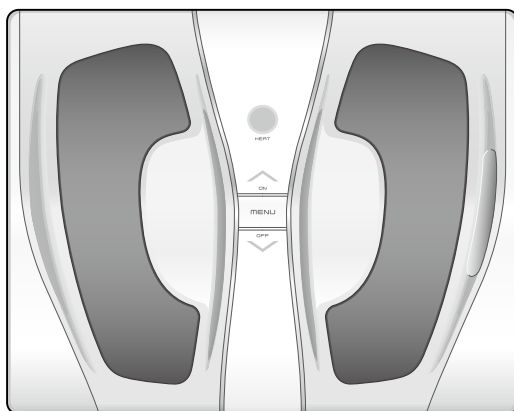


# SIXPAD

## 取扱説明書

(保証書付き)




### Foot Fit 3 Heat

フットフィット3 ヒート

SE-BY

本品は電気刺激を通じて、ふくらはぎ、前すね、足裏の筋肉をトレーニングすることを目的としています(医療機器ではありません)。

 ご使用の前に必ず本書をよくお読みの上、正しく安全にお使いください。

•本品は屋内用です。

## もくじ

安全上のご注意.....	4
使用上のご注意.....	9
各部の名称・付属品.....	10
画面表示の状態と意味.....	11

ご使用のながれ.....	12
準備する.....	13
使用する.....	16
レベル調整のめやす.....	21
ご使用後は(本品のお手入れ・保管)...	27

お知らせ.....	28
故障かな?と思ったら.....	29
リモコンの紛失・故障時は.....	33
主な仕様.....	33
保証・アフターサービス.....	34
無償修理規定.....	34
保証書.....	裏表紙

お使いの前に

使いかた

必要なとき

# 座ったままで、足裏・ふくらはぎをトレーニング

シックスパッド フットフィット3 ヒートは、EMS\*により足裏、前すね、ふくらはぎにアプローチし、それらの筋肉を鍛えます。左右の足を電気が行き来する通電方法を採用し、足の動きに合わせて本体が前後に傾きトレーニングをサポート。電気刺激による痛みを独自の技術で軽減。EMSトレーニングが毎日手軽にご家庭で体感いただけます。

\*EMS (Electric Muscle Stimulation = 筋電気刺激)

## 主なトレーニング部位

### ふくらはぎ

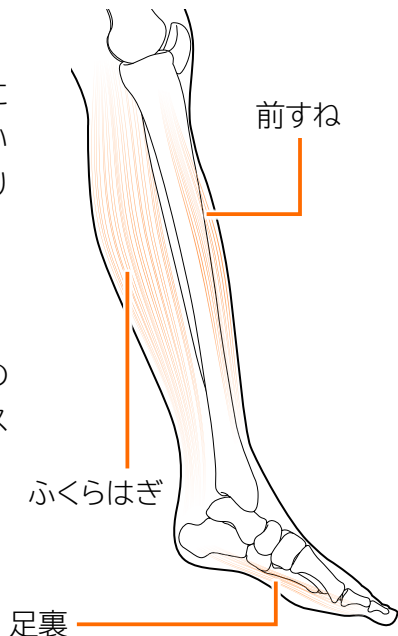
歩いたり、ジャンプしたり、足を使った運動のときに、必ず使われる筋肉のひとつです。

### 前すね

つま先をあげるときなどに使われる筋肉で、弱っているとつまずきの原因となります。

### 足裏

足指を曲げたり、歩行時の負担を分散させてバランスを保ったりする筋肉です。



鍛える、休ませる、そしてまた鍛える。  
効率よく計算されたオート・プログラム

### ■トレーニング・プログラム トレーニング度★★★

総時間は15分。時間の経過とともに段階的に強度が高まり、ウォームアップからトレーニング、そしてクールダウンまで自動的に切り替わります。



### ■ウォーキング・プログラム トレーニング度★★☆

総時間は20分。左右交互の刺激により、まるで歩いているかのような体感が得られ、楽しみながら気軽にトレーニングできます。

### ■コンディショニング・プログラム トレーニング度★☆☆

総時間は12分。コンディショニングを整え、トレーニングをサポートします。

1日  
どちらか  
1回

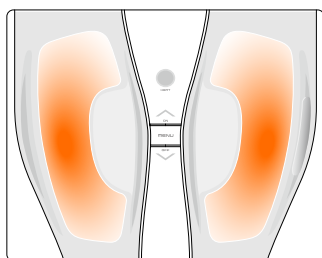
1日  
1~2回

各プログラムについて、詳しくは22～23ページをご覧ください。 ※イラストはイメージです。

# 進化したFoot Fit 3 Heat

これまでの機能に加え、新たに2つの機能を追加しました。

## 1 ヒーター機能



※イメージ

足裏（またはふくらはぎ）をじんわり温めながら刺激することで、素足でも心地よくトレーニングすることができます。

※感じ方には個人差があります。

トレーニング直前にヒーターをONにしたあと2分以内にプログラムをスタートしてください。

※2分以上経過すると、自動的に電源が切れます。

## 2 専用アプリ シックスパッド ヘルスコーチ SIXPAD Health Coach

フットフィット3 ヒートは、専用アプリにつなげることで様々なデータを確認することができます。

詳しくは同封の「アプリ手順ガイド」、またはシックスパッド公式サイトをご確認ください。



以下のコードを読み取って  
サイトへアクセスしてください



アプリのインストールは無料です。

# よくあるご質問

**Q 各プログラムは、1日にそれぞれ何回使用できますか？**

**A トレーニング、ウォーキング：**

足裏へ使用。1日にトレーニングかウォーキングどちらか1回のみ使用が目安です。

**コンディショニング：**

ふくらはぎ、または足裏へ使用。1日に計2回までの使用が目安です。

**Q 靴下を履いたまま使用できますか？**

**A** 電気の刺激を感じにくいので、必ず素足でご使用ください。\*

**Q 同じ刺激レベルでも、左右や使う人によって、感じ方が異なるのですが…**

**A** 電気刺激は、使用時の肌の水分量や皮ふの厚み、運動頻度、筋肉量などにより感じ方が異なります。

**Q 筋肉痛のような痛みがあるのですが…？**

**A** 慣れるまでは低いレベルからお使いください。痛みがおさまるまで、使用をお控えください。

刺激を感じやすくするには

以下いずれかの方法をお試しください。

①ヒーターで足裏（またはふくらはぎ）を温めながら使用

②お風呂上がりなど水分量が十分なときに使用

③フットパッドの上に左右1枚ずつ、水で濡らしてしっかり絞った薄手の布を敷いて使用（アルコールを含まないウェットティッシュも可）

※ 素足でも、肌が乾燥していると、電気刺激を感じにくい場合があります。

# 安全上のご注意

ご使用前に、必ずこの「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。

ここに示した注意事項は、あなたや他の方々への危害や財産への損害を未然に防ぎ、本品を正しく安全にお使いいただくために守っていただきたい事項です。誤った使い方をしたときの危害や損害の程度を、以下の表示で区分して説明しています。



**危険**

誤った使い方をすると、「人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される」内容を示します。



**警告**

誤った使い方をすると、「人が死亡または重傷を負う可能性が想定される」内容を示します。



**注意**

誤った使い方をすると、「人が軽傷を負う可能性や、物的損害（家屋、家財および家畜・ペットに関わる拡大損害）の発生が想定される」内容を示します。

守っていただく内容を、以下の図記号で説明しています。

- 禁止の行為であることを告げるものです。
- 注意を促す内容があることを告げるものです。
- 行為の強制や指示を告げるものです。

## 免責事項

火災、地震、暴動・テロなどの行為、その他の事項など、お客様の故意、または過失、誤用、その他異常な条件下での使用により生じた損害に関して当社は一切責任を負いません。

## 使用する方についてのご注意

### 併用してはいけない方



**危険**

次のような医用電気機器とは、絶対に併用しないでください。事故や医用電気機器の誤作動をまねき、身体に著しい障害をもたらすおそれがあります。



- ・ペースメーカーなどの体内植込み型医用電気機器
- ・人工心肺などの生命維持用医用電気機器
- ・心電計などの装着型医用電気機器

上記に当てはまる方は、本品を使用中の方の脚部にも触れないでください。

### 本品を近づけてはいけない機器



**危険**



- ・本品を、ペースメーカーなどの体内植込み型医用電気機器を装着した方の装着部位に近づけないでください（本品と装着部位は22cm以上離してください）。

### 使用してはいけない方




**警告**


次のような方は使用しないでください。事故や肌・身体のトラブルのおそれがあります。



- ・心臓疾患のある方、またはその疑いがある方（心臓に痛みや動悸などの違和感を感じる方等）
- ・医師に運動やEMS機器の使用を禁じられている方
- ・静脈血栓症の方、またはその疑いがある方
- ・脚部にボルト等の金属を埋め込んでいる方
- ・使用部位（足裏またはふくらはぎ）に傷などの異常がある方（やけど、水疱、病変、切開、創傷、活動性皮膚疾患または皮膚感染など）
- ・妊娠中の方、出産直後の方
- ・小さなお子様、ご自分で取扱説明書の内容を理解できない方
- ・飲酒している方 ・発熱（38℃以上）している方


## 医師にご相談いただきたい方


 **警告** 次のような方は必ず医師にご相談のうえ使用してください。事故や肌・身体のトラブルのおそれがあります。

-  ・悪性腫瘍のある方 ・心臓疾患の既往歴がある方
- ・温度感覚喪失が認められる方
  - ・糖尿病などによる高度な末梢循環障害による知覚障害のある方
  - ・脳神経に異常を感じている方（てんかんなど）
  - ・骨粗しょう症など、骨に異常のある方
  - ・脊椎ならびに脚部の骨折、ねんざ、肉離れなどの急性（疼（とう）痛性）疾患のある方
  - ・低温やけどをしたことがある方 ・血圧に異常がある方
  - ・脚部をけがしている方、または手術したことがある方
  - ・介護を受けている方、または付き添いなしで日常生活ができない方
  - ・腰より上の体内にボルト等の金属を埋め込んでいる方
  - ・脚部に知覚障害や異常（感染症、皮ふ炎や傷など）のある方
  - ・血行障害のある方 ・脚部に刺青（タトゥー）を入れている方
  - ・アレルギー体質の方 ・安静を必要とする方
  - ・身体に異常を感じている方 ・長期間、運動していない方
  - ・その他医療機関で治療中の方

上記に当てはまらない場合でも、ご使用に不安がある方は医師に相談してください。


## 使用してはいけない部位


 **警告** 次のような部位には使用しないでください。事故や肌・身体のトラブルのおそれがあります。


-  ・使用部位（足裏またはふくらはぎ）以外の部位 ・傷口などの粘膜部位
- ・当日、脱毛処理をした部位 ・整形手術をした部位
  - ・金属、プラスチック、シリコンなどを埋め込んでいる部位


