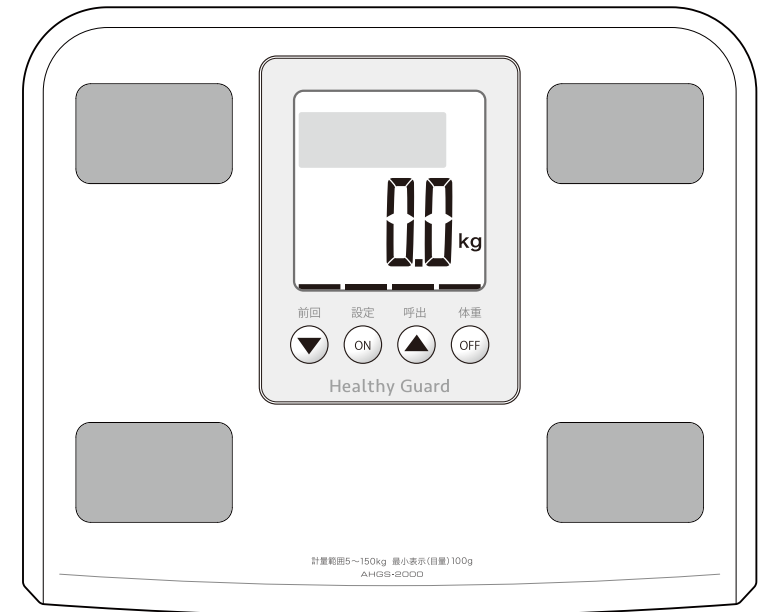


## 家庭用 体組成計ヘルスマーター 取扱説明書



### 株式会社 アトラス

〒192-0046 東京都八王子市明神町4-7-15 落合ビル2F  
TEL.042-660-8870 <https://www.atlas-scm.jp/>

このたびは、当社の体組成計ヘルスマーターをお買い上げいただき、誠にありがとうございました。

### お願い

本製品は誤った使い方をすると重大な事故につながるおそれがございます。ご使用になる前に、この説明書を最後まで必ずお読み頂き、正しく安全にご使用ください。

また本書は、ご使用中に操作方法等がわからなくなった時、お役に立ちますので、いつでも見られるところに、大切に保管してください。

# 目次

◎ご使用の前に	2
◎各部の名称	4
◎電池のセット、交換	5
◎個人データの登録	6
◎計測方法<ノルミル機能> (登録済みの場合)	8
◎登録番号を指定して計測する (登録済みの場合)	9
◎前回値を確認する	10
◎体重のみ計測	11
◎登録せずに計測する (ゲストモード)	12
◎データの削除	14
◎エラー表示	15
◎判定基準	16
◎仕様	17

ご使用の前に

使い方

必要なときに

# ご使用の前に

安全上の注意



警告

この表示を無視して、誤った取扱いをした場合、「人が死亡または重傷を負う可能性が想定される」内容を表示しています。



注意

この表示を無視して、誤った取扱いをした場合、「人が障害を負う可能性、及び物的損害のみの発生が想定される」内容を表示しています。



この記号は、してはいけない「禁止」内容を表しています。



この記号は、しなければいけない「強制」内容を表しています。



ペースメーカー等、体内に医療用機器を装着されている方は絶対に使用しないでください。本製品で計測の際、医療用機器の誤作動により、重大な事故の原因となるおそれがあります。



一般家庭用の為、業務用(病院等での計測や医療もしくは治療目的)では、絶対に使用しないでください。業務用として病院等で使用する為の機能を備えておりません。病院等、医療もしくは治療目的での計測は、絶対に使用しないでください。



すべりやすい所(タイル面やぬれた床)では絶対に使用しないでください。転倒したり、すべったりして大けがをするおそれがあります。また本製品内部に水が侵入し故障の原因になります。



警告



体組成計の端にのったり、飛びのったり、飛び跳ねたりしないでください。転倒したり、すべったりして大けがをするおそれがあります。また、故障の原因にもなります。



体がぬれたままのらないでください。すべて転倒し、大けがをするおそれがあります。



修理・分解・改造は絶対に行わないでください。故障や事故の原因になります。



体の不自由な方がご使用になる場合は、1人では計測しないでください。必ず介護者の方がのり降りの援助を行ってください。なお、手すりなどを利用した場合の計測値は参考値として捉えてください。



