

# Move ECG

## インストールと操作説明書



# 目次

---

<b>最低要件</b> .....	<b>4</b>
インターネットアクセス.....	4
スマートフォンまたは端末.....	4
OS バージョン.....	4
Health Mateアプリバージョン.....	4
<b>商品説明</b> .....	<b>5</b>
概要.....	5
箱の中身.....	5
<b>ウォッチのセットアップ</b> .....	<b>6</b>
Health Mateアプリのインストール.....	6
ウォッチのインストール.....	6
時間の設定.....	32
ウォッチの着用.....	32
<b>アクティビティのトラッキング</b> .....	<b>39</b>
概要.....	39
進捗の確認.....	40
アクティビティ目標の変更.....	40
水泳セッションのトラッキング.....	41
<b>睡眠のトラッキング</b> .....	<b>42</b>
概要.....	42
睡眠データの取得.....	42
アラームの設定.....	43
<b>マルチスポーツ/接続されGPS</b> .....	<b>46</b>
<b>よりアクティブになるために</b> .....	<b>48</b>
友達と競う.....	48
自分と競う.....	49
<b>データの同期</b> .....	<b>50</b>
<b>ウォッチの分離</b> .....	<b>51</b>

お手入れとメンテナンス.....	53
ウォッチのお手入れ.....	53
バッテリー交換.....	53
リストバンドの交換.....	53
時刻の調整.....	54
ファームウェアバージョンの更新.....	57
ユーザーガイド著作権.....	59
法律上の注意事項.....	59
安全についてのご注意.....	61
使用と保管方法.....	61
耐水性.....	61
サービスとメンテナンス.....	61
仕様.....	62
ドキュメントリリース概要.....	64
保証.....	65
規制関連声明.....	66

## 重要な注意事項

あなたはMove ECG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のサービスご利用規約に明示的にご同意いただいたとみなされます。

## 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:

- ・ Health Mateアプリのダウンロード、
- ・ Move ECG 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[49ページの「仕様」](#)をご覧ください。

### スマートフォンまたは端末

次の機能をご利用いただくには、iOS端末、またはアンドロイド端末 (Bluetooth Low Energy、Wi-Fi、あるいは3G/4G対応)が必要です:

- ・ Move ECG のセットアップ、
- ・ Move ECG からのデータ取得、
- ・ Move ECG の双方向機能の利用、
- ・ 他のユーザー様との交流機能のご利用。

詳細は[49ページの「仕様」](#)をご覧ください。

### OS バージョン

Health Mate アプリをインストールして実行するには、端末にiOS 10(以降)またはアンドロイド6 (以降)が搭載されている必要があります。

Move ECG をインストールしてご利用いただくには、どのような端末でも、BLE (Bluetooth Low Energy)との互換性が必要です。

### Health Mateアプリバージョン

最新の機能をすべてご利用いただくには、Health Mate アプリのバージョンを常に最新に維持することが必要です。

# 商品説明

---

## 概要

Move ECGは、Health Mateアプリを介して心電図(ECG)をオンデマンドで記録し、心房細動(AFib)を検出する世界初のアナログ時計です。AFibは脳卒中の主要な危険因子であることが知られている、不規則な心調律の深刻な形です。心電図を記録するには、ボタンを1回押して、ウォッチの上部にあるステンレス鋼の輪の両側に触れるだけです。

Move ECGには、消費カロリー、ペース、および距離を追跡する機能など、ユーザー様がWithingsに期待される高度なアクティビティと睡眠追跡機能も満載されています。また一方で、Withingsのアクティビティウォッチで初めて、登った階段が高度計で追跡されます。また、Move ECGでは、接続されたGPSによりルートをマッピングでき、さらに、ウォーキング、ランニング、スイミング、そしてサイクリングなど、毎日のアクティビティも自動認識できます。

Move ECGは最大耐水が50メートルで、最長12か月の電池寿命を備え、Health Mateアプリ(iOS & Android)と自動的に同期します。

## 箱の中身

- ・ Move ECG
- ・ CR2430バッテリー(製品に既に挿入されています)
- ・ クイックインストールガイド

バッテリーの交換に関する詳細は、[41ページの「バッテリー交換」](#)をご参照ください。

# ウォッチのセットアップ

---

## Health Mateアプリのインストール

Health Mate アプリがまだ端末にインストールされていない場合、次のステップを行ってください:

1. 端末のウェブブラウザのURL入力欄に [go.withings.com](https://go.withings.com) と入力します。
2. App StoreまたはPlay Storeで「ダウンロード」をタップします。
3. 「Get」をタップします。  
インストールが開始されます。

## ウォッチのインストール

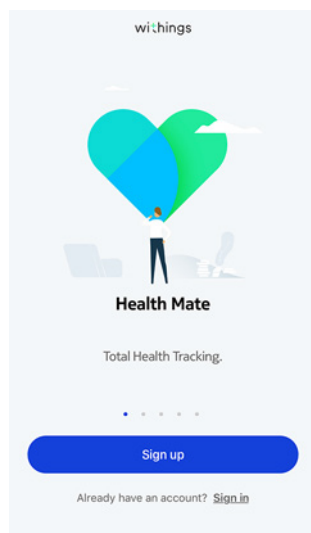
### Health Mateのご利用が初めての方

Health Mateアカウントをまだお持ちでない場合、Move ECGをセットアップしてご利用いただくためのアカウントの作成が必要となります。

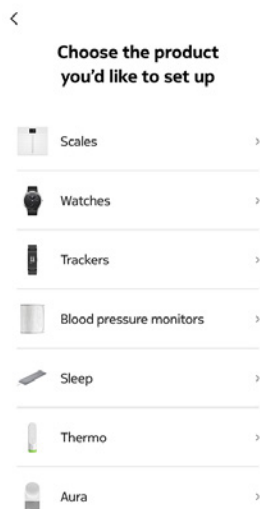
すでにアカウントをお持ちの場合、[16ページの「Health Mateアカウントをすでに持っています」](#)を参照してください。

Move ECG ををインストールするには、次のステップを行ってください:

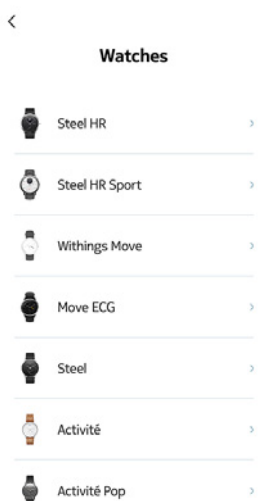
1. Health Mateアプリを開きます。
2. 「サインアップ」をタップします。



3. 「ウォッチ」をタップします。



4. 「Move ECG」をタップします。



5. 「インストール」をタップします。



6. Move ECGのサイドにあるボタンを押して、「次へ」をタップします。

Cancel

**Get started!**  
Press the side button once to wake up  
your watch.



Next

7. Move ECG をモバイル端末に十分近づけてください。

8. 「次へ」をタップします。

Cancel

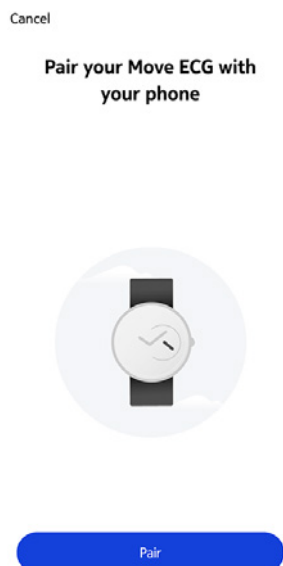
**Move ECG detected**



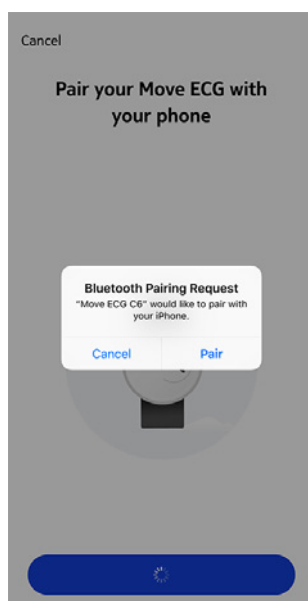
Next



9. 「ペアリング」をタップします。



10. 「ペアリング」をもう一度タップします。



11. 「次へ」をタップします。

Cancel

Connected to your Move ECG



Next

12. 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。
13. 名、姓、誕生日を入力してください。「次へ」をタップします。
14. 性別を選択し、身長と体重を入力してください。「作成」をタップします。
15. ウォッチの針の初期化とMove ECGの更新の間、数秒お待ちください。
16. 自動時間設定中に数秒お待ちください。
17. 針が正しく初期化されている場合は**はい**をタップし、正しい位置になっていない場合は**いいえ**をタップします。

Are the hands well initialized?

