準備する

各部の名称／付属品 10
電池を入れる 11
地域と日時を設定する 12
個人データを設定する 15

使いかた

「乗るピタ」で測定する 18
前回値を見る 20
登録番号を指定して測定する 22
登録せずに測定する（ゲストモード） 23
体重だけをはかる 25

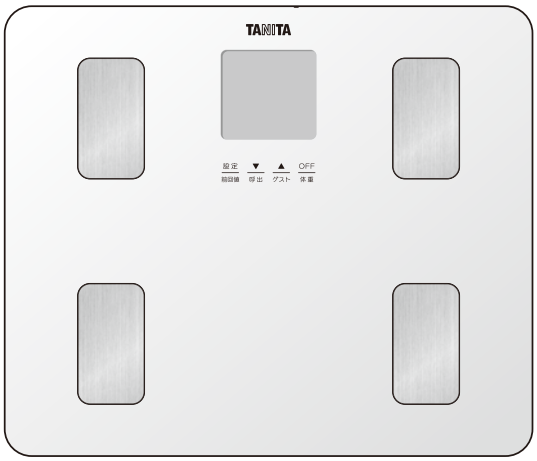
必要なとき

地域／日時を変更する 26
個人データを変更する 27
個人データを消去する 29
からだの豆知識 30
故障かな？と思ったら 37
仕様 39

音声案内

設定手順や測定結果を音声でお知らせ

音声案内で設定から測定まであなたをサポートします。



※ 図中の画面表示はイメージです。
※ 記載の音声は一部を抜粋したものです。

※ 🔊：このマークは、操作の際に流れる音声を表します。

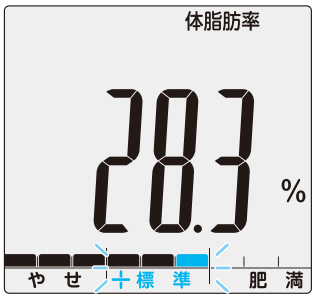
🔊
体組成　測定中･･･
測定終了、降りてください。



設定手順の案内（☞ P.12）

本機をご使用いただくために必要な、地域や日時、個人データを設定するための操作手順を案内してくれます。

🔊
現在の西暦を三角ボタンで選択してください。
2022年、2022年



測定結果の読み上げ（☞ P.19）

測定結果（数値や判定）を読み上げてくれるので、表示画面を見なくても測定結果を確認できます。

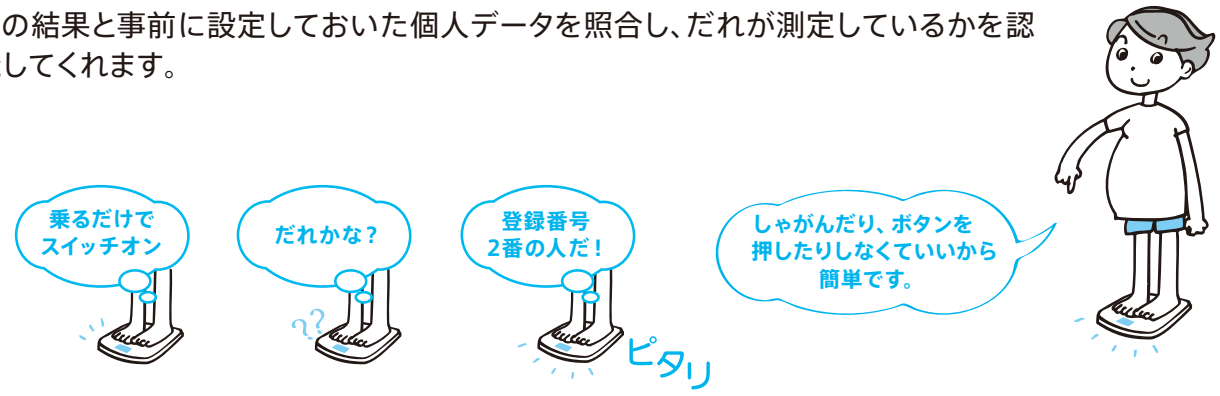
🔊
体脂肪率28.3% プラス標準

音量はOFF（オフ）／小／大の3段階で切りかえることができます（☞ P.10）。

「乗るピタ」

「乗るピタ」で簡単高速測定 (☞ P.18)

本機に乗ると、自動的に電源が入り、体重やからだの電気抵抗値を測定します。
その結果と事前に設定しておいた個人データを照合し、だれが測定しているかを認識してくれます。

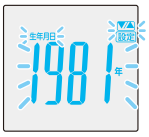


「乗るピタ」は、ご使用前に個人データの設定が必要です。(☞ P.15)

STEP 1
個人登録番号の選択



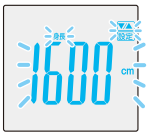
STEP 2
生年月日(年齢)設定



STEP 3
性別設定



STEP 4
身長設定



STEP 5
乗る
※素足でお乗りください。

重要！
必ず乗って
体重·体組成を
測定してください。



STEP 6
設定完了！
「ピピピピピッ」と
鳴ったら登録終了です



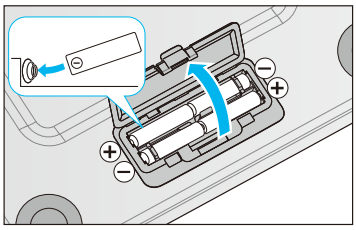
ご注意

「乗るピタ」は、以下のとき誤認識することがあります。
- 体重、体型が近い人が測定したとき(☞P.19)
- 数日間測定せず体重の変動があったとき(☞P.19)
- 立てかけたり、持ち運んだり、本機の上に物を置いて保管した直後に測定したとき(☞P.7)

※「乗るピタ」は、株式会社タニタの日本国での登録商標です。

ご使用のながれ

測る前の準備



電池を入れる(☞P.11)

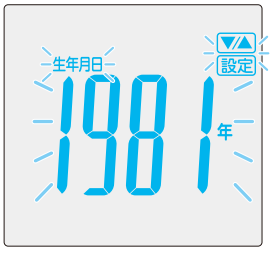
正しく電池を入れる。





地域と日時を設定する(☞P.12)

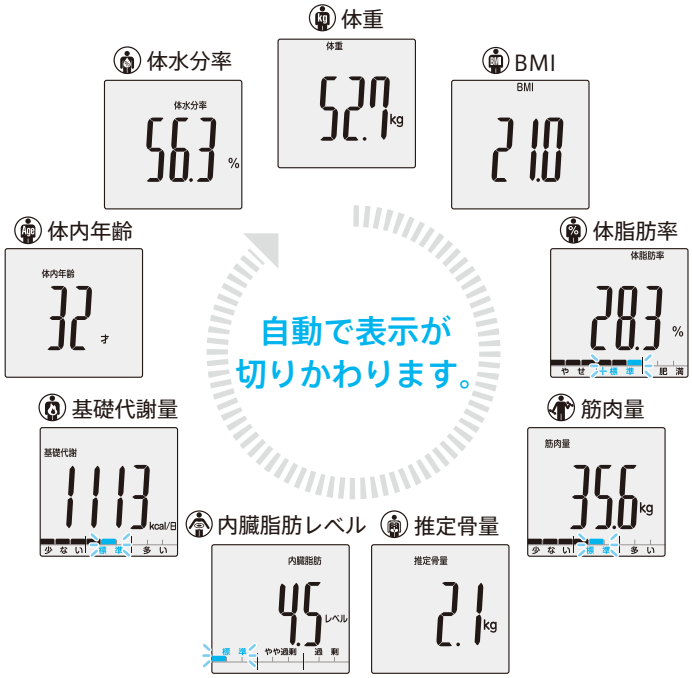
お住まいの地域と、年月日、時刻を入力します。



個人データを設定する(☞P.15)

生年月日、性別、身長を入力したあと、本機に乗り、体重と体組成を登録します。

はかりかた



「乗るピタ」で測定する(☞P.18)

乗るだけの簡単測定
個人データを設定しておけば、乗るだけで測定者が自動的に認識され、毎日簡単に測定できます。また前回の測定値(前回値)が記録されるので、体の変化もチェックできます。



体重だけをはかることもできます(☞P.25)。

安全上の注意

ご使用にな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、本機を正しく使用してください。

⚠ 警告	⚠ 注意	🚫
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。	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。	してはいけない「禁止」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

禁止

医用電気機器（ペースメーカーなどの体内埋め込み型、人工心肺などの生命維持用、心電計などの装着型）との併用は絶対にしない
本機は、微弱な電流を体内に流しますので、医用電気機器が誤動作し、重大な事故が発生するおそれがあります。

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

測定結果は、決して自己判断しない（測定値の評価、それに基づく運動メニューなど）
自己判断による減量や運動療法は健康を害するおそれがあります。
必ず資格を持った専門家の指示に従ってください。

乳幼児や子どもの手が届くところに保管しない
乳幼児や子ども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。

からだの不自由な方が使用するときは、1人で測定しない
転倒してけがをするおそれがあります。必ず付き添いの方がサポートしてください。

本機や電池を加熱しない
本機の変形や電池の発火により、けがや火災のおそれがあります。

本機の端に乗ったり、飛び乗ったり、跳びはねたりしない
表示部や操作部を踏んだり、強く押したりしない
転倒してけがをするおそれがあります。
本機が破損してけがをするおそれがあります。

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

ぬれたからだで乗らない
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
すべって転倒し、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

禁止

分解や改造はしない
けがや感電をするおそれがあります。

新しい電池と使用済み電池、種類の違う電池を同時に使用しない
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
- 液漏れや発熱、破裂により、本機の故障、けがなどのおそれがあります。
- 液漏れなどで、床などを汚損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。

使用上の注意

以下の内容を守らないと本機の破損や故障のおそれがあります。

以下の場所で本機を保管、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

業務用（病院などでの測定）には、使用しない
業務用として病院などで使用するための機能を備えておりませんので、病院などでは使用しないでください。

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。

指定の電池以外使用しない
充電式電池を使用しない
公称電圧が1.2V以下の充電式電池は、本機の動作に必要な電圧が得られないため、
誤動作や故障するおそれがあります。必ず指定の電池を使用してください。

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。

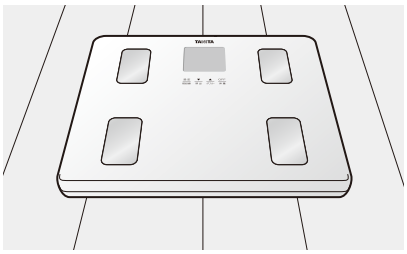
ぬれたからだで乗らない
本機をぬらさない
防水ではありませんので、誤作動や故障するおそれがあります。

