

# ABTRONIC<sup>TM</sup> 8

## 取扱説明書

## アブトロニックX8 保証書

本製品が取扱説明書に基づく通常のお取り扱いにおいて、万一保証期間内に故障が生じた場合には、本製品と本保証書をご持参の上、下記記載のご購入販売店にご連絡ください。期間内に限り無料にて修理いたします。

持込修理

保証対象	対象商品	期間(お買い上げ日より)
	アブトロニックX8 コントローラー	90日間
お買い上げ日	年 月 日	
お客様	お名前	様
	ご住所 〒	
	電話番号 ( )	

販売店/住所・店名
電話番号 ( )

※本保証書は捺印欄に記入のない場合は無効です。

### 保証規定

- この保証書は取扱説明書・警告・使用上の注意にしたがった正しいご使用状態で故障した場合にのみ、本書記載内容に基づき、お買い上げ後90日間、保証対象部分に限り無料にて修理いたしますことをお約束するものです。
- 保証期間内に故障にて無料にて修理を受ける場合には、本製品と本保証書をご持参の上、お買い上げ販売店へご相談ください。
- 保証期間内でも次の場合は有料修理になります。
  - 使用上の誤り及び不適当な修理や改造による故障及び損傷
  - お買い上げ後の移動・搬送・落下・水没などによる故障及び損傷
  - 火災・地震・水害・その他天災地変による故障及び損傷
  - 一般家庭以外のご使用による故障及び損傷
  - 部品の消耗による故障及び損傷
- 本保証書にお買い上げ日・お客様名・販売店名のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合
- 本保証書は日本国内においてのみ有効です。
- 本保証書は再発行致しませんので紛失しないように大切に保存してください。

※保証期間経過後の修理などについてご不明な場合は、お買い上げの販売店にお問い合わせください。

■販売店様へお願い/この保証書は所定事項を記入して効力を発するものです。  
必ずお買い上げ日・貴販売店名・ご住所・電話番号をご記入またはご捺印の上、お客様にお渡してください。

■ 総輸入元  
株式会社ブランディングジャパン  
〒103-0011 東京都中央区日本橋大伝馬町 11-10

■ 総発売元  
JAPAN MARKET PLACE Inc.  
株式会社ジャパンマーケットプレイス  
〒150-0002 東京都渋谷区渋谷 1-20-1 井門美竹ビル 4F TEL:03-6855-5469 FAX:03-6418-9047



この度は、アブトロニックX8をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。  
本製品をご使用になる前に、この取扱説明書をよくお読みになり、正しくご使用ください。  
また読み終わった後も、いつでも取り出せる場所に大切に保管してください。

# ご使用前に、この取扱説明書をよくお読みいただき、必ず指示通りに正しくお使いください。

(間違った使い方をされた場合、体調を損なう恐れがあります)

## 警告

次のような方はご使用にならないでください。

- 心臓ペースメーカーなどの埋め込み型医用電気機器を装着している方
- 心電計などの装着型の医用電気機器やその他の医療電気機器を装着している方は併用しないでください。
- 高血圧・心臓疾患のある方
- 妊娠中もしくは妊娠の可能性がある方
- ガン・悪性腫瘍のある方
- てんかん・意識障害のある方
- 血栓症・静脈瘤などで医師の治療を受けている方
- 安静を必要とする方
- 運動を止められている方
- 本製品は健康な成人向けに作られています。
- 浴室などの湿度の高いところや、入浴しながらのご使用はお止めください。また、ご使用中に本体を水に浸さないでください。  
◎強いショックを受けることがあります。

次の人は必ず医師の許可を得てからご使用ください。

- 通院中の方、薬を服用している方
- 発熱時(38℃以上)、または入院など治療中の方、過労時
- 骨粗鬆症の方
- 腰や背中を痛めている方
- 脊椎の骨折、ねんざ、肉離れなどの急性疼痛製疾患の方
- 糖尿病の治療を受けられている方
- 皮膚障害、アレルギー疾患の方
- 出産後6週間以内の方

### 副作用の可能性について

ごくまれにアレルギー、肌の赤み、皮膚炎などの皮膚障害が報告されています。

※上記の他、心配のある場合はかかりつけの医師などにご相談してからご使用ください。

本製品は医療機器ではありません。本製品の使用によって医療効果が得られることは、暗示または保証されていません。

## 禁止部位

- 頭部、顔及び首
- 胸部及び心臓の近く
- 粘膜部や肘・膝などの関節部
- 傷口や炎症を起こしている部位
- かゆみや腫れ、ほてりや刺激によるシミのある部位
- 痛覚・知覚障害を起こしている部位
- 月経時の腹部、性器及び周辺部
- 金属・プラスチック・シリコンなどを体内に埋め込んである部位
- ケガをしたり骨折や捻挫などで動きが制限されている部位
- 目に近づけたり触れさせないでください。
- 金属製のアクセサリー等を身につけた状態で使用しないでください。