Minute and hour hands should be positioned at noon and the motion hand should be positioned to 0%



No

Yes

**いいえ**を選択された場合、針を設定するように促されます。

18. アプリに表示されているホイールを分針が正午になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。

**Set the minute hand to noon**

Twist the dial below to move the hand on your watch.



Next

19. アプリに表示されているホイールを時針が正午になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。

<

**Set the hour hand to noon**

Twist the dial below to move the hand on your watch.



Next

20. アプリに表示されているホイールをアクティビティの針が0%になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。



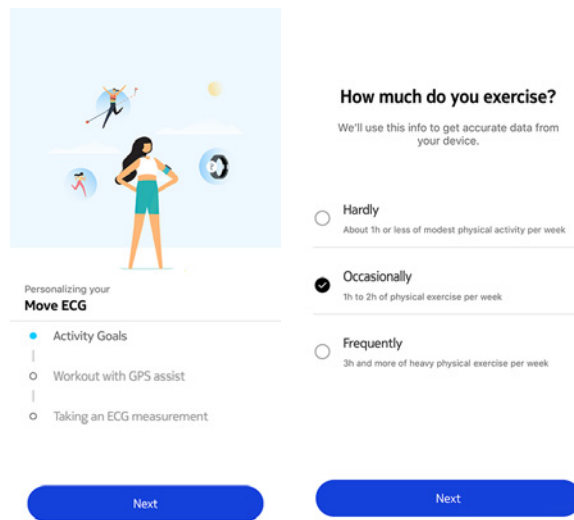
21. 「完了」をタップします。



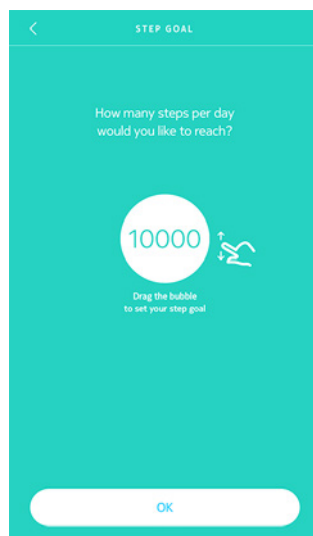
これで、Move ECG の時刻の調整は適切に行われ、ウォッチの針は、現在の時刻を表示する正確な位置に移動します。

