



### 取扱説明書

このたびは、本製品をお買い上げいただきまして誠にありがとうございます。  
本製品をより安全にご利用いただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。  
また、お読みいただいた後も大切に保管してください。

本製品の使用によって生じた事故や直接、間接の損害について  
弊社はその責任を負わないものとします。あらかじめご了承ください。

## 必ずご確認ください

- 本製品は一般家庭用です。治療を目的としたものではありません。
- 使用中に痛みや不調を感じた時、使用後に身体に異常を感じた時は、ただちに使用を中止してください。

※下記に該当する方は、本製品を使用しないでください。

●体重が100kgを超える方 ●ペースメーカーや人工心肺、心電計などの医用電子機器を使用している方 (医用電子機器の誤作動を招く恐れがあります) ●心臓に障害がある方または弱い方 ●病中・病後・療養中の方 ●貧血気味の方 ●自ら意思表示ができない方や操作が行えない方 ●血行障害、毛細血管拡張、血圧に異常のある方 ●悪性腫瘍のある方 ●脳神経に異常がある方 (てんかんなど) ●糖尿病など、高度な末梢循環障害による知覚障害がある方 ●発熱(38℃以上)している方、または体に異常を感じている方 ●安静を必要とする方、四肢が不自由な方 ●乳幼児、子供、お年寄りなど熱さや痛みを自覚できない方 ●医師からマッサージを禁じられている方 ●皮膚アレルギーの方、過度な日焼け・炎症のある方、肌に関する施術を受けている方 ●湿疹、乾癬、腫瘍、傷、感染症のある方 ●生理中、妊娠中、出産直後の方 (医師に相談の上ご使用ください) ●かゆみや薬疹を起こすような薬を服用されている方 ●代謝疾患によるニキビ、感染症、その他肌にトラブルのある方 ●ステロイド系の薬を服用している方 ●高血圧の方、紫斑になりやすい方 ●めまい・ふらつきなど平衡感覚に異常がある方、平衡感覚に影響が出る薬を服用している方 ●骨粗しょう症、脊椎の骨折、ねんざ、肉離れ、痛風、などの急性(疼痛性)疾患の方 ●腱鞘炎、むち打ち症、頸椎損傷、脊椎狭窄症、椎間板ヘルニア、腰痛、坐骨神経症などの整形外科的疾患の方 ●背骨に異常のある方

※下記の部位には使用しないでください。

- 整形手術をした部位 ●皮膚の下に金属、プラスチック、シリコンなどを埋め込んでいる部位 ●皮膚トラブルのある部位 ●痛覚、知覚障害を起こしている部位 ●胸部 ●陰部 ●頭部 ●骨折部位 ●背骨部位 ●関節部位

### 製品仕様

サイズ	約Φ8cm	重量	約150g
電源	単4電池×3本(別売)	主材質	ABS・シリコン

### 防水・防滴ではありません

本製品は防水・防滴ではありません。  
浴室や、水がかかる場所では絶対に使用しないでください。

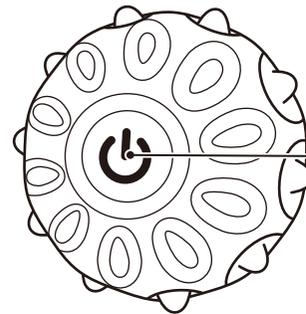
### 保証書

商品名	ほぐかるボール		
購入日	年	月	日
保証期間	ご購入から6ヶ月		
ご購入店舗			

### 【保証内容】

- 本製品をご購入後6ヶ月以上経過したものに關しましては保証の対象外といたします。
- 保証期間内に本製品の取扱、注意事項に従った正常な使用状態で破損、故障した場合のみ修理致します。
- 保証書と保証期間を証明するもの(お買い上げ時レシート等)をご用意の上、お問い合わせください。
- 製品、保証書、レシート等がない場合や保証期間内であっても、お客様による過失が原因の破損、故障はご対応致しかねます。

