

保証とアフターサービス(よくお読みください)

修理・お取り扱い・お手入れ
などのご相談は...
まず、お買い上げの販売店へ
お申し付けください。

転居や贈答品などでお困りの場合は...

- 修理は、サービス会社・販売会社の「修理ご相談センター」へ!
- 使いかた・お買い物などのお問い合わせは、「お客様ご相談センター」へ!

保証書(別添付)

お買い上げ日・販売店名などの記入を必ず確かめ、
お買い上げの販売店からお受け取りください。
よくお読みのと保存してください。

保証期間:お買い上げ日から本体1年間

補修用性能部品の保有期間

当社は、このナショナルジョーバフィットの補修用
性能部品を製造打ち切り後5年保有しています。
注)補修用性能部品とは、その製品の機能を維持
するために必要な部品です。

修理を依頼される時

24~25ページの「おかしいな?と思ったら」の表に
従ってご確認のあと、直らないときは、まずプラグを
抜いてお買い上げの販売店へご連絡ください。

保証期間中は

保証書の規定に従ってお買い上げの販売店
が修理をさせていただきますので、恐れ入
りますが、製品に保証書を添えてご持参ください。
保証期間を過ぎているときは
修理すれば使用できる製品については、ご要
望により修理させていただきます。下記修理
料金の仕組みをご参照のうえ、ご相談ください。

修理料金の仕組み

修理料金は、技術料・部品代・出張料などで構成されています。

技術料は、診断・故障箇所の修理および部品交
換・調整・修理完了時の点検などの
作業にかかる費用です。

部品代は、修理に使用した部品および補助材
料代です。

出張料は、製品のある場所へ技術者を派遣す
る場合の費用です。

ご連絡いただきたい内容

製品名	ジョーバフィット	お買い上げ日	年 月 日
品番	EU6310	故障の状況	できるだけ具体的に


松下電工お客様ご相談窓口のご案内

修理・お手入れ・お取扱い・工事などのご相談は、まずお買い求めの販売店・工事店へお申し付けください。

・転居や贈答品などでお困りの場合は、商品名・品番をご確認の上、下記窓口へ

修理・部品などのご相談は

修理ご相談センター

ナビダイヤル  **0570-081-365** ハイ 365日
(全国共通番号)
全国どこからでも市内通話料金でご利用いただけます。
365日/受付9時~20時

ただし、携帯電話・PHS等は下記の電話番号へおかけください。
大阪 ☎06-6906-1090 ☎571-8686 大阪府門真市門真1048
札幌 ☎011-261-6401 ☎名古屋 ☎052-551-7900 ☎
東京 ☎03-5392-7190 ☎福岡 ☎092-622-0531 ☎

使いかた・お買い物などのご相談

ナショナル パナソニック お客様ご相談センター

365日/受付9時~20時

電話  **0120-878-365** パナは 365日
フリーダイヤル
■携帯電話・PHSでのご利用は... **06-6907-1187**
FAX  **0120-878-236**
フリーダイヤル

ご注意 ・☎印は大阪へ自動転送になり、拠点から大阪までの転送通信料は弊社負担です。
・所在地、電話番号、受付時間などが変更になることがあります。

0504

ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱い

松下電工株式会社およびその関係会社は、お客様の個人情報やご相談内容を、ご相談への対応や修理、その確認などのために利用し、その記録を残すことがあります。また、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に提供しません。お問い合わせは、ご相談された窓口にご連絡ください。

松下電工株式会社 ヘルシー・ライフ事業部

〒522-8520 滋賀県彦根市岡町33番地

©2006 Matsushita Electric Works, Ltd.(松下電工株式会社) All Rights Reserved.

U922063103 S No.3

National

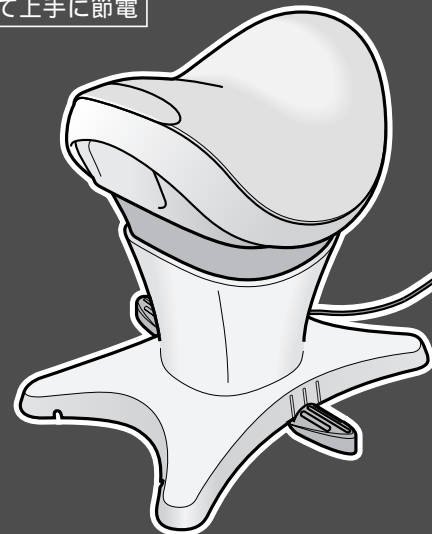
家庭用 乗馬フィットネス機器

ジョーバフィット 品番 EU6310

取扱説明書

- お買い上げいただき、まことにありがとうございました。
- この取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
特に「安全上のご注意」(2~5ページ)は、ご使用前に
必ずお読みいただき、安全にお使いください。
- ジョーバフィットは乗馬療法の運動効果を取り入れた
フィットネス機器です。(医療用機器ではありません)
- お読みになったあとは、大切に保管し、
必要なときにお読みください。
- 保証書は、「お買い上げ日・販売店名」
などの記入を必ず確かめ、
販売店からお受け取りください。

上手に使うって上手に節電



保管用

保証書別添付

安全上のご注意 2
各部のなまえ 6
設置のしかた 8

運動前の準備 9
運動時の姿勢 10
運動を始める 12
運動を終わる 15

自動コースの速度レベルについて 16

ジョーバフィットと体の動作を組み合わせた運動 18

おかしいな?と思ったら 24
お手入れ 26
定格・仕様 27

保証とアフターサービス 裏表紙

便利メモ
(おぼえのため、記入されると便利です)

お買い上げ日	年 月 日
販売店名	電話 () -

ご使用前に

使いかた

お知らせ・お手入れ

安全上のご注意

ご使用前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

ここに示した注意事項は、製品を安全に正しくお使い頂き、あなたや他の人々へ危害や損害を未然に防止するためのものです。

また注意事項は、危害や損害の大きさと切迫の程度を明示するために、誤った取り扱いをすると生じることが想定される内容を、「警告」「注意」の2つに区分しています。

いずれも安全に関する重要な内容ですので必ず守ってください。



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



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

絵表示の例



⊘ 記号は、**禁止**の行為を示しています。

(左図の場合は分解禁止)



ⓘ 記号は、行為を**強制**したり**指示**したりするものです。

(左図の場合は電源プラグを抜く)

お読みになった後は、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。



警告



必ず守る

- 医師の治療を受けている人や下記の人、は必ず専門医と相談のうえ使用する。
 - (1) 現在腰痛の人や、過去に足・腰・首を痛めたことのある人、足・腰・首や手にしびれがある人(つい間板ヘルニア、せきついすべり症・頸椎ヘルニアなど持病のある人)
 - (2) 変形性関節炎、リウマチ、痛風の人
 - (3) 骨粗しょう症など骨に異常がある人
 - (4) 循環器系障害(心臓病、血管障害、高血圧症など)のある人
 - (5) 呼吸器に障害のある人
 - (6) ペースメーカー等の体内植込型医療用電子機器を使用している人
 - (7) 妊娠中もしくは妊娠と思われる人や生理中の人
 - (8) からだに異常を感じて安静を必要とする人
 - (9) リハビリテーション目的で使用される人
- 運動中、腰に痛み、足にしびれ、めまい、動悸など、からだに普段と異なる痛みや違和感・異常を感じたときは、直ちに使用を中止する。守らないと事故やけが・体調不良を起こすおそれがあります。



