

プラソニエ スタイルナビ Gold 取扱説明書

EMS SHAPE UP PS509

pour-A-soigné

Better Life Inc.

www.better-life.co.jp

pour-A-soigné

このたびは、プラソニエ スタイルナビ Gold (PS509)をお買い上げいただき誠にありがとうございます。 快適に安全にご使用いただくために、必ずこの取扱説明書をお読みください。 お読みになった後は大切に保管してください。

目次



で使用前に	スタイルナビGoldの特長1
	使用上の注意事項2~5
	セット内容・各部のなまえ6
ご使用方法	リードコードを接続する7
	ナビパッドを貼る8~9
	作動する10~12
	エクササイズのしかた
	ヒップコース13
	ウエストコース13
	レッグコース
	ナビパッドの貼りつけかた15~17
	Q & A18
仕様/保証など	お手入れ/保管方法19
	仕様/別売品20
	アフターサービフ / 保証書

ここに示した警告サインと表示記号は、本製品を安全に正しくお使いいただき、ご使用者自身や他の人々への危害や財産等への損害を未然に防止するためのものです。誤った取り扱いをすると生じることが想定される危害や損害の内容を「危険」「警告」「注意」に区分しています。

●警告サインの区分の意味は次のとおりです。

警告サイン	内 容	
危険	人が死亡または重傷を負う危険が、切迫して 生じることが想定される内容を示しています。	
<u> </u>	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ています。	
注意	人が傷害を負う可能性および物的損害の発生が想定される内容を示しています。 *物的損害とは、家屋、家財、および家畜、ペットにかかわる拡大損害を示します。	

●表示記号の意味は次のとおりです。

表示記号	内 容	
\bigcirc	この表示記号は、禁止行為(してはいけない こと)を示します。	
0	この表示記号は、行為を強制(必ず守ること) することを示します。	

本紙に記載されている内容に関し、ご不明点、ご質問等は、ご購入先または当社お客様相談室までご遠慮なくお問合せください。その際は下記商品名と型番をお申し付け下さい。

当社お客様相談室 🔯 0120-373-426 (9:00~17:00 土・日・祝祭日を除く)

http://www.better-life.co.jp メール:info@better-life.co.jp 型番: PS509 商品名: スタイルナビ Gold

危険

■次のような医療電子機器との併用は、絶対しないでください。



- ①ペースメーカーなどの体内植込型医療電子機器
- ②人工心肺などの生命維持用医療電子機器
- ③心電計などの装着型医療電子機器
- ④その他体内に装着している医療電子機器
- *これらの医療電子機器の誤作動をまねく恐れがあり大変危険です。

魚 警告

■次の人は、必ず医師と相談してで使用ください。
①悪性腫瘍のある人 ②心臓に障害のある人 ③
血圧に異常のある人 ④急性疾患のある人 ⑤糖
尿病の人 ⑥てんかんのある人 ⑦脊椎カリエス
の人 ⑧感染症疾患のある人 ⑨妊娠している人
や出産直後の人 ⑩皮膚知覚障害、または皮膚に
異常を感じている人 ⑪出血を伴う症状のある人
⑫有熱性疾患や安静を必要としている人 ⑬精神
機能、生理機能、内臓機能の弱い人 ⑭ケロイド
体質の人 ⑮その他医師の治療を受けているとき
や療養中、身体に異常のあるとき

*事故や体調を悪化させる恐れがあります。

♠ 警告

■次の箇所への使用はしないでください。

①心臓及びその周辺部 ②首から上、頭部・顔部、口部など ③わきの下 ④脚の付け根 ⑤性器およびその周辺部 ⑥ひざの裏 ⑦静脈瘤のある箇所 ⑧色素異常の箇所 ⑨整形やイレズミをした箇所及び炎症、ニキビ、湿疹等皮膚トラブルのある箇所



- *事故や体調不良を起す恐れがあります。
- ■次の体調のときは使用しないでください。 ①生理中 ②飲酒時 ③薬の服用時 ④疲労の 激しいとき ⑤本製品を使用し、体質やお肌の 異常を感じたとき
- *事故や体調不良を起す恐れがあります。
- ■本製品の目的である人体のエクササイズ (シェイプアップ、リラックス) 以外の目的での使用はおやめください。
- *事故やトラブル、故障につながる恐れがあります。

