

取扱説明書

要保存

保証書付

ライフフィット デュアルエクサV



目次

- 安全に使用していただくために…… P1
- 各部の名称…… P2
- ご使用について…… P3
- 電池のリサイクルについて…… P3
- ご使用方法…… P4-6
- おすすめの使い方…… P7
- お手入れについて…… P8
- 保管について…… P8
- 故障かなと思ったら…… P8
- 豆知識…… P9
- 保証書…… P10
- 仕様…… P10

* ご使用前に、付属品を確認してください。

- 取扱説明書(本書) …… 1冊
- ACアダプター …… 1個
- USBコード …… 1本

LIFE FIT

お客様相談室のご案内

商品のお取り扱い方法、
修理などのご相談は

株式会社ライフフィット
03-6450-0082

平日10時～16時受付
(土・日・祝祭日、当社の休日を除く)

※商品の返品・返金などについては、お買い上げ販売店にお問い合わせください。

ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

株式会社ライフフィット(以下「当社」)は、お客様よりお知らせいただいたお客様の氏名・住所などの個人情報(「個人情報」)を下記のとおり取扱います。

・当社はお客様の個人情報を当社商品のご相談への対応や修理及びその確認に利用させていただき、これらの目的のためにご相談内容を記録に残すことがあります。

なお、修理やその確認業務を当社の協力会社に委託する場合、法令に基づく義務の履行または権限の行使の為に必要な場合、その他正当な理由がある場合を除き、当社以外の第三者に個人情報を開示・提供いたしません。

・当社は、お客様の個人情報を適切に管理します。

・お客様の個人情報に関するお問い合わせは、ご相談窓口にご連絡ください。

作成2024年4月

LIFE FIT

安全に使用していただくために必ずお守りください

※ここに示した注意事項は、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたやほかの人々への危険や損害を未然に防止するためのものです。安全に関する重要な内容ですので必ず守ってください。

※お客様の不注意によるいかなる事故も、弊社は一切の責任を負いかねますのでご了承ください。

警告 ご使用前の警告

1. 本製品は日本国内でのみお使いください。本製品の使用は健康な方を対象としています。
2. 次に該当する方は絶対に使用しないでください。
 - ・人工心肺などの生命維持用医療電子機器、心電計などの装着型医療電子機器、ペースメーカーなどの体内植込み型医用電気機器を使用している方
 - ・心臓に障害のある方
 - ・急性疾患のある方
 - ・妊娠している、または妊娠の疑いのある方
 - ・医師が不適当と認めた方
 - ・医師の治療を受けている方、特に身体の異常を感じている方
 - ・知覚障害のある方
 - ・血行障害、血管障害など循環器に障害をお持ちの方
 - ・骨粗しょう症など骨に異常のある方
 - ・悪性の腫瘍のある方
 - ・リウマチ症、痛風、変形性関節炎などの方
 - ・過去の事故や疫病等により背骨に異常のある方や背骨が曲がっている方
 - ・腰痛（椎間板ヘルニア、脊椎すべり症、脊椎分離症等）のある方
 - ・重度の血行障害や血栓症などのある方

※自己判断が難しい方は、必ず医師にご相談の上、ご使用ください。

3. 使用中に気分が悪くなったり、刺激が強すぎて苦痛を感じた場合は直ちに使用を中止してください。
4. 皮膚に異常がある場合や皮膚に異常がでた場合はご使用を控えてください。
5. 小学生以下、及びご自身で操作できない方、または他者から見てそう感じられる方は成人の方の介添えの上でご使用ください。また、乳幼児やペットのいる場所での使用はお止めください。ご使用中に製品が破損する恐れがあり、重大な事故を引き起こす原因になります。
7. 1回（1部位へ）の使用は、5分を目安としてください。（オートタイマー機能を搭載していますので動作開始から約5分で自動的に止まります。）また部位を変えてご使用いただく場合は通算10分

を目安としてください。10分を超えてご使用する場合はお身体を最低1時間休ませてからご使用ください。1日あたりの使用は通算30分を目安としてください。体調不良を起こす原因になります。

