J-style+ 無線通信活動量計

AM510N 取扱説明書

■ お買い上げいただきましてありがとうございます。
■ 安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読み下さい。
■ 本書は、いつもお手元においてご使用ください。
■ 本書は品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。
■ Nマークおよび認定マークは、米国およびその他の国におけるNFC Forum,Inc.の商標または登録商標です。

品質保証書

お買い求めいただきありがとうございます。商品は厳重な検査をおこない高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理または交換いたします。
※商品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。

保証書・Warranty

品　　名	J-style+ 無線通信活動量計 AM510N
お客様名 ご住所 電話 メールアドレス	様 〒
保証期間	1年（お買い上げ日より）・本体部分
お買い上げ日	年　月　日
販売店・店名	
住　所	〒　電話　（　）

※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良品交換又は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保証書を発行している者(保証責任者)、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店又は販売元にご相談下さい。

■商品及びアフターサービスに関するお問い合せは下記まで■

株式会社 アコーズ　〒395-0807　長野県飯田市鼎切石4376-4

お客様サポートセンター　フリーダイアル 0120-988-783

お問い合わせ時間：平日 AM10:00~PM4:00(土日祝日・年末年始を除く)

1907

保証規定

1. 正常な使用状態（取扱説明書にしたがった使用状態）で故障した場合には、お買い上げの販売店または販売元が無料良品交換または無料修理させていただきます。
2. 保証期間中に故障して無料良品交換または無料修理をお受けになる場合は販売元にお申し付け下さい。お買い上げの販売店にて無料良品交換又は無料修理をお受けになる場合は、製品と本書をご持参ご提示の上、お申し付け下さい。
3. ご贈答、ご転居等で本保証書に記入してあるお買上店に交換がご依頼になれない場合には、販売元にご相談下さい。
4. 保証期間内でも次の場合は有料とさせていただきます。
   - 本保証書のご提示がない場合
   - 本保証書にお買い上げの年月日、お客様名、お買い上げの販売店名の記入がない場合、および本保証書の字句を書き替えられた場合
   - ご使用上の誤り（注意事項）、または不当な修理や改造による故障および損傷
   - ご使用中による外観上の変化（小キズ、汚れなど）
   - お買い上げ後の輸送、落下などによる故障および損傷
   - 火災、地震、落雷、風水害、その他天変地変、公害、塩害などによる故障および損傷
   - 一般家庭用以外（例えば業務用として）での使用による故障および損傷
5. この保証書は日本国内においてのみ有効です。
   This warranty is valid only in japan.
6. この保証書は再発行いたしませんので大切に保管してください。

主な仕様

検出方式		3D 加速度センサー
表示方式		LCD 方式
通信方式		近距離無線通信（NFC 方式）
表示内容	日付・時刻	24 時間表示(時 / 分)
	総消費カロリー（①）	最大：9999.9kcal
	活動消費カロリー（②）	最大：9999.9kcai
	歩数（③）	最大：99999 歩
	アクティブ歩数（④）	最大：99999 歩
	距離（⑤）	最大：999.99km
	アクティブ時間（⑥）	最大：1440 分
	身体活動量（⑦）	最大：9999.9 メッツ·h
	歩行強度レベルグラフ	6.0 以上
	表示メモリ	1日毎のデータ （上記①～⑦)は14日間
	内部メモリ （通信にて読み出し可能）	1日毎のデータは過去90日まで保存 （①、②、③、④、⑤、⑥、⑦） 活動時間（⑧） メッツヒストグラム 1H毎のデータ ①～⑧は過去30日間
設定範囲	体重	20.0～155.0kg(0.1kg 単位)
	身長	100～200cm(1cm 単位)
	性別	男、女
	年齢	5～120 歳
	アクティブ判定閾値	1.1～20.0 メッツ（0.1 メッツ単位）
	カレンダー	2017/1/1～2040/12/31
	時刻	0：00～23：59(24 時間表示)
使用温度範囲		0℃～40℃
保存温度範囲		−20℃～60℃
外形寸法		約 73.8×32.8×10.8mm
質量		約 25g(電池を含む)

