

MYTREX

取扱説明書

# AQUA LEG TRAINER

マイトレックス アクアレグトレーナー

保管用

保証書付

このたびは本製品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使い下さい。この取扱説明書には保証書がついています。お読みになられた後も、大切に保管して下さい。

# ｜ 安全上のご注意 ｜

定められた手順に従って、無理のないご使用をお願いします。異常が発生した場合は、ただちに使用を中止しカスタマーサポートへお問い合わせください。故障状態のまま使用されますと、身体に悪影響を及ぼす危険がありますので、絶対におやめください。

## 危険

---



禁止

- 次のような医用電子機器を使用している人は使用しない。本製品を使用中の方にも近づかない。

医用電子機器の誤動作をまねき、身体に著しい障害をもたらす恐れがあります。

- ◎ ペースメーカーなど体内植込式医用電子機器
- ◎ 人工心肺など生命維持用医用電子機器
- ◎ 心電計などの装着型医用電子機器

## 警告



禁止

- 次のような方は使用しない。  
事故や肌・身体のトラブルの原因になります。
  - ◎ 自ら意思表示ができない方や操作が行えない方
  - ◎ 妊娠中、出産直後、または妊娠の疑いのある方
  - ◎ 医師に運動やEMSの使用を禁じられている方
  - ◎ 使用部位に傷のある方
  - ◎ ボルト等の金属を埋め込んでいる方
  - ◎ 飲酒している方
  - ◎ 発熱(38℃以上)している方
- 体調が優れないときや、眠気がある時、飲食時や、食後すぐは使用しない。  
事故やケガの原因になります。
- 使用中は金属や他の電気製品に接触させない。  
けがや本体が故障する原因となります。

# 安全上のご注意

## 警告



禁止

- 次のような部位には使用しない。  
事故や肌・身体のトラブルの原因になります。
  - ◎ 太もも以外の部位
  - ◎ 傷口などの粘膜部位
  - ◎ 整形手術をした部位
  - ◎ 金属、プラスチック、シリコンなどを埋め込んである部位
- 本体および充電コネクターの充電端子にピンやゴミを付着させない。  
感電やショートによる火災などの原因となります。
- ドライヤーと一緒に使用したり、ドライヤーなどで本体や付属品を乾燥しない。  
部品の変形・故障の原因となります。

## 警告



禁止

- **マイトレックス アクアシリーズ以外のEMS機器や電子機器を同時に使用しない。**  
けがや事故、故障の原因となります。
- **熱湯(60℃以上)のお湯にさらさない。**  
本体が変形したり溶けたりする原因となります。
- **通電したまま放置しない。**  
けがや事故の原因となります。
- **本体を無理に開いたり、折り曲げない。また、傷をつけたり穴をあけたりしない。**  
防水性能が損なわれたり、断線などによる発熱、発火、故障の原因となります。

# ｜ 安全上のご注意 ｜

## 警告

---



必ず守る

●次に該当する方は必ず使用前に医師と相談する。

- ◎医療機関で治療中の方
- ◎倦怠感・悪寒・血圧変動などが感じられる方、衰弱している方
- ◎神経障害、皮膚知覚障害のある方
- ◎糖尿病など、高度な末梢循環障害による知覚障害のある方
- ◎アレルギー体質の方
- ◎めまいやふらつきなど平衡感覚に異常のある方
- ◎緑内障や網膜剥離、結膜炎など目に障害のある方、中耳炎など耳に障害のある方
- ◎生理中の方
- ◎皮膚疾患のある方（各種皮膚炎、皮膚感染症、皮膚の炎症、内出血しやすい方）

## 警告



必ず守る

### ● 次に該当する方は必ず使用前に医師と相談する。

- ◎ 心臓疾患、血行障害、毛細血管拡張、高血圧など血圧や血管に異常のある方（脳卒中、脳梗塞、心臓疾患、血栓症、抗凝固薬を服用中の方、血塞症、動脈瘤、静脈瘤などの方）
- ◎ ケガをしている方、内出血している方、内出血の可能性のある方
- ◎ 骨折や骨粗しょう症、ヘルニアなど、骨に異常のある方
- ◎ 呼吸器障害のある方
- ◎ 脳神経に異常を感じている方（てんかんなど）
- ◎ 機能性障害のある方
- ◎ 悪性腫瘍のある方
- ◎ 内臓疾患（胃炎、腸炎、肝炎）などの急性症状のある方
- ◎ 捻挫、肉離れなどしている方、しやすい方、骨髄炎、腱鞘炎、むち打ち症、頸椎損傷、リウマチ症、変形関節炎、脊柱管狭窄症、椎間板ヘルニア、痛風、急性（疼痛性）疾患のある方