8. 頭部への使用はお止めください。
9. この取扱説明書及び保証書は、大切に保管してください。紛失した場合は再発行をお受けし兼ねる場合がございます。
10. 本製品は一人用です。同時に二人以上でご使用にならないでください。
11. 使用目的以外での使用はお止めください。
12. 濡れた手でACアダプターを抜き差ししないでください。
13. 本製品に貼付している定格ラベルがはがれた場合は、すみやかに使用を中止してください。
14. 本製品の動作に異常を感じた場合は、すみやかに使用を中止してください。
15. 本製品をご自分で改造や分解しないでください。
16. 充電後または使用後は、必ずACアダプターをコンセントから抜いてください。
17. 本製品は必ず屋内でご使用ください。

注意 使用上のご注意

- ・充電時にACアダプターが確実に接続されているかを確認してください。
 - ・電源及びほかの操作ボタンが正しく動作するかを確認してください。
 - ・本製品に貼付している定格ラベルが剥がれた場合や動作に異常を感じた場合は、速やかに使用を中止しACアダプターを抜き修理を依頼してください。
- ※火災・感電の原因になります。

保証書

ご購入商品名	ライフフィット デュアルエクサV
無料保証期間	お買い上げ日より6か月

本書は上記「無料保証期間」中に発生した場合、下記により無償修理をお約束するものです。

◆保証条件◆

1. 製品お買い上げ時において既に破損・不良箇所等が認められた場合。
2. 取扱説明書に基づく取扱で、自然破損・故障を生じた場合（ただし、誤用・当社指定以外の取扱での破損、故意や衝撃による破損、地震・火災等の天変地異による破損等の場合は適用しません。）
3. 一般家庭用としてご使用の場合。
4. 本書は、日本国内においてのみ有効です。

This appliance is designed for use in Japan only and cannot be used in any other countries. No servicing is available outside of Japan.

- 以上の条件を満たさない場合は、有料での修理はお受けいたしますが、無料での修理はお受けいたしかねます。

販売店欄

店名	Ⓜ
住所	TEL
お買い上げ年月日	

※本書に記載できない場合は、お買い上げがわかる書類やレシートなどを貼付して保管してください。

販売元

株式会社ライフフィット

本社 〒143-0016 東京都大田区大森北3丁目42番4号サンピア大森303
事務所 〒143-0023 東京都大田区山王2丁目12番6号

仕様

販売名	ライフフィット デュアルエクサV
型番	Fit021
定格	AC100V 50/60Hz 5W
定格時間	20分
本体入力	DC5V
ACアダプター	EA010-0500-1000UJ
オートタイマー	5分
本体寸法	幅約29.5cm × 長さ約30cm × 高さ約14cm
本体質量	約700g
USBコード長さ	約50cm
材質	ABS樹脂、TPR樹脂
製造国	中国

※改良のため一部仕様を変更する場合があります。

豆知識

更に「デュアルエクサV」を効率よくご使用いただくために。

・ライフフィット デュアルエクサVは、次の運動が段階的に出来ます。

- ▶V型状態：バネの伸縮⇒伸縮と振動併用⇒伸縮とEMS併用⇒伸縮と振動+EMS
- ▶フラット状態：EMS

1. V型状態で、バネの圧縮を使った運動

- ・V型状態で、バネが縮まるまで閉じて、その状態で保持してください。
- ・保持状態が保てなくなった時点で、ゆっくり力を緩めてください。
- ・保持時間は、最初は1分から徐々に増やしていきましょう。
- ・バネの反力に耐えることで筋力がアイソメトリック運動(等尺性運動)により強化されます。

