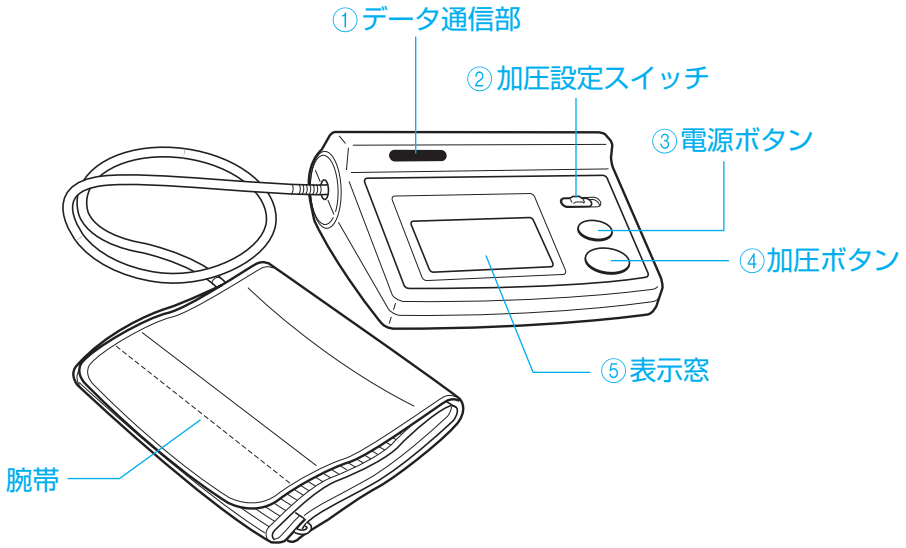
各部の名称と表示の見方



①データ通信部：
子機の個人データをセットするときに、データ通信を行ないます。
※子機の個人データのセットについては、子機の説明書をご覧ください。

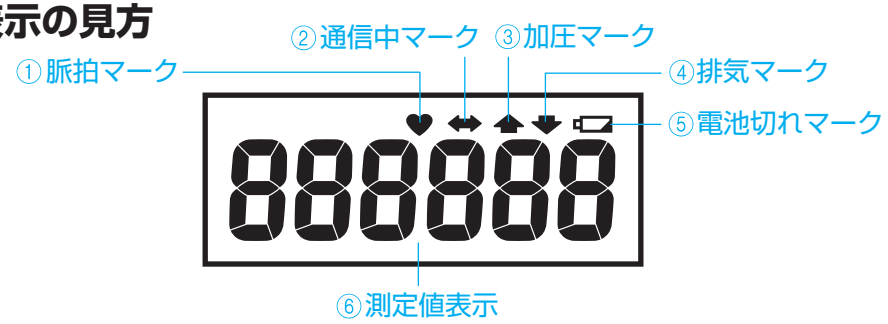
②加圧設定スイッチ：
加圧値の最大値（最高血圧値の予想）を設定します。

③電源ボタン：
電源を入れたり、切ったりします。

④加圧ボタン：
電源が入っているときに押すと、測定を開始します。
測定中に押すと、測定を中止します。

⑤表示窓：
血圧値や脈拍値を表示します。

表示の見方



①脈拍マーク：
脈拍を検出すると点滅します。
測定後は点灯します。

②通信中マーク：
子機との通信中に表示します。

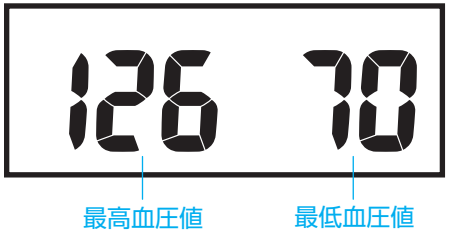
③加圧マーク：
腕帯の加圧中に点滅します。

④排気マーク：
腕帯の排気中に点滅します。

⑤電池切れマーク：
電池が消耗してくると点灯します。
すみやかに電池を交換してください。
※電池を逆に入れたときも点灯します。

⑥測定値表示：
最高血圧値、最低血圧値、脈拍値を表示します。

〈表示例〉





電池の入れ方

■電源について

- 本機は単３型電池〈R6P〉を４本使用します。
- 電池はできるだけ“カシオ指定の電池”または同等品をお使いください。

■ご注意

- 電池切れマーク“ ”が点灯したときは、すみやかに新しい電池と交換してください。
- 電池の⊕と⊖の向きは正しく入れてください。
- 新しい電池と古い電池を混ぜて使用しないでください。
- 種類の違う電池を混ぜて使用しないでください。
- 長期間使用しないときは、本体から電池を取り出しておいてください。
- 付属の電池は充電式ではありません。絶対に充電しないでください。
- 付属の電池はモニター用電池※のため、記載の電池寿命に満たないうちに切れることがあります。

  ※モニター用電池とは本機の機能や性能をチェックするための電池で本体価格に電池代は含まれません。
- 電池が液もれを起こした場合は液に触れずにすぐにふきとってください。
- 電池は幼児の手の届かないところに保管してください。万一飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談してください。
- 古い電池を交換せずに入れたままにしておくと、故障の原因になります。
- 使用済み電池は不燃ゴミとして廃棄してください（電池を分別廃棄しているところは、それに基づいて廃棄してください）。

電池寿命について

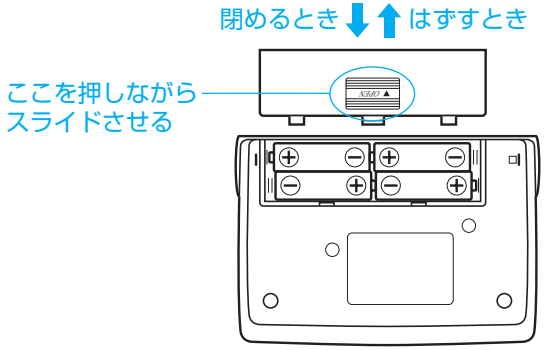
単３型電池〈R6P〉で約 150 回測定ができます。

（室温 22℃で１日２回 180mmHg 加圧の場合）

■電池の入れ方

1. 電池ブタの OPEN 部を押しながら、矢印方向にスライドさせてはずします。

※古い電池が入っているときは、抜いてください。



2. 電池の⊕⊖に注意しながら、新しい電池を入れます。

3. 電池ブタを開けるときとは反対方向にスライドさせて閉めます。

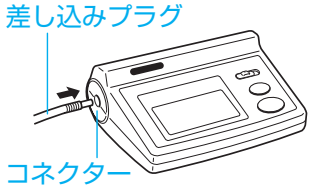
電池を入れたときに、異常な表示になった場合は、電池を抜いて２～３秒たってから、もう一度電池を入れてください。

腕帯の巻き方

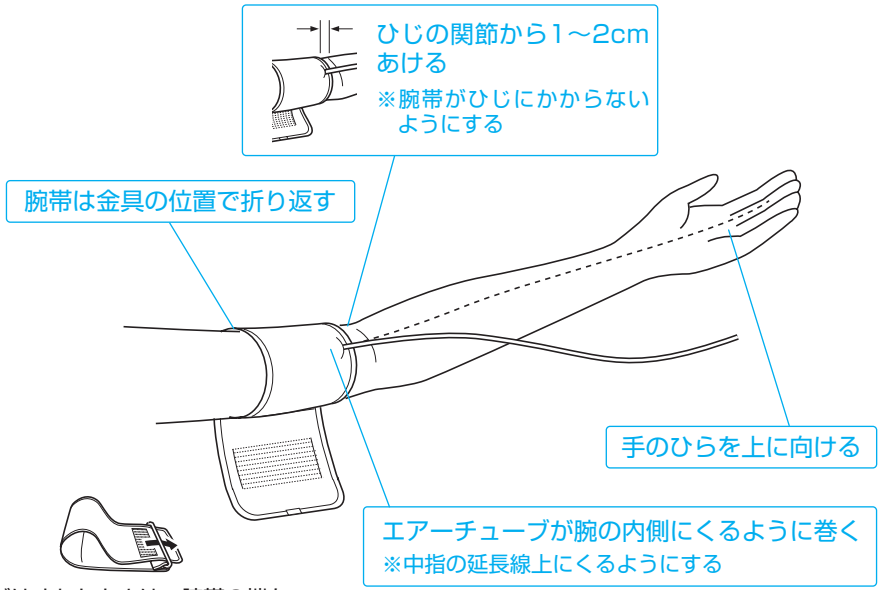
腕帯は、できるだけ素肌に巻いてください。
厚い服（セーター等）を着ているときは、腕まくりをせずに、脱いでから巻いてください。