### ご使用上の注意

- 本来の目的や用途以外には、ご使用にならないでください。
- めまいや吐き気、胸や背中での痛みなどの症状を感じたら直ちにご使用を中止して、医師の診断を受けてください。
- ご使用中やご使用後にお肌の異常を感じた場合は、使用を中止してください。
- 車の運転や機械の操作中、就寝中のご使用はお止めください。
- 高温になる場所や湿気・ホコリの多い場所、湯気のあたる場所での使用や保管はしないでください。
- 導電部分には、直接触れないでください。ケガをする恐れがあります。
- コントローラーやアプパッド、その他付属品の金属部分には、他の金属類を接触させないでください。
- レベルの強さは、使い始め1~2週間は、筋肉が動くのを感じる程度でお使いください。慣れてきたら徐々に上げてください。急激にエクササイズを増やしたり、強すぎるレベルでのご使用は筋肉疲労や皮膚トラブル、体調を損ねる恐れがありますのでお止めください。筋肉の収縮を心地よく感じる強さのレベルでスタートしてください。
- コントローラーや付属品を勝手に修理・分解・改造しないでください。
- 同梱の付属品以外のものを取り付けたりしないでください。
- アプパッド部分が破れたり、コントローラーに異常が発生した場合はご使用を中止して、修理をご依頼ください。

## アブトロニックX8



### ◎セット内容

アブパッド、コントローラー、レストボード、補助ベルト、ジェルシート8枚、  
電池(CR2032/3V)1個(テスト用)、収納ケース、取扱説明書(保証書付き)

### ◎製品仕様

アブパッド	■サイズ: 18×18.5×1.5cm ■重量: 約60g ■材質: シリコン、ポリエステルフィルム
コントローラー	■電圧: 3V ■入力電流: 20mA ■入力電力: 0.06W ■サイズ: 直径4cm ■重量: 約12g ■材質: ABS、シリコン等
レストボード	■サイズ: 19.5×20×0.2cm ■重量: 約40g ■材質: コーティング紙
補助ベルト	■サイズ: 120×7cm ■重量: 約86g ■材質: ネオプレン
ジェルシート(1枚)	■サイズ: 3.5×2.5cm ■重量: 約2g ■材質: アクリル系樹脂架橋体
収納ケース	■サイズ: 23.5×21cm ■重量: 約30g ■材質: PVC ※中国製

### ◎各部名称



## 使い方ガイド

### EMSとは

Electrical Muscle Stimulationの略で、細胞や筋肉を刺激するという原理を応用し、電流を流して筋肉を鍛える運動法です。その歴史は意外と古く、1960年代に開発され、現在では筋肉トレーニングや一般の運動器具として幅広く活用されています。電気により筋肉に刺激を与えるとはいえ、筋肉にとっては自己の意思による運動をした場合と同じようなメカニズムで行われるため、激しい運動をすることなく筋肉を鍛えることができるといわれています。アブパッドを貼って電源を入れるだけで、意識的な動きを必要とせずマイペースなトレーニングが可能なのです。

第三者機関でも実証: アブトロニックX8はEMSにより、筋肉に電気刺激を与えることで、関節の動きを必要とせず、一定の運動が得られる等尺性運動を行うことができるという試験結果が出ました。運動量は腹筋運動と比較すると、1分間アブトロニックX8を使用することにより、腹筋運動591回分の運動量に相当することがわかりました。またパッド装着部位に同様の筋収縮活動が認められ、複数筋の同時筋収縮を可能にすることが認められました。安全性上も異常は認められず、EMSにより効果的に運動を促すと実証されました。

### アブパッド

#### 腹筋

8つに分かれた  
腹直筋のそれぞれに  
EMSの刺激を与え  
筋肉をエクササイズ  
します。



## ジェルシートと各パッドについての注意事項

(間違った使い方をされた場合、体調を損なう恐れがあります)