警告



必ず守る

- 要支援や要介護認定を受けた人など身体が不自由な方が使用する場合は医師・理学療法士などの付添いのもとに使用する。
- 高齢者の方は体力の低下が考えられるため、健康であっても専門医と相談のうえ使用する。
- お子様に使わせたり、近くで遊ばせない。守らないと事故やけがをするおそれがあります。
- 必ず交流100Vで使用する。(日本国内専用)守らないと火災や感電の原因になります。
- 運動に十分なスペースが確保できる、水平なかたい床の上に設置する。守らないと転倒によるけがのおそれがあります。



禁止

- カバーが割れたり、破れたり、外れた状態(内部機構が露出)や溶接部が外れかかった状態では使用しない。事故やけがのおそれがあります。
- 動作中に立ったり、飛びのったり、飛び降りたりしない。転倒によるけがのおそれがあります。
- 屋外や浴室付近など湿気が多い場所・水滴がかかる所で使用したり、保管しない。
- 直射日光が当たる場所やストーブの周囲など高温な所で使用したり、保管しない。感電・漏電・発火の原因となります。
- 電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。感電・ショート・発火のおそれがあります。
- 電源コードを傷つけたり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったりしない。また重いものを載せたり、はさみ込んだりしない。火災や感電の原因になります。
- 2人以上が同時に使用したり、使用中に周囲の人が製品及び使用者を押ししたり引いたりする行為はしない。
- 使用中に周囲に人を近づけない。事故やけがのおそれがあります。
- 立ったまま使用したり、踏み台には使用しない。事故やけがのおそれがあります。
- 本体脚部が浮き上がるような無理な乗り方はしない。事故やけがのおそれがあります。
- シートの後方に座らない。守らないとけがをするおそれがあります。

安全上のご注意

警告



分解禁止

- 絶対に分解したり修理・改造はおこなわない。異常動作をしてけがをするおそれがあります。



水ぬれ禁止

- 本体や操作部に水や飲み物をこぼさない。感電や発火のおそれがあります。

注意



必ず守る

- 加齢により体力の衰えのある人、体力に自信のない人やはじめてお使いの人は、手動で速度レベル1で使用し、本体の動作に体を慣らす。守らないと体に負担をかけすぎたり、体を痛める原因となります。
- 腰痛、ヒザ痛など運動に支障のある人、関節に痛みを感じる人は手動で速度レベル1、運動時間は3分以内から始める。守らないと症状を悪化させるおそれがあります。
- 運動は1回15分以内にする。長時間のご使用は体に負担をかけすぎるおそれがあります。
- 皮膚の弱い人、うっ血しやすい人は自分に合った無理のない速度レベルで運動する。守らないとうっ血やすり傷(太もも・おしり)の原因となります。
- プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って引き抜く。守らないと感電やショート・発火のおそれがあります。
- 速度は急に上げないでレベル1から徐々に上げる。守らないとけがをするおそれがあります。

注意



禁止

- 日頃、運動していない人は、いきなり激しい運動をしない。
- 飲食後や疲労時、運動直後、または体力の状態が平常でないときは、使用をしない。健康を害するおそれがあります。
- 本品は家庭用です。学校、スポーツジム等、不特定多数の使用者によって使用される用途に用いない。けがをするおそれがあります。
- 飲食したり、他の行為と同時に使用しない。
- 飲酒した後など感覚が鈍くなっているときは使用しない。事故やけがのおそれがあります。



