

保証書

持込修理

品番	HU36BW(ブラウン × ホワイト) / HU36IP(アイボリー × ピンク)		
お買上げ日	年 月 日	保証期間	お買上げ日から1年間
お客様	ご住所 〒		
	電話番号 () -		
	お名前		
販売店	様		

本書はお買上げ日から上記の期間中に故障が発生した場合、アフターサービスに記載の保証規定に基づいて無料修理を行うことをお約束するものです。

個人情報の取扱いについて

■お客様にご記入いただきました個人情報につきましては、修理等の本製品に関わる業務においてのみ利用させていただきます。また、修理業務のために製造メーカーに提供する場合があります。

- 修理・故障の際は、お買上げの販売店にご相談ください。修理は持込修理とさせていただきます。遠方の方はご相談ください。
- 操作方法・組立方法・その他のお問合せはお買上げの販売店又はお客様ご相談センターにご相談ください。
- 消耗品は保証期間内であっても有償となります。詳しくはお客様ご相談センターへご相談ください。



愛情点検

長年ご愛用のフララ (エクササイズチェア) の点検を

こんな症状はありませんか

- 使用中に異常な音がる
- 本体や部品にひび割れがある

ご使用中止

販売店又はお客様ご相談センターに点検をご相談ください。

【地球の環境保護の為、廃棄する時はそのまま放置せず、各自治体の取り決めに従ってください。】

販売元
株式会社 ツインズ

〒273-0853
千葉県船橋市金杉7-1-9
ツインヒルズ西館3F

TEL:047-449-8380 FAX:047-449-8381
URL <http://www.twins-corp.com/>

お客様ご相談センター

フリーダイヤル
0120-980-997

受付時間：10:00～12:00
13:00～16:00

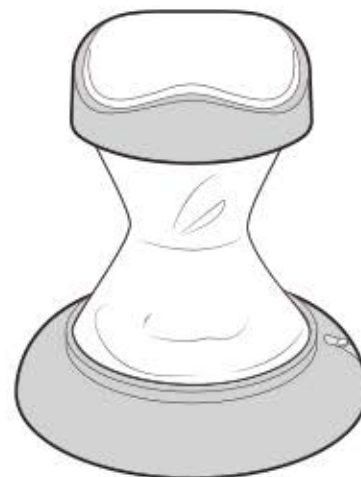
月～金曜日
(祝日・年末年始・夏季休業を除く)

取扱説明書

フララ(エクササイズチェア)

品番：HU36BW(ブラウン × ホワイト)
HU36IP (アイボリー × ピンク)

このたびはフララ(エクササイズチェア)をお買い上げいただきありがとうございます。
ご使用前に、この取扱説明書を最後までお読みの上、正しい使い方で
未永くご愛用ください。お読みになった後は大切に保管し、わからない
ことや不具合が生じた時にお読みください。



フララで
エクササイズ

もくじ

安全上のご注意	1
同梱品	2
各部の名前	3
取り付け・取り外しのしかた 本体	4
取り付け・取り外しのしかた カバー	7
ご使用前に	8
つかいかた	9
お手入れのしかた	10
故障かなと思ったら	11
製品仕様	12
アフターサービス	13

保証書付

■この製品は国内専用です。

ver.2.0

安全上のご注意

ご使用前に必ずこの「安全上のご注意」をお読みいただき、正しく安全にお使いください。

- ここに記した注意事項は、製品を正しく安全にお使いいただき危害や損害を未然に防ぐためのものです。
- ここでは注意事項を「⚠警告」と「⚠注意」の2つに区分して安全にご使用いただくために必ずお守りいただくことを記載しています。

⊘ 記号は<禁止>(しないでください)を表示します。

ⓘ 記号は<強制>(必ずしてください)を表示します。

⚠ 警告 人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容

次の人は使用しない

医師から運動を禁じられている方



禁止

- 例
- ・血栓症
 - ・重度の動脈りゅう(瘤)
 - ・急性静脈りゅう(瘤)
 - ・各種皮膚炎及び皮膚感染症(皮下組織の炎症を含む)