本書で指定している部位以外には使用しないでください。


## ご使用いただく際のご注意

 **警告** 次の注意事項を守って、使用してください。

-  ・リモコンの電池カバー、コイン電池、および絶縁シートをお子様の手の届くところに置かないでください。誤飲のおそれがあります。万が一、飲み込んだ場合はただちに医師に相談してください。
- ・本品をお子様の手の届くところに置かないでください。ケガややけどのおそれがあります。
  - ・使用中は絶対に手で本体表面のフットパッド（ゴム部位）を触らないでください。強い刺激により、事故や身体トラブルのおそれがあります。
  - ・分解、改造、修理はしないでください。事故やケガのおそれがあります。
  - ・落とす、ぶつけるなどの衝撃を与えないでください。破損のおそれがあります。そのまま使い続けると、事故やケガのおそれがあります。
  - ・フットパッドに金属を接触させないでください。感電のおそれがあります。
  - ・濡れた手でリモコンの電池カバーをあけてコイン電池にふれたり、交換したりしないでください。感電ややけどのおそれがあります。
  - ・他の電気製品・美容機器などとは併用しないでください。気分が悪くなったり、体調不良を起こすおそれがあります。
  - ・浴室など湿度の高いところでは使用しないでください。

 **警告：** 本品を、バスタブ、シャワー、あるいは水を張った容器の中で使用しないでください。

- ・トレーニングを開始する前に、肌が検知されていることを必ず確認してください。本品では肌が検知されていないと肌検知アイコン（) が点灯して、未検知をお知らせします。

 **警告：** トレーニング開始前に肌が検知されていることを必ず確認してください。

# 安全上のご注意(つづき)

## ご使用いただく際のご注意(つづき)


**⚠ 注意** 次の注意事項を守って、使用してください。  
事故やケガ、感電、破損、汚れなどのおそれがあります。


- ⊘ 本品を電子レンジなどで温めたり、火気に近づけたりしないでください。
- ⊘ 用途目的以外の使用や、取扱説明書の使用方法以外で使用しないでください。
- ⊘ 小さなお子様・ペットには使用しないでください。また、小さなお子様・ペットが本品で遊ばないようにしてください。
- ⊘ 睡眠薬等を服用した場合は使用しないでください。
- ⊘ 本品を使用中の人の脚部に、他の方が触れないようにしてください。特に、小さなお子様・ペットが触れないようにしてください。
- ⊘ Conditioning (コンディショニング) 以外のプログラムは、脚がつるおそれがあるため、ふくらはぎには使用しないでください。
- ⊘ 本品に液体をこぼさないでください。
- ⊘ 自動車などの運転中は使用しないでください。
- ⊘ 本体の上に立たないでください。また、本体の画面や各ボタン、およびリモコンへ過度な荷重をかけないようにしてください。
- ⊘ 使用中に電子機器(腕時計や歩数計など)を本体に近付けないでください。電子機器が誤作動するおそれがあります。
- ⊘ 使用直前には、足裏(またはふくらはぎ)にボディクリームなど油分のあるものを使用しないでください。皮ふに油分が付いていると電気刺激を感じにくくなります。
- ⊘ フットパッドを床やテーブルに強く押し当てたり、引きずったりしないでください。床やテーブルにフットパッドの色がつくことがあります。
- ⊘ こたつの中や強い日差しが当たる場所など、高温になる場所では本品を使用しないでください。
- ⊘ リモコンを床に放置しないでください。転倒やケガのおそれがあります。
- ⊘ 携帯電話、時計、磁気カード、パソコン、電子時計、磁気ディスク、ミュージックプレーヤーなど、磁気の影響を受けるものを、本品のリモコンやリモコン収納部に近づけないでください。機器類やデータが壊れるおそれがあります。


**⚠ 注意** 次の注意事項を守って、使用してください。


- ❗ 使用中または使用後に痛みや不快感を感じたり、肌荒れ、発疹、赤み、かゆみ、やけど、炎症などの異常があらわれたりしたときは使用を中止し、医師に相談してください。そのまま使用を続けると症状の悪化につながるおそれがあります。
- ❗ ヒーターを使用する際は、1日の使用可能回数を必ず守ってください。比較的低い温度でも長時間皮ふの同じ箇所に触れていると低温やけどを起こすことがあります。
- ❗ ヒーター使用中に熱く感じた場合、ただちにフットパッドから足裏(またはふくらはぎ)を離し、使用を中止してください。やけどのおそれがあります。
- ❗ むやみにレベルを強くしたり、長時間使用すると、トレーニング後の筋肉疲労や、皮ふのヒリヒリ感、赤みの原因となるおそれがあります。
- ❗ 身体や肌に異常を感じた場合は、ただちに使用を中止し、医師に相談してください。事故や体調不良の原因となるおそれがあります。
- ❗ 本品を使用するときは、金属製など通電するアクセサリー類を外してください。フットパッドにアクセサリーが触れると事故やケガ、破損などのおそれがあります。
- ❗ 本品を使用する際は、必ずフローリングなどの平坦で安定した材質の床でお使いください。
- ❗ 本品を使用する際は、必ず専用マットなどを敷いてください。専用マットなどを敷かず使用すると、畳や床に傷が付くことがあります。
- ❗ 使用を中止する場合は、リモコンまたは本体のボタンで一時停止したあとフットパッドから足を離してください。リモコンが作動しないなどの緊急時は、そのまま足を離してください。
- ❗ 使用しないときは、本体につまずいてケガをしないよう、床に放置せず充電クレードルに格納するか、安全な場所で保管してください。

## 本体についてのご注意


 **警告** 本体は充電式電池を内蔵しています。次の注意事項を守って、使用してください。


-  内蔵充電電池はご自身で交換しないでください。故障の原因になります。交換については(株)MTGお客様相談室にお問い合わせください。
- 火中投入や加熱、高温での充電・使用・放置をしないでください。発熱や発火、破裂のおそれがあります。
- 本体に水をかけたり、水を噴霧したり、水の中に入れてたりしないでください。感電や故障、火災のおそれがあります。


 **警告** 次のような場合は、コンセントから専用ACアダプターを抜いてください。事故や感電、発火などのおそれがあります。


-  充電中に水や異物が充電クレードルや本体、専用ACアダプターに入ったり、かかったりした場合
- 雷が鳴り出した場合 ・ 停電になった場合
- 専用ACアダプターのコードが損傷または断線した場合
- 長期間使用しない場合

## 専用ACアダプターについてのご注意

 **警告** 次の注意事項を守って、使用してください。


-  専用ACアダプターのコードを傷つけたり、破損したり、束ねたり、加工したりしないでください。また、重いものをのせたり、引っぱったり、無理に曲げたりしないでください。コードを傷め、感電や故障、火災のおそれがあります。
- 本体を水回りでは充電しないでください。感電のおそれがあります。
- 端子部分が一度曲がったり、コネクタ部分に変形してしまった専用ACアダプターは使用しないでください。
- 濡れた手で専用ACアダプターの抜き差しはしないでください。感電ややけどのおそれがあります。
- 本体、専用ACアダプター、充電クレードルの端子部には直接手で触れないでください。感電ややけどのおそれがあります。
- 専用ACアダプターの近くに燃えやすい物を置かないでください。火災のおそれがあります。


 **警告** 次の注意事項を守って、使用してください。


-  本体の充電には、必ず同梱の専用ACアダプターを使用してください。それ以外を使用すると、故障や発火のおそれがあります。
- 電源プラグは根本までしっかり差し込んでください。
- 本体の充電用接点、充電用差し込み口、専用ACアダプター、充電クレードルのほこりなどは、乾いた布で拭くなどして定期的に清掃してください。
- 専用ACアダプターのコネクタ部分を接続する際は、まっすぐ挿入してください。
- 専用ACアダプターのコネクタ部分に液体や異物が付着しないようにしてください。


# 安全上のご注意(つづき)

## 専用ACアダプターについてのご注意(つづき)


 **注意** 次の注意事項を守って、使用してください。


-  充電するときは、たこ足配線をしないでください。事故や感電、発火などのおそれがあります。
- 本体の充電用接点、充電用差し込み口、専用ACアダプター、充電クレードルに金属製品やピン、ゴミを付着させないでください。
- 収納時に専用ACアダプターのコードを本体や充電クレードルに巻きつけないでください。
- 本体や充電クレードル、専用ACアダプターを引きずって移動しないでください。故障や、机・床などを傷つけるおそれがあります。
- 本品の専用ACアダプターを他の製品に使用しないでください。

 **注意** 次の注意事項を守って、使用してください。

-  専用ACアダプターをコンセントから抜くときは、コードを持たず必ず専用ACアダプター本体を持って抜いてください。
- お手入れの際は、必ず専用ACアダプターをコンセントおよび充電クレードル(または本体)から抜いてください。

## コイン電池についてのご注意

 **注意** コイン電池を取り扱うときは、次のことを守ってください。事故やケガ、故障などのおそれがあります。



-  コイン電池のパッケージに表示してある注意内容を必ず守ってください。
- コイン電池は+/-極を確かめ、正しく入れてください。
- 長期間使用しないときは、コイン電池を取り出してください。
- 使用推奨期間内のコイン電池を使用してください。
- コイン電池が液漏れしたときは、ただちに使用を中止し、お買い上げの販売店、または(株)MTGお客様相談室に点検を依頼してください。
- コイン電池の液体が目に入った場合は、失明など障害のおそれがあります。こすらずただちにきれいな水で1分以上しっかりと洗ったあと、医師に相談してください。
- コイン電池の液体が皮ふや衣服に付着した場合は、皮ふに障害を起こすおそれがあります。ただちに多量のきれいな水で洗い流してください。
- 使い切ったコイン電池はただちにリモコンから取り出してください。



# 使用上のご注意

## 本体や電波についてのご注意

**警告** 次の注意事項を守って、使用してください。

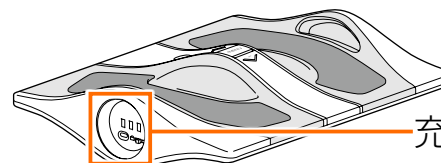
- 本品はBluetooth通信を行うため、病院などの無線機器の使用が禁止された区域では使用できません。このような場所では本体左側面のチャイルドロックスイッチを  (左位置) にしてください (チャイルドロック中は電波が発生しません)。  
※チャイルドロック中は、画面が消灯しています。

**注意** 次の注意事項を守って、使用してください。

- 航空機内への持ち込みは、航空会社によって異なります。事前にご利用の航空会社、空港の保安部門へお問い合わせください。

本品をご使用の際は下記の内容をよくお読みください。

- ゴム素材を使用しているため、開封時に若干においがすることがありますが、異常ではありません。
- フットパッドに白い粒状のものがあらわれることがありますが、製造工程の処理によるもので異常ではありません。
- 本品は肌に密着させる製品ですので、清潔にしてご使用ください (お手入れ方法については、27ページをご覧ください)。
- 本品は防水仕様ではありません。水のかかる場所や湿度の高い場所では使用しないでください。
- 本体の充電用接点、充電用差し込み口が汗などで濡れたときは、すぐに拭き取ってください。本体および充電クレードルの故障の原因になります。充電用接点、充電用差し込み口は、傷つけないよう丁寧に拭いてください。