2. V型状態で、バネの圧縮と振動を併用した運動

- ・筋力に負荷を掛けながら、振動により筋肉を和らげます。

3. V型状態で、バネの圧縮とEMSを併用した運動

- ・筋力に負荷を掛けながら、より広範囲に筋肉を和らげます。

4. V型状態で、バネの圧縮と振動+EMSを併用した運動

- ・筋力に負荷を掛けながら、デュアルエクサVを利用した最大の運動ができます。

5. フラット状態で足裏を乗せ、EMSを使った運動

- ・より広範囲に筋肉をトレーニングし、筋力強化ができます。

※「EMS」とは

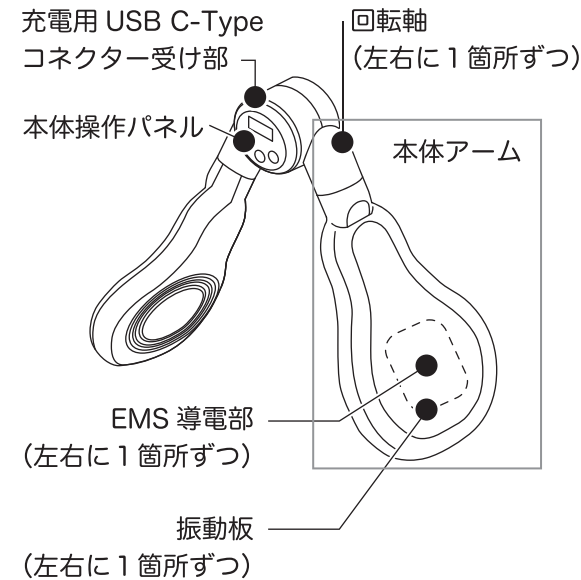
- ・筋肉に電気(微弱電流)を流し、筋肉を筋繊維まで運動させる機能です。
- ・Electrical Muscle Stimulation(電氣的筋肉刺激)の略式表示です。
- ・身体に電気を流すため、素肌に電極(EMS導電部)をあてる必要があります。
- ・EMSの動作はプログラムにより強さと速さが時間とともに変化していきます。

※「アイソメトリック運動(等尺性運動)」とは

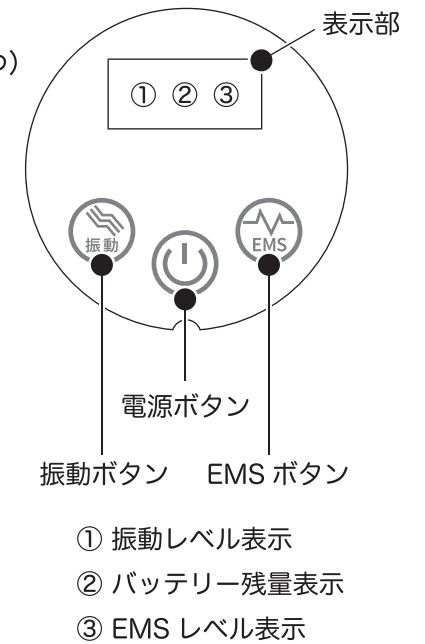
- ・別名“静的トレーニング”とも呼ばれています。
- ・身体を動かさず一定のポジションをキープして負荷をかけるトレーニングです。
- ・筋肉を伸縮させることなく、力だけを加える運動です。

各部の名称

本 体

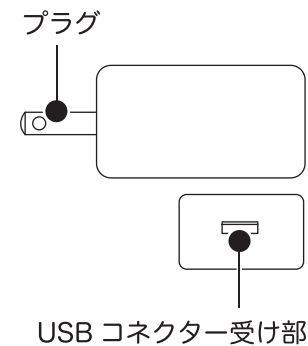


本体操作パネル

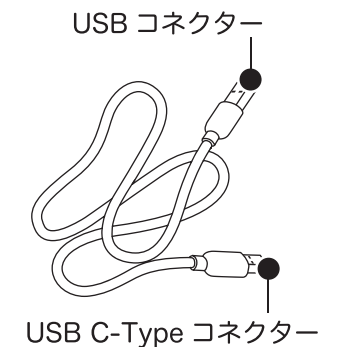


※①②③は説明の便宜上記載しています。

AC アダプター



USB コード



ご使用について

はじめてご使用になる時、また長時間ご使用にならなかった時は電池が自己放電し動かないことがありますので、ご使用の前に必ず充電してからお使いください。

充電方法

1. USBコードの「USB C-Type コネクター」を本体の「充電用 USB C-Type コネクター受け部」に差し込んでください。
2. USBコードの「USB コネクター」をACアダプターの「USB コネクター受け部」に差し込んでください。
3. ACアダプターの「プラグ」をコンセントに差し込んでください。
※充電中は本体操作パネル「表示部」に 三三三 が赤く点滅します。
4. 充電は約2時間行ってください。(充電残量が少ない時の満充電までの時間です)
※充電が終了すると本体操作パネル「表示部」の 三三三 が点灯に切り替わります。
5. 充電が終わったらUSBコードの「USB C-Type コネクター」を本体の「充電用 USB C-Type コネクター受け部」から抜き、ACアダプターをコンセントから外してください。