ぬれ手禁止

- ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない。感電やけがのおそれがあります。

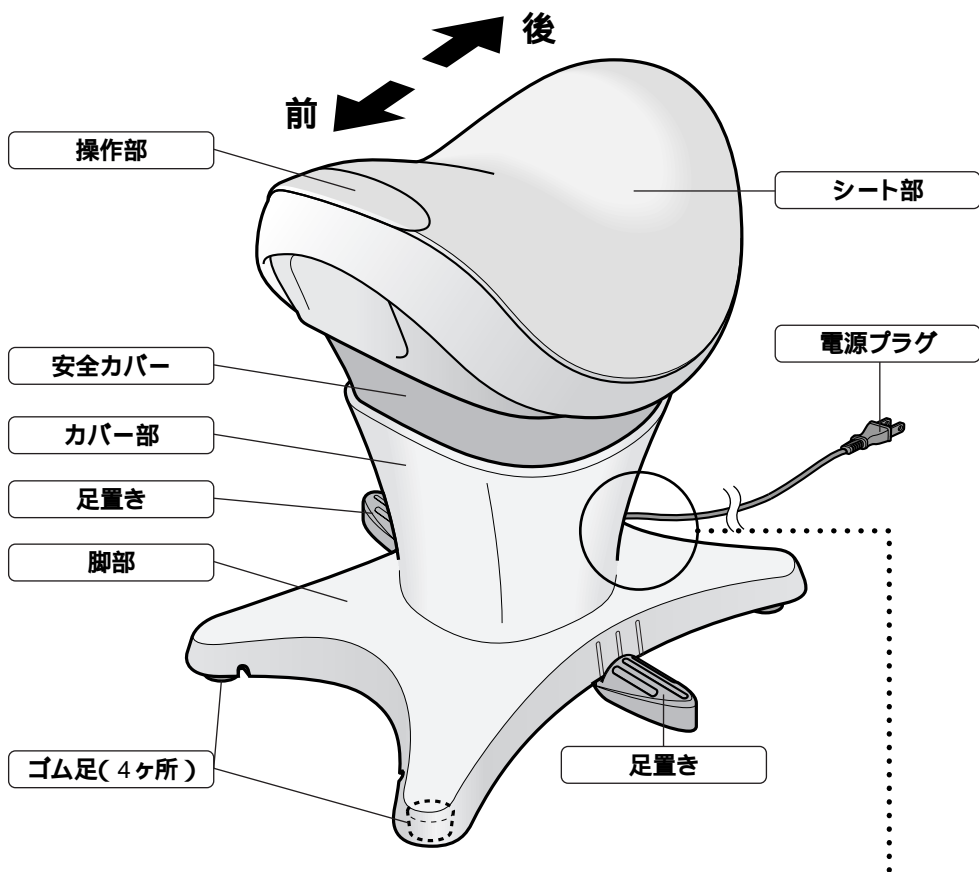


電源プラグを抜く

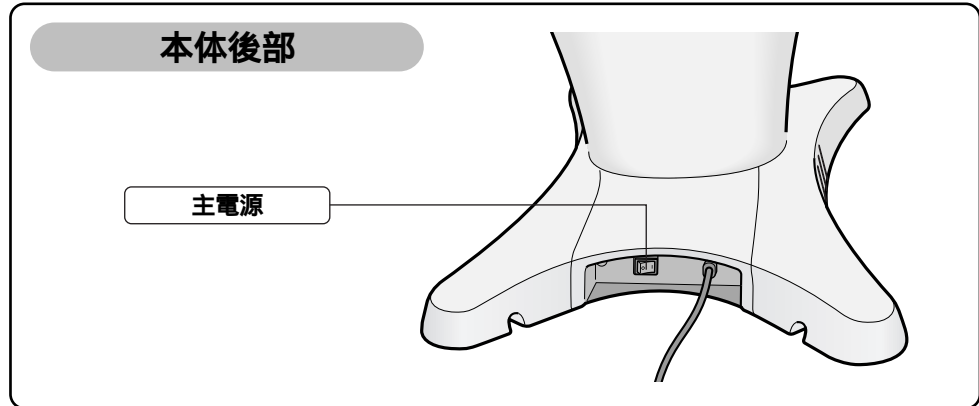
- 使用時以外は、電源プラグをコンセントから抜く。守らないとトラッキングによる絶縁劣化で感電・漏電火災の原因になります。
- お手入れの際は必ず電源プラグをコンセントから抜く。守らないと感電のおそれがあります。
- 動かない場合や、異常を感じたときは使用を中止し、すぐに電源プラグを抜いて点検修理を依頼する。守らないと感電や発火のおそれがあります。
- 停電のときは直ちに電源プラグを抜く。復帰したとき、事故やけがのおそれがあります。

各部のなまえ

本体

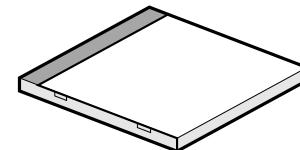
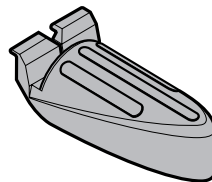


本体後部

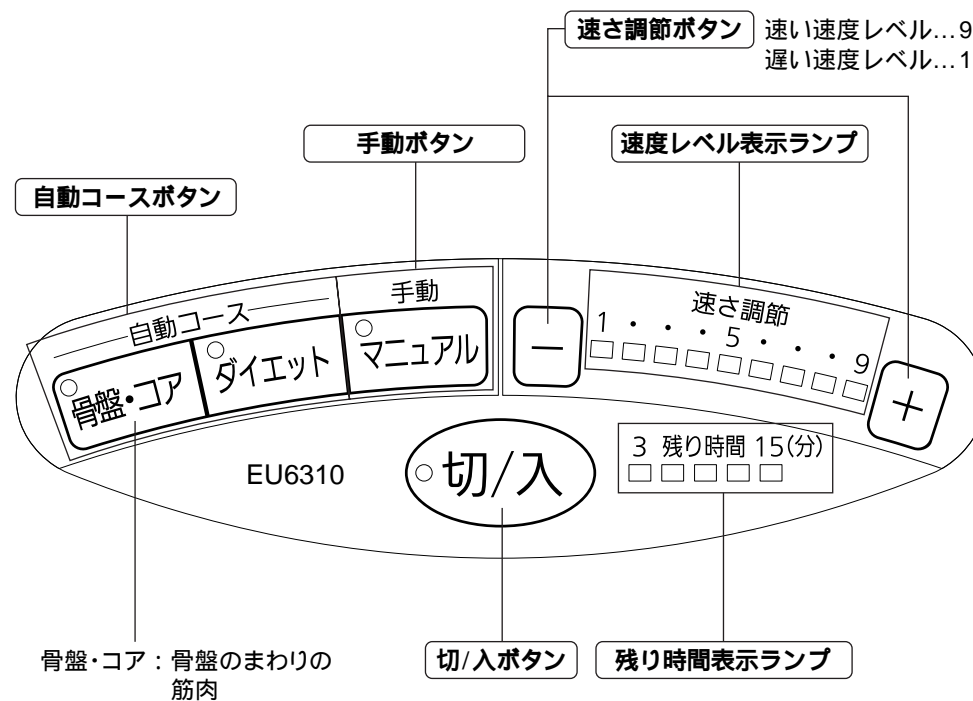


付属品

- 足置き(×2)
- ゴム足シート(×4)
- ジョーバピクスDVD



操作部

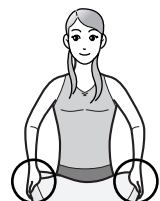


骨盤・コア：骨盤のまわりの筋肉

「使用前」

「使用前」

本体を持ち上げ、移動する



本体の前後に指を掛けて持ち上げる



お願い

- 電源プラグを踏まないように移動してください。
- 本体の質量(重量)は約20kgあります。腰を痛めないよう、ゆっくり持ち上げ移動してください。

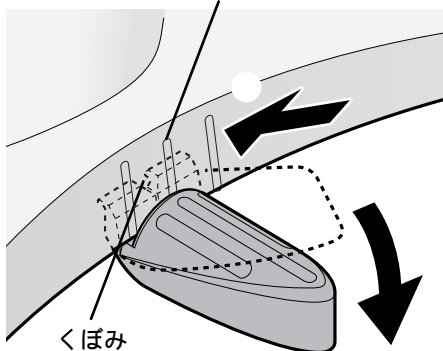
- 床面のキズ防止のためゴム足の下にゴム足シートを敷いてください。(4ヶ所)
黒いゴム面を床に置く。

足置きを取り付け

本体のスリットと足置きのくぼみを合わせて差し込む。

足置きを床につける。

スリット



くぼみ

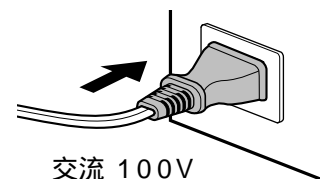
お願い

- 畳の上での使用は、畳に跡が残るおそれがありますのでご注意ください。
- 階下への騒音や振動の気になる方は市販の厚めのマットを敷いてください。
- 足置きに足を置いたまま乗り降りしないでください。
- 本体の周囲に物がなく、水平な所に置いてください。

