

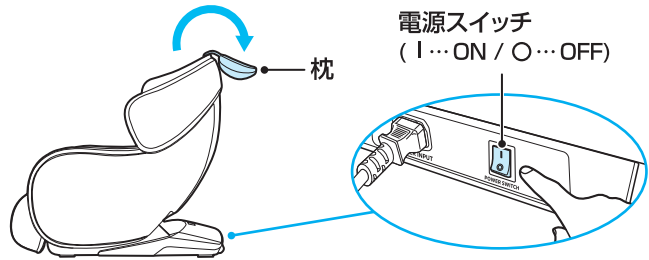
# MR390 カンタン操作ガイド

## 操作パネル



1 本体後側の下部にある電源スイッチを「ON」にします。

2 枕を後に回して、座ります。



3 操作パネルの **電源入/切** を押して、電源を入れます。

- 自動で背もたれ部が倒れ、脚部が上がります。
- **電源入/切** が点灯し、**自動コース** **もみ技** **チェアモード** が点滅します。


4 **自動コース** を押し、お好みの自動コースを選択します。

- 押すたびに以下の順番でコースが切り替わります。



### 自動コースの種類

順番/コース名	ランプ	コース内容
①全身リズミカル	青	全身をリズミカルなたたき動作を中心にほぐすコース
②全身疲労回復	緑	全身をじっくりとまなくほぐす疲労回復コース
③全身ゆったり	ピンク	全身をもみ動作を中心にゆったりほぐすコース
④全身ストレッチ	オレンジ	全身の筋肉を伸ばすようにほぐすストレッチコース
⑤首肩中心	水色	肩周りのこりや疲れをやわらげるコース
⑥腰中心	黄色	腰周りのこりや疲れをやわらげるコース
⑦骨盤中心	紫	骨盤周りのこりや疲れをやわらげるコース
⑧エア	白	エアーマッサージでソフトにほぐすコース

5 コースを選択すると、もみ玉が肩位置を自動的に検知します。検知が完了すると、マッサージが開始します。

- 検知された肩位置を調節したいときは、ランプが点滅し、ピッピッと音がしている間にダイヤル  を操作しお好みの位置に調節してください。

### ダイヤルの操作について

ダイヤルの操作	リクライニング角度調節	自動コースの肩位置調節/ 手動もみ技の範囲調節
 上側 (奥) に回す	背もたれ部が起き上がり、脚部が下がる。	もみ玉が下へ移動する。
 下側 (手前) に回す	背もたれ部が倒れ、脚部が上がる。	もみ玉が上へ移動する。

# カンタン操作ガイド

## 手動もみ技マッサージの使い方

もみ技

で 8 種類のもみ技から選択。

- ボタンを押すたびにもみ技が切り替わります。もみ技についての詳細は取扱説明書をご参照ください。

## 速さを調節したいとき

もみ速さ

で速さを4段階から選択。

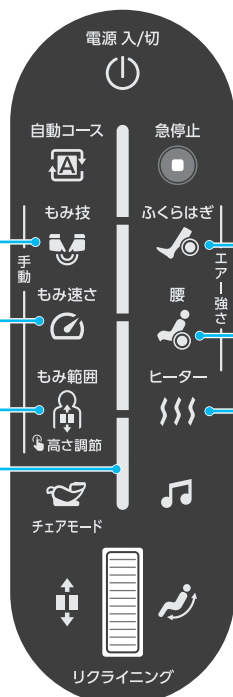
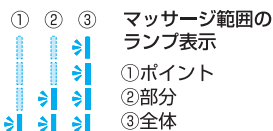
- 手動もみ技マッサージ中、ボタンを押すたびにマッサージ速度が切り替わります。

## マッサージ範囲を調節したいとき

もみ範囲

でマッサージ範囲を選択。

- 手動もみ技マッサージ中、ボタンを押すたびにマッサージ範囲が切り替わります。(ポイント → 部分 → 全体)
- 範囲設定「ポイント」「部分」のときに を長押し (約 3 秒) するとランプが点滅し、ダイヤルでもみ玉の位置を調節できます。



マッサージは約15分で終了します。

ただちにマッサージを停止する場合、

急停止 を押してください。

- 全ての動作が停止します。

マッサージを途中で終了する場合、

電源入/切 を押してください。

- リクライニングが起き上がり、もみ玉が収納位置まで移動し、終了します。

## エアーマッサージを調節したいとき

ふくらはぎ

腰

で動作を選択。

- ボタンを押すたびに「強さ 1」→「強さ 2」→「強さ 3」→「強さ 4」→「切」と切り替わります。
- 単独での使用はできません。

## ヒーターを「入/切」したいとき

ヒーター

で動作を選択。

- ボタンを押すたびに「入」→「切」と切り替わります。
- 単独での使用はできません。

ご使用の前に、取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

## 安全上のご注意



警告

- (1) 使用前には、必ずマッサージ部のカバーやその他の部分が破れていないか確認する。破れがあった場合は、小さな破れでも直ちに使用を中止し、電源プラグを抜き、修理を依頼する。また、カバーを外した状態で使用しないこと。
- (2) 絶対に改造しない。また、ご自分で分解、修理しない。
- (3) アースを確実に取り付ける。アースなしでは使用しない。
- (4) 使い始めは、弱い刺激でマッサージする。
- (5) マッサージをするときは、ピアス・イヤリング・ネックレス・襟巻きなどの装飾品をつけたまま使用しない。
- (6) 頭部に髪飾りなどの硬いものをつけて使用しない。
- (7) 腰・尻・ももをマッサージするときは、衣服 (ズボンなど) のポケットに硬いものを入れたまま使用しない。
- (8) 次の人は使用しない。  
医師からマッサージを禁じられている人  
(例：血栓 [そく (塞) 栓] 症、重度の動脈りゅう (瘤)、急性静脈りゅう (瘤)、各種皮膚炎および皮膚感染症 (皮下組織の炎症を含む) など)
- (9) 医師の治療を受けている人や心臓などに障害のある人、または身体に異常を感じているときは、必ず医師と相談のうえ、使用する。(詳しくは取扱説明書を参照)
- (10) お子様やご自分で意思表示できない人には使用させない。また、幼児を近づけない。
- (11) お子様を椅子の上で遊ばせたり、上に乗らせない。
- (12) リクライニングするときは、必ず周囲 (本体の後部、前部、側部、下部など) に人やペット、物が無いことを確認する。
- (13) ヒーターは長時間使用しない。また、同一箇所長時間触れるような使い方をしない。
- (14) 使用にあたっては、取扱説明書をお読みください。