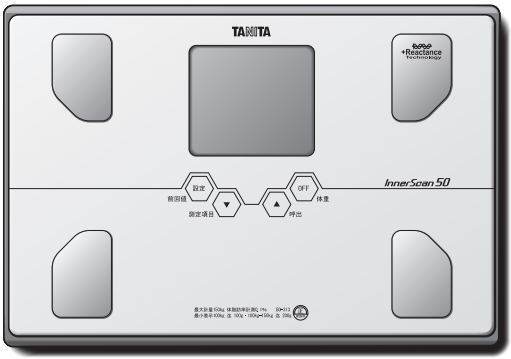
TANITA
건강을 재다

취급설명서

타니타 체성분계

InnerScan 50

BC-313



본서에 기재되어 있는 일러스트는 이미지도입니다.

타니타 체성분계를 구입해 주셔서 감사드립니다.
매일의 건강관리에 사용하십시오.

당부의 말씀

본 제품은 잘못된 방법으로 사용하면 중대한 사고로 이어질 수 있습니다. 이 설명서를 잘 읽고 올바르고 안전하게 사용 하십시오. 또한 본서는 필요할 때 바로 확인할 수 있도록 가까운 곳에 잘 보관하시기

목차

본 제품에 대하여
사용의 흐름 2
안전상의 주의 3
올바른 측정방법 5
각부의 명칭/부속품 8

준비
전지 셋팅 9
지역과 일시 설정 10
개인 데이터 등록 12

측정
자동인식 측정 14
자동인식 측정(자동보정에 대하여) 16
전회 측정치 보기 17
등록번호를 지정하여 측정(호출측정) 18
등록하지 않고 측정(게스트모드) 19
등록하지 않고 측정 (게스트모드/체중만 측정) 20

필요할 때
개인데이터 변경 21
개인데이터 삭제 22
몸에 대한 팁 23

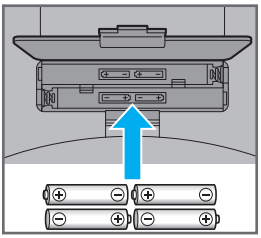
고장인가?
고장인가? 싶을 때 29

사양
사양 30

본 제품에 대하여

■측정 전의 준비

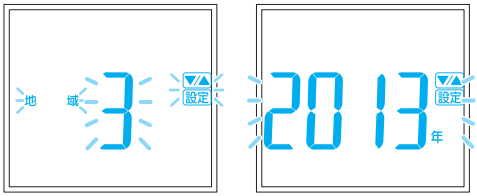
전지를 셋팅(☞P.9)



올바른 방법으로 전지를 셋팅합니다.

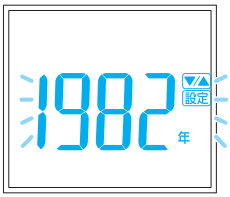
지역과 일시를 설정 (☞P.10)

살고 있는 지역과 연월일, 시각을 입력합니다.



개인 데이터를 등록 (☞P.12)

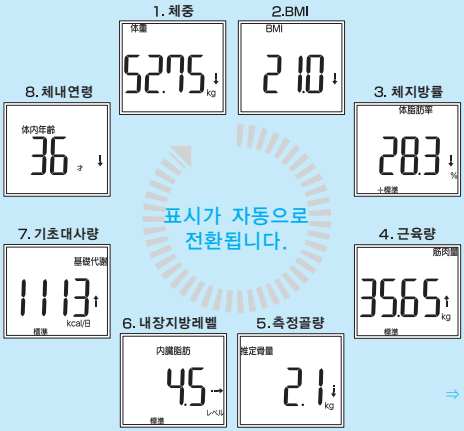
생년월일, 성별, 신장을 입력한 후에 본 제품에 올라가 체중과 인바디를 등록합니다.



■측정방법

자동 인식으로 측정하기(☞P.14)

올라가기만 하면 간단측정



MEMO

개인데이터를 설정해 두면 올라 가기만 하면 측정자가 자동으로 인식되어 매일 간단하게 측정할 수 있습니다. 또한 전회의 측정치가 기억되어 있어, 몸의 변화도

⇒ 체중만 측정할 수도 있습니다.
(☞P.20)

안전상의 주의

본서에서는 사용하는 사람과 타인에 대한 위험, 재산상의 손해를 미연에 방지하기 위해, 지켜야 하는 사항을 다음과 같이 기재하였습니다. 본문을 잘 읽고 안전하게 사용하시기 바랍니다.

⚠ 경고	이 표시가 되어 있는 란은 '사망 또는 중상을 입을 가능성이 있는 내용을 나타냅니다.
⚠ 주의	이 표시가 되어 있는 란은 '부상을 입을 수 있는 가능성 또는 물적 손해가 발생할 가능성이 있는' 내용을 나타내고 있습니다.
⃠	해서는 안되는 '금지' 내용을 나타내고 있습니다.
!	'반드시 지켜야 하는' 내용을 나타내고 있습니다.

⚠ 경 고

금지

페이스메이커 등, 신체기기를 장착한 경우는 절대로 사용해서는 안됩니다.
본 제품은 체내에 미약한 전류를 흘려 보내기 때문에 의료용 전기 기기의 오작동으로 인한 중대한 사고의 원인이 됩니다.

측정결과에 대하여 절대로 독자적으로 판단하지 않습니다. (측정치의 평가, 그에 따른 운동 메뉴 등)
자기 판단으로 인한 감량과 운동요법은 건강을 해치는 원인이 됩니다. 반드시 자격이 있는 전문가의 지시에 따르십시오.

본 제품의 끝부분에 올라가거나, 뛰어오르거나, 위에서 뛰지 마십시오.
넘어지거나 미끄러져 큰 부상을 입을 수 있습니다.

타일면과 젖은 바닥 등 미끄러지기 쉬운 장소에서는 사용하지 마십시오.
넘어지거나 미끄러져 큰 부상을 입을 수 있습니다.
또한 본 제품 내부에 물이 들어가면 고장의 원인이 됩니다.

⚠주 의

금지

표시부와조작부 위에 올라가지 마십시오.
파손되어 부상을 입을 수 있습니다.

틈새와 구멍에 손을 넣지 마십시오.
부상을 입을 수 있습니다

충전식 전지를 사용하지 마십시오.
새로운 전지와 오래된 전지, 종류가 다른 전지를 동시에 사용하지 마십시오.
액누출과 발열, 파열 가능성이 있으며 본 제품의 고장, 부상 등의 원인이 됩니다.

유소아에게는 절대로 운반하게 해서는 안 됩니다.
떨어뜨려 부상을 입을 수 있습니다.

업무용(병원 등에서 측정)으로는 절대로 사용하지 마십시오.
업무용으로 병원 등에서 사용하기 위한 기능을 갖추고 있지 않습니다.
병원 등 에서는 절대로 사용하지 마십시오.

반드시 준수

뜨거운 물과 벤진, 신너 등은 사용하지 마십시오.
더러워졌을 때에는 물 또는 가정용 중성세제를 부드러운 천에 적신 후에 꼭 짜서 닦아내고 건조한 천으로 닦아 내십시오.

절대로 분해, 물세정 하지 마십시오.
본 제품의 손상과 고장의 원인이 됩니다.

과도한 충격과 진동을 가하지 마십시오.
본 제품의 손상과 고장의 원인이 됩니다.

다음 장소에서 본 제품을 보관하거나 사용하지 마십시오.
본 제품의 손상과 고장의 원인이 됩니다.
• 직사광선이 닿는 장소와 난방기구가 가까이에 있거나 공조기의 바람이 직접 닿는 장소
• 온도변화가 심한 장소, 진동이 심한 장소
• 습기가 많은 장소와 물기가 있는 장소

몸에 불편한 분이 사용할 경우는 혼자서 측정하지 않도록 합니다.
보호자의 도움을 받거나 손잡이 등을 이용하시기 바랍니다.
(※ 손잡이 등을 이용한 경우, 측정치는 참고치로 생각하십시오.)

전지를 넣을 때에는 극성 (⊕ 、⊖) 방향을 확인하십시오.
액누출 등으로 바닥이 오염될 수 있습니다.
(장기간 사용하지 않을 때에는 전지를 본 제품에서 꺼내 두십시오.)

젖은 몸으로 올라가지 마십시오.
몸이나 발의 수분을 잘 닦은 후에 측정하십시오. 넘어져 부상을 입을 수 있습니다.
또한 정확하게 측정이 되지 않을 수 있습니다.

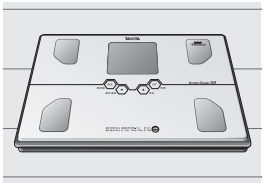
휴대전화와 전자레인지 등 전파가 발생하는 기기를 본 제품 근처에서 사용하지 마십시오. 오동작을 일으켜 정확하게 측정이 되지 않을 수 있습니다.

올바른 측정방법

측정 장소/설치

■ 측정장소

단단하고 평평하여 안정된 장소에서 사용하십시오.


이미지그림

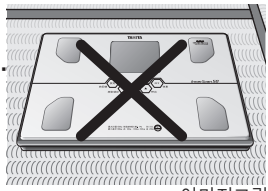
- 직사광선이 닿는 장소와 난방기구가 가까이에 있거나 공조기의 바람이 직접 닿는 장소에 두지 마십시오.
- 온도변화가 심한 장소에서 사용하지 마십시오.
- 습기가 많은 장소와 물기가 있는 장소와 물기가 있는 장소에 두지 마십시오.
- 휴대전화와 전자레인지 등 전파가 발생하는 기기를 본 제품 근처에서 사용하지마십시오.
- 코르크바닥과 쿠션 플로어 등, 부드러운 바닥에서 사용하게 되면 정도가 보증되지 않습니다. 또한 요철등 흔적이 남을 수 있습니다.
- 사용 장소에 따라서는 패임 등의 흔적이 남을 수 있습니다.