足置きは運動時に足位置の目安とするものです。

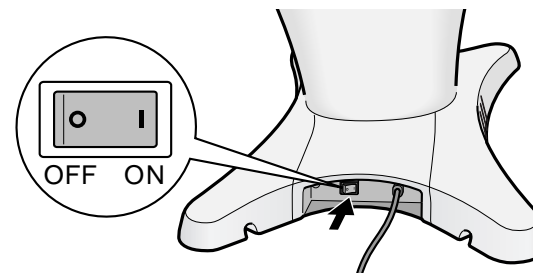
足置きを取り付けなくても使用できます。

足置きの前後位置は3段階で調整できます。



交流 100V

- 1 電源プラグをコンセントに差し込む。



- 2 主電源をONにする。



3

- 3 シートにのる。

お願い

- のるときに操作部に触れないようにご注意ください。



警告

- シートの後方に座らない。守らないとけがをするおそれがあります。

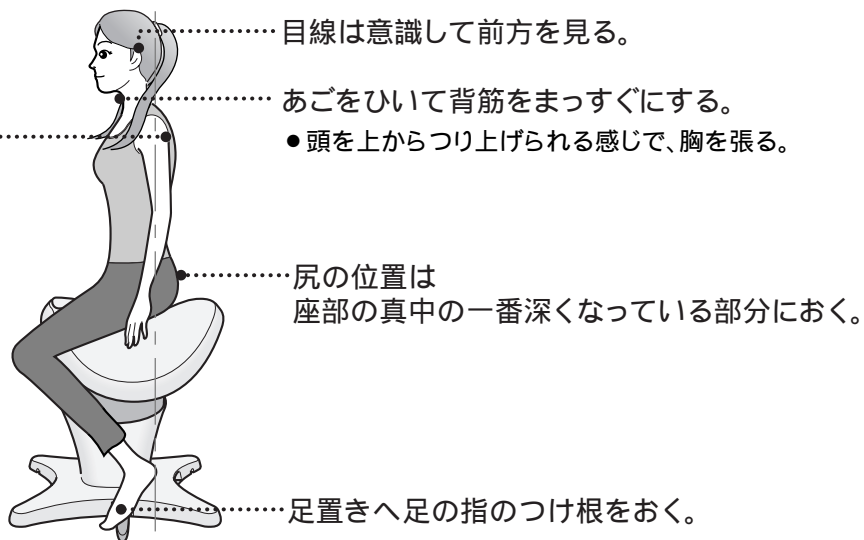


4

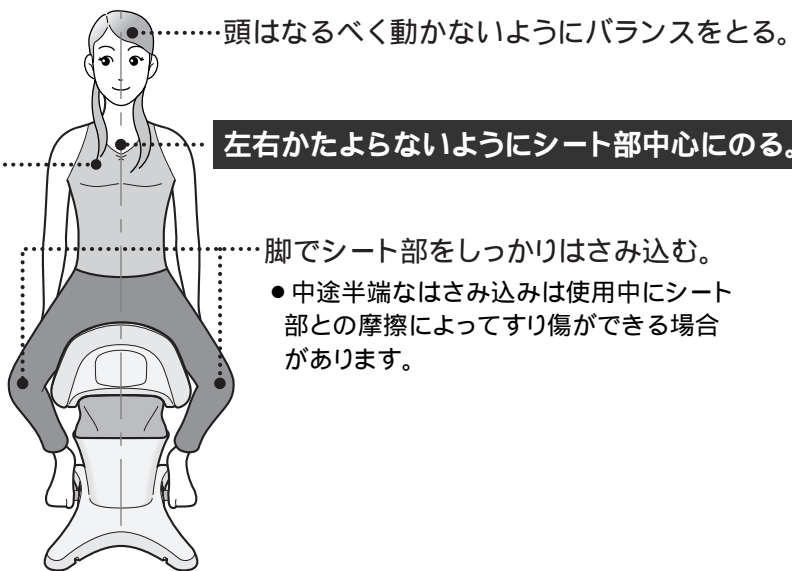
- 4 ストレッチ体操をする。

運動時の姿勢 (効果的に運動するために)

基本姿勢



胸をはり肩や腕の力を抜いて、ひじは開かないで軽くわきに置き腕を下げる。



ヒップ乗り姿勢

ヒップや太もも後ろ側の運動に

○ダイエット ○マニュアル コースのときのおすすめ姿勢



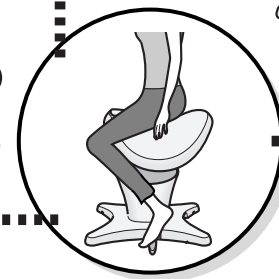
基本姿勢

○ダイエット ○マニュアル コースのときのおすすめ姿勢

ウエスト乗り姿勢

ウエスト・お腹まわりの運動に

○ダイエット ○マニュアル コースのときのおすすめ姿勢



骨盤・コア乗り姿勢

骨盤まわりの筋肉のエクササイズに

○骨盤・コア コースのときのおすすめ姿勢



○骨盤・コア コースは骨盤まわりの筋肉(腹筋・背筋や深層筋)をゆっくりエクササイズできるコースです。P18~P21の運動や、ジョーバピクスDVD収録のエクササイズを行うと効果的です。

こんな運動もできます。

二の腕運動

●本体を動作させながらシート後部に両手をつき体重を本体へかける。



お願い

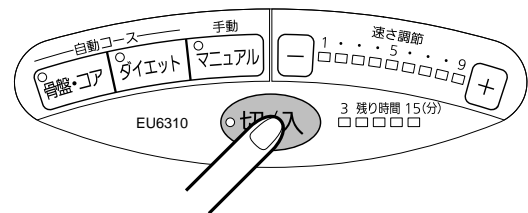
●慣れるまで少しずつ体重をかける。
●床に座布団・マットなどを敷いて行ってください。

使いかた

使いかた

運動を始める

毎日1回～2回の運動を継続することをおすすめします。
(その日の体調やご自身の体力を考えて行ってください。)



1 切/入ボタンを押す。

- 押したあと、切/入ボタンのランプが点灯し、骨盤・コア、ダイエット、マニュアルのランプが点滅します。
切/入ボタンを押したあと約1分以内に、骨盤・コア、ダイエット、マニュアルを押してください。押さないと自動的に「切」になります。

2 手動のボタン、または自動コースのボタンを押して運動する。(P14参照)

手動は速度レベルを調節しながら使えます。
自動コースは速度レベルが自動で切り替わります。
(速度が変わる範囲を速度調節ボタンで調節することができます)

お願い

- はじめてお使いのときは、まず手動で速度レベルを体感し、自分に合った無理のない速度で運動してください。
- 付属のジョーバピクスDVDを見ながら運動すると、より運動効果が高まります。

3 約15分で自動的に止まります。

警告

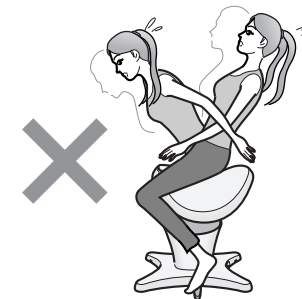
- 動作中に飛びのったり、飛び降りたりしない。転倒によるけがのおそれがあります。
- 運動中、腰に痛み、足にしびれ、めまい、動悸などからだに異常を感じたときは直ちに使用を中止する。守らないと事故や体調不良を起こすおそれがあります。

注意

- 加齢により体力の衰えのある人、体力に自信のない人やはじめてお使いの人は、手動で速度レベル1で使用し、本体の動作に体を慣らす。守らないと体に負担をかけすぎたり、体を痛める原因となります。