計測結果は、決して自己判断しないでください。計測値やそれに基づく運動メニュー等は、必ず医師または、資格をもった専門家の指示に従ってください。本製品で表示される「推定骨量」は「骨密度」とは異なります。必ず医師または資格をもった専門家の指示に従ってください。

◆次のような計測対象者は、体脂肪率の信頼性が低下する可能性があります。

- ボディビルダー、相撲の力士、スポーツを職業とされる人および、それに近い人。
- 妊娠中や、人工透析患者、またはむくみ症状の人。

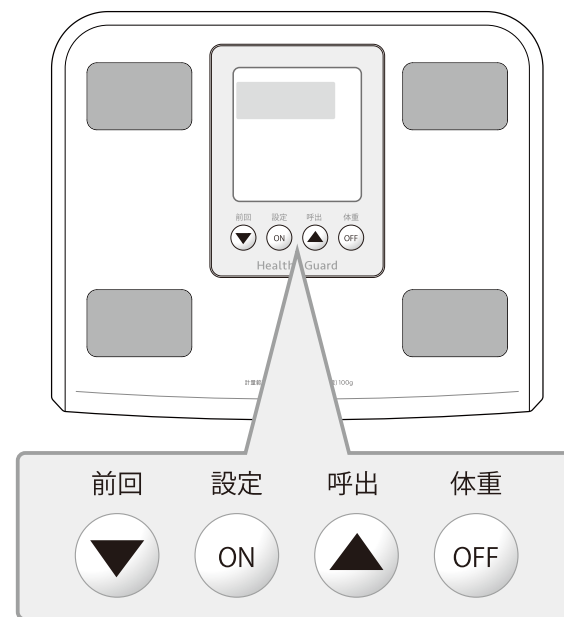
注意

- ⊘ 体組成計の表示部や操作部の上にはのらないでください。  
表示部が破損してけがをするおそれがあります。
- ⊘ 体組成計の隙間や穴に指を入れないでください。  
けがをするおそれがあります。
- ⊘ 乳幼児には、絶対に持ち運びさせないでください。  
落としてけがをするおそれがあります。
- ❗ 電池を入れるときは、＋を確認して正しく装着してください。  
発熱、液漏れなどによる、火災やけがの原因になります。また、長期間で使用にならない場合は、電池を本製品から取り外してください。故障の原因になります。
- ⊘ 強い磁気のそばでは使用しないでください。  
携帯電話やマイクロ波治療器等を本製品の近くで使用すると故障の原因となるおそれがあります。
- ⊘ 直射日光の当たる場所や高温になる場所には置かないでください。  
故障の原因になります。

お使いになる前に

- ❗ 靴下等を脱ぎ、素足になって足の裏の汚れを落としてから計測してください。  
足の裏にほこりなどがついていたり、異常に乾燥している場合、正確に計測できません。
- ❗ できるだけ裸に近い状態で計測してください。  
着衣によって計測値は変化します。
- ❗ 変化の推移を見る場合は、できるだけ同時刻、同条件のもとで計測してください。  
体内の水分の変化や体温に大きく影響されるので、毎日同じ時間、条件で計測することをおすすめ致します。
- ❗ 計測中はできるだけ体を動かさないようにしてください。  
体を動かすと計測できませんので、できるだけ動かさないようにしてください。また、ヒザを曲げたり足盤部に触れていない場合、座ったまま計測した場合も正確に計測できません。
- ⊘ 計測前に過度の飲食をしたり、極度の脱水症状の時の計測をさけてください。  
計測値に誤差を生じるおそれがあります。できるだけ起床直後をさけ、食後3時間以上経過した同じ時間帯にご使用してください。
- ⊘ 入浴の直後や激しい運動直後の発汗した状態での計測をさけてください。  
計測値に誤差を生じるおそれがあります。十分に休んでから計測してください。
- ❗ 硬く平らな床の上において計測してください。  
じゅうたんや畳、クッションフロアの上では正確に計測できません。
- ❗ 必ず体組成計は床においた後に操作・計測をしてください。  
床に置く前に操作すると、正しく計測できない場合があります。