# ｜ 安全上のご注意 ｜

## 警告



必ず守る

- 次に該当する方は必ず使用前に医師と相談する。

- ◎病気で療養中の方、または過去に疾病などがあった方、薬を服用中の方、手術を受けた方

- ◎体にしびれのある方

- ◎安静を必要とする方、四肢の不自由な方

- ◎体調不良、身体に異常を感じている方

- ◎使用部位付近に刺青(タトゥー)を入れている方

※その他、ご使用に不安がある方は事前に医師に相談してください。



使用者制限

- 子供や身体の不自由な人だけでの使用は避ける。未成年の方は保護者同意のうえ、保護者監視のもと使用する。また、子供の手の届かない場所に保管する。

事故やけがをする原因となります。



## 警告



用途以外禁止

- 取扱説明書に記載されている用途以外には使用しない。  
けがや本体が故障する原因となります。



無理な扱い禁止

- 専用ACアダプターを破損、加工、束ねるなど無理に力を加えない。  
また重いものをのせ無理な扱いをしたり、挟み込んだりしない。



傷んだコードプラグ  
使用禁止

- 専用ACアダプターが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。  
感電やショートによる火災などの原因となります。



落下禁止

- 不安定な場所に置かない。また、本体や付属品を落としたり、ぶつけたりしない。  
けがや本体が故障する原因となります。

# 安全上のご注意

## 警告



浴室充電禁止

- 浴室内での充電は絶対にしない。  
感電やショートによる火災などの原因となります。



異臭異常発熱時  
使用禁止

- 本体および付属品が、異臭・異常発熱したときは使用しない。  
破損・発火の原因となります。



分解禁止

- 分解や修理・改造はしない  
火災・感電・けがの原因となります。  
修理は弊社カスタマーサポートにご相談ください。

## 警告



発火注意

- 火のそばや炎天下、ほこりっぽい場所で使用したり、放置したりしない。また、火中投下・加熱・高温での充電・使用をしない。また、電子レンジにいれたり、熱器具に近づけない。本製品は充電式電池を内蔵しています。

発熱・発火・破裂・動作不良の原因となります。



アダプター  
を抜く

- 万一、異常が発生したら、本体の電源をオフにする。また、充電をしているときはコンセントから専用ACアダプターをすぐに抜く。けむり・異音・においがするなど、異常状態のまま使用しないでください。

# 安全上のご注意

## 警告



必ず守る

- 本体および充電コネクターの充電端子に水が付着していないことを確認してから充電する。  
感電やショートによる火災などの原因となります。
- 使用中に痛みを感じたり、気分が悪くなったり、肌に異常があらわれたら、ただちに使用を中止し、医師に相談する。
- 交流100V～240Vで使用する。海外での使用の際は必ずプラグ形状と電圧を確認のうえ使用する。専用ACアダプターは、たこ足配線にせず、壁のコンセントに直接差し込む。  
火災・感電・故障の原因となります。

## 警告

---



必ず守る

- 本製品には必ず付属の専用ACアダプターを使用する。付属品の他製品への使用を避ける。
- 本体を使用しないとき・掃除するときは必ず電源をオフにする。専用ACアダプターを掃除するときは、必ずコンセントから外す。  
感電やショートによる火災などの原因となります。
- コンセントから専用ACアダプターを抜くときは、コードを引っ張らずに先端部分を持つ。また、ぬれた手で抜き差しを避ける。  
感電やショートによる火災などの原因となります。