症状を悪化させる恐れがあります。

次の人は医師に相談の上使用する



厳守

- (1)ペースメーカーなどの電磁障害の影響を受けやすい体内埋込型医療機器を使用している人
- (2)悪性しゅよう(腫瘍)のある人
- (3)心臓に障害のある人
- (4)妊娠中や出産直後の人
- (5)糖尿病などによる高度な末梢循環障害による知覚障害のある人
- (6)骨粗しょう(鬆)症の人、せきつい(脊椎)を骨折している人、ねんざ(捻挫)、肉離れなどの急性とう(疼)痛性疾患の人
- (7)治療部位に創傷のある人
- (8)体温 38℃以上(有熱期)の人
(例:急性炎症症状[けん怠感・悪感・血圧変動など]の強い時期、衰弱している時)
- (9)安静を必要とする人や著しく体調のすぐれない時
- (10)背骨に異常のある人、曲がっている人
- (11)椎間板ヘルニア症の人
- (12)上記以外に身体に特に異常を感じている時
- (13)温度感覚喪失が認められる人
- (14)その他、医療機関で治療中の人

事故や体調不良を起こす恐れがあります。

修理・改造をしない



禁止

故障やけがの原因となります。異常動作・けがにつながる恐れがあります。故障の際は、販売店またはお客様ご相談センターにご相談ください。



禁止

ⓘ 小さなお子様・自分で意思表示のできない人・自分で操作ができない人に使わせない。また、幼児の手の届く所に置かない。事故やけがの恐れがあります。



厳守

ⓘ 本体に異常がある場合は使用しない。使用中に本体から異音がしたり、異臭を感じたり、その他異常を感じた場合は使用を中止し、お買い上げの販売店またはお客様ご相談センターにご相談ください。



禁止

ⓘ 次の機器と同時に使用しない。また、他の治療機器と同時に使用しない。

- 例
- ・身体付近で発熱する暖房機器
 - ・電気毛布
 - ・敷布
 - ・こたつ
 - ・あんか
 - ・など

けがの恐れがあります。



厳守

ⓘ しばらく使用しなかった本体を使用する時は、本体が正常に、かつ、安全に作動することを確認する。



注意

⚠ 人が傷害を負う可能性及び物質的損害の発生が想定される内容

ⓘ 使用中に異常を感じたら使用を中止する



厳守

ⓘ 使用中に身体に異常が現れたり、違和感を感じた時はただちに使用を中止し、医師にご相談ください。使用を続けると、事故やけが、体調不良を起こす原因となります。



禁止

ⓘ 水につけたり、水をかけたりしない。本体は防水ではありません。故障の原因となります。



禁止

ⓘ 本体の隙間に金属物や物などを入れない。内部の故障の原因となります。



禁止

ⓘ 湿気が多い場所や水のかかる場所で使用しない。浴室やプールなど湿気が多い場所で使用しないでください。錆が発生したり故障の原因となります。

安全上のご注意



厳守

ⓘ 周囲に人・ペット・物等が無く、安全と確認された場所で使用する。



厳守

ⓘ ご使用後は、ロックレバーをONに入れ、回転を止めた状態にする。



厳守

ⓘ 椅子としてご使用する際はロックレバーをONに入れ、回転を止めた状態にする。



禁止

ⓘ 滑りやすい床面では使用しない。



禁止

ⓘ 座面の上に登らない。転倒の原因となります。



禁止

ⓘ 座面以外の所に座らない。転倒し、ケガをする事があります。



禁止

ⓘ 同時に2人以上で腰掛けない。



禁止

ⓘ 座面に勢いよく座らない。



厳守

ⓘ ネジ等、各部のゆるみを1カ月に1度の目安で点検する。



厳守

ⓘ 可動部の隙間に手足などを挟まないように注意する。



厳守

ⓘ 製品の移動は引きずらずに、本体を持って移動する。

同梱品

同梱品



座面



カバーフック
(梱包時はカバーの中に入っています)