● 1回の充電で約1時間使用できます。

オートタイマーについて

本製品はオートタイマー機能を搭載しています。

使い過ぎや切り忘れを防止するため、動作開始から約5分で自動的に止まります。

オートタイマーオフを待たずに電源をお切りになりたい時は電源ボタンを押して切ってください。

電池のリサイクルについて

この製品に使用している「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ので、リサイクルにご協力をお願いいたします。

本製品を廃棄するときは、お住まいの市区町村の指導に従ってください。

お手入れについて

本製品を長期にわたりご使用いただくため定期的にお手入れをしてください。

- ・乾いた布で汚れを拭き取ってください。
- ・汚れが落ちない場合は、中性洗剤のうすめ液で拭き取ってください。
- ・シンナー、ベンジン、アルコール(アルコールを含むウェットティッシュ)などの溶剤及び熱湯などは使用しないでください。
変色、変形の原因になります。

※特に「EMS導電部」は素材の特性上、水分や汗、摩擦などにより色落ち、色移りすることがありますので十分ご注意ください。製品の使用には問題ありません。

保管について

- ・使用後は汚れやほこりを取り、湿気やほこりのある場所、直射日光が当たる場所や高温多湿なところは避け、乾燥した場所に保管してください。
- ・本製品でつまづかないような場所に置き、特に小さなお子様が勝手に触ることのないように必要に応じて梱包などを施してください。
- ・USBコードは、ねじれをほどこいて保管してください。

故障かなと思ったら

本製品に故障が発見された場合は使用をただちに中止し、電源を切り、ACアダプターを抜いてお買い上げ販売店またはご相談窓口にて点検、修理を依頼してください。

症状

調べるところ

▶動かない

- ◎ バッテリー残量が残っているか確認してください。
- ◎ 電源が「ON」になっているか確認してください。
- ◎ EMSは通電し動作するので素肌で行ってください。

▶使用中に止まった

- ◎ タイマーが働き「5分」経過すると自動的に停止します。
- ◎ バッテリー残量を確認してください。

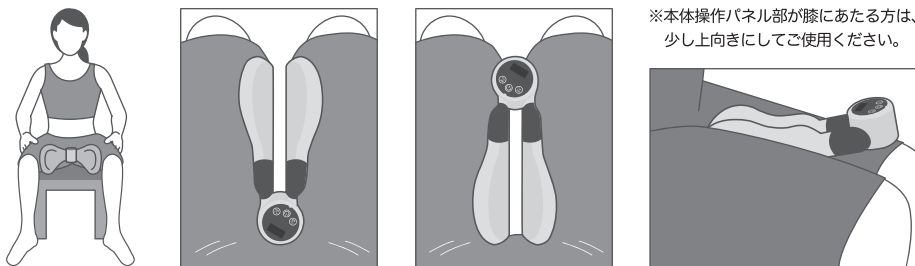
上記点検後、なお異常音、動作しないなどの異常を感じたら、直ちに使用を中止してください。

ACアダプターをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店またはご相談窓口にて点検・修理を依頼してください。

おすすめの使い方

1. V型状態 おすすめの使い方

内太ももに挟み、挟んだ状態を保持してください。 広がろうとするバネの力に逆らい、挟んでキープすることにより筋肉に負荷を掛け、トレーニング効果を高めます



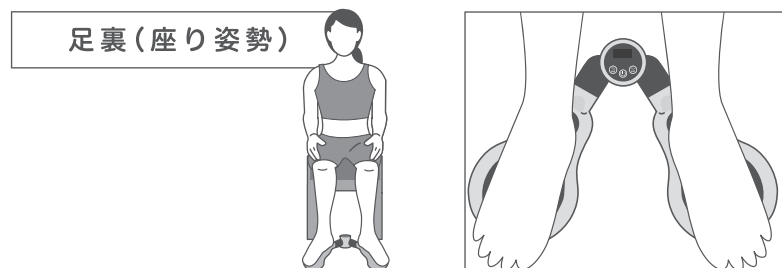
- ※本体の向きを変えることにより様々な部分を振動やEMSで刺激できます
- ※EMSは身体に電気を流すために素肌に電極(EMS導電部)をあてる必要があります。
- ※EMSが効きにくい時には肌を湿らせてください。