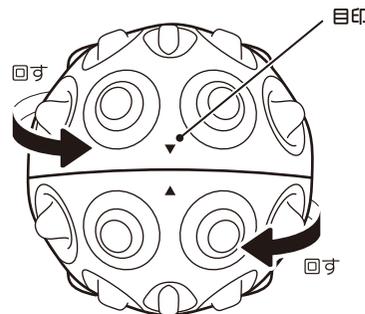
### 各部名称



**電源ボタン** 電源ボタンを押すと、本製品が振動します。

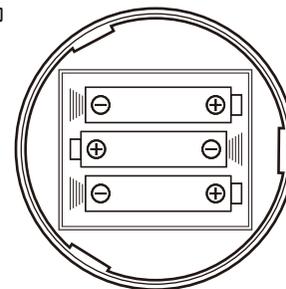
ボタンを押すごとに  
モードの強弱、電源のON・OFFを切り替えます。  
※電源ボタンはしっかりと押してください。  
押す力加減によっては反応しない場合があります。

### 電池の入れ方



①本体を矢印方向に回し開けます。

※図1(閉まっている状態)



②単4電池×3本(別売)の+、-を正しく  
セットして本体を閉じてください。

※本体を閉じる際は目印の▼が上下で合う位置にくるように回してください。  
※必ず完全に閉まっているか確認してからご使用ください。(図1参照)

### 使用電池

単4電池×3本(別売)

#### 【電池に関する注意事項】

●ショートさせたり、充電、分解、火の中に入れてください。  
●古い電池と新しい電池、いろいろな種類の電池を混ぜて使わないでください。  
●+、-を正しくセットしてください。  
●万一、電池から漏れた液が目に入った時はすぐに大量の水で洗い、医師に相談してください。  
●長時間使用しない場合は電池を外してください。  
●電池を入れる際につまみかきつけた場合は、無理にはめしないでください。(一部の電池は、性能向上につき国際規格内の外形寸法の変更がなされている結果、電池ボックス寸法との兼ね合いで電池が入りにくい・取り出しにくい・電池の種類が金属端子に届かないなどの状態が発生する為)

### 使用上のご注意

●製造工程上やむなく汚れ・バリ・キズが多少残ってしまう場合があります。ご使用前にご確認ください。  
●本製品の耐荷重は100kgです。体重が100kgを超える方は使用しないでください。  
●本来の用途以外には使用しないでください。  
●分解・改造はしないでください。故障や感電の原因となります。  
●ご使用前に本製品に変形・破損・本体が完全に閉まっているかを確認してからご使用ください。異常がある場合は使用しないでください。  
●ご使用ごとにぐらつき等、異常がないか点検を行い、汚れは定期的に取り除いてください。  
●本製品を使用中に異音・異臭・煙が発生した場合は、ただちに使用を中止し電源をOFFにしてください。  
●本製品の上に物を置かないでください。  
●不慣れな方だけで使用させたり、小さなお子様や乳幼児の手の届くところで使用しないでください。  
●本製品は防水・防滴ではありません。絶対に丸洗いはしないでください。  
●故障の原因となりますので、濡れた手で扱わないでください。  
●同じ場所に長時間接していると色移りする可能性があります。  
●1回の使用時間は約15分を目安としてください。長時間の連続使用はおやめください。  
●肌の弱い方は、同じ部位に3回以上使用しないでください。  
●体に過度の負担をかける使用はおやめください。事故や体調不良の原因となります。  
●首周辺に使用するとき、特に注意し、首の前方には使用しないでください。  
●アクセサリーなど硬いものやベルト、マフラーなどの巻き込みの原因になるものを着用したまま使用しないでください。  
●ニキビなど炎症がある部分には使用しないでください。  
●浴室や湿度の高い場所、火気のそばでは使用しないでください。  
●小さなお子様、乳幼児、ペットには使用しないでください。  
●ご使用後は必ず電源をOFFにし、本製品のお手入れをしてください。(詳しくは「お手入れ方法」をご覧ください) ●落とす・ぶつけるなど本体に強い衝撃を与えないでください。  
●電池の残量が少なくと電源ボタンを押しても動かないなどの症状が出る場合があります。このような場合は新しい電池に交換してください。  
●お子様の手の届かない所に保管してください。  
●火気の近くや、高温・多湿な場所、直射日光の当たる場所での保管・放置はしないでください。  
●廃棄の際は各地方自治体(市町村)の指示に従ってください。

### お手入れ方法

●本体は絶対に水洗いしないでください。  
●ご使用後は毎回、水に浸した布を硬くしぼり、本体の汚れを拭き取ってください。汚れが気になる場合は、ぬるま湯で希釈した中性洗剤に柔らかい布をひたし、硬くしぼってから本体表面の汚れを丁寧に拭き取ってください。  
●アルコール・シンナー・ベンジンなどの揮発性有機溶剤は使用しないでください。故障やひび割れ、変色などの原因になります。

