

Smart Body Analyzer

体重と体脂肪率 - 心拍数 - 空気質 - 日次レポート
インストールと操作説明書



ユーザーガイド著作権

このユーザーガイドは、知的財産法および著作権によって保護されています。Withings から事前に承諾を得ずに任意の複製、修正、表現および/または出版を行うことは、厳しく禁止されます。このユーザー・ガイドの印刷は個人での利用目的のみ認められます。お問い合わせは Withings まで <https://support.withings.com/hc/ja/requests/new> からお寄せください。

安全についてのご注意

あなたはSmart Body Analyzerを使用することで、当社ウェブサイト上で公開されている Withings のサービス条件に明示的にご同意いただいたとみなします。

この製品は医療機器ではありません。病状の診断や治療の目的では使用しないでください。

ペースメーカーあるいは体内に他の医療機器を装着している方はこの製品を使用しないでください。

使用と保管方法

- ・ 製品の使用は5°Cから35°C(41°Fから95°F)の範囲、かつ相対湿度30%から80%の間で行ってください。
- ・ 使用していないときは、製品を-10°Cから50°C(14°Fから122°F)の間で、かつ相対湿度 10%から90%の間の、清潔で乾燥した場所に保管してください。
- ・ この製品は、おもちゃではありません。お子様が製品で遊ばないようにしてください。
- ・ この機器は屋内での使用のみを想定し設計されています。
- ・ 液体が機器に触れないようにしてください。
- ・ 洗剤あるいはクリーナーをお手入れに使用しないでください。体重および心拍数の測定に使用される電極を保護するコーティングに、修復不能な損害をもたらすおそれがあります。

ロケーション

- ・ バッテリーに影響する可能性があるため、湿度が高すぎる場所でSmart Body Analyzer を使用しないでください。
- ・ カーペットにSmart Body Analyzer を置く際は、カーペット用カバーを必ず使用してください。

個人データ

- ・ 私たちのウェブサイト上で公開されている個人情報保護方針を必ずお読みください。
- ・ Withingsアカウント・パスワードはあなたのアカウントへの不正アクセスを防止できるよう十分強力なものにしてください。パスワードは最低8文字以上の長さで設定し、大文字と小文字を両方使い、英数字と特殊文字も使用してください。

- ・ データは定期的にお使いのコンピューターのローカル保存領域にエクスポートすることを推奨します。Withings Health Mate [ウェブインターフェース](#)から「Measurement(測定)」の表をクリックし、エクスポートしたいデータに対応するタブを選択し、ダウンロードのクリックにより、エクスポートが実行できます。

Smart Body Analyzerで取得できるデータについての詳細は、[23ページの「概要」ページの「データを取得する」](#)をご覧ください。

サービスとメンテナンス

- ・ Smart Body Analyzer の修理や改造をご自分で行わないでください。このユーザー・ガイドに掲載されていないサービスやメンテナンスは、専門家に依頼してください。
- ・ 問題が発生した場合は、お気軽にカスタマーサービス <https://support.withings.com/hc/ja/requests/new> までお問い合わせください。

目次

ユーザーガイド著作権	2
安全についてのご注意	2
使用と保管方法	2
ロケーション	2
個人データ	2
サービスとメンテナンス	3
最低要件	6
インターネット・アクセス	6
スマートフォンまたは端末	6
OS バージョン	6
Withings Health Mate アプリバージョン	6
Smart Body Analyzer 製品説明	7
概要	7
キット内容	7
製品説明	8
スケール画面説明	8
Smart Body Analyzerのセットアップ	9
Withings Health Mate アプリのセットアップ	9
Smart Body Analyzer のインストール	9
Smart Body Analyzerのカスタマイズ	15
Smart Body Analyzer の構成を変更する	15
Smart Body Analyzer の設定を変更する	17
Smart Body Analyzer を使うには	23
体重のトラッキング	23
心拍数のトラッキング	27
室内の空気質のトラッキング	27
天候の表示	29
アカウントをパートナー・アプリにリンクする	30
アカウントをMyFitnessPal にリンク	30

データの同期	31
Smart Body Analyzer のアカウントの接続を解除する	32
Smart Body Analyzer を工場出荷時にリセットする.....	34
お手入れとメンテナンス.....	35
Smart Body Analyzer のお手入れ.....	35
バッテリー交換	35
カーペット用カバーをつける.....	36
Smart Body Analyzer の更新.....	37
技術仕様.....	39
体重.....	39
ボディマス指数(BMI)	39
体脂肪率.....	39
心拍数	39
CO2 レベル.....	39
温度.....	39
仕様.....	40
ドキュメントリリース概要	42
保証.....	43
規制関連声明	44

最低要件

インターネット・アクセス

次の機能の利用にはインターネットへのアクセスが必要です:

- ・ Withings Health Mate アプリのダウンロード、
- ・ Smart Body Analyzer アプリのセットアップ、
- ・ ファームウェアバージョンの更新、

詳細は40ページの「仕様」ページの「仕様」をご覧ください。

製品の機能を全てご活用いただくため、インターネットに接続できる機器でこのアプリをご使用いただくことを推奨します。

スマートフォンまたは端末

- ・ Smart Body Analyzer アプリのセットアップ、
- ・ Smart Body Analyzer からのデータ取得、
- ・ Smart Body Analyzer の機能を利用する

Smart Body Analyzer をインストールするには、BLE (Bluetooth Low Energy)対応端末が必要です。

詳細は40ページの「仕様」ページの「仕様」をご覧ください。

OS バージョン

Withings Health Mate アプリバージョン

最新の機能をすべてご活用いただくため、Withings Health Mate アプリ・バージョンを常に最新版に維持することを推奨します。

Smart Body Analyzer 製品説明

概要

Smart Body Analyzerでは、体重のトラッキングと、エクササイズの進捗モニタリングを手軽に行えます。さらに体重だけでなく、ボディマス指数 (BMI) を算出し、体重に関連するリスクについてのデータも表示します。また、体脂肪率を生体電気インピーダンスによって計算し身体の組成を知ることができます。

Smart Body Analyzer にはこの他にも多くの機能があります。心拍数の測定や、温度および室内のCO2レベル検出なども行えます(スケール中央のボタンを押すことで手軽に表示できます)。さらにWeather画面をオンにすれば、体重測定のたびに毎日の天気予報が取得できます。

