取扱説明書 保証書付 衣服内温度計 Ran's Night (BABTAN) for Smartphone

この度はRan's Night for Smartphone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。ご使用前にこの取扱説明書を 必ずお読みいただき、正しくご使用下さい。また、お読みになられ た後もいつでもみられるように保管して下さい。本書は保証書を 兼ねていますので、紛失しないようにお願い致します。

QOL

V89-80012

キューオーエル株式会社 http://www.QOL21.com

保証書

お 客 様 へ

本書は、無料修理規定により無料修理を行うことをお約束するものです。 以下の欄にお買い上げ日を記載、レシート(領収証)を貼り付けて保管し てください。お買い上げ日から下記保証期間内に故障が発生した場合は、 本書をご提示のうえ、弊社お客様サポートセンターに修理をご依頼下さい。

品			名	衣服内温度計	Ran's	Night	for	Smartphone
保	証	期	間	本体お買い上	ブ日より (3ヶ月間		
おり	買い	上げ	日	年	月	日		

レシート (領収証)貼り付け欄

	お名前				
い客され	ご住所				
Ŧ	お電話	()	Email	
**	キューオーエ	ル株式	会社		

〒386-8567 長野県上田市常田3-15-1 信州大学繊維学部内Fii604 電話 0268-71-6461(代表) ホームページアドレス http://www.QOL21.com

 0268-75-2380
 お 客 様 サポート センタ ≤ support@QOL21.com

受付時間:午前9時30分~午後5時30分(土・日・祝日及び夏期・冬期の休暇期間を除く)

もくじ

1. 衣服内温度計Ran's Nightとは? 8. データ管理 (1) 自分で管理 2. 主な仕様 アフターサービスについて (2) Ran's Story+で管理 3. 安全上のご注意/お願い ・サイトへの登録 4. 各部のなまえ ・データ送信方法 ・データの閲覧方法 5. 電池の入れ方 9. こんなときは・・・ 6. 最初の設定 7. 計測方法 10. 故障かな?

1. 衣服内温度計Ran's Nightとは?

簡単に自分のからだのリズムをとらえたい!という声から生まれたまったく新しい 温度計です。毎晩おやすみになる際にパジャマのウエスト部分にとりつけていただ くと、眠っている間に内蔵された2つの温度センサーが自動的に衣服内の温度を 10分間隔で6時間計測し、温度を記憶します。朝起きてチェックすると、「ゆうべ のさいこう」温度が表示されます。また、計測データをQRコード表示しスマホアプ リのQRコードリーダーで読み取り、計測したすべての温度データをサーバーに送 信すると、昨夜の寝相もわかるグラフや、毎日の代表温度をつなぎ合わせた長期の 折れ線グラフ表示をみることも可能です。長期的グラフからは、低温の時期から高 温の時期へと移行するからだのリズムがキャッチできます。

※本品は、体温計ではありません。あくまでも健康管理の目安としてご使用 いただき、発熱等疾病の疑いがある場合は、体温計で検温し、受診する ことをおすすめします。

2. 主な仕様 使用箇所 使用材料 表面処理 外装ケース、電池ケース 抗菌ABS樹脂 シボ加工 主な素材 装着クリップ ディスプレイ ガラス PC樹脂カバー ボタンスイッチ シリコンラバー 表面印刷 外観寸法 長さ69×幅51×厚さ14.5mm (クリップ高さ5.3mm) 約37g (電池2個含む) さ 測 定 方 法 2つの温度センサーが設定時刻より10分ごとに6時間後まで続けて計測します 分解能 0.0625℃ (32~40℃、小数点以下2桁未満を切り捨てて表示)

温度精度 確度 ±0.5℃ (32~40℃) 保管条件 温度0℃~50℃ 付 属 品 ボタン電池 (CR2032コイン型リチウム電池) 2個、取扱説明書 生産国 日本

アフターサービスについて

商品の操作方法やご不明な点は、弊社お客様サポートセンターまでご連絡下さい。

お客様サポートセンター

電話:0268-75-2380 メール:support@QOL21.com 受付時間:午前9時30分~午後5時30分 (土・日・祝日及び夏期・冬期の休暇期間を除く)