※사용전에 눈에 띄지 않는 장소(사용되는 장소의 구석 등)에 놓아 두십시오.

금지

양탄자와 다다미 위에서는 사용할 수 없습니다.

올바르게 측정되지 않습니다


이미지그림

■ 설치

본 제품은 세워서 걸어 두거나, 상부에 물건을 올려 둔 상태에서 보관한 경우와, 설치 장소에서 이동하여 측정하는 경우에도 자동인식으로 측정할 수 있습니다. (☞P.16)
매일의 건강 관리를 지속하기 위해 인바디 측정계를 수납하지 말고 항상 바로 측정할 수 있는 곳에 두고 사용할 것을 권장합니다.

반드시 준수

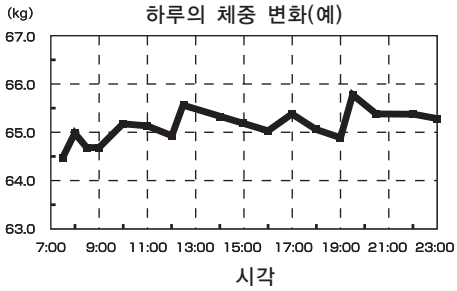
다음 장소에서 본 제품을 보관하지 마십시오. 기능이 정상작동되지 않을 수 있습니다.

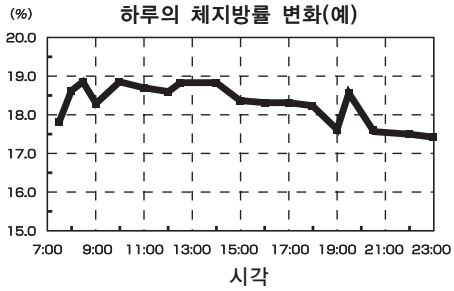
- 직사광선이 닿는 장소와 난방기구가 가까이에 있거나 공조기의 바람이 직접 닿는 장소
- 습기가 많은 장소와 물기가 있는 장소
- 진동이 심한 장소
- 온도변화가 심한 장소

올바른 측정방법

측정시간/조건

생활 패턴 차이 때문에 체중과 몸의 전지 저항이 달라지기 때문에 측정치는 개인별로 다른 식으로 변동이 일어납니다. 그리고 측정치는 체네 수분 변화와 체온에 크게 영향을 받기 때문에 가능한 같은 시간대, 같은 상태에서 측정하고, 사소한 변화는 신경쓰지 말고 장기적인 변화 경향을 살펴 보시기 바랍니다.





■권장 측정시간

기상 • 아침 식사 → 2시간 후 → **권장 측정시간** → 점심 식사 → 2시간 후 → **권장 측정시간** → 저녁 식사 • 목욕 → 2시간 후 → **권장 측정시간** → 취침

반드시 준수

과음, 과식, 극도의 탈수 증상이 있을 경우는 측정을 피합니다.
정치에 오차가 발생할 수 있습니다. 정도를 높이기 위해서는 기상 직후를 피하고 식후 2시간 이상 경과한 동일 시간대에 사용하십시오.

사우나와 오랜 목욕, 격렬한 운동을 한 후에는 측정을 피합니다.
측정치에 오차가 발생할 수 있습니다.
충분한 휴식을 취한 후에 측정하십시오.

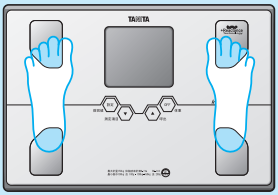
컨디션이 좋지 않을 때(숙취, 설사, 발열 등)에는 측정을 피합니다.
측정치에 오차가 발생할 수 있습니다. 충분한 휴식을 취한 후에 측정하십시오.

올바른 측정방법

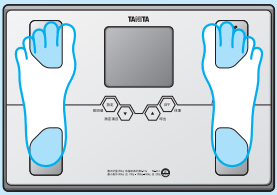
측정자세

정확하게 측정하기 위해, 항상 올바른 자세로 서도록 노력합니다.

발끝과 뒤꿈치 쪽의 전극에 발이 균등하게 올라가도록 맨발로 올라갑니다.



이미지그림



※발이 전극 밖으로 튀어나온 경우는 바닥이 발이 닿지 않도록 올라가도록 합니다.

반드시 준수

가능한 나신에 가까운 상태로 측정합니다.
옷을 입을 상태로 측정하면 옷의 무게가 포함됩니다.

발바닥을 전극부에 잘 맞추어 측정합니다.
전극과 발바닥의 접촉불량인 경우, 체지방률이 낮게 표시되거나 'Err'(에러)가 표시될 수 있습니다.

맨발로 발바닥의 더러움을 잘 닦은 후에 측정합니다.
양말 등을 신거나 발바닥에 먼지 등이 붙어 있으면 정확하게 측정되지 않습니다.

단단하고 평평한 바닥 위에 두고 측정합니다.
양탄자와 다다미 위에서는 정확하게 측정되지 않습니다.

무릎을 구부리거나 앉은 상태에서 측정하지 않습니다.
정확하게 측정되지 않습니다.

측정 중에는 움직이지 않습니다.
측정 중에 움직이면 정확하게 측정되지 않습니다.

다리의 안쪽(허벅지)가 닿지 않도록 측정합니다.
허벅지가 닿는 경우는 건조한 타월 등을 끼우고 측정하십시오.

MEMO

측정결과에 대하여

아래에 해당되는 경우는 참고치로 변화의 추이를 살펴 보시기 바랍니다.

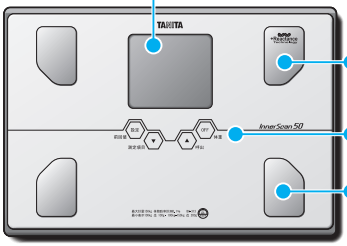
- 체내에 금속을 장착하고 있는 분, 체수분의 변화를 유발하는 약(예: 이뇨제 등)을 복용하는 분
- 임신중이거나 인공투석환자, 또는 붓는 증상이 있는 분

※본 제품은 일본인의 일반 남녀 및 초등학생 이상의 어린이를 대상으로 합니다.
상기와 같은 경우는 체지방률의 신뢰성이 저하될 수 있습니다.

- 뒤꿈치의 표면(각질 층)이 단단한 경우는 정상적으로 측정되지 않습니다.
발바닥을 촉촉하게 한 후에 측정하십시오.

각부의 명칭/부속품

표면



표시부

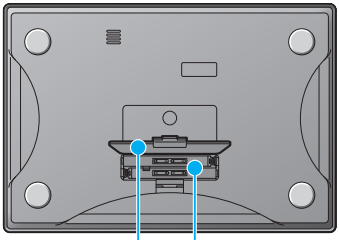
발끝쪽 전극판

조작부

뒷꿈치 쪽 전극판

이미지그림

뒷면

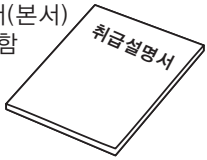


전지박스

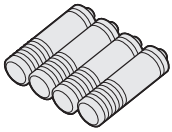
전지커버

부속품

□ 취급설명서(본서) 보증서 포함



□시험용 전지 〈단4형(RO3) : 4개〉



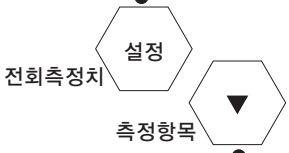
조작부

설정/전회측정치 버튼

· 설정을 시작할 때 사용합니다.
· 결정할 때 사용합니다.
· 전회측정치를 볼 때 사용합니다.

체중/OFF버튼

·체중만 측정할 때 사용합니다.
·전원을 차단할 때 사용합니다.



▼/측정항목버튼

·등록내용을 선택할 때 사용합니다.
·측정결과를 전환할 때 사용합니다.

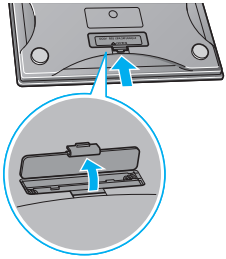
▲/호출버튼

·등록내용을 선택할 때 사용합니다.
·등록번호와 게스트모드를 호출할 때 사용합니다.

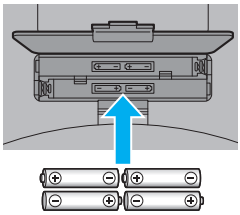
준비하기

1. **본 제품 뒷면의 전원 커버를 화살표 방향으로 엽니다.**

⇒ 전지 커버가 벗겨집니다.



2. **⊕⊖ 를 확인하고 정확하게 전지를 넣고, 커버를 닫습니다.**



• 전지가 소모된 상태에서는 Lo 가 점등
신속하게 새로운 전지(4개 모두)로 교환하십시오.(정도가 보증되지 않을 수 있습니다.)

금지

이 내용을 지키지 않으면 고장의 원인이 됩니다.
• 알칼리 전지와 망간 전지를 병용해서는 안 됩니다.
• 충전식 전지를 사용해서는 안 됩니다.

• 오래된 전지는 거주 지역의 폐기방법에 따라 처리하십시오.
• 전지를 교환한 후에 자동으로 전원이 들어올 수 있습니다.
그러한 경우는 본 제품을 바닥 위에 두고 OFF 를 누릅니다. 그래도 전원이 꺼지지 않을 전지를 분리하고 표시가 사라지고 난 후에 다시 전지를 끼웁니다.
• 부속된 '시험용 전지'는 공장 출하시에 포함된 것이므로 수명이 짧을 수 있습니다.
• 전지의 수명은 약 1년입니다. (하루에 인바디를 5회 측정한 경우).
※사용조건에 따라 달라질 수 있습니다.
• 전지를 빼면, 날짜가 reset 됩니다. 재설정해주십시오(☞p.11)
• 등록한 개인 데이터(생년월일/성별/운동선수/신장/체중 및 인바디),
전회 측정치 및 지역번호는 전지를 빼도 지워지지 않습니다.