1. 腕帯の差し込みプラグを、血圧計本体のコネクターに差し込みます。

※ プラグは奥までしっかりと差し込んでください。



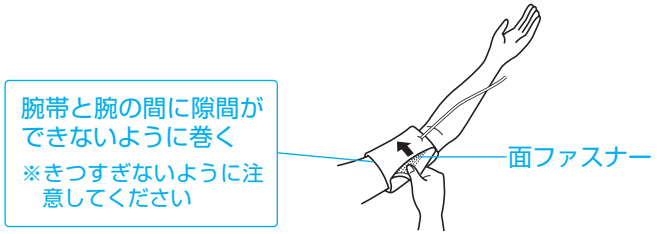
2. 腕帯を筒状に広げ、左腕に通します。



腕帯がはずれたときは、腕帯の端を金具に通して引いてください。

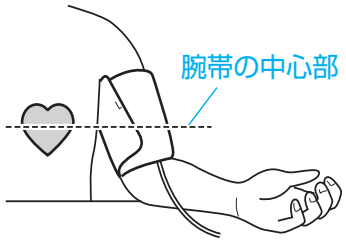
● 親機のみの測定では腕帯を右腕に巻いてもかまいませんが、子機の個人データをセットするときは、必ず左腕に巻いてください。

3. 腕帯の先を引っ張りながら腕に巻き付け、面ファスナーで止めます。



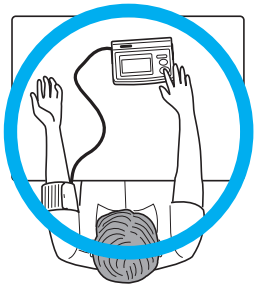
● 腕帯と腕の間に隙間がある場合は、加圧時に腕がしびれたり、正しく測定できないことがあります。

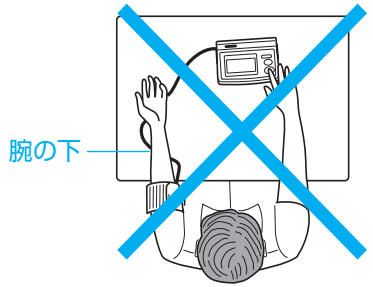
4. 手のひらを軽く開いて上に向け、腕帯の中心部の高さが心臓と同じ高さになるように、ひじを台やテーブルの上に乗せます。



● 腕帯の中心部が低くなるようなときは、タオルや座布団を敷いて調整してください。

エアーチューブが腕の下にならないように注意してください。

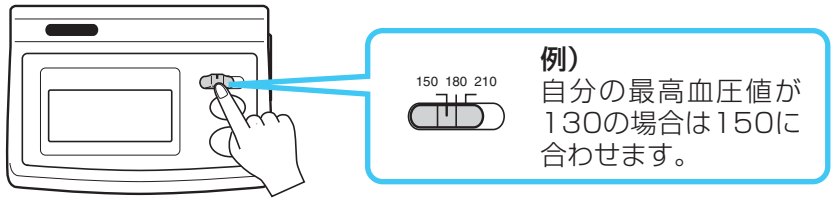




血圧測定のしかた

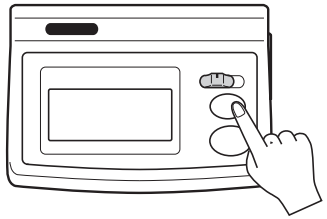
測定はリラックスした姿勢で行なってください。
測定中は、身体や腕を動かさないようにしてください。

1. 腕に腕帯を巻き、加圧設定スイッチをご自分の最高血圧値の上限に合わせて設定します。

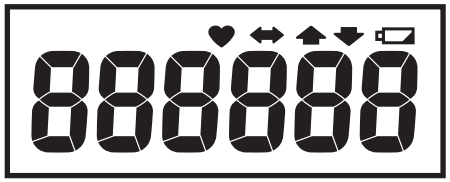


2. 電源ボタンを押します。

※電源ボタンを押し続けると、電源が切れます。



〈全点灯〉



〈圧力ゼロセット中〉



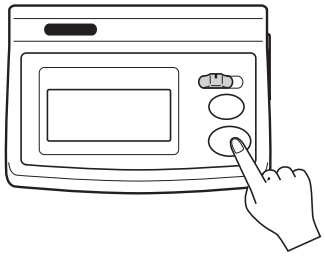
このときに加圧ボタンを押しても加圧は開始されません。

〈測定待機状態〉



3. 加圧ボタンを押します。

※加圧が開始され、圧力値を表示します。

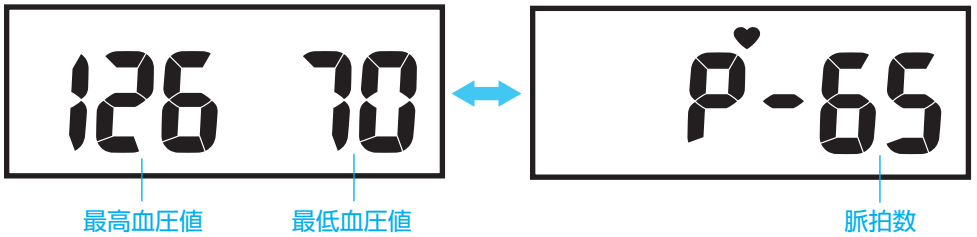


〈測定開始〉



※減圧中に脈拍を感知すると、♥ マークが点滅します。
また、♥ マークは測定が終わると点灯します。

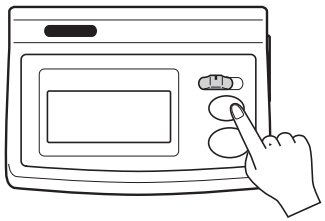
4. 測定が終わると、最高血圧値と最低血圧値、脈拍数を交互に表示します。



※最低血圧が 180mmHg を超える方は正しく測定できません。

5. 電源を切ります。

※電源を切り忘れても、約３分後、自動的に電源が切れます。



血圧測定のしかた

●再加圧について

測定中に加圧不足と判断したときは、自動的に再加圧することがあります。
また、測定中に身体を動かしたり話をしたりすると、ノイズとなり再加圧することがあります。

※腕帯のエアーチューブが腕の下にある（腕で踏んでいる状態）場合、ノイズが入って再加圧したり、正しい計測ができないことがあります。

●測定の中止について

測定を中止するときは、加圧ボタンを押すと排気したあと測定待機状態に戻ります。
また、電源ボタンを押すと排気とともに電源が切れます。

腕帯を装着したまま連続で測定すると、腕がうっ血して正しく測定できなくなることがあります。複数回の測定を行なう場合は、連続で行なうのを避け、そのつど腕帯を腕から外してしばらく休憩をとってから次の測定を行なってください。

故障とお思いになる前に

ご使用中に本機の動作がおかしいと感じたときは、以下の点をご確認ください。

内容	原因と対処
電源ボタンを押しても何も表示しない	• 電池が消耗していませんか？ ➡ 新しい電池と交換してください。
	• 電池の入れ方が間違っていませんか？ ➡ 電池を正しく入れ直してください。 （「■電池の入れ方」参照）
加圧しても腕帯がふくらまない	• 腕帯のプラグが正しく本体に接続されていますか？ ➡ 正しく接続し直してください。 （「腕帯の巻き方」参照）
	• 腕帯に穴があいていませんか？ ➡ 新しい腕帯に交換してください。 交換はお買い上げの販売店またはカシオテクノ・サービスステーションにご相談ください。

上記の内容をご確認になっても正常に測定できない場合は、故障していることが考えられますので、お買い上げの販売店またはカシオテクノ・サービスステーションにお問い合わせください。