※修理、交換の際には歩数データなどが消去される場合がありますので、ご了承ください。
※お断りなく仕様を変更する場合がありますので、ご了承ください。
★ 通信に関する内容は、ウェブサイトを参照ください。
http://acos.co.jp/model/am510n/

安全上のご注意

この取扱説明書では、製品を安全に正しくお使いいただき、お客様や他の人々への危害や財産への損害を防止するためにいろいろな絵表示で説明します。

⚠ 警告	この表示の欄は「死亡または重傷を負う危険が想定される内容」です。	⃠	してはいけない「禁止」内容です。
⚠ 注意	この表示の欄は「傷害を負う危険または物的損害が発生する危険が想定される内容」です。	❗	必ず実行していただく「強制」内容です。

警告

- **電池や本体、付属のストラップを乳幼児の手の届くところにおかないでください。** 誤飲やけがの恐れがあります。
- **ストラップなどを持って、振り回さないでください。** けがをする恐れがあります。
- **万一電池や電池カバーを飲み込んだ場合は、直ちに医師と相談してください。**
- **電池の⊕⊖を間違えないようにしてください。使い切った電池はすぐに取り外し、新しい物と交換してください。**
- **電池は絶対に火中に投げ込まないでください。** 破裂する恐れがあります。

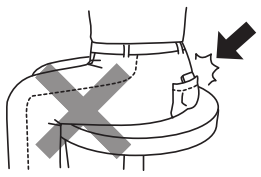
注意

- **日頃より運動に慣れていない人は、医師やトレーナーの指示に従ってください。** 急な運動や無理な運動は危険です。
- **けがや病気で治療中の人は、医師やトレーナーの指示に従ってください。**

取扱いのご注意

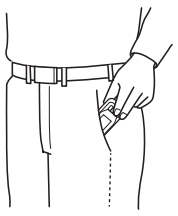
取扱いについて

- **絶対に分解しないでください。** 故障の原因となります。
- **直射日光の当たるところ、暖房器具の近く、ほこり、湿気の多いところでの使用、保管は避けてください。** 故障の原因となります。
- **水のかかるところで使用したり、保管しないでください。** 故障の原因となります。本体は防水仕様ではありません。
- **過度の振動や衝撃を与えないでください。** 故障の原因となります。
- **洗濯機に入れたり水中に落とさないようにご注意ください。** 故障の原因となります。
- **装着するときにズボンなどの後ろポケットに入れないでください。** 座ったときに破損、またはケガをする　恐れがあります。
- **本体をポケットやカバンで携帯電話機と同じところに入れて密着した場合、誤作動する可能性があります。携帯電話機とは離して使用してください。**
- **強い静電気のある場所で使用しないでください。**



歩いてみましょう

装着する　●ズボンのポケットに入れる（推奨）



!! 重要
測定を始める前に必ず体重·身長·性別·年齢·メッツ·カレンダー·時刻を設定しておいてください。

!! 重要
付属のストラップは落下防止のためのものです。本体を腰やバッグにぶらさげないでください。

!! 重要
ポケットが深くてルーズな場合には、精度が落ちる場合がありますので、出来るだけ腰や大腿部に密着するような装着をしてください。

!! 重要
歩行中に表示を見る場合は周囲に十分注意して事故やケガをしないようにしてください。

!! 重要
ズボンのうしろポケットには入れないでください。うしろポケットに入れたまま座ると破損させてしまうことがあります。

! 参考：省電力機能について
消費電力をおさえるため、スイッチ操作をしない状態が 1 分以上続くと、表示が消えます。
スイッチを押すか、動きを検出すると復帰します。