お願い

- 運動中に、本体の一方方向に体重がかかるようなのり方や前後、左右を揺るようなのり方はお避けください。
無理なのり方をすると、本体の動作が遅くなり故障の原因になります。
- また、極端に重い負荷がかかると、安全のために動作が停止する場合があります。
(操作部のすべてのランプが点滅し、動作停止) その場合は、切/入ボタンを押して点滅を解除してください。

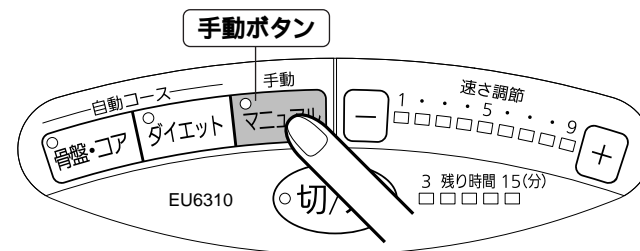


前・後方向に無理に体重をかけるのり方

手動 自動コース で運動します

手動

手動ボタンを押すとランプが点灯し、一定の速度で動きます。



速度調節ボタンで、自分にあった速度レベルで運動ができます。

- **+** ボタンを押すと速度が速くなります。
- **-** ボタンを押すと速度が遅くなります。

速度表示について...選択した速度レベルが点滅します。

注意

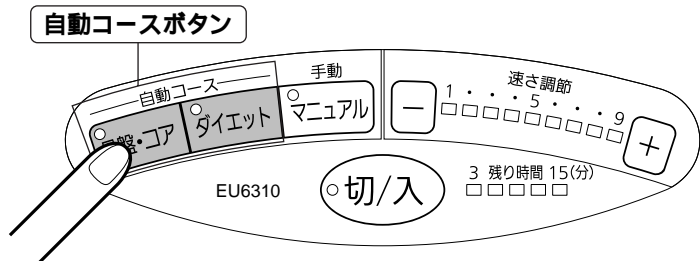
- 速度は急に上げないでレベル1から徐々に上げる。守らないとけがをするおそれがあります。

運動を始める

運動を終わる

自動コース

自動コースボタンを押すと、選択したコースのランプが点灯し動きます。



より体力増進したい方は体調に合わせて **+** ボタンを押して速度レベルを上げて運動してください。

(P16・17参照)

- 付属のジョーバピクスDVDを見ながら運動するとより効果的に運動できます。ジョーバピクスDVDには激しい運動もあります。十分に乗り慣れてから行うようにしてください。

残り時間表示について

運動の残り時間を5つのランプで表示します。

- ① 運動開始後、約3分ごとに、1つつランプが消えていきます。
- ② 残り時間が約1分になると、ランプが倍の速さで点滅します。
- ③ 手動または自動コースボタンを押し運動を始めた後、約15分経つと自動的に停止します。
(途中でコース選択を変更しても、総運動時間が約15分になると自動コースの途中で停止します。)

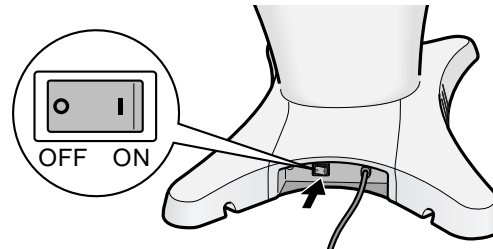
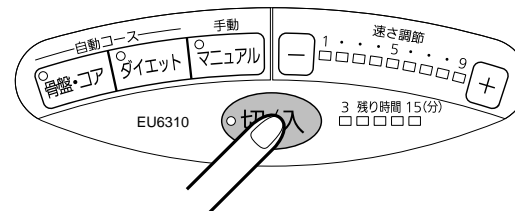


運動を一時中断する

運動中にそのときの運動メニュー(自動コース、手動)のボタンを再度押すと一時停止します。

もう一度ボタンを押すと運動を再開します。

一時停止後、約1分間ボタンを押さないときは切/入ボタンが自動的に「切」になります。



1 切/入ボタンを押して運動をはじめてから、約15分で自動的に停止する。

- 途中で終了したいときは、切/入ボタンを押し終了する。
(切/入ボタンを押すと徐々にスピードが遅くなりながら停止します。)
- 停止したときシートが少し傾くことがあります。

2 ストレッチ体操をする。

お願い

- 運動した筋肉の緊張をほぐし、疲れを残さないためにも使用後のストレッチは必ず行うようにしてください。

3 主電源をOFFにする。

4 電源プラグをコンセントから抜く。

⚠️ 注意

- 電源プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って引き抜く。
守らないと感電やショート・発火のおそれがあります。