22. 「完了」をタップします。

23. 「次へ」を2回タップして、アクティビティの目標を設定します。

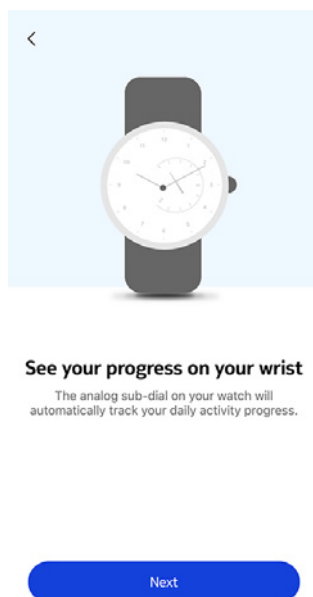


24. 毎日の歩数目標をタップし、上下にスライドさせて目標を設定します

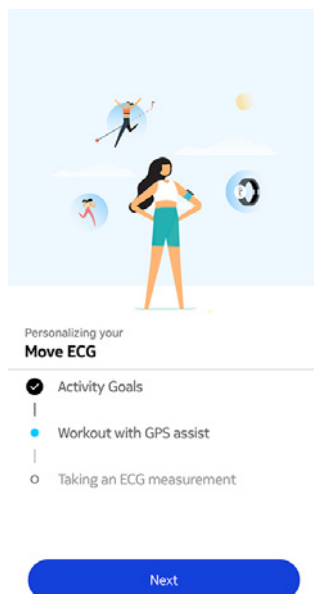


25. 「OK」をタップします。

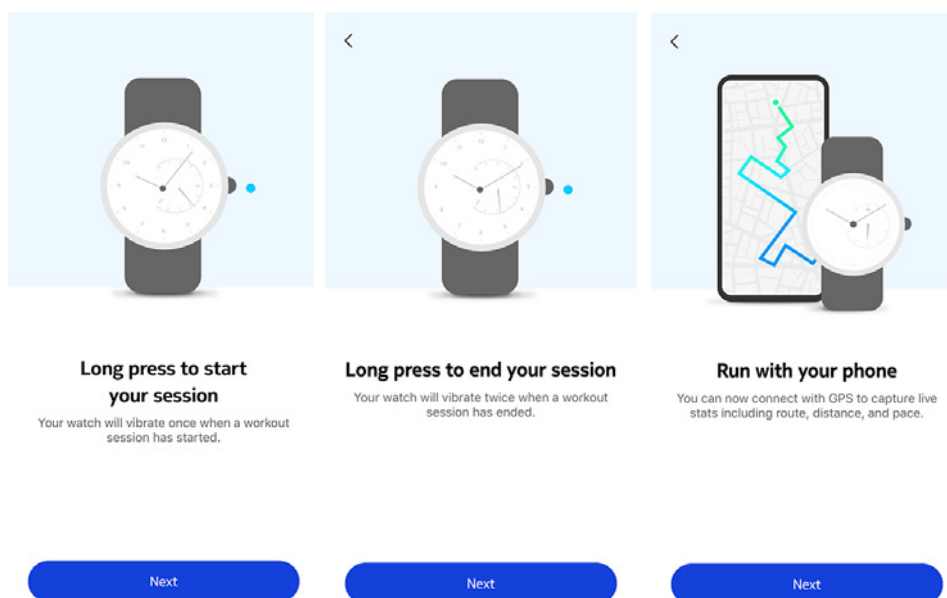
26. 「次へ」をタップします。



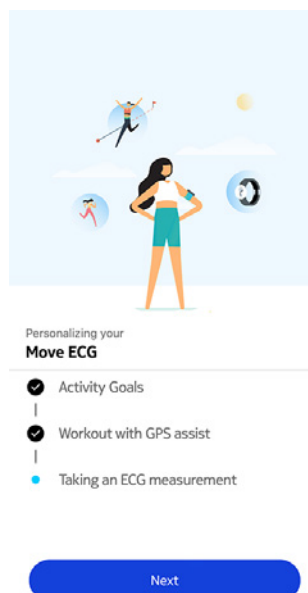
27. 「次へ」をタップして、GPSアシスト機能付きトレーニングを見つけます。



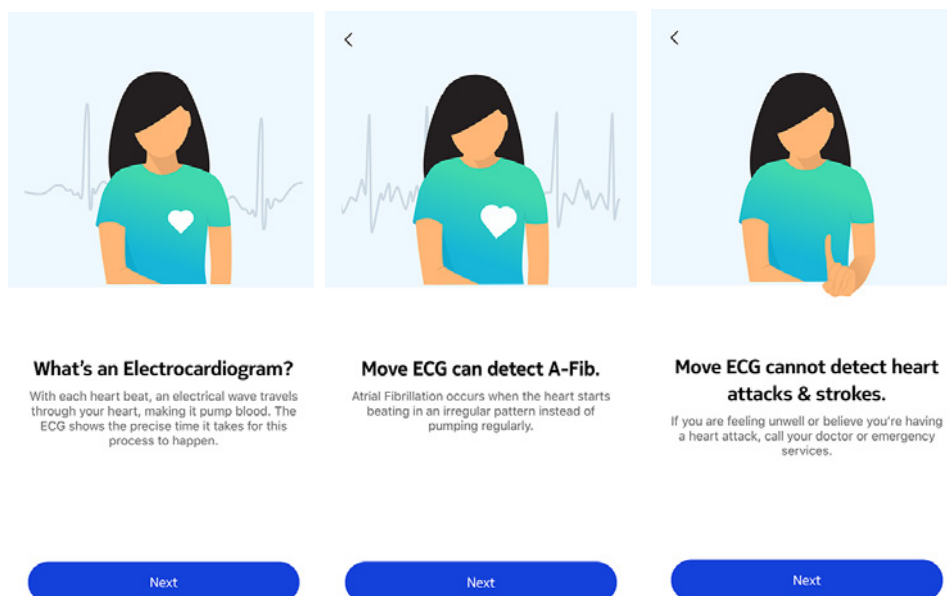
28. 「次へ」を4回タップするとチュートリアルが表示されます。



29. 「次」をタップして心電図測定値を見つけます。



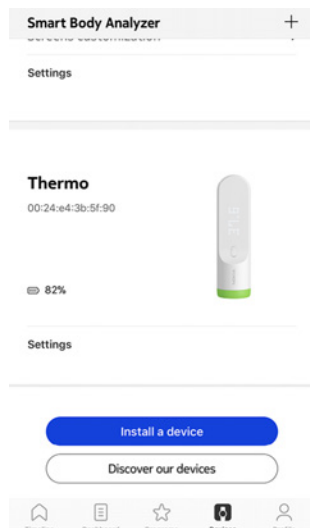
30. 「次へ」を3回タップするとチュートリアルが表示されます。



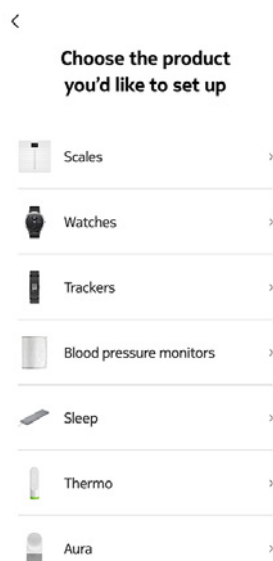
## Health Mateアカウントをすでに持っています

すでにHealth Mateアカウントをお持ちの場合、インストールプロセスを開始することができます。これを行うには、次のステップを行ってください：

1. Health Mateアプリを開きます。
2. 「デバイス」をタップします。
3. 「+」をタップします。

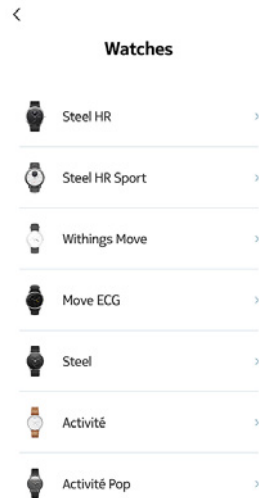


4. 「ウォッチ」をタップします。





5. 「Move ECG」をタップします。



6. 「インストール」をタップします。



7. Move ECGサイドにあるボタンを押して、「次へ」をタップします。

Cancel

**Get started!**

Press the side button once to wake up your watch.



Next

8. Move ECG をモバイル端末に十分近づけてください。

9. 「次へ」をタップします。

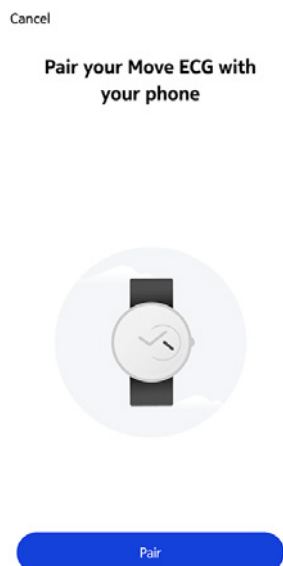
Cancel

**Move ECG detected**

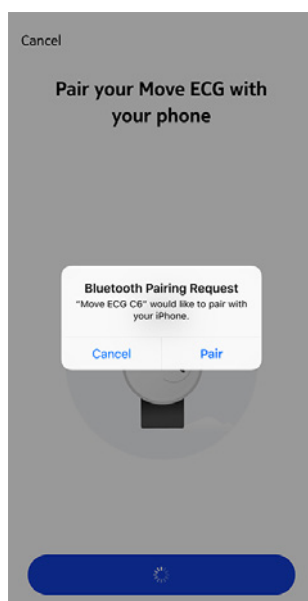


Next

10. 「ペアリング」をタップします。



11. 「ペアリング」をもう一度タップします。



12. 「次へ」をタップします。

Cancel

Connected to your Move ECG



Next

13. Move ECG を利用するユーザーを選択します。

14. ウォッチの針の初期化とMove ECGの更新の間、数秒お待ちください。

15. 自動時間設定中に数秒お待ちください。

16. 針が正しく初期化されている場合は**はい**をタップし、正しい位置になっていない場合は**いいえ**をタップします。

Are the hands well initialized?

Minute and hour hands should be positioned at noon and the motion hand should be positioned to 0%



No

Yes

**いいえ**を選択された場合、針を設定するように促されます。

17. アプリに表示されているホイールを分針が正午になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。

**Set the minute hand to noon**

Twist the dial below to move the hand on your watch.



Next

18. アプリに表示されているホイールを時針が正午になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。

<

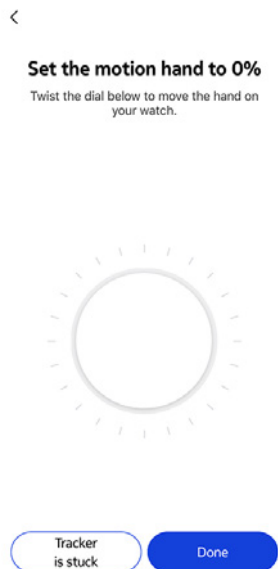
**Set the hour hand to noon**

Twist the dial below to move the hand on your watch.



Next

19. アプリに表示されているホイールをアクティビティの針が0%になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。



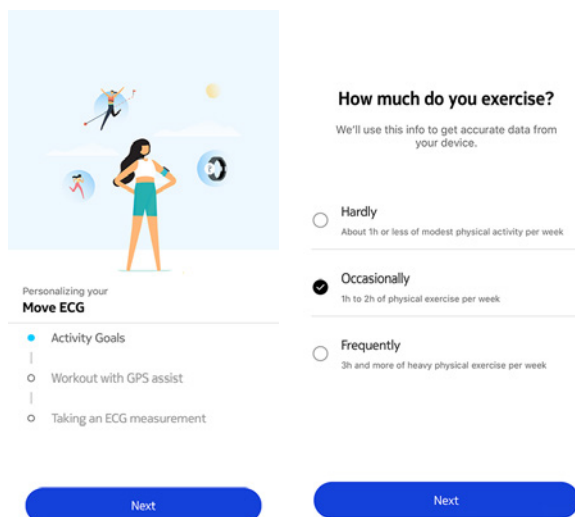
20. 「完了」をタップします。



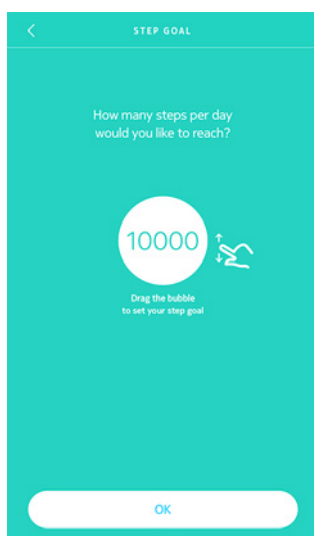
これで、Move ECG の時刻の調整は適切に行われ、ウォッチの針は、現在の時刻を表示する正確な位置に移動します。