歩行を始める　●歩数をカウントします。

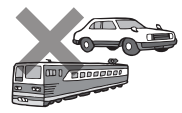
歩数カウントについて
歩き始めは、誤カウントを防ぐため歩行を始めたかどうかを判断しています。連続歩行があると、そこまでの歩数を一度に表示します(そのため、歩き始めは表示が変わらず、その後表示がまとめて増えます)。

次のような場合､正確にカウントできないことがあります

●本体が不規則に動くとき
- 足や腰にあたって不規則な動きをしているバッグの中
- 腰やバッグからぶら下げたとき

●不規則な歩行をしたとき
- スリ足のような歩き方、サンダル、ゲタ、ゾウリなどの履物での歩行
- 混雑した街を歩くなどの歩行の乱れ

●上下運動を伴う運動や振動の多いところで使用したとき
- 立ったり、座ったりする動作
- 歩行、ジョギング以外のスポーツ
- 階段や急斜面の昇り降り
- 乗物 (自転車、自動車、電車、バスなど）に乗車中の上下振動または横揺れ



AM510N について

本製品は生活動作やウォーキング、ジョギングなどの運動の強さと量を測定して、総消費カロリーを算出します。

総消費カロリーについて

総消費カロリーは、睡眠時、安静時、身体活動全ての消費カロリーの合計値になります。
食事の摂取カロリーを意識する目安にしましょう。

活動カロリー	身体活動にて消費したカロリー
＋	
基礎代謝	生命維持に消費するカロリー
‖	
総消費カロリー	その日に消費した全てのカロリー

身体活動の強さと量を表す単位について

■**メッツ**とは：強度の単位
身体活動の強さを、安静時の何倍に相当するかで表す単位。
座って安静にしている状態を 1 メッツとし、
普通歩行（4km/ 時）は 3 メッツに相当します。

■**メッツ·h** とは：身体活動量の単位(メッツ×時間)
活動強度(メッツ)に時間をかけたもので、より強い活動ほど短い時間で 1 メッツ·h となります。
普通歩行 (4km/ 時)は 3 メッツですので､1 時間歩行すると 3 メッツ×1 時間で 3 メッツ·h となります。
※3 メッツ未満はメッツ·h 加算されません。

活動カロリーについて

活動カロリーは身体活動全ての消費カロリーの合計値になります。
運動で消費するカロリーを意識する目安にしましょう。

アクティブ歩数について

アクティブ歩数 ＝ 速歩き歩数

10秒間に設定メッツ以上の連続歩行した場合のみ、その間の歩数を累計して10秒置きに表示します。設定メッツ未満のゆっくり歩きはカウントされません。
※ 4メッツのしきい値は、初期設定で変更可能です。

アクティブ時間について

アクティブ時間 ＝ 速歩き時間

10秒間に4メッツ以上の連続歩行をした場合のみ、アクティブ時間として10秒単位で累計します。
※ 4メッツのしきい値は、初期設定で変更可能です。

AM510N の特長

豊富なメモリ	総消費カロリー、活動消費カロリー、歩数、アクティブ歩数、歩行距離、身体活動量、アクティブ時間を記録します。
省電力モード	スイッチ操作も体の動きもない場合、自動的に省電力モードになり、電池の消耗を防ぎます。
メモリバックアップ機能	電池交換の際に、過去のデータが消えることを回避します。(ただし、直近の最大1時間分の計測値は消えます)
パソコン通信機能	本体に近距離無線通信機能を内蔵しており、パソコンなどで専用ソフトをインストールして使用すれば、測定したデータを瞬時に取り出すことが可能です。 通信ポートへのせるだけでデータ送信できます。

参照：http://acos.co.jp/model/am510n/

電池の寿命と交換

「▭」が点滅 / 点灯したらすみやかに新しい電池（CR2032）と交換してください。

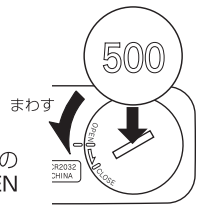
▭ 点滅	電池残量が少なくなっています。 (通信はできません)
▭ 点灯	電池残量がなくなりました。 測定がストップします。 (通信はできません)