こんな表示となったときは

下記エラーの場合は腕帯の圧力を減圧し、ボタン操作または子機との通信を待ちます。

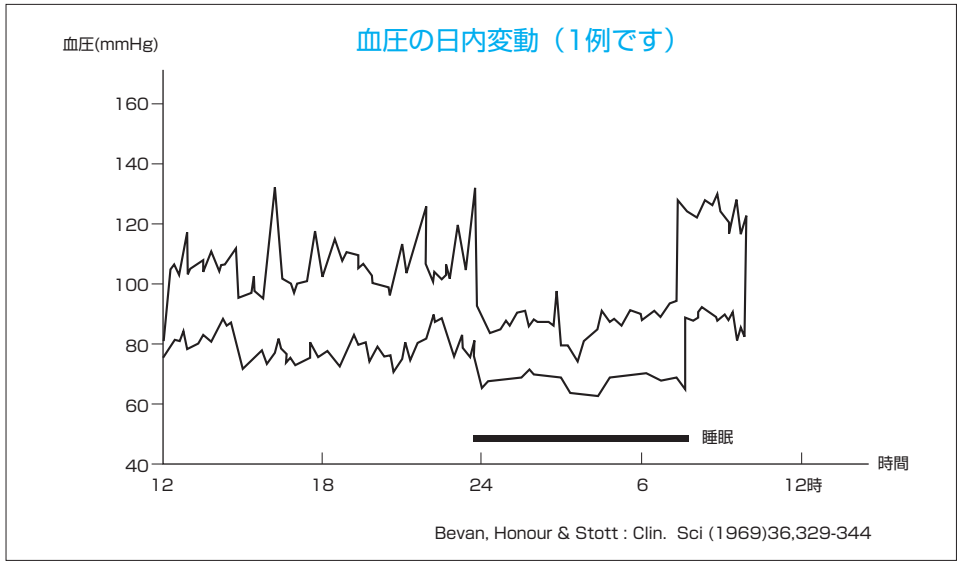
表示	原因	対処
Err 01	• 脈拍の検出がうまくいかなかった。	• 測定中は身体を動かしたり、話をしないでください。 • エアーチューブを腕の下にしていないか注意してください。
Err 02	• 加圧設定値が低すぎる。 • 身体が動いたため、ノイズがおきた。	• 測定中は身体を動かしたり、話をしないでください。 • エアーチューブを腕の下にしていないか注意してください。
Err 03	• 腕帯が正しく本体に接続されていないか、腕帯に穴があいている。 • 腕帯の巻き方がゆるすぎる。	• 腕帯の接続を確認してください。 • 腕帯と腕との間に隙間ができないように巻いてください。 • 腕帯が劣化して穴があいたり、空気がもれているときは、腕帯を交換してください。
Err 04	• 加圧設定値が低すぎる。 • 身体が動いたため、ノイズがおきた。 • 腕帯の巻き方がゆるすぎる。	• 測定中は身体を動かしたり、話をしないでください。 • エアーチューブを腕の下にしていないか注意してください。 • 腕帯と腕との間に隙間ができないように巻いてください。
Err 330	• 身体が動くなどして、腕帯に圧力が加わった。	• 測定中は腕帯に力を加えないように注意してください。

下記マーク点灯の場合は測定または通信を中断し、ボタン操作を待ちます。

表示	原因	対処
	• 電池が消耗しています。	• 電池交換してください。

1. 血圧とは

● 血圧は、心臓の一拍一拍の収縮によって送り出される血液が、血管の内壁にあたっておこる圧力で、つねに変動しています。
➡1日の中でも朝・昼・夜など、周期的に変化しています。



※ 上腕血圧のデータです。

● 運動直後、コーヒー・紅茶などの飲食後、喫煙、尿意があるときなどは、血圧が上がることがあります。

● 体調、感情および心配事などによるストレスにより変動します。

● 測定する姿勢によっても変化し、一般には立って測定するよりは座って測定するときの方が低くなります。

● 温度・湿度によっても左右され、一般的には冬は夏に比べて高くなる傾向があります。

● 測定する場所によっても変動します。たとえば、病院で医師に測定してもらうとき（病院血圧という）は無意識に緊張してしまい、家で測定する（家庭血圧という）ときよりは10～30mmHg程高くなることがあります。

● 測定するたびに上がった･下がったと見るものではありません。毎日の測定を見て、日々の傾向を見るようにしてください。

2. 一般的な血圧について

世界保健機関（WHO）および国際高血圧学会（ISH）により、高血圧症の分類が以下のように示されています。

WHO-ISH 高血圧管理表（1999年）より

最低血圧値	最高血圧値					
	120未満	120～129	130～139	140～159	160～179	180以上
				140～149		
80未満	至適血圧					
80～84	正常					
85～89	正常高値					
90～94	軽症高血圧境界域					
90～99	軽症高血圧					
100～109	中等症高血圧					
110以上	重症高血圧					

※単位＝mmHg

ただし、最低血圧が90mmHg未満で最高血圧が140mmHg以上の場合は、収縮期高血圧に分類されます。なお、収縮期高血圧において、最高血圧が140～149mmHgの場合は収縮期高血圧境界域となります。

最低血圧値	最高血圧値	
	140～149	140以上
90未満	収縮期高血圧境界域	収縮期高血圧

※単位＝mmHg

●日本人の血圧の現状

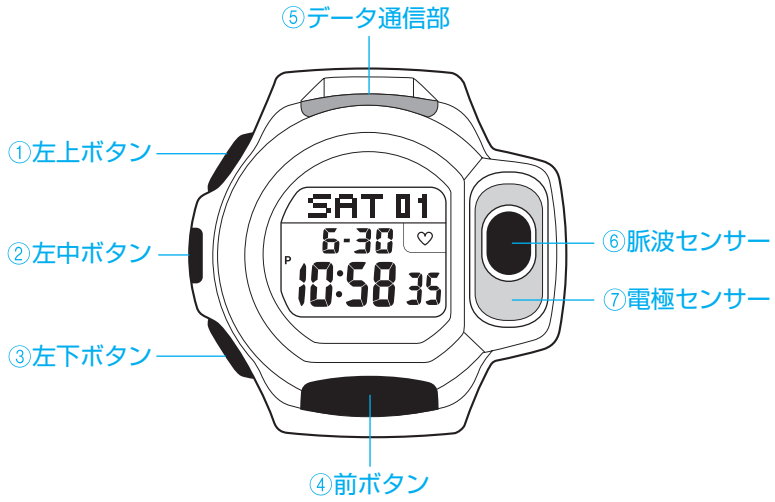
日本人の血圧の現状を性別・年代別に平均値で見ると下表のようになっています。

平成10年国民栄養調査結果より

年代別平均値	年齢（歳）	男子		女子	
		最高血圧	最低血圧	最高血圧	最低血圧
	15～19	117.4	68.4	107.8	64.3
	20～29	123.7	75.2	111.3	68.8
	30～39	125.4	70.8	116.2	73.0
	40～49	131.0	83.3	126.0	78.3
	50～59	136.8	84.8	132.7	81.4
	60～69	141.2	84.7	137.9	81.7
	70以上	143.7	81.3	141.1	79.0

※単位：mmHg
※上腕血圧のデータです。

各部の名称と表示の見方



①左上ボタン：
時刻・カレンダーセット、アラームセットのときに押します。

②左中ボタン：
ライトが約 1.5 秒間点灯します。

③左下ボタン：
測定結果の呼び出しやアラームセットに切り替えるときに押します。

④前ボタン：
血圧チェックを開始するときに押します。

⑤データ通信部：
個人データをセットするとき、親機とデータ通信を行ないます。
※親機については、親機の説明書をご覧ください。

⑥脈波センサー：
脈波の指先への到達を検出します。

⑦電極センサー：
電気的信号（電位）を検出する⊖電極です。
※本機裏ブタの電極センサー⊕と合わせて、電気的信号の指先への到達を検出します。

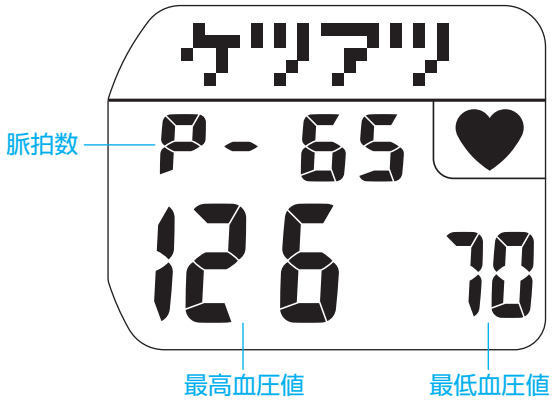
★脈波センサーと電極センサーにより、脈波伝播時間を測定し、この変化から血圧をチェックします。

●表示窓（表示の見方）

＜時計表示＞



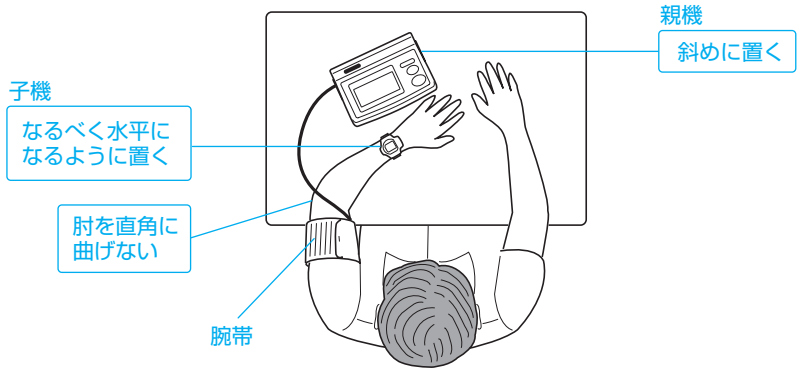
＜測定結果表示＞



個人データのセット

本機で血圧チェックをするには、はじめに個人データをセットします。個人データのセットは、親機といっしょに行ない、本機でセットを開始すると親機も自動的に測定を開始し、個人データがセットされます。

