

## 保証について

- この保証書は保証期間中下記の条件で無料修理をお約束するもので、お客様の法律上の権利を制限するものではありません。
- 無料修理を受けられる場合は製品をご持参の上、お買い上げの販売店または直接弊社にご依頼ください。その際はこの保証書を提示してください。送料、その他の諸費用はお客様負担となります。
- 次のような場合には、保証期間内でも有料修理になります。
  - 誤ったご使用や、不注意による故障または損傷。
  - 不適当な修理や改造による故障または損傷。
  - 火災、水害、地震など天災地変による故障または損傷。
  - ご使用中に生ずる外観上の変化（ケースのいたみ、損傷等）。
  - 消耗部品、電池などの交換。
  - 保証書のご提示がない場合。
  - 保証書にお買い上げ年月日、販売店名および捺印のない場合、あるいは書き換えられた場合。
- 修理の可能な期間はご使用条件により著しく異なりますし、精度も元通りにならない場合がありますので、修理をご依頼の際に販売店または直接弊社とよくご相談ください。
- 保証に関してご不明な点は直接弊社のお客様サービス室にお問い合わせください。

## 6 1日の歩行と消費カロリーの目安

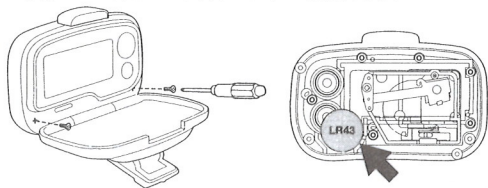
- 健康を保つ1日300キロカロリーの運動は歩行で1万歩が目安です。
- 年齢、性別、体重など個人差がありますがつぎの目安を目標にしてみましょう。

歩行速度	時間	歩数	消費カロリー
90分	約10,000歩	約10,000歩	300キロカロリー
60分	約7,000歩	約7,000歩	200キロカロリー
ジョギング 20分	約4,500歩	約4,500歩	150キロカロリー

- 姿勢を正しくリズミカルに楽しく歩きましょう。
- 消費カロリー早見表をご参考にしてください。

## 7 電池交換について

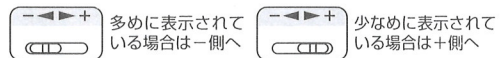
- 電池が消耗すると、表示が見えにくくなったり、消えたりします。
- 電池交換は次のようにおこなってください。
  - 図のように中ケースのネジ2本をプラスドライバーではずします。
  - 前ケースをはずし、電池を取りだします。
  - 新しい電池(LR43)はプラス側を上にして、図の矢印方向から入れます。
  - 前ケースを中ケースに合わせ、ネジで固定します。



- 電池以外の部品に触れたり、調整・改造等はしないでください。

## 8 感度調整機能ツマミの使い方

- この製品は、平地歩行で毎分100歩程度の正常歩行(姿勢を正してリズミカルに歩く)に対応するように調整してあります。もし、平地歩行にて500歩に対し525歩(+5%)以上多めに、または475歩(-5%)以上少なめに表示されている場合は、調整してください。
- 感度調整機能ツマミをようじ、または小さなマイナスドライバーのようなもので左右にスライドして実際の歩数に合う位置を見つけてください。



## 9 変だな?と思ったら...

- 表示画面が乱れたり、消えたり、止まったり、スイッチでの操作ができなくなった場合はシステムリセットを行ってください。(システムリセットの方法は⑨を参照してください)

## 10 保証とアフターサービスについて

- この製品には保証書が添付されています(取扱説明書の一部)。
- 保証書の所定事項の記入と「保証について」の記載内容をご確認のうえ、大切に保管してください。
- 電池の交換は保証期間内でも有料となります。
- 調子が悪いときは、もう一度この説明書を読んでお調べください。
- それでもなお具合の悪いときは、お買い上げ店、または弊社にご相談ください。
- ①保証期間中は、保証書の記載内容にもとづいて修理いたします。
- ②保証期間経過後は、修理によって機能が維持できる場合は、

ご希望により有料で修理させていただきます。

- 保証・アフターサービスについてご不明な点は、弊社にお問い合わせください。

## 11 主な仕様

検出方法	振り子式
表示	液晶デジタル
表示内容	歩数:最小1歩 最大99,999歩
歩数精度	±3%以内(振動試験機による)
材質	本体・クリップ:ABS樹脂
外形寸法	55.4×33.4×13.5mm(幅/高さ/厚さ) *クリップ・突起部を除く
質量	約22g *電池を含む
使用電池	LR43ボタン電池 1個
電池寿命	約2年(1日1万歩使用にて)
クリップ	スプリング式

- 感度調整機能付
- 消費カロリー早見表付
- 仕様および外観は、改良のため予告なく変更することがありますが、ご了承ください。

### お問い合わせ

山佐・お客様サービス室 TEL.03-5706-5400  
(受付時間 10:00~17:00 土・日・祝祭日を除く)

### 山佐時計計器株式会社

東京都世田谷区上野毛2-4-9 〒158-0093

© YAMASA

PRINTED IN CHINA

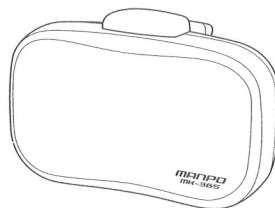
YAMASA

MANPO®

山佐電子万歩計®

MK-365

取扱説明書(保証書付)