安全キャップ



カバー

台座



回転シャフト



取扱説明書
(保証書)

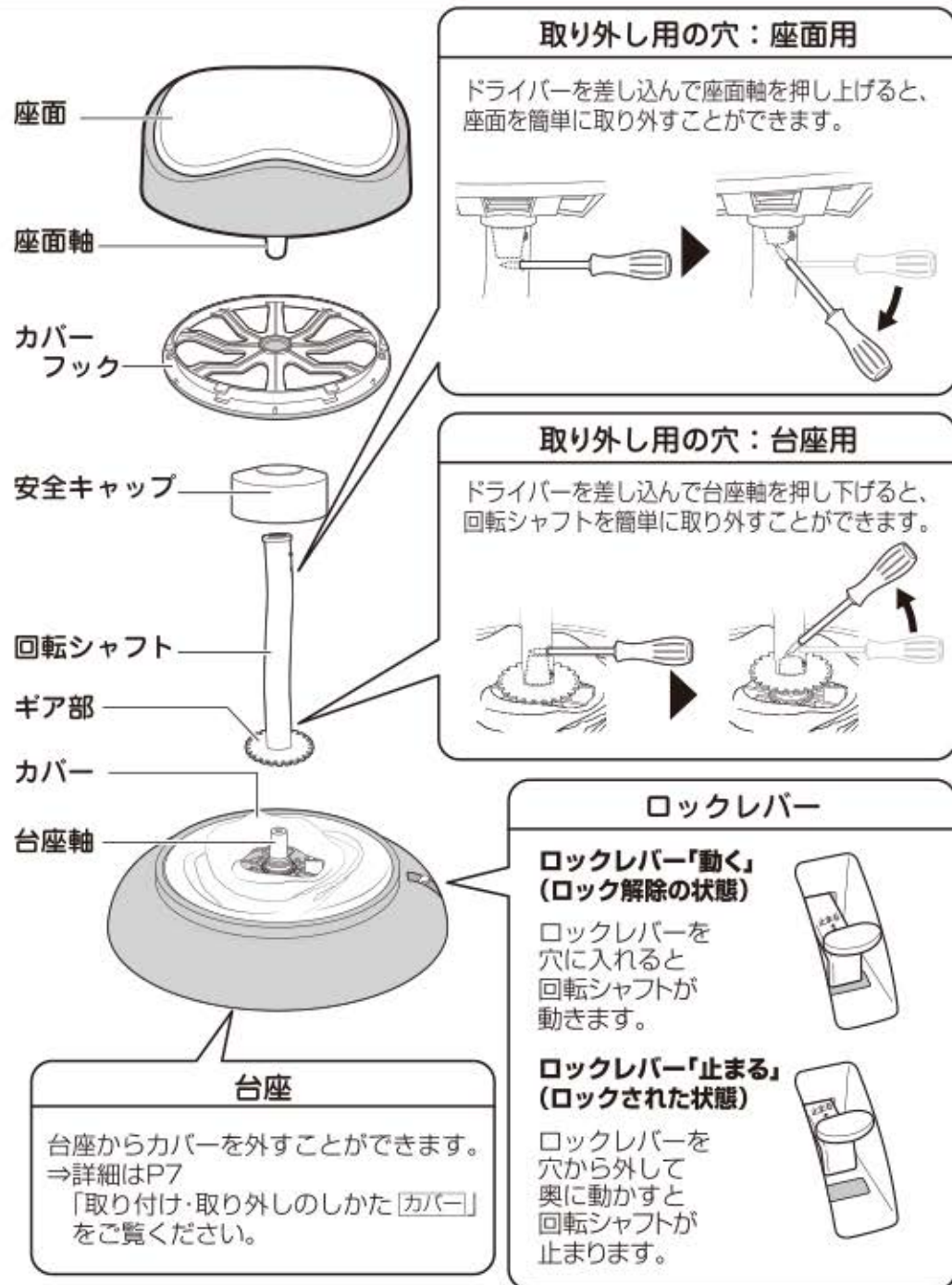


エクササイズ
マニュアル



取り付け・
取り外し説明書

各部の名前



取り付け・取り外しのしかた **本体**

- 取り付け・取り外しの際は、部品等でけがをしないようお気を付けてください。
- 必ず全ての部品を取り付けてお使いください。

本体の取り付け ※詳細は別紙:取り付け・取り外し説明書参照

- ①カバーの中からカバーフックを取り出し、台座軸に回転シャフトを差し込みます。



※回転シャフトが抜けを確認してください。

- ②ロックをかけておきます。