<無料修理規定>

- (1) 取扱説明書等の注意書きに従った正常な使用状態で保証期間内に故障した 場合には、無料修理をさせていただきます。 (2)保証期間内に故障して無料修理をお受けになる場合は、必ずお客様サポート
- センターにご連絡下さい。事前連絡のない場合や保証書を紛失した場合、無 料修理はお受けできませんのでご注意下さい。
- (3) 保証期間内であっても、以下の場合には、有料修理となります。
- a. 使用上の誤り、不当な修理・改造による故障および損傷 b. お買い上げ後の落下・水没等による故障および損傷
- c. 火災・地震・水害・落雷等天変地異による故障および損傷
- d. 保証書の提示がない場合
- e.保証書に、「購入日·お客様名」の記入がない場合、
- またはレシート (領収証) が貼り付けてない場合

(4) 保証書は日本国内においてのみ有効です。

(5) 保証書は再発行いたしませんので、大切に保管して下さい。

※保証書に明示した期間・条件の下において無料修理をお約束するものです。この保証書によって お客様の法律上の権利を制限することはありませんので、保証期間後の修理について、ご不明な 場合はお問い合わせ下さい。

3. 安全上の注意/お願い

この説明書では、製品を安全に正しくお使いいただき、ご使用者やその他の方々への 危害や財産への損害を防止するために以下のマークで表示し説明しています。表示内 容に従わず、本来の目的から逸脱した使いかたにより、万一、死亡や重傷を負ったり、 物的損害が発生しても、弊社は一切責任を負いませんので、あらかじめご了承下さい。

⚠警告	特に注意していただきたいことを ●適正に使用しても、注意を怠る 可能性が想定されます。
⚠注意	使用にあたり、一般的な注意を示 ●誤って使うと、傷害を負う可能 想定されます。
○ 禁止	してはいけない「禁止」内容です。
し 必ず守ること	必ず実行していただく「強制」 内i

	⚠警告
会 法	電池は火中に投じないで下さい。破裂す
0 必ず守ること	乳幼児の手の届かないところに保管して また、お子様だけでの使用は避けて下さ 電池や部品の誤飲の恐れがあります。
り 必ず守ること	本体が落下などにより破損し、本体内部が 露出部に触れないで下さい。破損部でけが 特に液晶ディスプレイは、ガラスでできて 強く押さえつけないで下さい
ののですること	電子レンジや高圧容器などの中に入れた 屋外の高温となる自動車内に放置しない 発火・破裂・故障・火災の原因となりま

	⚠注意
会 法	本体は防水、防滴ではありません。水 たりすると、本体内部に水が入り故障 また湿気の多いところや、水のかかる ※添い寝しているお子様のおねしょ、赤
○ 禁止	重いものをのせたり、叩いたり、 本体に強い衝撃を与えたり、落下 故障の原因となりますので避けて
会 法	分解や修理、改造はしないで下さ 計測温度に誤差が生じたり、故障
会 法	強い静電気や電磁波のある場所で 温度に誤差が生じたり、故障の原
○ 禁止	シンナーやベンジン、アルコールを 本体についた汚れや汗などは、やわ
り 必ず守ること	複数の人で併用しないで下さい。 本品データは、機器に記録された 基本的に1人1台でお使い下さい。 衛生上の面からも1人1台のご使用
会 法	本品は衣服内温度計です。体温計 ロ中や腋の下での体温計測には使
り 必ず守ること	肌に直接装着した場合、季節によっ 生じることもあるので、下着1枚をか 装着して下さい。また、皮膚に異常 やめ、皮膚科専門医にご相談下さい



を示します。 ると死亡または重傷を負う

示します。

12性、または物的損害の発生が

容です。

破裂する恐れがあります。

管して下さい。 て下さい。

▶内部が露出した場合は でけがをすることがあります できている部分を含みますので

入れないで下さい。 しないで下さい。 **ょ**ります。

くに浸けたり、水洗トイレに落とし しますので避けて下さい。 5場所には保管しないで下さい ちゃんのよだれなどもご注意下さい

踏んづけるなど させたりすると、 下さい。

₫の原因となります。

で使用/保管しないで下さい。 因になります。

使ってお手入れしないで下さい。 らかい布で乾拭きして下さい。

機器IDで管理されますので、 継続した計測の目的にも、 用をお願いします。

ではありません。 使用しないで下さい。

っては汗ばみ、かゆみやかぶれを ▶して身体に密着するように を感じた時はただちに使用を

5. 電池の入れ方

CR2032ボタン電池を2個セットします。 (1) 電池カバーツメの部分を下にスライドさせ、

電池カバーをはずします。 (2) ⊕を上にして電池を押し込みセットします。 (3) 電池カバーをもとのように戻します。

※電池寿命は約3ヶ月です。 (1日1回QRコード表示をさせた場合)