各部の名称



電源OFF時

- 前回…前回値を呼び出します。
- 設定…各種設定をします。
- 呼出…個人の登録データを呼出します。
- 体重…体重のみの計測をします。

電源ON時

- ▼…数値を小さい値にします。
- ON…各項目で決定時に使います。
- ▲…数値を大きい値にします。
- OFF…電源を切ります。

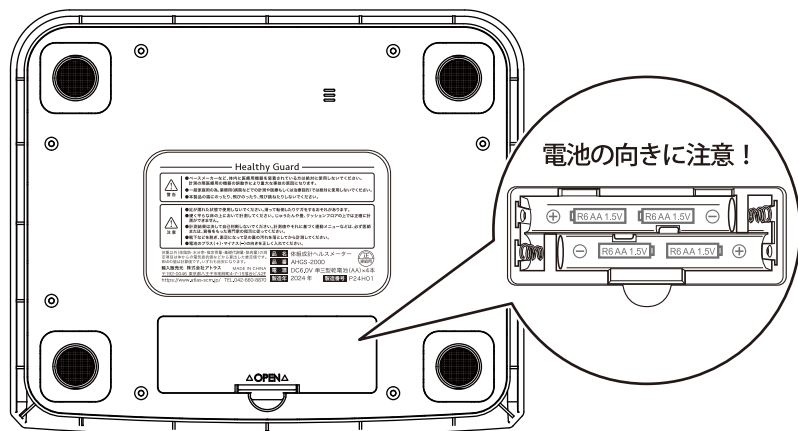
- {rr, i : 計測中に降りたり、足の裏が汚れていたり、足盤に正しく乗っていないなどの時に表示されます。
- Lo : 電池の残量が少ないとLoと表示されます。新しい電池と交換してください。
- その他のエラーはP15を参照してください。

使用上のご注意

- ※本製品は、精密に作られています。長く最良の状態を保つため、次のことを必ず守ってご使用ください。
- 分解をしたり水洗いは絶対しないでください。
- 過度の衝撃や振動を与えないでください。また振動の激しい場所での計測、保管はしないでください。
- 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での計測、保管はさけてください。
- 温度変化の激しい場所での使用はさけてください。
- 湿気、水気の多い場所には置かないでください。サビや故障の原因となります。
- 熱湯やベンジン、シンナー等は絶対に使用しないでください。
- ※汚れたときは、水または家庭用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。

## 電池のセット、交換

### 裏面



### ■電池のセット

- 1 電池カバーを開き、電池を入れてください。
- 2 全表示後、0.0kgが表示されます。
- 3 電池カバーをカチッと音がするまで押し込んでください。
- 4 硬く平らな床の上に体組成計をおいてください。



注意

- 初めてのご使用、また電池交換後は、電池を入れて電源が切れる前に硬く平らな床の上に体組成計をおいてください。
- 体重を計測し、体組成計を降りてから、電池が切れるまで体組成計を動かさないでください。次回計測する際、正しく計測できない場合があります。

### ■電池の交換

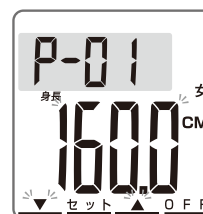
- 表示部にLoが点灯したら、全ての電池(単三電池)を新しいものと交換してください。電池を外しても、登録内容は消えません。
- 裏側の電池カバーを取り外し、電池を取り外してください。
- +-を間違えないように入れてください。
- 新・旧、アルカリ・マンガンなど種類の違う電池を同時に使用しないでください。

## 個人データの登録

計測前に個人データ(性別/年齢/身長)の登録をしてください。  
(12人分登録できます。)