すき間や穴に異物をいれない
破損や故障するおそれがあります。

正しいはかりかた

測定場所

硬く平らで安定した床の上で使用してください。
以下のような場所で使用しないでください。
精度の保証ができません。



- 直射日光の当たる場所や暖房器具の近く、または空調機の風が直接当たる場所
- 温度変化の激しい場所
- 湿気の多い場所や水気のある場所
- 電子レンジなど電波を発する家電製品に近い場所
- じゅうたんや畳の上
- コルク床やクッションフロアーなどのやわらかい床

設置

日々の健康管理を持続させるために、本機を収納せず、いつでも測定できるように置いておくことをおすすめします。

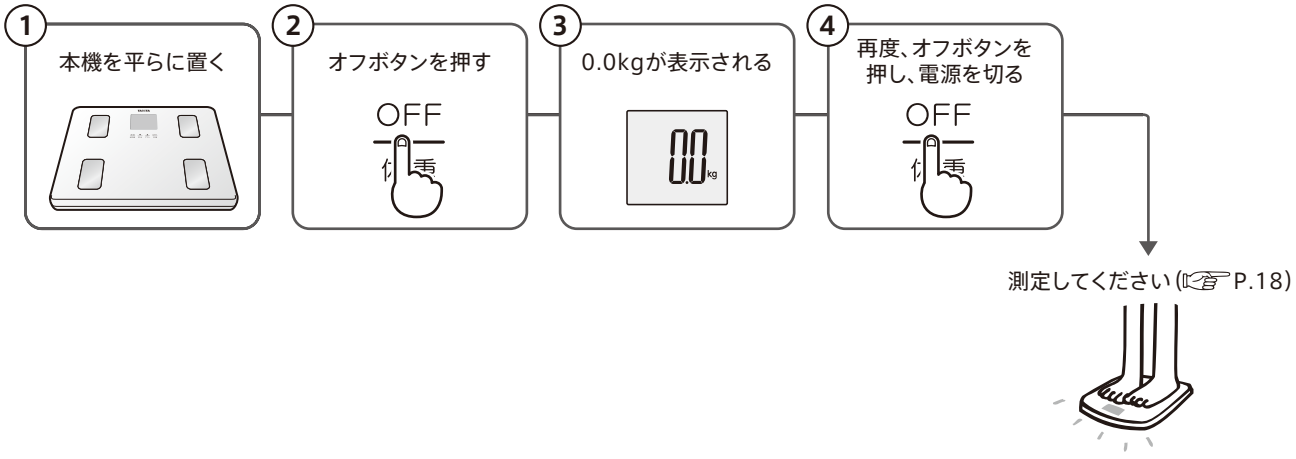
以下のような場所で保管しないでください。

- 直射日光の当たる場所や暖房器具の近く、または空調機の風が直接当たる場所
- 湿気の多い場所や水気のある場所
- 振動の激しい場所
- 温度変化の激しい場所

「0リセット」について

日々の健康管理を持続させるために、体組成計を収納せず、いつでも測定できるように置いておくことをおすすめします。本機は保管状態でも、何も測定していないときの重さを定期的に確認し準備しています。立てかけたり、上にものを置いた状態で保管した場合や、設置場所から移動させて測定した場合は、0リセットが正しく行われず、体重が実際と違うことがあります。そのようなときは、以下の操作（0リセット方法）を行っていただくか、登録番号を指定して測定してください。（☞P.22）

0リセット方法

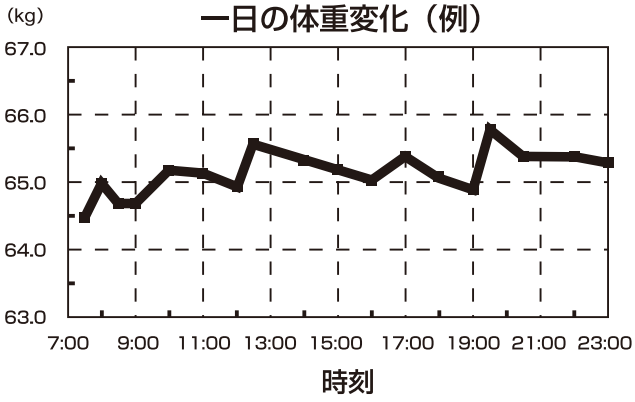


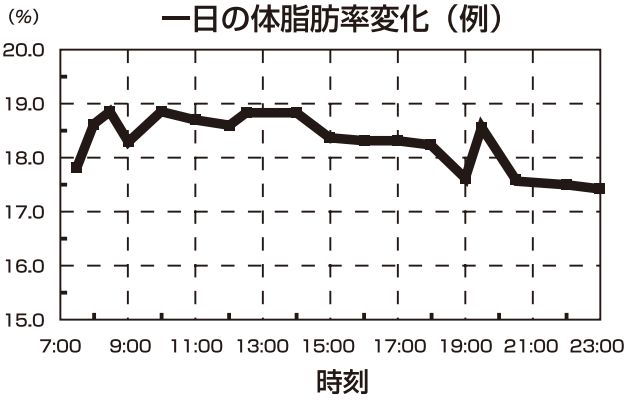
正しいはかりかた（つづき）

測定時間

できるだけ同じ時間帯、同じ状態で測定する

測定結果は体内水分の変化や体温に大きく影響されるので、できるだけ同じ時間帯、同じ状態で測定してください。起床や食後、および入浴後から2時間経過したタイミングが、おすすめの測定時間です。







過度の飲食、極度の脱水症状のときは、測定を避ける

測定値に誤差が生じるおそれがあります。精度を高めるには、起床直後を避け、食後2時間以上経過した同じ時間帯で使用してください。

サウナや長湯、激しい運動をしたあとは、測定を避ける

測定値に誤差が生じるおそれがあります。十分に休んでから測定してください。

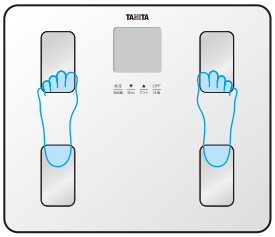
体調の悪い場合（二日酔い、下痢、発熱などのとき）は、測定を避ける

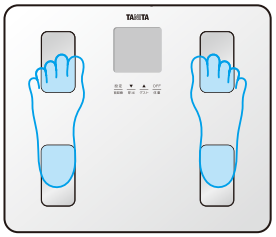
測定値に誤差が生じるおそれがあります。体調が良くなってから測定してください。

測定姿勢

正確な測定のために、いつも正しい姿勢を心がけてください。

つま先側とかかと側の電極に均等に足がかかるように、素足で乗ってください。





※足がはみでる場合は床に足がつかないように乗ってください。

なるべくはだかに近い状態で測定する

着衣のままで測定すると、着衣の重さが含まれます。

足の裏を電極部に正しく合わせて測定する

電極と足の接触不良の場合、体脂肪率が低く表示されたり、Err が表示される場合があります。

素足になり、足の裏の汚れを落としてから測定する

靴下などを履いていたり、足の裏にほこりなどがついていると、正確に測定できません。

硬く平らで安定した床の上で測定する

じゅうたんや畳の上では正確に測定できません。

ひざを曲げたり、座ったまま測定しない

正確に測定できません。

測定中は動かない

正確に測定できません。

足の内側（内もも）がつかないように測定する

内ももがついてしまう場合は、乾いたタオルなどをはさんで測定してください。

測定結果について

以下に当てはまる方は、参考値として変化の推移をみられることをおすすめします。

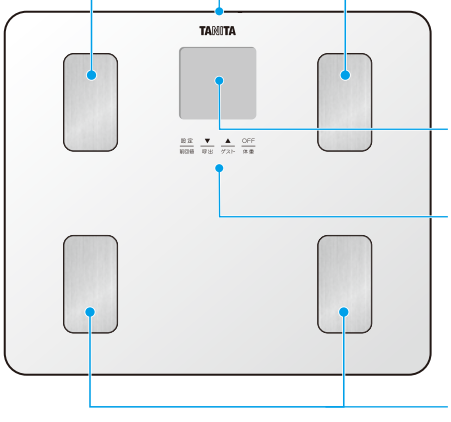
- ボディービルダー、力士、スポーツを職業とされている方や、それに近い方
- 体内に金属を装着されている方
- 体水分の変化を誘発する薬（例：利尿剤など）を服用されている方
- 妊娠中や、人工透析をされている方、またはむくみ症状の方

※本機の体組成測定は、日本人の一般男女および、小学生以上の子どもを対象にしています。

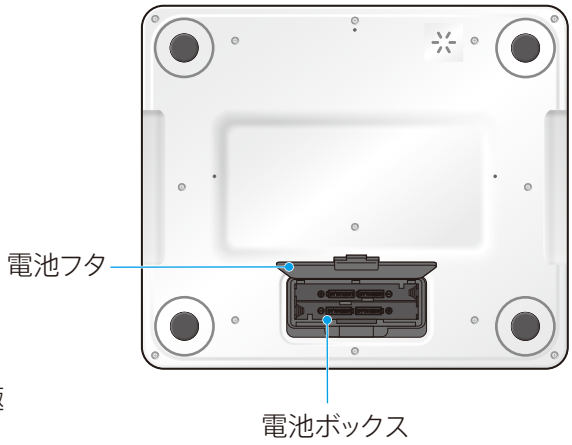
かかとの表面（角質層）が固い状態の方は、正確に測定できません。
足の裏を湿らせてから測定してください。

各部の名称／付属品

表面



裏面



側面



付属品

☑取扱説明書（本書）保証書付
□お試し用電池（単3形アルカリ乾電池（LR6）×4本）

※不足しているものがございましたら、弊社お客様サービス相談室にご連絡ください（裏表紙参照）。



イヤホン端子

イヤホンを使用するときの差込口です。音声が聞き取りにくい場合や、周囲に音声を聞かれたくない場合に使用してください。

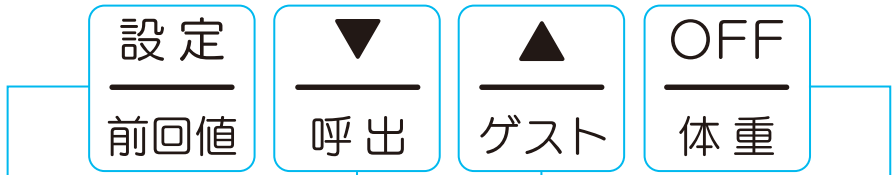
※イヤホンは付属していません。イヤホンを使用する場合は、販売店でお買い求めください。（コードの長さが2m以上のモノラル用イヤホンをおすすめします。）