 \bigcirc

禁止

 \bigcirc

禁止

※付属の電池は工場出荷時に納められたものですので、 電池寿命が短くなっている場合があります。

※「でんちがもうすぐきれます。でんちをこうかんして下さ い」 のメッセージがでたら、【9. こんなときは】 でご案 内する方法に従って、新しい電池に交換して下さい。 はずす時は、図のように電池下の溝に指を入れると、 簡単にはずれます。





<u>小</u>警告

ボタン電池を乳幼児の手の届くところに置かないで下さい。 誤飲の恐れがあります。万一、電池を飲み込んだ場合は、 直ちに医師に相談して下さい。

⚠注意



6. 最初の設定 ※「最初の設定」が電池セット時にできなかった場合は、セットボタン長押し(2秒以上押し続ける)で 表示される「血ホーム」 画面より、「・せってい」 を選択して行うことができます。

Roms Night	電池をセットすると ①Ran's Nightロゴ表示の後、「はじめてつかうひとは まずせっていからおねがいね!」と表示されます。 ②その後自動的に「 ↓ せってい」画面となります。
0507 ECE<	 ひづけとじこく設定(必ず現在時刻にあわせて下さい) ①「▲せってい」画面でダウンボタンで「ひづけとじこく」にカーソルをあわせ、セットボタンで選択します。 ②ダウンボタンで年月日時分のそれぞれの場所にカーソルをあわせ、セットボタンで選択するとカーソルが点滅します。 ③アッブボタン/ダウンボタンで数字をあわせ、セットボタンで決定します。 ④現在時刻があったら、「けってい」にカーソルをあわせ、セットボタンで決定します。
	 ニックネームをつけよう!(ニックネームは省略できます) ①「▲せってい」画面で、ダウンボタンで「ニックネーム」にカーソルをあわせ、セットボタンで選択します。 ②[なまえつけて]にカーソルをあわせセットボタンを 押すと、[あ]と表示されカーソルが点滅します。 ③ダウンボタンを押すと「あいうえおかきくけご・・・」 とち0音順に文字が送られますので、最初の1文字を えらび、セットボタンを押すと2文字目にうつります (「ん」のあとに一、ぁ、ぃ、ぅ、ぇ、ぉ、ゃ、ゅ、ょ、っ、 *、*、・、✔)。 ④同様に5文字まで名前がつけられますが、4文字以下のときは◆をつけると終了になります(1文字消去 は←です。「あ」の時、アップボタンで◆、←)。 ⑤たとえばらんちゃんなら、「らん◆」でセットボタン を押し、ダウンボタンでつけたい敬称「ちゃん」に カーソルをあわせセットボタンを押し、ダウンボタン で「けってい」にカーソルをあわせ、セットボタンで 決定します。
2-7-253 2333 2333 2333 2333 2333 2333 2333	「Ran's Story+」にユーザー登録しよう! ①Ran's Night for Smartphoneは女性健康情報シ ステムRan's Story+(らん'sストーリープラス)に対 応しています。登録して温度データを送信すると、 長期的な温度を蓄積して管理することができます。

②Ran's Story+は、Ran's Nightが自動計測した 温度情報、月経周期情報、カラダとココロの日記な ど、様々な健康情報を蓄積/管理できるシステムで す。ID (メールアドレス) とパスワード (ユーザーが 設定)で管理され、ニックネームで利用できるので お名前/詳細な住所など個人を特定できる個人情 報を登録する必要はありません。

- ③スマートフォン、タブレット、パソコンでアクセスで きますが、携帯電話 (ガラケー)には対応しており ません。
- ④ 「▲せってい」 → 「ユーザーとうろく」 の画面で 「とう ろくQR」にカーソルをあわせ、セットボタンを押す とQRコードが表示されます。スマートフォンのQR コードリーダーで読取るとRan's Story+の新規登 録画面にアクセスしますので、登録メールアドレス を設定し「送る」をタップします。
- ⑤登録メールアドレスにメールが届くので、リンクか らアクセスしてユーザー情報を登録して下さい。ロ グイン画面で、「次回から自動的にログインする」 にチェックを入れておくと、次回のアクセスや日々 のデータ送信にも便利です。

※Ran's Story+に入会せずに、「ゆうべのさいこう」 の温度を 自分でグラフなどに記録して管理することもできますが、 Ran's Story+に入会すると、Ran's Nightの機能をフルに 活用し、より便利に使えます。