登録しないで計測する場合はゲストモードがあります。…P12

▼▲を押し続ける(長押しする)と年齢、身長の数字が早送りされます。



### 1 個人データを入力します。

○ON ボタン(設定)を押して電源を入れます。ディスプレイに0.0kgの表示が出たら再び○ON ボタン(設定)を押します。

### 2 登録する番号を決めます。

▼▲ボタンを押し、(P01~P12)登録番号を選び○ON ボタンで決定します。

### 3 性別を選択します。

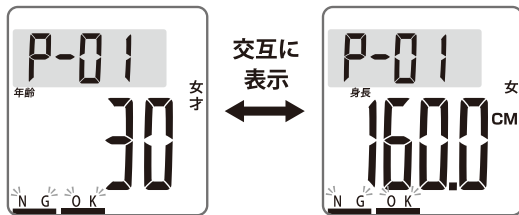
▼▲ボタンで選び○ON ボタンで決定します。

### 4 年齢を選択します。

▼▲ボタンで選び○ON ボタンで決定します。

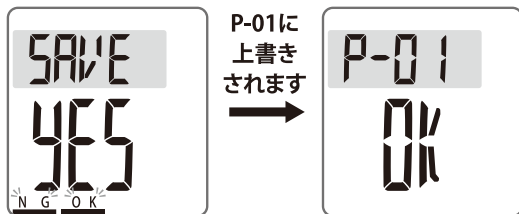
### 5 身長を選択します。

▼▲ボタンで選び○ON ボタンで決定します。  
(身長は0.5cm刻みです。)

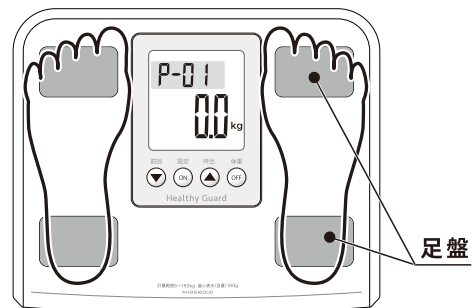


**6** 登録内容を確認します。  
内容が宜しければOK、訂正する場合はNGを選択します。

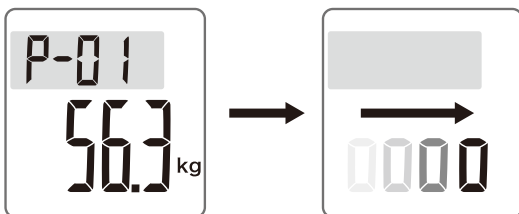
(→ ❸から再度設定します。)



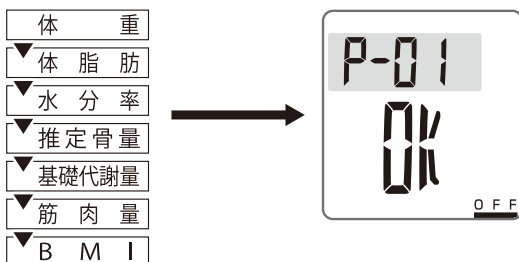
**7** 設定は終了です。  
続いて計測をします。



**8** 静かに体組成計にのってください。  
つま先側とかかと側の足盤に足がのるように素足でのってください。



**9** 計測をします。  
体重を計測して、分析後計測結果を表示します。  
♪ピピッと計測完了。



**10** 分析後、計測結果を表示します。  
各項目を1回表示しOKが出たら完了です。

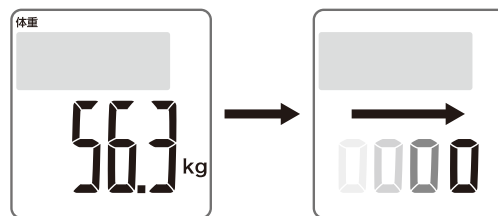
## ノルミル機能を使った計測方法 (登録済みの場合)

### ノルミル機能

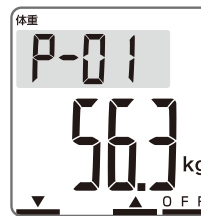
### のるだけ自動計測。結果を見るだけ。

電源が入っていない状態でのると、自動計測が始まります。体重を基に登録データから個人を認識し、結果表示する機能です。

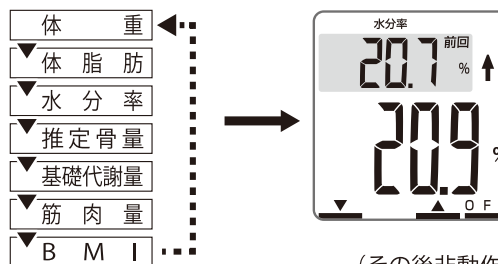
※前回の体重から1.0kg以上の増減がある場合はノルミル機能が認識できません。  
※体重の近い登録が複数ある場合は認識できません。任意で登録者を選んでください。