音量切替スイッチ

音量を「OFF」、「小」、「大」の3段階に設定できます。

※ 音量を「OFF」にすると音声案内は流れませんが、操作確認音（「ピッ」など）は鳴ります。

操作部



設定／前回値ボタン

- 設定を開始する
- 決定する
- 前回値を見る

▼／呼出ボタン

- 登録内容を選択する
- 登録番号を指定して測定する

▲／ゲストボタン

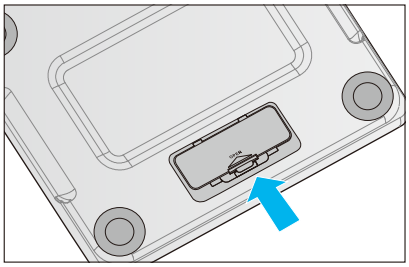
- 登録内容を選択する
- ゲストモードで測定する

OFF／体重ボタン

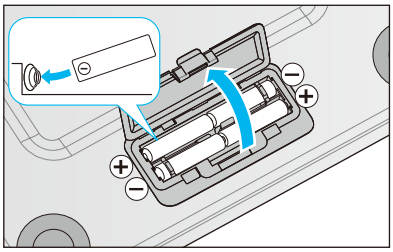
- 体重だけをはかる
- 電源を切る

本書に掲載されているイラスト、画面、音声案内は、操作説明のためのものです。
実際の仕様と異なる場合があります。

電池を入れる



本機裏面の電池フタを矢印の方向に押し上げて開けます。



電池は極性(⊕、⊖)を正しく入れ、電池フタを閉めます。

電池の交換

電池の残量が少なくなると「Lo」が表示されます。
すみやかに新しい電池(4本すべて)と交換してください。

電池が消耗しています。すみやかに交換してください。

電池を交換したあとは、再度、日時を設定してください。
(☞P.26)

- 新しい電池と使用済み電池、種類の違う電池を同時に使用しないでください。
  本機の故障、けがなどのおそれがあります。
- 公称電圧が1.2V以下の充電式電池は誤作動や故障のおそれがあります。
  指定の電池をご使用ください。
- 電池を交換したあとに自動で電源が入ることがあります。その場合は、本機を床上に置き、OFF/体重 を押してください。それでも電源が切れない場合は、電池をはずして表示を消してから、電池を入れなおしてください。
- 付属の「お試し用電池」は工場出荷時に納められたものですので、寿命が短い場合があります。
- 電池の寿命は約1年(1日に5回、音量小(🔈)ではかった場合)です。
  ※ご使用条件により異なります。
- 電池をはずすと、日時がリセットされます。再度、設定してください(☞P.26)。
- 登録した個人データ(生年月日／性別／身長／体重・体組成)、前回値および地域番号は、電池をはずしても、消去されません。

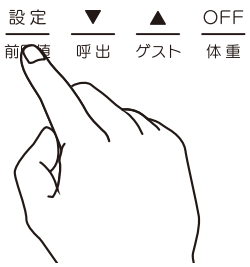
地域と日時を設定する

MEMO

- 「🔊」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- 初めて電池を入れたときは、設定(前回値)、▼(呼出)、▲(ゲスト)、OFF(体重)を押しても地域設定画面が表示されます。地域設定画面が表示されない場合はOFF(体重)を押して一度電源を切り、画面が消えていることを確認してからOFF(体重)を3秒以上長押ししてください。地域設定画面が表示されます。
- 引っ越しなどで使用地域が変わった場合は、変更してください。(☞P.26)
- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。

高精度のはかりは、使用地域により重力の影響を受け、誤差を生じることがあります。使用になる地域を設定することにより、この誤差を解消することができます。

地域と日時を設定するときは、本機を硬く平らな安定したところに置いてください。初回の体重測定に誤差が生じる場合があります。



設定(前回値)を押します。

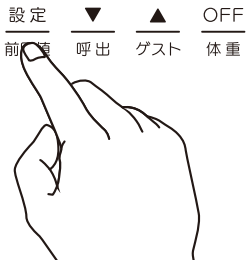
🔊 地域と日時の設定を開始します。



▼または▲を押して、以下の表からお住まいの地域番号を選択します。

🔊 お住まいに合わせた地域番号を三角ボタンで選択してください。
地域2、本州、四国、九州・・・

地域 1	北海道
地域 2	本州、四国、九州
地域 3	沖縄



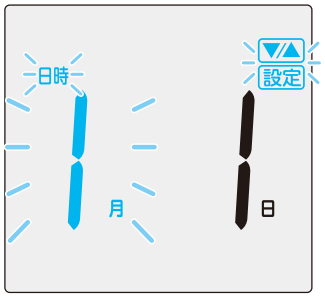
設定(前回値)を押して、地域番号を決定します。

🔊 設定ボタンを押して決定してください。



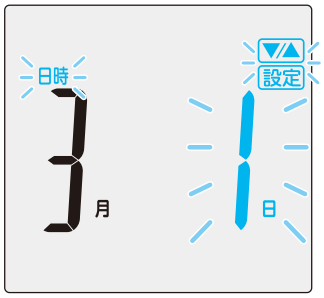
▼または▲を押して西暦を選択し、設定（前回値）を押します。

現在の西暦を三角ボタンで選択してください。2022年、2022年
設定ボタンを押して決定してください。



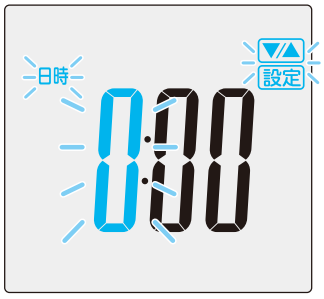
▼または▲を押して月を選択し、設定（前回値）を押します。

現在の日付けを三角ボタンで選択してください。1月、1月
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して日を選択し、設定（前回値）を押します。

1日、1日
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して時を選択し、設定（前回値）を押します。

現在の時刻を三角ボタンで選択してください。0時、0時
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して分を選択し、設定（前回値）を押します。

0分、0分
設定ボタンを押して決定してください。
設定内容の確認をします。

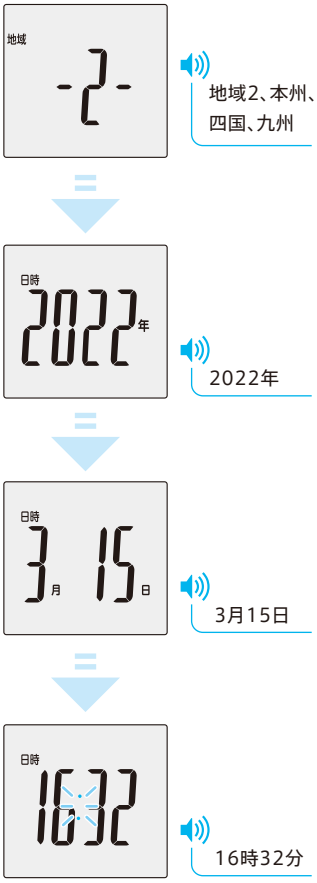
MEMO

- 設定できる西暦は2022～2070年です。
- ▼（呼出）または▲（ゲスト）を長押しすると、数値が早送りされます。
- 設定を中止したい場合は、OFF（体重）を押してください。中止した場合は、地域と日時は保存されません。
- 日時が間違っている場合は、変更してください。（☞P.26）
- 操作を中断したまま約90秒経過すると、電源が自動で切れます（オートパワーオフ機能）。

地域と日時を設定する（つづき）

MEMO

- 地域と日時の変更について（☞P.26）
- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。



設定した「地域」→「年」→「月日」→「時刻」が表示され、音声が流れたあとに電源が切れます。

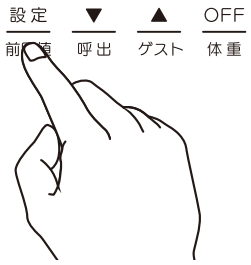
以上で地域と日時の設定は終了です。

設定を終了します。

個人データを設定する

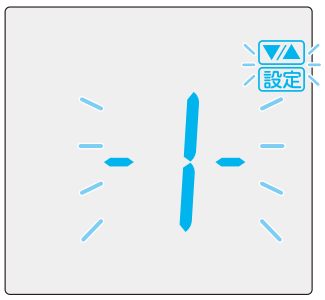
個人データ(生年月日、性別、身長、体重・体組成)を設定すると、「乗るピタ」によって、乗るだけで簡単に測定者を識別して、個人別に測定データを保存できます。また簡単に前回値を確認できます。

個人データを設定するときは、本機を硬く平らな安定したところに置いてください。体重・体組成の登録に誤差が生じる場合があります。



電源が入っていないことを確認して、設定/前回値を押します。

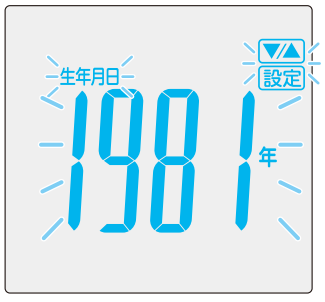
個人データの設定を開始します。



▼または▲を押して登録する番号(1～4)を選択し、設定/前回値を押します。

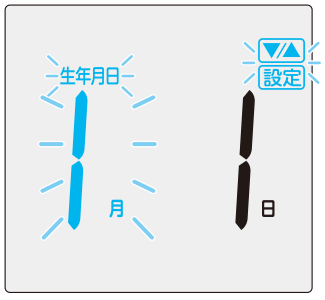
点灯している番号には、すでに個人データが登録されています。

登録番号を三角ボタンで選択してください。1番、1番
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して生まれた年を選択し、設定/前回値を押します。

生年月日を三角ボタンで選択してください。1981年、1981年
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して生まれた月を選択し、設定/前回値を押します。

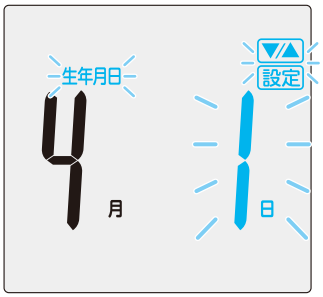
1月、1月
設定ボタンを押して決定してください。

MEMO

- 「🔊」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- ▼/呼出または▲/ゲストを長押しすると、数値が早送りされます。
- 設定を中止したい場合は、OFF/体重を押してください。中止した場合は、個人データは保存されません。
- 個人データは4人まで登録できます。
- 設定できる西暦は1900年からです。
- 6才未満の方は設定できません。
- 操作を中断したまま約90秒経過すると、電源が自動で切れます(オートパワーオフ機能)。