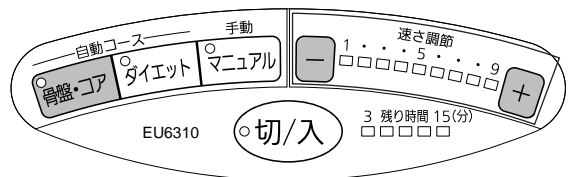
自動コースの速度レベルについて

自動コースの速度範囲は **+** ボタン、**-** ボタンを押すごとに
選んだ速度の範囲で自動で速度が変更します。

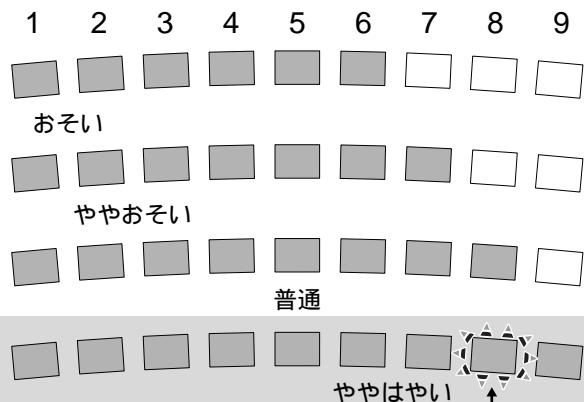
骨盤・コアの速度レベル

- ボタンを1回押すごとに
おそい速度レベルの範囲に
変わります。

+ ボタンを1回押すごとに
はやい速度レベルの範囲に
変わります。



速度範囲を表す速度レベル表示ランプが点灯し、
現在の速度を表すランプが点滅します。



(例)速度レベル1～9の間で速度が自動的に変化し、現在は8で運動している。

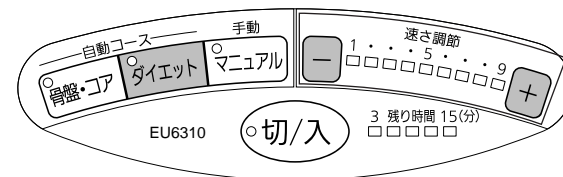
骨盤・コア コースは低速(速度レベル1～6)が主体のコースです。

+ ボタンを押してもすぐに速度が速くならない場合がありますが
異常ではありません。

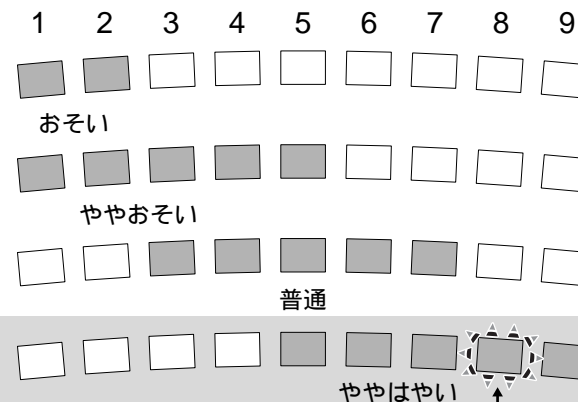
ダイエットの速度レベル

- ボタンを1回押すごとに
おそい速度レベルの範囲に
変わります。

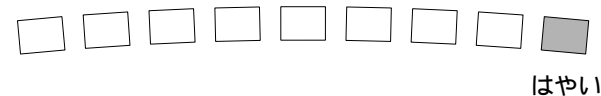
+ ボタンを1回押すごとに
はやい速度レベルの範囲に
変わります。



速度範囲を表す速度レベル表示ランプが点灯し、
現在の速度を表すランプが点滅します。



(例)速度レベル5～9の間で速度が自動的に変化し、現在は8で運動している。

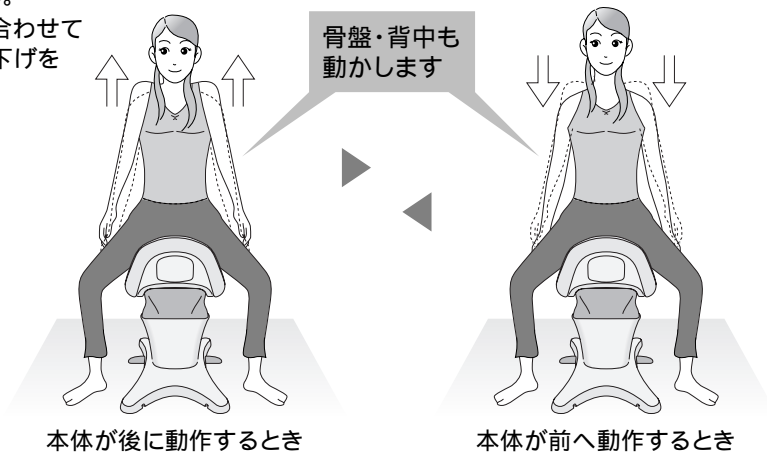


運転メニューの切り替え

運動している途中に他のコースボタンを押すと選択されたコースになります。

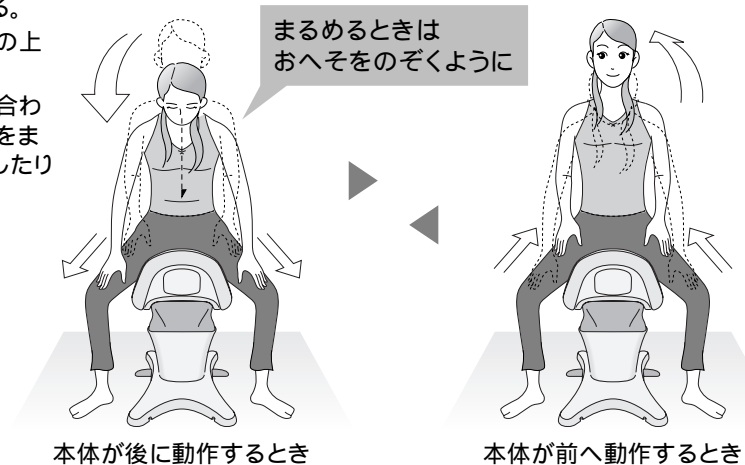
肩甲骨の上下運動 おすすめ速度 1

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。
本体の揺れに合わせて肩甲骨の上げ下げをする。



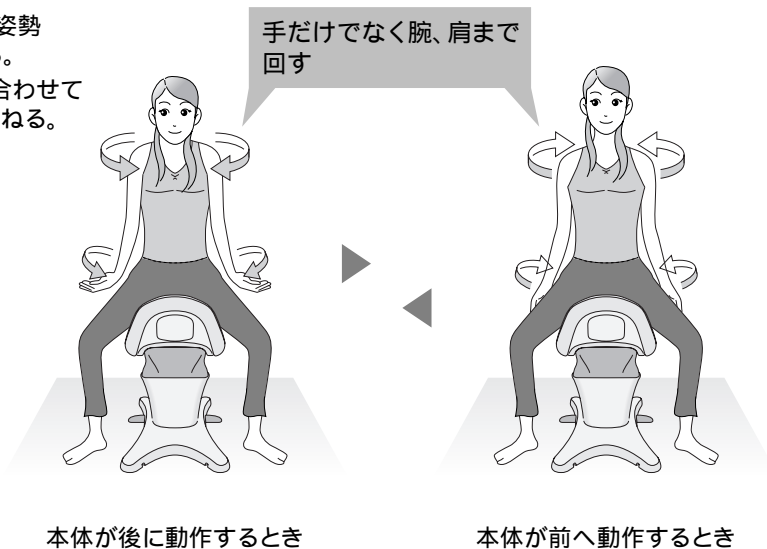
骨盤前後傾斜 おすすめ速度 3

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。
両手は太ももの上に置く。
本体の動きに合わせて骨盤と背中をまるめたり伸ばしたりする。