充電用接点、充電用差し込み口

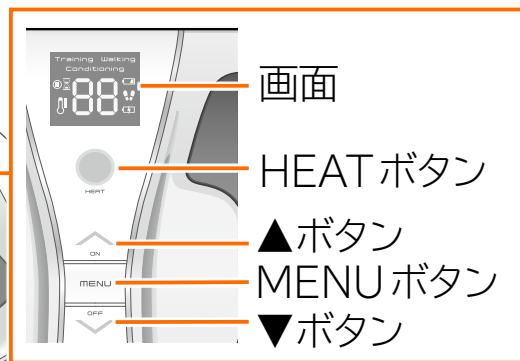
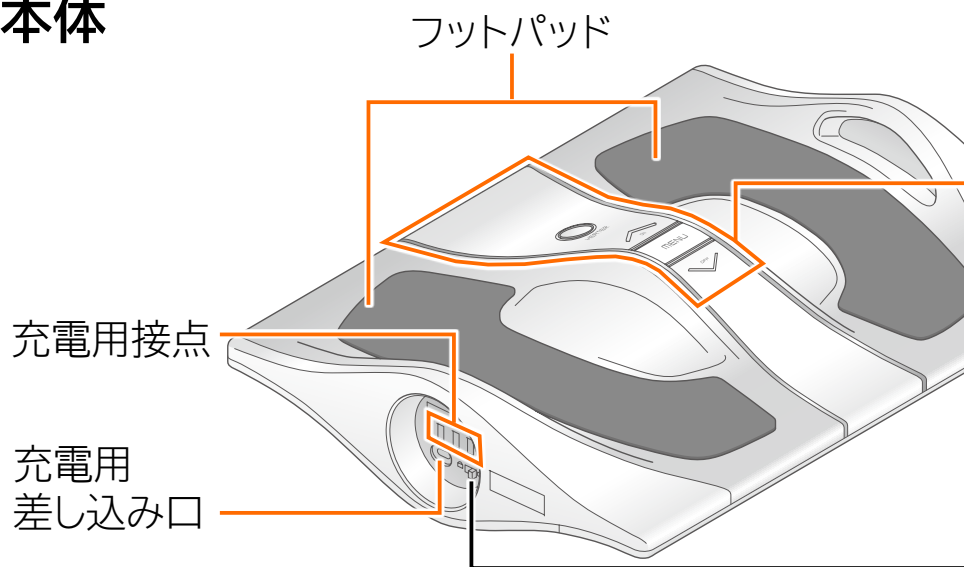
- 変形などのおそれがあるため、冷やしたり、本品のヒーター以外で温めたりしないでください。また、熱湯をかけたり、サウナで使用したりなど本品に急激な温度変化を与えるような使用はしないでください。
- 本体に傷や亀裂が入った場合は使用を中止して廃棄してください。

### 天然木について

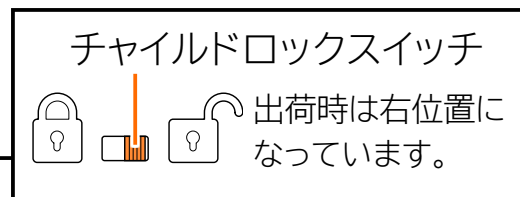
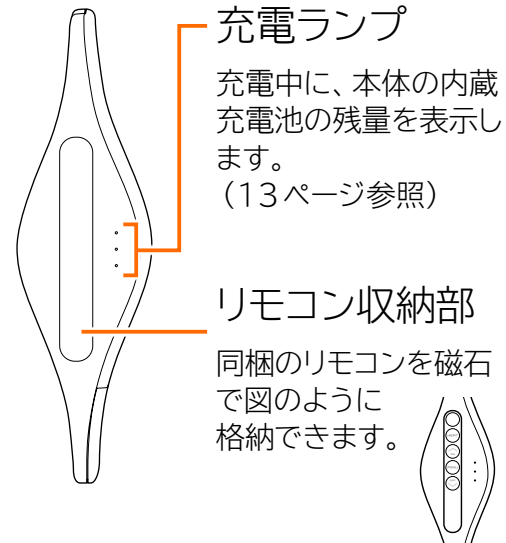
本品は本体底面の一部外装に天然木を使用しています。天然木素材の特性として、ひとつひとつの木目や色味、風合いが異なりますので、天然木それぞれの表情をお楽しみください。  
また、天然木の使用に伴い、本体外装とのすき間を設けてありますが異常ではありません。

# 各部の名称・付属品

## 本体



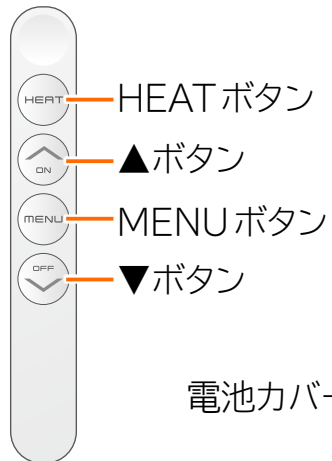
(右側面)



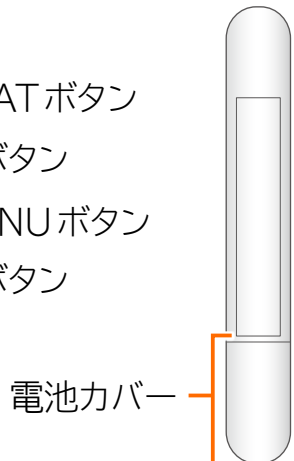
## 同梱品

•リモコン 1台

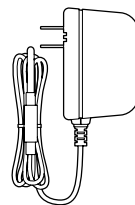
(表面)



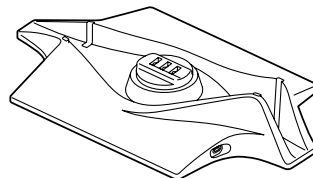
(裏面)



•専用ACアダプター 1個



•充電クレードル 1個



## 付属品

•専用マット 1枚



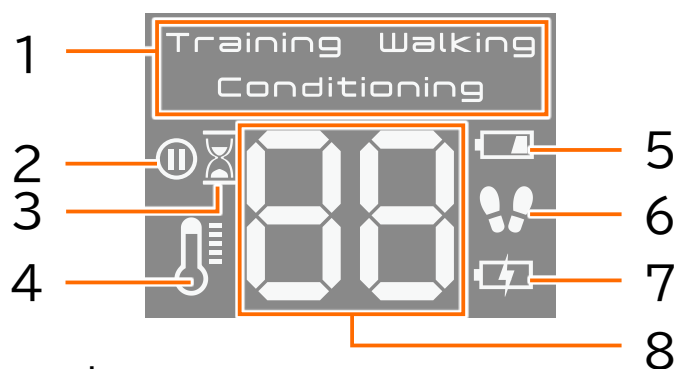
•取扱説明書(保証書付き) 1冊(本書)

•お試し用電池

(コイン形リチウム電池CR1632) 1個

※リモコンにセットされています。

# 画面表示の状態と意味



## 1 メニュー表示

現在のメニューを表示します。

## 2 一時停止アイコン

プログラムを一時停止しているときに表示されます。

## 3 残り時間アイコン

プログラムの残り時間を表示していることを表します (右記参照)。

## 4 ヒーターアイコン

点灯	フットパッド内のヒーターがオンになっています。
点滅 (ゆっくり)	充電残量が少なくなったため、もうすぐヒーターがオフになる合図です。 ※ゆっくり点滅している間に専用ACアダプターを接続すれば、ヒーターをそのまま使用できます。
点滅 (速い)	充電残量が足りなくなり、ヒーターがオフになりました。 ※速く点滅しているときに専用ACアダプターを接続しても、内部回路保護のためヒーターは再開できません (プログラムは継続できます)。 以下の場合も安全のため、約5分後に点滅が始まり、ヒーターがオフになります。 • 電源オフのまま、ヒーターを約5分間オンにしている。 • ヒーターをオンにしても、温度が上がり切らない。

## 5 バッテリーアイコン

点灯	充電残量が少なくなっています。
点滅	充電残量がもうすぐなくなります。

## 6 肌検知アイコン

肌が検知されていないときに表示されます。

## 7 充電アイコン

点灯	充電中です。
点滅	充電エラーです。以下をご確認ください。 • 充電環境がとても暑い、または寒くありませんか (15℃未満、または35℃以上)? • 専用ACアダプター以外で充電していませんか? それでも充電エラーが続くときは、充電を中止し、(株)MTG お客様相談室までご相談ください。
消灯	• 充電完了しました。 • 専用ACアダプターで充電中にヒーターをオンにしたため、一時的に充電を休止しています。

※充電中は、本体右側面 (リモコン収納部側) の充電ランプも点滅します (工場出荷状態を除く)。

## 8 LEVEL(レベル) / 残り時間表示

- 現在の刺激のレベルを表します。  
例: レベル6の場合  
レベル表示について、詳しくは21ページをご覧ください。
- 残り時間アイコンが表示されているときは、プログラムの残り時間 (単位: 分) を表します。  
例: 残り10分の場合



# ご使用のながれ

詳しくは、13～26ページをご覧ください。

## 準備する

### Step1 本体を充電する

初めてお使いになるときや、充電が切れたときは、本体を充電クレードルに置いて充電します。

- 専用ACアダプターを直接本体に接続して、充電することもできます。

### Step2 リモコンに電池を入れる

- ご購入時は、お試用電池がリモコンにセットされています。

## 使用する

### Step1 チャイルドロックが解除されているか確認する

### Step2 本体の電源を入れる

※ご購入後の初回は、「本体の▲ボタン」で電源を入れてください。

### Step3 素足になって、両足(脚)をフットパッドに密着させる\*

### Step4 お好みのプログラムを選ぶ

### Step5 プログラムを開始する

### Step6 レベル調節する

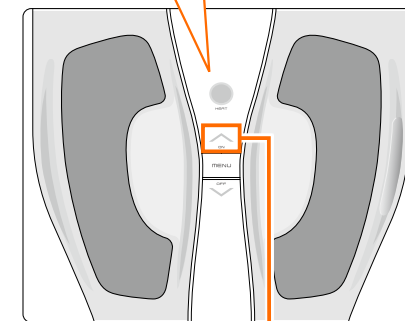
\*ふくらはぎに使用する場合は、24ページをご覧ください。

## 終了する

以下の時間が経つとプログラムは自動的に終了します。

- トレーニング → 約15分
- ウォーキング → 約20分
- コンディショニング → 約12分

初回は本体で電源オン



▲ボタンを長押し

# 準備する

本体は内蔵されている充電電池で動作します。初めて使用するときは、充電してから使用してください。

## 本体を充電する

本品は以下の2つの方法で充電ができます。

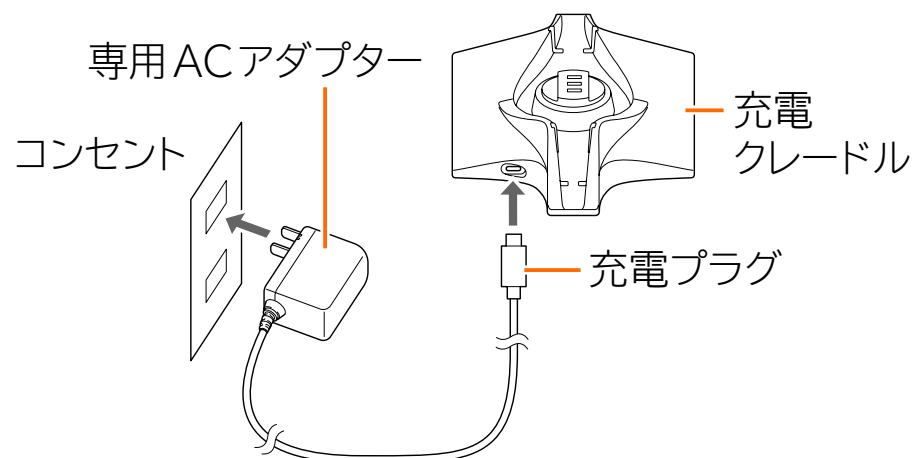
- 充電クレードルで充電する
- 専用ACアダプターだけで充電する



- 必ず同梱の専用ACアダプターを使用してください。それ以外を使用すると、故障や発火のおそれがあります。
- 充電クレードルや本体に専用ACアダプターを接続した状態で、専用ACアダプターに無理な力を加えないでください。故障や発火のおそれがあります。