지역과 일시 설정

고정도 측정은 사용지역에 따라 중력의 영향을 받아 오차가발생할 수 있습니다. 사용하는 지역을 설정하여 이러한 오차를 해소할 수 있습니다.

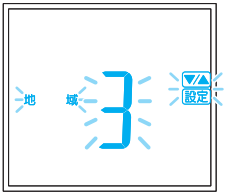
지역과 일시를 설정할 때에는 본 제품을 단단하고 평평한 안정된 장소에 두고 사용하십시오. 최초 체중 측정에 오차가 발생할 수 있습니다.

1. 지역설정

〈설정〉을 누릅니다.

2.

〈▼〉또는〈▲〉을 눌러 아래 표에서 거주 지역의 번호를 선택하십시오.



지역1	홋카이도
지역2	아오모리, 아키다, 이와테, 미야기, 야마가타, 후쿠시마
지역3	니가타, 이바라기, 토치기, 군마, 도쿄, 가나가와, 사이타마, 치바, 야마나시, 나가노, 후쿠이, 도야마, 이시가와, 시즈오카, 기후, 아이체, 미에, 오사카, 와카야마, 나라, 시가, 교토, 효고, 야마구치, 오카야마, 돗토리, 히로시마, 시마네, 카가와, 에히메, 도쿠시마, 고치
지역4	나가사키,후쿠오카,사가,오이타,구마모토,이마자키,가고시마
지역5	오키나와

3.

〈설정〉을 누르고 지역번호를 결정합니다.

다음페이지 “날짜 설정”에 계속됩니다.

표시부 일러스트 안의 푸른색 표시는 점멸을 의미합니다.

MEMO

조작 버튼을 만지면 표시부에 마크가 점등됩니다.

MEMO

처음으로 전원을 넣을 경우

▲을 눌러도 지역설정화면이 표시됩니다.

MEMO

지역을 변경하는 경우

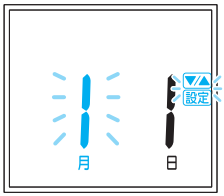
이사등으로 사용 지역이 달라진 경우는 전원이 들어있지 않은 것을 확인하고 OFF/체중 스위치를 3초 이상 길게 누릅니다. 2~3에 따라 지역을 재 설정하십시오.

지역과 일시 설정

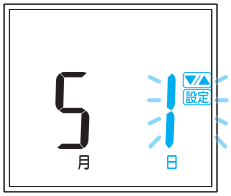
4. 〈일시설정〉

▼ 또는 ▲ 을 눌러 '서력' 을 선택하고 설정 을 누릅니다.

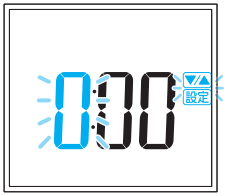
5. ▼ 또는 ▲ 을 눌러 '월' 을 선택하고 설정 을 누릅니다.



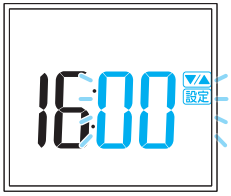
6. ▼ 또는 ▲ 을 눌러 '일' 을 선택하고 설정 을 누릅니다.

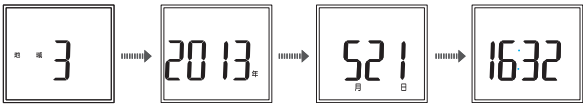


7. ▼ 또는 ▲ 을 눌러 '시간' 을 선택하고 설정 을 누릅니다.



8. ▼ 또는 ▲ 을 눌러 '분' 을 선택하고 설정 을 누릅니다.





설정한 「지역」→「년」→「날짜」→「시각」이 표시된 후에 전원이 꺼집니다.

이상으로 지역과 일시 설정은 종료됩니다.

표시부 일러스트 안의 푸른색 표시는 점멸을 의미합니다.

MEMO

전지를 교환한 경우

설정을 눌러 4~8에 따라 일시를 재설정합니다.

MEMO

서력

설정할 수 있는 서력은 2013~2050년입니다.

MEMO

빨리 감기

▼ 또는 ▲ 을 길게 누르면 숫자가 빠르게 바뀝니다.

MEMO

일시를 변경하는 경우

전원이 들어있지 않은 것을 확인하고 설정을 3초 이상 길게 누릅니다.
4~8에 따라 일시를 재설정합니다.

MEMO

중지

중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다. 중지한 경우는 지역, 일시는 저장되지 않습니다.

MEMO

오토파워오프

전원을 잊고 끄지 않은 경우를 대비하여 자동적으로 전원이 끊어집니다(표시가 사라집니다)

- 조작을 중단한 상태로 약 60초 경과된 경우

개인 데이터 등록

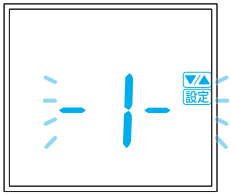
개인데이터(생년월일, 성별, 신장, 체중/인바디)를 등록하면 올라가기만 하면 측정자를 식별합니다. 또한 개인별로 측정 데이터를 저장할 수 있고, 간단하게 전회 측정치를 확인할 수 있습니다.

- 본 제품을 바닥(단단하고 평평한 안정된 장소)에 둡니다. 체중과 인바디 등록에 오차가 발생할 수 있습니다.
- 맨발로 올라갑니다.

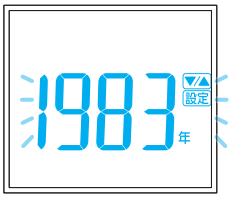
1. 전원이 켜 있지 않은 것을 확인하고 〈설정〉을 누릅니다.

2. 〈▼〉 또는 〈▲〉을 눌러 '등록할 번호(1~5)'를 선택하고 〈설정〉 누릅니다.

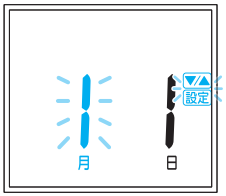
   ⇒ 점등되고 있는 번호에는 이미 개인 데이터가 등록되어 있습니다.



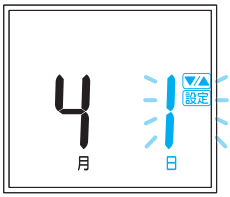
3. 〈▼〉 또는 〈▲〉을 눌러 '태어난 해'를 선택하고 〈설정〉 누릅니다.



4. 〈▼〉 또는 〈▲〉을 눌러 '태어난 월'를 선택하고 〈설정〉 누릅니다.



5. 〈▼〉 또는 〈▲〉을 눌러 '태어난 날'를 선택하고 〈설정〉 누릅니다.



MEMO

등록인원
개인데이터는 5명까지 등록할 수 있습니다.

MEMO

중지
중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다. 중지한 경우는 지역, 일시는 저장되지 않습니다.

MEMO

출생년도
- 설정 가능한 서력은 1900년부터 입니다.
- 5세 이하인 경우는 등록되지 않습니다.

MEMO

빨리 감기
▼ 또는 ▲ 을 길게 누르면 숫자가 빠르게 바뀝니다.

MEMO

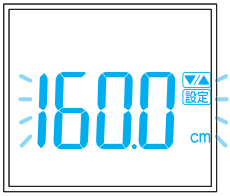
잘못 등록한 경우
OFF를 눌러 한번 전원을 끊습니다. 설정을 눌러 처음부터 다시 등록합니다.

개인 데이터 등록

6. ▼ 또는 ▲ 을 눌러 '성별' 을 선택하고 설정 누릅니다.

⇒ 여성, 남성, 여성 운동선수(여)
남성 운동선수(남)에서 선택합니다.

7. ▼ 또는 ▲ 을 눌러 '신장' 을 선택하고 설정 누릅니다.



8. 0.00kg이 표시됩니다. 맨발로 바른 자세로 올라갑니다.

올바른 측정 방법(☞P.7)

'삐삐삐...' 소리가 나면 내려옵니다.
등록한 번호, 연령, 성별, 신장이 표시됩니다.

측정결과에 순서대로 표시된 후에 다시 한번 체중이 표시되고 약 40초 후에 자동으로 전원이 꺼집니다.

이상으로 개인 데이터 등록이 종료됩니다.

MEMO

운동선수

18세 이상이며 다음과 같은 조건을 만족하는 경우는 '운동선수' 를 선택합니다.

- 1주일에 12시간 이상 트레이닝을 실시하는 경우
- 체육회와 스포츠 사업단에 소속되어 경기 등을 목표로 하는 경우
- 프로스포츠 선수
- 보디빌더와 같이 근육량이 많아지는 트레이닝을 받는 경우

MEMO

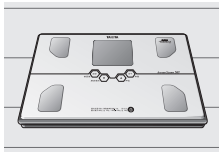
신장

- 90.0~220.0cm의 범위내에서 설정할 수 있습니다.

MEMO

바닥에 둔다

측정시에는 본 제품을 단단하고 평평한 안정된 곳에 둡니다.
체중, 인바디 등록에 오차가 발생할 수 있습니다.



자동인식으로 측정

자동인식 기능이란?

자동인식은 등록자 중 측정자를 인식하여 결과를 표시하는 기능입니다.개인을 매회 지정하지 않아도 되기 때문에 간단하게 측정할 수 있습니다.

1. 전원이 꺼져 있는 것을 확인하고 맨발로 올라갑니다.

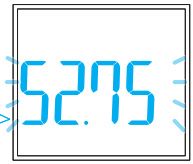
맨발로 올라감

이미지그림

등록 내용 조회중

2. '삐삐' 소리가 나고 수치가깜빡이면 내려옵니다.