●準備

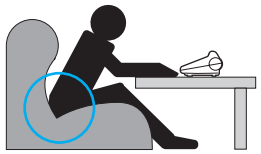


親機と子機をつけた腕を同じテーブルなどに乗せ、腕や肩の力を抜き、セット中は動かないようにします。

望ましい姿勢
上体をまっすぐに起こす。

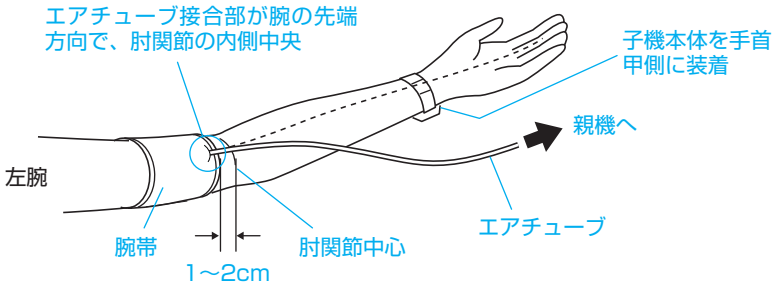


悪い姿勢
腹部が圧迫される。



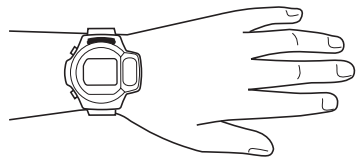
1. 親機を用意し、腕帯を必ず左腕に巻いてください。

※親機の使い方については、親機の説明書をご覧ください。

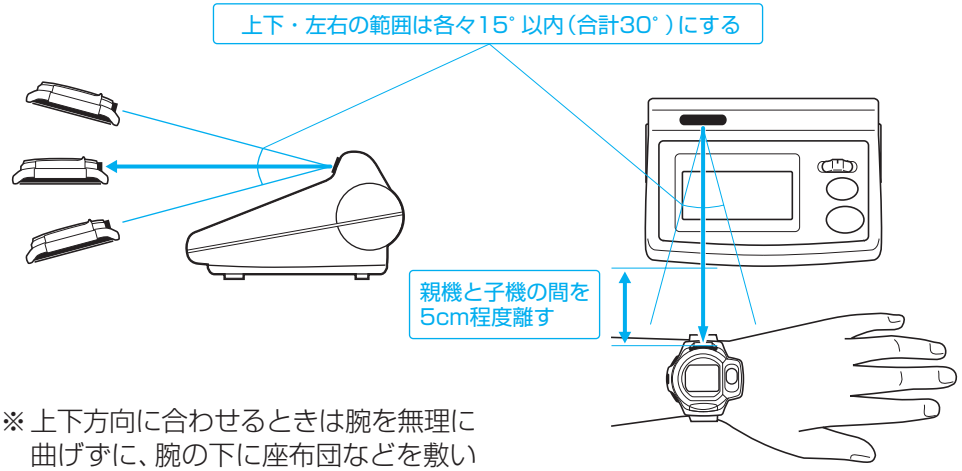


2. 子機を左手首の甲側につけます。

※身体全体の力を抜いてください。



3. 子機のデータ通信部と親機のデータ通信部をまっすぐに向き合わせます。

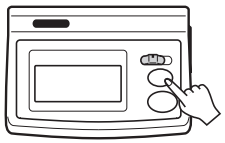


※上下方向に合わせるときは腕を無理に曲げずに、腕の下に座布団などを敷いて調整してください。

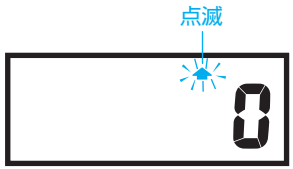
●セット操作の手順

1. 親機の電源ボタンを押し、電源を入れます。

※測定待機状態になるのを確認します。
※電源ボタンを押し続けると、電源が切れます。

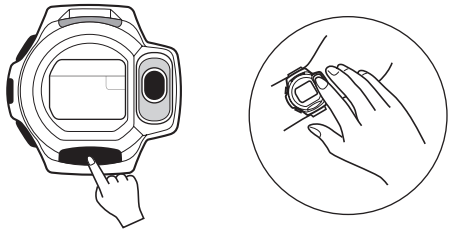


〈測定待機状態〉

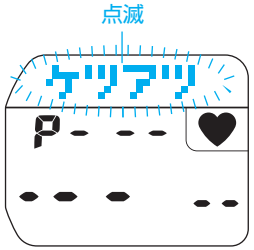


2. 子機の前ボタンを押し、速やかに右手の人差し指をセンサーに乗せます。

※「ケツアツ」が点滅し、調整がはじまりますので、指を動かさないでください。

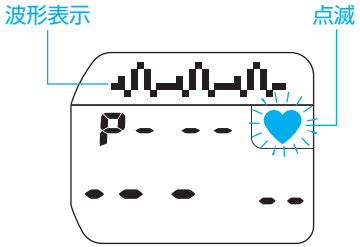


〈調整中〉

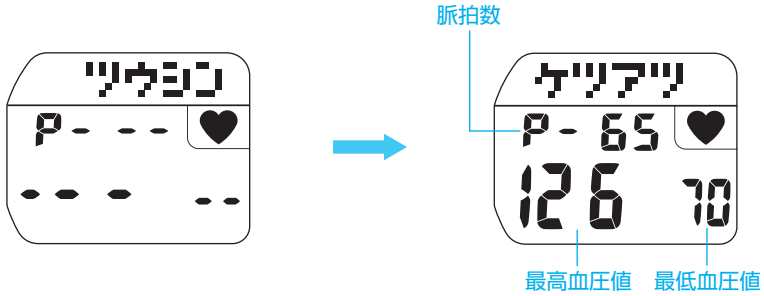


親機と正しく通信が行なわれると、親機は自動的に加圧をはじめ、測定を開始します。
子機は脈波と電位の検出を開始します。

〈検出中〉



3. 親機の測定と子機の検出が終わると、データ通信が行なわれ、個人データがセットされます。



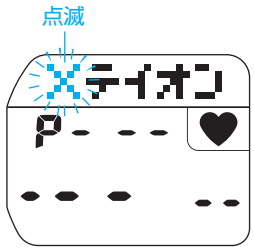
親機の測定と子機の検出が終わっても、親機から子機へのデータ通信が終わるまで４～５秒間かかります。データ通信が終わり、子機がピーと鳴るまでは腕を動かさないようにしてください。

★測定しやすい指の乗せ方については、「■測定しやすい指の乗せ方」をご覧ください。
★個人データのセットでボタン操作を何もしないと、約５分後自動的に時刻・カレンダー表示に戻ります。

●こんな表示となるときは

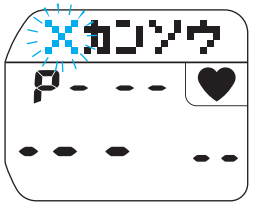
個人データのセットで子機が下記の表示をしたときは、原因と対処に注意して、もう一度セットし直してください。

親機の腕帯を装着したまま連続で個人データのセットを行なうと、腕がうっ血して親機が正しく測定できなくなることがあります。もう一度セットをし直すときは、親機の腕帯を腕から外してしばらく休憩をとってから行なってください。



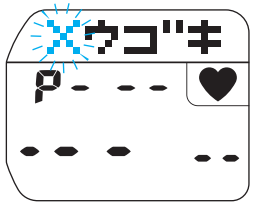
〈原因〉
指を強く押しつけているか、指先が冷えているなど、血行が停滞しているため、脈波が検出できません。