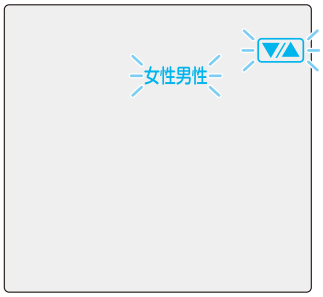
個人データを設定する（つづき）

MEMO



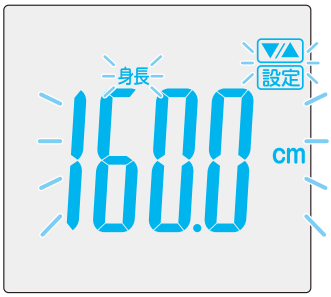
▼または▲を押して生まれた日を選択し、設定（前回値）を押します。

1日、1日
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して性別を選択し、設定（前回値）を押します。

性別を三角ボタンで選択してください。
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して身長を選択し、設定（前回値）を押します。

身長を三角ボタンで選択してください。160.0cm、160.0cm
設定ボタンを押して決定してください。
設定内容の確認をします。

- 身長は、90.0～220.0cmの範囲で設定できます。



登録番号
3番



身長
158.5cm

設定した「登録番号」→「性別・年齢」→「身長」が表示され音声が流れたあと、「ピッ」と鳴り「0.0kg」が表示されます。

- ここで中止した場合は、個人データは保存されません。



設定内容が正しい場合はお乗りください。
設定内容が間違っている場合は、OFFボタンを押し、最初からやり直してください。

- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。



素足で正しく乗ります。

測定中は、なるべく動かないようにしてください。

体組成、測定中



設定終了音（シャラーン）が鳴ったら本機から降ります。

設定を終了します。
降りてください。



体重52.7kg



体重52.7kg

測定結果が順番に表示され音声が流れたあと、もう一度体重が表示されて、40秒後に自動で電源が切れます。

以上で個人データの設定は終了です。

- 測定結果を表示中に ▲ ゲスト を押すと、次の項目の測定結果を確認できます。（☞P.19）
- 手動で終了したい場合は、OFF 体重 を押してください。

MEMO

- 正しいはかりかたについて（☞P.7）

「乗るピタ」で測定する

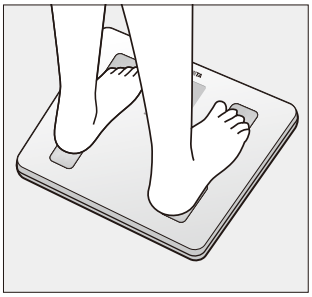
MEMO

- 「🔊」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- 正しいはかりかたについて(☞P.7)
- 表示された体重が通常と明らかに違う場合は、OFF/体重を押して電源を切り、約5秒後に再度乗ってください。
- 認識された個人データが自分の登録内容と違っている場合は、測定結果表示中に▼/呼出を押してください。(☞P.19)

ご注意

転倒防止のため、必ず本機から降りて操作してください。

- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。

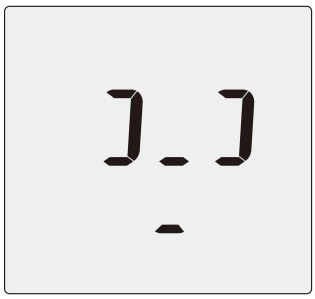


電源が入っていないことを確認して、素足で正しく乗ります。



自動で電源が入り、体重が表示されます。体組成を測定して、登録内容と照合します。

🔊 体組成、測定中



「ピッピッ」と鳴ったら本機から降ります。

🔊 測定終了、降りてください。



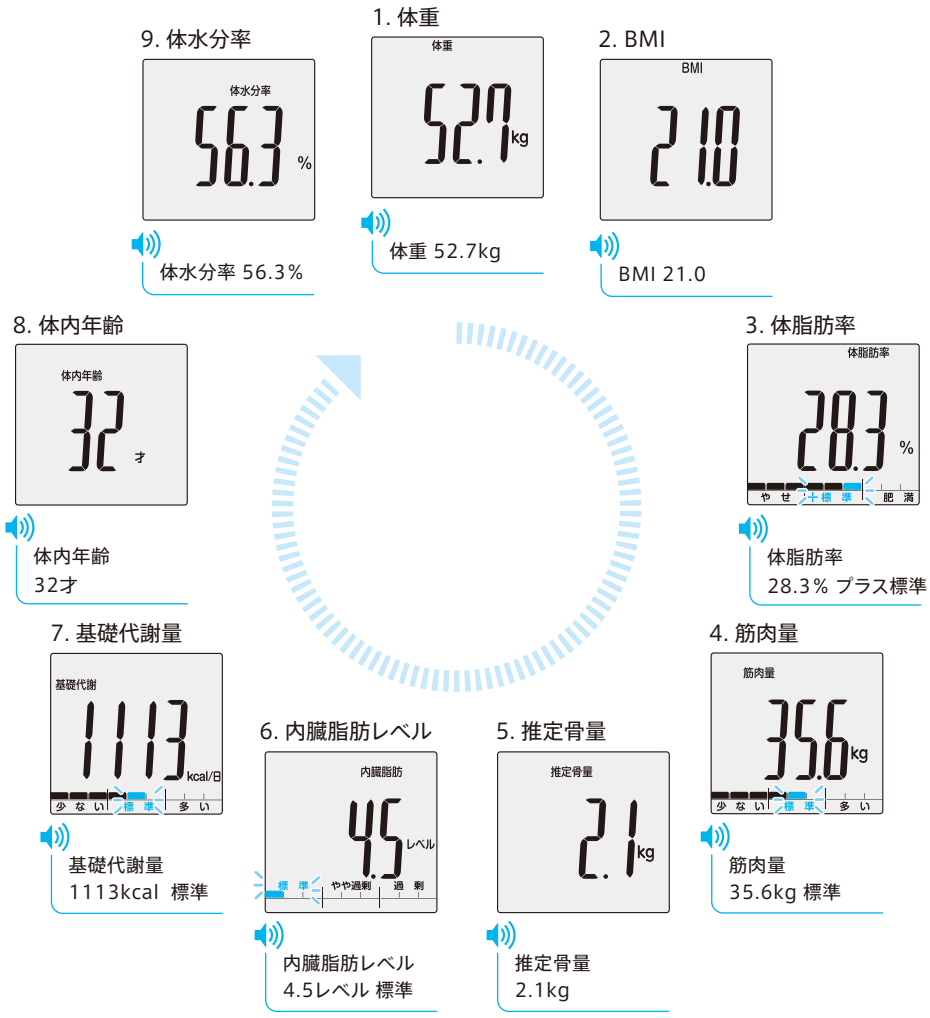
🔊 3番



🔊 158.5cm

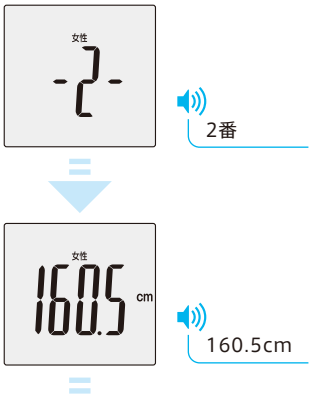
認識された個人データが表示されたあと、測定結果が表示と音声で案内されます。

測定結果が順番に表示されたあと、もう一度体重が表示されて、約40秒後に自動で電源が切れます。



- 測定結果を表示中に ▲ ゲスト を押すと、次の項目の測定結果を確認できます。
- 設定 前回値 を押すと、前回値を見ることができます。(☞P.20)

認識された個人データが自分の設定内容と違っている



結果が表示されているときに、▼ 呼出 を押します。▼ 呼出 または ▲ ゲスト を押して、ご自分の登録番号を選択してください。

選択した個人データが表示されたあと、測定結果が表示と音声で案内されます。

MEMO

- 体脂肪率の測定範囲を超えると「Err%」(エラー)が表示されます。
- 17才以下の場合は、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、推定骨量のみが表示されます。
- 体重やからだの電気抵抗値が似た人が複数登録している場合や、体重に大きな変動があった場合などは、「乗るピタ」が正常に機能せず、誤認識をすることがあります。誤認識が続く場合は、登録番号を指定して測定してください。(☞P.22)

前回値を見る

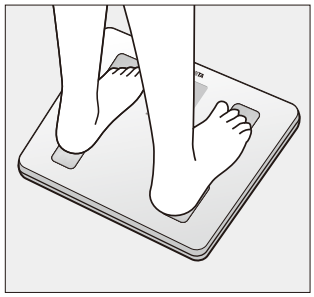
MEMO

- 「🔊」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。



個人データを設定して測定した場合は、前回値を確認できます。
前回値表示中は、左の画面のように「前回」と表示されます。

測定後に見る



体組成をはかります。
「乗るピタ」で測定する（☞ P.18）。



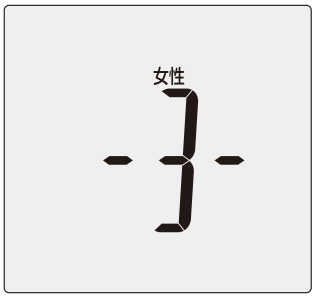
測定結果表示中に 設定/前回値 を押します。
表示されていた測定項目の前回の値が表示されます。

設定/前回値 を押すと、今回の測定値に戻ります。
▲/ゲスト を押すと、項目を切りかえることができます。

- 設定/前回値 を押すごとに、今回の測定値と前回値を切りかえることができます。
- 測定結果を表示中に ▲/ゲスト を押すと、次の項目の測定結果を確認できます。

- 表示画面を消したいときは、OFF/体重 を押してください。

測定せずに見る



電源が入っていないことを確認して、▼（呼出）を押します。
▼または▲を押して、ご自分の個人データを選択してください。

3番、女性37歳、158.5cm



「ピッ」と鳴り、「00kg」が表示されたら設定（前回値）を押します。
前回値が順番に表示されます。

9. 体水分率



体水分率 56.3%

1. 体重



体重 52.7kg

2. BMI



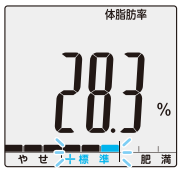
BMI 21.0

8. 体内年齢



体内年齢 32才

3. 体脂肪率



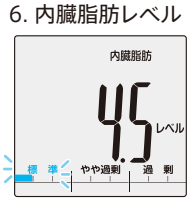
体脂肪率 28.3%
プラス標準

7. 基礎代謝量



基礎代謝量
1113kcal 標準

6. 内臓脂肪レベル



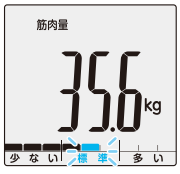
内臓脂肪レベル
4.5レベル 標準

5. 推定骨量



推定骨量
2.1kg

4. 筋肉量



筋肉量 35.6kg
標準

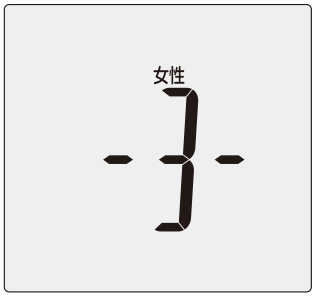
前回値を表示中に▲（ゲスト）を押すと、次の項目の測定結果を確認できます。

MEMO

- 表示画面を消したいときは、OFF（体重）を押してください。
- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。