!! 重要
- 電池は必ず新しい電池と交換してください。古い電池を入れますと電池マークが点灯して使用することができません。
- 深夜0:00をはさんで電池を交換しないでください。電池を外した日の測定値が、電池を入れた日の測定値に加算されます。(電池を外した日、電池を入れた日は同じ日として扱われます。)
- 測定値の記憶は毎時00分に行われます。電池を交換すると毎時00分から電池交換時までの測定値は消去されます。
- 電池を取り外すと、時刻は｢0:00｣に戻ります。再度、時刻を設定してください。(過去の測定値と設定した内容は消去されません。)

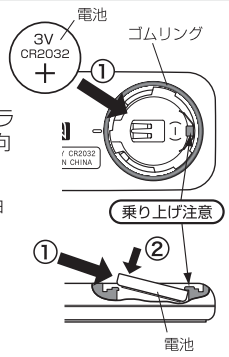
- 取り出した古い電池はお住まいの市区町村の廃棄方法に従って処理してください。
- 電池寿命は約 1 年です。付属の電池はお試し用ですので、電池寿命が短い場合があります。

電池交換のしかた

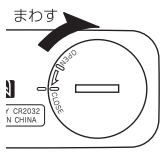
1. 電池カバーをあける
電池カバーの溝に、コインなどを差し込み左に回転させて電池カバーを外します。本体ケースの位置マークと電池カバーの OPEN マークを合わせます。



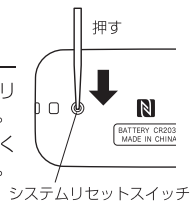
2. 電池を入れる
① 付属の電池(CR2032)のプラス極(+)を上にして矢印の方向から斜めに差し込みます。
② 電池が固定される位置まで押してください。



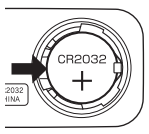
3. 電池カバーを閉める
ゴムリングが溝にきちんと入っているのを確認してください。本体ケースの位置マークと電池カバーの OPEN マークを合わせます。
電池カバーを右に回転させて本体ケースの位置マークと電池カバーの CLOSE マークを合わせます。



4. システムリセットスイッチを押す
折れにくい細い棒などで押してください。
システムリセットスイッチを押すと表示部が全点灯した後に初期設定画面になります。
必ず設定を行ってください。
※ 新しい電池と交換したのに電池マークが点灯した場合は、システムリセットスイッチを押すと消えます。
※ 先のとがった棒で強く押さないでください。破損することがあります。



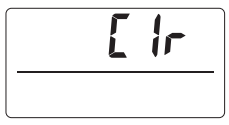
● 電池の外し方
電池カバーを開け市販の小型マイナスドライバーを図の溝に入れて外してください。この状態で内部の接点などに手で触れないようにご注意下さい。



初期化について　購入した状態に戻す [初期化]

メモリの内容や設定した値（体重・身長・性別・年齢・メッツ・カレンダー・時刻）を全て消去したいときは次の手順で初期化することができます。

1. クリアスイッチを押しながら、本体裏面のシステムリセットスイッチを押してください。
2. [Clr] の文字が表示します。



3. システムリセットスイッチを押してください。
4. 新たに体重・身長・性別・年齢・メッツ・カレンダー・時刻を設定してご使用ください。

お手入れと保管

◆ いつも清潔にしてお使いください。
本体の汚れは乾いたやわらかい布でふき取ってください。
◆ 汚れを落とすとき、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。
◆ 次のようなところに保管しないでください。
- 水のかかるところ
- 高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ
- 傾斜、振動、衝撃のあるところ
- 化学製品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ