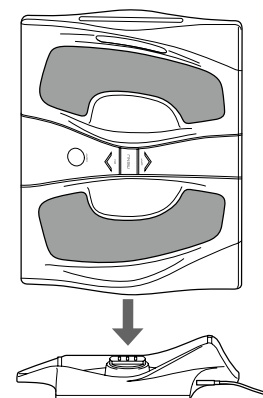
### ■充電クレードルで充電する

#### 1 専用ACアダプターを図のように接続します。



#### 2 本体を充電クレードルに差し込みます。

- 本体左側面を下にして差し込んでください。
- 充電が開始され、画面の充電アイコン (🔋) が点灯します。



#### 3 充電アイコンで、充電の状態を確認します。

- 充電中：充電アイコン (🔋) が点灯
- 充電完了：充電アイコン (🔋) が消灯
- 本体右側面 (リモコン収納部側) の充電ランプで本体の内蔵充電電池の残量を確認できます。
  - 🌞●●：約0～39%
  - 🌞🌞●：約40～69%
  - 🌞🌞🌞：約70～99%
  - 🌞🌞🌞：充電完了

(🌞：点灯、🌞：点滅、●：消灯)

- フル充電にかかる時間の目安は約4時間です。

# 準備する(つづき)

## 初めて充電するときは

ご購入後、初めて充電するときは、本体の▲ボタンを長押しして一度電源を入れ、▼ボタンを長押しして電源を切ったあとに充電してください(工場出荷状態では、保護機能が働いており、この操作を行わなかった場合、初回充電時のみ充電ランプが点灯せず、低速充電となります)。

## 4 充電完了後、充電クレードルから本体を取り外します。

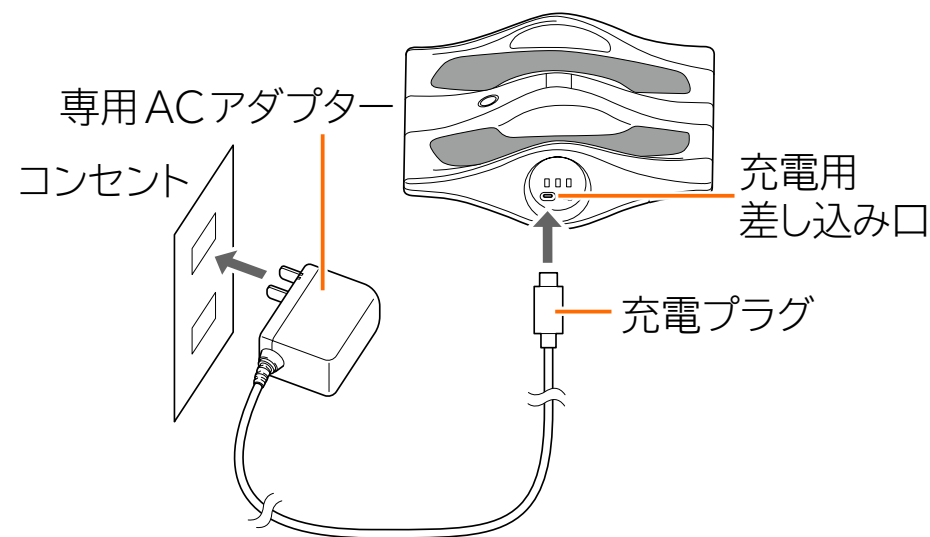
- 本体をフル充電した場合、ヒーター併用時は約4回、プログラムのみ使用時は約30回使用できます(Trainingプログラム、レベル25、室温23℃)。
  - 低温の環境では、使用可能回数が少なくなります。
  - レベルやご使用状況によって、使用可能回数は異なります。
- 本体の内蔵充電電池の残量が減ると、画面にバッテリーアイコン(🔋)が表示されます。この場合は、充電してください。

## ■専用ACアダプターだけで充電する

専用ACアダプターを本体に接続して充電、または給電しながら使用することができます。

- 充電のみを行う際は、誤動作を防ぐために、本体左側面のチャイルドロックスイッチを🔒🔓(左位置)にしてから充電することをおすすめします。
- ヒーターの使用中に充電残量が少なくなって、専用ACアダプターを接続するときは、ヒーターアイコン(🔥)がゆっくり点滅している間に接続してください。点滅(速い)に変わると、専用ACアダプターを接続しても、内部回路保護のためヒーターは再開できません(プログラムは継続できます)。

## 1 専用ACアダプターを図のように接続します。





- 充電アイコンや充電ランプの表示は、充電クレードルで充電するときと同じです。

## リモコンに電池を入れる

リモコンはコイン形リチウム電池（CR1632）1個で動作します。

**⚠ 警告** 以下の注意をお守りください。

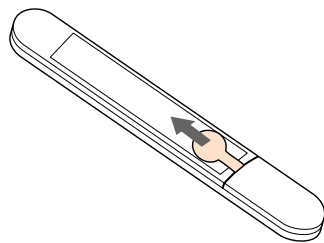
**⊘** ・リモコンの電池カバー、コイン電池、および絶縁シートをお子様の手が届くところに置かないでください。誤飲のおそれがあります。万が一、飲み込んだ場合はただちに医師に相談してください。

- ・誤動作を防ぐために、本体左側面のチャイルドロックスイッチを  （左位置）にしてから電池を交換してください。
- ・コイン電池についての注意事項は、8ページをご覧ください。
- ・リモコン用電池の寿命については、28ページをご覧ください。

### 初めて使用するときは

ご購入時は、お試用電池がリモコンにセットされています。初めて使用するときは、コイン電池の絶縁シートを引き抜いてください。

- ・引き抜いた絶縁シートは廃棄してください。

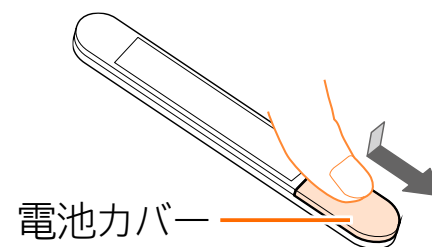


## リモコンの電池が切れたときは

以下の手順でコイン電池を交換してください。

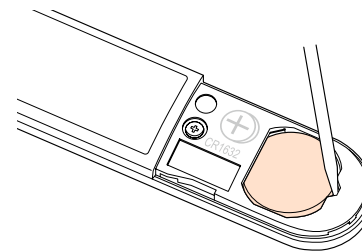
### 1 リモコン裏面の電池カバーを取り外します。

- ・指で電池カバーを軽く押しながら、矢印の方向にスライドさせます。



### 2 古いコイン電池を取り出します。

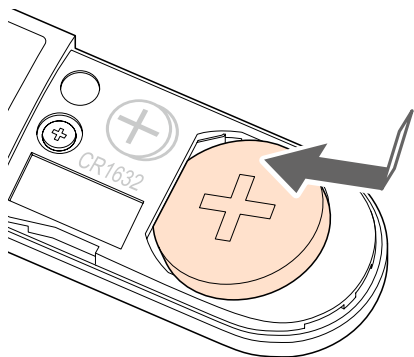
- ・つまようじなど、先端の細いものを差し込んで取り出します。



## 準備する(つづき)

### 3 新しいコイン電池を、+極が上になるように入れます。

- ・「+」「-」極の向きに注意して正しく入れてください。

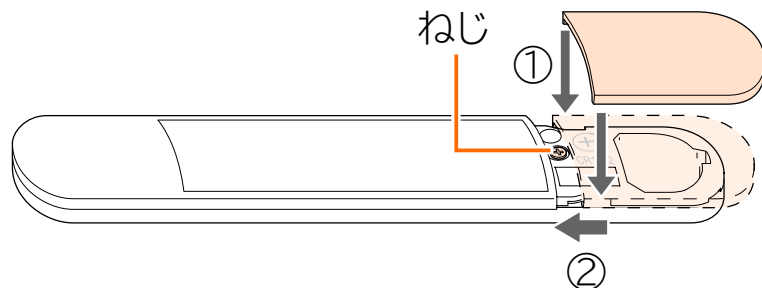


### 4 電池カバーを取り付けます。

①電池カバー内側のツメがリモコン本体の溝に収まるように位置を合わせて置きます。

※目安として、図のようにリモコン裏面のねじの位置に電池カバーの端を合わせてください。

②カチッと音がするまでスライドさせてください。



## 使用する

### プログラムを開始する

**⚠ 次の注意事項を守って、使用してください。**

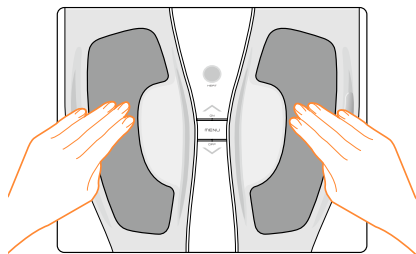
- ・ 使用する際は素足になって、左右の足裏（またはふくらはぎ）を本品のフットパッドに密着させてください。フットパッドと足裏（またはふくらはぎ）の触れる面積が少ないと、電気が均一に流れないため、刺激を強く感じたり痛みを感じたりすることがあります。
- ・ 本体の上に立たないでください。また本体のボタンに余計な荷重をかけないでください。
- ・ 下半身に本品以外のEMS機器を同時に使用しないでください。
- ・ ご使用前にフットパッドに傷や破損がないか、確認してください。



トレーニングまたはウォーキング・プログラムのご使用は、いずれかを1日1回までとしてください。

### ⚠ 使用中は、次の注意事項を守ってください。

- 使用中は絶対に手でフットパッドを触らないでください。強い刺激により、事故や身体のトラブルのおそれがあります。
- 使用中は、足裏(またはふくらはぎ)以外でフットパッドを触らないでください。
- 使用中は、下腿(ひざ~つま先)に触らないでください。思わぬ刺激を感じる場合があります。
- 使用中にスマートフォンや電子機器が下半身に触れないようにしてください。
- 使用を中断する場合は、リモコンまたは本体のボタンで一時停止したあとフットパッドから足を離してください。リモコンが作動しないなどの緊急時は、そのまま足を離してください。



### 専用マットの推奨と代用品について

畳や床の傷つきや本体の滑りを防ぐため、本品は必ず専用マットなどを敷いた上で使用してください。

専用マットなどを敷くことで、本体底面の傷や汚れなども防ぐことができます。

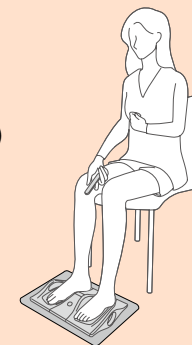
- 専用マット以外の敷き物を使用する場合、濃い色や色落ちしやすいものは本体へ色移りすることがありますが、品質上の問題はございません。