Smart Body Analyzer スケールはインターネット接続を行うため、Withings Health Mate アプリとあわせてご使用いただくことで、最大限にご活用いただけます。Withings Health Mate アプリは、スケールの最初のインストール機能に加え、ディスプレイをカスタマイズし、目標体重を設定したり、体重データの全履歴のチェックを行えます。

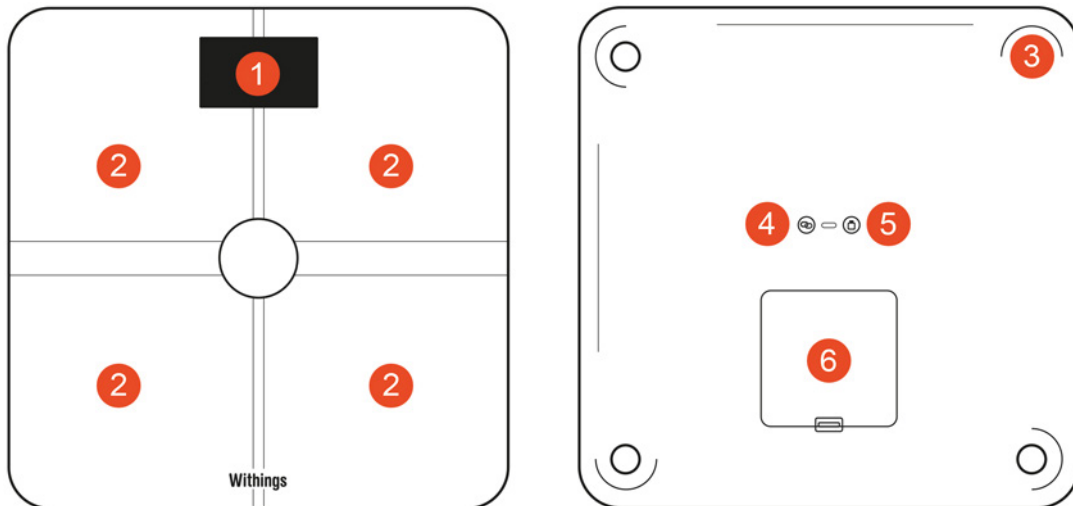
アプリ内での活動トラッキング機能および数多くのパートナー・アプリとの接続により、Withings Health Mate アプリは、活動をトラッキングするとともに、カロリーバランスのチェックも支援し、より速く目標体重に到達できるようあなたをお手伝いします。

キット内容



- (1) Smart Body Analyzer (2) カーペット用カバー (3) 電池(すでに製品に挿入されています)
- (4) クイックスタートガイド

製品説明



- (1) ディスプレイ (2) 電極 (3) 空気質測定ボタン
(4) 脚 (5) ペアリングボタン (6) ユニット・ボタン
(7) 電池ケース

スケール画面説明

Smart Body Analyzerに表示する画面の種類を選択できます:

- ・ 体重:体重を表示します。この画面はオフにはできません。
- ・ 体脂肪率:身体のうち脂肪が占める割合を表示します。
- ・ Weather¹: その日の天候を表示します。
- ・ 心拍数:心拍数を表示します。
- ・ 空気質: 室温とCO2レベルを表示します。
- ・ 体重トレンド: 最近8回分の体重測定値グラフを表示します。
- ・ 歩数^{1,2}: あなたの前日の歩数を表示します。
- ・ NikeFuel³: 前日にあなたが獲得したNikeFuel 数を表示します。

これらの画面の順序は、Smart Body Analyzer をインストールした後に、オフにすることもカスタマイズすることも可能です。これらの操作を行わない場合は、デフォルト順で表示されます。詳細は[17ページの「画面の順番の変更」](#)ページの「[画面のカスタマイズ](#)」を参照してください。

¹ この画面を使用できるのは、Smart Body Analyzer をWi-Fi でセットアップした場合のみです。

² この画面であなたの歩数を表示するには、Withings トラッカーを使用するか、Withings Health Mate アプリのアプリ内トラッキングを使用する必要があります。Withings トラッカー機器をお持ちでない場合、Withings Health Mate アプリ中のTimelineの一番上の「アクティビティ」ウィジェットをタップし、「[いますぐアクティベート](#)」をタップしてください。その後、モバイル機器であなたの歩数のトラッキングを開始します。

³ この画面でNikeFuels を表示するには、Nike+ アカウントが必要です。

Smart Body Analyzerのセットアップ

Withings Health Mate アプリのセットアップ

Withings Health Mate アプリをまだご利用のモバイル端末にインストールしていない場合は、次の手順に従いインストールを行ってください:

1. 端末のウェブブラウザのURL 入力欄に go.withings.com と入力します。
2. Google play ストアで「Androidアプリ」をタップします
3. 「インストール」をタップします。
4. App Storeで「ダウンロード」をタップします。
5. 「GET」をタップします。
インストールが開始されます。

Smart Body Analyzer のインストール

概要

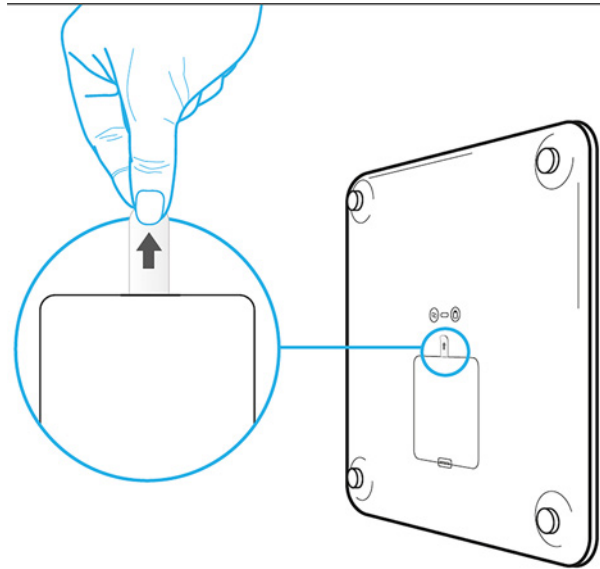
Smart Body Analyzer をWi-Fi を利用してインストールすることで、すべての機能および画面を利用できるようになります。Smart Body Analyzer をBluetooth を利用してインストールした場合、一部の機能および画面のみを利用できます。例えば、Weather 画面および歩数表示画面は、インターネットへのアクセスが必要となるため利用できません。

Smart Body Analyzer のスタイルはいつでも変更できます。詳細は [15ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」](#) ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」を参照してください。