### お問い合わせ先

発売元:株式会社アクセル

〒541-0058 大阪市中央区南久宝寺町2-5-1

0120-412-917

【お問い合わせ】月～金(祝日除く)10:00～17:00

## 本製品を使用する前に必ずご確認ください

### ●はじめは短い時間で使用してください。

強い刺激に慣れていないと、けがや体調不良の原因になります。振動の影響には個人差があるので、ご使用の際は注意してください。

### ●1回の使用目安は15分以内を目安にし、同一箇所への連続使用は3分以内を目安にしてください。

筋肉や神経に対して必要以上の刺激となり、けがをまねくことがあります。なお、複数の方が使用する場合は、連続使用の合計時間は1時間以内にしてください。最低30分間以上は機器を停止させてから、再度ご使用ください。本体が熱くなって、故障の原因になります。

### ●ご使用時はマットを敷いてください。

本製品に体重をかけた時に滑って転倒する恐れや、床面を傷つける恐れがあります。

### ●ホットカーペットなど暖房器具の上で使用しないでください。

火災の原因になります。

### ●ご使用時は全体重をかけないでください。

バランスを崩して転倒する恐れがあります。

### ●ご使用時は、必ず周囲に人やペットがいないことを確認してください。

転倒による事故やケガ、故障の原因になります。

### ●足に使用する場合は素足でご使用ください。

靴下やスリッパなどを履いて使用すると事故やケガ、転倒の原因になります。

### ●動きやすく滑りにくい服装でご使用ください。ポケットの中は空にしてください。

本製品を転がした時に皮膚やウェアを巻き込まないよう注意してください。

### ●頭部、首、ひじ、ひざ、背骨などの骨部には絶対に使用しないでください。

上記の部位には対応しておりません。事故やけが、体調不良の原因になります。

### ●本製品は振動します。落とさないようにしっかり握ってください。

不意に落とす時に、足などに当たったり床面を傷つける恐れがあります。

### ●強く押しつけて使用しないでください。

皮膚や筋肉を傷める原因になります。また肌の弱い方は素肌で使用しないでください。

### ●本製品を使用するときはアクセサリ類を外し、髪の毛が長い場合は束ねてください。

巻き込みの原因になります。

### ●次のようなときは使用しないでください。事故や体調不良の原因になります。

1.疲労が激しい時。2.飲酒前、飲酒後。3.食前、食後の1時間。4.睡眠中。5.皮膚に異常のある時。

### ●使用中、身体に異常を感じたときは直ちに使用を中止し、医師に相談してください。

医師に相談のうえ指示に従ってください。

### ●子供やペットに本製品で遊ばせたり、使用させないでください。

事故やけが、体調不良の原因になります。

### ●ご使用時に異臭・異常発熱したときは使用を中止してください。

破損・発火の原因になります。

## ご使用方法

### 1 電源ボタンを押し、モードを選択します。



### 2 初めて使用する際は、電源がOFFの状態で使用してください。

慣れてきたら、電源をONにし、振動を加えてストレッチをしてください。

コリを感じている部分や伸びていないと感じる部分に本製品を当て、ゆっくりと体重をかけていきます。30秒程度当てたら、本製品を次の部位に移動させ、同じように繰り返します。

#### 効果を上げるために意識するポイント

※無理をせず、自分のペースでゆっくりストレッチを行ってください。

#### 痛み持ちよい範囲で行う

体重のかけ方や転がすスピードを調整してください。転がした時に痛みを感じる方は体重をかけるだけでもOKです。

#### 硬い筋肉・硬い部分を優先的に行う

筋肉の柔軟性がアンバランスな状態が肩こりなどカラダの不調の原因になります。柔軟性に左右差がある方は硬い方を優先的に行ってください。

#### 呼吸をゆっくり繰り返しながら行う

呼吸をゆっくり繰り返すことで、リラックス時に働く「副交感神経 = ふくこうかんしんけい」が動きやすくなり、筋肉がほぐれやすくなる効果が期待できます。

#### 足裏

足裏痛・足の冷え・むくみなど



#### お尻・ふともも

腰痛・股関節痛・おしりのたるみなど



#### ふくらはぎ

足の冷え・むくみなど



#### 腰回り

腰痛・脚の冷え・むくみなど



#### 腕回り

猫背・巻き肩・肩こり・ストレートネックなど