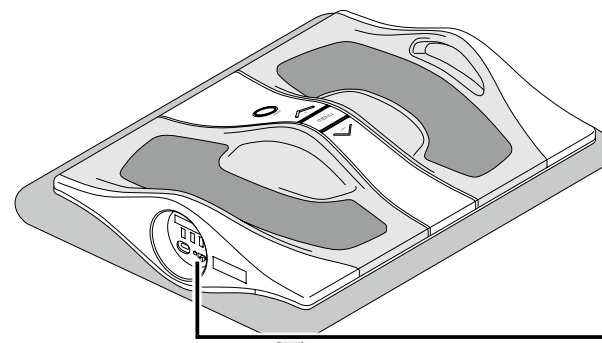
### 足裏に使用する

椅子などに座って使います。

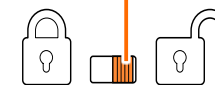
(アプローチ部位：ふくらはぎ、前すね、足裏)



- 1 本体左側面のチャイルドロックスイッチが    (右位置) になっていることを確認します。
- 2 平らな床に専用マットなどを敷き、その上に本体を置きます。



チャイルドロック  
スイッチ

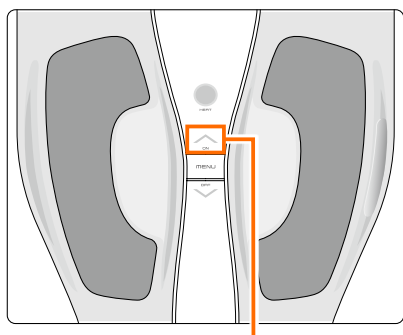


使  
い  
か  
た

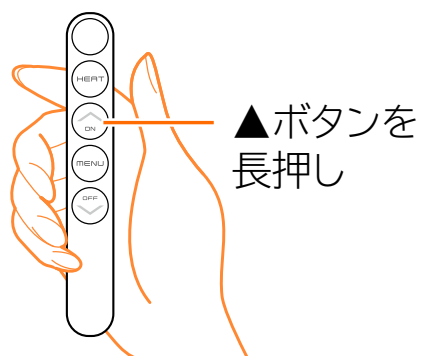
# 使用する(つづき)

## 3 ▲ボタンを長押しして、電源を入れます。

- 電源が入ると、本体の画面が点灯します。



▲ボタンを長押し



▲ボタンを長押し

### ご購入後、まだ本体の電源を入れたことがないときは

本体の▲ボタンを長押しして一度電源を入れてください。

- 工場出荷状態では、一度電源を入れるまでリモコンが使用できません。

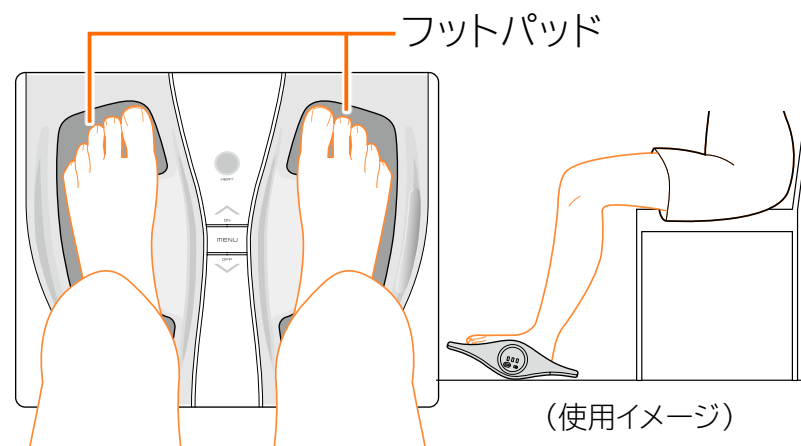
これ以降は、リモコンでもチャイルドロックを除く全ての操作ができます。

- 電源が入っている状態で両足(脚)をフットパッドに置いていないと、肌検知アイコン(!!)が点灯します。そのままの状態が約2分続くと、レベル表示「88」のみ表示されたあと電源が切れます。

## 4 安定した椅子などに深く腰かけます。

## 5 フットパッドに両足を置き、足裏をしっかりと密着させます。

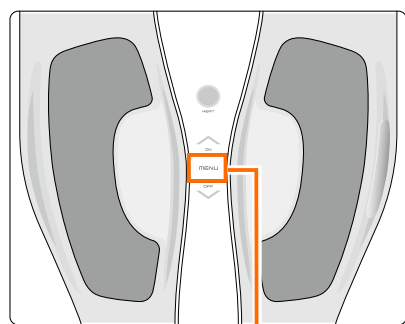
- フットパッドで両足が検知されると、レベル表示が「00」になります。



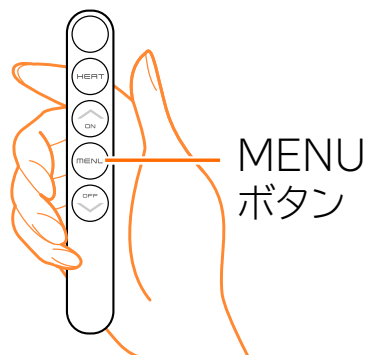
- 無理のない姿勢で、自然にひざを曲げた状態でご使用ください。
- フットパッドの形状に合わせて、足裏全体を置いてください。
- 両足を置いたまま何も操作をしない状態が約5分続くと、安全のため自動で電源が切れます。
- 電源が切れてしまった(画面消灯)場合は、▲ボタンを長押しして、電源を入れ直してください。

## 6 MENUボタンを押して、お好みのプログラムを選びます。

- Training (トレーニング) : 20Hzをメインとした電気刺激で筋肉をトレーニングします。
- Walking (ウォーキング) : 左右の足を交互に刺激し、歩いているような体感で軽めのトレーニングができます。
- Conditioning (コンディショニング) : リズミカルな刺激でトレーニング前後の筋肉を整えます。



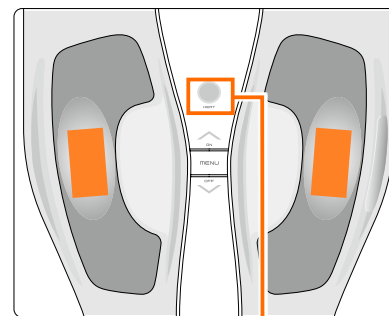
MENUボタン



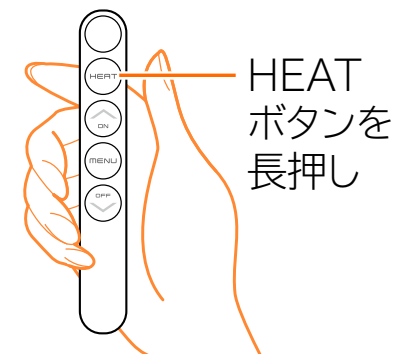
- トレーニングまたはウォーキングは、1日1回、いずれかを使用してください(1日おきに交互に使用することをおすすめします)。
- コンディショニングは、トレーニング前後や、歩き疲れたなどの一日の終わりにご使用ください(1日1~2回程度のご使用までとしてください)。

## 7 ヒーターを使うときは、HEATボタンを長押しします。

- ヒーターアイコン(🔥)が点灯し、フットパッドが中央部から温かくなります。



HEATボタンを長押し



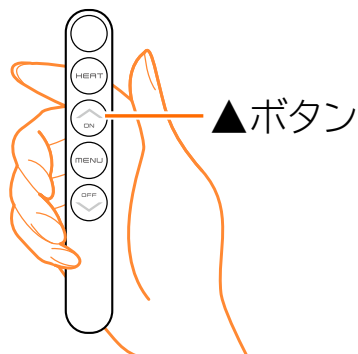
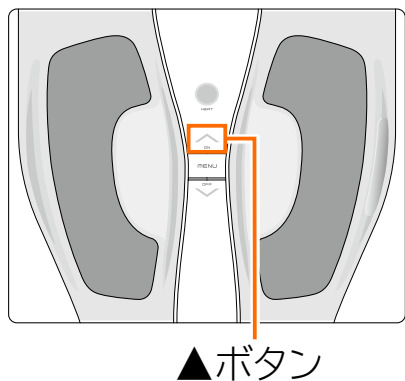
- 電源オン/オフに関わらず、お好みのタイミングでヒーターのオン/オフを切り替えることができます。
- ヒーターを切るときは、再度HEATボタンを長押しします。
- 電源オフ時にヒーターを使用する場合、電源オフの状態が約5分続くと、安全のため自動でヒーターがオフになります。
- ヒーター使用時は、あらかじめフル充電しておくか、専用ACアダプターを本体に接続して、給電しながら使用してください。
- ヒーターの使用中に充電残量が少なくなると、ヒーターアイコン(🔥)が2段階で点滅し、状態をお知らせします。  
点滅(ゆっくり)  
充電残量が少なくなったため、もうすぐヒーターがオフになる合図です。  
※この間に専用ACアダプターを接続すれば、ヒーターをそのまま使用できます。  
点滅(速い)  
充電残量が足りなくなり、ヒーターがオフになりました。  
※このときに専用ACアダプターを接続しても、内部回路保護のためヒーターは再開できません(プログラムは継続できます)。
- 本品のヒーターはオン/オフのみで、温度変更機能はありません。

# 使用する(つづき)

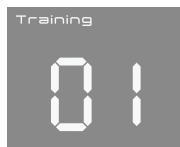


- 熱いと感じたら、ただちにフットパッドから足裏(またはふくらはぎ)を離し、使用を中止してください。
- ヒーターを使用する際は、1日の使用可能回数を必ず守ってください。比較的低い温度でも長時間皮ふの同じ箇所に触れていると低温やけどを起こすおそれがあります。
- 冬の気温が低い環境下では、ヒーターの体感温度が低くなる場合があります。

## 8 ▲ボタンを短く押して、プログラムを開始します。



- レベル1でプログラムが始まります。



- 両足が検知されていない場合は肌検知アイコン(👣)が点灯し、プログラムが始まりません。両足をフットパッドに置いてください。

- 使用中にひざ下の筋肉が収縮すると、本体がシーソーのように前後に動き、使用時の足の動きをサポートします(このとき、本体が床に当たる音が若干することがあります)。  
筋肉のつき方によっては、筋肉の収縮を感じても、シーソーのようにならないことがあります。シーソーのように動かなくても、使用には問題ありません。  
※ 本体が自動でシーソーのように動くわけではありません。
- 使用中に足裏(またはふくらはぎ)がフットパッドから離れると、肌検知アイコン(👣)が点灯してお知らせします。
  - 30秒以内に足裏(またはふくらはぎ)をフットパッドに戻したとき再度足裏(またはふくらはぎ)を置いたときは低い刺激レベルでスタートし、少し経ってから刺激レベルが元に戻ります。
  - 30秒以上両足裏(またはふくらはぎ)がフットパッドから離れていたときレベル表示が「00」になり、レベルがリセットされます。この場合はレベルを▲ボタンで上げ直す必要がありますが、プログラムは中断した続きから再開します。
  - 2分以上両足裏(またはふくらはぎ)がフットパッドから離れていたとき安全のため自動で電源が切れます。