Smart Body Analyzer をあなたのアカウントにインストールすると、アカウントのユーザーすべてがSmart Body Analyzer を使用できるようになります。また、Smart Body Analyzer は様々なアカウントに自由にインストールすることができます。現時点では、1つのスケールに登録できるユーザー数は8件までです。

Smart Body Analyzer のインストール(アカウントをまだお持ちでない場合)

1. Smart Body Analyzer を初めてインストールする場合、電池カバーのタブを引き抜いてください。



2. Withings Health Mate アプリを開きます。
3. 「Withings に参加する」をタップします。
4. 「デバイスをセットアップしています」をタップします。
5. Smart Body Analyzerをタップします。



6. スケールの後ろのペアリングボタンを2秒間押し、「次へ」をタップしてください。
7. インストールしたいSmart Body Analyzer をタップしてください。
Smart Body Analyzer がリストに表示されない場合は、端末のBluetooth 設定を開き、端末とのペアリングを行ってください。ペアリング後、Withings Health Mate アプリに表示されるようになります。

8. 「次へ」をタップします。



9. メールアドレスとパスワードを入力して、次にパスワードを確認してください。「次へ」をタップします。

10. 氏名および誕生日を入力してください。「次へ」をタップします。

11. ジェンダーを選択し、現在の身長および体重を入力して「作成」をタップします。

12. スケールをWi-Fi でインストールするには、次のステップを行なってください:

a. モバイル端末と同じWi-Fiネットワークを使用する場合は「クイックセットアップ」をタップし、別のネットワークを使用する場合は「別のネットワークをセットアップします」をタップします。

b. 「許可」をタップします。

ネットワーク名またはパスワードを変更した場合は、Wi-Fi の構成を更新する必要があります。詳細は15ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」を参照してください。

13. スケールをBluetooth でインストールするには、「Wi-Fi ネットワークを持っていません」をタップします。

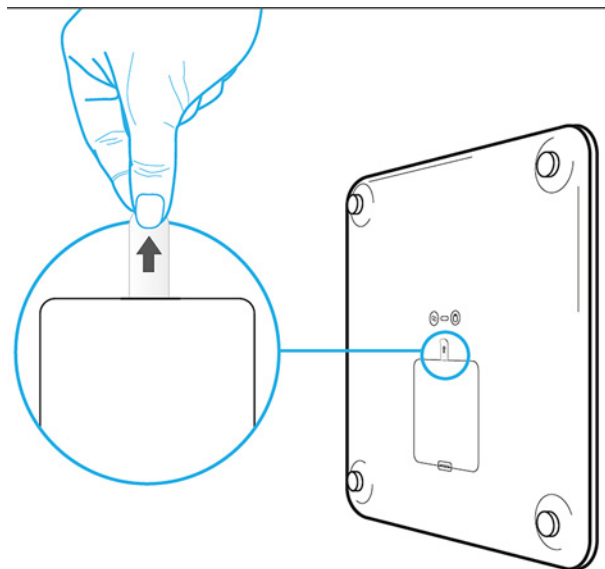
14. 「完了」をタップします。



Withings Health Mate から、目標体重を選択するようプロンプトが表示されます。目標体重を設定したくない場合は、「キャンセル」をタップしてください。あとで目標体重を設定することもできます。詳細は24ページの「目標体重の変更」ページの「目標体重を変更する」を参照してください。

Smart Body Analyzer のインストール(アカウントをすでにお持ちの場合)

1. Smart Body Analyzer を初めてインストールする場合、電池カバーのタブを引き抜いてください。



2. Withings Health Mate を開きます。
3. 「マイデバイス」を開きます。
4. 「+」をタップします。
5. Smart Body Analyzerをタップします。



6. スケールの後ろのペアリングボタンを2秒間押し、「次へ」をタップしてください。
7. インストールしたいSmart Body Analyzer をタップしてください。
Smart Body Analyzer がリストに表示されない場合は、端末のBluetooth 設定を開き、端末とのペアリングを行ってください。ペアリング後、Withings Health Mate アプリに表示されるようになります。
8. 「次へ」をタップします。

9. スケールをWi-Fi でインストールするには、次のステップを行なってください:
 - a. モバイル端末と同じWi-Fiネットワークを使用する場合は「クイックセットアップ」をタップし、別のネットワークを使用する場合は「別のネットワークをセットアップします」をタップします。
 - b. 「許可」をタップします。スケールをWi-Fi でインストールするには、次のステップを行なってください:
ネットワーク名またはパスワードを変更した場合は、Wi-Fi の構成を更新する必要があります。詳細は15ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」を参照してください。
10. スケールをBluetooth でインストールするには、「Wi-Fi ネットワークを持っていません」をタップします。
11. 「完了」をタップします。



Withings Health Mate から、目標体重を選択するようプロンプトが表示されます。

目標体重の選択

目標体重を選択するには、次のステップを行なってください:

1. タップしてから上下にスライドさせて、目標体重を選択します。
2. 「次へ」をタップします。
3. タップしてから上下にスライドさせて、目標体重を達成するまでのペースを選択します。
4. 「OK」をタップします。

Smart Body Analyzerのカスタマイズ

Smart Body Analyzer の構成を変更する

Smart Body Analyzer の構成を変更する必要がある場合：

- ・ 別のWi-Fi ネットワークを使用したい場合、
- ・ Wi-Fi 構成に変更したい場合
- ・ Bluetooth 構成に変更したい場合

構成を変更するには、次のステップを行なってください：

1. Withings Health Mate を開きます。
2. 「マイデバイス」を開きます。
3. Smart Body Analyzerをタップします。
4. 「Wi-Fi Configuration」をタップしてください。



5. スケールの後ろのペアリングボタンを押し、「次へ」をタップしてください。
6. インストールしたいSmart Body Analyzer をタップしてください。
Smart Body Analyzer がリストに表示されない場合は、端末のBluetooth設定を開き、端末とのペアリングを行ってください。ペアリング後、Withings Health Mate アプリに表示されるようになります。

7. 「次へ」をタップします。

キャンセル 接続 次へ

✓
体重計が検索されました。



次へ

8. Wi-Fi による構成に変更する、またはWi-Fi ネットワークを更新する:

a. モバイル端末と同じWi-Fiネットワークを使用する場合は「クイックセットアップ」をタップし、別のネットワークを使用する場合は「別のネットワークをセットアップします」をタップします。