登録番号を指定して測定する

「乗るピタ」を使わずに、自分の登録番号を指定してから測定できます。
誤認識が続く場合は、以下の手順で測定してください。



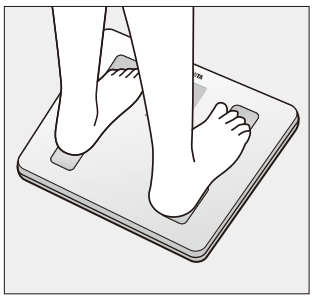
電源が入っていないことを確認して、▼（呼出）を押します。
▼または▲を押して、ご自分の登録番号を選択してください。

3番、女性、37才、158.5cm



選択した番号の個人データが表示されたあとに「ピッ」と鳴り、「00kg」が表示されます。

お乗りください。



素足で正しく乗ります。

「ピッピッ」と鳴ったら本機から降ります。
測定結果が表示と音声で案内されます。

測定終了、降りてください。
体重52.7kg･･･

MEMO

- 「」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- 「00kg」が表示される前に本機に乗ると「Err」または「-0L」が表示されたり、測定途中で電源が切れたりします。
- 正しいはかりかたについて（☞P.7）
- 測定結果の見かたについて（☞P.19）

ご注意

転倒防止のため、必ず本機から降りて操作してください。

登録せずに測定する（ゲストモード）

個人データや測定結果を残さないで測定できます。一回だけ測定したい場合に便利です。



電源が入っていないことを確認して、▲（ゲスト）を押します。

ゲストモードの設定を開始します。



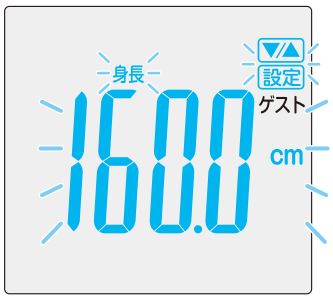
▼または▲を押して年齢を選択し、設定（前回値）を押します。

年齢を三角ボタンで選択してください。30才、30才
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して性別を選択し、設定（前回値）を押します。

性別を三角ボタンで選択してください。
設定ボタンを押して決定してください。



▼または▲を押して身長を選択し、設定（前回値）を押します。

身長を三角ボタンで選択してください。160.0cm、160.0cm
設定ボタンを押して決定してください。



設定した内容が順番に表示されたあとに「ピッ」と鳴り、「0.0kg」が表示されます。

お乗りください。

MEMO

- 「」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。
- 測定を中止したいときや表示画面を消したいときは、OFF（体重）を押してください。
- 年齢は、6～99才の範囲で設定できます。
- 身長は、90.0～220.0cmの範囲で設定できます。
- 操作を中断したまま約90秒経過すると、電源が自動で切れます（オートパワーオフ機能）。

登録せずに測定する（ゲストモード／つづき）

MEMO

- 正しいはかりかたについて（☞P.7）
- 「00kg」が表示される前に本機に乗ると、「Err」または「-0L」が表示されたり、測定途中で電源が切れたりします。
- 体脂肪率の測定範囲を超えると「Err%」が表示されます。
- 17才以下の場合は、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、推定骨量のみが表示されます。



素足で正しく乗ります。
「ピッピッ」と鳴ったら測定終了です。

体組成、測定中
素足で正しく乗ります。

測定結果が順番に表示されたあと、もう一度体重が表示されて、約40秒後に自動で電源が切れます。

1. 体重



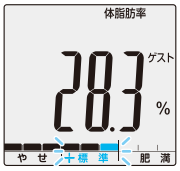
体重 52.7kg

2. BMI



BMI 21.0

3. 体脂肪率



体脂肪率 28.3%
プラス標準

4. 筋肉量



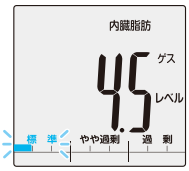
筋肉量 35.6kg
標準

5. 推定骨量



推定骨量 2.1kg

6. 内臓脂肪レベル



内臓脂肪レベル
4.5レベル 標準

7. 基礎代謝量



基礎代謝量
1113kcal 標準

8. 体内年齢



体内年齢 32才

9. 体水分率



体水分率 56.3%

測定結果を表示中に ▲ ゲスト を押すと、次の項目の測定結果を確認できます。

体重だけをはかる

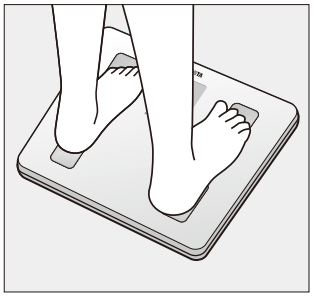
本機では、体重だけをはかることもできます。



OFF 体重 を押します。

「ピッ」と鳴り、「0.0kg」が表示されます。

体重測定 お乗りください。



素足で正しく乗ります。

「ピッピッ」と鳴ったら本機から降ります。
測定結果が表示と音声で案内されます。

測定終了、降りてください。
体重52.7kg、体重52.7kg、体重52.7kg

MEMO

- 「」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- 「0.0kg」が表示される前に本機に乗ると「Err」または「-0L」が表示されたり、測定途中で電源が切れたりします。
- 測定を中止したいときや表示画面を消したいときは、OFF 体重 を押してください。
- 正しいはかりかたについて(☞P.7)

地域／日時を変更する

MEMO

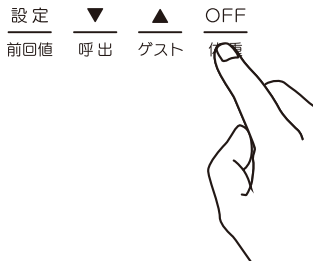
- 「🔊」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。

- 電池を交換したあとは、設定（前回値）、▼（呼出）、▲（ゲスト）、OFF（体重）のいずれかのボタンを短く押すだけでも日時設定画面が表示されます。

- 操作を中断したまま約90秒経過すると、電源が自動で切れます（オートパワーオフ機能）。

地域を変更する

引っ越しなどで使用地域が変わった場合は、地域を変更してください。



電源が入っていないことを確認して、OFF（体重）を3秒以上長押しします。

🔊 地域の設定を開始します。



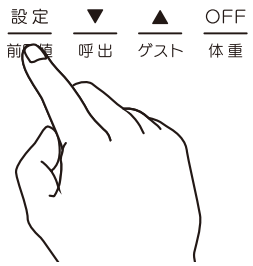
P.12に従って、地域を変更します。

🔊 お住まいに合わせた地域番号を三角ボタンで選択してください。
地域2、本州、四国、九州・・・

地域 1	北海道
地域 2	本州、四国、九州
地域 3	沖縄

日時を変更する

日時が間違っている場合は、変更してください。
電池を交換したあとも、以下の手順で、再度日時を設定してください。



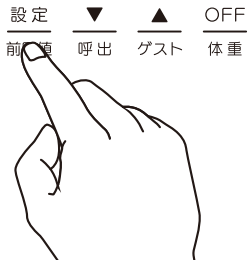
電源が入っていないことを確認して、設定（前回値）を3秒以上長押しします。

🔊 日時の設定を開始します。



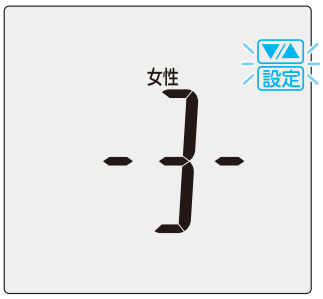
P.13からP.14の手順に従って、日時を変更します。

個人データを変更する



電源が入っていないことを確認して、設定/前回値を押します。

個人データの設定/前回値を押します。

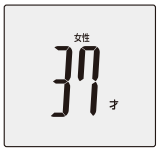


▼または▲を押して変更したい番号を選択し、設定/前回値を押します。

登録番号を三角ボタンで選択してください。
3番、すでに登録済みです。
設定ボタンを押して決定してください。



登録番号 3番



性別女性
年齢37才



159.5cm

P.16の手順に従って、個人データを変更します。

個人データが順番に表示され音声が流れます。

設定内容の確認をします。

身長の設定のみを変更した場合

これで個人データの変更は終了です。
電源が自動で切れます。

設定を終了します。

生年月日または性別を変更した場合



「CLr」(クリア)が表示されます。次の手順にお進みください。

上書きしますか？ 三角ボタンで選択してください。

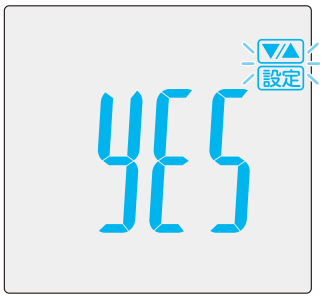
MEMO

- 「」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。
- 身長の設定のみを変更した場合は、前回値は消去されません。生年月日または性別を変更した場合は、前回値は消去されます。
- 操作を中断したまま、約90秒経過すると、電源が自動で切れます(オートパワーオフ機能)。

個人データを変更する（つづき）

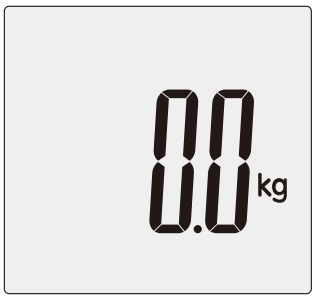
MEMO

- 「no」（ノー）（上書きしない）を選択すると、変更したデータは登録されません。
- 正しいはかりかたについて（☞P.7）
- 設定を中止したいときや表示画面を消したいときは、OFF/体重を押してください。