7. 計測方法

「計測スケジュールの設定」



 セットボタン長押しで「▲ホーム」を表示します。 ②ダウンボタンで「mスケジュール」にカーソルをあ わせ、セットボタンで決定します。 ③最初の設定では毎晩0時から6時までの6時間のス ケジュールになっています。 ダウンボタンで「Oじか ら」にカーソルをあわせ、セットボタンを押すとカー ソルが点滅しますので、アップボタン/ダウンボタン であなたの毎日のおおよその就寝時刻をえらびセッ トボタンを押すと自動的にカーソルは「けってい」に

Ď

「装着と計測」

(1)マークが上、電池カバー側が内側(身体側)になる方向に して持ち、マークに人差し指をかけてつまむようにフック を開きます。パジャマのウエストに止めますが、下着(薄手、 1枚)の上から身体にぴったり密着する状態で装着します。 (2)そのままお休みいただき、朝起きたら取りはずします。温 度は自動的に計測できます。Ran's Nightや装着した場 所が汗ばんでいた場合は、乾いた布でふき取って下さい。

※使い始めのころは装着に違和感を覚える場合がありますが、一番違和 感の少ない場所、朝まではずれにくい場所に装着できるように工夫し て下さい。

<u>小警告</u>



中に落としてしまう危険があります。水没は故障の原因となり ます。また、もし水洗トイレに落ちてしまった場合は速やかに拾 い上げて下さい。そのまま水で流すとトイレのつまりの原因と なりますので、絶対にしないで下さい。

夜中、または朝起きてトイレに立つ場合は、必ずRan's Night

を取りはずして下さい。装着したままトイレに入ると、トイレク

「上手にはかるためには!」

- (1) Ran's Nightは設定した時刻から6時間の計測を行いますので、毎日なるべく 同じ条件で計測することが大切です。計測開始時刻に必ず就寝する必要はあ りませんし、計測終了時刻前に起きて取りはずしてもかまいませんが、健康の ためにも出来る限り毎日規則正しく、4時間以上の睡眠を確保するように心が けましょう。
- (2)ネグリジェなど寝巻きのデザインにより、うまく装着できず密着が悪いと、 正しい温度が測れない場合があります。そんな時は、腹巻の利用やショーツ のダブル着田などの方法も試してみましょう。
- (3)電気毛布が熱過ぎる場合にはもちろん衣服内温度も高くなりますし、冷房の 効かせ過ぎなどでは温度は低くなります。夏場でもお腹まわりを冷やさぬよ うにタオルケットなどの寝具を掛けてください。コタツでうたた寝も要注意! 快適な睡眠環境づくりを心がけましょう。(お酒の飲みすぎや、発熱などでも 衣服内温度は高くなります。)

8. データ管理



※「ゆうべのさいこう」は、身体側のセンサー温度の最高値です。Ran's Story+にデータ送信した際 に表示される今日の温度は、暖房の影響や長時間のうつぶせ寝などで異常に高くなってしまった 温度は排除するように考慮されていますので、「ゆうべのさいこう」と異なる場合があります。

(2) Ran's Story+で管理

- ※必ずしもRan's Story+に入会する必要はありませんが、入会すると、Ran's Nightの機能をフル に活用し、より便利に使えます。(Ran's Nightに数字として表示されるのは 「ゆうべのさいこう」 (身体側のセンサー温度の最高値)だけですが、Ran's Story+サイトでは、2つの温度センサーが 計測した6時間の温度変化も折れ線グラフで確認することが可能です。
- ※Ran's NightデータをRan's Story+で管理するには、QRコードを読み取るスマートフォンアプリ が必要となります。お使いのQRコードリーダーで読み取りにくい場合は読み取りやすいアプリを ご案内しますので、サポートセンターにご相談ください。

◆サイトへの登録

メールアドレス、パスワード、ニックネーム、生年月日、性別、住所(都道府県名)など の登録が必要となります。また、蓄積された温度や月経周期のデータは匿名化され、 代や地域等によるデータ処理と分析を行い、学会発表や新商品開発等の研究用とし て使用させていただきます。「ご利用に関するお約束」をよくお読みください。