21. 「完了」をタップします。

22. 「次へ」を2回タップして、アクティビティの目標を設定します。

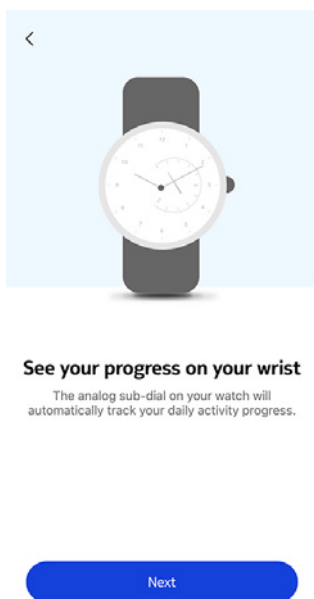


23. 毎日の歩数目標をタップし、上下にスライドさせて目標を設定します

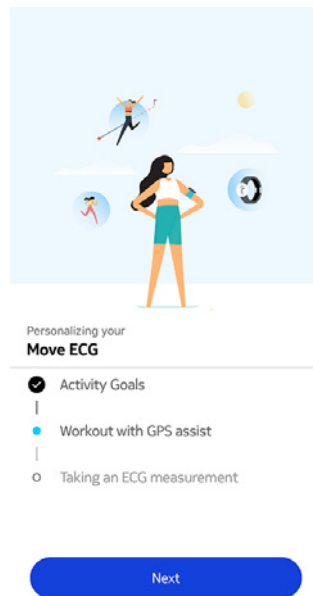


24. 「OK」をタップします。

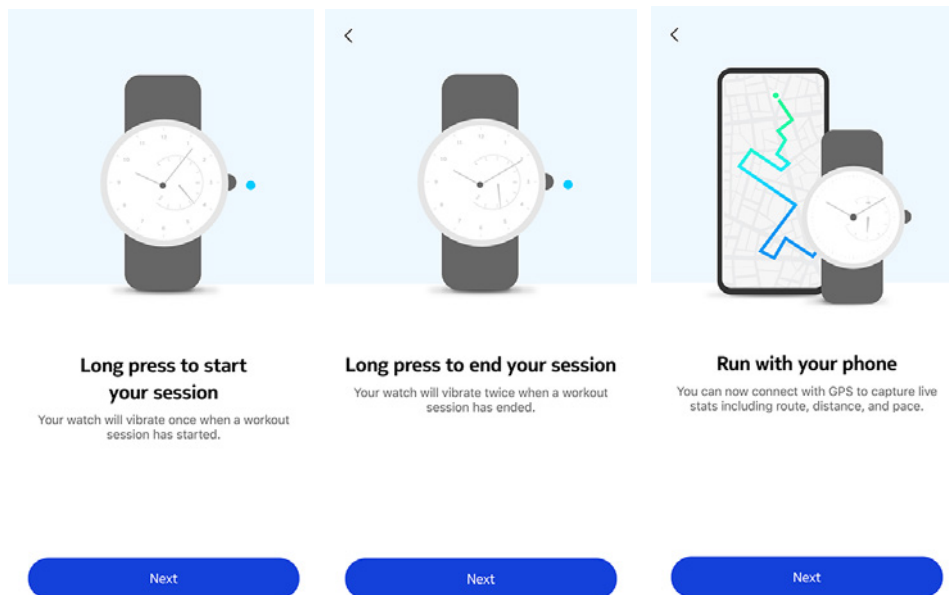
25. 「次へ」をタップします。



26. 「次へ」をタップして、GPSアシスト機能付きトレーニングを見つけます。

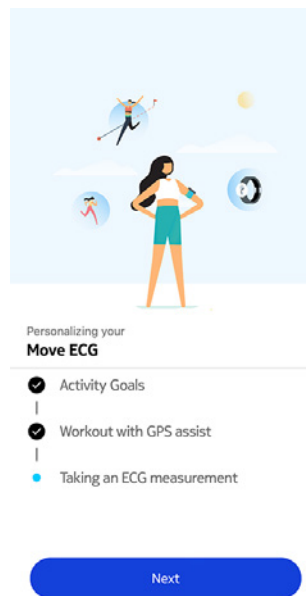


27. 「次へ」を4回タップするとチュートリアルが表示されます。

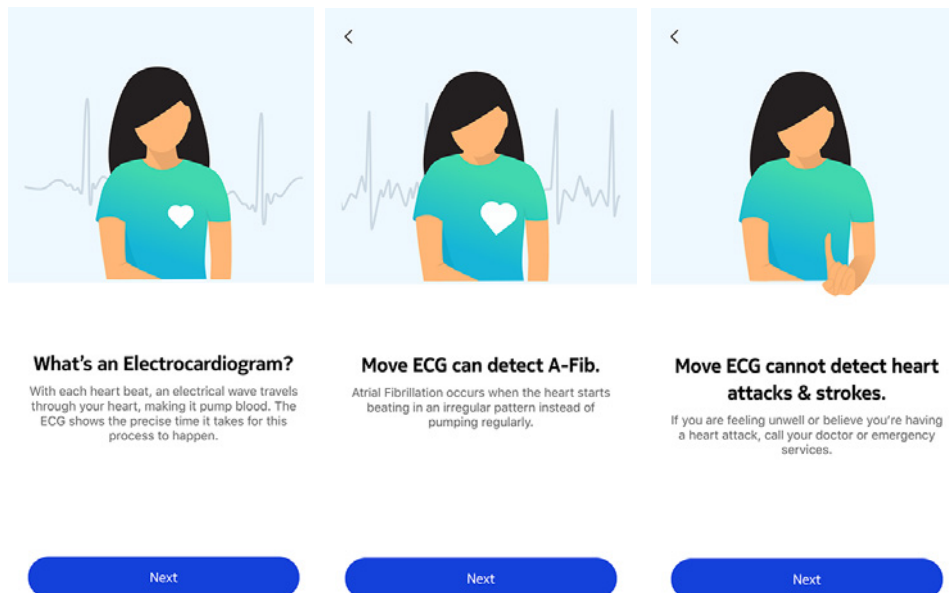




28. 「次」をタップして心電図測定値を見つけます。



29. 「次へ」を3回タップするとチュートリアルが表示されます。



## 時間の設定

Move ECGは、あなたのスマートフォンを使って、お住いの地域のタイムゾーンの現在の時刻を自動で設定することができます。Move ECGを着用中にタイムゾーンを変更する必要がある場合は、Health Mate アプリを開き、ウォッチとスマートフォンを同期させるだけで、正しい時刻が表示されます。

サマータイムの設定も可能です。この場合は、Move ECG を、お使いのスマートフォンと同期することで、正しい時刻に更新することができます。

## ウォッチの着用

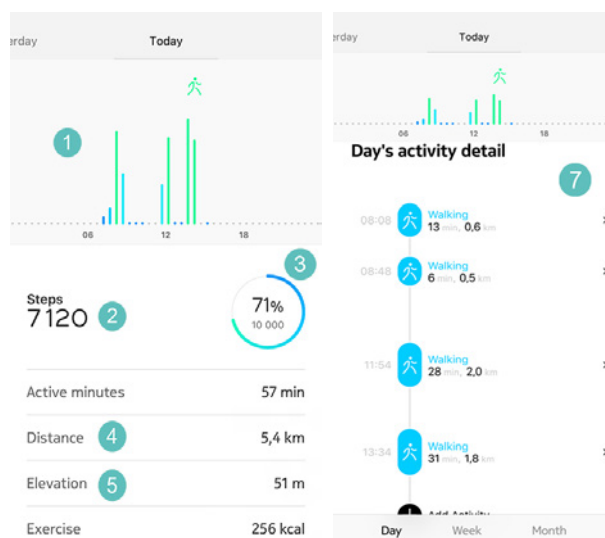
Move ECG は、手首の骨から下に約1cmの位置で着用します。リストバンドが適切に手首にフィットするように、バンドの長さを調整してください。

# アクティビティのトラッキング

## 概要

Move ECG では、アクティビティのトラッキングができます。その日歩いた歩数、ランニングと水泳のトラッキングです。ウォーキングもランニングも水泳も、特別な操作を行わなくても Move ECG を装着するだけで、自動的にトラッキングが開始します。

一体型の加速度計を搭載することで、Move ECG はあなたの歩数を自動的に数え、かつランニングを行っている状態を認識できます。ランニングアクティビティ、距離および消費カロリーは、歩数およびあなたの個人データ(年齢、身長および体重)に基づくアルゴリズムによって計算されます。

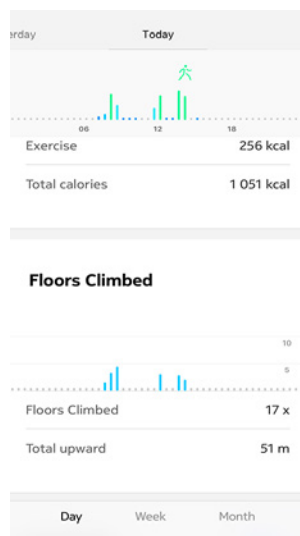


(1) で歩数のグラフ表示:各バーは30分間に相当します。  
(2) その日の歩数

(3) 毎日の目標歩数の達成度  
(4) その日に歩いた推定距離

(5) 標高:登った階段数  
(6) その日に燃焼した推定カロリー(運動消費カロリーと総消費カロリー)  
(7) 一日のアクティビティ詳細

Withingsウォッチで初めて、上った階段が高度計で追跡されます。この高度計は、気圧の変化(高度の増減に応じて変化します)を測定して、高度を追跡いたします。Move ECGで標高を測定するには、前方と上方の両方を歩く必要があります。例えば、はしごを登ったり、エレベーターを使用したりしても標高は追跡されませんが、丘を登ると追跡されます。標高の測定には気圧が使用されるため、トレッドミルや階段昇降機などの固定機器を使用する場合、気圧に変化がないため、標高は測定されません。



### ご注意:

- ・ 3メートルは1階分に相当します。
- ・ Move ECGの高度計の開口部が汚れたり、破片や汗で詰まったりすると、ウォッチが高度を正確に測定できないことがございます。そうなった場合、Move ECGの背面を温かい石鹸水できれいにしてから乾燥させてください。また、このウォッチは、ご使用の際はいつでもきれいになっている必要がございます。

## 進捗の確認

歩数の進行状況は、アクティビティの針を見るだけで確認できます。針の位置によって、毎日の歩数目標を何パーセント達成したのかがわかります。100% に到達するとウォッチが振動し、最初の0%に戻って目標達成サイクルが再開されます。