個人データを上書きしたい場合は▼または▲で「YES」（イエス）を選択し、設定/前回値を押します。

上書きしますか。



「ピッ」と鳴り、「0.0kg」が表示されます。

設定内容が正しい場合はお乗りください。
設定内容が間違っている場合は、OFFボタンを押し、最初からやり直してください。



素足で正しく乗ります。

測定中は、なるべく動かないようにしてください。

体組成、測定中

設定終了音（シャラーン）が鳴ったら本機から降ります。

設定を終了します。降りてください。

体重



体重52.7kg

測定結果が順番に表示されたあと、もう一度体重が表示されて、約40秒後に自動で電源が切れます。

体重に戻る

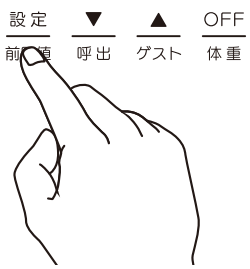


体重52.7kg

以上で、個人データの変更は終了です。

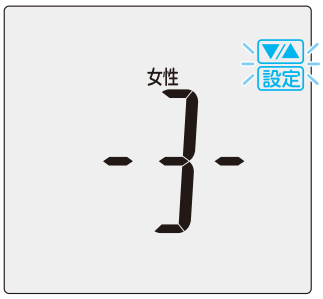
個人データを消去する

個人データを消去すると、前回値も消去されます。



電源が入っていないことを確認して、設定/前回値を押します。

個人データの設定を開始します。



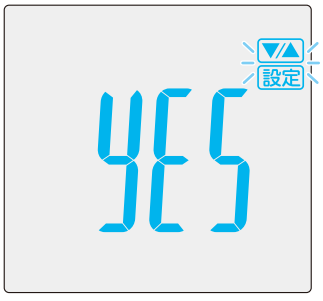
▼または▲を押して消去したい番号を選択します。

登録番号を三角ボタンで選択してください。
3番、すでに登録済みです。
設定ボタンを押して決定してください。
個人登録を消去する場合は、
設定ボタンを3秒以上長押ししてください。



「ピッ」と鳴るまで、設定/前回値を3秒以上長押しします。

登録番号、性別・年齢、身長が順番に表示されたあと、「CLr」(クリア)が表示されます。



▼または▲を押して「YES」(イエス)を選択し、設定/前回値を押します。

データが消去されます。

消去する。
登録番号3番、消去しました。

以上で個人データの消去は終了です。

MEMO

- 「」は音声を表します。
- 画面イラスト中の青表示は点滅を表します。
- 音声案内の途中でも、操作を進めることができます。
- 「no」(ノー)(上書きしない)を選択すると、変更したデータは登録されません。
- 設定を中止したいときや表示画面を消したいときは、OFF/体重を押してください。
- 操作を中断したまま約90秒経過すると、電源が自動で切れます(オートパワーオフ機能)。

からだの豆知識

体組成

からだを構成する組成分で、脂肪・筋肉・骨・水分などがあります。脂肪が多すぎる、筋肉が少なすぎる、などの体組成の乱れは生活習慣病や体調の乱れにもつながります。体組成を意識することは健康的な生活に役立ちます。

■体組成測定のしくみ

タニタ体組成計は生体電気インピーダンス法（BIA）※1を用いています。BIAは生体組織の電気の通りにくさ（電気抵抗値）を測定することで、体脂肪率などの体組成を推定する方法です。「脂肪組織はほとんど電気を通さないが、筋肉などの電解質を多く含む組織は電気を通しやすい」という性質を利用して、脂肪とそれ以外の組織の割合を推定しています。タニタの体組成計で測定される体組成は、幅広い年代・性別から集められた二重X線吸収法（DXA法）※2の値を基準にしており、DXA法の計測結果と非常に高い相関関係にあります。そのため、タニタの体組成計は体組成を高精度に測定することが可能となっています。

※1 生体電気インピーダンス法（BIA）
からだに微弱な電流を流し、その際の電気抵抗値をはかることで体組成を推定する方法です。「脂肪はほとんど電気を流さないが、筋肉などの電解質を多く含む組織は電気を流しやすい」という特性を利用します。

※2 二重X線吸収法（DXA法）
現在、体脂肪率や骨などの体組成測定の基準として医療分野で広く用いられている方法がDXA法です。DXA法は、からだの部位ごとに骨、筋肉、脂肪を測定することが可能です。

BMI

「Body Mass Index」の略で、身長と体重のバランスを表す指数です。国際的にも広く普及し、からだの中に占める脂肪量との相関が高いことからWHOや日本肥満学会をはじめ、さまざまな学会で肥満と低体重のスクリーニングとして使われています。BMIは次の式で求めることができます。

BMI= 体重（kg）÷ 身長（m）^{2}

	低体重	普通体重	肥満（1度）	肥満（2度）	肥満（3度）	肥満（4度）
BMI値	18.5未満	18.5以上25未満	25以上30未満	30以上35未満	35以上40未満	40以上

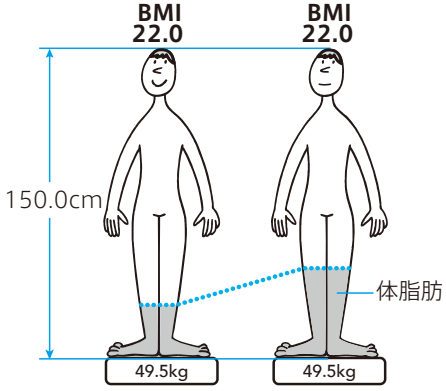
※ BMIによる判定は成人を対象にしています。
※ 日本肥満学会（2016年）の基準を採用しています。

疾病率が最も少ない、理想的なBMI値は「22」とされています。
このことから、あなたの身長に対する理想的な体重は次の式で求めることができます。

理想体重（kg）=22.0× 身長（m）^{2}

■BMIだけではわからない“かくれ肥満”

体重は標準でも、実は脂肪が多いため”かくれ肥満”である場合もあります。同じ身長、同じ体重のAさん、Bさんは同じBMIになりますが、脂肪や筋肉のつき方が違う場合、体脂肪率も異なります。
体重の変化と同時に、筋肉質なのか、脂肪が多いのかをチェックすることが大切です。



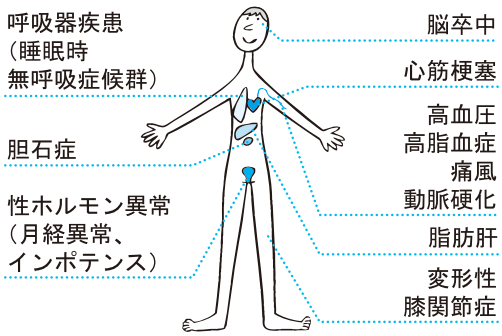
体脂肪率

からだに占める脂肪の割合のことです。体脂肪は活動エネルギー源になるだけでなく、体温を保つ、外的衝撃からからだを守る、皮膚に潤いを与える、滑らかなボディーラインを形作る、正常なホルモンの働きを保つなどの役割があります。しかし、体脂肪率が高すぎると脂質異常症、高血圧、糖尿病などの生活習慣病の原因になります。子どもの肥満も成人と同様にさまざまな健康障害を引き起こすおそれがあります。また、子どもの肥満の多くが成人肥満へ移行するという報告もあります。子どものうちから適切な体脂肪率の維持を心がけましょう。

■成長期の無理なダイエットはやめましょう

成長期は、身長や体重および筋肉や骨といった体組成が成長する大切な時期です。その時期に極端な食事制限などの無理なダイエットを行うことはおすすめできません。脂肪が少なすぎたり、急激に減少したりすると女性ホルモンの分泌に異常が起こり、月経がとまってしまうこともあります。自分自身のからだを知り、栄養バランスのとれた食事、適度な運動といった規則正しい生活習慣を身につけることが大切です。

肥満にともなって起こりやすい病気



内臓脂肪

注）17 才以下の方は表示されません。

腹腔内の内臓のすき間に付く脂肪のことです。生活習慣病の起因になると言われており、内臓脂肪の状態をチェックすることは、生活習慣病を予防する上で大切な目安となります。

■内臓脂肪レベルの判定基準

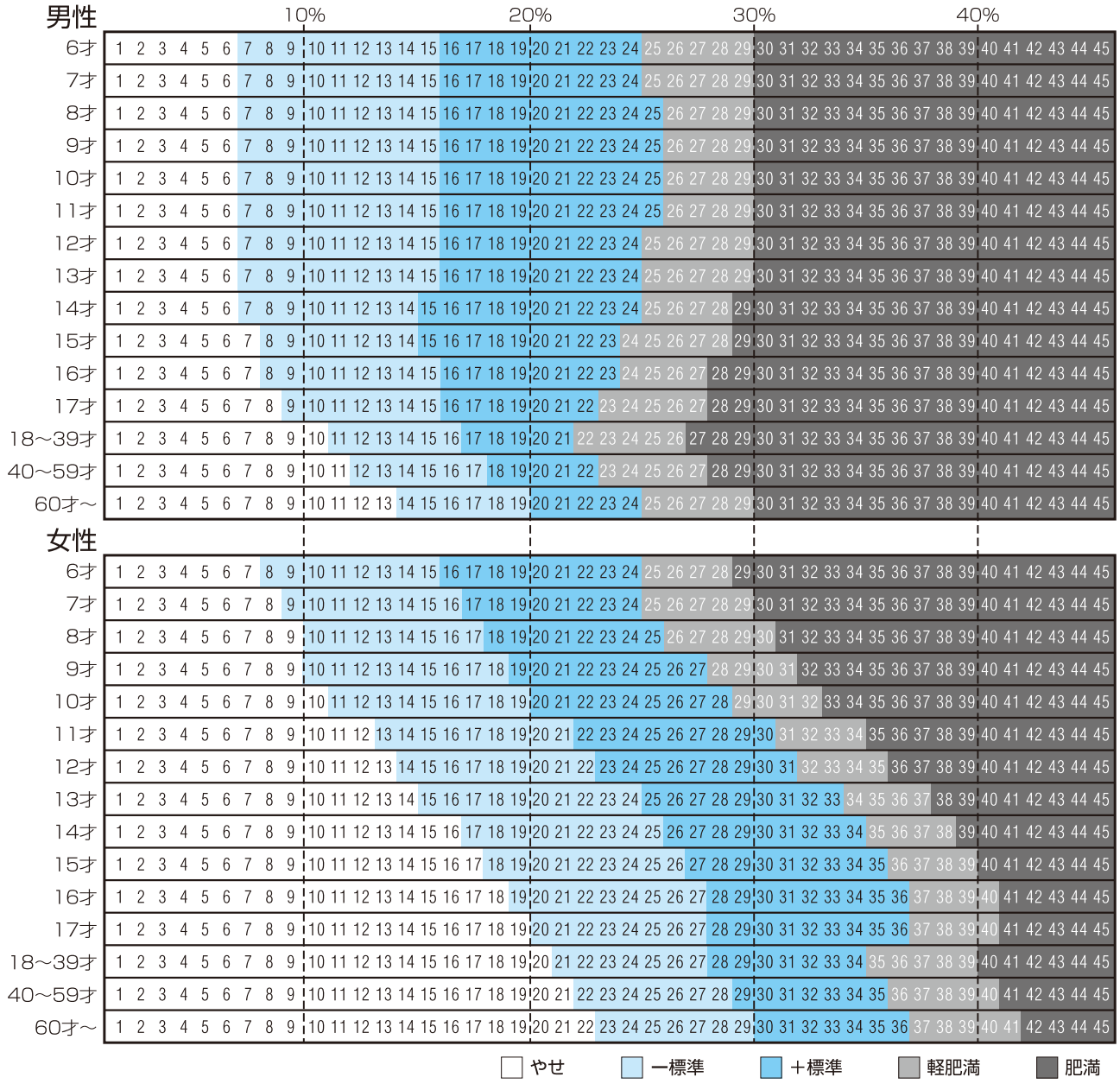
レベル		判定の捉えかた
9.5 以下	標準	内臓脂肪蓄積のリスクは低いです。これからもバランスのよい食事や、適度な運動を維持しましょう。
10.0 ～ 14.5	やや過剰	適度な運動を心がけ、食事を見なおして標準レベルを目指しましょう。
15.0 以上	過剰	積極的な運動や食事改善による減量が必要です。 医学的な診断については専門の医師にご相談ください。