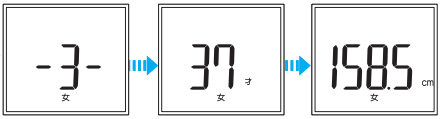
삐삐



내려오지 않으면 표시가 변하지 않고 다음으로 넘어가지 않습니다.

내려간다

개인 데이터가 표시됩니다.



각 측정 항목이 자동적으로 전환 표시됩니다. (P.15에 계속)

MEMO

주의

자동인식기능은 다음과 같은 오동작이 일어날 수 있습니다.

- 체중, 체형이 비슷한 사람이 측정한 경우 (☞ P.15)
- 며칠간 측정하지 않은 사이에 체중의 변동이 있는 경우(☞ P.15)

MEMO

주의

측정중에는 움직이지 않도록 주의하십시오. 올바른 측정 방법은 (☞ P.7)

MEMO

주의

수치가 깜빡이면 반드시 내려옵니다.

MEMO

[- -]가 표시되는 경우

세운 상태로 수납 하여 발생하는 오차를 자동보정 하는 중입니다.(☞ P.16)

MEMO

주의

조작하는 경우는 전도방지를 위해 반드시 본 제품에서 내려온 상태에서 실시하십시오.

자동인식으로 측정

개인데이터 표시후, 측정 결과를 스크롤로 표시합니다. 마지막에 체중표시로 되돌아가 약 40초후에 자동으로 전원이 꺼집니다.

측정결과 표시중에 ▼ /측정항목을 누르면 항목을 전환할 수 있습니다.

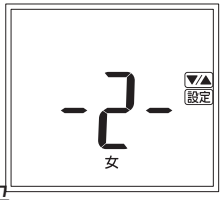
설정 /전회측정치를 누르면 전회의 측정치를 볼 수 있습니다.(☞P.17)

↑→↓는 전회 측정치와 비교한 값을 나타냅니다.

〈오인식인 경우〉

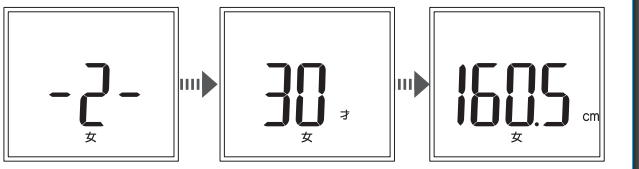
※오인식이란?

예) 개인번호 2에 등록되어 있는데
개인번호 1이 표시



개인데이터 또는 측정 결과표시중에 ▲ /호출을 눌러 등록번호를 선택하고 설정 을 누릅니다.

선택한 개인데이터가 표시된 후에 측정 결과가 표시됩니다.



MEMO

Err% 표시

체지방률 측정 범위를 초과하면 Err(에러)가 표시됩니다.

MEMO

17세 이하인 경우

17세 이하인 경우는 체중, BMI, 체지방률, 근육량, 추정골량만 표시됩니다.

MEMO

중지

중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다.

MEMO

주의

자동보정을 위해 측정후에 내려오고 나서 약 3초간은 본 제품을 움직이거나 버튼을 누르지 마십시오. OFF버튼을 누른 경우 'OFF'가 표시됩니다.

MEMO

오인식하기 쉬운 경우

- 체중, 체형이 비슷한 사람이 측정한 경우
- 며칠간 측정하지 않은 사이에 체중의 변동이 있는 경우

※ 오인식이 계속되는 경우는 등록번호를 지정하여 측정하십시오 (☞P.18)

MEMO

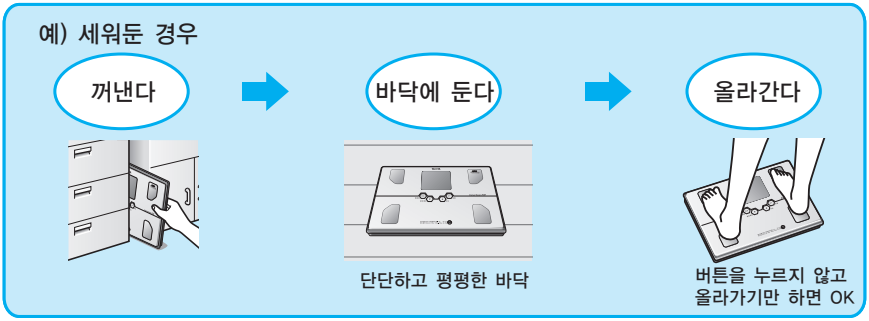
오토파워오프

전원을 잊고 끄지 않은 경우를 대비하여 자동적으로 전원이 끊어집니다(표시가 사라집니다)

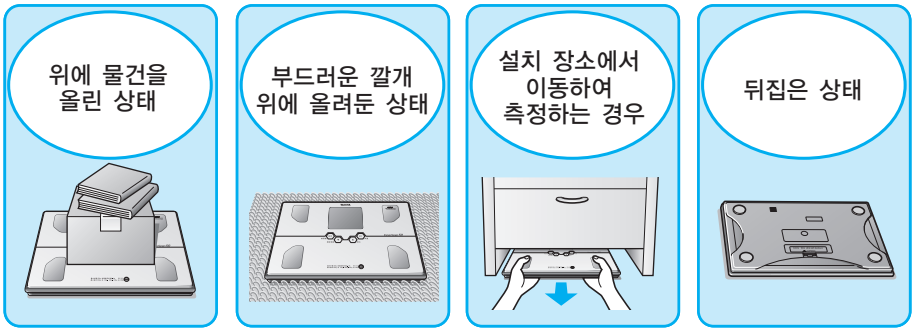
- 조작을 중단한 상태로 약 60초 경과된 경우

자동인식으로 측정하기(자동보정에 대하여)

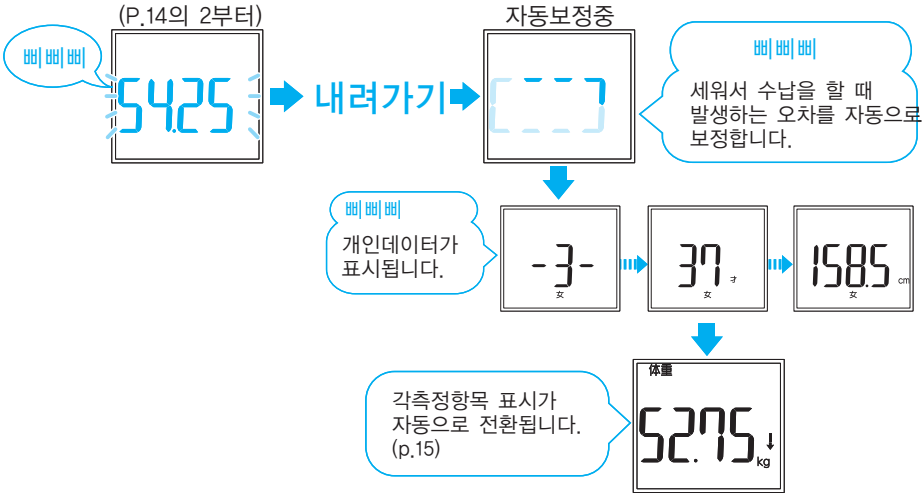
새로운 자동인식 기능에서는 세워서 수납을 한 경우에 발생할 수 있는 오차를 자동보정하는 기능이 있습니다.



세워서 수납하는 경우 외에도 예를 들면 다음과 같은 경우에도 단단하고 평평한 바닥에 두고 올라가기만 하면 측정이 가능합니다.



자동인식으로 측정하면 다음과 같이 표시됩니다.



전회측정치 보기

개인 데이터를 설정하여 측정한 경우에 전회 측정치를 확인할 수 있습니다.

〈측정후에 전회측정치 보기〉

1. 인바디를 측정합니다.

   자동인식으로 측정하기(☞P.14)

2. 측정결과 표시 중에 〈설정〉/전회측정치 를 누릅니다.

   표시되는 측정항목의 전회 측정치가 표시됩니다.

〈설정〉/전회측정치를 누르면 이번 측정치로 되돌아 갑니다

〈▼〉/측정항목 측정항목을 누르면 항목을 전환할 수 있습니다.

〈측정하지 않고 전회측정치를 보기〉

1. 전원이 꺼져 있는 것을 확인하고 〈▲〉/ 호출 을 누릅니다.

2. 〈▼〉또는〈▲〉로 등록번호를 선택하고 〈설정〉을 누릅니다.

3. 0.00kg 표시후에 〈설정〉/전회측정치 를 누릅니다.

   전회의 측정치가 순서대로 표시됩니다.

〈▼〉/측정항목을 누르면 항목을 전환할 수 있습니다.

MEMO

전회측정치

전회측정치 표시는 표시부에 前回 [전회]가 표시됩니다.

MEMO

중지

중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다.

MEMO

오토파워오프

전원을 잊고 끄지 않은 경우를 대비하여 자동적으로 전원이 끊어집니다(표시가 사라집니다)

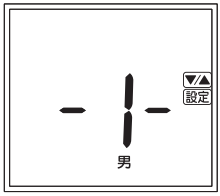
- 조작을 중단한 상태로 약 40초 경과된 경우

등록번호를 지정하여 측정(호출측정)

자동인식기능을 사용하지 않고 자신의 등록번호를 지정하고 나서 측정할 수 있습니다. 오인식이 계속되는 경우 등에 사용하십시오.

1. 전원이 꺼져 있는 것을 확인하고 ▲ /호출을 누릅니다.

2. ▼ 또는 ▲ 로 등록번호를 선택하고 설정 을 누릅니다.



0.00kg 가 표시됩니다.

3. 맨발로 바른 자세로 올라갑니다.
측정중에는 움직이지 않도록 합니다.

올바른 측정방법(☞P.7)

0000이 표시되고 사라집니다.