警告

- ■治療器や塗布剤との併用はしないでください。 *事故や体調不良を起す恐れがあります。
- ■本製品にセットされた指定のACアダプター以 外は、使用しないでください。
- *火災、感雷、けが、発熱の恐れがあります。
- ■サブリードコードの差込プラグは、メインリ ードコードの差込口以外には差し込まないでく ださい。
- *事故や感電の恐れがあります。
- ■分解や改造、修理はしないでください。
- *発火、故障、事故の原因になります。



警告

■パワーダイヤルは、いきなり強くしないで 徐々に強度を上げながら使用してください。

- *強いショックを受け、事故や体調不良を起す 恐れがあります。
- ■ACアダプターの取り扱いは、次の事項を必ず 守ってください。
- ①電源は、正しく配線された交流AC100V・ 50/60Hz 10A以上のコンセントを使用して ください。②コードの上に重い物を載せたり、 無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、 束ねた状態で使用しないでください。③濡れた 手で電源、ACアダプター、本製品に触れないで ください。④電源を抜くときは、コードを持た ず、必ず本体を持って引き抜いてください。⑤ で使用後は必ずACアダプターをコンセントから 抜いてください。
- *感電、ショート、発火する恐れがあります。

■ぬれた手で使用しないでください。

*感電やショート、事故のおそれがあります。

注意

■身体や本製品に異常を感じたら、すぐに使用を中止してください。

①身体に異常を感じたら、医師に相談して指示に従ってください。②本製品(本体、ACアダプター、各リードコード 及びナビパッド)に損傷、異常等がある場合はすぐに使用を中止し、ご購入先か、当社お客様相談室にご連絡ください。 ■ナビパッド(導電用パッド)の取り扱いは、次の事項を必ず守ってください。



①身体に完全にナビパッドが貼りついた状態でで使用ください。はがれたりコードが外れたりしますと安全装置が働き作動停止し ます。粘着力が弱まり貼りつきが悪くなったものは、新しいナビパッドと交換してください。②使用の途中(作動中)に他の部位に ナビパッドを貼りかえる場合は、必ず電源ダイヤルを「OFF」に戻してから貼りかえてください。 ③使用の途中(作動中)に、他の人 にナビパッドの貼りかえをしないでください。④ナビパッドを肌に貼りつけたまま放置しないでください。⑤使用中(作動中)にナ ビパッドにベルトやネックレスなどの金属が触れないようにしてください。*強いショックや炎症等事故を起こす恐れがあります。

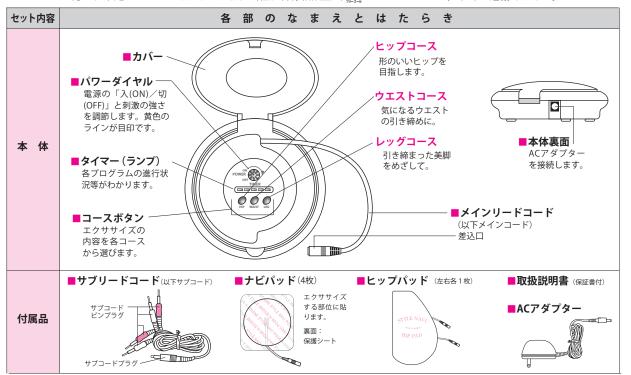
注意

- ■お子様やご自分で意思表示ができない人のご使用は絶対避け、また、手の届くところへの保管もしないでください。 *事故や体調不良を起こす恐れがあります。
- ■浴室などの湿度の高いところや、入浴しながらの使用はしないでください。 *強いショックを受け事故の原因となります。 **■食後30分以内のご使用は、おやめください**。 *気分が悪くなる恐れがあります。
- **■自動車などの運転中や動きながらの使用はしないでください**。*強い刺激を受けると事故やトラブルの原因になります。
- ■就寝しながら使用しないでください。 *パッドが思わぬところに貼りついて、事故や体調不良を起す恐れがあります。
- ■一ヶ所に長時間(30分以上)使用しないでください。 *気分が悪くなったり、筋肉が疲労し体調不良を起す恐れがあります。
- ■本製品をしばらく使用せず、再使用するときは、必ず本製品が正常に作動することを確認してください。
- ■本製品の取り扱いは、次の事項を必ず守ってください。①水や他の液体をかけたり、浸したりしないでください。 ②高温、多湿、振動のあるところ、直射日光のあたる場所での使用または放置、保管はしないでください。③使用後 は、操作ボタン等を元の位置に戻して保管してください。