## 9 レベルを調節します。

- ▲ボタンを1回押すとレベルが1上がり、▼ボタンを1回押すとレベルが1下がります。

### レベルについて

現在のレベルは、画面に数字で表示されます。  
刺激のレベルは、レベル1（弱）～25（強）の25段階です。

例：レベル6の場合



選択している  
レベルを表示

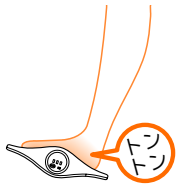
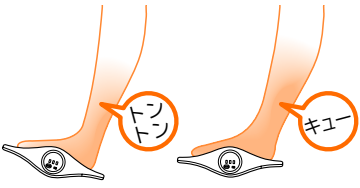
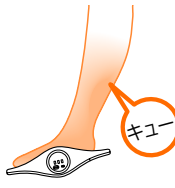
- 必ず画面で現在のレベルを確認しながら、レベルを変更してください。
- プログラムが始まり、ボタン操作をしないまま約10秒経過すると、レベル表示から残り時間表示に切り替わります。

## レベル調節のめやす

刺激を感じるレベルは、筋肉のつき方や運動頻度によって異なります。初めてお使いになるときは、弱いレベルで使用してください。慣れてきたら、レベルを調節していきましょう。

※ 慣れていない状態でレベルを強くし過ぎると、足がつることがあります。

### 足裏に使用する場合の刺激イメージ

レベルが低いとき	レベルが適切なとき	
		
足裏にだけ刺激を感じます。	■ 慣れるまでは… 足首～ふくらはぎに「トントン」という刺激を感じる程度がおすすめです。	■ 慣れてきたら… 「キュー」という刺激のときに痛くなりすぎない程度がおすすめです。

- 適切なレベルを探す際は、レベルを1つずつ上げて、レベルを上げるごとに刺激の感じ方を確かめてください。適切なレベル以上に高いレベルで使用しても、よりトレーニングできるわけではありません。
- 慣れていない状態で、レベル6以上にしても刺激を感じない場合、肌が乾燥している可能性があります。その場合は、①ヒーターで足裏（またはふくらはぎ）を温めながら使用、②お風呂上がりなど水分量が十分なときに使用、③フットパッドの上に左右1枚ずつ、水で濡らしてしっかり絞った布やアルコールを含まないウェットティッシュを敷いて使用、のいずれかの方法をお試しください。

# 使用する(つづき)

## プログラム・メニューについて

筋肉に効率よくアプローチするため、刺激が自動的に切り替わります。

•トレーニング・プログラム(約15分間) トレーニング度★★★

**30秒 ウォームアップ** 刺激のテンポが次第に加速します。

**4分 トレーニング** 刺激のあいだに休止をはさみます。

**1分 コンディショニング** リズミカルな刺激を繰り返します。

**4分 トレーニング**

**1分 コンディショニング**

**4分 トレーニング**

**30秒 クールダウン** 刺激のテンポが次第に減速します。

•ウォーキング・プログラム(約20分間) トレーニング度★★☆

**3分 1. 軽快なリズムで歩こう**

**30秒** インターバル

**3分 2. 大股歩きでゆっくり歩こう**

**3分 3. 少しスピードアップしてみよう**

**30秒** インターバル

**3分 4. 上り坂を上ってみよう**

**3分 5. 下り坂を軽快に歩こう**

**3分 6. 楽しくスキップしてみよう**

**1分 クールダウン** 刺激のテンポが次第に減速します。

※上記は、プログラムイメージです。

•コンディショニング・プログラム(約12分間) トレーニング度★☆☆

1分 スタート

1分 コンディショニング1 リズミカルな刺激を繰り返します。

30秒 コントロール1

4分 コンディショニング2

30秒 コントロール2

4分 コンディショニング3 刺激が少し強くなります。

1分 フィニッシュ 刺激のテンポが次第に減速します。

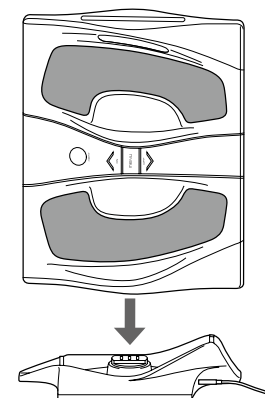
レベルはあまり強くしすぎず、ご自身が心地よいと感じるレベルに調節してご使用ください。特にふくらはぎに使用するときはずりやすいため、少しずつレベルを上げるようにしてください。

## 10 プログラムが終了します。

- 画面が消灯し、自動的に電源が切れます。
- 本体についた汗や水分は、柔らかい布で丁寧に拭き取ってください。

## 11 本体を充電クレードルに差し込みます。

- 本体左側面を下にして差し込んでください。
- 専用ACアダプターが接続されているときは、充電が開始され、画面の充電アイコン(🔋)が点灯します。



### トレーニングのあとは

- 疲労しているため、休養と適切な食事(特にたんぱく質の摂取)を心がけてください。

# 使用する(つづき)

## ふくらはぎに使用する

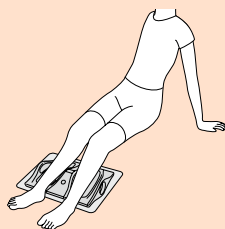
床などに座って使います。

(アプローチ部位：ふくらはぎ)

ふくらはぎには、コンディショニング・プログラムのみ使用できます。

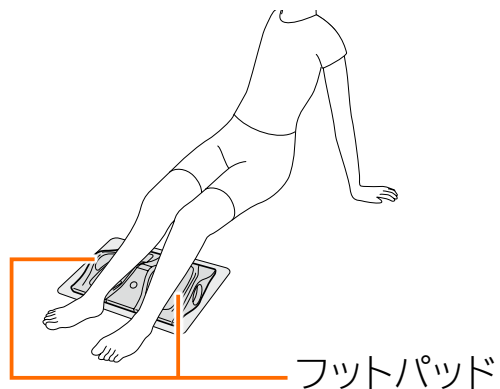
使いかたは、下記の手順4、5以外は足裏に使用する場合と同じです。17～23ページをご覧ください。

※ふくらはぎは肌が乾燥しやすいため、足裏よりも電気刺激を感じにくい場合があります。



## 4 床などに足を伸ばして座り(長座)、フットパッドに両脚を置き、ふくらはぎをしっかりと密着させます。

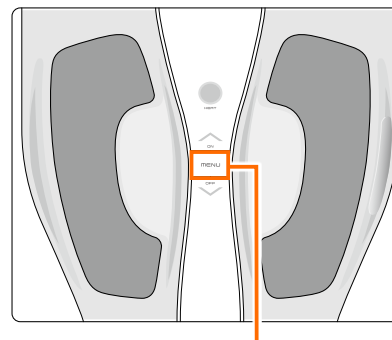
- フットパッドで両脚が検知されると、レベル表示が「00」になります。



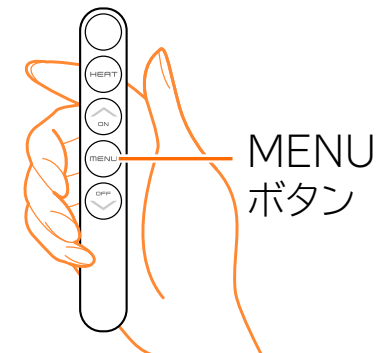
- 腰などを痛めないように、無理のない姿勢で、自然に脚を伸ばした状態でご使用ください。

## 5 MENUボタンを押して、Conditioningを選びます。

- Conditioning (コンディショニング) プログラムは、リズムカルな刺激でトレーニング前後の筋肉を整えます。



MENUボタン



- トレーニング前後や、歩き疲れたなどの一日の終わりにご使用ください(1日1～2回程度のご使用までとしてください)。

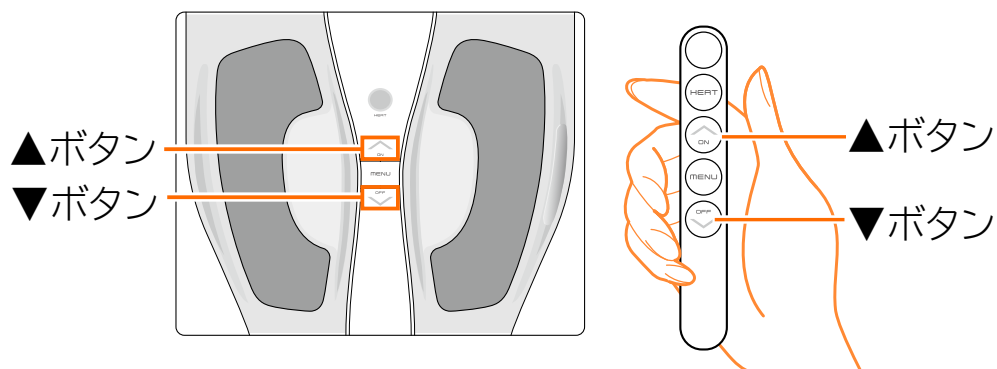


- コンディショニング以外のプログラムは、脚がつるおそれがあるため、ふくらはぎには使用しないでください。



## プログラムを一時停止する

▲ボタンと▼ボタンを同時に押します。

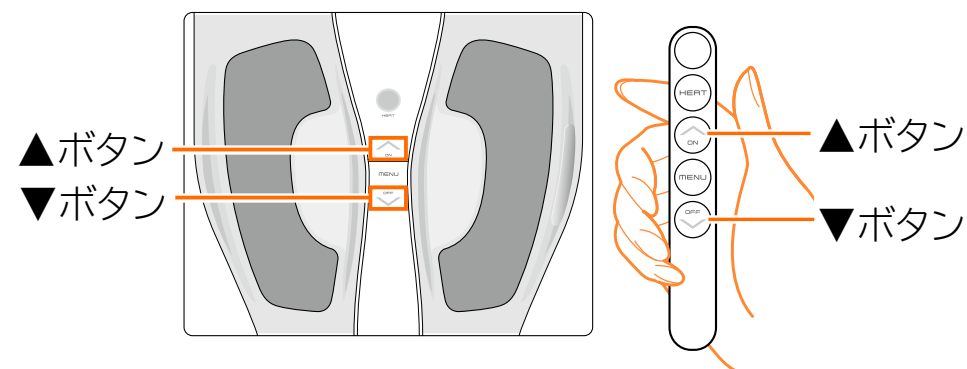


- プログラムが一時停止し、画面に一時停止アイコン (⏸) が表示されます。
- 両足 (脚) をフットパッドに置いているときのみ操作できます。
- 一時停止中は、残り時間表示が点滅します。



## 一時停止したプログラムを再開する

再度、▲ボタンと▼ボタンを同時に押します。

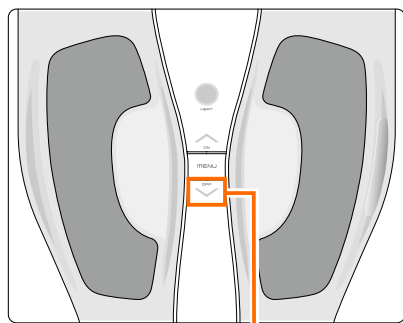


- プログラムが一時停止した続きから再開します。
- 両足 (脚) をフットパッドに置いているときのみ操作できます。
- 一時停止後、プログラムが再開されない状態が約30分続くと、画面が消灯し、電源が切れます。▲ボタンと▼ボタンを同時に押してもプログラムは再開しません。