이미지그림

4. 삐삐 소리가 나면 내려옵니다.
측정결과가 순서대로 표시됩니다.

측정결과(☞P.15)

MEMO

0.00kg 가 표시되기 전에 내려오면

Err 또는 -0L이 표시되거나 측정 중간에 전원이 끊어집니다.

MEMO

중지

조작을 중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다.

MEMO

오토파워오프

전원을 잊고 끄지 않은 경우를 대비하여 자동적으로 전원이 끊어집니다(표시가 사라집니다)

- 조작을 중단한 상태로 약 60초 경과된 경우
- 측정도중에 본체에서 내려온 경우

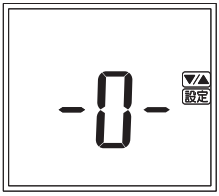
등록하지 않고 측정(게스트모드)

게스트모드

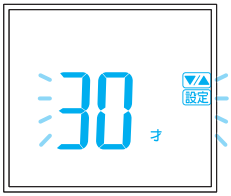
개인데이터와 측정결과를 남기지 않고 1회만 측정하는 경우에 편리합니다.

1. 전원이 꺼져 있는 것을 확인하고 ▲/호출을 누릅니다.

2. ▼또는 ▲로 -0-을 선택하고 설정을 누릅니다.

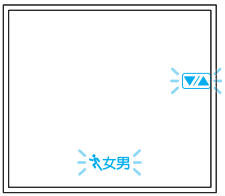


3. ▼또는 ▲로 '연령'을 선택하고 설정을 누릅니다.

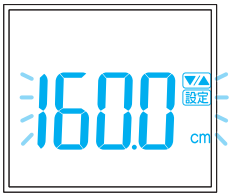


4. ▼또는 ▲로 '성별'을 선택하고 설정을 누릅니다.

⇒ 여성, 남성, 여성 운동선수(여) 남성 운동선수(남)에서 선택합니다.



5. ▼또는 ▲로 '신장'을 선택하고 설정을 누릅니다.



등록 내용 표시 후 0.00kg가 표시됩니다.

MEMO

중지

조작을 중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다.

MEMO

연령

연령은 6~99세의 범위에서 선택할 수 있습니다.

MEMO

운동선수

18세 이상이며 다음과 같은 조건을 만족하는 경우는 '운동선수'를 선택합니다.

- 1주일에 12시간 이상 트레이닝을 실시하는 경우
- 체육회와 스포츠 사업단에 소속되어 경기 등을 목표로 하는 경우
- 프로스포츠 선수
- 보디빌더와 같이 근육량이 많아지는 트레이닝을 받는 경우

MEMO

신장

- 90.0~220.0cm의 범위내에서 설정할 수 있습니다.

MEMO

오토파워오프

전원을 잊고 끄지 않은 경우를 대비하여 자동적으로 전원이 끊어집니다(표시가 사라집니다)

- 조작을 중단한 상태로 약 60초 경과된 경우

등록하지 않고 측정(게스트모드/체중만측정)

6. 맨발로 바른 자세로 올라갑니다.
측정중에는 움직이지 않도록 합니다.
올바른 측정방법(☞P.7)

0000이 표시되고 사라집니다.

이미지그림

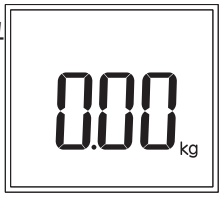
삐삐 소리가 나면 내려옵니다.

측정결과가 순서대로 표시됩니다.
측정결과(☞P.15)

체중만 측정

1. 전원이 꺼져 있는 것을 확인하고
체중/ OFF 를 누릅니다.

0.00kg가 표시됩니다.



2. 바른 자세로 올라갑니다.
삐삐 소리가 나면 내려옵니다.

올바른 측정방법(☞P.7)

이미지그림

체중이 표시된 후 약 20초 후에
자동으로 전원이 끊깁니다.

MEMO
0.00kg 가 표시되기 전에 내려오면
Err 또는 -0L이 표시되거나 측정 중간에 전원이 끊어집니다.

MEMO
Er1 % 표시
체지방률 측정 범위를 초과하면 Err (에러)가 표시됩니다.

MEMO
17세 이하인 경우
17세 이하인 경우는 체중, BMI, 체지방률, 근육량, 추정골량만 표시됩니다.

MEMO
중지
중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 체중/OFF를 누릅니다.

MEMO
체중만 측정
지역과 일시가 설정하지 않아도 '체중만 측정' 은 가능합니다.
(지역3으로 측정합니다)

MEMO
오토파워오프
전원을 잊고 끄지 않은 경우를 대비하여 자동적으로 전원이 끊어집니다(표시가 사라집니다)

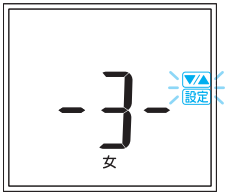
- 조작을 중단한 상태로 약 60초 경과된 경우
- 측정도중에 본체에서 내려온 경우

개인 데이터 변경

개인데이터를 변경할 때에는 본 제품을 단단하고 평평한 안정된 장소에 두십시오. 체중과 인바디 등록에 오차가 발생할 수 있습니다.

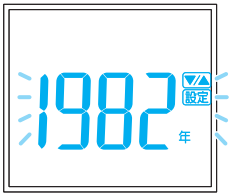
1. 전원이 꺼져 있는 것을 확인하고 설정 을 누릅니다.

2. ▼ 또는 ▲ 로 변경하려는 등록번호를 선택하고 설정 을 누릅니다.



3. P.12~P.13의 3~7에 따라 개인 데이터를 변경합니다.

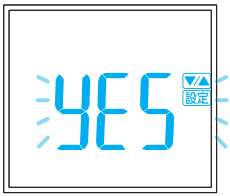
   신장, 운동선수만을 변경한 경우 여기에서 데이터 변경이 종료됩니다.



4. 생년월일/성별을 변경한 경우

   CLr (클리어)가 표시됩니다.

   덧쓰기하는 경우 ▼ 또는 ▲ 로 YES(예스)를 선택하고 설정 을 누릅니다.



5. P.13의 8에 따라 측정합니다.

이미지그림

이상으로 개인 데이터 변경은 종료됩니다.

MEMO

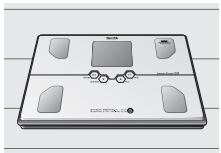
전회의 측정치

신장, 운동선수의 유무를 변경한 경우는 삭제되지 않습니다. 생년월일, 성별을 변경한 경우는 삭제됩니다.

MEMO

개인데이터를 변경하는 경우

개인데이터를 변경할 때에는 본 제품을 단단하고 평평한 안정된 장소에 두십시오. 체중과 인바디 등록에 오차가 발생할 수 있습니다.



MEMO

「NO」(노)를 선택하면

데이터는 덧쓰기 되지 않습니다.

MEMO

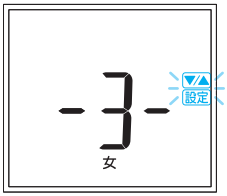
중지

중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다.

개인 데이터 삭제

1. 전원이 꺼져 있는 것을 확인하고 〈설정〉을 누릅니다.

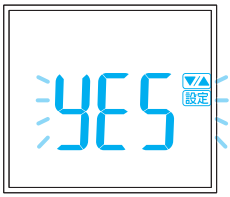
2. 〈▼〉또는〈▲〉로 삭제하려는 등록번호를 선택하고 〈설정〉을 누릅니다.



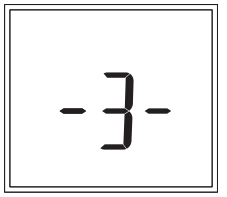
3. 삐 소리가 날 때까지 〈설정〉을 3초이상 길게 누릅니다.

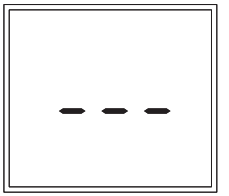
등록데이터가 표시된 후에 CLr (클리어)가 표시됩니다.

4. 〈▼〉또는〈▲〉 YES(예스)를 선택하고 〈설정〉을 누릅니다.



확인화면이 표시되고 삭제됩니다.





이상으로 개인데이터 삭제는 종료됩니다.

MEMO

전회의 측정치

개인데이터를 삭제한 경우는 전회의 측정치도 삭제됩니다.

MEMO

중지

중지하고 싶을 때나 전원을 끊고 싶을 때에는 OFF를 누릅니다.

MEMO

「NO」(노)를 선택하면

개인 데이터와 전회의 측정치는 삭제되지 않습니다.

MEMO

오토파워오프

전원을 잊고 끄지 않은 경우를 대비하여 자동적으로 전원이 끊어집니다(표시가 사라집니다)

- 조작을 중단한 상태로 약 60초 경과된 경우

몸에 대한 팁

인바디란

몸을 구성하는 성분으로 지방, 근육, 뼈, 수분 등이 있습니다. 지방 과도, 근육 과소, 등의 체성분의 불균형은 생활습관병과 컨디션 불량으로도 이어집니다. 체성분을 의식하는 것은 건강한 생활에 도움이 됩니다.

■ 체성분 측정의 원리

몸 속에는 '지방은 거의 전기를 통과시키지 않지만 근육과 수분은 전기를 잘 통과시킨다' 이처럼 각 조직과 성분에 따라 전기의 도전성이 달라집니다. 그렇기 때문에 전기저항을 BIA법(Bioelectrical Impedance Analysis)를 이용하여 측정함 으로써 체성분을 측정할 수 있습니다. 타니타는 리액턴스 테크놀로지를 가정용 기기에 도입하는데 성공하여

신기술 리액턴스테크놀로지 채용

+Reactance® Technology

타니타는 최신 리액턴스 기술을 연구개발하여세포내액과외액의 균형을 측정함으로써 체내수분의 이동 등으로 인한 일중 변동을 줄여, 더욱 정확한 측정이 가능하도록

BMI란

'Body Mass Index'의 약자로 몸의 크기를 나타내는 지표입니다. 국제적으로 널리 보급되어 몸안에서 차지하는 지방량과의 상관관계가 높기 때문에 일본비만학회가 비만 판정기준의 통일을 위해 제언하였습니다.