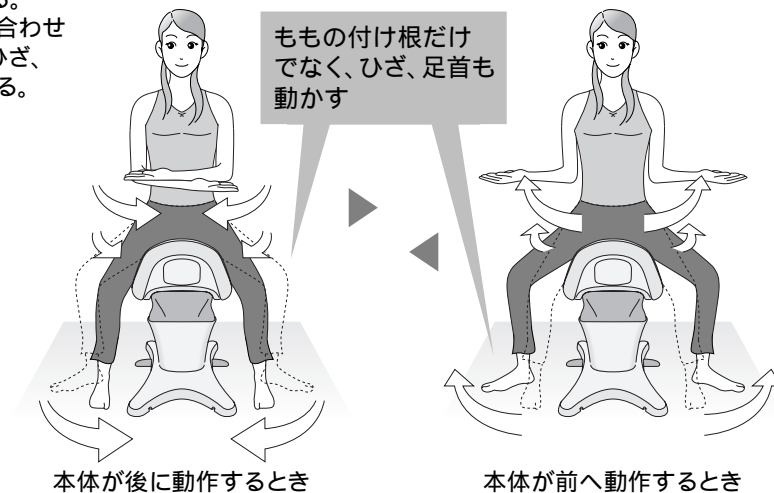
肩のヒネリ運動 おすすめ速度 2~3

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。
本体の揺れに合わせて腕を内・外へひねる。



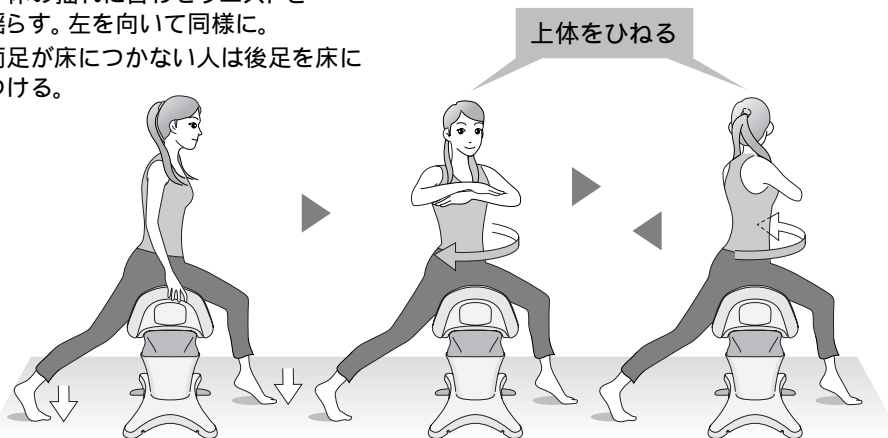
肩肘と股関節の運動 おすすめ速度 2

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。
本体の動きに合わせて脚のつけ根、ひざ、足首を開閉する。



骨盤の左右運動 おすすめ速度 1

右を向いて脚を広げる。背すじを伸ばし、足の指のつけ根を床につける。本体の揺れに合わせてウエストを揺らす。左を向いて同様に。両足が床につかない人は後足を床につける。



本体が後に動作するとき 本体が前へ動作するとき

わき腹の腹筋 おすすめ速度 2

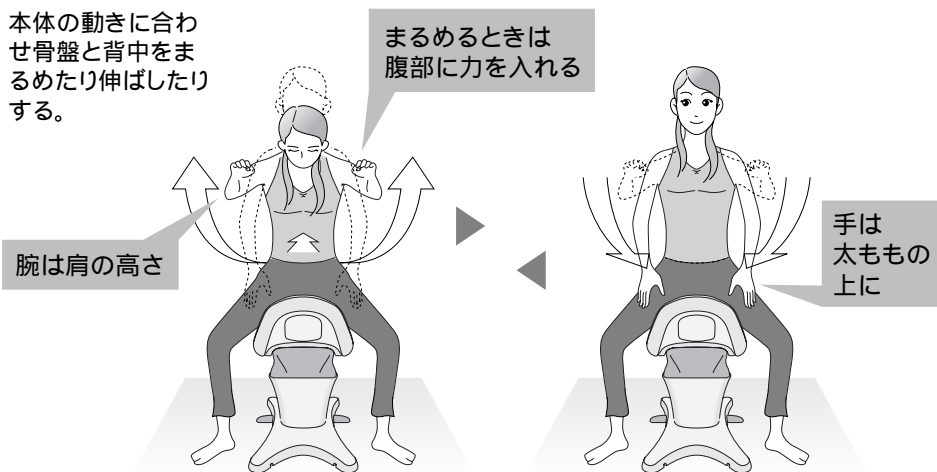
骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。片腕を後に引きながら上体をひねる。(左右交互にくり返す)



本体が後に動作するとき

骨盤前後腹筋 おすすめ速度 2

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。本体の動きに合わせて骨盤と背中をまめるめたり伸ばしたりする。

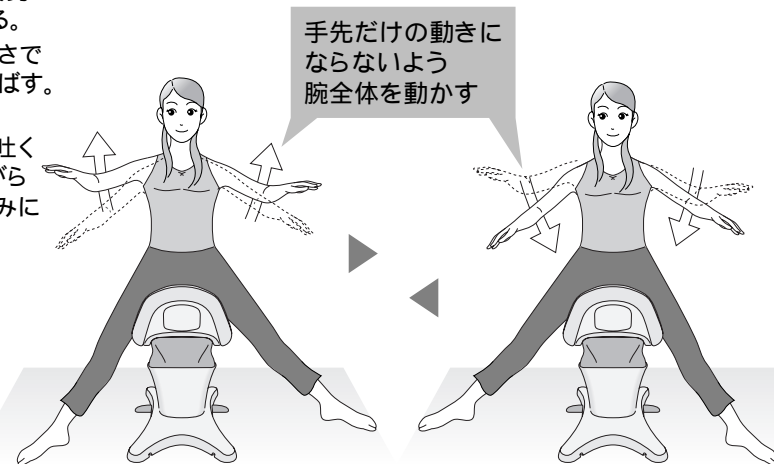


本体が後に動作するとき

本体が前へ動作するとき

骨盤を倒す腹筋 おすすめ速度 6~9

ウエスト乗り姿勢 (P.11)をとる。両腕を肩の高さで斜め前方へ伸ばす。息を小刻みに5回吸う、5回吐くをくり返しながら両腕を小さきみに上下に振る。



使いかた

使いかた

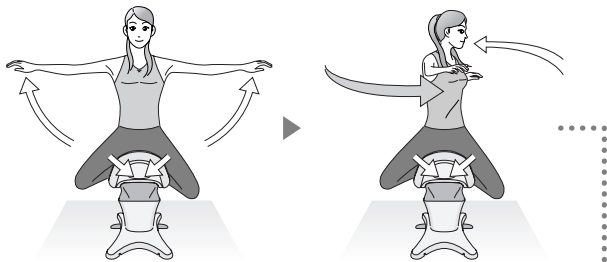
ジョーバフィットと体の動作を組み合わせた運動

体力に合わせ十分に乗り慣れてから行うようにしてください

骨盤を起こす腹筋

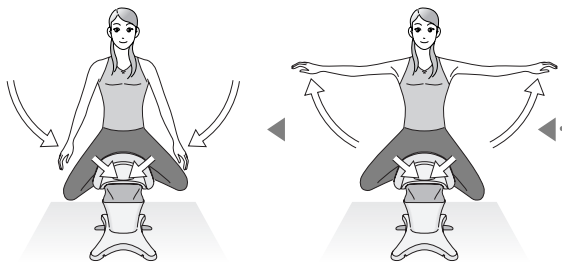
おすすめ速度 5

ヒップ乗り姿勢 (P.11)をとる。
正面を向き両腕を肩の高さで開く。
上体をひねる。
の姿勢にもどる。
両腕をおろす。



本体が前に動作するとき

本体が後へ動作するとき



本体が後に動作するとき

本体が前へ動作するとき

ヒップの運動

おすすめ速度 5

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。
本体の動きに合わせて片方の脚を前後にスイングさせる。
反対の脚も同様に運動する。