**1** 計測をします。  
電源OFFのまま体組成計にのります。自動計測が始まります。  
♪ピピッと計測完了。



**2** 登録した情報から個人番号を特定して計測結果を表示します。  
左上の青い液晶内に前回の数値を表示し前回からの増減を矢印で表示します。  
各項目を2回表示し体重表示に戻ります。  
▼▲ボタンを押すと各項目を任意で確認できます。



(その後非動作状態が1分続くと自動でOFFになります。)

### ! こんなときは



登録済みの人の体重に近い人がいます。  
▼▲で計測する番号を選び○(ON)で決定します。決定すると計測結果を表示します。



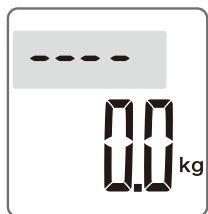
個人を認識できません。  
・未登録ではありませんか?  
・登録済みの場合、登録番号を指定して計測してください。

## 登録番号を指定して計測する（登録済みの場合）

あらかじめ登録してあるデータを呼び出して計測する機能です。

登録しないで計測する場合はゲストモードがあります。…P12

▼▲を押し続ける（長押しする）と数字が早送りされます。



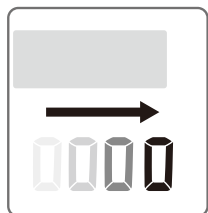
**1** 電源OFFの状態でも▲ボタン（呼出）を押して電源を入れます。



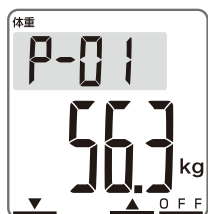
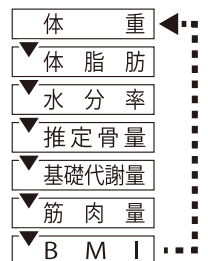
**2** 計測したい登録番号を決めます。予め登録してある登録番号を▼▲ボタンで選びONボタン（設定）で決定します。



**3** 登録番号、性別、年齢、身長を表示します。0.0kgが表示されたら のってください。



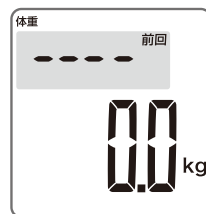
**4** 計測をします。  
♪ピピッと計測完了。  
分析後、結果を表示します。



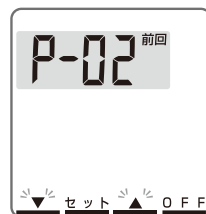
**5** 左図の上から順番に計測結果を表示します。各項目を2回表示し体重表示に戻ります。▼▲ボタンを押すと各項目を確認できます。

（非動作状態が1分続くと自動でOFFになります。）

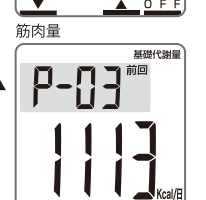
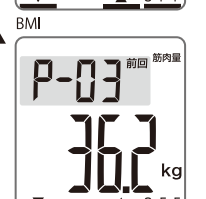
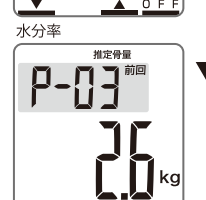
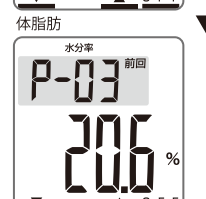
## 前回値を確認する



**1** 電源を入れます。  
電源OFFの状態でも▼ボタン（前回）を押すと前回値表示モードが起動します。



**2** 確認したい登録番号を▼▲ボタンで選びONボタンで決定します。  
登録のない番号は左図の表示になります。

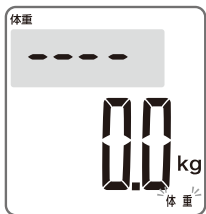


**3** 前回値を順番に表示します。

表示中▼▲ボタンを押すと手動モードに切り替わり、任意の項目を見ることができます。

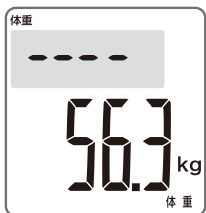
（非動作状態が1分続くと自動でOFFになります。）

## 体重のみ計測

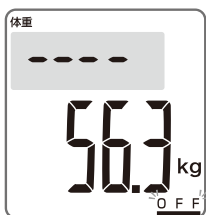


- 1 電源OFFの状態では(ON)ボタン(体重)を押すと体重だけを計測モードが起動します。

体組成計にのると♪ピツと鳴り、計測開始します。  
♪ピピピピで計測完了



- 2 計測後は右下の体重の表示がOFFになります。  
(ON)ボタンを押すと電源を切れます。  
(非動作状態が1分続くと自動でOFFになります。)



