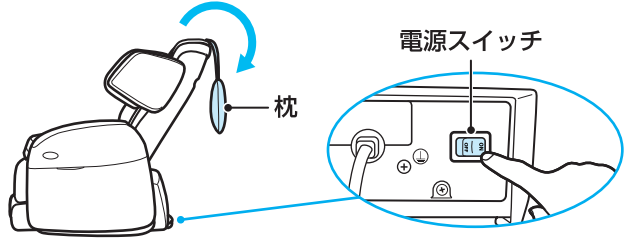
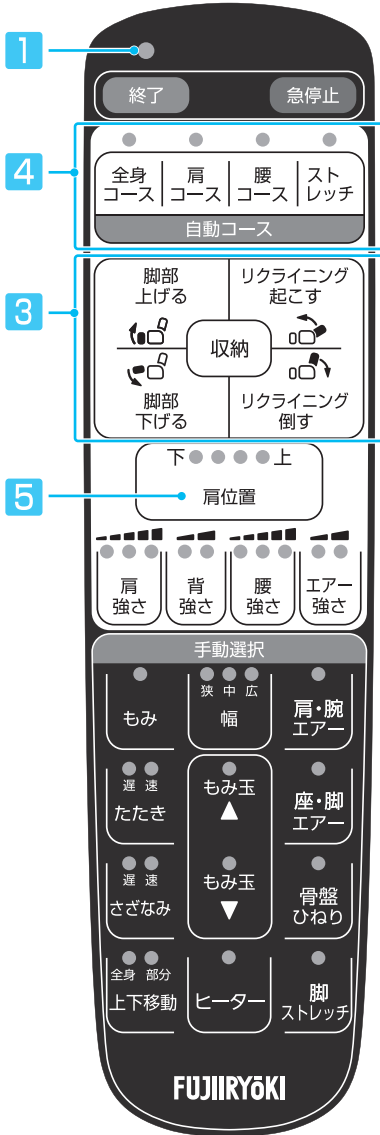


# AS-F70 カンタン操作ガイド

- 1 主電源ランプが点灯していることを確認する。  
点灯していない場合は、本体後側の下部にある電源スイッチを「ON」にする。
- 2 枕を後に回して、座る。  
マッサージが強く感じる場合は、枕をつけたままお使いください。



- 3 背もたれ部と脚部をお好みの位置に合わせる。

- 背部：
- 起こす 背もたれ部が起き上がる。
  - 倒す 背もたれ部が倒れ、脚部が上がる。
- 脚部：
- 上げる 脚部が上がる。
  - 下げる 脚部が下がる。

- 4 全身 肩 腰 ストレッチ からお好みのコースを選択する。  
選択した自動コースのランプが点灯します。

## 自動コースの種類

- 全身 全身のコリや疲れをやわらげるコース
- 肩 肩・背部のコリや疲れをやわらげるコース
- 腰 腰部のコリや疲れをやわらげるコース
- ストレッチ ストレッチ動作を中心としたマッサージコース

- 5 自動コースを選択すると、もみ玉が肩位置を自動的に検知する。  
検知した肩位置は、**肩位置** を押して変更できる。



# 自動コース動作中の調節

## 肩位置を調節したいとき

**肩位置** で肩位置の高さを 7 段階から選択。

## 肩の強さを調節したいとき

**肩** で肩強さを 5 段階から選択。

## 背の強さを調節したいとき

**背** で背強さを 2 段階から選択。

## 腰の強さを調節したいとき

**腰** で腰強さを 5 段階から選択。

強さのランプ		
強さ	ランプの点灯	
	5 段階 (肩・腰)	2 段階 (背・エア)
弱 1	○ ● ● ●	○ ●
2	○ ○ ● ●	● ○
3	● ○ ● ●	
4	● ● ○ ○	○ ●点灯
強 5	● ● ● ○	● ●消灯

## エア強さを調節したいとき

**エア** エア強さを 2 段階で調節。  
●エア強さは部位ごとに調節できません。

## 肩・腕、座・脚エアーを「入/切」したいとき

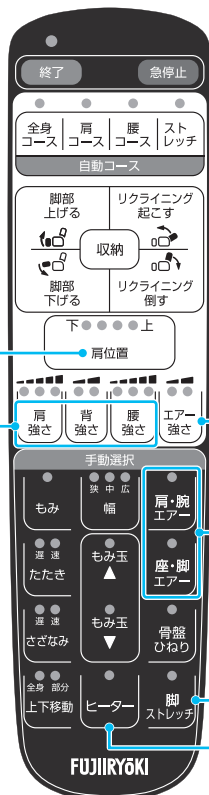
**肩・腕エアー** **座・脚エアー** で動作を選択。  
●ボタンを押すごとに「入」→「切」と切り替わります。

## 脚ストレッチをしたいとき

**脚ストレッチ** で動作を選択。  
●ボタンを押すごとに「入」→「切」と切り替わります。  
●フットレストの状態でも脚ストレッチは動作します。

## 足裏ヒーターを「入/切」したいとき

**ヒーター** で動作を選択。  
●ボタンを押すごとに「入」→「切」と切り替わります。  
●座・脚エアーが「入」のときのみ使用できます。座・脚エアーを「切」にすると、自動的に足裏ヒーターも「切」になります。



ご使用の前に、取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

## 安全上のご注意

### ⚠ 警告

- 使用前には、必ず背もたれ部のカバーやその他の部分が破れていないか確認する。  
破れがあった場合は、どんなに小さな破れでも直ちに使用を中止し、電源プラグを抜き、修理を依頼する。
- 絶対に改造しない。また、ご自分で分解、修理しない。
- アースを確実に取り付ける。アースなしでは使用しない。
- 使い始めは、弱い刺激でマッサージする。
- マッサージをするときは、ピアス・イヤリング・ネックレス・襟巻きなどの装飾品をつけたまま使用しない。
- 頭部に髪飾りなどの硬いものをつけて使用しない。
- 腰・尻・ももをマッサージするときは、衣服（ズボンなど）のポケットに硬いものを入れたまま使用しない。
- 手や腕をマッサージをするときは、つけ爪・時計・指輪・プレスレットなどの硬いものを装着したまま使用しない。
- 次の人は使用しない。  
医師からマッサージを禁じられている人  
(例：血栓〔そく(塞)栓〕症、重度の動脈りゅう(瘤)、急性静脈りゅう(瘤)、各種皮膚炎および皮膚感染症(皮下組織の炎症を含む)など)
- 医師の治療を受けている人や心臓などに障害のある人、または身体に異常を感じているときは、必ず医師と相談のうえ、使用する。(詳しくは取扱説明書を参照)
- お子様やご自分で意思表示できない人には使用させない。また、幼児を近づけない。
- お子様を椅子の上で遊ばせたり、上に乗らせない。
- リクライニングするときは、必ず周囲(本体の後部、前部、側部、下部など)に人やペット、物がいないことを確認する。
- ヒーターは長時間使用しない。また、同一箇所に長時間触れるような使い方をしない。
- 使用にあたっては、取扱説明書をお読みください。