BMI는 체중(킬로그램)을 신장(미터)의 제곱으로 나눈 값입니다.

$$BMI = 체중(kg) \div 신장(m)^2$$

	마름	보통	비만도1	비만도2이상
BMI	18.5 미만	18.5이상25미만	25이상30미만	30이상

※ BMI에 따른 판정은 성인을 대상으로 합니다.
※ 일본비만학회(2000)의 기준을 채용하였습니다.

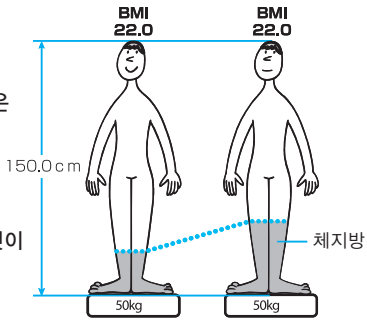
질병률이 가장 낮고 이상적인 BMI는 '22' 라고 합니다.
그러면 여러분의 신장에 대한 이상적인 체중은 다음 식으로 구할 수 있습니다.

$$이상체중(kg) = 22.0 \times 신장(m)^2$$

■ BMI만으로는 알 수 없는 "마른 비만"

BMI는 신장과 체중으로 구하는 값으로 간단하게 비만도를 알 수 있는 기준이 되지만 체중은 표준이라도 실제로는 지방이 많은 "마른 비만"도 존재합니다. 같은 신장, 같은 체중의 A와 B는 같은 BMI를 가지지만 체지방률로 판정하면 두사람의 결과가 달라질 수 있습니다.

체중의 변화와 동시에 근육질인지, 지방이 많은지를 체크하는 것이 중요합니다.



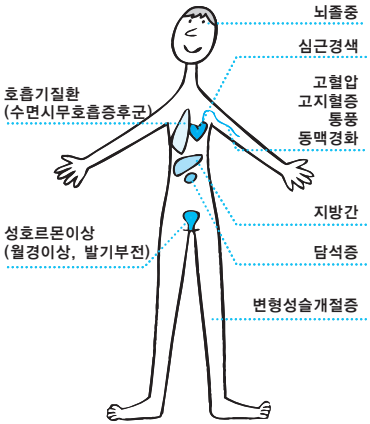
체지방률이란

몸에서 지방이 차지하는 비율입니다.
체지방은 활동에너지원이 될 뿐 아니라, 체온을 유지하고 외적 충격에서 몸을 보호하며, 피부에 윤기를 주며, 매끄러운 바디 라인을 만들뿐 아니라 정상적인 호르몬의 작용을 유지하는 등의 역할을 합니다. 그러나 체지방률이 너무 높으면 고지혈증, 고혈압, 당뇨병등생활습관병의 원인이 됩니다. 아이의 비만도 성인과 마찬자기로고지혈증, 고혈압, 당뇨병과 같은 다양한 건강장해를 일으킬 가능성이 있습니다. 또한 어린이의 비만의 대부분이 성인 비만으로 이어진다는 보고도 있습니다. 어릴 때부터 적절한 체지방률을 유지할 수 있도록 합시다.

■ 성장기의 무리한 다이어트는 그만!

어린이는 어른과 달리 신장, 체중, 근육, 뼈와 같은 몸의 성분이 다이나믹한 성장을 보이는 중요한 시기입니다. 그 시기에 굶거나 극단적인 식사제한 등의 무리한 다이어트는 필요한 지방, 근육, 뼈가 충분히 형성되지 못하게 합니다.
지방이 적으면 여성호르몬의 분비에 이상이 발생 하여 월경이 멈추어 버리는 경우도 있습니다.
스스로의 몸을 알고 영양의 균형이 잘 잡힌 식사, 적당한 운동과 같이 규칙적인 생활

비만으로 일어나기 쉬운 질병



내장지방이란

주) 17세 이하인 경우는 표시되지 않습니다.

복강내의 내장 사이에 붙는 지방으로 피하지방보다 생활습관병의 주된 원인이라고 일컬어집니다. 그렇기 때문에 내장지방의 상태를 체크하는 것은 생활 습관병을 예방하기 위해

■ 내장지방 수준의 판정기준

※ 대상연령: 18세~99세

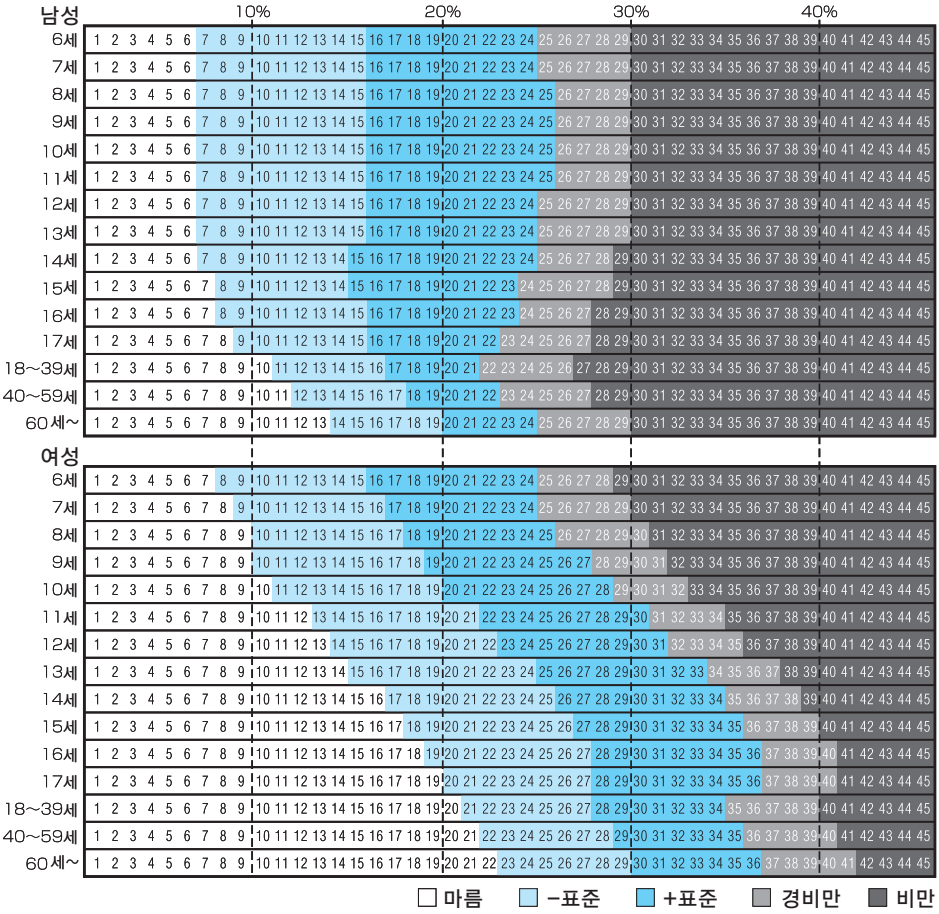
수준		판정에 따른 조치
9.5 이하	표준	내장지방 축적 위험은 낮습니다. 앞으로도 균형잡힌 식사와 적당한 운동을 유지합니다.
10.0 ~ 14.5	다소 과도	적당한 운동을 하고 칼로리를 제한하여 표준 수준을 목표로 합니다.
15.0 이상	과도	적극적인 운동과 식사 제한을 통한 감량이 필요합니다. 의학적인 진단에 대해서는 의사에게 상담하십시오.

■ 측정한 내장지방 수준에 대하여

- 내장지방 축적의 위험을 통계적으로 평가한 것입니다.
- 체지방률이 낮은 경우라도 내장지방이 높을 수 있습니다.
- 의학적인 진단에 대해서는 의사에게 상담하십시오.

체지방률 판정표

상세한 분석이 가능한 'DXA법(이중X선 흡수법)을 기준으로 채용하며 성별과 연령별로 세분화된 새로운 판정법으로 매일의 건강 체크에 도움이 됩니다. DXA법은 몸의 구성성분 분석으로서 정밀하게 몸안을 세분화 측정할 수 있는 방법으로 최근 의학계에서 주류가 된 방법입니다. 타니타는 더욱 수준높은 건강관리를 제안하기 위해 이 DXA법을 도입하여 몸의 성분분석 기준법으로 채용하였습니다. 임신중과 인공투석중인 분, 또는 붓는 증상이 있는 분은 참고치로

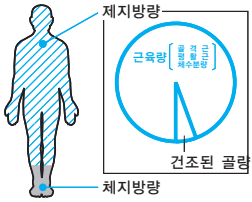


※WHO와 일본비만학회의 비만판정에 따라 DXA법(이중X선 흡수법)을 기준으로 작성되었습니다
※소아의 판정기준은 일본비만학회 소아비만증 매뉴얼 작성 위원회의 비만판정에 따라 DXA기준의 체지방률에 따라 작성되었습니다.

© 2004 TANITA Corporation.

근육이란

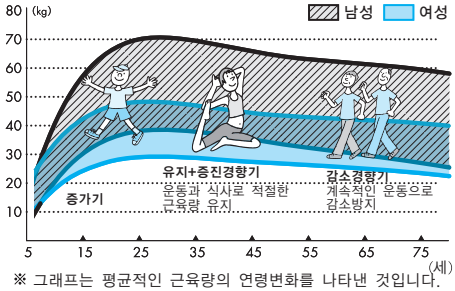
자세를 유지하거나 심장을 움직이는 조직입니다. 근육에는 체온을 유지하고 몸을 움직이기 위한 에너지를 만드는 공장이라는 중요한 역할도 합니다. 본 제품에 표시되는 근육량은 골격근, 평활근(내장 등)과 수분량을 포함한 값입니다.