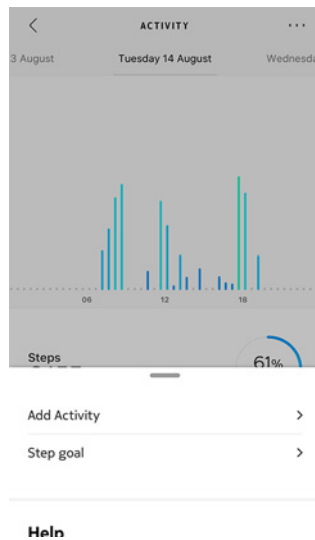
さらに詳細な情報を取得したい場合は、Health Mate アプリにログインしてください。アプリでは、使用開始時からの履歴や進捗情報を見やすく表示したさまざまなグラフを確認することができます。

## アクティビティ目標の変更

この機能では、毎日の歩数目標が自由に設定できます。毎日の歩数目標を変更するには、次のステップを行なってください:

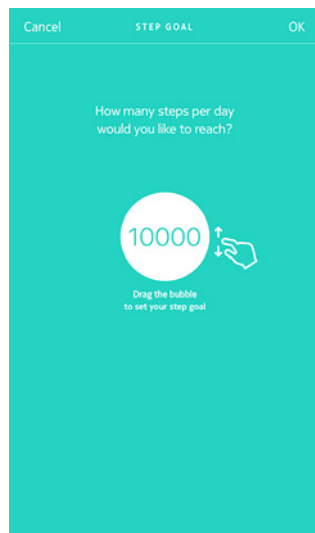
1. Health Mateアプリを開きます。
2. ダッシュボードに移動します。
3. **歩数**をタップします。
4. 画面上部の3つの点をタップします。

5. **歩数目標**をタップします。



タイムラインで歩数ウィジェットを選択し、画面上部の3つの点をタップして、歩数目標を変更することもできます。**プロフィール > 目標 > 毎日の歩数**からも変更できます。

6. 毎日の歩数目標をタップし、上下にスライドさせて目標を設定します



7. 「**OK**」をタップします。
8. Move ECG の同期は、Health Mate アプリを開き、上から下に指をスライドさせ、スケジュールをリフレッシュすることで実行できます。

## 水泳セッションのトラッキング

Move ECGでは、スイミングセッションを追跡できます。必要なことは、泳いでいる時にウォッチを身に付けるだけです。これは自動的にあなたが泳いでいるのを検出し、ユーザー様側で何もなさらなくても、水泳セッションを追跡いたします。

水泳を終えると、Health Mate アプリは、あなたのセッション時間と消費カロリーを表示します。

# 睡眠のトラッキング

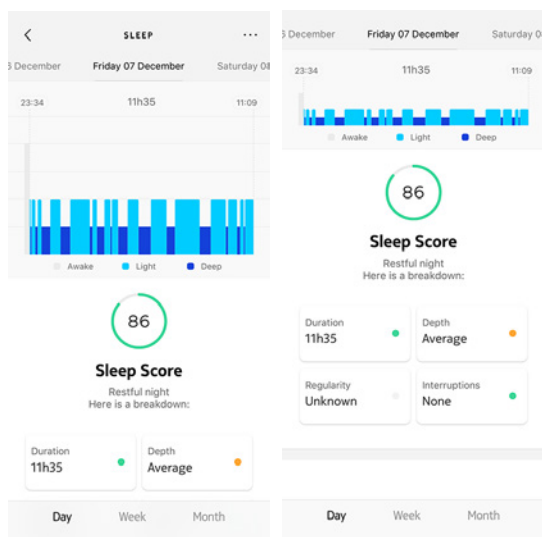
## 概要

Move ECG は、自動的にあなたの睡眠を追跡します。眠りにつく前に、Move ECG を装着しておだけで、睡眠の追跡と記録が行われます。

睡眠状況をアプリで追跡したくない場合には、眠る前に Move ECG を手首から外すだけです。

## 睡眠データの取得

Move ECG が収集した睡眠データは、Health Mateアプリのタイムラインまたはダッシュボードで取得できます。



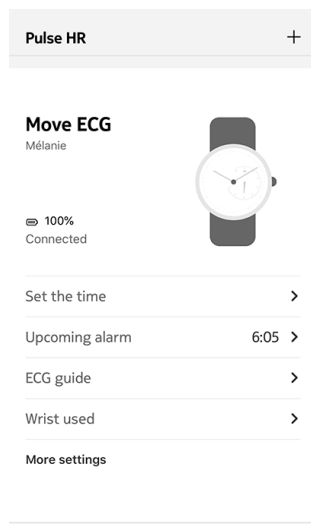
**灰色:**目が覚めていた時間—**ミディアムブルー:**浅い睡眠の持続時間—**濃紺:**深い睡眠の持続時間  
Health Mate アプリでは全ての履歴を保持し、長期間にわたって睡眠データがどのように変化したのかを簡単に追跡できます。

# アラームの設定

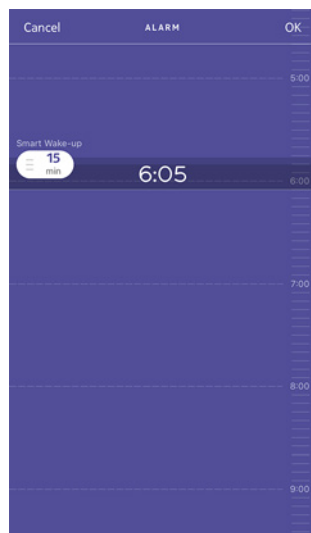
## アラームの有効化

アラームの有効化と設定は、次のステップを行ってください:

1. Health Mateアプリを開きます。
2. 「デバイス」にアクセスします。
3. **Move ECG** > **次回のアラーム**に移動します。

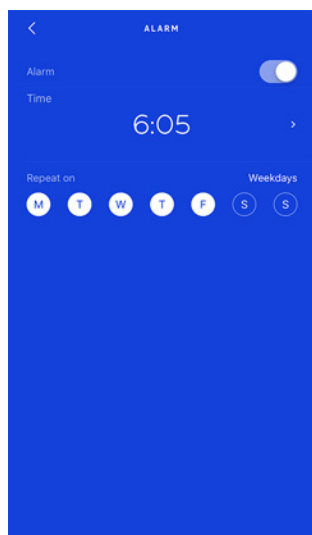


4. Move ECGを携帯の十分近くに配置します。
5. アラームの起動する時刻を選択するには、起床時間をタップして上下にスライドさせます。



6. 必要に応じて、アラームを設定する時に「スマートウェイクアップタイム」を選択してください。  
お使いのウォッチは、よりスムーズに起床できるように、設定された時間の幅の中で、起床に最適なタイミングを検出します。
7. 「OK」をタップします。

8. アラームが起動される日を特定する場合は、「**繰り返す**」をタップします。



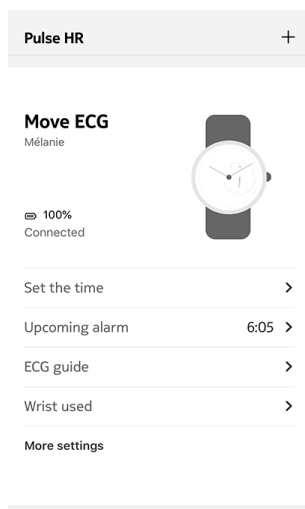
9. 「戻る」ボタンを押して確認します。

#### ご注意:

- ・ Move ECGのボタンを短く2回押すと、次のアラームの時刻がウォッチで直接表示されます
- ・ Move ECGには最大3つのアラームを設定できます。

#### アラームの無効化

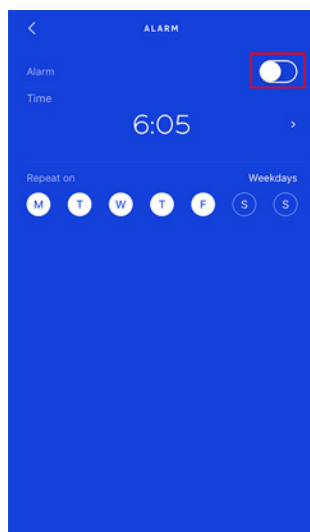
1. Health Mateアプリを開きます。
2. 「デバイス」にアクセスします。
3. **Move ECG > 次回のアラーム**をタップします。