※内臓脂肪蓄積のリスクを統計的に評価したものです。
　体脂肪率が低い方でも、内臓脂肪レベルが高い場合もあります。
　医学的な診断については専門の医師にご相談ください。

からだの豆知識（つづき）

体脂肪率判定表

体脂肪率は年齢・性別によって適切な範囲が異なります。自分の年齢・性別の判定をチェックしてからだの状態を確認してみましょう。妊娠中や人工透析中の方、またはむくみ症状がある方は、参考値として変化の推移を見られることをおすすめします。

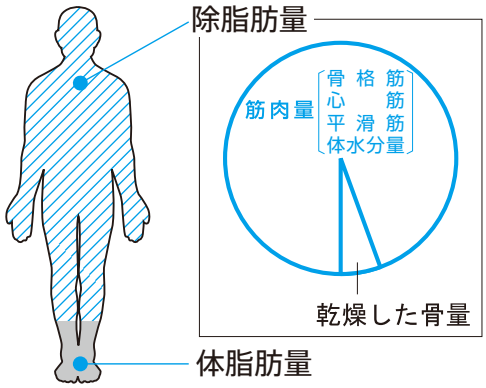


※WHOと日本肥満学会の肥満判定に基づき体脂肪率を区分しました。
※小児の判定基準は日本肥満学会小児肥満症マニュアル作成委員会の肥満度判定に基づき、体脂肪率を区分しました。

©TANITA Corporation

筋肉

からだを動かし、姿勢を保ち、呼吸や血液を送り出す働きを担う組織のことです。体温を保持し、エネルギーを作る役割もあります。タニタの体組成計で表示される筋肉量は、骨格筋、心筋、平滑筋（内臓など）と水分量を含んだ値です。

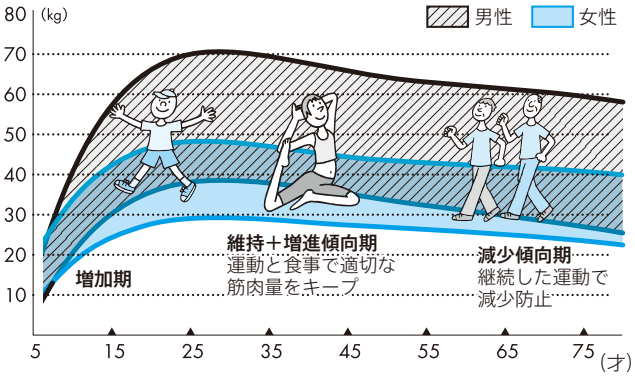


※除脂肪量とは脂肪以外の組織の総量のことです。

■筋肉量は、年齢や性別によって異なります

筋肉量は、統計的に見ると成長とともに20才ごろまで増加し、その後、維持期を経て徐々に減少する傾向があります。成長期は筋肉量が急激に増加する大切な時期です。バランスのとれた食事を心がけ、身体活動量をふやすようにしましょう。筋肉量が減るとエネルギー消費も減るため、脂肪が蓄積されやすくなり、生活習慣病などの原因にもつながります。中高年以降も、日常生活の中に適度な運動を取り入れ、筋肉量の減少を防ぐよう心がけましょう。

筋肉量の年齢変化（タニタ調べ）



※グラフは平均的な筋肉量の年齢変化を示したものです。
個人差がありますので目安としてください。

■18才以上の方は体型判定も参考にしましょう

筋肉量判定と体脂肪率判定から体型判定が行えます。

体脂肪率と筋肉量による体型判定

体脂肪率判定	少ない	標準（平均的）	多い
肥満 軽肥満	かくれ肥満型	肥満型	かた太り型
＋標準 －標準	運動不足型	標準	筋肉質
やせ	やせ型	細身筋肉質	筋肉質
	筋肉量判定		

※筋肉量判定は、身長に対してどのくらい筋肉量があるか計算し区分したものです。

からだの豆知識（つづき）

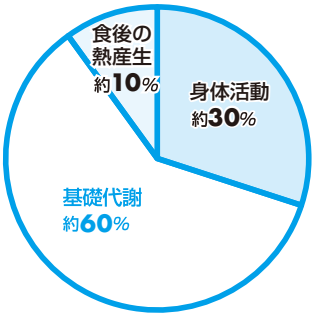
基礎代謝

注）17才以下の方は表示されません。

生きていくため（呼吸をする、心臓を動かす、体温を保つなど）に最低限必要なエネルギーのことです。1日の総消費エネルギー量は、この基礎代謝と身体活動（日常の家事などを含む活動）と食後の熱産生を足したものになり、このうち基礎代謝によって消費されるエネルギーは約60％と言われています。

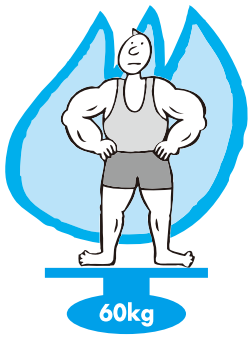
1日の総消費エネルギー量の内訳

厚生労働省策定「日本人の食事摂取基準（2020年版）」をもとに作成



■基礎代謝は、エネルギーの消費が多い筋肉量によって左右されます

筋肉は常にエネルギーを消費している組織です。そのため、同じ体重でも脂肪が少なく筋肉が多い人の方が基礎代謝が高くなり、消費するエネルギーも多くなります。筋肉を鍛えることが基礎代謝を上げることになるのです。また、一般に筋肉の量が多く、基礎代謝が高い人ほど太りにくい傾向にあります。

体重あたりの基礎代謝量が多い **燃えやすいタイプ**	体重あたりの基礎代謝量が少ない **燃えにくいタイプ**
筋肉の多いアスリート型の人は、燃料（脂肪）をどんどん消費するフル活動中の工場	筋肉の少ない肥満の人は燃料（脂肪）たっぷりなのに少ししか使わない半休業状態の工場
	

基礎代謝量は、個人の身体的条件（太っている、やせている、筋肉質など）、年齢、性別によって異なります。タニタの体組成計は体重1kgあたりで消費する基礎代謝量を算出し、あなたの年代の平均的な値と比較して「少ない－標準（平均的）－多い」を区分します。

性・年齢階層別基礎代謝基準値と基礎代謝量（平均値）

性別	男性		女性	
年齢（才）	基礎代謝基準値（kcal/kg 体重/日）	基礎代謝量（kcal/日）	基礎代謝基準値（kcal/kg 体重/日）	基礎代謝量（kcal/日）
18～29	23.7	1,530	22.1	1,110
30～49	22.5	1,530	21.9	1,160
50～64	21.8	1,480	20.7	1,110
65～74	21.6	1,400	20.7	1,080
75以上	21.5	1,280	20.7	1,010

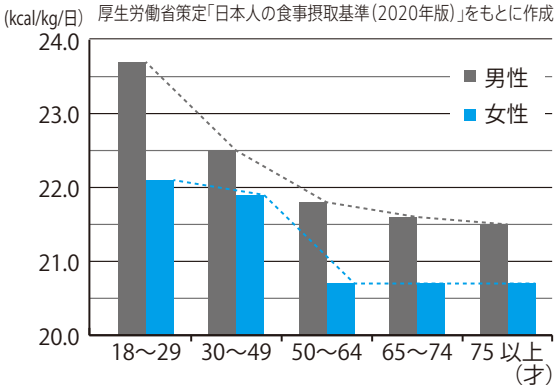
厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2020年版）」をもとに作成

体内年齢

注）17 才以下の方は表示されません。

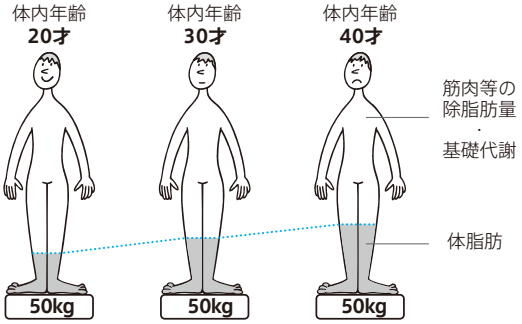
体組成と基礎代謝量の年齢傾向から計算されており、測定した体組成のデータがどの年齢に近いかを表しています。厚生労働省策定「日本人の食事摂取基準」の「基礎代謝基準値（体重あたりの基礎代謝量）」に基づき、タニタ独自の研究から導き出した年齢傾向から算出しています。基礎代謝基準値と年齢の間には図のような関係があり、20代～40代にかけ徐々に減少し、50代を超えるとほぼ横ばい傾向にあります。

基礎代謝基準値（kcal/kg）の変化



■同じ体重でも、体組成により体内年齢が変わります。

同じ体重でも全身に占める筋肉の割合が高く、基礎代謝量が高くなるほど、体内年齢は若くなります。例えば実年齢が40才であっても筋肉質で基礎代謝が高く、30代の基礎代謝基準値と同じ場合には、体内年齢も30代の計算になります。
ダイエットをしたり、からだを引き締めたい方は、参考になさってください。