◆データ送信方法



※前述のように、セットボタンを押して今日のQBコードを表示 させ、ダウンボタンを押して前日のQRコードを作成すること もできます。

◆データの閲覧方法

- ①スマホ・タブレット・パソコンよりRan's Story+サイト http://plus.rans-story.jp にアクセス、ログインして、「ぐっすりグラフ」「長期グラフ」で温度データをご確認 下さい。
- ②「マイダイアリー」で「周期情報」「カラダとココロ」の情報を入力すると、「マイス テージ」で周期的なからだのリズムを確認したり、「マイレコード」で記録したデー タの一覧表を確認できますので、ライフスタイルの参考にすることができます。 ③月経周期ごとの管理のほかに、月ごとのグラフもありますので、初経前や閉経後
- の体温管理にもご活用いただけます。

9. こんなとき QRコードが 売取れない (1)	きは・・・ ①QRコードリーダーの種 細かなQRコードが読み開 ②お使いのアブリで読み開 ターにご相談下さい。 ③Ran's Nightの画面の開 ができます。	頃によ 収れる 又れな 月るさ
		画は一Q間押ダとに
	()3023	画合コ 択いす ダとに
QRコードが 売取れない (2)	(1)の方法でも読取れない 節します。初期の設定では 1枚のQRコードに一晩に言 た全ての温度データが収録 の必要な部分だけの温度に 「スモール」モードがありま	場合 、「フ 測し にして料 す。
	BOR⊐−F BOR⊐−F OF7 fC 0 25 7 f	①「i 」 ル ッ ア タ ど
		② t さ か ③ l た タ 目 ル 2
	※スモールモードではすべてのテ すべてのデータをぐっすりグラ にご相談ください。	 ざータを マで確
すぐに画面が 肖えてしまう	それぞれの画面は、省エネの 動的に消えるようになってし 示させて下さい。特にQR二 いている画面は、電力消費 ボタンを押して表示を消する	のため います Iード が大き こ、さ!
ディスプレイが 汚れた	ディスプレイのガラス面がネ 場合は、清潔で柔らかな布す	5れて で乾拉

より読取能力が異なります。 アプリをご利用下さい。 い場合には、サポートセン

面の明るさを変更する場合 「**û** ホーム」→「**¤** QRコ ド」→「あかるさ」を選択し、 Rコードが表示されている こ. アップボタンを押すと すごとに明るくなります。 ウンボタンを押すと押すご こ暗くなります。

面の色の濃さを変更する場 は、「âホーム」→「∎QR - ド」 → 「いろのこさ」 を選 ノ、QRコードが表示されて る間に、アップボタンを押 と押すごとに濃くなります。 ウンボタンを押すと押すご こ薄くなります。

は、QRコードの細かさを調 ^ァイン」 モードになっており した2つのセンサーが計測し こいますが、1つのセンサー 粗めのQRコードに表示する

「**ゐ**ホーム」→ 「**ℝ** QRコード | でダウンボタンで 「スモー し」 にカーソルをあわせ、 セ ットボタンで選択したのち、 アップボタンで 「もどる」 カ -ソルをあわせてセットボ タンを押し「🏘ホーム」にも どり 「• おわり」 にします。 セットボタンを押して表示 させると、粗めのQRコード が作成できています。 |枚目のQRコードを読取っ と後、表示されている間に ダウンボタンを押すと2枚 目が表示されます。「スモー レ」モードの時は、必ず1日 2枚読み取って送信して下 さい。

を送ることはできません。計測した 寉認したい方は、サポートセンター

めに一定の時間 (約1分)で自 。必要な場合は、もう一度表 表示の際のバックライトが点 きいので、読取り次第セット らに省エネになります。

 QRコードが撮影しにくい 式きして下さい。



10. 故障かな?			
ボタンを押しても 可も表示しない	 ・電池がはずれていませんか? ・電池が消耗していませんか? ・電池の向きが間違っていませんか? ・電池の電極にゴミなどがはさまっていませんか? 		
QRコードが 売めなくなった	 Ran's Nightディスプレイが汚れていませんか? スマートフォンのカメラのレンズが汚れていませんか? 		
NRコードを読み Rって送ったが、 ブラフが表示さ Nない	 ・きちんと装着しましたか? 未装着だった場合、Ran's Nightが計測した温度は室温となります。低すぎる温度は衣服内温度とはいえないためグラフ表示はされません。 ・インターネット上の操作なので、データがうまく送れていない場合も考えられます。装着はきちんとしていたのに「データがありません」となった場合は、もう一度送信してみて下さい。 		

※以上の確認をしても問題が解消されない場合は、お客様サポートセンターにご相談下さい。 ※「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。