4. Move ECGを携帯の十分近くに配置します。



5. アラームを無効にするには、アラームトグルをタップします。



6. 画面左上の「戻る」の矢印をタップします。  
アラームは無効化されます。

**アラームが起動される日を特定する場合は、「繰り返す」をタップします。**

Move ECGのボタンを押すと、アラームは停止します。この場合すぐにアラームが停止され、8回振動後の自動停止は行われません。

# マルチスポーツ/接続されGPS

## マルチスポーツ機能はどのように作動しますか？

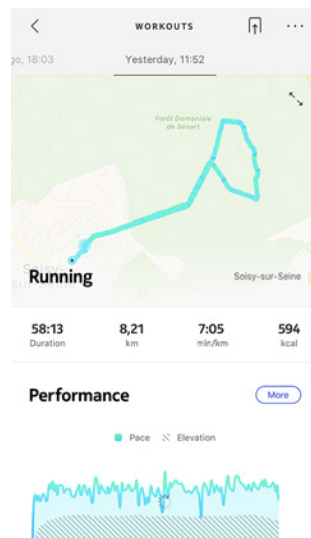
ヨガ、バレーボール、ローイング、ボクシング、スキー、アイスホッケーまで、Move ECGは最大30個のアクティビティを追跡いたします。

約1秒間 Move ECGのボタンを押すと、振動してトレーニングセッションが開始します。ウォッチがクロノメーターに切り替わります。Move ECGの分針に秒が表示され、時針に分が表示されます。

ボタンを短く2回押すと、クロノメーターとリアルタイムを切り替えられます。

トレーニング後、Health Mateアプリを開くように促す通知を受け取ります。Health Mateアプリに表示される検出されたアクティビティは、Health Mateアプリ設定のアクティビティの長いリストから編集できます。

Health Mateアプリで、トレーニング時間、運動強度、距離、ペース、および燃焼カロリーを示すトレーニング概要が表示されます。



## ウォッチはトレーニングをまだ自動的に認識しますか？

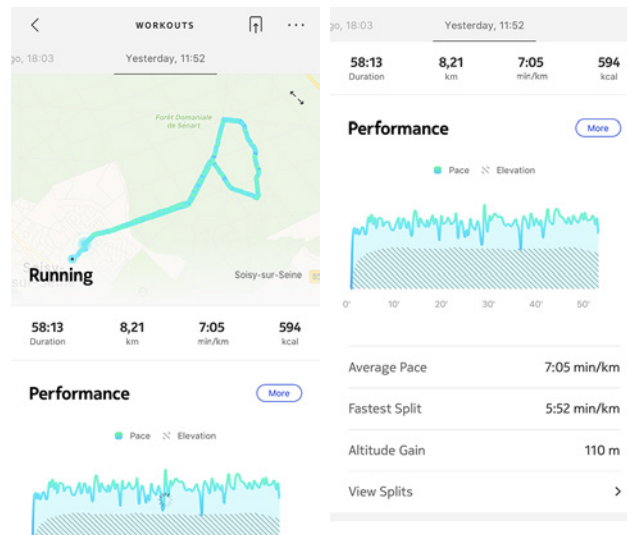
Move ECGは自動的にウォーキング、ランニング、スイミング、サイクリングを追跡します。ペースや対象ルートなどのトレーニングの詳細情報を受け取るには、手動でトレーニングモードを開始することをおすすめいたします。

同じトレーニングを数回選ぶと、Move ECGはその動きを学習し、今後それを認識します。

セッション前にトレーニングの起動を忘れた場合、Move ECGはあなたの動きを検出し、未知のトレーニングをHealth Mateアプリに追加します。その後、アプリでトレーニングのタイプを手動で変更できます。

## 接続されたGPSはどのように機能しますか？

接続されたGPSとは、スマートフォンを活用して走っているときに、Health Mateアプリで地図上で対象ルートを追跡できることを意味します。また、継続時間、距離、ペースなどの追加のトレーニング指標が、トレーニング中にリアルタイムで、ウォッチ画面と携帯に表示されます。



接続されたGPSを使用するには、距離ベースの屋外アクティビティトレーニングセッションを開始する必要があります。これを行うには、次のステップを行ってください：

1. 約1秒間Move ECGのボタンを押すと、振動してトレーニングセッションが開始します。ウォッチがクロノメーターに切り替わります。Move ECGの分針に秒が表示され、時計に分が表示されます。ボタンを短く2回押すと、クロノメーターとリアルタイムを切り替えられます。
2. トレーニングセッションを停止したい場合、もう一度振動するまでボタンを長押しします。

Move ECGはBluetooth経由で接続する必要があることにご注意ください。接続されたGPSでは、スマートフォンの現在地設定を有効にする必要があります。

Move ECGは、ウォーキング、ランニング、サイクリング、カヌーなどのあらゆる距離ベースの屋外アクティビティを対象に接続されたGPSをご提供いたします。

# よりアクティブになるために

## 友達と競う

### 概要

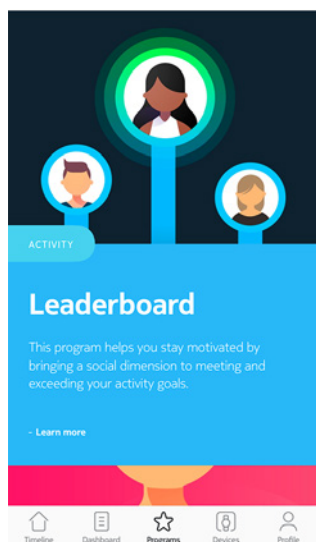
Move ECG と Health Mate アプリは、やる気を維持できるように、ソーシャルな要素も導入しています。お友達やご家族をリーダーボードに追加し、毎週誰が最も多く歩いたか一緒に競うことができます。お友達やご家族の方が Withings 製品を持っていない場合でもかまいません。お友達やご家族の方にスマートフォンに Health Mate アプリをダウンロードしていただくだけで、誰もが参加できます。アプリ内追跡が、アクティビティトラッカーとして機能します。

この機能は、アカウントのメインユーザー様のみにご利用いただけます。

### リーダーボードに誰かを追加する

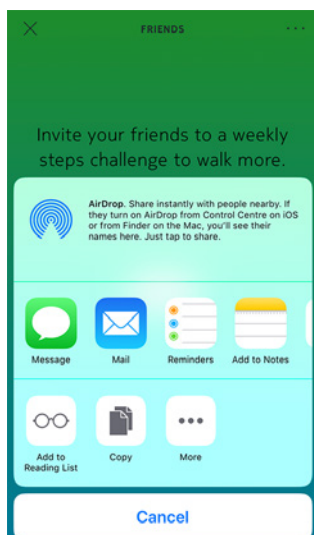
リーダーボードに参加するよう、誰かを招待することができます。リーダーボードに招待する方法：

1. Health Mateアプリで、「**ウェルネスプログラム**」に移動します。
2. 「**リーダーボード**」を選択します。



3. 「**参加する**」をタップします。
4. 「**招待する**」をタップします。
5. 招待状の送信方法を選択します。

メッセージ、メールあるいはソーシャルメディアウェブサイトなど、複数のオプションが利用できます。



## リーダーボードで誰かと対話する

リーダーボードに友達を登録したら、それぞれの名前をタップし、利用できる3つのアクションから1つを選択することで各ユーザーと対話できます：

- いいねを押して励ましてください
- よくないねを押してマウンティングしてください
- チャットするためのメッセージ

ソーシャル要素をアクティビティの追跡に加えるのは、やる気を維持し、限界を超えるための最高の方法です。

## 自分と競う

### バッジ

Health Mate アプリでは、目標達成後にロックが解除される仮想の報酬であるバッジシステムを提供しています。バッジには次の2種類があります：

- ある1日に特定の歩数を達成した場合に常に獲得できる毎日の歩数バッジ。
- 一定の総合距離に到達した際に獲得できる累積距離バッジ。

バッジはやる気を維持し、あなたの取り組みに対して報酬を獲得できる楽しい方法です。

### アクティビティ分析

Move ECG の使用を開始してから数日経過後に、Health Mate アプリにアクティビティ分析が表示されます。この機能はあなたのアクティビティを表示し、より活動的になっている時間帯がいつなのかを知ることができます。いつもより活動できていない場合、健康目標に到達できるように、分析データはあなたを激励します。

分析データをオフにすることはできません。

# データの同期

---

バックグラウンド同期機能により、Bluetooth がオンになっている限り、データの同期は自動で行われます。バックグラウンド同期は次のタイミングで実行されます：

- ・ 最後に同期を行った時点から1,000歩以上進んだとき。
- ・ 最後に同期を行った時点から1,000歩以上進んだとき。
- ・ 最後に同期を行った時点から6時間以上が経過したとき。
- ・ タイムゾーン変更、またはサマータイム開始時。

さらにデータの同期は手動でも行えます。データの同期を行う際は、Health Mate のアプリを開くだけで完了します。開くと、Move ECG は自動的にデータをアプリと同期します。この際には、データの同期が正しく実行できるよう、Move ECG をモバイル端末に十分に近づけ、また端末のBluetooth が有効になっていることを確認してください。