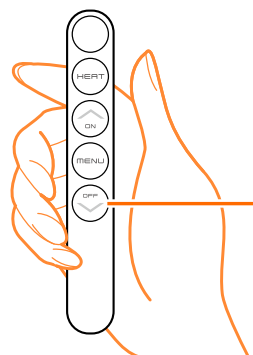
# 使用する(つづき)

## プログラムを途中で終了する

▼ボタンを長押しします。



▼ボタンを長押し

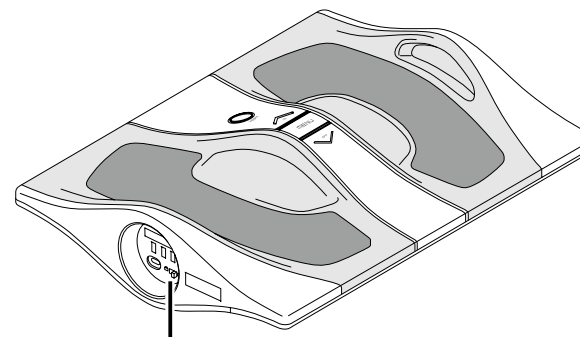


▼ボタンを  
長押し

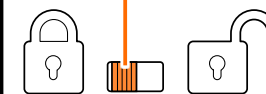
- プログラムが終了します。画面が消灯し、電源が切れます。
- 途中で終了した場合は、途中から再開はできません。
- 途中で終了した場合は、当日もう1回使用しても問題ありません。







## 電源の誤操作を防ぐために (チャイルドロック)

本品を使用しないときに、お子様のいたずらなどで誤って電源が入ることを防止できます。









チャイルドロック  
スイッチ



- チャイルドロックスイッチが   (左位置) になっていると、電源は入りません。
- 電源が入っているときに   (左位置) にすると、画面が消灯します。



チャイルドロック中はBluetooth 電波を受発信しません。

- 病院などの無線機器の使用が禁止された区域では、チャイルドロックスイッチを   (左位置) にしてください。
- アプリを使用している場合は使用結果を正しく反映させるため、プログラム使用後約15分経ってからチャイルドロックスイッチを   (左位置) にしてください。

# ご使用後は(本品のお手入れ・保管)

## 本品のお手入れ

お手入れの際は、以下の点にご注意ください。

- お手入れは、専用ACアダプターを接続先(充電クレードルまたは本体)とコンセントから抜き、チャイルドロックスイッチを  (左位置) にしてから行ってください。電源が入ったままお手入れをすると、刺激などを受ける場合があります。
- 本品は水洗いしないでください。
- シンナー・ベンジン・アルコール・除光液・熱湯などでは、拭かないでください。変形や割れなどのおそれがあります。
- 本体、専用ACアダプター、充電クレードルの端子部は直接手で触れないでください。

### ■本体

#### 日常のお手入れ

- 本体に付いた指紋などの汚れは柔らかい布で拭き取ってください。
- フットパッドの汗や汚れは、アルコールを含まないウェットティッシュや水で濡らして固く絞った布で拭き取ってください。



#### 汚れた場合は

- ぬるま湯で3～5%に希釈した中性洗剤に柔らかい布をひたし、よく絞ってから表面の汚れを丁寧に拭き取ります。
- 水で濡らした布をよく絞り、洗剤を拭き取ります。
- 風通しの良い日陰で自然乾燥させます。
- 天然木部分は、乾拭き以外でお手入れしないでください。天然木の反りや、本体の変形のおそれがあります。

### ■充電クレードル

- 水分がかからないようにご注意ください。
- 汚れは乾いた柔らかい布で拭き取ってください。

## 保管時のご注意

- 使用しないときは、本体につまづいてケガをしないよう、充電クレードルに格納するか、安全な場所で保管してください。
- 本体を充電クレードルに格納しないときなど、お子様のいたずらや誤動作を防ぎたい際は、チャイルドロックスイッチを  (左位置) にした状態で保管してください。
- 暖房器具の近くに放置しないでください。天然木の反りや、本体の変形のおそれがあります。
- 高温・多湿の場所(車中など)を避け、直射日光の当たらないところで保管してください。
- ほこりが多い場所での保管はしないでください。
- 火気の近くで保管しないでください。
- 長期間使用しない場合は
  - 本体をフル充電してから保管してください。また3か月ごとを目安に本品を動作させて、再度充電してください。内蔵充電電池は未使用時も少しずつ放電しているため、長期間充電しないでおくと過放電が起こり、充電ができなくなることがあります。
  - リモコンから電池を取り外して保管してください。

## 本品を廃棄する場合は

- 各自治体が指定している廃棄方法に従ってください。
- 本品はリチウムイオン電池を使用しています。本品に使用しているリチウムイオン電池はリサイクル可能な貴重な資源です。各自治体の指定に従って廃棄してください。



Li-ion 20

# お知らせ

## 本品のBluetooth機能使用上の注意

- 本品のBluetooth機能は、日本国内規格に準拠し、認証を取得しています。本品を改造したり、本品記載の認証番号を消したりしないでください。電波法に抵触するおそれがあります。
- 本品の使用周波数は2.4GHz帯です。この周波数帯では、電子レンジや他の産業・科学・医療用機器以外にも、他の同種無線局、工場の製造ライン等で使用される免許を要する移動体識別用構内無線局、免許を要しない特定の小電力無線局、アマチュア無線局等（以下「他の無線局」と表記します）が運用されています。
  1. 本品を使用する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。
  2. 万一、本品と「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合には、本品の使用場所を速やかに変えるか、または本品の運用を停止（電波の発射を停止）してください。
  3. 不明な点やその他お困りのことが起きた場合は、(株)MTG お客様相談室までお問い合わせください。
- この無線機器は2.4GHz帯を使用します。変調方式としてFH-SS変調方式を採用し、与干渉距離は10mです。

2.4FH1

- 無線通信時のセキュリティとして、弊社独自仕様のセキュリティ機能を施しておりますが、使用環境および設定内容によってはセキュリティが十分満たされない場合があります。Bluetoothによるデータ通信を行う際はご注意ください。
- Bluetooth通信時に発生したデータおよび情報の漏洩につきましては、当社では責任を負いかねます。あらかじめご了承ください。
- 通信中はICカードなど他の通信媒体や金属、磁石など磁界を発生させるものを、近づけないでください。故障やデータ破損の原因になります。
- 本品を使用する前に、スマートフォンの取扱説明書をよくお読みください。
- 利用可能なチャンネルは国により異なります。ご利用の国によっては、Bluetooth機能の使用が制限されている場合があります。その国／地域の法規制などの条件を確認の上、ご利用ください。

- 本品はすべてのスマートフォンとの接続動作を確認したものではありません。したがって、すべてのスマートフォンとの動作を保証するものではありません。
- Bluetooth®のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc.が所有する登録商標であり、株式会社MTGはこれらのマークをライセンスに基づいて使用しています。







## リモコン用電池の寿命について

- 新品のコイン形リチウム電池（CR1632）を使用した場合は、約12ヶ月使用できます（室温23℃、当社試験条件による）。
  - 低温の環境では、使用可能期間が短くなります。
  - 使用頻度によって、使用可能回数は異なります。
- お買い上げ時の付属コイン電池はお試用のため、通常より消耗が早い場合があります。
- 電池の残量が減ると、リモコンのボタンを押しても操作ができなくなります。本体のボタンで操作が可能な状態で、リモコンで操作ができない場合は新しい電池に交換してください。

## 内蔵充電電池について

- 内蔵充電電池は消耗品です（保証はお買い上げ日から1年間です）。
- 充電しても使用時間が極端に短い場合、内蔵充電電池の寿命の可能性がります。充電可能な回数の目安は約500回です（内蔵充電電池の寿命は使用・保管状況などにより大きく変化します）。
- 内蔵充電電池の交換については(株)MTG お客様相談室にお問い合わせください。ご自身で行うと、故障の原因になります。
- 周囲温度が15～35℃の環境で充電してください。内蔵充電電池の性質上、低温や高温では電池性能が低下したり、充電時間が変化する場合があります。

# 故障かな？と思ったら

状態	考えられる原因	対処法
充電できない	専用ACアダプターのUSBコネクタが充電クレードルまたは本体にしっかり接続されていない。	USBコネクタを奥までしっかり差し込む。
	専用ACアダプターがコンセントに接続されていない。	専用ACアダプターの電源プラグをコンセントにしっかり接続する。
	ヒーターを使用している。	故障ではありません。ヒーター使用中は充電を行わず、電力をヒーターに使用する仕様となっています。
本体の電源が入らない	チャイルドロックスイッチがロックされている。	チャイルドロックスイッチを   (右位置) に動かしてから、▲ボタンを長押し(約2秒以上)する。
	本体の内蔵充電電池の残量がない。	充電する。それでも症状が改善しない場合は、内蔵充電電池の寿命が考えられるため、(株)MTGお客様相談室までご相談ください。
	ボタンを押す時間が短い。	▲ボタンを長押し(約2秒以上)する。
	低温・高温の環境下で使用した。	推奨使用環境温度(15～35℃)で使用する。
リモコンから操作できない	リモコンにコイン電池が入っていない。	新品の電池をリモコンにセットする。
	リモコンのコイン電池の+極、-極が逆に取り付けられている。	正しい向きで電池を入れる。
	リモコンのコイン電池が消耗している。	新品の電池に交換する。
	リモコンに中古のコイン電池を使用している。	新品の電池に交換する。
	リモコンに指定外のコイン電池を使用している。	コイン形リチウム電池(CR1632)1個を使用する。
	本体が工場出荷状態になっている。	チャイルドロックスイッチが   (右位置) になっていることを確認し、本体の▲ボタンを長押し(約2秒以上)する。
	チャイルドロックスイッチがロックされている。	チャイルドロックスイッチを   (右位置) に動かす。
	リモコンのボタンを連打している。	約1秒間隔(目安)でリモコンのボタンを押す。
	本体に同梱しているリモコンを使っていない。	本体に同梱のリモコン以外では操作できません。紛失・故障により新しいリモコンを使用するときは、本体にリモコンを登録してください。詳しくは33ページをご覧ください。
リモコンの絶縁シートが取り外されていない。	絶縁シートをリモコンから引き抜く。	