■근육량은 연령과 성별에 따라 다릅니다.

근육량은 통계적으로 보면 성장과 함께 20세 정도까지 증가하고 그 후 유지기를 거쳐 서서히 감소하는 경향이 있습니다. 성장기는 근육량이 급격하게 증가하는 중요한 시기입니다.
균형잡힌 식사와 신체 활동량을 늘리도록 합니다. 건강한 성인의 경우 근육량이 줄어들면 에너지 소비도 줄어들기 때문에 지방이 축적되기 쉬워지고 생활 습관병 등의 원인이 되기도 합니다. 중고년 이후에도 일상 생활속에서 적당한 운동을 계속하여 근육량의

근육량의 연령변화 '타니타체중과학연구소 조사'



※ 그래프는 평균적인 근육량의 연령변화를 나타낸 것입니다. 개인차가 있으니 기준으로 사용하십시오.

18세 이상을 대상으로 근육량을 판정합니다. 근육량 판정은 신장에 대하여 어느 정도의 근육량이 있는지 계산하여 구분한 것입니다. 이 근육량의 판정과 체지방률 판정에서 체형을 판정하게 됩니다.

체지방률과 근육량에 따른 체형 판정

체지방률판정				
	비만 경비만	마른 비만형	비만형	골격이 큰 형
	+표준 −표준	운동부족형	표준	근육질
	마름	마른형	세신근육질	근육질
		적다	표준(평균적)	많다
		근육량 판정		

※ 근육량 판정은 근육질인지를 판정하는 것은 아닙니다.

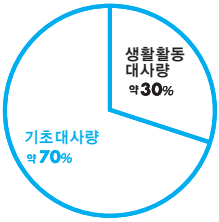
기초대사(BM = basal metabolism)이란

주) 17세 이하인 경우는 표시되지 않습니다.

다양한 생명활동(호흡, 심장을 움직이거나, 체온을 유지 etc)를 위해 항상 사용하는 에너지.
즉 '살아가기 위해 최저한 필요한 에너지'를 말하며 육체적, 정신적으로 안정적일 때 호흡기, 순환기계와 신경계, 간장과 신장 등의 장기가 활동하는 상태라고 생각할 수 있습니다. 1일의 총소비에너지량은 이 기초 대사량과 생활활동대사량 (일상의 가사 등을 포함하는 활동)을 더한 것이며 이 중 기초 대사로 소비되는 에너지는 약 70퍼센트에 이릅니다.

1일 총소비 에너지양의 내용

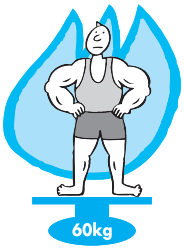
참고/후생노동성 책정 '일본인의 식사 섭취기준(2010년도판)' 에서



■ 기초대사는 에너지 소비가 많은 근육량에 따라 결정됩니다.

지방을 제외한 몸의 조직 중에서 기초대사의 에너지 소비가 가장 많은 것이 골격근입니다. 기초대사는 그 사람의 근육의 양에 따라 크게 좌우된다고 생각할 수 있습니다. 그렇기 때문에 같은 체중이라도 지방이 적고 근육이 많은 사람이 기초대사가 높으며 소비하는 에너지도 높아집니다. 근육을 단련하는 것이 기초대사를 올리게 되는 것입니다. 또한 일반적으로 근육의 양이 많고 기초대사가 높은 사람일수록 살이 잘 찌지 않는 경향이 있습니다.

체중당 차지하는 기초대사량이 많은 **소비가 잘 되는 타입**	체중당 차지하는 기초대사량이 적은 **소비가 잘 되지않는 타입**
근육이 많은 운동선수형 사람은 연료(지방)을 소비하는 풀 활동 중인 공장	근육의 적은 비만인 사람은 연료(지방)이 많으나 조금밖에 사용하지 않는 반휴업상태의 공장

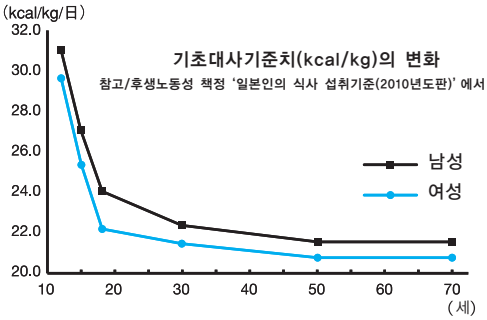


18세 이상을 대상으로 기초대사량을 판정합니다. 기초대사량은 개인의 신체적 조건(살이 찌거나, 마르거나, 근육질 등), 연령, 성별에 따라 달라집니다. 그렇기 때문에 체중1kg당 소비하는 기초대사량을 산출하여 해당 연대의 평균적인 값과 비교하여 '적다-표준(평균적)-많다' 를

체내연령이란

주) 17세 이하인 경우는 표시되지 않습니다.

체내연령은 후생노동성책정 '일본인의 식사섭취기준' 의 '기초대사기준치(체중당 기초대사량)' 에 따라 타니타 독자적인 연구에서 도출된 연령경향에서 산출한 수치입니다.
기초대사기준치와 연령 사이에는 그림과 같은 관계가 있으며 20대~40대에 걸쳐 서서히 감소하여 50대를 넘으면 거의 유지 경향을



■ 같은 체중이라도 몸의 성분에 따라 체내 연령이 달라집니다.

같은 체중이라도 몸의 성분에 따라 체내 연령이 달라집니다. 근육량이 많고 기초대사량이 많아질수록 체내연령 은 어려집니다. 예를 들면 실제 연령이 40세라도 근육질이라고 기초대사가 높고 20대의 기초대사기준치와 같은 경우에는 체내연령도 20대로 계산되게 됩니다.

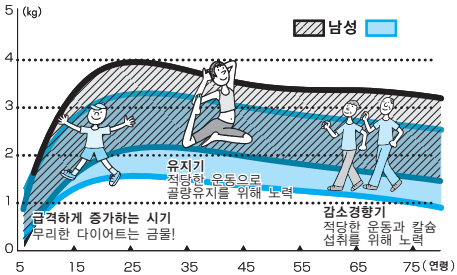
골량이란

골전체에 포함되는 미네랄(칼슘 등)의 양을 의미합니다. 정확하게는 '골염량' 이라고 하나 타니타에서는 익숙해 지기 쉽도록 일반적으로 이용하는 '골량' 이라고 하겠습니다. 뼈는 아무런 변화도 없는 듯이 보이지만 실제는 활발한 신진대사를 반복합니다. 그리고 몸이 필요로 하는 칼슘을 공급하거나 항상 새로운 뼈를 만들고 있는 것입니다. 뼈는 근육과의 관계가 많은 조직입니다. 너무 말랐거나 운동부족은 골량 감소로 이어집니다. 적당한 운동과 식사에 따라

■ 골량은 성장기에 축적되고 그것을 유지한다.

골량은 근육량과 마찬가지로 성장과 함께 증가하고 특히 사춘기에 급격하게 증가하여 20세 무렵에 피크를 맞이한 후에 유지기를 거쳐 서서히 감소 되는 경향을 보입니다. 골량이 증가하는 성장기에 충분히 골량을 늘리고 최대골량을 높여 두는 것이 중요합니다. 성장기에 무리한 다이어트를 하면 충분한 골량이 만들어지지 못하고 장래 약한 뼈가 될 수 있습니다. 성장기 이후도 칼슘 섭취를 위해 노력하고 적당한 일광욕과 계속된 운동을 하여 골량을 유지할 수 있도록

골량의 연령변화 '타니타체중과학연구소 조사'



※ 그래프는 평균적인 골량의 연령변화를 나타낸 것입니다.
개인차가 있으니 기준으로 사용하십시오.

■ 20세~40세의 '추정골량' 의 기준

	남성			여성		
체중	60kg 미만	60 ~ 75kg 미만	75kg 이상	45kg 미만	45 ~ 60kg 미만	60kg 이상
추정골량 평균치	2.5kg	2.9kg	3.2kg	1.8kg	2.2kg	2.5kg

※ 하기의 경우는 정확한 수치가 나오지 않을 수 있으니 참고치로 이용하십시오.

- 골밀도가 낮은 골다공증인 분
- 고령자, 갱년기 혹은 폐경이후인
- 성호르몬을 투여하는 분
- 임신중, 수유중인 분

※'추정골량' 은 제지방량(지방이외의 조직)과의 상관관계를 토대로 통계적으로 추정한 값입니다. 본 제품에서 표시되는 '추정골량' 은 '골밀도' 와는 다르며 뼈의 강도, 경도, 골절의 위험성을 직접 추정하는 것은 아닙 니다. 뼈에 관해 걱정이 되는 분은 전문의에게 상담을 받으시기 바랍니다.

고장인가? 싶은 경우에

'고장인가?' 싶을 때 수리를 의뢰하기 전에 아래를 먼저 확인하십시오.