〈対処〉
指の力を抜いてください。また、指先が冷えているときは温めてください。



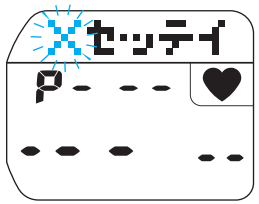
〈原因〉
指先が乾燥していて、電位が検出できません。

〈対処〉
指先をかるくしめらせてください。
※濡れすぎないようにご注意ください。



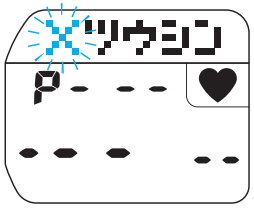
〈原因〉
指先が動いたり、周囲の明るさが変化したことにより、検出できません。

〈対処〉
指を動かさないようにご注意ください。
直射日光の当たる場所は避けてください。
※指先が乾燥しているときも電位が不安定となり、「×ウゴキ」が表示される場合があります。



〈原因〉
個人データのセットを開始する前に親機が確認できません。

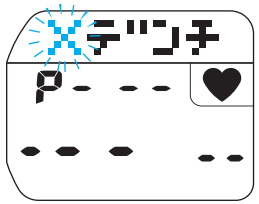
〈対処〉
親機のデータ通信部と子機のデータ通信部を正しく向き合わせてください。



〈原因〉
データ通信の範囲をはずれたか、親機がエラーになったかにより、測定後のデータ通信ができません。

〈対処〉
セットが終わるまで、子機を動かさないようにご注意ください。
※親機がエラーの場合は、正しい測定方法をご確認の上、もう一度セットし直してください。

「×ツウシン」と表示されても、親機が測定結果を表示しているときは、子機の前ボタンを押しても親機は加圧を行ないません。このようなときは、そのまま子機の測定だけを行ない、子機の測定後に親機とデータ通信ができればセット完了です。



〈原因〉
電池が消耗しています。

〈対処〉
早めに電池交換をしてください。
※電池交換は、お買い上げ店またはカシオテクノ・サービスステーションにご相談ください。

血圧チェックのしかた

日常の血圧チェックは、血圧傾向をより正確に知るために、常に同じ条件（毎日、同じ時刻、同じ環境）で測定することをお勧めします。

※個人データをセットしていない方は、「個人データのセット」をご覧になり、セットしてください。

※チェック前に、時刻とカレンダーを確認してください。もし、時刻やカレンダーが合っていないときは、「時刻・カレンダーの合わせ方」をご覧になり、時刻とカレンダーを合わせてください。

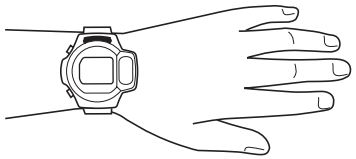
本機で血圧チェックを行なうときは、親機の電源を切っておくか、離れて測定をしてください。



腕をテーブルに乗せるなどして安定させ、腕や肩の力を抜き、リラックスします。

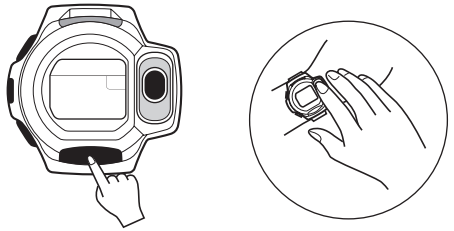
1. 本機を左手首に巻きます。

※身体全体の力を抜いてください。

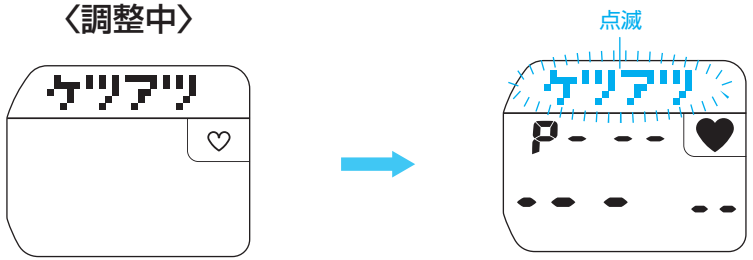


2. 前ボタンを押します。

※「ケツアツ」が点滅し、調整がはじまりますので、指を動かさないでください。



〈調整中〉

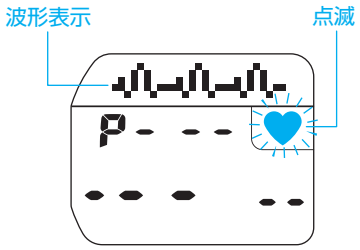


「ケツアツ」が点滅する前に、速やかに右手の指をセンサーに乗せてください。

血圧チェックのしかた

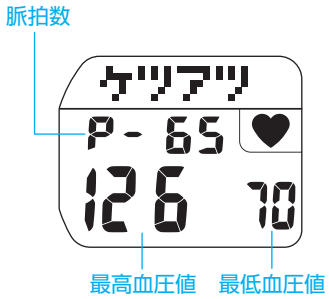
3. やがて検出がはじまると心拍を示す波形が右から左に流れて表示され、脈拍を示す♥マークが点滅表示されます。

〈検出中〉



検出中は指を動かさないでください。

4. ピーと鳴り、最高血圧値と最低血圧値、脈拍数が表示されると、終了です。



★続けて測定を繰り返すときは、前ボタンを押します。

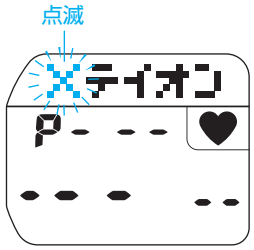
★時刻・カレンダー表示に戻すには、左下ボタンを押します。

※血圧チェックのままボタン操作を何もしないと、約５分後自動的に時刻・カレンダー表示に戻ります。

血圧チェックのしかた

●こんな表示となるときは

血圧チェック中に下記の表示をしたときは、原因と対処に注意して、もう一度測定し直してください。

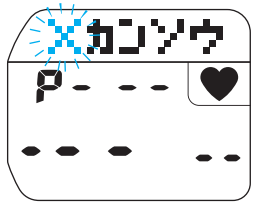


〈原因〉

指を強く押しつけているか、指先が冷えているなど、血行が停滞しているため、脈波が検出できません。

〈対処〉

指の力を抜いてください。また、指先が冷えているときは温めてください。



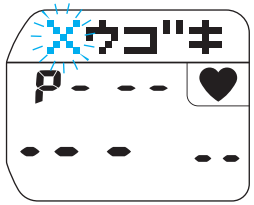
〈原因〉

指先が乾燥していて、電位が検出できません。

〈対処〉

指先をかるくしめらせてください。

※濡れすぎないようにご注意ください。



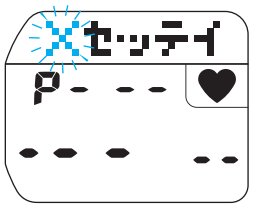
〈原因〉

指先が動いたり、周囲の明るさが変化したことにより、検出できません。

〈対処〉

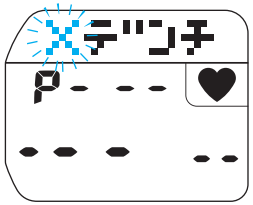
指を動かさないようにご注意ください。
直射日光の当たる場所は避けてください。

※指先が乾燥しているときも電位が不安定となり、「×ウゴキ」が表示される場合があります。



〈原因〉
個人データがセットされていません。

〈対処〉
「個人データのセット」をご覧になり、個人データをセットしてください。



〈原因〉
電池が消耗しています。

〈対処〉
早めに電池交換をしてください。
※電池交換は、お買い上げ店またはカシオテクノ・サービスステーションにご相談ください。

血圧チェックのしかた

●測定上のご注意

- 呼吸が乱れている場合は、指がふるえて測定しにくいことがあります。このようなときは、5分ほど安静にしてから測定してください。
- 測定中は身体を動かさず、おしゃべりをしないでください。
- 右手の指や腕が締め付けられている場合は、締め付けているものをはずしてください。
- 身体的変化により個人的傾向が変化していることがありますので、個人データのセットは定期的（例えば1ヵ月に1回程度）に行なってください。
  ※個人データのセットは、繰り返すたびに新たなデータに更新されます。
- 次のような方は測定しにくい場合があります。
  - 重度の不整脈のある方は、脈波のリズムが安定しないため、脈波が検出しにくい場合があります。
  - 動脈硬化や末梢循環障害のある方は、指先の血液の循環が悪く、脈波が検出しにくい場合があります。
  - 指先の皮膚が乾いていたり、指先の皮の厚い方は、光を通しにくいため、脈波が検出しにくい場合があります。
  - 腕が毛深い方は、本機の裏ブタが皮膚に密着しにくいため、電位が検出しにくい場合があります。
    ※本機を左手首内側につけてみてください。