※安全キャップを被せる前にロックをかけておきます。

- ③回転シャフトに安全キャップを通して、ギア部にかぶせます。



安全キャップの爪を台座のくぼみへ差し込みます。
 ※2か所あります。

- ④2種類の突起のある方を上にしてカバーフックを回転シャフトに通した状態でカバーをセットします。

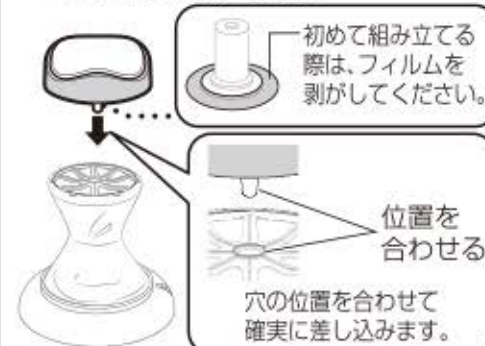


- ⑤カバーフックを回転シャフトに載せます。



- ⑥座面を取り付けます。

※取り付けが完了します。

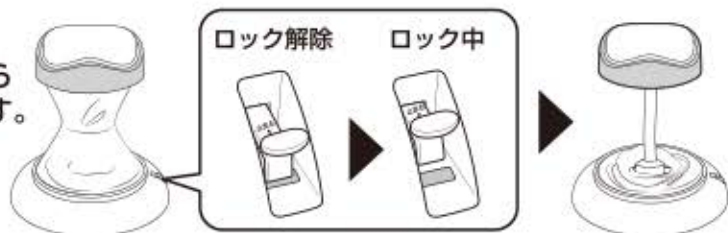


※座面が抜けを確認してください。

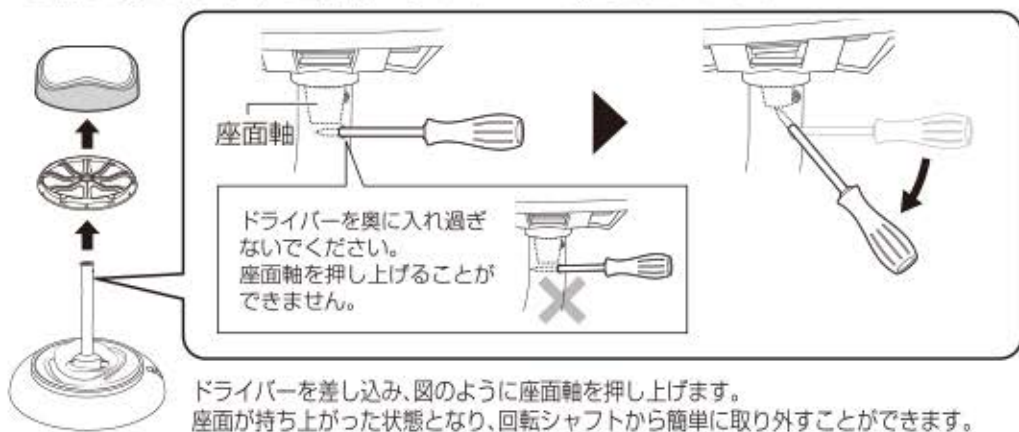