体水分率

注）17 才以下の方は表示されません。

体重に占める体水分の割合のことです。体水分とは、体内に含まれる水分のことで、血液、リンパ液、細胞外液、細胞内液などをいいます。これらは栄養を運搬したり、老廃物を回収したり、体温を一定に保つなどからだにとって重要な働きがあります。体水分は筋肉に多く含まれるため、女性よりも男性の方が高い傾向にあり、加齢とともに減少する傾向が見られます。また体脂肪率の高い人は低く、逆に体脂肪率が低い人は高い傾向があります。（このように体水分率は年齢、性別、体脂肪によって変化します。）以下は体脂肪率が適正範囲にある人の体水分率です。

男　性	約 55～65%
女　性	約 45～60%

■体水分率を正確に測定するために

- 食事だけで急激に体重を減らしてしまうと、体脂肪だけでなく、大切な体水分も減らしてしまう可能性があります。
- 1日の中でも水分の摂取や身体活動、体調不良などで多少変動しますので、以下の点に留意してください。

◎運動後、飲酒後、入浴後などにより体水分の移動や体温の上昇がある場合はしばらく時間をおき、身体が安静状態となり体温が落ち着いてから測定してください。

◎水を飲んでも、完全にからだに吸収されるまで測定値には反映されません。

◎発熱や激しい嘔吐、下痢が続いた場合体調が良くなってから測定してください。
※脱水症、浮腫の判定はできません。

からだの豆知識（つづき）

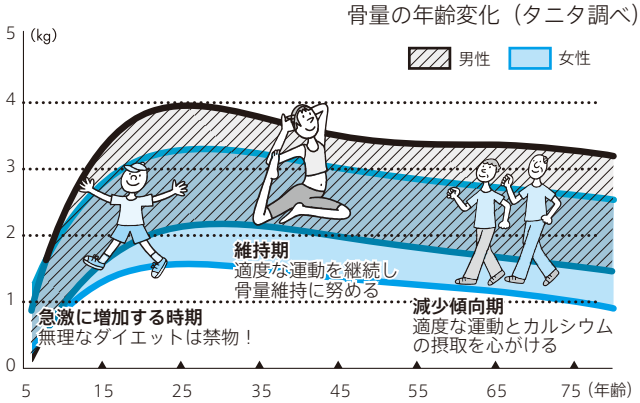
骨量

骨全体に含まれるミネラル（カルシウムなど）の量のことです。骨は変化しないように見えますが実は活発な新陳代謝をくり返しています。そしてからだが必要とするカルシウムを供給したり、常に新しい骨をつくりだしたりしているのです。骨は筋肉との関係が強い組織です。やせ過ぎや運動不足は骨量減少につながります。適度な運動と食事によって筋肉と骨を一緒に維持・増進しましょう。

■骨量は成長期に蓄え、その後は維持しましょう

骨量は筋肉量と同様、成長とともに増え、20才ごろにピークを迎えます。その後、維持期を経て、徐々に減少する傾向にありますので、骨量が増加する成長期に、十分に骨量を増やし、最大骨量を高めておくことが大切です。成長期に無理なダイエットを行うと、十分な骨量が蓄えられず、将来、すかすかな骨になってしまう危険があります。成長期以降もカルシウム摂取を心がけ、適度な日光浴や継続した運動を行い骨量の維持に努めましょう。

骨量の年齢変化（タニタ調べ）



※ グラフは平均的な骨量の年齢変化を示したものです。
個人差がありますので目安としてください。

※以下の方は正しい値が出ないおそれがありますので、あくまでも参考値としてください。

- 骨密度の低い骨粗しょう症の方
- 性ホルモンの投与を受けている方
- 高齢者、更年期もしくは閉経した方
- 妊娠中、授乳中の方

※「推定骨量」は、除脂肪量（脂肪以外の組織）との相関関係をもとに統計的に推定した値です。
「推定骨量」は「骨密度」とは異なり、骨の硬さ・強さ・骨折の危険性を直接推定するものではありません。
骨に関してご心配な方は、専門の医師にご相談されることをおすすめします。

故障かな？と思ったら

故障かな？と思ったら、修理をご依頼される前に、次のことをご確認ください。

	症　状 音　声	ご確認ください	参照ページ
電池を入れる	どのボタンを押しても、何も表示されない ー音声なしー	□ 電池がはずれていませんか？ □ 電池が消耗していませんか？ □ 電池の電極にビニールやゴミなどがついていませんか？	11
	「Lo」が表示される 電池が消耗しています すみやかに交換してください	□ 電池の極性（⊕、⊖）を確認して入れてください。 □ 電池が消耗しています。すみやかに交換してください。	
	文字などが表示されたあと、 すぐ表示が消える ー音声なしー	□ 電池が消耗しています。すみやかに交換してください。 （電池の残量によっては「Lo」を表示しない場合があります）	
準備する	ボタンを押すと地域設定画面が表示される 地域と日時の設定を開始します	□ 体重と体組成を測定するには、地域と日時の設定が必要です。地域と日時を設定してください。	12
	本機に乗っても何も表示されない ー音声なしー	□ 測定中に動いていませんか？ □ 足の裏が汚れていませんか？ □ 靴下などを履いたまま測定していませんか？	9
	「乗るピタ」で測定したら、----が表示され、すぐ消える 登録されていません	□ 個人データが設定されていません。 個人データを設定してください。	15
測定する	測定中に「Err」が表示される エラー	□ 体重と体組成を測定するには、地域と日時の設定が必要です。地域と日時を設定してください。	12
	測定途中に、電源が切れる（表示が消える） ー音声なしー	□ 測定中に動いていませんか？ □ 足の裏が汚れていませんか？ □ 靴下などを履いたまま、測定していませんか？ □ 「00kg」が表示される前に乗っていませんか？	9 22 25
	測定中に「-○.○kg」が表示される 体重が測定できません	□ 「00kg」が表示される前に乗っていませんか？	22 25
	測定中に「OL」が表示される 測定範囲外です もう一度お乗りください	□ 「00kg」が表示される前に乗っていませんか？ □ 最大計量150kgを超えています。	22 25 39
	測定後、体組成表示で「Err」が表示される ○○エラー	□ 個人データの設定内容が間違っていませんか？ □ 他の人の登録番号を選択していませんか？ □ 各測定項目が測定範囲を超えています。	15 22 39
	表示された体重が明らかに違っている ー音声なしー	□ 測定場所をご確認ください。 □ 「0リセット」が正しく行われていない可能性があります。 □ ご使用の地域番号は正しく設定されていますか？ 引っ越しなどで使用地域が変わった場合は、地域の変更が必要です。	7 12 26
	測定後に、体脂肪率が5％と表示される ー音声なしー	□ 5％以下の体脂肪率は、測定できません。 （5％と表示されます）	39

故障かな？と思ったら（つづき）

	症　状 音　声	ご確認ください	参照ページ
測定する	「乗るピタ」で測定したら、違う人の登録番号が表示された （違う人の番号とデータが読み上げられます。）	□ 体重やからだの電気抵抗値が似た人が複数登録していると、誤認識する場合があります。	19
	体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、推定骨量しか表示されない ー音声なしー	□ 6～17才の方は、体重、BMI、体脂肪率、筋肉量、推定骨量以外は表示されません。	39
	個人データを設定しても、体組成を測定できない ー音声なしー	□ 個人データの設定が完了していません。個人データを入力後、一度測定をする必要があります。	16

• その他上記以外の不明な表示が出た場合、弊社お客様サービス相談室にお問い合わせください（裏表紙参照）。

廃棄について

本機
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
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。

仕様

品番		BC-203	
計量範囲		0 ～ 150kg	
最小表示		100g（0～100kg）　200g（100kg超え）	
体脂肪率		5.0 ～ 75.0%　0.1%単位	対象年齢 6～99才
体脂肪率判定		やせ／－標準／＋標準／軽肥満／肥満	
BMI		0.1単位	
推定骨量		100g単位	
筋肉量		100g単位(0～100kg)　200g単位(100kg超え)	
筋肉量判定		少ない／標準／多い	対象年齢 18～99才
内臓脂肪レベル		1.0～59.0レベル　0.5レベル単位	
内臓脂肪レベル判定		標準／やや過剰／過剰	
基礎代謝量		1kcal／日単位	
基礎代謝量判定		少ない／標準／多い	
体内年齢		1才単位	
体水分率		0.1%単位	
過去メモリー		前回値	
設定項目	地域	3区分	
	日時	2022年1月1日0:00～2070年12月31日23:59	
	登録番号	1～4	
	生年月日	1900年1月1日～(6才以上)	
	性別	女性／男性	
	身長	90.0～220.0cm（0.5cm単位）	
時計精度		平均月差　±1分以内（23℃±5℃）	
電源		6V DC　単3形アルカリ乾電池(LR6) x 4本	
消費電流		最大400mA	
寸法		約 幅352 x 高さ39 x 奥行300mm	
質量		約 1.6kg（乾電池含む）	

※体重以外の測定項目は、からだの電気抵抗値などから算出した推定値です。BMIは計算値です。
※対象年齢を超える方は参考値としてご覧ください。
※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。

タニタは、家庭用はかりとして初めてJISマークを取得しました。

タニタの家庭用はかりは、経済産業大臣が制定する JISに適合している商品です。

JISマークとは、産業標準化法という法律に基づいて、JISCで審議され、経済産業大臣が制定するJISに適合する製品であることを証明するマークです。国に登録された登録認証機関から認証を受けることによって、JISマークを表示することができます。タニタはJQAから家庭用はかりの認証を取得しました。

■計量精度

はかられた体重に対して表に示す範囲まで精度を保証します。

計量範囲	計量精度
0kgから100kgまではかる場合	±200g
100kgを超え150kgまではかる場合	±400g

（使用温度：23℃±5℃、湿度：50%±20%の場合）

ご家庭での測定が主な目的ですので、業務用（品物の売買取引やその他の計量値を証明する場合）にはお使いになれません。

アフターサービスについて

本機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）を本機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。修理によって本機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。

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破損
   ロ、お買い上げ後の落下などによる故障および破損
   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破損
   ホ、一般家庭以外（例えば、業務用の長時間使用、船舶への搭載）に使用された場合の故障および破損
   ヘ、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
4. 本規程は、日本国内においてのみ有効です。本機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。

保証書

販売店様へ
ご販売時に貴店にて、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
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	音声体組成計 BC-203
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	お名前　　様
	ご住所 お電話　　（　　）
販売店	店名・所在地 お電話　　（　　）　　㊞

JIS B 7613
JQ0313010

正 家庭用
経済産業省令
適合マーク

販売元　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

製造元　株式会社 タニタ 秋田
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　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）

© 2022–2024 TANITA Corporation

BC2037601(3)-2411OF