必ず守る

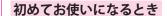
セット内容 · 各部のなまえ 付属品をお確かめください。



リードコードを接続する

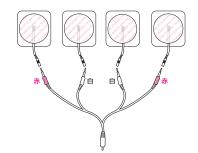
- 1 パワーダイヤルが「OFF」になっているか確認する。
- 2 本体に巻いてあるメインコードを外し、 そのコードを伸ばす。
- サブコードをメインコードに接続する。 サブコード差込みプラグをメインコード差込口にしっかりと差し込む。





保護シートは、ナビパッドの粘着 部の乾燥を防ぐために貼ってあり ますので、で使用寸前まではがさ ないでください。また、で使用後 は保護シートを貼って保管してく ださい。

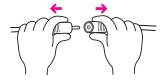
4 サブコードとナビパッドを接続する。



リードコードの取り扱いについて

- *各リードコードを極端に折り曲げたり、引っ張ったりしないでください。
- *メインコードからサブコードを抜くときは、プラグを持って

抜いてください。また外れ ないよう、しっかりとはめ てください。使用中外れま すと安全装置が働き作動停 止します。



ナビパッドを貼る

- 1 ナビパッドを貼る部位のお肌を清潔にして、 汗ばんでいるときは、よく乾かす。
- 2 保護シートをはがす。

パッドから出ているコード は、絶対に引っ張らないで ください。

特に最初のうちは、粘着 力が強いのでゆっくりは がしてください。



3 1 枚ずつ折り曲げないようにエク ササイズする部位に貼る。

> 全てのパッドを肌に密着させてく ださい。使用中にはがれたりしま すと安全装置が働き作動停止しま す。

- *必ず4枚のナビパッドを貼って で使用ください。(ヒップパッド の場合は2枚)
- *ナビパッドは肌に密着して貼ってください。
- *貼りつけかたは、15~17ページをご参照ください。

初めてお使いになるとき

保護シートは、ナビパッドの粘着部の乾燥を防ぐために貼ってありますので、ご使用寸前までははがさないでください。また、ご使用後は、保護シートを貼って保管してください。

パッドの取り扱いについて

- *折り曲げないでください。
- *粘着面はなるべく指でふれないようにしてください。
- *重ならないように貼ってください。
- *肌からはがす時はコードを引っ張らないでください。
- *粘着力が落ちてきたらお手入れをしてください。 (19ページ参照)

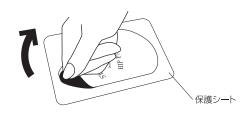
♀ 重 要

特に新しいパッドは、粘着力が強く、無理に引っ張ると、ジェル部がパッドから取れてしまうことがあります。

黒い電導部が直接肌に触れるとヤケドになる等 大変危険です。ジェル部が電導部を覆っている ことを確認してご使用ください。

ヒップパッドを貼る

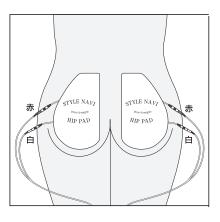
- ①ヒップパッドを貼る部位のお肌を清潔にして、汗ばんでいるときは乾かす。
- ②保護シートをはがす。



● 重 要

特に新しいパッドは、粘着力が強く、無理に引っ 張ると、ジェル部がパッドから取れてしまうこと があります。

黒い電導部が直接肌に触れるとヤケドになる等 大変危険です。ジェル部が電導部を覆っている ことを確認してご使用ください。 ③エクササイズ部位に貼る。(完全に密着させてください。)



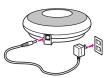
注意:ヒップパッドを折り曲げないように注意してください。

- :ヒップパッドが浮いたり、一部はがれたりすると安全装置が働き作動停止します。
- :肌からはがすときは絶対にコードを引っぱらないでください。

作動する

電源を入れる。

- ①パワーダイヤルが「OFF」になっているか確認する。
- ②ACアダプターを本体と電源コンセントに接続する。 タイマーランプが点滅します。





③パワーダイヤルを「ON」に する。コースボタン3種が 点灯します。



フ エクササイズ方法を1つ選ぶ。

- ①コースボタン3種の中から1つを選び押す。
- ②選んだコースボタンが点灯。(他のコースボタンは消え ます。)
- ③パルスが流れる。

ヒップコース

形のいいヒップを目指します。(13ページ)

ウエストコース

気になるウエストの引締めに。(13ページ)

レッグコース

引締まった美脚をめざして。 (14ページ)





注意:パワーダイヤルをさらに右に回すと刺激の強さの調 整機能になりますので、この段階では「ON」の位置でパワ ーダイヤルを止めておいてください。使用の際は一気に回 すと急に強い刺激が来ますので充分にご注意ください。