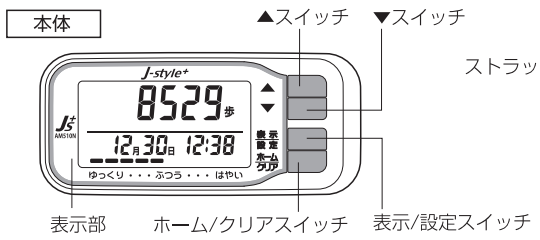
◆ 乳幼児の手の届かないところに置いてください。
※上記の注意事項、その他の正しい使用方法をお守りいただけない場合は、品質に責任を負いかねます。

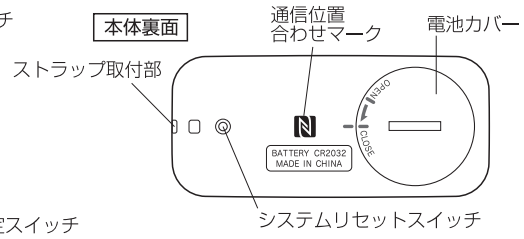
おかしいな？と思ったら

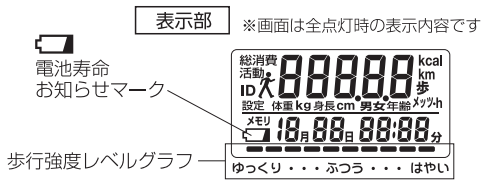
何も表示されない	電池の⊕⊖の向きが間違っている	電池を正しく入れ直してください
	電池残量がなくなった	すみやかに、新しい電池(CR2032)と交換してください
表示の値がちがう	不規則な歩行をしている	「次のような場合、正確にカウントできないことがあります」 をご覧ください
	設定値が間違っている	設定変更をしてください
表示内容がおかしい / スイッチ操作が働かない		電池を入れ直してからシステムリセットスイッチを押してください。

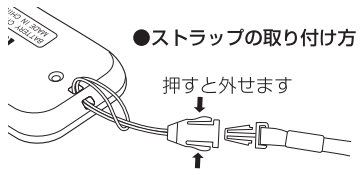
! 参考
本商品の故障、修理のときは、設定した値と記憶した測定値はすべて消去されますのでご了承ください。測定結果を紙などに記録しておくことをおすすめします。

各部の名前









!! 重要

本製品は精密機械です。大切に取り扱ってください。

・かがんだ際にトイレなどの水回りに落としてしまったり、衣服と一緒に洗濯してしまうことがありますので注意してください。

落下防止やお洗濯の際の目印に付属品の**ストラップのご利用をおすすめします。**

入っているもの

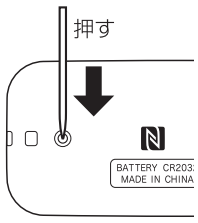
1. 本体
2. お試し用電池（CR2032×1個）
3. ストラップ（クリップ付き）
4. 取扱説明書（本書：品質保証書付き）

★腰への装着を希望される場合、ウェストホルダー（別売品）もございます。
オンラインショップ「ACOS SHOP」ウェブサイト
http://acosnet.shop.pro.jp/

初めて設定するとき

本体裏面のシステムリセットスイッチを細くて折れにくい棒で押して、体重設定表示にします。

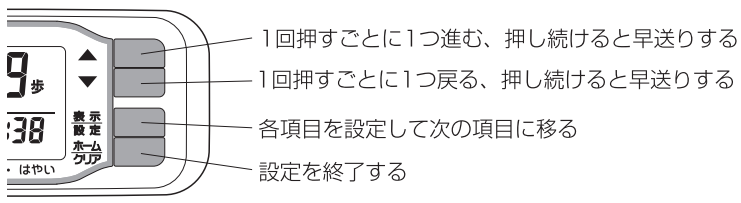
「体重」が点滅します。
体重、身長、性別、年齢、カレンダー、メッツ、時刻の順に設定していきます。



!! 重要

先のとがった棒で強く押さないでください。破損することがあります。

●使用するスイッチ



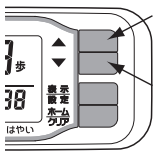
お知らせ

●初期設定を行わないと正しい値が表示されません。必ず、初期設定を行ってください。
●体重や身長は事前に把握しておきましょう。
●歩行距離の表示に必要な歩幅寸法は身長から自動算出しています。