2. フラット状態 おすすめの使い方

フラット状態では主にEMS機能のみを使用してください。

身体の様々な部位を刺激することが出来ます。

EMSは身体に電気を流すために素肌に電極(EMS導電部)をあてる必要があります。



ご使用方法

1. 電源を入れる

電源ボタン(⏻)を押すと「ピッ」と鳴り、本体操作パネル「表示部②」にバッテリー残量「三」が表示されます。

- ・バッテリー残量 約70%以上の場合 三 で表示します。
- ・バッテリー残量 約40%～約70%の場合 二 で表示します。
- ・バッテリー残量 約40%以下の場合 一 で表示します。

※電源を「ON」にすると残量を検知するため、瞬間的に表示が上下に変化しますが約10秒後に表示が安定し正確な残量を表示します。

2. 振動の起動・終了

- ・振動ボタン(🌀)を押すとピッと鳴り、本体操作パネルの「表示部①」に振動レベルが表示され動作を開始します。
 - ・振動レベルは「1」から「5」までの5段階で表示されます。
 - ・振動ボタンを押すごとに振動レベルが上がります。
 - ・振動レベル「5」の時に振動ボタン(🌀)を押すと動作が止まり、本体操作パネル「表示部①」に「1」が表示されます。
- ※動作は停止していますが、タイマーは継続します。 起動から5分後にタイマーは停止します。

3. EMSの起動・終了

- ・EMSボタン(⚡)を押すとピッと鳴り、本体操作パネルの「表示部③」にEMSレベルが表示され動作を開始します。
 - ・EMSレベルは「1」から「5」までの5段階で表示されます。
 - ・EMSボタンを押すごとにEMSレベルが上がります。 レベル「1」から徐々に強くして強度を調整してご使用ください。
 - ・EMSレベル「5」の時にEMSボタン(⚡)を押すと動作が止まり、本体操作パネル「表示部③」に「1」が表示されます。
- ※動作は停止していますが、タイマーは継続します。 起動から5分後にタイマーは停止します。

4. 振動・EMSを動作中に電源ボタン(⏻)を押すとピッと鳴り動作が止まり、電源OFFとなります。

5. 電源を入れてから、どのボタンにも触れずに約1分を経過すると自動で電源OFFになります。再度作動させるには電源ボタン(⏻)を押してください。

- ※振動とEMSを同時に起動させることができます。
- ※振動からEMS、EMSから振動、振動とEMSを同時動作に切り替えた場合、起動から5分すると動作が止まります。
- 例：振動で約3分使用後にEMSに切り替えた場合EMSが約2分動作し電源OFFになります。