**Move ECG のメモリの容量には一定の上限があるため、アプリを定期的に関き、データを失わないようにしてください。**

# ウォッチの分離

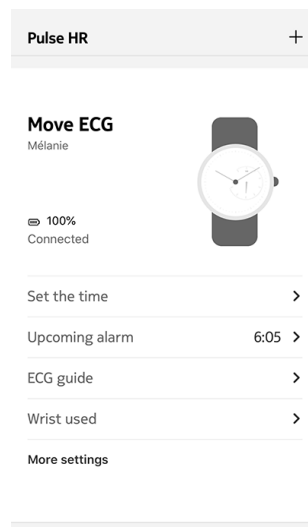
Move ECGの接続を解除すると、アカウントから削除できます。アカウントにリンクされなくなったら、別のアカウントまたはあなたのアカウントの別のユーザーのプロフィールにインストールできません。



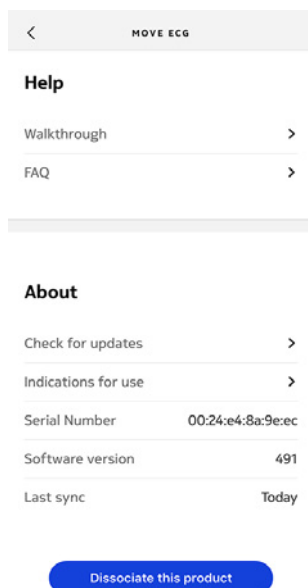
**Move ECGのアカウントの接続を解除しても、Health Mate アプリから同期したデータは削除されません。**

Move ECGの接続を解除する場合は、次のステップを行なってください：

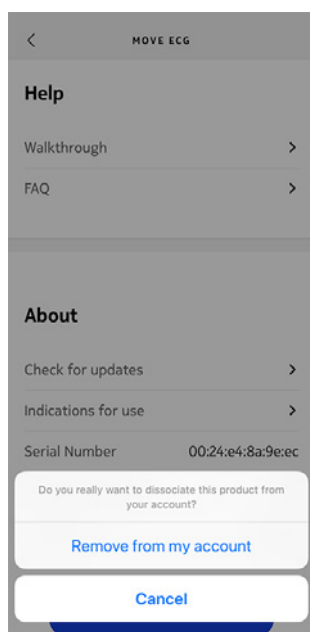
1. Move ECGのボタンを10秒間押し続けます。ボタンを約1秒間押すとトレーニングモードが開始されますが、ウォッチが2回振動するまで押し続けます。
2. ボタンを放します。アクティビティの針が50%のマークに向かいます。
3. ボタンを5回押すと、アクティビティの針が徐々に0%のマークに達します。ボタンをもう一度押す前に、アクティビティの針がアクティビティダイヤルの各マークに達するまでお待ちください。
4. Move ECGは正しくリセットされ、針が最初の位置に移動します。
5. スマートフォンのBluetooth設定に移動し、Move ECGを「忘れる (forget)」(iOSユーザーのみ)を実行します。
6. Health Mateアプリを開きます。
7. 「デバイス」にアクセスします。
8. 「**Move ECG**」をタップします。



9. 「この製品を解除」をタップします。



10. 「私のアカウントから削除」をタップします。





# お手入れとメンテナンス

## ウォッチのお手入れ

1. 水で湿らせた糸くずの出ない布を使用して、Move ECGの上部の筐体とカバーをきれいにします。
2. シリコンバンドを水の中に入れて、低アレルギー性の石鹸でふいてきれいにします。
3. 柔らかい布でシリコン製のリストバンドを乾かします。

## バッテリー交換

針が停止し、リセットボタンを押しても震動しなくなったら電池の交換時期です。Move ECG は通常の時計用バッテリーで約12か月使用できます。

新しいCR2430バッテリーを取り付けたい場合は、時計メーカーに行くことをお勧めいたします。バッテリー交換後に時刻が正しく表示されない場合は、Move ECGの針を再調整する必要がありますかもしれません。

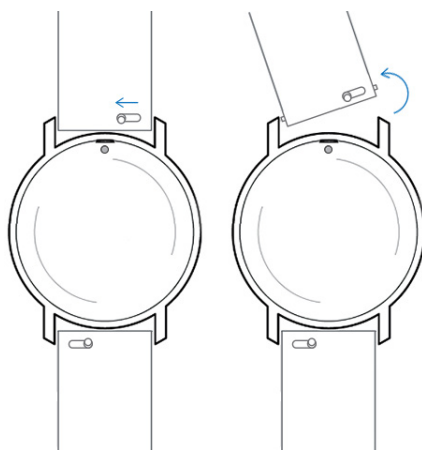
詳細は[42ページの「時刻の調整」](#)ページの「[針の調整](#)」をご参照ください。

## リストバンドの交換

Move ECGのリストバンドは付属のクイック解除バネ棒で、簡単に交換することができます。

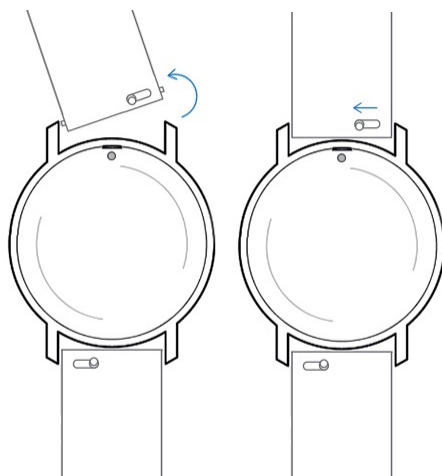
リストバンドの交換は以下の手順に従ってください:

1. Move ECGを裏返します。
2. 各スプリングバーのノブの位置を確認します。
3. 最初のスプリングバーのノブを左に引っ張って、リストバンドを外します。



4. スプリングバーの片方を新しいリストバンドに挿入します。

5. 左にノブを引っ張りながらリストバンドを所定の位置に取り付けます。



6. ノブを離します。

これでMove ECGへのリストバンドの取り付けが完了します。

7. もう一方にも、上記の手順を繰り返します。

## 時刻の調整

Move ECGに間違った時刻が表示される場合、針の調整をやり直してください。これを行うには、次のステップを行ってください：

1. Health Mateアプリを開きます。
2. **デバイス > Move ECG** に移動します。
3. 「**時間の設定**」をタップします。

Move ECGをモバイル端末に十分近づけてください。

4. 針が正しく初期化されている場合は**はい**をタップし、正しい位置になっていない場合は**いいえ**をタップします。

### Are the hands well initialized?

Minute and hour hands should be positioned at noon and the motion hand should be positioned to 0%



No

Yes

いいえを選択された場合、針を設定するように促されます。

5. アプリに表示されているホイールを分針が正午になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。

**Set the minute hand to noon**  
Twist the dial below to move the hand on your watch.



Next

6. アプリに表示されているホイールを時針が正午になるまで、指でスライドさせます。「次へ」をタップします。

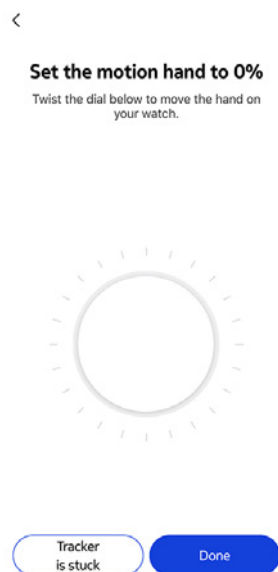
<

**Set the hour hand to noon**  
Twist the dial below to move the hand on your watch.



Next

7. アプリに表示されているホイールをアクティビティの針が0になるまで、指でスライドさせます。  
「完了」をタップします。



8. 「完了」をタップします。



これで、Move ECG の時刻の調整は適切に行われ、ウォッチの針は、現在の時刻を表示する正確な位置に移動します。

## ファームウェアバージョンの更新

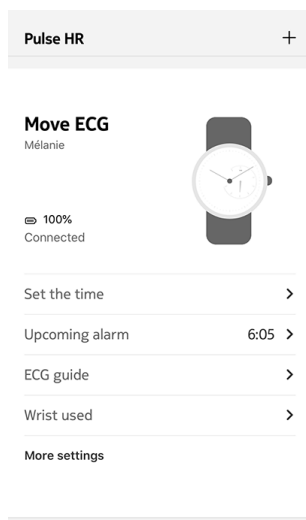
製品の最新の機能をご利用いただけるよう、私たちは定期的に新しいファームウェアバージョンを提供しています。新しいファームウェアバージョンが公開された場合、Health Mate アプリは通常タイムラインからインストールを促します。