取り付け・取り外しのしかた **本体**

本体の取り外し ※詳細は別紙:取り付け・取り外し説明書参照

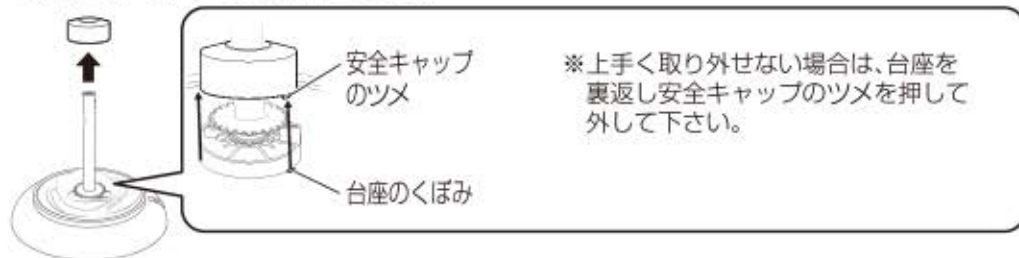
①ロックをかけて、
カバーフックから
カバーを外します。



②取り外し用の穴：座面用にドライバーを差し込みます。



③安全キャップを取り外します。



取り付け・取り外しのしかた **本体**

本体の取り外し ※詳細は別紙:取り付け・取り外し説明書参照

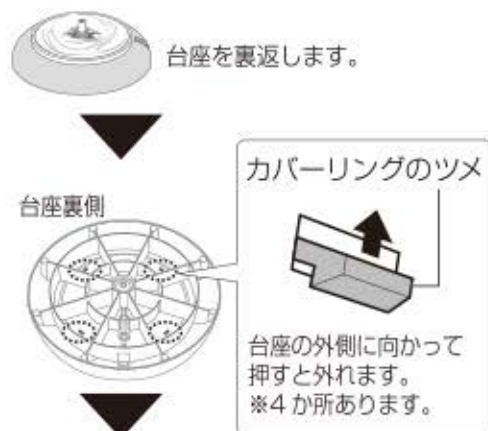
④取り外し用の穴：台座用にドライバーを差し込み、回転シャフトを取り外します。
※取り外しが完了します。