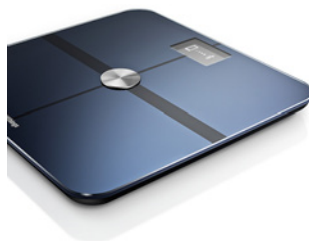
b. 「許可」をタップします。

9. Bluetooth 構成に切り替えるには、「Wi-Fi ネットワークを持っていません」をタップします。

10. 「完了」をタップします。

インストール 閉じる

✓
セットアップが完了しました。



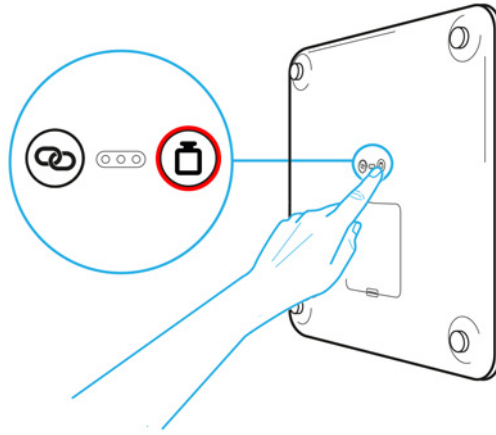
閉じる

Smart Body Analyzer の設定を変更する

体重の単位の変更

体重はキログラム(kg)、ストーン(stlb)、ポンド(lb)の3種類の単位が利用できます。Smart Body Analyzer で単位を変更するには、次のステップを行ってください:

1. Smart Body Analyzer の裏面の単位ボタンを数秒間長押しします。



2. その後、もう一度単位ボタンを押すと単位を変更できます。
スケールの画面で単位が変更されたことを確認してください。
ボタンを押し終えてから数秒後に、単位の変更の確認が表示されます。

温度の単位の変更

Smart Body Analyzer では体重に使用する単位を直接変更できますが、温度の単位(Weather画面および空気質画面で使用)は、Withings Health Mate アプリからのみ変更できます。次のステップに従ってください:

1. Withings Health Mate を開きます。
2. 「設定」を開きます。
3. 「計測単位」をタップします。
4. 使用したい温度の単位を選択します。
この画面から体重の単位も変更できますが、この場合Withings Health Mate アプリのみに単位の変更が反映されます。Smart Body Analyzer の計測単位の変更は、スケール本体からのみ操作できます。
5. 「戻る」ボタンを押して確認します。

画面の順番の変更

Smart Body Analyzer, の各画面の順番は好みに合わせて変更できます。たとえば、「Weather」の画面を先頭に表示するなどです。インストール方法:

1. Withings Health Mate を開きます。
2. 「マイデバイス」を開きます。
3. Smart Body Analyzerをタップします。

4. 「画面のカスタマイズ」をタップします。



5. 画面の順序を変更したいユーザーのプロフィールをタップします。

6. 表示したい画面を選択します:

- 画面を非表示にしたい場合は、左の青い丸印をタップします。
- 画面を表示したい場合は、左の空白の丸印をタップします。



7. 画面の順序を動かしたい場合は、アイコンをタップして長押しし、上下にドラッグします。



8. 「戻る」ボタンをタップして確認します。

9. Smart Body Analyzer とアプリで体重を計測し、データの同期を行うと、変更が確定されま
す。

変更内容は、次回の体重測定から反映されます。

スケールの位置の変更

スケールの位置の設定は、「Weather」画面をオンにした場合、正確な天気予報を取得するために必要となります。位置はIPアドレスに基づいて設定されますが、これは必ずしも正確とは限りません。スケールの自動設定が正確ではない場合は、いつでも変更できます。次のステップに従ってください:

1. Withings Health Mate を開きます。
2. 「マイデバイス」を開きます。
3. Smart Body Analyzerをタップします。
4. 「Location of your scale」をタップしてください。



5. スケールの正確な位置を入力して、「OK」をタップしてください。

体脂肪率と心拍数計測をオフにする

体脂肪率と心拍数計測機能は、オフにすることもできます。妊娠中の方はこれらの機能をオフにすることを推奨します。また、ペースメーカーを使用中の方は必ずこれらの機能をオフにしてください。

体脂肪率と心拍数計測機能をオフにするには、次のステップに従ってください:

1. Withings Health Mate を開きます。
2. 「マイデバイス」をタップします。

3. 「Smart Body Analyzer」をタップします。



4. 「体脂肪率と心拍数計測法」をタップします。



5. 「戻る」ボタンを押して確認します。

「アスリート」モードの使用

アスリートの身体は、様々なタイプがあり、これらにあわせた体脂肪率算出方法が必要となります。週8時間以上運動を行い、心拍数が60 bpmを下回る場合は、「アスリート」モードの使用が必要な場合があります。次のステップに従ってください:

1. Withings Health Mate を開きます。
2. 「プロフィール」を開きます。

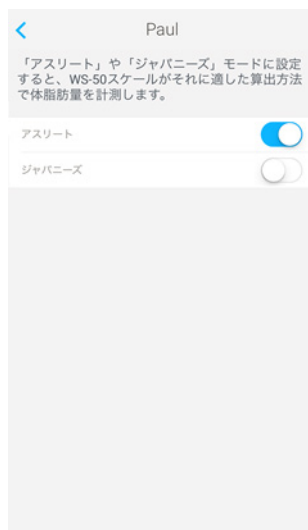
3. ユーザーの名前をタップします。



4. 「詳細設定」をタップします。



5. 「アスリート」をタップします。



6. 「戻る」ボタンを押して確認します。

Smart Body Analyzer を使うには

体重のトラッキング

概要

Smart Body Analyzer では、体重と、ボディマス指数(BMI)のトラッキングを手軽に行えます。また、時間とともに体重がどのように変わったか確認できます。体重とBMIに加えて、さらにフィットネスレベルについてよりよく把握できるよう、体脂肪率のトラッキングも可能になっています。

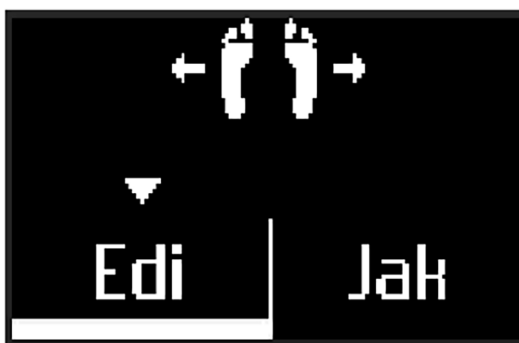
正確な体重測定値を得るため、次の推奨ステップに従ってください:

- ・ 測定の一貫性を維持するため、体重は同じ時間帯に測定するようにしてください。
- ・ スケールの位置を移動させた場合は、測定の前に5秒間待ってください。
- ・ スケールがカーペットの上にある場合は、カーペット用カバーを使用してください。詳細は [36ページの「カーペット用カバーをつける」](#)ページの「カーペット用カバーをつける」を参照してください。

体重測定

Position Control™技術により、正確な体重が、かつてなく手軽に測定できるようになりました。Smart Body Analyzer 上で体重の重さの配分が適切ではない場合、体重を安定させるために、身体を傾げる方向を示す矢印がスケールに表示されます。

複数のユーザーの体重が近似している場合、次の画面が表示されることがあります:



左あるいは右に身体を傾け、あなたの名前を選択してください。

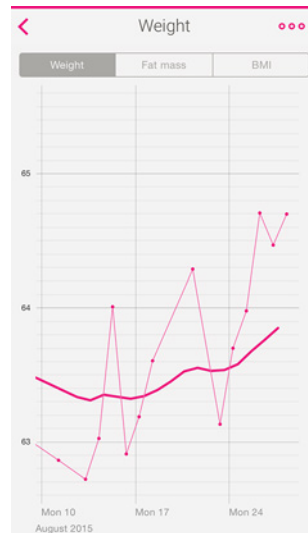
体重測定と同時に体脂肪および/または心拍数計測もあわせて行う場合には、次のことを確かめてください。

- ・ 体脂肪率および心拍数計測の機能がオンになっていること。詳細は [20ページの「体脂肪率と心拍数計測をオフにする」](#)ページの「体脂肪率と心拍数計測をオフにする」を参照してください。
- ・ 体脂肪率画面および/または心拍数計測の表示画面がオンになっていること。詳細は [17ページの「画面の順番の変更」](#)ページの「画面の順序を変更する」を参照してください。
- ・ スケールには、はだしで乗ってください。
- ・ 計測中は、できるだけ動かないようにしてください。
- ・ Smart Body Analyzer があなたを自動で認識します。

体重データの取得

体重を測定すると、即時にスケールの画面に測定した体重の数値が表示されます。「体重の傾向」画面をオンにすると、最新の測定値と以前の測定値との間のデルタおよび最新の8回分の測定値が表示されます。

詳細な体重グラフと全履歴を確認する場合、Withings Health Mate アプリからデータを取得してください。



次のいずれかの操作でグラフを表示することができます:

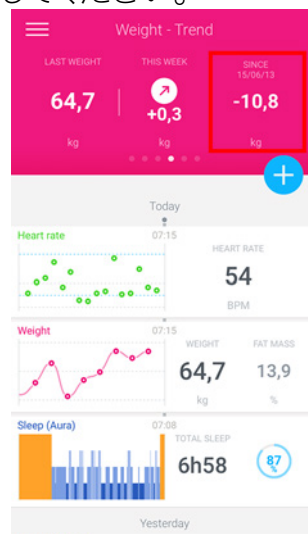
- Timeline の一番上の「体重」ウィジェットをタップしてください。
- Timeline の「体重計測」アイテムをタップしてください。

体重グラフを表示してから、体重のグラフ、体脂肪率のグラフおよびBMI のグラフのタブを交互に切り替えることができます。

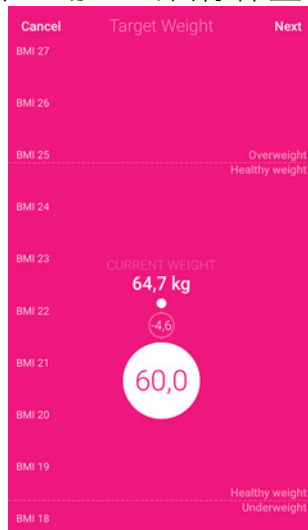
目標体重の変更

目標体重を変更するには、次のステップを行なってください:

1. Withings Health Mate アプリを開きます。
2. 「体重」ウィジェットの右側をタップしてください。

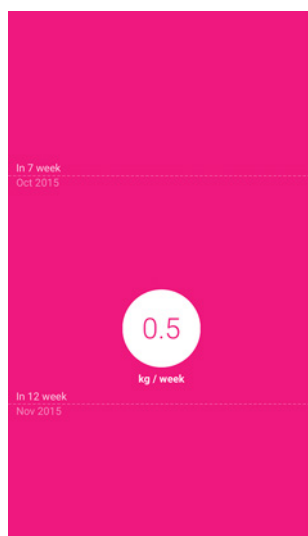


3. スライドをタップしてから、上または下に動かし、目標体重を選択します。



4. 「次へ」をタップします。

5. スライドをタップしてから、上または下に動かし、目標体重を達成するまでのペースを選択します。



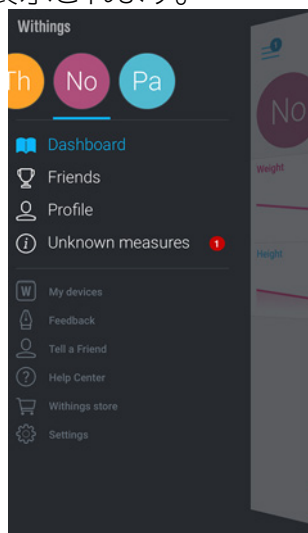
6. OK」をタップします。

ユーザーを認識できなかった測定値の取得

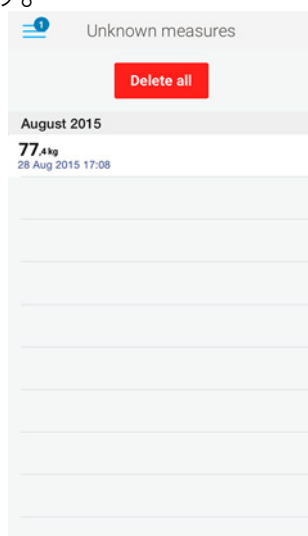
Smart Body Analyzer が体重測定時にあなたをユーザーとして認識できなかった場合、測定した体重は「不明の測定値」として表示されています。これをユーザーのデータとして登録するには、次のステップを行なってください:

1. Withings Health Mate アプリを開きます。

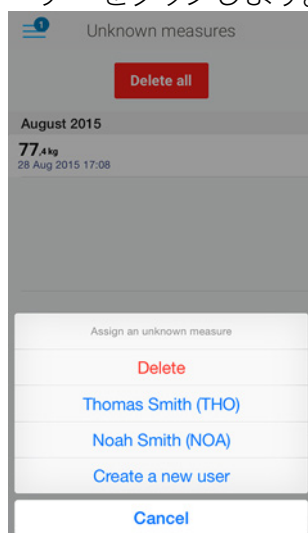
2. 左のメニューで「不明の測定値」が表示されます。



3. 表示されている測定値をタップします。



4. この値を測定値として登録したいユーザーをタップします。



心拍数のトラッキング

概要

この製品は医療機器ではありません。病状の診断や治療、処置、特定の症状予防の目的では使用しないでください。

Smart Body Analyzer では心拍数のトラッキングと、数値が時間とともにどのように変わったか確認することができます。

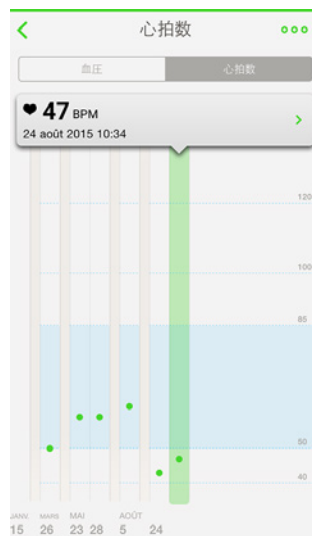
体重測定と同時に心拍数計測も行う場合、次のことを確かめてください：

- ・ 体脂肪率および心拍数計測の機能がオンになっていること。詳細は20ページの「体脂肪率と心拍数計測をオフにする」ページの「体脂肪率と心拍数計測をオフにする」を参照してください。
- ・ 心拍数計測の画面がオンになっていること。詳細は17ページの「画面の順番の変更」ページの「画面の順序を変更する」を参照してください。
- ・ スケールには、はだしで乗ってください。
- ・ 計測中は、できるだけ動かないようにしてください。

心拍数測定データの取得

心拍数を測定すると、即時にスケールの画面に測定した心拍数が表示されます。

詳細な心拍数グラフと全履歴を確認する場合、Withings Health Mate アプリからデータを取得してください。



Timeline で心拍数の計測アイテムをタップすると、グラフが表示されます。

室内の空気質のトラッキング

概要

Smart Body Analyzerでは、温度および室内の空気質をトラッキングすることが可能です。さらに、時間とともにどのように空気の質が変化したかを表示し、例えば、窓を開けて換気の必要があるタイミングを知ることができます。

温度は選んだ単位に応じて、摂氏または華氏で表記されます。詳細は17ページの「温度の単位の変更」ページの「温度の単位を変更する」を参照してください。

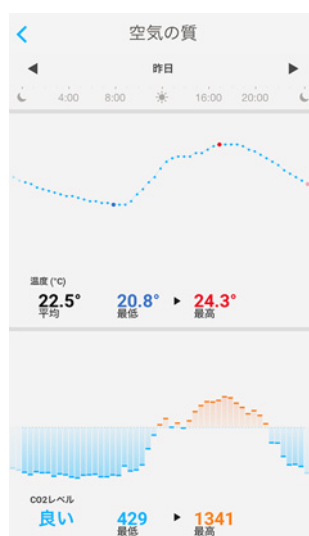
CO2 レベルはパーパーツ・パーミリオン(ppm)で表現されます。この値は、空気質および室内の換気のタイミングのよい指標となります。

- ・ 450 - 1,000 ppm: 良好
- ・ 1,000 - 2,000 ppm: 中程度
- ・ 2,000 - 3,000 ppm: 悪い
- ・ > 3,000 ppm: 非常に悪い

空気質測定値の取得

Smart Body Analyzer の中央のボタンを押すことにより、いつでも室内の温度およびCO2 レベルを表示することができます。

詳細な室内の空気質グラフと全履歴を確認する場合、Withings Health Mate アプリからデータを取得してください。



Timeline の一番上にある「空気質」のウィジェットをタップすると、いつでもこのデータを表示できます。



天候の表示

概要

Smart Body Analyzer では、次に該当する場合、その日の各地域の天気予報を直接チェックできます:

- Smart Body Analyzer をWi-Fiでセットアップしていること。Wi-Fi 構成に切り替える際の手順の詳細は15ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」ページの「Smart Body Analyzer の構成を変更する」を参照してください。
- 「Weather」画面がオンになっていること。詳細は17ページの「画面の順番の変更」ページの「画面の順序を変更する」を参照してください。

天候情報の取得

Smart Body Analyzer では、Weather画面はスケールに乗ってしばらく待つだけで表示されます。

Weather 画面では、午前(午前6:00から午後12:00まで)および午後(午後12:00から午後 9:00まで)を平均した天候および温度に関する情報を提供します。



朝に体重を測ると、その日の天候予測データが表示されます。午後7:00に体重を測ると、翌日の天候予測データが表示されます。

アカウントをパートナー・アプリにリンクする

アカウントをMyFitnessPal にリンク

概要

体重のモニタリングを行う場合、MyFitnessPal などのアプリでカロリー摂取量のモニタリングも合わせて行うことで、目標体重の達成に役立つでしょう。

両方のアカウントをリンクすれば、Withings アカウントで毎日のMyFitnessPal のカロリー摂取量データを取得できます。摂取量データ取得後は、ダッシュボードからMyFitnessPal ウィジェットでカロリーバランスをチェックできます。

MyFitnessPal では、Withings アカウントからも体重とカロリー摂取量データを取得できます。

カロリー消費量は、Withings アクティビティトラッカーあるいはWithings Health Mate アプリのトラッキング機能で収集したアクティビティデータに基づいています。アクティビティのトラッキングは目標体重の達成に非常に役立つ機能です。

MyFitnessPal との接続

MyFitnessPal アカウントにWithings アカウントを接続するには、次のステップを行なってください:

1. Withings Health Mate アプリを開きます。
2. 「プロフィール」をタップします。
3. 「MyFitnessPal」をタップします。
4. 開くをタップします。
5. MyFitnessPalアカウントにログインします。

MyFitnessPal アカウントおよびWithings アカウントの接続は、いつでもプロフィールから取り消せます。

データの同期

Smart Body Analyzer からのデータは自動的に同期されるため、特別な操作は必要ありません。体重データは、計測から数分以内にWithings Health Mate アプリと同期されます。心拍数および空気質データもあわせて同期されます。

Wi-Fi でSmart Body Analyzerをセットアップした場合、次の間隔で空気質データも同期されま

- ・ 最後の測定後から 14時間、その後 14 時間ごと(デフォルト設定)
- ・ 夜間に一度(歩数が増加したか、NikeFuel 画面がオンになった場合)