# ｜ 安全上のご注意 ｜

## ⚠ 注意

---



禁止

- 水やお風呂の中に浸水させたまま放置しない。  
本体が変色・劣化・故障する原因となります。
- 浴室以外では使用しない。水中以外で使用しない。  
本製品は、浴槽内での使用を想定しています。
- 使用中は通電部近くに手を近づけない。  
強い電気刺激を感じる場合があります。
- 使用前に本体に傷などがいないか確認し、損傷がある場合は使用しない。  
けがや故障の原因となります。
- 本体および付属品をアルコール・シンナー・ベンジン・除光液などの溶剤で拭かない。

## 注意



禁止

- 入浴剤入りのお湯や温泉では使用しない。サウナなど高温多湿になる場所では使用しない。  
においや変色・故障の原因となります。万一、入浴剤入りのお湯につけてしまった場合は水で洗い流してください。



必ず守る

- EMSの刺激を感じない場合でも、少しずつレベルを調整する。  
無理にレベルを上げることは避けてください。
- 1日あたり20分以内を目安に使用する。  
むやみに強くしたり過剰に使用したりすると、筋肉疲労や皮ふのヒリヒリ感、赤みの原因となるおそれがあります。
- 湯温や入浴時間に注意し、体に負担のない範囲で使用する。  
のぼせや体調不良の原因となります。

# 安全上のご注意

## 注意



必ず守る

- 磁気製品や金属類、アクセサリ類（ネックレス・イヤリング等）は外してから使用する。  
事故やけがの原因となります。
- 初めて使用する場合や、ご高齢の方などは、必ず短時間で弱い刺激レベル（レベル1）から使用する。  
事故やけがをする原因となります。身体に慣らしてからレベルを調整してください。
- 使用後は必ず流水で汚れなどを洗い流し、風通しの良い日陰で乾燥させる。また、高温多湿の場所への放置を避ける。  
本体がぬれたままの状態での放置すると、腐食の原因となります。



# ｜ セット内容 ｜

万一、セット内容に不足がございましたら、カスタマーサポートまでご連絡下さい。

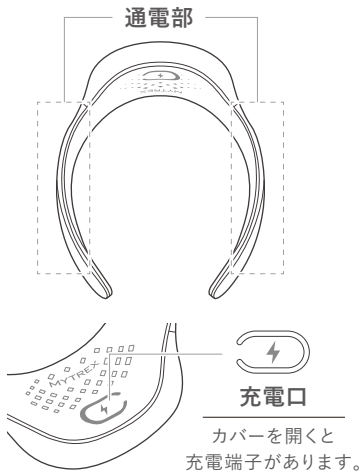
本 体	マイトレックス アクアレグトレナー：1台
付 属 品	専用ACアダプター：1本
	取扱説明書：1部

- 本体・付属品のデザイン・仕様は、品質向上のため、予告なく変更する場合があります。
- 本製品は医療機器ではありません。

## ※ご注意

使用している原料の性質により、初回開封時や長期間保管時に汚れが目立つ場合がございますが製品に問題はございません。水で洗い流してご使用ください。

# 各部の名称



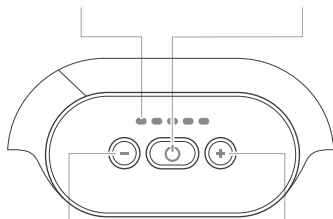
LEDランプ\*

動作中、充電中で  
色や状態が変わります。



電源ボタン

長押しで電源を  
オン/オフします。



弱ボタン

押すと強さが  
1段階ずつ下がります。



強ボタン

押すと強さが  
1段階ずつ上がります。

## ※LEDランプについて

### 白色ランプ 電池残量表示(電源オン時※/充電中)

LED1



LED2



LED3



LED4



LED5



※充電残量は、本体の電源をオンにした際に約2秒間点灯するLEDの数で確認することができます。

少

充電残量

多

### 青色ランプ EMS刺激レベル表示(動作中)

LED1



LED2



LED3



LED4



LED5



レベル1・2

レベル3・4

レベル5・6

レベル7・8

レベル9・10

※EMS刺激レベルは10段階です。

※レベル1・3・5・7・9のときは、該当するLEDが点滅します。

※レベル0(刺激なし)のときは、LED1~5が順に点滅します。

※本体はIPX-8(JIS防水保護等級)の防水仕様です。充電口カバーを閉めてからお湯にせずめてください。使用後は毎回お湯から取り出し、長時間水につけたままにしないでください。