初期設定（体重・身長・性別・年齢・カレンダー・時刻を設定する）

※Web サイトに初期登録するときに、時計とカレンダーは自動で設定されます。
ここでは、手動による設定方法をご説明します。

電池投入後、システムリセットスイッチを押すと「体重」が点滅します。



「体重」設定

▲/▼スイッチを押して「体重」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「体重」が確定され「身長」が点滅します。

・設定範囲は 20.0〜155.0kg【155.0kg を越えると 20.0kg に戻る】
・早送りは 0.5kg 単位

「身長」設定

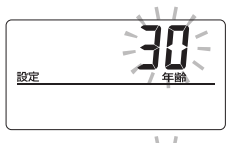
▲/▼スイッチを押して「身長」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「身長」が確定され「性別」が点滅します。

・設定範囲は 100〜200cm【200cm を越えると 100cm に戻る】
・早送りは 5cm 単位

「性別」設定

▲/▼スイッチを押して「性別」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「性別」が確定され「年齢」が点滅します。

「年齢」設定



▲/▼スイッチを押して「年齢」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「年齢」が確定され「メッツ」が点滅します。

・設定範囲は 5〜120 歳【120 歳を越えると 5 歳に戻る】
・早送りは 5 歳単位

「メッツ」設定

▲/▼スイッチを押して「メッツ」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「メッツ」が確定され「年」が点滅します。

・設定範囲は 1.1〜20.0 メッツ【20.0 メッツを越えると 1.1 メッツに戻る】
・早送りは 0.5 メッツ単位
・この値はアクティブ歩数や、アクティブ時間のしきい値になります。

「年」設定

▲/▼スイッチを押して「年」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「年」が確定され「月」が点滅します。

・設定範囲は 2017〜2040 年【 2040 年を越えると 2017 年に戻る】・早送りは 1 年単位

「月」設定

▲/▼スイッチを押して「月」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「月」が確定され「日」が点滅します。

・設定範囲は 1〜12 月【 12 月を越えると 1 月に戻る】・早送りは 1 ヶ月単位

「日」設定

▲/▼スイッチを押して「日」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「日」が確定され「時」が点滅します。

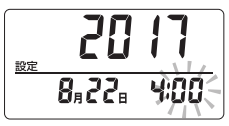
・設定範囲は 1〜31 日【 31 日を越えると 1 日に戻る】・早送りは 1 日単位
※カレンダーに存在しない日は設定できません。

「時」設定

▲/▼スイッチを押して「時」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「時」が確定され「分」が点滅します。