刺激の強さを調節する。

パワーダイヤルを徐々に右に回す。 ※使い始めから強くせず、徐々にならしていってください。



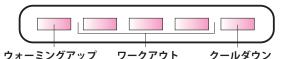
注意: いきなりパワーダイヤルを右に回すと、 パルスが強く流れ、強い刺激を受けますので、 充分で注意ください。

I	ク	サ サ イ ズ の め や す 18ページ Q&A参照	
時	間	1ヶ所1回 約30分	
回	数	1日1回(同箇所)	
強	さ	心地よさを目安に	

*パルスとは、ごく短時間だけ流れる電流 や電波のことです。

4 タイマー作動。

9ページ2のコースボタンを押すと、同時にタイマー ランプが点灯し自動的に作動。各ステップ(①ウォー ミングアップ/②ワークアウト/③クールダウン)の 順に各プログラムに合った時間でタイマーランプが消 えていきます。終了と同時に、タイマーランプ全体が 点滅し、選んだコースボタンは消えます。

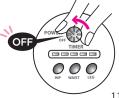


*レッグコースにクールダウンはありません。

5 エクササイズが終了したら電源を切る。

- ①パワーダイヤルを左に回し「OFF」にする。タイマ ーランプ全体が点滅します。
- ②ACアダプターを本体と電源コンセントから抜く。 引き続き、エクササイズを行なう場合は、一旦パワー ダイヤルを「OFF」にしてからご使用ください。

注意:コースの種類によっ ては、刺激の強さが違いま すので、パワーダイヤルを 「OFF」にした上で新たに 設定をしてください。



6 収納する。

注意: ナビパッドを放置しておくと乾燥し、粘着力が弱まります。保護シートを貼り、保管してください。 (19ページ参照)

こんなときはどうする?

- ◆**エクササイズの途中で終了したいときは**… パワーダイヤルを「OFF」 にして電源を切る。
- ◆エクササイズの途中で他のコース(プログラム)に 切り替えたいときは…
- ①パワーダイヤルを「OFF」 にする。
- ②パワーダイヤルを「ON」にして、新たなモード を選ぶ。

注意:必ずお守りください

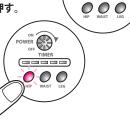
- ①電源を入れた時、コースボタン3種が点灯し、タイマーランプ全体が点滅したときは、パワーダイヤルが「ON」の状態でACアダプターを本体に接続しています。(この状態のときに、コースボタンを押しても作動いたしません。)一旦、パワーダイヤルを「OFF」に戻してから「ON」にしてください。
- ②エクササイズの途中で、ナビパッドがはがれた場合、 又は、サブコードがメインコードから外れた場合は 安全装置が働き、作動停止します。その場合は、いったんパワーOFFにし、はがれたパッドや外れたコードを確認した後もう一度最初からやりなおして下さい。

エクササイズのしかた

HIP ヒップコース

形のいいヒップを目指します。

- ①電源を入れる。
- *「ON」の位置でパワーダイヤルを 止めておいてください。
- ②コースボタン「HIP」を押す。
- *選んだボタンのみが 点灯します。