- ◎付属のジェルシートがお肌に合わない場合は、すぐにご使用をお止めください。
- ◎アプトロニックX8専用ジェルシート以外のご使用にならないでください。
- ◎市販のジェルや水をご使用になると、**ムラができ1ヶ所にEMSが集中的に流れる恐れ**がありますので、必ず専用ジェルシートをご使用ください。ご使用方法を誤りますと**ケガをする恐れ**がありますので、ご注意ください。
- ◎エクササイズの前にはアブパッドに貼ったジェルシートが**常に湿った状態**になっていることをご確認ください。
- ◎アブパッド部分は専用ジェルシートを貼った状態で、直にお肌に接していなければなりません。**衣服・肌着の上からでは効果はありません。**
- ◎**ジェルシートが乾燥していたり、ホコリや皮脂などの脂分**で汚れてしまうと粘着力が弱ってしまいます。その際には新しいジェルシートと交換してください。
- ◎アプトロニックX8をご使用になる場合は、**必ず導電部にジェルシートを貼った状態**でご使用ください。
- ◎**必ず8ヶ所(アブパッドすべて)にジェルシートを貼って**ご使用ください。1ヶ所でもジェルシートを貼らずにご使用になると、アブパッド部が直接お肌に触れ**ケガをする恐れ**がありますので、ご注意ください。
- ◎アブパッド部分を**折り曲げたり、濡らしたりしない**でください。断線の恐れがあります。
- ◎補助ベルトは消耗品です。面ファスナーがゆるんだり、ほつれや擦り切れ、破れが生じた場合は、新しいものと交換してください。
- ◎フィルムを保管用として使用する場合は、ジェルシートに貼ってある文字が印字されているフィルムは捨てないでください。※P7参照
- ◎使い古したジェルシートは可燃物として、各自自治体の処理方法に従ってください。

**ジェルシート交換の目安 約60回の使用で交換してください。**

- ◎ご使用前にはジェルシートが触れる肌の部位をキレイに拭いてから、ご使用ください。
- ◎ジェルシートは平らな状態でご使用ください。アブパッド部分や透明フィルム、保護フィルムから剥がす時に、丸くなったり、シワが出来やすいのでご注意ください。

## ジェルシートを付ける

- 1 ジェルシートを袋から取り出し**透明フィルム**を剥がします。



2



裏側の導電部にそれぞれジェルシートを貼ります。  
ジェルシートの下に空気が入ってしまった場合は、  
指で空気を押し出すように逃がしてください。

- 3 全てのジェルシートを貼ったら、**ABTRONIC**が印字されている**フィルム**を剥がしてください。次に交換するまで、導電部からジェルシートを剥がさないでください。

## ジェルシートの保管

ご使用後は導電部に、ジェルシートを付けたまま付属のレストボードに貼り付けて保管してください。ジェルシートが汚れるのを防ぎます。さらに専用ポーチに入れて保管すると劣化を防ぐことができます。



レストボードに貼り付けない場合は、**ABTRONIC**が印字されている**フィルム**を貼り直して保管してください。

## ジェルシート剥がし方

1. ジェルシートを新しい物に取り換える時以外はジェルシートを剥がさないでください。
2. ケガをする恐れがありますので、ジェルシートを剥がす前に、必ずコントローラーの電源を切ります。
3. ジェルシートは、1枚ずつゆっくりと剥がします。導電部にジェルシートの一部が残らないように、全て完全に除去してください。

### アブパッドについて

アブパッドは腹筋のそれぞれに効果的に使われるようにデザインされています。

腹筋の真ん中に来るようにアブパッドを取り付けてください。

アブパッドを肌に取り付けたら、本体の電源を入れてください。アブパッドがきちんと固定されない場合は、付属の補助ベルトをお使いください。

ご使用前に必ずお読みください。

## コントローラー

自動で10分後に電源が切れます。

**プログラムボタン** 6種類のプログラムを選択します。



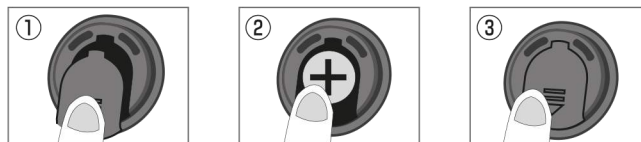
1. 電源ON/HIボタン: 1度ボタンを押すと電源が入ります。
2. 電源OFF/LOWボタン: エクササイズレベルを下げます。一番最後まで押し続けると電源が切れます。
3. プログラムボタン: 6種類のプログラムを選択する際に使用します。プログラム内容は2つのLEDライトの色、位置で示されます。

## アブトロニックX8 6種類のプログラム

プログラム番号	LED1	LED2	説明
1	赤	—	5回/秒の速いパルス
2	—	赤	1回/秒の速いパルス+タッピング
3	赤	赤	2~3秒休みを入れる基本モード

## 手順

### コントローラーに電池を入れる



コントローラー裏側にある電池ケースのフタを矢印の方向にスライドして外します。

「+」極が自分の方に向くように付属のボタン電池 (CR 2032) をセットします。

フタを元の位置に戻します。

### 基本の使い方



アブトロニックX8のコントローラーをパッドに取り付けます。

コントローラーを、短い方の印①に合わせて取り付け、長い方の印②とぴったり合うように時計回りに回しはめめます。

コントローラーのはまり具合がゆるいと動作しません。左の写真を参考にぴったりと合わせてください。

プログラム番号	LED1	LED2	説明
4	緑	—	緩急のあるトータルプログラム
5	—	緑	上級者向けの速いプログラム
6	緑	緑	一定時間の長い筋収縮モード