・設定範囲は 0~23 時【 23 時を越えると 0 時に戻る】・早送りは 1 時間単位

「分」設定



▲/▼スイッチを押して「分」をあわせます。
表示スイッチを 1 回押すと「分」が確定され」再び「体重」が点滅します。

・設定範囲は 00~59 分【 59 分を越えると 00 分に戻る】
・早送りは 1 分単位

! 参考

・▲▼スイッチを長押しすると数値を早送りできます。

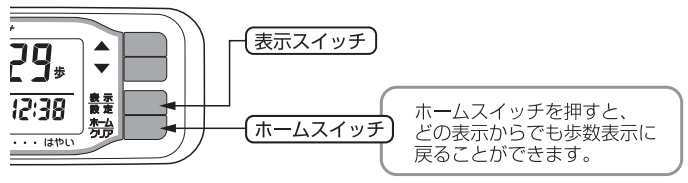
設定終了 ホームスイッチを 1 回押すと設定を終了します。

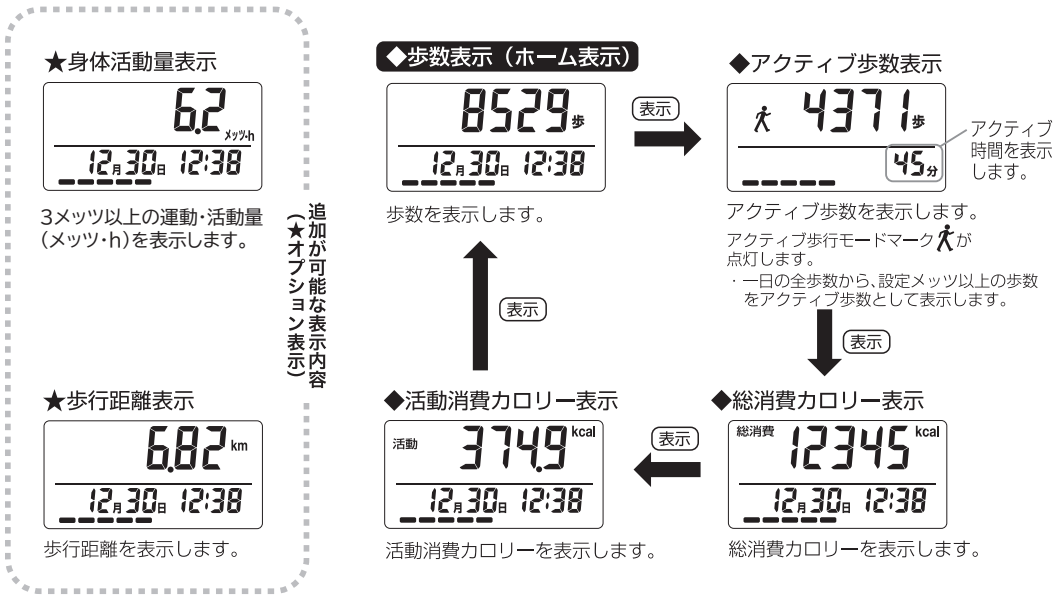
設定の変更 設定スイッチを 2 秒以上押すと「体重」が点滅して、設定値の変更ができます。

※設定途中に 1 分以上放置すると、設定を終了して歩数表示に戻ります。初めから設定し直してください。
※通信で設定項目の変更ができます。

測定結果を表示する

表示スイッチを押すごとに画面が切り替わり、各測定値を見ることができます。





★ オプション表示：★マークの表示は、パソコンと通信し設定することで追加することが出来ます。
くわしくは、ウェブサイトを参照ください。 http://acos.co.jp/model/am510n/

表示画面について

◆ 歩行強度レベルグラフの表示

歩行強度レベルグラフ：
過去の連続歩行状態（2〜6メッツ・h）を表示

・グラフは過去の連続歩行状態を表示しますので、歩行を止めると表示しません。
・設定メッツ以上に達すると、歩行強度レベルグラフが点滅して判定レベルの確認ができます。

区間計測について

「駅から会社まで」などある区間を測ることができます。
クリアスイッチを 2 秒以上押すと総消費カロリーが「0」になります。（歩数、身体活動量、アクティブ歩数、活動消費カロリー、歩行距離も「0」になります）
この操作をしても 1 日の総消費カロリーには影響しません。
1 日の測定結果はメモリ機能で確認することができます。（メモリ「今日」の歩数）
※通信で設定項目の変更ができます。