③タイマー作動

エクササイズ	ウォーミング	ワ ー ク	ク ー ル
時間	アップ	ア ウ ト	ダ ウ ン
計30分	5分	20分	5分

このプログラムは、体を作りあげることに集中するために、 ウエイトトレーニングに匹敵する運動の刺激を与え、筋肉の 引き締めと形成を促します。

WAIST ウエストコース

気になるウエストの引き締めに。

- ①電源を入れる。
- *「ON」の位置でパワーダイヤルを 止めておいてください。



*選んだボタンのみが 点灯します。



000

③タイマー作動

エクササイズ ウォーミング 時間 アップ 5分		ワーク アウト	クールダウン
		20分	5分

このプログラムは、筋肉を短い時間に細かく動かすことで、 エアロビクス運動のように、エネルギーの消費を促します。

LEG レッグコース

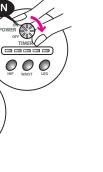
引き締まった美脚を目指して。

①電源を入れる。

*「ON」の位置でパワーダイヤルを 止めておいてください。

②コースボタン「LEG」を押す。

*選んだボタンのみが 点灯します。



※パワーを調整する時に一気に右へまわさないように充分で注意ください。
徐々に回すようにしてください。

③タイマー作動

エクササイズ	ウォーミング	ワークアウト	ク ー ル
時間	アップ		ダ ウ ン
計30分	5分	25分	_

POWER OFF

000

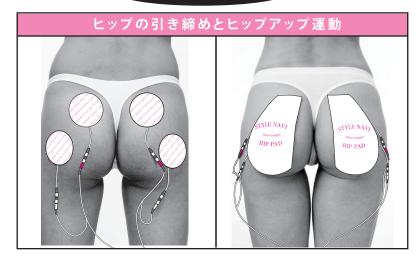
このプログラムは、断続的な刺激で蓄積された脂肪や水分に 働きかけ、またセルライトトリートメントにもおすすめのプログラムです。 注意:エクササイズを行なっている時は、ナビパッドがはがれることのないように、読書などくつろいだ状態でで使用ください。尚、万一、はがれた場合は作動停止しますので一旦、パワーダイヤルを「OFF」にし、再度貼りなおしてください。

*各エクササイズ時間は、多少の誤差が生じることがあります。

各コース別/パッドの貼り付け方

パッド貼り付け方の写真のように左右対称になるようにしてください。 パッドを貼り付ける際に化粧等は落としてください。また、肌が汗ばんでいる場合は 乾いたタオル等でよく拭いてからお願いします。

HIP(ヒップ)コース

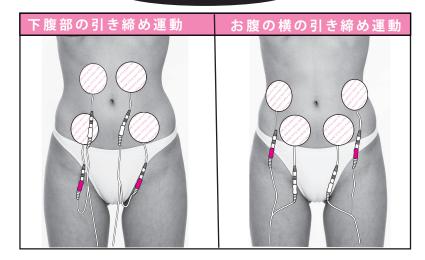


※パッドの貼る位置によって刺激が異なる場合があります。その時は位置を少しずらすなどして調節してください。

各コース別/パッドの貼り付け方

パッド貼り付け方の写真のように左右対称になるようにしてください。 パッドを貼り付ける際に化粧等は落としてください。また、肌が汗ばんでいる場合は 乾いたタオル等でよく拭いてからお願いします。

WAIST(ウエスト)コース

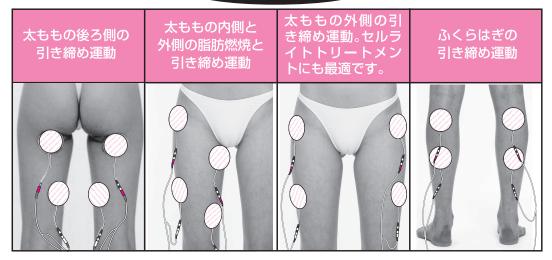


※パッドの貼る位置によって刺激が異なる場合があります。その時は位置を少しずらすなどして調節してください。

各コース別/パッドの貼り付け方

パッド貼り付け方の写真のように左右対称になるようにしてください。 パッドを貼り付ける際に化粧等は落としてください。また、肌が汗ばんでいる場合は 乾いたタオル等でよく拭いてからお願いします。

LEG(レッグ)コース



※パッドの貼る位置によって刺激が異なる場合があります。その時は位置を少しずらすなどして調節してください。

スタイルナビGold Q&A

〇:毎日使ってもいいのですか?

A: HIPのヒップコースは、筋肉の形成運動ですので、48時間程度をあけて週3回程度がお勧めです。 WAISTのウエスコースは、引き締め運動ですので毎日の使用が可能です。 LEGのレッグコースは、毎日か1日おきがお勧めです。

〇: ピリピリくるだけで、効果はありますか?

A:ピリピリするだけでは、筋肉の運動は起こりませんので、効果は少ないです。ピリピリくるところから、も う少しパワーダイヤルを回しますと、筋肉が運動します。

(): 筋肉が動かないのですが。

A:原因として、 ①パッドの位置が適切でないこと。動かしたい筋肉の両端につけていますか? 電源を切っ て少し位置を変えて、試してください。自分の位置を覚えておくことが大切です。 ②パワーが少ないこと。 ピリピリするだけでは、筋肉の運動は起こりませんので、効果は少ないです。ピリピリくるところから、も う少しパワーダイヤルを回しますと、筋肉が運動します。

ごどのくらいで効果が表れますか?