取り付け・取り外しのしかた カバー

カバーの取り外し

①台座を裏返し、カバーリングのツメを外側へ押し、台座から外します。



②カバーリングからカバーを外します。

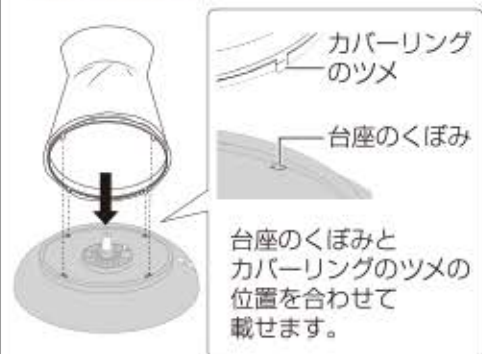


カバーの取り付け

①カバーリングにカバーを取り付けます。



②カバーリングのツメを台座のくぼみに差し込みます。

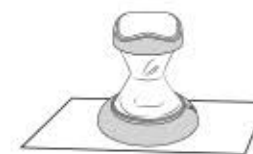


※カバーが抜けないことを確認してください。

ご使用前に

設置のしかた

- ①周囲に障害物がなく固く水平な床の上に設置します。
- ②床に傷がつかないようにマットなどを敷いてください。



基本姿勢 ※効果的に運動するためのポイントです



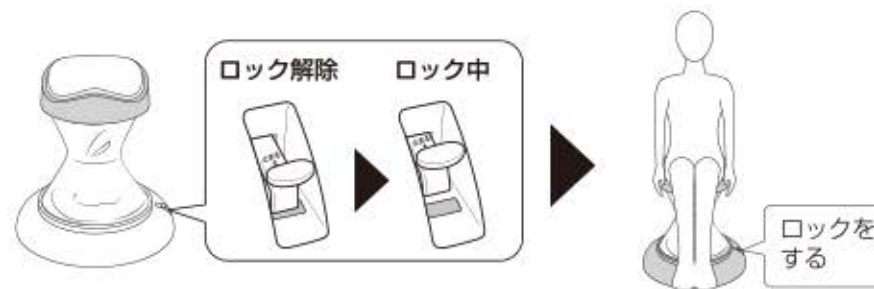
注意

座面の一方に体重がかかる乗り方は、転倒によるけがや本体の故障となるおそれがあります。



椅子としてご使用する場合

椅子としてご使用の際はロックレバーを「止まる」にし、回転シャフトを止めた状態にしてください。※座面は回転します。



つかいかた

使用例 (基本的な使い方)

10分間使用した後は、かならず休憩をはさんでください。
連続使用はしないでください。
※ロックをかけた状態(ロックレバー「止まる」)でご使用をはじめてください。

ツイスト運動

①基本姿勢で
乗ります



③腰をひねります



サークル運動

①基本姿勢で
乗ります



③上体をサークル上に回します

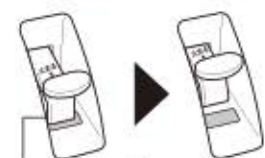


※詳しいエクササイズ方法は同梱のエクササイズマニュアルもご参照ください。

■ご使用後は
ロックがかかっていることを
確認してください。



ロック解除 ロック中



ロックレバー

ロックレバーを穴から外して
奥に動かすと回転シャフトが
止まります。

お手入れのしかた

- シンナー、ベンジン、アルコールは使用しないでください。
- 本体に色移りすることがありますので、色落ちしやすい布等でのお手入れはしないでください。

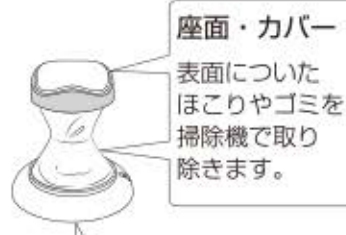
日常のお手入れ

①お手入れの前に
次の点をご確認ください



②本体をお手入れします

水洗いできません。



台座

- ①水又はぬるま湯を含ませたやわらかい布を固く絞って拭きます。
- ②乾いたやわらかい布で水分を完全に拭き取ります。

汚れがひどい場合は

台所用中性洗剤を薄めた水又はぬるま湯を含ませたやわらかい布を固く絞って拭いてから、上記「①～②」のお手入れをしてください。

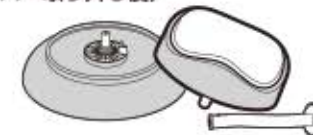
部品ごとのお手入れ

各部品の取り付け・取り外しのしかたは

- ⇒P4～6「取り付け・取り外しのしかた」**「本体」**
- ⇒P7「取り付け・取り外しのしかた」**「カバー」**
- ⇒取り付け・取り外し説明書(別紙)

をご覧ください。

- 座面 ■回転シャフト
- 台座 (カバー取り外し後)



左記「日常のお手入れ:②」に従って
お手入れをしてください。

水洗いできません。

- 安全キャップ ■カバーリング
- カバーフック



- ①台所用中性洗剤を薄めたぬるま湯に浸し、やわらかいスポンジ等でこすり洗いをします。
- ②よくすすいで洗剤を洗い流します。
- ③乾いた布等で水分を完全に拭き取ってください。

水洗いできます。

お手入れのしかた

保管のしかた

次のような場所に保管しないでください。

- ・高温になる場所
- ・直射日光の当たる場所
- ・湿度の高い場所
- ・お子様の手の届く場所

ご購入時に梱包されていた箱やビニール等に入れ、左記の場所を避けて保管してください。

各部位の取り付け・取り外しのしかたは

⇒P4～6「取り付け・取り外しのしかた **【本体】**」

⇒P7「取り付け・取り外しのしかた **【カバー】**」

⇒取り付け・取り外し説明書(別紙)