증 상	확인하십시오	참고페이지
어떤 버튼을 물러도 아무 것도 표시되지 않음	□ 전지가 빠져있지 않은지? □ 전지가 소모되어 있지 않은지? □ 전지 전극에 비닐이나 이물질이 묻어 있지 않은지?	9
「Lo」가 표시됨	□ 전기 방향을 확인하고 정확하게 삽입하십시오. □ 전기가 소모되었습니다. 교환하십시오.	
문자 등이 표시 된 후에 바로 표시가 사라짐	□ 전지가 소모되었습니다. 교환하십시오. (전지 잔량에 따라서는「Lo」가 표시되지 않을 수도 있습니다.)	
버튼을 누르면 날짜 설정화면이 표시됨	□ 체성분을 측정하기 위해서는 날짜를 설정하여야 합니다. 날짜를 설정하십시오.	10
본 제품에 올라가도 아무것도 표시되지 않음	□ 측정중에 움직이지 않았습니까? 올라가는 위치와 자세는? □ 발바닥에 더러움이 묻어 있지는 않습니까? □ 양말 등을 신은 채로 측정하지 않았습니까?	5·7
측정중에「Err」가 표시됨	□ 측정중에 움직이지 않았습니까? 올라가는 위치와 자세는? □ 발바닥에 더러움이 묻어 있지는 않습니까? □ 양말 등을 신은 채로 측정하지 않았습니까?	5·7
측정 중간에 전원이 끊어짐 (표시가 사라짐)	□ 측정중에 내려오지 않았습니까?	13~14 18·20
측정중에「OL」가 표시됨	□ 최대계량 150kg를 초과하였습니다.(측정불가)	30
측정중에「－○.○○ kg」가 표시됨	□「OOOkg」가 표시되기 전에 올라가지 않았습니까?	13
측정중에「-OL」가 표시됨		18~20
측정 후, 성분표시에서 「Err」(에러)가 표시됨	□ 개인데이터 설정내용이 잘못되어 있지 않습니까?	12
	□ 타인의 등록번호를 선택하지 않았습니까?	18
	□ 각 측정 항목이 측정범위를 벗어났습니다.(측정불가)	30
표시된 체중이 분명하게 잘못되었다	□ 단단하고 평평한 안정적인 곳에 두고 측정하십시오.	5
체중밖에 표시되지 않음	□ 개인데이터 설정을 하였습니까?	12
	□ 급격한 체중 증감이 있었습니까? 그러한 경우에는 등록번호를 지정하여 측정하십시오.	18
수치가 계속 깜빡임	□ 계속 올라가 있는 상태는 아닙니까? 내려서 확인하십시오.	14
[- -]가 표시됨	□ 세워서 수납하여 발생한 오차를 자동 보정합니다.	16
「Errb」가 표시됨	□ 자동보정을 위해 측정후에 내려간 후에 약 3초간은 제품을 움직이거나 버튼을 누르지 마십시오.	14~15
측정후에 체지방률이 5%로 표시됨	□ 5%이하인 체지방률은 측정되지 않습니다. (5%로 표시됩니다.)	30
자동인식으로 측정하였더니 다른 사람의 등록번호가 표시됨	□ 체중과 몸의 전기저항치가 비슷한 사람이 복수등록되어 있는 경우에는 오인식할 수 있습니다.	15
체중, BMI, 체지방률, 근육량, 추정근량 밖에 표시되지 않음	□ 6~17세인 경우는 체중, BMI, 체지방률, 근육량, 추정근량 밖에 표시되지 않습니다.	30
개인데이터를 설정하여도 성분이 측정되지 않음	□ 개인데이터설정이 완료되지 않았습니다. 개인 데이터를 입력한 후에 다시 측정하십시오.	12~13
「Clr」(클리어)가 표시됨	□ 개인데이터를 변경 또는 삭제할 때의 확인표시입니다. 「Err」(에러)가 아닙니다.	21~22

· 상기 이외의 표시가 나온 경우, 당사의 고객서비스상담실(TEL: 02)310-9197)로 문의하십시오.

사양

형식		BC-313	
최대계량(표시량)		150kg	
최소표시		0~100kg까지 50g단위, 100~150kg까지 100g단위	
체지방률		5.0%~75.0% 0.1%	대상연령 6세~99세
체지방률 판정		마름/-표준/+표준/경비만/비만	
BMI		0.1단위	
추정골량		100단위	
근육량		0~100kg까지 50g단위, 100이상 100g단위	
근육량판정		적음/표준/많음	대상연령 18세~99세
내장지방레벨		1.0~59.0레벨 0.5레벨 단위	
내장지방레벨판정		표준/다소 과도/과도	
기초대사량		1kcal/일단위	
기초대사량판정		적음/표준/많음	
체내연령		1세단위	
과거데이터		전회측정치	
설정 항목	지역	5구분	
	일시	2013년1월1일 0:00~2050년12월31일 23:59	
	개인번호	1~5	
	생년월일	1900년1월1일~(6세이상)	
	성별	여성/남성/여성운동선수/남성운동선수	
	신장	90.0~220.0cm(0.5cm단위)	
시계정도		평균월차 ±1분이내(상온)	
전원		DC6 단4 건전지(RO3)X4개	
소비전류		최대30mA	
본체 사이즈		D217xW316xH27mm	
질량		약1.5kg(건전지포함)	

※100세이상인 분은 참고치로 생각하십시오.

■ 체중정도의 보증범위

본 제품은 JIS(가정용 측정기)로 정해진 기준기준으로 제조되어 엄중한 검사를 거친후에 출하되었습니다. 또한 사용하는 경우 측정된 체중에 대하여 아래의 범위까지 정도를 보증합니다.

100kg까지 측정하는 경우	±100g
100kg 이상 150kg까지 측정하는 경우	±200g

가정용 측정이 주된 목적이므로 업무용(물품의 판매 거래와 그 외의 항목을 증명하는 경우)에는 사용할 수 없습니다.

건강관리시트

매일 정해진 시간에 동일한 조건으로 측정하여 기록합니다. 이 용지를 복사하여 측정치를 기입하여 장기적으로 건강관리에 활용하시기 바랍니다.
기입방법은 HP를 참조하십시오.
주식회사 타니타홈페이지->유저지원->제품관련다운로드->건강관리시트(www.tanita.co.jp/supoort/healthymanagedsheets.html)

이름 :　　이달의 목표 :　　측정시간 :　　시　　분경

月／日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	이달의 반성
측정항목을 기입하십시오.																																
																																다음달의 목표
컨디션																																
메모																																
월／ 일	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	

◆컨디션 ○ : 양호　△ : 보통　× : 불량

TANITA 보증서

판매점 여러분께

판매시에 귀점에서 보증서의 소정사항(구매일, 판매점 란에 날인)을 기입한 후에 고객께 전달하여 주십시오.

고객여러분께

본서는 무료수리규정에 따라 무료수리를 제공할 것을 약속하는 서류입니다. 구입하신 날부터 하기 기간 중 고장이 발생한 경우는 본서를 제시하신 후에 당사 고객서비스상담실로 수리를 의뢰하십시오. 고객여러붐의개인정보븝수리완료품발송시에만 사용합니다. 그 동안 여러분의 개인정보를 제 3사가 부당하게 열람할 수 없도록 당사 규정에 따라 책임을 지고 관리하겠습니다.

품 명	인바디 측정기
보증기간	본체 구매일로부터 1년
구매일	년 월 일
고 객	성명 님
	주소 전화 ( )
판매점	( ) ㊞

무 료 수 리 규 정

1. 취급설명서 등의 주의사항에 따라 정상적인 사용상태에서 보증기간내에고장난 경우에는 무료수리를 제공합니다.
2. 보증기간내에 고장이 발생하여 무료수리를받게되는 경우는 당사 고객서비스 상담실로 연락한 후에 본기와 보증서를 발송해 주십시오.
3. 증정품 등으로 본 보증서에 필요사항이 기입되어 있지 않은 경우는 당사 고객서비스 상담실로 문의하십시오.
4. 보증기간내라도 다음과 같은 경우는 유료 수리에 해당됩니다.
   가. 사용상의 오류 및 부당한 수리와 개조로 인한 고장 및 손상
   나. 구매후의 낙하 등으로 인한 고장 및 손상
   다. 화재, 지진, 수해, 낙뢰, 가스해, 염해, 그 외의 천재지변, 공해와 이상전압으로 인한 고장 및 손상
   라. 일반가정 이외(예를 들면 업무용으로 장기간 사용, 선박의 탑재)로 사용한 경우의 고장 및 손상
   마. 보증서 제시가 없는 경우
   바. 보증서에 구매일의 연월일, 고객명, 판매점명이 기입되지 않은 경우,
5. 보증서는 일본국내에서만 유효합니다.
6. 보증서는 재발행하지 않으니 분실하지 않도록

수리메모

※ 보증서에 명시된 기간, 조건하에서 무료수리를 약속하는 서류입니다. 따라서 본 보증서에 따라 고객여러분의 법률상의 권리를 제한하는 것은 아니며, 보증기간 후의 수리에 대하여 궁금하신 사항은 당사 고객서비스상담실로 문의하시기 바랍니다.

주식회사 타니타코리아
고객서비스 상담실 TEL : 02)310-9197
접수시간 / 10:00~18:00(토·일 휴일은 제외)

애프터서비스에 대하여

1、보증서에 대하여

보증서는 반드시 '판매점명, 구입일' 등의 기입을 확인하고, 보증서 내용을 잘 읽은 후에 보관하시기 바랍니다. 보증기간은 구매일로부터 1년간입니다.

2、수리를 의뢰할 때

- 보증기간 중에는 당사 고객서비스 상담실 전화로 연락하신 후 보증서를 첨부하여 제품을 발송하여 주십시오.
- 보증기간이 경과한 경우는 당사 고객 서비스 상담실로 문의하십시오. 수리로 본 기의 기능이 유지되는 경우는 희망에 따라 유료로 수리를 제공합니다.

3、궁금하신 점은 당사 서비스 상담실로 연락하십시오.

주식회사 타니타코리아
고객서비스 상담실 TEL : 02)310-9197
접수시간 / 10:00~18:00(토·일 휴일은 제외)

홈 페 이 지 http://www.tanita.co.kr

正 家庭用
経済省令適合マーク

BC3137661(1)-1609HK

©2016 TANITA Corporation.