※専用ACアダプターは防水ではありません。水がかからない場所で保管し、ぬれた状態での使用や、浴室内の充電は絶対にしないでください。

# | ご使用の前に（充電方法） |

初めてご使用されるときや充電残量が減ったときは、本体の電源をオフにしてから充電をしてください。

## お願い

必ず本体の充電端子の水分を綿棒などで拭き取り、完全に乾燥させてから充電してください。水滴などが残ったまま充電すると、故障の原因となります。

## ●充電・動作時間\*の目安

充電時間	動作時間
約2時間半	最長約56時間半

## ●電池残量低下時

LED1が白色点滅し、30秒おきに「ブッ、ブッ」と10回振動します。

\*動作時間は刺激レベル1で使用した場合の目安です。レベル10では約13時間半使用できます。

充電時間や動作時間は、電池の残量や充電環境、使用環境によって大きく前後します。

※充電推奨温度は15°C～35°Cです。推奨温度外では充電時間がのびたり、充電しない場合があります。

※初めての充電や、長期間ご使用にならなかった後に充電される場合、電池持続時間が短い場合があります。何度か充電・使用を繰り返すと正常に戻ります。

1

本体の充電口カバーを開き、付属の専用ACアダプターの充電コネクタを本体に接続する。

※カバーは無理に引っ張らないでください。

2

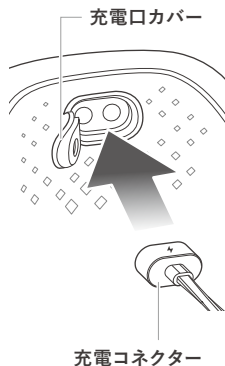
専用ACアダプターを壁面コンセントに差し込む。

※LEDランプが白色に点滅し、充電を開始します。

3

充電完了後、専用ACアダプターをコンセントから抜き、充電口カバーを閉める。

※充電中は、LEDランプが順に点滅・点灯していきます。LED1～5がすべて点灯になったら充電完了です。



## 充電電池について

●充電しても使用時間が極端に短くなった場合は、電池の寿命と考えられます。(電池寿命は、使用・保管などの状態により変化します。充放電可能回数の目安は300回～500回です。)●電池は交換には対応していません。●長期間使用しないときは、本体をフル充電してから保管します。また3か月に1度本品を動作させて、再度充電してください。長期間充電しないでおくと充電ができなくなることがあります。

## はじめにお読みください



※ご使用前に、「安全のご注意」をよくお読みのうえ、正しく安全にご使用ください。

※本体は絶対に無理に開いたり、折り曲げないでください。ご使用前に、本体に傷や損傷がないことを確認してください。

※1日1回、合計20分以内を目安にご使用ください。毎日ご使用いただけます。湯温や入浴時間に注意し、体に負担のない範囲でご使用ください。

※初めて使用する場合や、ご高齢の方などは、必ず短時間で弱い刺激レベル(レベル1)からご使用ください。

※磁気製品や金属類、アクセサリー類(ネックレス・イヤリング等)は外してください。

※使用中は通電部近くに手を近づけないでください。強い電気刺激を感じる場合があります。

※ご使用後に少量のカーボンが水に溶け出して黒っぽくなる場合がございますが異常ではありません。万一汚れた場合は、水で洗い流してください。

# | ご使用部位について |

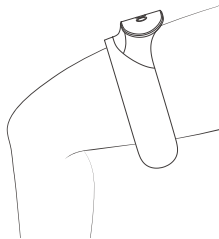
装着する位置を変えることで、さまざまな筋肉を刺激することができます。

※1回の使用時間の合計が20分以内になるようにしてください。

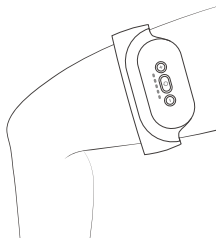
※太もも以外には使用しないでください。

## 装着例

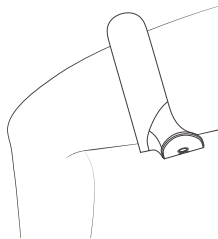
前もも(大腿四頭筋)