Bluetooth でSmart Body Analyzer をセットアップした場合、空気質データは、体重を測定した場合のみ同期されます。このため、体重を定期的に測定することが推奨されます。こまめに体重を測定し同期が行われない場合、同期する空気質データの量が大きくなり、残りのデータ取得の際に障害を引き起こすおそれがあります。

Smart Body Analyzer のアカウントの接続を解除する

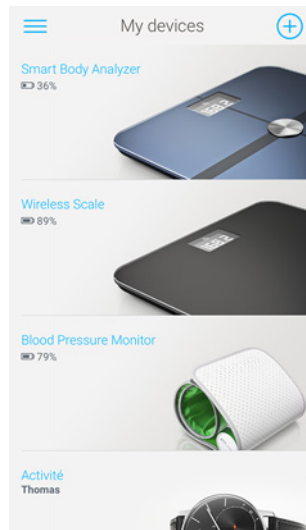
Smart Body Analyzer のアカウントの接続を解除する場合、取り消し操作の前に同期しなかったデータはすべて永久に消去されます。

Smart Body Analyzer のアカウントの接続を解除することで、データを消去できます。

Smart Body Analyzer のアカウントの接続を取り消しても Withings Health Mate アプリから同期したデータは削除されません。

Smart Body Analyzer のアカウントの接続を解除するには、次のステップに従ってください。

1. Withings Health Mate アプリを開きます。
2. 「マイデバイス」を開きます。
3. Smart Body Analyzerをタップします。



4. 「この製品を解除する」をタップします。



5. 「マイアカウントから解除する」をタップします。



6. Smart Body Analyzer を工場出荷時にリセットします。詳細は[34ページの「Smart Body Analyzer を工場出荷時にリセットする」](#)ページの「Smart Body Analyzer 工場出荷時にリセットする」を参照してください。

Smart Body Analyzer を工場出荷時にリセットする

Smart Body Analyzer 工場出荷時にリセットする場合、アカウント接続取り消し操作の前に同期しなかったデータはすべて永久に消去されます。

Smart Body Analyzer 工場出荷時にリセットすることで、保存されたデータを消去できます。工場出荷時リセットを行うことにより、アカウント接続の取り消しが完了します。

Smart Body Analyzer の接続を停止した場合も、Withings Health Mate アプリから情報が削除されることはありません。

1. 端末のBluetooth 設定を開き、Bluetooth デバイスのリストからSmart Body Analyzer を「忘れさせ」ます。
2. 電池を1つ、10秒間外してください。
3. 電池をもとに戻してください。
4. スケールのディスプレイに「Hello」と表示されるまで、20秒間スケールの後ろの2個のボタンを長押ししてください。

ここから、Smart Body Analyzer のインストールプロセスを始めることができます。詳細は[23ページの「Smart Body Analyzer を使うには」](#)ページの「[Smart Body Analyzerのセットアップ](#)」を参照してください。

お手入れとメンテナンス

Smart Body Analyzer のお手入れ

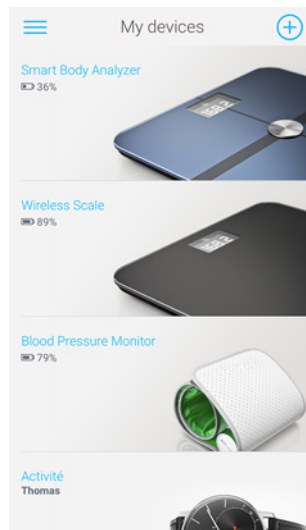
Smart Body Analyzer のお手入れの際は、水で湿らせた布を使用してください。水で汚れが落とせない場合、さらに食酢を使用できます。

洗剤やクリーナーを使用すると、体重および心拍数の測定に使用される電極を保護するコーティングに、修復不能な損害をもたらすおそれがあります。

バッテリー交換

Smart Body Analyzer は4つの標準型単4電池を使用し、8ヶ月間作動します。Smart Body Analyzer のバッテリー残量レベルのチェックは、次のステップに従ってください:

1. Withings Health Mate アプリを開きます。
2. 「マイデバイス」を開きます。
3. Smart Body Analyzerをタップします。



4. 上部のバッテリー残量レベルを確認します。

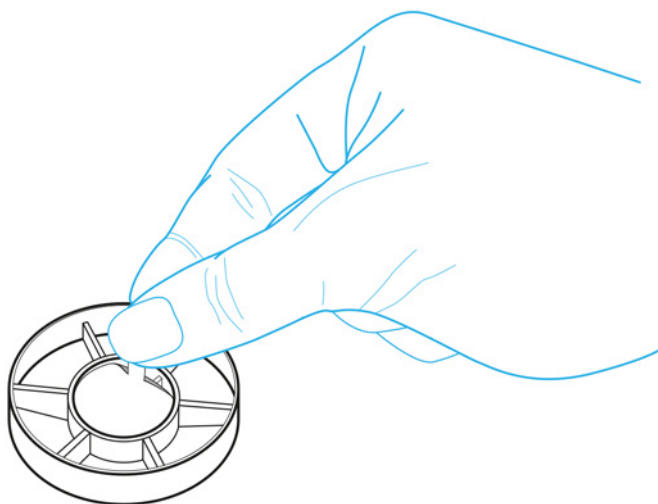


バッテリー・レベルが20% 未満で、同期時に問題が発生している場合、電池を交換することを推奨します。

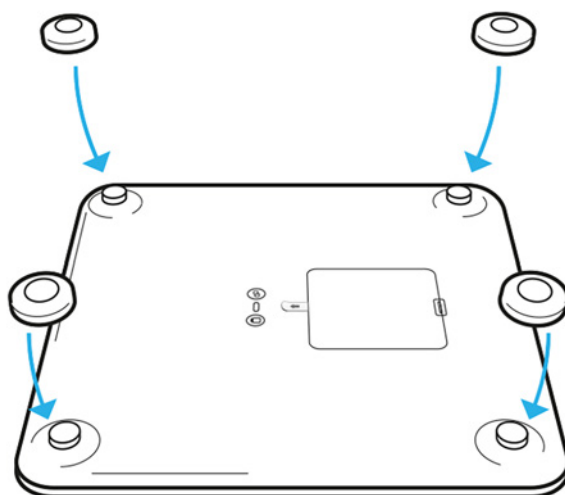
カーペット用カバーをつける

カーペットの上でSmart Body Analyzer を使用している場合、スケールに付属のカーペット用カバーを使用することを推奨します。カバーの付け方:

1. 各カーペット用カバーの下のタブを外してください。



2. Smart Body Analyzer の脚にカーペット用カバーを貼り付けてください。

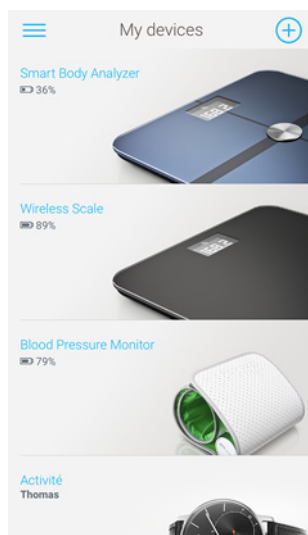


Smart Body Analyzer の更新

製品の最新の機能をご利用いただけるよう、私たちは定期的に新しいファームウェア・バージョンを提供しています。Withings Health Mate は、プロンプトを表示することなく自動的にインストールされます。

また、ファームウェア最新版が利用可能になったかチェックし、お好きなタイミングでインストールすることもできます。次のステップを行なってください:

1. Withings Health Mate アプリで「マイデバイス」を開きます。
2. Smart Body Analyzerをタップします。

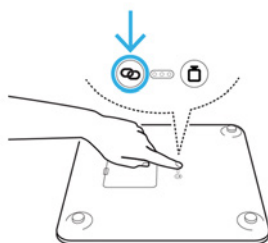


3. 「スケールをアップデートする」をタップします。



4. スケールの後ろのペアリングボタンを押し、「次へ」をタップしてください。

Cancel Connect Next
Please connect your scale



Next

5. アップグレードしたいSmart Body Analyzer をタップしてください。

6. 「アップグレード」をタップします。

7. 亜婦グレードが完了したら「閉じる」をタップします。

注: Smart Body Analyzer の現在のファームウェアバージョンは「マイデバイス」> Smart Body Analyzer。

体重

体重は、Smart Body Analyzer の表面の内側に取り付けられた4つの体重センサーで計測しています。

ボディマス指数(BMI)

ボディマス指数(BMI)は体重と身長に基づいて計算されます。この指数は異常な体重と関連した病気の危険度を評価するため世界保健機構によって採用された国際規格です。

BMI が 18 から25 までの間にある場合、おおむね「正常値」と見なされ、体重に関連する健康上の危険は低いことを意味しています。ただし、BMI はあくまでも指数であり、個人の体型が考慮されていないことに注意してください。

体脂肪率

体脂肪率は、Smart Body Analyzer の表面の内側に取り付けられた電極で生体電気インピーダンスの分析によって測定されます。これらの電極は、体に小さな電流を流し、次に、体からの反応を分析することで、体脂肪率を測定します。

心拍数

Smart Body Analyzer は、特許出願中の心拍数測定技術を使用し、体重計測中に心拍数を測ることができます。

CO2 レベル

Smart Body Analyzer は、CO2センサーで室内のCO2のレベルを測定します。

温度

Smart Body Analyzer は、CO2センサーで室内の温度を測定します。

仕様

Smart Body Analyzer

- ・ 長さ: 325 mm (12.8")
- ・ 幅: 325 mm (12.8")
- ・ 奥行き: 23 mm (0.90")
- ・ 重量: 2.1 kg (4.6 lbs)
- ・ 体重計測範囲: 5 kg - 180 kg (9 lbs - 396 lbs)
- ・ 体重の計測単位: kg, lb, stlb
- ・ 精度: 100 g (3.5 oz)

ディスプレイ

- ・ 6.1 cm x 4.1 cm (2.4" x 1.6")
- ・ 128 x 64 pixel
- ・ バックライト

接続規格

- ・ Wi-Fi 802.11 b/g/n (2,4 GHz のみ)
- ・ Bluetooth / Bluetooth Low Energy (Bluetooth Smart Ready)

センサー

- ・ 体重センサー4基
- ・ Position Control™ テクノロジー搭載
- ・ 温度センサー
- ・ 空気質センサー

測定値

- ・ 体重
- ・ ボディマス指数 (BMI)
- ・ 体脂肪率(標準およびアスリートモード)
- ・ 心拍数
- ・ 室内のCO2レベル
- ・ 室内の温度

電池

- ・ 8か月作動
- ・ 単4電池4本使用

機能

- ・ 自動ユーザー認識
- ・ 天気予報

対応端末

- ・ iPhone 4s 以降
- ・ iPod Touch 第4世代以降
- ・ iPad 第2世代以降
- ・ 乙 Bluetooth Low Energy 対応 Android 端末

対応OS

- ・ iOS 8以上
- ・ Android 4.3 以上

ドキュメントリリース概要

公開日		変更履歴
2016年5月	v1.0	初回リリース

この説明書中のスクリーンショットは説明の目的でのみ使用されています。実際の画面はこの説明書のスクリーンショットと異なる場合があります。

Withings 1年限定保証 - Smart Body Analyzer

Withings は、Withings の公開ガイドラインに従い通常の用途で使用した場合、Withingsブランドのハードウェア製品(「Smart Body Analyzer」)に材質と製造上の欠陥がないことを、エンドユーザーである購入者の当初の購入の日付から起算して1年間(「保証期間」)保証します。Withings の公開ガイドラインは、仕様書、安全のためのご注意あるいはクイックスタートガイドに含まれる情報を含み、またこれらのみには限定されません。Withings では、Smart Body Analyzer の操作が一切中断されないこと、または不具合が発生しないことを保証するものではありません。Withings は、Smart Body Analyzer に関連した指示や手順に従わなかった場合に発生する損害については、一切責任を負いません。

次の各部品は保証の対象外となります:

- ・ 異常な使用または乱用、不注意あるいは注意不足に起因する端末ならびに部品への任意の損傷、あるいは突発損傷(くぼみなど)。
- ・ 任意の種類の間接的損傷。

規制関連声明

FCC ID: XNA-WS-50

この機器は、FCC規則一部 15に適合します。

本機の操作は次の2つの条件に従います: (1) この端末は有害な干渉を引き起こしません。かつ (2) この端末は、望ましくないオペレーションを引き起こしうる干渉を含む、任意の干渉を許容します。

この端末はR&TTE指令に適合しています。EU適合宣言書の内容は、<http://www.withings.com/fr/en/compliance> でオンラインで公開されています。