## 登録せずに計測する (ゲストモード)

- 個人データは保存されません。
- 計測結果は保存されません。

▼▲を押し続ける(長押しすると年齢、身長)の数字が早送りされます。



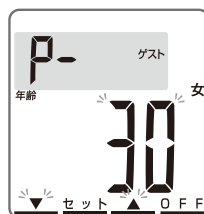
- 1 計測前に個人データの入力をします。  
(ON)ボタン(設定)を押して電源を入れます。ディスプレイに0.0kgの表示が出たら再び(ON)ボタン(設定)を押します。



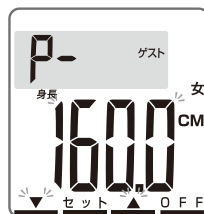
- 2 ゲストを選択します。  
▼▲ボタンを押し、ゲストを選び(ON)ボタンで決定します。



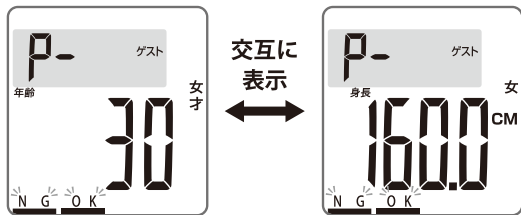
- 3 性別を選択します。  
▼▲ボタンで選び(ON)ボタンで決定します。



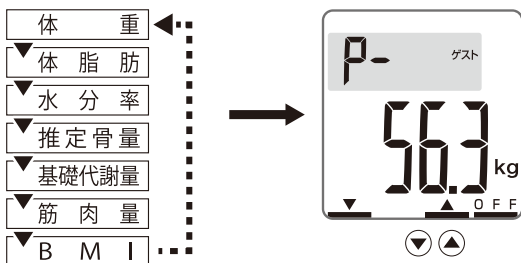
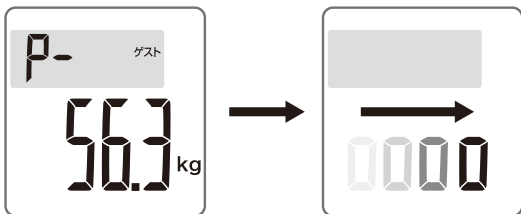
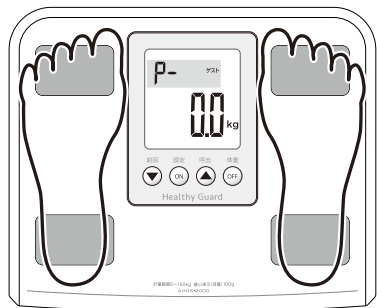
- 4 年齢を選択します。  
▼▲ボタンで選び(ON)ボタンで決定します。



- 5 身長を選択します。  
▼▲ボタンで選び(ON)ボタンで決定します。  
(身長は0.5cm刻みです。)



交互に  
表示



**6 確認をします。**  
登録内容を確認して  
宜しければ(ON)ボタン、  
訂正する場合は(▼)ボ  
タン(NG)を選択します。  
(→**3**から再度設定します。)

**7 静かに体組成計に  
のってください。**  
つま先側とかかと側  
の足盤に足がのよ  
うに素足でのつてく  
ださい。

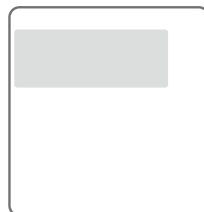
**8 計測をします。**  
体重を計測して、分  
析後計測結果を表示  
します。  
♪ピピで計測完了。