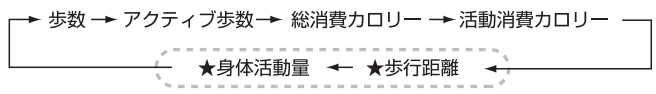
メモリ機能について

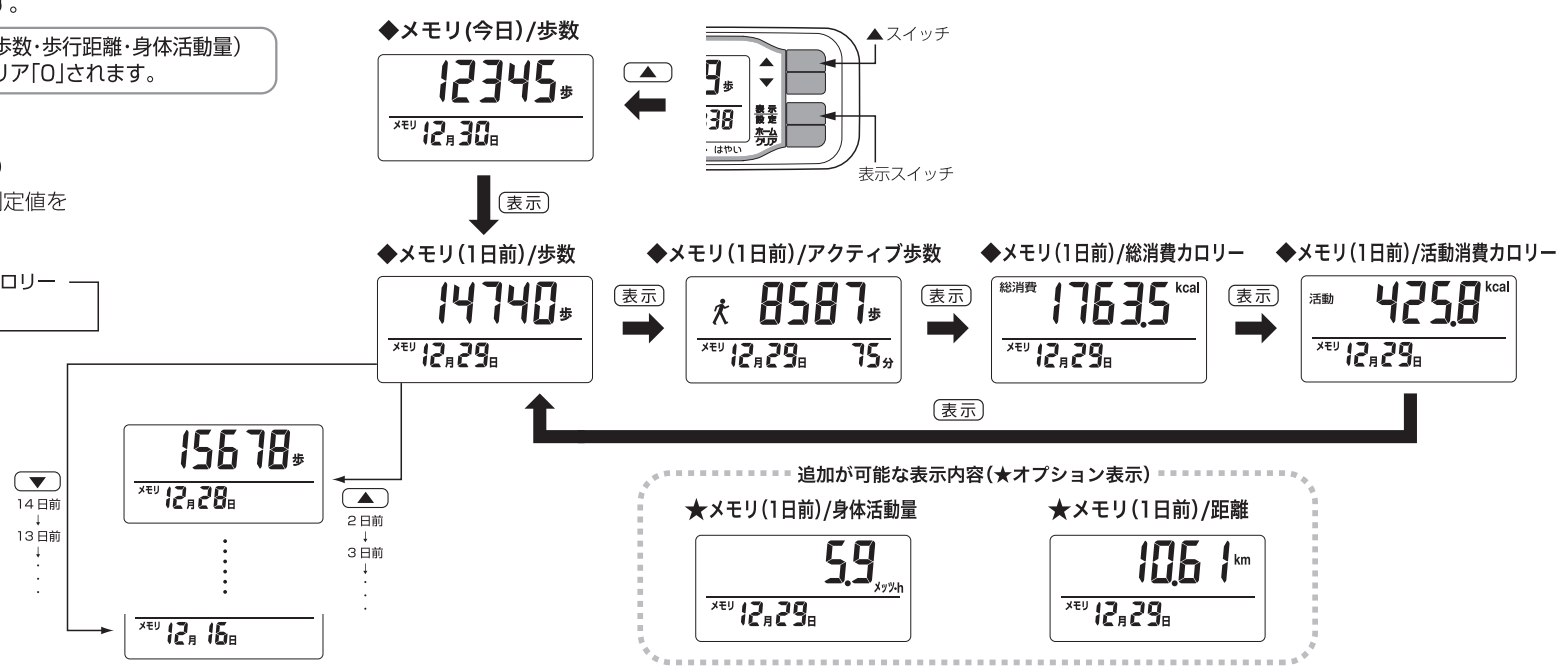
各表示画面の過去（14 日間）の測定値を表示することができます。

1日の測定値(総消費カロリー・活動消費カロリー・歩数・アクティブ歩数・歩行距離・身体活動量)は、時刻が午前0時「0:00」になると自動的に記憶され、表示はクリア「0」されます。

※時刻は必ず正しく設定してください。

1. ▲スイッチを押して、測定値を見る（今日、1日前〜14日前）
2. このとき表示スイッチを押すごとに画面が切り替わり、各測定値を見ることができます。



・今日の表示に戻るには、ホームスイッチを押します。
・スイッチ操作をしない状態が1分以上続くと歩数モードに戻ります。

・ メモリデータは変更/修正できません。
・ 電池交換およびシステムリセットスイッチを押しても前日までのメモリデータは消えません。
・ メモリデータとは、午前0時〜午前0時(翌日)までに計測された全ての総消費カロリー・活動消費カロリー・歩数・アクティブ歩数・歩行距離・身体活動量になります。