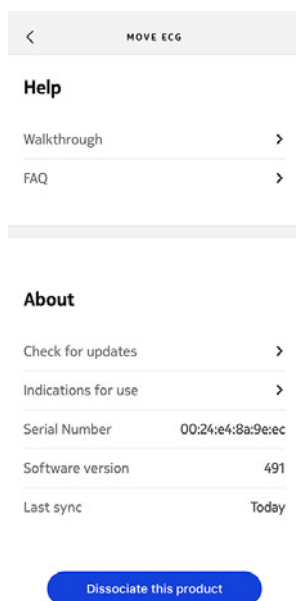
**Move ECGのファームウェア・バージョンを更新する前にデータの同期を行ってください。データの喪失が発生する恐れがあります。**

一方で、最新版が利用可能になったか確認し、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。これを行うには、次のステップを行ってください:

1. Health Mateアプリで「**デバイス**」 > **Move ECG** に移動します。
2. 「**その他の設定**」をタップします。



3. 「**アップデートの確認**」をタップします。



4. Move ECG をモバイル端末に十分近づけてください。

お持ちのウォッチが最新でない場合、Health Mateアプリは、新しいファームウェアバージョンをインストールするよう通知を表示します。

5. 「**アップグレード**」をタップします。
6. アップグレードが完了したら、「**閉じる**」をタップしてください。

**注意:** Move ECG のファームウェアバージョンは、「**デバイス**」 > 「**Move ECG**」から確認できます。

# 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。

ご質問等がございましたら、Withingsにお問い合わせください: <https://support.withings.com/hc/en-us/requests/new>。

## 法律上の注意事項

---



あなたはMove ECG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のサービスご利用規約に明示的にご同意いただいたとみなされます。

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。

## 個人データ

- ・ 当社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アカウントの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。
- ・ Health Mate アプリへのアクセスは、追加のパスコードやTouch ID を使用して保護を強化することを推奨します。これを行うには、アプリの「設定」に移動し、**Touch ID**と**Passcode**を有効化してください(iOSのみ)。
- ・ ご自宅のパソコンのローカルストレージに定期的にデータをエクスポートすることをお勧めいたします。Health Mateのウェブインターフェースから、プロフィール画像 > 設定 > ユーザー設定 > 私のデータをダウンロードをクリックして設定できます。

# 安全についてのご注意

---

## 使用と保管方法

- ・ 製品の使用は0°Cから35°Cの範囲で行ってください。
- ・ 使用していないときは、製品を-20°Cから85°Cの間で、清潔で乾燥した場所に保管してください。
- ・ 極端な温度変化にさらさないでください。
- ・ 物理的衝撃、熱的衝撃またはその他の衝撃を避けてください。ウォッチの内部および外部の部品が破損する恐れがあります。
- ・ Move ECGケースは、傷を防ぐために鋭利なものや硬いものから離しておいてください。
- ・ Move ECG とその付属品には小さな部品が含まれており、小さなお子様には窒息のおそれがあるため、お子様の手が届かない場所に保管してください。
- ・ Move ECGの標高キャプター(センサー)に小さくて狭い物を挿入しないでください。そうすると、標高キャプターが損傷または破壊される可能性があります。

## 耐水性

- ・ Move ECG は、50mの深さと同等圧力に耐えることができます。したがって、食器洗いの間も、水はねがかかる場所でも、あるいは水泳時でも、安心してご使用いただけます。ただし、ダイビングやシュノーケル潜水にはご使用いただけません。
- ・ 水中でウォッチのボタンを押さないでください。
- ・ 塩水へ長時間さらすのは避けてください。塩水で泳いだ後は、真水でウォッチをすすいでください。
- ・ 溶剤、洗剤、香水、化粧品など化学製品にはさらさないでください。ウォッチのリストバンドや外装が損傷する場合があります。
- ・ 極端な環境(例えばサウナやスチームルーム)は避けてください。

## サービスとメンテナンス

- ・ Move ECG 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。
- ・ 高温あるいは低温への接触により電池寿命が短くなることがあります。
- ・ 素材の経年劣化により、ウォッチの耐水性が弱まることがあります。耐水性は永久保証ではありません。



# 仕様

---

## Move ECG

- ・ プラスチックケース
- ・ ステンレススチール製のボトムケースとトップベゼル(電極)
- ・ ミネラルガラス
- ・ ウォッチの直径:38 mm
- ・ ウォッチの厚み:13 mm
- ・ 重量:32 g
- ・ リストバンド:手首周り 200 mmまで
- ・ 耐水深度最高50 m(5気圧)

## 単位と機能

- ・ 心電図:30秒で記録されるシングルリードECG
- ・ 高度計:登った階数
- ・ ウォーキング&ランニング:歩数、距離、カロリー
- ・ 心拍数:1分あたりの心拍数(心電図測定中のみ)
- ・ スイミング:セッション時間、カロリー、水泳の種類
- ・ 睡眠:深い睡眠と浅い睡眠段階、睡眠の中断
- ・ サイレントアラーム
- ・ アクティビティの自動検出、ユーザー様の操作は不要
- ・ トレーニングモード:サイドボタンを押してタイマー付きのトレーニングを起動し、さらに距離、高度、ペース付きのセッションマップを取得します。

## バッテリー

- ・ CR2430バッテリー1個
- ・ 通常使用で最大12か月

## センサー

- ・ 高精度 MEMS 3軸加速度計

## 認定

- ・ Move ECGで使用されるECGモニターは、2007/47/ECで改正された医療機器指令 93/42/EECに準拠したCEマーキングを取得いたしました。

## 接続通信機能

- ・ Bluetooth Low Energy (Bluetooth Smart Ready)。接続されたGPSをお楽しみいただくには、Bluetooth接続と場所設定を有効にする必要があります。

## 対応端末

- ・ iPhone 4s 以降

- ・ iPod Touch 第5世代以降
- ・ iPad 第3世代以降
- ・ BLE (Bluetooth low Energy) 対応 Android 端末

Move ECG は、コンピューターから設定することはできません。

## 対応OS

- ・ iOS 10以降
- ・ Android 6 以降

# ドキュメントリリース概要

---

公開日	バージョン	変更履歴
2019 年8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 - Move ECG

Withings (フランス) SA, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux (「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(「Move ECG」)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、Move ECG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、Move ECGの使用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。

以下は保証の対象外となります:

- ・ リストバンドの変色や材質劣化、ガラスケースの摩耗あるいはケースめっきはがれのような正常損耗。
- ・ 異常または不正使用、過失または注意の欠如、あるいは偶発的な損傷(凹みなど)に起因する機器の損傷。
- ・ 任意の種類の間接的損傷。

# 規制関連声明

---

FFCC ID: XNAHWA08

[withings.com/about-ecg](https://withings.com/about-ecg)にアクセスして、本製品でご提供する各種ECG機能の詳細をご覧ください。この情報は、Health Mateアプリにもセットアップ中に表示され、その後、お使いの端末の設定からいつでもご利用いただけます。

## カナダのユーザー様向けの情報

この機器は、FCC規則パート15、およびカナダ政府産業相のライセンス適用免除RSS基準に適合します。本機の操作は次の2つの条件に従います：(1) 本機器は基本的に干渉を引き起こしませんが、(2) 本機器は、望ましくない動作を引き起こしうる干渉を含む、すべての干渉を避けることはできません。Withingsから明示的に承認されていない改造、変更を行った場合、本機器を操作するためのFCC認証が無効となります。無線周波放射線曝露情報：本端末から放射される出力はFCC無線周波数暴露限度をはるかに下回ります。ただし、通常動作を行う場合、できるだけ人との接触の可能性を最小限に抑えるように本端末をご使用ください。

## 素材

使用中に皮膚に接触する可能性のある素材のリスト：シリコンとステンレス鋼。

お手入れの手順については、[withings.com/support/move-ecg](https://withings.com/support/move-ecg)をご覧ください。

Withings SAはこれにより、Move ECG機器は、司令2014/53/EUの基本要件およびその他の関連要件に準拠していることを宣言いたします。

適合宣言は以下でご確認いただけます：[withings.com/compliance](https://withings.com/compliance)

「お使いの製品、バッテリー、および/または付属品のバツ印の車輪付きビンのシンボルは、その品目が電気および電子機器として分類されていることを意味します。そのような品目は、一般的な家庭ごみと混合しないで、適切な処理、回収、リサイクル用に、寿命が終わった時点で専用の収集場所に持ち込む必要があります。そうすることで、貴重な資源を節約し、材料のリサイクルの促進に役立ちます」。