**9 分析後、計測結果を  
表示します。**  
左図の順番で各項目  
を表示します。  
表示中(▼)▲ボタンを  
押しと各項目の計測  
結果を表示できます。

## データの削除

個人データを削除します。

▼▲を押し続ける(長押しする)と数字が早送りされます。



**1 電源を入れます。**  
(ON)ボタン(設定)を押して電源を入  
れます。



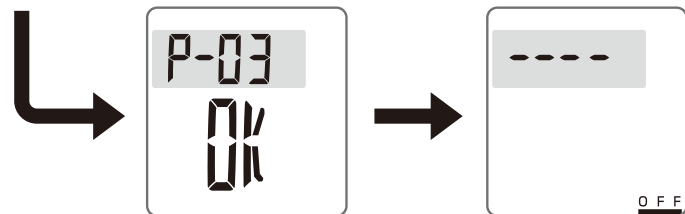
**2 0.0kgと表示されたらもう一度(ON)ボタン  
(設定)を押します。**



**3 削除したい登録番号を(▼)▲ボタンで  
選択します。**  
削除したい登録番号が点滅状態で(ON)  
ボタン(設定)を3秒以上長押しします。



**4 CLA、YESが表示されます。**  
削除する場合は(ON)ボタン(設定)を押  
します。  
削除しない場合は(▼)ボタンを押します。  
削除はされません。OKが出たら削除完了です。



# エラー表示

エラー表示一覧です。



**電池残量がわずかです。**  
→電池交換してください。



**最大計測値を超えています。**



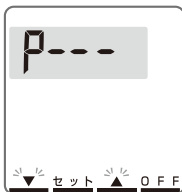
**個人の特定ができません。**  
→登録がされていますか?  
警告音: ♪ピピピ



**正しく計測できません。**  
→素足でのつてください。  
→足裏をきれいにしてからつてください。  
警告音: ♪ピピピ



**個人の特定ができません。**  
→登録がされていますか?



**個人の特定ができません。**  
→登録はありますが個人の特定ができない状態です。  
任意で登録番号を(▼)(▲)ボタンで選択し(ON)ボタンで決定してください。  
→前回の体重から1.0kg以上の増減がある場合は個人の特定ができません。任意で選択し計測してください。

# 判定基準

● **体脂肪率 (%) (参考基準)**  
体重中に占める体脂肪の割合

女性				
年齢	細い	標準	やや肥満	肥満
10~39	14~20	21~25	26~31	32~38
40~55	15~21	22~26	27~32	33~38
56~	16~22	23~27	28~33	34~38

男性				
年齢	細い	標準	やや肥満	肥満
10~39	14~17	18~23	24~29	30~36
40~55	12~18	19~24	25~30	31~37
56~	13~19	20~25	26~31	32~38

● **水分率 (%) (参考基準)**  
体重中に占める水分の割合

	年齢	やや低い	標準	やや高い
女性	18~30	~46	47~57	58~
	31~60	~41	42~52	53~
	61~	~36	37~47	48~

	年齢	やや低い	標準	やや高い
男性	18~30	~52	53~67	68~
	31~60	~46	47~61	62~
	61~	~41	42~56	57~

\*対象年齢:18歳以上

● **BMI (参考基準)**

BMIとは、肥満や低体重(やせ)の判定に用いる値です。  
[体重(kg)] ÷ [身長(m)の2乗] で算出されます。

BMI (数値の範囲)	肥満度の判定
18.5 未満	低体重
18.5~25 未満	普通体重
25~30 未満	肥満(1度)
30~35 未満	肥満(2度)
35~40 未満	肥満(3度)
40 以上	肥満(4度)

※BMIは、厚生労働省「肥満度の判定基準」基準値を参考にしています。

使用上のご注意

※この参考基準表は一般的な数値をまとめたものです。参考値として目安にしてください。※計測結果は、決して自己判断しないでください。(計測値の評価、それに基づく運動メニュー等必ず医師または、資格を持った専門家の指示に従ってください。)※成長期のお子様については成長の度合いによって差が大きくなる事があります。※水分率は1日の中でも水分の摂取や運動、体調などで変化します。※「推定骨量」とは「骨密度」とは異なります。骨の硬さ・強さなどを推測するものではありません。(必ず医師または、資格を持った専門家の指示に従ってください。)※筋肉量は、筋肉質かどうかの判定とは異なります。※基礎代謝量の計測結果は、推定式で算出しております。お客様の年代基準値と比べる目安としてください。あくまでも目安であり日常生活活動によって差が生じます。※BMIの計測結果は、推定式で算出しておりあくまでも目安です。(必ず医師または、資格を持った専門家の指示に従ってください。)