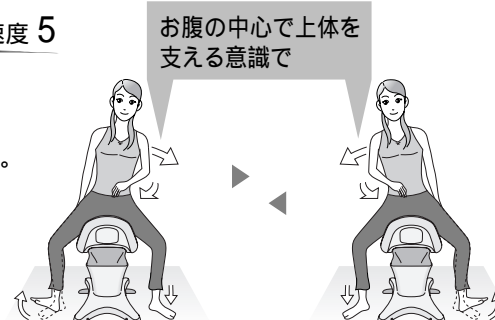
本体が後に動作するとき

本体が前へ動作するとき

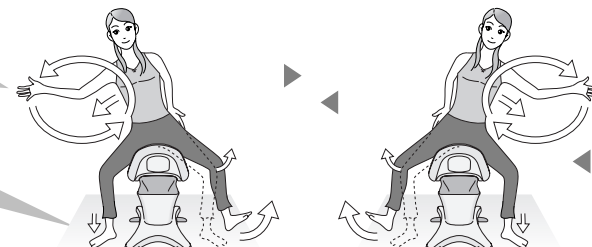
脚全体の運動

おすすめ速度 5

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。
脚を肩幅よりやや広めに開く。
本体の揺れに合わせて左右交互に身体を動かす。



本体が前に動作するとき

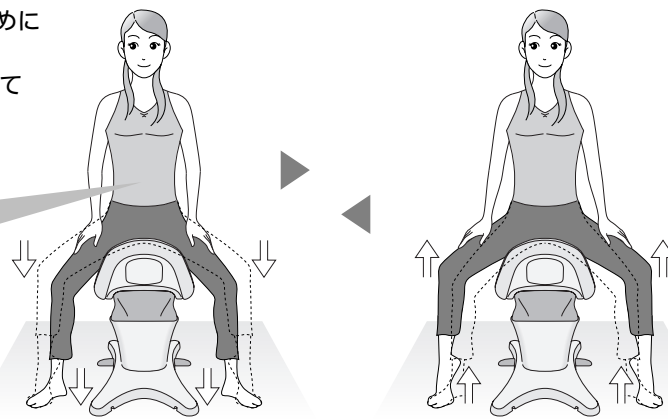


本体が前へ動作するとき

足首の運動

おすすめ速度 5

骨盤・コア乗り姿勢 (P.11)をとる。
脚を肩幅よりやや広めに開く。
本体の揺れに合わせて足首を動かす。



本体が後に動作するとき

本体が前へ動作するとき

使いかた

使いかた

おかしいな?と思ったら

症状	点検のしかた	処置	参照
切/入ボタンを押しても切/入ボタンが点灯しない。	<ul style="list-style-type: none"> 電源プラグがコンセントにしっかりと接続されていますか。 主電源はONになっていますか。 	<ul style="list-style-type: none"> 電源プラグをコンセントにしっかりと接続してください。 主電源をONにしてください。 	P 9
本体動作が停止し、操作部のすべてのランプが点滅した。	<ul style="list-style-type: none"> 極端に重い負荷がかかるようなのり方をしていませんか。 	<ul style="list-style-type: none"> 切/入ボタンを押して点滅を解除してください。 	P 13
本体の動作が早くなったり遅くなったりする。	<ul style="list-style-type: none"> 本体の一方方向に体重がかかるようなのり方をしていませんか。 	<ul style="list-style-type: none"> 基本姿勢を参考に乘ってください。 	P 10
シート部の左右の傾きが異なっているように感じる。	<ul style="list-style-type: none"> 本体の一方方向に体重がかかるようなのり方をしていませんか。シート中央部に座れていますか。左右の動作に違和感はありませんか。 	<ul style="list-style-type: none"> 基本姿勢を参考に乘ってください。 	
停止時シートが傾く。		<ul style="list-style-type: none"> シートが8の字に動くため構造上やむをえず発生するもので機能等に影響はありません。 	
動作中、音がする。		<ul style="list-style-type: none"> 構造上やむをえず発生するもので機能等に影響はありません。 	
動作中、周期的に異音がする。			
おしりが痛い。		<ul style="list-style-type: none"> 慣れるまで速度レベルを遅くし自分の身体の状態に合わせて使用してください。痛みが激しい場合は使用をやめてください。 	
乗り物酔いの症状がでた。		<ul style="list-style-type: none"> 基本姿勢をご確認のうえ慣れるまではスピードをゆるめ時間を短くしてください。 	

点検後なお異常がある

ただちに使用を中止する

お願い

- このような場合、事故防止のためただちに電源プラグを抜き必ず販売店に点検・修理を依頼してください。

長年ご使用のジョーパフィットの点検を!!

半年に1回次のようなことを点検してください。



電源コードを動かしたときに電気が入ったり、切れたりしませんか。本体・電源プラグ・電源コードがさわれないほど熱くなっていませんか。電源コードにキズはありませんか。異常なおい(焦げるような)や音が出ていませんか。触ると電気(ビリビリ)を感じることはありませんか。

異常があれば故障や事故防止のため販売店にご相談ください。

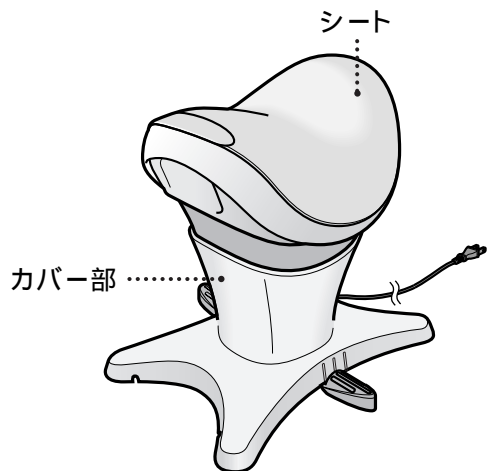
警告

- 絶対に分解したり、修理・改造は行わない。発火したり、異常動作してけがをしたりするおそれがあります。

お知らせ・お手入れ

シート・カバー部

- 日常のお手入れは柔らかい乾いた布で軽くふいてください。
(化学ぞうきんなどは使用しないでください。)
万一汚れたときは、ぬるま湯で中性洗剤を3～5%くらいにうすめ、柔らかい布にひたし、よく絞って表面をたたくようにふき取ってください。
そのあと、水をひたした布をよく絞って中性洗剤をふき取り、柔らかい乾いた布で軽くふいたあと、自然乾燥させてください。
(ドライヤーなどで急激に乾燥させないでください。)



お願い

- ベンジン・シンナー・アルコール等の溶剤は使わないでください。



変色したり割れが発生するおそれがあります。

⚠️ 注意

- お手入れの際は必ず電源プラグをコンセントから抜く。
守らないと感電のおそれがあります。
- ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない。
守らないと感電やけがのおそれがあります。

品番	EU6310
電源	AC100V・50/60Hz
消費電力	90W
質量(重量)	約20kg
適応身長の日安	約150cm～180cm
最大適応体重	約100kg
外形寸法	
自動コース	2種類(骨盤・コア、ダイエット)
速度調節	手動 9段階
付属品	足置き(×2)・ジョーバピクスDVD・ゴム足シート(×4)

電気料金：自動コースで15分・2回/1日使用して1ヶ月約30円
22円/1kw時で計算