をご覧ください。

製品仕様

品番	HU36BW(ブラウン × ホワイト) / HU36IP(アイボリー × ピンク)
本体寸法(約)	幅 489 × 奥行 489 × 高さ 545mm 座面の高さ 450mm
質量(約)	約 4.35kg
材質	台・座面フレーム: ABS樹脂 クッション材: ポリウレタン カバーフック・安全キャップ・ロックレバー: ポリプロピレン シャフト: 鉄 カバー: ポリエステル 滑り止め: ニトリルゴム

■製品のデザインや仕様は、改良のため予告なく変更する場合がございます。

■製品の使用にあたっては取扱説明書に従ってください。

■使用前に破損していないか点検し、破損がある時は使用を中止してください。

故障かなと思ったら

こんなとき

確認してください

動かない	■ロックを外していますか。 ⇒ロックをご確認ください。
異音がる	■全ての部品を正しく取り付けられていますか。 ⇒P4「本体の取り付け」、P7「カバーの取り付け」のしかたに従って正しく取り付けをしてください。

保証書

■お買い上げ日・お客様・販売店欄に記入のない場合は無効となりますので必ずご確認ください。

1. この取扱説明書には商品の保証書がついています。お買い上げの販売店で「お買い上げ日・販売店」等の記入及び記載内容をご確認いただき、大切に保管してください。
2. 保証期間はお買い上げ日より1年間です。万一故障したときは、内部機構をさわらずにお買い上げの販売店又は、お客様ご相談センターにご相談ください。保証書の記載内容により修理いたします。詳しくは保証規定をご覧ください。
3. 保証期間経過後の修理につきましても、お買い上げの販売店又は、お客様ご相談センターにご相談ください。修理によって機能が維持できる場合は、お客様のご要望により有料修理いたします。
4. ご使用中に不審な点やふだんと変わった状態になりましたら、お買い上げの販売店又は、お客様ご相談センターにご相談ください。
5. この商品の補修用性能部品(商品の機能を維持するために必要な部品)の最低保有期間は製造打ち切り後6年間です。
6. 本製品は日本国内用に設計されています。
また、アフターサービスも受けることはできません。

This appliance is designed for domestic in japan only.
No servicing is available outside of japan.

7. アフターサービスについてご不明の点、その他当社製品についてのご相談、お問い合わせはお買い上げの販売店又は、お客様ご相談センターまでご相談ください。
8. 本品の性能等についてのお問い合わせの際は、品名・品番を同時にお知らせください。

保証規定

1. 保証期間中に取扱説明書に従った正常な使用状態で故障した場合には、本書記載内容に基づき、お買い上げの販売店が無償修理いたします。お買い上げ日から、保証期間内に故障した場合は、お買い上げ販売店に修理をご依頼の上、本書をご提示ください。
2. 保証期間中の修理などアフターサービスについてご不明の場合は、お買い上げ販売店又はお客様ご相談センターへご相談ください。
3. 保証期間内であっても、次のような場合には有償修理となります。
イ.使用上の誤り、又は改造や不当な修理による故障又は損傷。
ロ.お買い上げ後の落下・引越し輸送等による故障または損傷。
ハ.火災・地震・水害・落雷その他天災地変ならびに公害や電圧異常その他外部要因による故障又は損傷。
ニ.業務用としての使用、車両・船舶への搭載など、一般家庭用以外に使用された場合の故障または損傷。
ホ.本書の提示がない場合。
ヘ.本書に、お買い上げの年月日・お客様名・販売店名の記入がない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。
4. ご転売の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。
5. ご贈答品等で本書に記載してあるお買い上げ販売店に修理をご依頼されることが出来ない場合は、お客様ご相談センターにご相談ください。
6. 本書は日本国内においてのみ有効です。

※この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店又は、お客様ご相談センターまでご相談ください。