- 山佐電子万歩計®「manpo®」をお買い上げいただき、ありがとうございます。この製品を正しくお使いいただくため、ご使用前にこの説明書をよくお読みください。
- お読みになったあとでもいつでも見られるところに保管してください。
- 万歩計®, manpo®は山佐時計計器株式会社の登録商標です。



## 警告 安全上のご注意

- お子さんの手の届かないところに保管してください。
- 電池は幼児の手の届かないところに保管してください。
- 万一電池を飲み込んだ場合は、直ちに医師と相談してください。
- 電池は火の中に投げないでください。破裂するおそれがあります。
- 病み上がり、ケガをしたあとのリハビリや長期間運動していない人は、無理をせず体調に合わせて、歩く速さ、量を少しずつ増やしましょう。



## 注意 取扱上のご注意

- 防水構造ではありません。水がかかるところでの使用、保管は避けてください。
- 直射日光の当たるところ、暖房器具の近く、ホコリ、湿気の多いところでの使用、保管は避けてください。
- 落としたり、たたいたり、強い衝撃を与えないでください。
- クリップを無理にひろげないでください。
- クリップはきつめになっています。ベルトや衣服に装着跡がつく場合がありますがご了承ください。
- 分解したり、内部をいじったりしないでください。
- 感度調整ツマミは、ようじまたは小さなマイナスドライバーのようなもので左右に調整してください。

## 1 主な特長

- 歩いたりジョギングした歩数が1歩単位で10万歩まで測定できます。
- リセットボタンで電源のON-OFF、歩数表示のリセットができます。
- スプリングクリップ採用により、ベルトレスでもしっかり装着できます。
- 歩き方の個人差に合わせて調整できる感度調整機能付。

## 2 ご使用いただく前に

- この製品は普通歩行から軽いジョギングの歩数を測定します。
- 平地での歩行で足が地面に接地したときの衝撃加速度によって歩数を測定します。
- 本体を手を持って垂直に保ち、垂直方向(上下方向)に軽く振ってください。カチカチと音がします。これは振り子が上下に振れている音で、異常ではありません。
- 実際に歩いたときの歩行精度は±5%以内になるように調整してあります。
- 正しく測定されない場合として、装着時の前後左右の傾き以外に、次のような例が考えられます。

### ①不規則な歩行

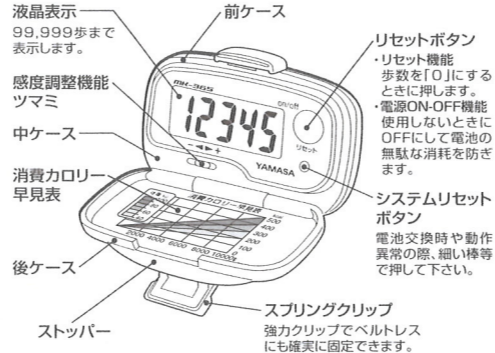
混雑した街の中を歩くときなどの歩行のみだれ。サンダル、草履などの履物での歩行。スリ足のような歩行。

### ②歩行以外の上下運動や振動

急激に立ったり座ったりする動作。ジャンプ、過激な運動、スポーツのとき。階段や急斜面の昇り降り。自動車、電車、バス等の乗車中に生じる振動。

- お買い上げのとき、モニター用電池が入っています。この電池は工場出荷時に機能や性能を検査するためのもので、所定の寿命までもたない場合があります。ご了承ください。

## 3 各部の名称・機能

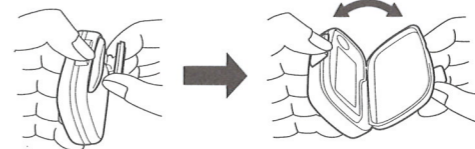


## 4 電源の入れ方・表示

- リセットボタンを押すと「88888」が表示し、「0」表示されます。
- 歩数は1歩単位で表示されます。「10000」であれば10,000歩です。

## 5 ご使用方法

- 表示を見るとき、ボタンを押すときには、前/中ケースと後ケースを図のように開けてください。



- ①片方の手でクリップをつまむ。②もう片方の手(親指)で前/中ケースの上部中央から開く。

### ■リセットボタンについて

- 歩数表示を「0」にするときは、リセットボタンを軽く1回押してください。
- 電源をOFFにするときは、リセットボタンを2秒以上押しつづけてください。このとき、「88888」が表示されて歩数表示がすべてクリアされ数字が消えます。

### ■装着について

- ベルトやベルトレスのスラックス、スカート、トレーニングパンツなどのウエスト部にクリップをしっかりと装着してください。
- 位置は左または右のスラックス折り目線以上が標準位置です。



- クリップはストッパーに止まるまで深く差し込んで装着してください。
- 装着が浅かったり、ケースが傾いていると、はずれたり、正確な測定ができなくなります。
- ボタンに直接指が触れないようにご注意ください。リセットされる場合があります。

## 保証書

製品名	山佐電子万歩計 MANPO		
機種番号	MK-365		
保証期間	1年(お買い上げ日より)・本体部分		
お買い上げ日	年	月	日
お客様様	お名前	様	
	ご住所		
	電話	( )	
販売店	店名		
	住所		
	電話		

この保証書は裏面の記載内容で無料修理を行うことをお約束するものです。お買い上げ日から上記期間中故障が生じた場合は、保証書をご提示のうえお買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

### 山佐時計計器株式会社

東京都世田谷区上野毛2-4-9 〒158-0093  
TEL.03-5706-1220(代)