測定結果のメモリーについて

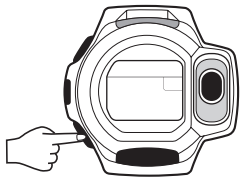
本機には、測定した最高血圧値・最低血圧値、脈拍数を月日・曜日・時分つきで30本までメモリーできます。
この測定結果を後で呼び出すことにより、日々の血圧傾向を見ることができます（「日々の血圧傾向を見るには」をご覧ください）。
なお、メモリーが30本を越えるときは、一番古い測定結果を消して、新たな測定結果をメモリーします。

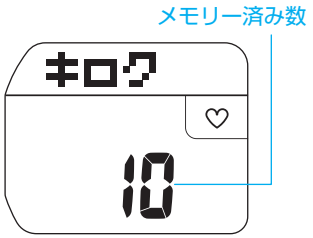
日々の血圧傾向を見るには

メモリーされた測定結果を見ることにより、日々の血圧傾向を知るのに役立ちます。

1. **時刻・カレンダー表示のときに左下ボタンを 1 回押します。**

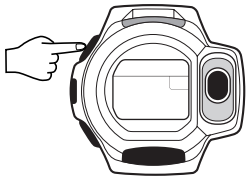
※“キロク”と表示し、すでにメモリーしてある数を表示します。

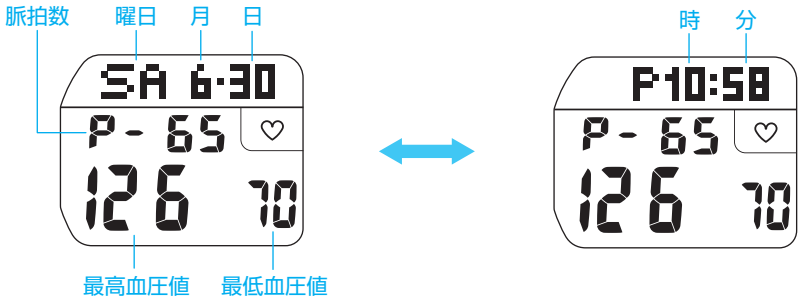




2. **左上ボタンを押して、測定結果を表示させます。**

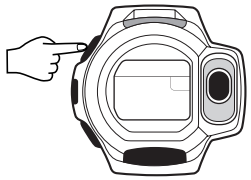
※「曜日・月日」と「時分」を交互に表示しながら、測定結果を表示します。
※表示される測定結果は、最新のものから順に（古い方へ）表示されます。

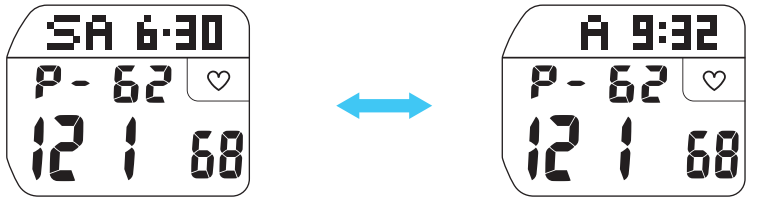




3. **左上ボタンを押して、新しい順に探します。**

※「曜日・月日」と「時分」を交互に表示しながら、測定結果を表示します。
※表示される測定結果は、最新のものから順に（古い方へ）表示されます。





★測定結果のメモリーは30本までで、30本メモリーされているときに測定すると自動的に古い測定結果を消去し、新しい測定結果をメモリーします。

★時刻・カレンダー表示に戻すには、左下ボタンを２回押します。

※測定結果の呼び出しのままボタン操作を何もしないと、約５分後自動的に時刻・カレンダー表示に戻ります。

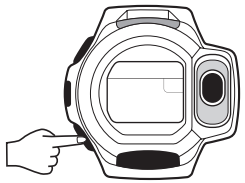
個人データと測定結果の消去

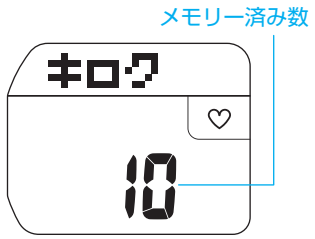
ご使用前にセットした個人データと日々の測定でメモリーした測定結果 30 本分を同時に消去することができます。

消去の操作をした後は、必ず個人データをセットしてください。

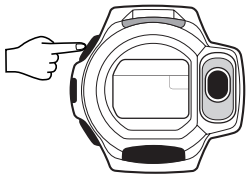
1. **時刻・カレンダー表示のときに左下ボタンを 1 回押します。**

※“キロク”と表示し、すでにメモリーしてある数を表示します。

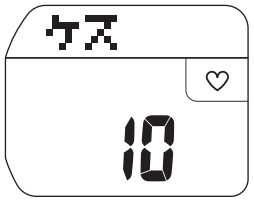




2. **左上ボタンを 5 ～ 6 秒間押し続けます。**

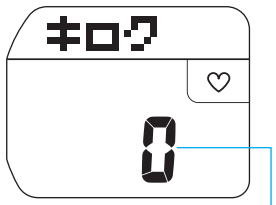


2～3秒間押し続けると
“ケス”と表示されます。



このとき指を離すと消去されません。

合計で5～6秒間押し続ける
とピーと鳴り、消去されます。



0になる

★時刻・カレンダー表示に戻すには、左下ボタンを 2 回押します。

※測定結果の呼び出しのままボタン操作を何もしないと、約 5 分後自動的に時刻・カレンダー表示に戻ります。

アラーム・時報の使い方

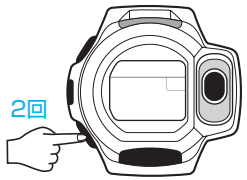
アラームは分単位でセットでき、セットした時刻になると20秒間の電子音で知らせてくれます。
また、毎正時(00分のとき)に電子音で時報を鳴らすこともできます。

血圧測定中にアラームセット時刻になっても、電子音は鳴りません。

●アラーム時刻のセットのしかた

1. 時刻・カレンダー表示のときに左下ボタンを２回押します。

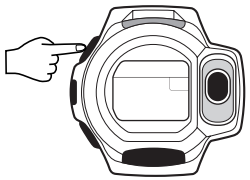
※“アラーム”と表示します。

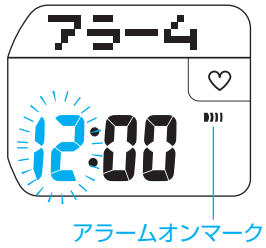




2. 左上ボタンを２～３秒間押し続けます。

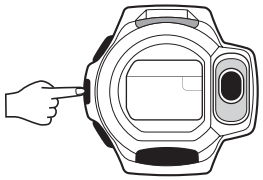
※「時」が点滅します。
※アラームオンマークが点灯します。

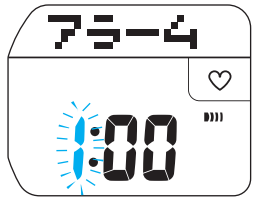




3. 「時」を合わせるには、左中ボタンを押します。

※押すごとに１つずつ進みます。
※押し続けると早送りができます。

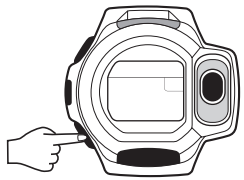


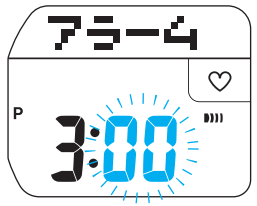


※「時」のセットのとき、午前／午後（P）にご注意ください。
※基本時計を24時間制表示にしているときは、アラーム時刻のセットも24時間制表示となります。

4. 「時」を合わせ終わったら、左下ボタンを押して「分」のセットに切り替えます。

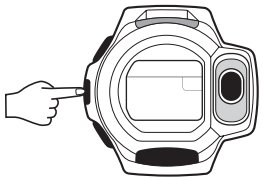
※「分」が点滅します。

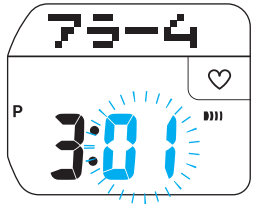




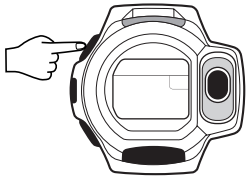
5. 「分」も同様に、左中ボタンを押して合わせます。

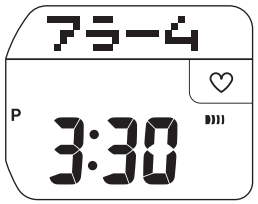
※押すごとに１つずつ進みます。
※押し続けると早送りができます。





6. 「時」と「分」を合わせ終わったら、左上ボタンを押します。





★時刻・カレンダー表示に戻すには、左下ボタンを押します。

★鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押します。

★モニターアラーム（アラーム音の試し聞き）

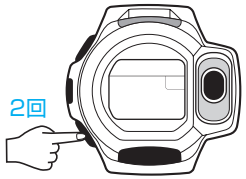
アラーム時刻のセットのとき（時または分が点滅中）に左下ボタンを2秒以上押し続けます。
押し続けている間、電子音が鳴ります。