# 故障かな？と思ったら(つづき)

状態	考えられる原因	対処法
⚠表示が点灯している (肌検知されていない)	靴下やストッキングなどを履いた状態で使用している。	素足の状態で使用する。
	肌にボディクリームなどを塗っている。	拭き取ってから、足を置く。
	両足(脚)をフットパッドに置いていない。	両足(脚)をフットパッドに置く。
	肌が乾燥している。	ヒーターを使用する。または、フットパッドの上に左右1枚ずつ、水で濡らしてしっかり絞った布やアルコールを含まないウェットティッシュを敷いて使用するか、お風呂上がりなど水分量が十分なときに使用する。
	本体の内蔵充電電池の残量がない(□表示が点滅している)。	充電する。それでも症状が改善しない場合は、内蔵充電電池の寿命が考えられるため、(株)MTGお客様相談室までご相談ください。
レベルが上がらない	肌を検知していない(⚠表示が点灯している)。	両足(脚)をフットパッドに置く。
電気刺激が弱い、または 感じない	本体の電源が入っていない。	▲ボタンを長押し(約2秒以上)する。
	プログラムを開始していない。	本体の電源を入れ、両足(脚)をフットパッドに置いたあと、プログラムを選び、▲ボタンを押す。
	レベル設定が低い。	▲ボタンを押し、レベルを上げる。
	本体の内蔵充電電池の残量がない(□表示が点滅している)。	充電する。それでも症状が改善しない場合は、内蔵充電電池の寿命が考えられるため、(株)MTGお客様相談室までご相談ください。
	靴下やストッキングなどを履いた状態で使用している。	素足の状態で使用する。
電気刺激が強い (ピリピリする)	肌が乾燥している。	ヒーターを使用する。または、フットパッドの上に左右1枚ずつ、水で濡らしてしっかり絞った布やアルコールを含まないウェットティッシュを敷いて使用するか、お風呂上がりなど水分量が十分なときに使用する。
	レベル設定が高い。	▼ボタンを押して、レベルを下げる。
	寒く、乾燥した環境で使用している。	使用場所を暖かい環境に変更する(特に冬場などの寒く、乾燥した環境では肌が乾燥しやすくなり、電気刺激をピリピリと感じる原因となる可能性があります)。

状態	考えられる原因	対処法
電気刺激が途中で止まる	本体の内蔵充電電池の残量がない。	充電する。それでも症状が改善しない場合は、内蔵充電電池の寿命が考えられるため、(株)MTG お客様相談室までご相談ください。
	片足(脚)、または両足(脚)がフットパッドから離れた。	足(脚)を置いて、プログラムを再開する(30秒以上足(脚)が離れていた場合は、レベルがリセットされますが、プログラムは中断した続きから再開します)。
ヒーターがつかない(ヒーターアイコン(🔌)が消灯のまま)	充電残量が不足しており、ヒーターがオンにできない(バッテリーアイコン(🔋)が点灯)。	フル充電してから使用する。
	チャイルドロックスイッチがロックされている。	チャイルドロックスイッチを🔒🔴🔓(右位置)に動かす。
	本体が工場出荷状態になっている。	本体の▲ボタンを長押しして、工場出荷状態を解除する。
途中でヒーターが切れる(ヒーターアイコン(🔌)が点滅)	本体の内蔵充電電池の残量が少なくなり、フットパッド内のヒーターがオフになった(バッテリーアイコン(🔋)が点灯)。	ヒーターアイコン(🔌)がゆっくり点滅している場合： 充電残量が少なく、もうすぐヒーターがオフになります。 ※この間に専用ACアダプターを接続すれば、ヒーターをそのまま使用できます。 ヒーターアイコン(🔌)が速く点滅している場合： 充電残量が足りなくなり、ヒーターがオフになりました。 ※速く点滅しているときに専用ACアダプターを接続しても、内部回路保護のためヒーターは再開できません(プログラムは継続できます)。 ※ヒーター使用時は、あらかじめフル充電しておくか、専用ACアダプターを本体に接続して、給電しながら使用することをおすすめします。
	電源オフのまま、ヒーターを約5分間オンにしている。	電源オフ時でもヒーターをオンにできますが、電源オフの状態が約5分続くと、安全のため自動でヒーターがオフになります。
	ヒーターの温度が上がり切らない。	以下を確認してください。 ・使用環境がとても暑い、または寒くありませんか(15℃未満、または35℃以上)？ ・専用ACアダプター以外を接続していませんか？ それでも症状が改善しない場合は、(株)MTG お客様相談室までご相談ください。

# 故障かな？と思ったら(つづき)

状態	考えられる原因	対処法
一時停止ができない、 一時停止後に再開できない	プログラムを開始していない。	一時停止は、両足(脚)をフットパッドに置いてプログラムを開始しているときのみ、一時停止後の再開は、両足(脚)をフットパッドに置いているときのみ有効です。
	両足(脚)をフットパッドに乗せていない。	
コイン電池が液漏れした	コイン電池の+極、-極が逆に取り付けられている。	ただちに使用を中止し、お買い上げの販売店、または(株)MTGお客様相談室に点検をご依頼ください。
	使い切ったコイン電池が取り付けられている。	
本体がシーソーのように カタカタと動かない	筋肉のつき方によっては、筋肉の収縮を感じても、シーソーのようにならないことがあります。	故障ではありません。シーソーのように動かなくても、使用には問題ありません。また、本体が自動でシーソーのように動くわけではありません。
	ふくらはぎで使用している。	故障ではありません。シーソーのような動きは足裏で使用したときのみ起こります。
専用マットを紛失した	—	お手持ちのやわらかい布やヨガマットで代用できます。専用マットの購入については、(株)MTGお客様相談室にご相談ください。
画面に「E1」と表示される	内部回路の異常を検知した。	ただちにフットパッドから足裏(またはふくらはぎ)を離し、使用を中止してください。 電源を入れ直しても「E1」が表示される場合は、(株)MTGお客様相談室までご連絡ください。
画面に「E2」と表示される	使用環境がとても暑い、または寒い。	ただちにフットパッドから足裏(またはふくらはぎ)を離し、使用を中止してください。 推奨使用環境温度(15～35℃)の室温でしばらく経ってから電源を入れ直しても「E2」が表示される場合は、(株)MTGお客様相談室までご連絡ください。
	内部の温度異常を検知した。	ただちにフットパッドから足裏(またはふくらはぎ)を離し、使用を中止してください。 しばらく経ってから電源を入れ直しても「E2」が表示される場合は、(株)MTGお客様相談室までご連絡ください。

その他、異常がある場合はただちに使用を中止し、お買い上げの販売店、または(株)MTGお客様相談室までお問い合わせください。



# リモコンの紛失・故障時は

同梱のリモコンを紛失したときや、リモコンが故障したときは、(株)MTGお客様相談室までお問い合わせください。

新しいリモコンは、以下の手順で本体に登録してください。

- ご購入時は、本体にリモコンが登録されているため、この操作は必要ありません。
- 本体に登録できるリモコンは1台のみです。新しいリモコンを登録したあとに紛失していたリモコンが見つかったも、古いリモコンで本体を操作することはできません。

## 1 本体の▲ボタンを長押しして、電源を入れます。

- 電源が入ると本体の画面が点灯します。

## 2 リモコンの▲ボタンを2秒以上長押しします。

- 画面のすべてのアイコンが約5秒点灯し、登録が完了します。  
リモコンの▼ボタンを長押しして、電源が切れることを確認してください。
- リモコン登録時はフットパッドに足裏(またはふくらはぎ)を乗せないでください。

# 主な仕様

商品名	SIXPAD Foot Fit 3 Heat (シックスパッド フットフィット3 ヒート)
品番	SE-BY
質量	約1460g(※本体のみ)
製品寸法	約360mm × 285mm × 82mm
電源方式	充電池式
使用電池	■ 本体：リチウムイオン充電池 ■ リモコン：コイン形リチウム電池(CR1632) 1個
定格 (ACアダプター)	入力：AC100V 50/60Hz 33VA 出力：DC5V 3A
消費電力	15W(ACアダプター)
推奨使用環境温度	15～35℃
材質	■ 本体：ABS樹脂、ポリカーボネート、熱可塑性エラストマー、PET、金属(リン青銅)、天然木 ■ 本体電極部：合成ゴム(EPDM) ■ リモコン：ABS樹脂、金属(リン青銅) ■ 充電クレードル：ABS樹脂、ポリプロピレン、金属(鋼、リン青銅)、シリコーンゴム ■ 専用マット：熱可塑性エラストマー
同梱品/付属品	■ 同梱品：本体(1)、リモコン(お試用電池セット済)(1)、専用ACアダプター(1)、充電クレードル(1) ■ 付属品：専用マット(1)、取扱説明書(保証書付き)(1)、お試用電池(コイン形リチウム電池(CR1632))(1)
Bluetooth	■ バージョン：Bluetooth Low Energy Ver5.1 ■ 通信方式：2.4GHz band FH-SS ■ 対応プロファイル：Device Information Service / Battery Service(標準規格) ■ 通信距離：約10m
製造元	株式会社MTG(日本) 原産国：中国

※ 本品の性能向上のため、仕様の一部を予告無く変更する場合がありますのでご了承ください。

# 保証・アフターサービス

保証書は、この取扱説明書の裏表紙に記載されております。

## 保証について

保証書は必ず「お買い上げ日、販売店名」などの記入をお確かめになり、内容をよくお読みになったあと、大切に保管してください。

## 保証期間

保証期間はお買い上げ日から1年間です。

※使用中に異常が生じたときは、お買い上げの販売店、または(株)MTGお客様相談室へお問い合わせください。

## 補修用性能部品の最低保有期間

本品の補修用性能部品の最低保有期間は製造打ち切り後5年です。補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

## 修理を依頼されるときは

### ● 保証期間中

お買い上げになってから1年間は保証書記載の内容に基づき無償修理いたします。お買い上げの販売店、または(株)MTGお客様相談室まで保証書をご提示のうえ、ご依頼ください。

### ● 保証期間(1年間)が過ぎているとき

保証期間経過後の修理については、お買い上げの販売店、または(株)MTGお客様相談室までお問い合わせください。お客様のご要望により有償修理いたします。

# 無償修理規定

1. 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、無償修理をさせていただきます(付属品を除く)。

- イ) 無償修理をご依頼になる場合には、お買い上げの販売店に本品と保証書をご持参、ご提示いただきお申しつけください。
- ロ) お買い上げの販売店で無償修理をご依頼できない場合には、(株)MTGお客様相談室にお問い合わせください。

2. 保証期間内でも次の場合には有償修理になります。

- イ) 使用上の誤り及び不当な修理や分解・改造による故障及び損傷
- ロ) お買い上げ後の輸送、落下などによる故障及び損傷
- ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害などによる故障及び損傷
- ニ) 車両、船舶などに搭載された場合の故障及び損傷
- ホ) 保証書の提示がない場合
- ヘ) 保証書にお買い上げ年月日、お客様のお名前、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合
- ト) 取扱説明書に記載されていない方法で使用した場合の故障及び損傷
- チ) 使用後のお手入れを怠ったことによる故障及び損傷
- リ) 一般家庭以外(例えば業務用など)で使用された場合の故障及び損傷

3. 保証書は購入した国・地域においてのみ有効です。

4. 保証書は再発行いたしませんので大切に保管してください。

※お客様にご記入いただきました保証書記載の個人情報(お名前、ご住所、電話番号)は保証期間内のサービス活動、及びその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。

※保証書は明示した期間、条件のもとにおいて無償修理をお約束するものです。従ってこの保証書によって、保証書を発行している者(保証責任者)、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。


Webでも取扱説明書をご覧ください。



株式会社MTG  
〒453-0041  
愛知県名古屋市中村区本陣通4丁目13番 MTG 第2HIKARIビル  
<https://www.mtg.gr.jp>

#### **[お客様相談室]**

MTG製品のお問い合わせ・取り扱い方法・その他ご不明な点は下記までお問い合わせください。

 **0120-315-765**

● ご相談窓口における個人情報のお取り扱い

(株)MTGは、ご相談への対応や修理、その確認などのために、お客様の個人情報やご相談内容を記録に残すことがあります。また、個人情報は適切に管理し、修理業務などを委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に提供しません。