● **筋肉量(kg)(参考基準)**  
体重中に占める筋肉の量

	BMI 24.9以下	BMI 25.0以上
女性	14.0kg	17.0kg
男性	22.0kg	24.0kg

骨格筋や平滑筋(内臓など)と水分量は含まれません。性別や年齢、BMIなどによって変化します。以下の筋肉率も参照してください。筋肉率は筋肉量÷体重で算出します。

女性			
低い	標準	やや高い	高い
25%以下	26~27%	28~29%	30%以上

男性			
低い	標準	やや高い	高い
30%以下	31~34%	35~38%	39%以上

\*対象年齢:18歳以上

● **基礎代謝量(Kcal/日) (参考基準)**

基礎代謝とは、目覚めている状態で生命を維持する為に必要な、最小限のエネルギー消費量のことをいいます。

性・年齢階層別基礎代謝基準値(平均値)		
年齢	女性	男性
1~2	700kcal/日	700kcal/日
3~5	860kcal/日	900kcal/日
6~8	1000kcal/日	1090kcal/日
9~11	1180kcal/日	1290kcal/日
12~14	1340kcal/日	1480kcal/日
15~17	1300kcal/日	1610kcal/日
18~29	1210kcal/日	1550kcal/日
30~49	1170kcal/日	1500kcal/日
50~69	1110kcal/日	1350kcal/日
70~	1010kcal/日	1220kcal/日

※基礎代謝量は、厚生労働省「日本人の栄養所要量」基準値を参考にしています。

● **推定骨量(kg) (理想値)**  
骨全体に占めるカルシウム等の量

女性	~39kg	40~60kg	61kg~
	1.7	2.1	2.4

男性	~54kg	55~75kg	75kg~
	2.4	2.8	3.1

## ■ 仕 様

型 番	AHGS-2000	
計量範囲	5～150kg	
最小表示(目量)	100g	
体脂肪率計測(目安)	0.1%単位(5%～50%)	
水分率計測(目安)	0.1%単位(20%～72%)	対象年齢:18歳以上
推定骨量計測(目安)	0.1kg単位	
基礎代謝量(目安)	1kcal単位(0～9999kcal)	
筋肉量計測(目安)	0.1kg単位(20%～70%)	対象年齢:18歳以上
BMI(目安)	0.1単位	
設定項目	年 齢	10～100歳
	性 別	男性・女性
	身 長	100～240cm(0.5cm単位)
電 源	単三電池(4本)	
本体寸法	約幅260×奥行216×高さ31.5mm	
本体重量	約760g	
材 質	ABS樹脂	

### 計量精度の保証範囲

5～75kgまではかる場合	±200g
75kgを超えて150kgまではかる場合	±300g

本製品は計量法で定められた技術基準に基づいて製造、検査しております。ご使用の場合ははかられた重さに対し、上記の範囲まで精度を保証いたします。

※日本国内の各地域の重力値には若干の差があります。この影響により計量値に誤差が発生することがあります。

※本製品はご家庭での計測が主な目的ですので、業務用(品物の売買取引やその他の目方を証明する場合)にはお使いになれません。

## ■ アフターサービスについて

本製品に万一、不具合な点がありましたらお買い上げ頂きました販売店、または弊社アトラスまでお問い合わせください。

## 保 証 書

品 名	体組成計ヘルスメーター AHGS-2000		
保証期間	お買い上げ日より 1年間		
お買い上げ日	年	月	日
お 客 様	ご住所		
	お名前 _____ 様		
	電 話 ( )		
販 売 店	住所・店名		
	電 話 ( )		
株式会社	アトラス	TEL 042-660-8870	

### ◆— 無料修理規定 —◆

- 取扱説明書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。
- 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、弊社アトラスに連絡の上、商品と保証書をお送り頂くか、お買い上げ販売店へ修理をご依頼ください。
- 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。  
イ 本書のご提示がない場合。  
ロ 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入がない場合、または字句を書き換えられた場合。  
ハ 使用上の誤り、または不当な修理や改造による故障および損傷。  
ニ 火災、地震、水害、落雷、雪、その他天災地変、公害や異常電圧による故障および損傷。
- 保証書は日本国内においてのみ有効です。
- ご贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼できない場合には、弊社アトラスへご相談ください。
- 保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。