ご使用方法

6. 本体アームの切り替え方法

本商品は下記2通りでのご使用ができます。

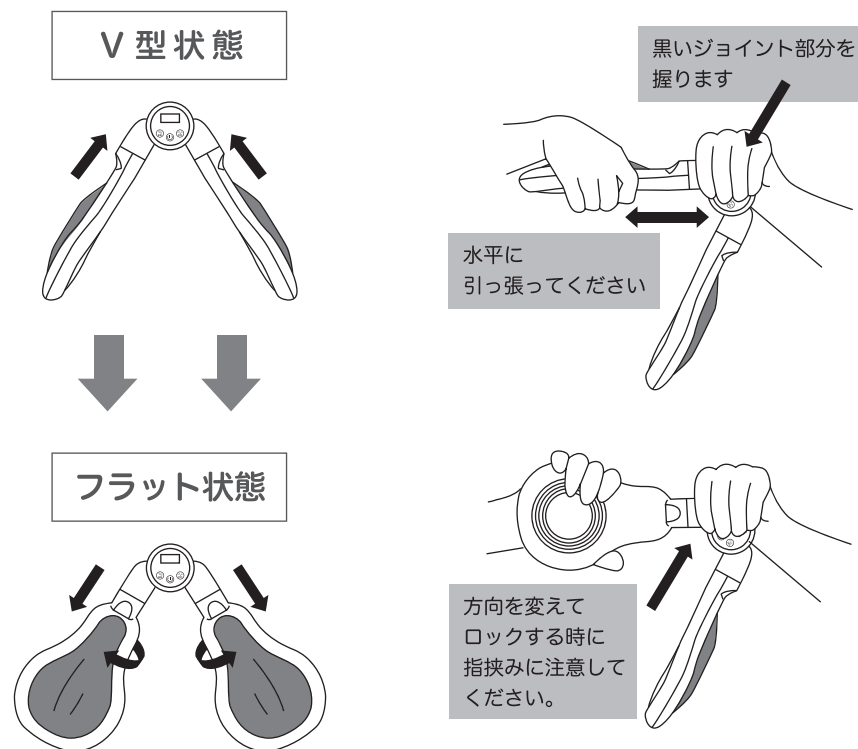
本体アーム部の回転軸を操作することによりV型状態（梱包時の状態）とフラットな状態にすることができます。

1) V型状態からフラット状態へするには

本体操作パネルを上にして本体アーム部の回転軸を引っ張りながら手前に回して止まれば手を離すと回転軸が戻り固定されます。

（本体アームは、右側も左側もそれぞれ内側に回してください。）

※黒い「EMS導電部」が上になります。



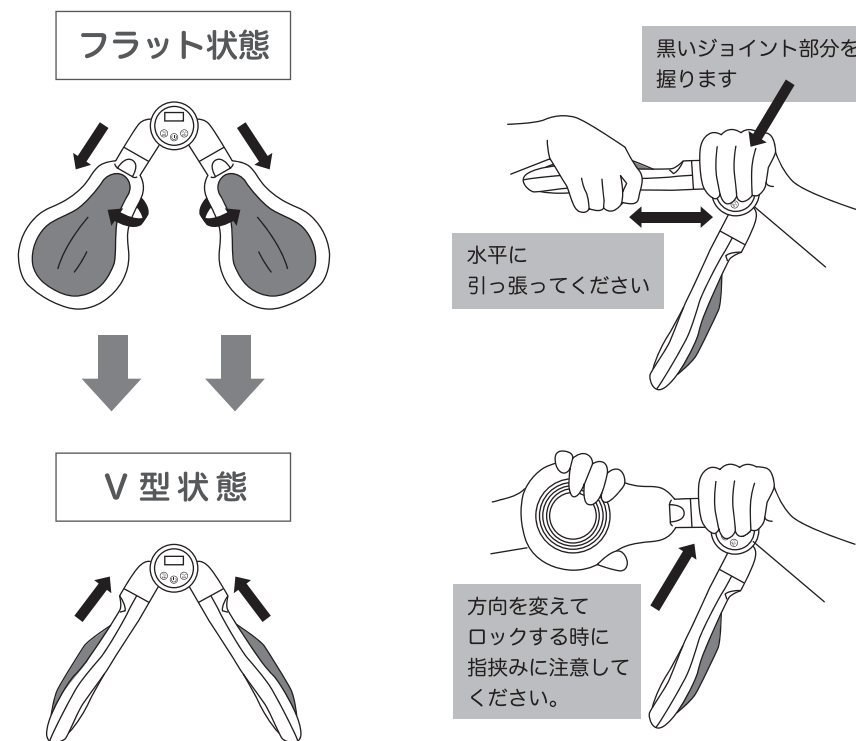
※反対方向には回転をしないでください。破損の原因になります。
また、外側には開けないでください。破損の原因になります。

2) フラット状態からV型状態へするには

本体操作パネルを上にして本体アーム部の回転軸を引っ張りながら外側に回して止まれば手を離すと回転軸が戻り固定されます。

（本体アームは、右側も左側もそれぞれ外側に回してください。）

※黒い「EMS導電部」が外側になります。



※反対方向には回転をしないでください。破損の原因になります。
また、外側には開けないでください。破損の原因になります。