内もも(内転筋)



もも裏(ハムストリング)



# ｜ ご使用方法 ｜

本製品は浴槽内で使用します。  
お風呂に入りながら太ももにアプローチしましょう。

使用可能範囲：  
太もも（周囲60cm以下）

1

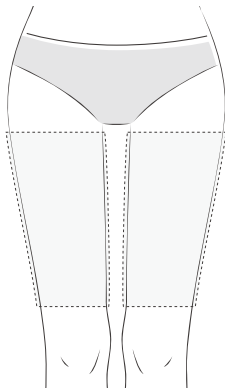
充電口カバーが閉まっていることを  
確認し、太ももに装着する。

※本体が肌に完全に密着していなくても  
使用できます。

2

お風呂に浸かる。

※本体が水面から外に出ないように  
ご注意ください。水の外に出ると刺激  
が強く感じる場合があります。





3

電源ボタン (  ) を約2秒間長押しする。

●「ブツ、ブツ」と2回振動し、青色ランプが順に点滅します。刺激を開始するには、手順4へ進んでください。

4

強弱ボタン ( + / - ) で、刺激レベルを選択する。

●ボタンを押すたびに1回振動し、レベルが変化します。

※刺激レベルは、レベル1～10から選択できます。デフォルトは刺激レベル0 (刺激なし) です。

※本体の通電部が肌に触れていない状態が10秒続くと、安全のため刺激レベルが0 (刺激なし) に戻ります。

5

途中で動作を停止するには、電源ボタン (  ) を約2秒間長押しする。

●「ブー」と1回振動し、電源がオフになります。

※動作開始から10分たつと、自動で電源がオフになります。また、刺激レベル0 (刺激なし) の状態が3分間続くと、電源がオフになります。

# お手入れ方法

使用後は本体を清潔に保つために、毎回お手入れをしてください。

1

**電源がオフになっていることを確認し、本体を流水で洗い流す。**

※汚れが取れにくい場合は、薄めた中性洗剤を含ませた布で軽くふいてください。アルカリ洗剤・アルコール・シンナー・ベンジン・除光液などの溶剤は使用しないでください。

2

**風通しの良い日陰で乾燥させる。**

※湿ったままの状態では充電したり、放置しないでください。においや変色・故障の原因となります。

※本体は絶対に無理に開いたり、折り曲げないでください。故障の原因となります。

※タオル掛け等に掛けて乾燥する際は、本体が落ちないように注意してください。

## 保管方法

- 使用後は、本体のお手入れをし、完全に乾燥させてから保管・充電してください。専用ACアダプターは防水仕様ではありません。本体が湿った状態で充電すると、故障の原因になります。特に、本体および専用ACアダプターの充電端子は綿棒などで水分やほこりを拭き取ってください。
- 長期間使用しないときは、本体のお手入れをしてから保管してください。
- 使用しないときは、本体の電源をオフにし、専用ACアダプターをコンセント等から抜いて保管してください。
- 火のそばや炎天下、浴室や車内など高温多湿の場所に放置せず、風通しの良い清潔な日陰に保管してください。
- 子供の手の届かない場所に保管してください。



本製品(本体)はリチウムイオン電池を内蔵しています。本製品を廃棄される場合は、自治体の分別ルールに従って廃棄してください。

リチウムイオン電池内蔵製品の注意点は右記でご確認いただけます。<https://mytrex.jp/support/safety/battery/>

## 製品仕様

ブランド	MYTREX (マイトレックス)
品名	AQUA LEG TRAINER(アクアレグトレーナー)
定格電源	DC5V 1A
専用ACアダプター	入力:AC100-240V 50/60Hz 0.35A、出力:DC5V 1A
消費電力	約250mW
バッテリー	リチウムイオン電池 3.7V 400mAh
タイマー	10分自動オフ
サイズ/質量	約122mm×147mm×62mm/約135g
周波数	5Hz～27Hz
素材	ABS+PC、シリコン、ポリカーボネート
対応サイズ	太もも周り:40～60cm
電池持続時間*	最長:約56時間半(レベル1)、最短:約13時間半(レベル10)
推奨使用水温	38℃～45℃

\* 実際の時間は、使用環境や使用状況により異なります。