A:太り方、体質等、個人差で違ってきますが、一般的に、3週間から1ヶ月ぐらいで筋肉が引き締まるなどの感 じが現れてきます。

お手入れ/保管方法

ナビパッドが貼りつきにくくなったとき

- ①電源を切り、サブコードからナビパッドをはずす。
- ③充分に水を切って、粘着面を自然乾燥させる。
- るときは、少量の水を流しながら指先で軽く数秒で洗う。
- ②水分を含ませた綿棒等で粘着面に水分を補う。汚れのあ ④保護シートを貼り、添付のビニール袋に入れて保管。

*ナビパッドは消耗品ですので、粘着力が低下したり、傷んだ場合は、別売品をお買い求めください。(20ページ)

ナビパッドの ●お湯や洗剤、薬品(シンナー、ベンジンなど)は使用しないでください。●つめやブラシなどで粘 お取り扱いに 着面を傷つけないでください。●長時間、頻繁に水洗いしないでください。●高温多湿、直射日光の **ついてのお願い** あたる場所に置かないでください。

本体のお手入れ方法

- ①電源を切り、本体からACアダプター、サブコード(含ナビパッド)をはずしてお手入れください。
- ②本体が汚れたときは、やわらかい布で軽くふき取ってください。汚れがひどいときは、水でうすめた中性洗剤 に布を浸しよく絞ってから、汚れをふき取り、乾いた布で仕上げてください。

▼注意
シンナー、ベンジン、研磨剤の入った洗剤、化学ぞうきんは使用しないでください。

保管場所は、高温多湿、振動、直射日光、お子様の手の届くところをさけ、安全なところに保管してください。 特に、ナビパッドは品質維持のために冷暗所等に保管してください。

※本製品を廃棄されるときは、お住まいの各自治体の指示に従い、廃棄処分してください。 地球環境のため、放置はしないでください。

仕様 / 別売品

■本体

	項目	内 容	項目	内 容
Ī	商品名称	プラソニエ スタイルナビ Gold	型番	PS509
	パルス幅	200 <i>μ</i> Sec	周 波 数	2∼77Hz
	収縮時間	0.9~6秒	回復時間	1.2~6秒
	最高出力	72mA(Pk to Pk 1kΩ負荷時)	消費電力	3.1W
	サイズ	径13.6 × 高3.8cm	重 量	約200g
	素材	ABS樹脂	原 産 国	中国

■ACアダプター

項目		内 容
入	力	AC100V 50/60Hz 5VA
出	力	DC12V 200mA
原原	崔 国	中国

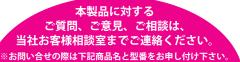
■別売品

別売品	詳細
ナビパッド	(1組4枚入り)
ヒップパッド	(1組2枚入り)
ACアダプター	1ケ
サブリードコード	1組

お求めは販売店又は当社お客様相談室へ。

保証とアフターサービス

本製品には下記に記載しています「保証規定」に基づき、お買上げの日から1年間の保証が付いています。保証書は必ず「お買上げ年月日」、「販売店」など、所定事項の記入及び記載内容をよくお読みのあと、大切に保管してください。尚、故障ないし異常が発生したときは、使用せず、下記に記載しています当社「お客様相談室」まで詳しい内容をお知らせください。



0120-373-426

9:00~17:00(土曜、日曜、祝祭日を除く)

http://www.better-life.co.jp メール:info@better-life.co.jp プラソニエ スタイルナビ Gold PS509

修理や部品のご依頼及び別売品のお買い求めは、お買い求め先または、当社お客様相談室までご相談ください。

-【保証規定】-

- 1. 保証期間内に取扱説明書及び添付の注意書き等に従い正常な状態で使用していて故障した場合には、本規定に基づき無料修理致します。但し、消耗品、付属品、メンテナンス費用等は除きます。
- 2. 保証期間内でも次のような場合は有料修理となります。
 - (1) 本保証書のご提示がないとき
 - (2) 本保証書にお買上げ年月日、お客様名、販売店名のない場合や 領収書などご購入日が分かる書類の提示の無い場合、または、文字 を書き換えられたもの
 - (3) お買上げ後の輸送、移動、落下等による故障及び損傷のとき (4) 火災、地震、水害、落雷、公害、異常電圧、その他天変地異、 戦争や紛争による故障及び損傷のとき
 - (5) 使用上の誤り、事故、乱用、異電圧及び不当な修理や改造による故障及び損傷
 - (6) 注意事項を遵守しなかった原因による故障
 - (7) お客様の不注意による故障
- 3. 修理を依頼される場合はお買上げ販売店ないし当社へ本保証書と 領収書などご購入日が分かる書類を添えてご依頼ください。 やむを得ず送付される場合は送料をご負担願います。
- 本保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
- 5. 本保証書は日本国内においてのみ有効です。
- 本保証書は個人の使用についてのみ有効です。業務用に使用の場合は本保証書の対象外です。