アラーム・時報の使い方

●アラーム・時報のオン／オフ

1. 時刻・カレンダー表示のときに左下ボタンを２回押します。

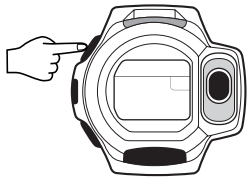
※“アラーム”と表示します。



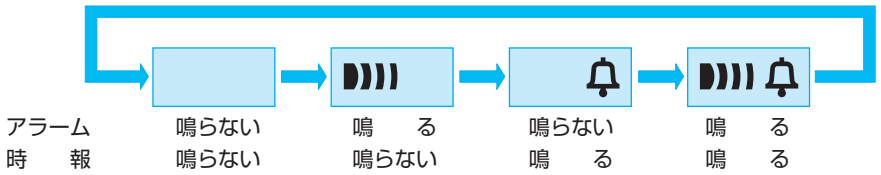


2. 左上ボタンを押します。
押すごとに、アラームオンマークと時報オンマークが点灯／不点灯します。

※マークが点灯しているときに鳴ります。







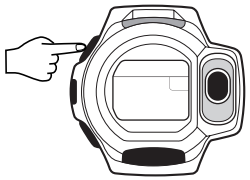
時刻・カレンダーの合わせ方

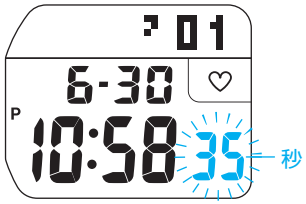
●秒の合わせ方

月に一度くらいこの「秒合わせ」をしていただくと、時刻はいつも正確です。

1. 時刻・カレンダー表示のときに左上ボタンを２～３秒間押し続けます。

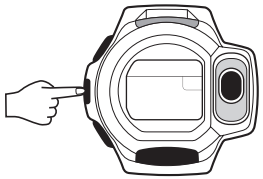
※「秒」が点滅します。

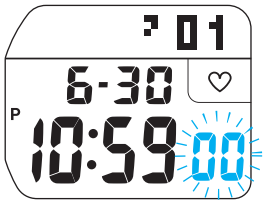




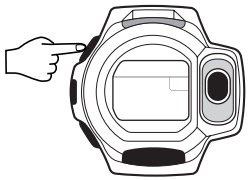
2. 左中ボタンを押して、00 秒に合わせます。

※秒が00～29秒のときは切り捨てられ、30～59秒のときは1分繰り上がって、00秒からスタートします。





3. 合わせ終わったら、左上ボタンを押します。



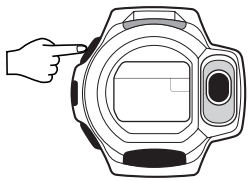


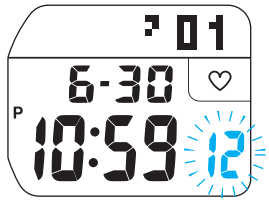
●時刻・カレンダーの合わせ方

電池交換後などで、時刻やカレンダーが合っていない場合は、以下の方法で合わせてください。

1. 時刻・カレンダー表示のときに左上ボタンを２～３秒間押し続けます。

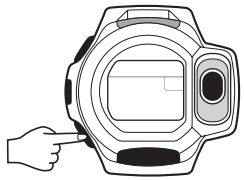
※「秒」が点滅します。

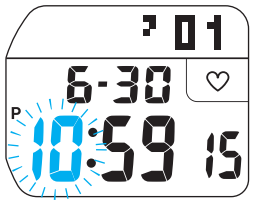




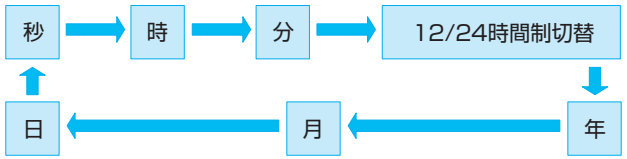
2. 左下ボタンを押して「時」のセットに切り替えます。

※「時」が点滅します。
※点滅箇所がセットできます。





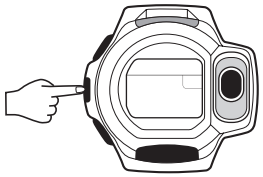
左下ボタンを押すごとに以下の順に点滅箇所が移動します。

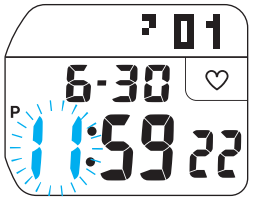


時刻・カレンダーの合わせ方

3.「時」を合わせるには、左中ボタンを押します。

※押すごとに 1 つずつ進みます。
※押し続けると早送りができます。





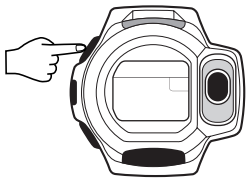
※「時」のセットのとき、午前／午後（P）にご注意ください。

4. 左下ボタンを押して点滅箇所を移動させ、「時」と同様に左中ボタンを押してセットします。

- 時・分・年・月・日は、左中ボタンを押すごとに 1 つずつ進み、押し続けると早送りができます。
- 12/24 時間制切替は、左中ボタンを押すごとに 12 時間制表示と 24 時間制表示が切り替わります。
- 年は 2000 年～ 2039 年までセットできます。
- 曜日は年・月・日を合わせれば、自動的にセットされます。
- カレンダーはうるう年および大の月、小の月を自動判別するフルオートカレンダーですので、電池交換時以外は修正不要です。

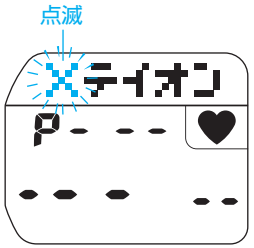
5. セットが終わりましたら、左上ボタンを押します。

※点滅が止まります。



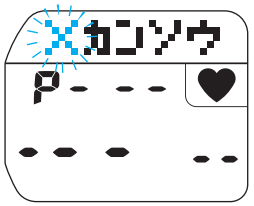


こんな表示となるときは



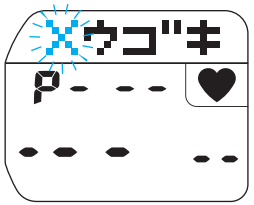
〈原因〉
指を強く押しつけているか、指先が冷えているなど、血行が停滞しているため、脈波が検出できません。

〈対処〉
指の力を抜いてください。また、指先が冷えているときは温めてください。



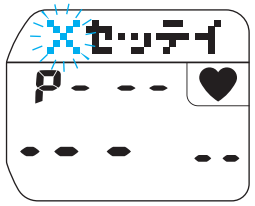
〈原因〉
指先が乾燥していて、電位が検出できません。

〈対処〉
指先をかるくしめらせてください。
※濡れすぎないようにご注意ください。



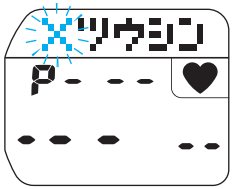
〈原因〉
指先が動いたり、周囲の明るさが変化したことにより、検出できません。

〈対処〉
指を動かさないようにご注意ください。
直射日光の当たる場所は避けてください。
※指先が乾燥しているときも電位が不安定となり、「×ウゴキ」が表示される場合があります。



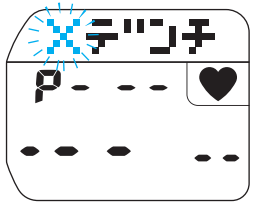
〈原因〉
個人データのセットを開始する前に親機が確認できません。

〈対処〉
親機のデータ通信部と子機のデータ通信部を正しく向き合わせてください。



〈原因〉
データ通信の範囲をはずれたか、親機がエラーになったかにより、測定後のデータ通信ができません。

〈対処〉
セットが終わるまで、子機を動かさないようにご注意ください。
※親機がエラーの場合は、正しい測定方法をご確認の上、もう一度セットし直してください。



〈原因〉
電池が消耗しています。

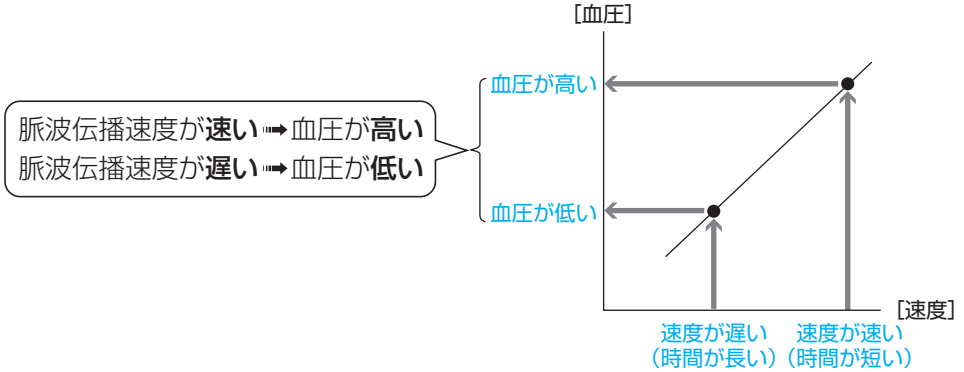
〈対処〉
早めに電池交換をしてください。
※電池交換は、お買い上げ店またはカシオテクノ・サービスステーションにご相談ください。

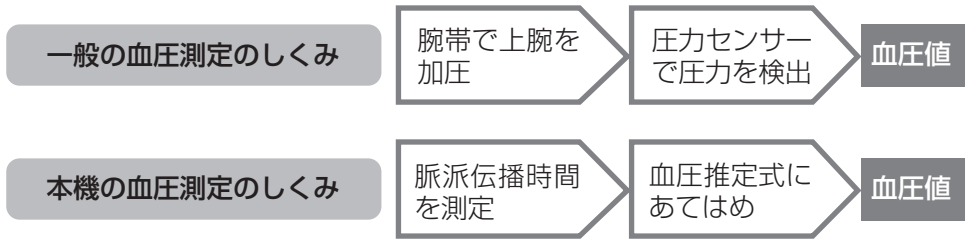
本機の血圧チェック方法について

■圧力をかけずに血圧がわかる

●基本的なしくみ

上腕で観察される**脈波伝播速度の変化量と血圧の変化量との間には、強く相関する**ことが知られています。
本機（子機）ではこの考え方を利用し、脈波伝播時間から血圧を推定しています。
したがって、本機では上腕式血圧計（親機を含む）を用いた血圧測定とは異なり、毎回の測定のたびに圧力をかける必要がありません。



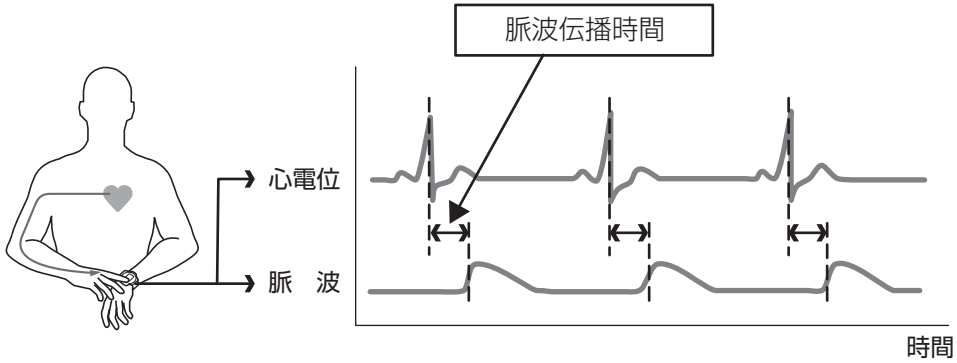


●脈波伝播速度とは？

心臓の収縮による血管容積の時間的変化を脈波（容積脈波）と呼びます。この脈波が身体の特定の部分に伝わる速度が**脈波伝播速度**です。本機の場合は指先での**脈波伝播時間**を測定し、脈波伝播速度の代わりに用います。

●脈波伝播時間の測定

本機表面の電極センサー（⊖電極⬅右手の指）と本機裏ブタ（⊕電極⬅左手首）により、心臓の収縮とほぼ同時に生じる**電気的信号（心電位）**を検出します。この電気的信号が脈波伝播時間の起点となります。さらに、本機表面にある脈波センサーで右手の指先に到達した**脈波**を検出し、この**２種類の生体信号の時間差**から脈波伝播時間を求めます。

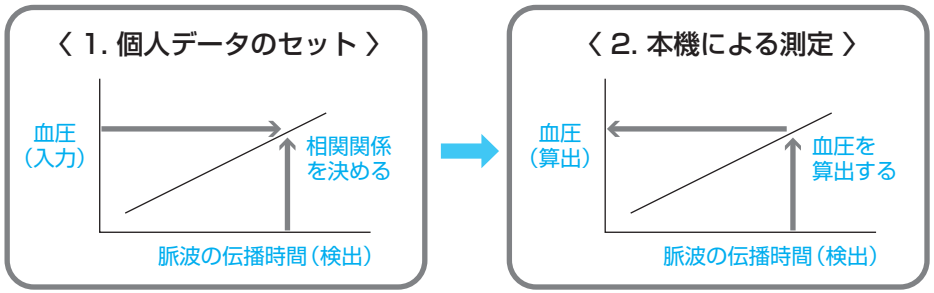




●個人データの必要性

脈波伝播時間を用いて血圧を推定するために、「どのような身体状況（脈波伝播時間）のとき」に「血圧値がいくつか」についての関係を特定する必要がありますが、**この関係は個人によって異なります。**このため、ご使用になる方のデータ（個人データ）を**あらかじめ本機に設定**する必要があります。

※ご使用になる方以外の個人データが本機にセットされている場合、本機による測定（血圧値の推定）はできません。



●本機の特長

本機は、脈波伝播時間から血圧値を求めていますので、測定のたびに腕を加圧する必要がなく、何回も測定する際の負担が小さいという利点があります。また、加圧するしくみが不要ですので、小さくすることができ、持ち歩くのに便利です。

一方、圧力そのものを検出せずに推定計算により血圧値を求めていますので、測定結果には誤差を含みます。この誤差はご使用になる方の体質や測定時の状況により大きくなる場合があります。

したがって、より正確な値が必要な場合は、ご自宅などで親機（上腕式血圧計）を用いて測定し、血圧の変動を外出先などで簡易的に知りたい場合には本機で測定すると便利です。

本機の血圧チェック方法について

●個人データのセットはいつ行なうのか？

個人データは、比較的体調・感情が落ち着いているとき（安静時）にセットします。

例）朝起きて、食事をとる前など

※上記の例以外でも、親機を用いた個人データのセットを行なうことは可能です。



ご注意

降圧剤を服用の方は、降圧剤の影響により本機での測定に誤差が大きく生じる場合がありますので、主治医にご相談ください。

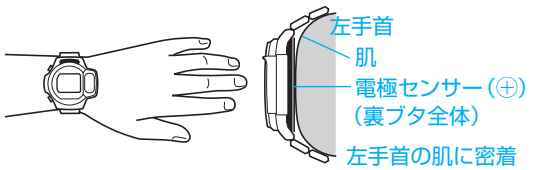
本機の血圧チェック方法について

■測定しやすい指の乗せ方

センサーを利用して測定しますので、指の乗せ方しだいでは正しく測定できないことがあります。下記のことを参考にして正しく測定してください。

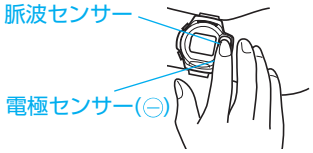
※エラー表示については「こんな表示となるときは」をご覧ください。

●本機は必ず左手首につけてください。



裏ブタが直接左手首の肌に密着するようにする。

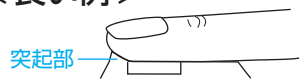
●指の乗せ方は



左図のように、右手の指先の腹で脈波センサーのガラス面を覆うように軽く乗せます。
なお、センサーに乗せる指は、右手のどの指でもかまいませんが、個人データのセットから日常の測定までを同じ指で行なってください。

●指の乗せ方は

＜良い例＞



センサーに指を乗せるときは、**指先ではなく指の腹が**電極センサーにも触れるように乗せます。
指先がセンサー上端の突起部に軽く触れる程度を目安にしてください。
爪が白くなるほど押しつけないでください。

★指を軽く乗せる程度がわからないときは、一度強めに押して、少しずつ力を抜いてゆき、測れる力加減を試してください。

＜悪い例＞



指先を立てると、うまく測定できません。



指の腹全体が脈波センサーに乗っていないと、うまく測定できません。



指をあまり深く乗せると、うまく測定できません。