

# Panasonic<sup>®</sup>

## 添付文書 取扱説明書

家庭用

品番  
マッサージチェア EP-MA38M



このたびは、パナソニック製品をお買い上げいただき、  
まこと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ください。
- ご使用前に「安全上のご注意」(4～6ページ)を必ずお読みください。
- 保証書は「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で  
「ご愛用者登録」をしてください。(詳しくは裏表紙をご参照)



保証書別添付

マッサージ器としてはもちろん、ふだんはゆったりくつろげる  
チェアとしてもご利用いただけます。

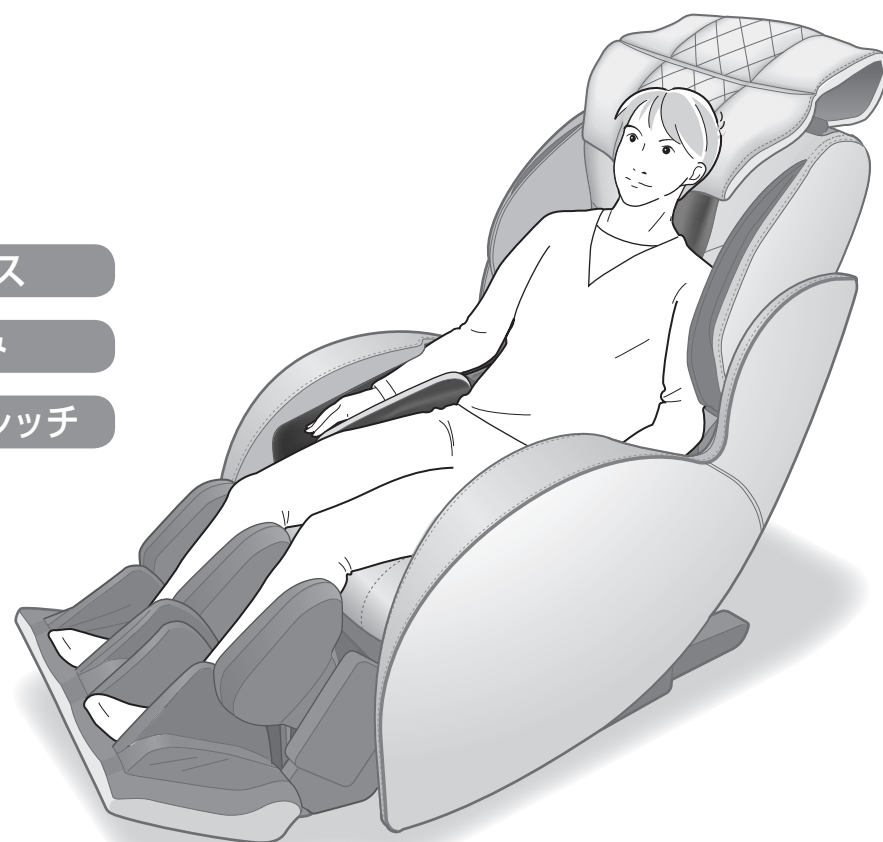
自動コースを選ばと、  
マッサージポジションに  
自動でリクライニング

選べるメニュー

自動コース

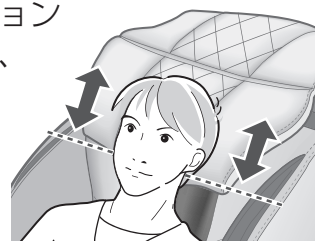
おこのみ

エアー / ストレッチ

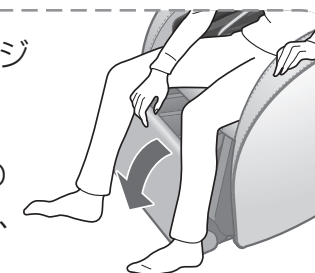


くつろぎクッション  
の位置を調節し、  
枕にします

枕の下端が耳の下の  
ラインに揃う高さか  
おすめの位置です。



フットマッサージ  
部は手で前に  
押し出します  
(P.13 ~ 15の  
「本体を確認」後、  
P.17参照)



マッサージチェアの使用目的又は効果

●あんま、マッサージの代用

- ・疲労回復
- ・血行の促進
- ・筋肉の疲れをとる
- ・筋肉のこりをほぐす
- ・神経痛・筋肉痛の痛みの緩解

## もくじ

### ご使用前に

- 安全上のご注意 ..... 4
- はじめに(設置場所について) ..... 7
- 各部のなまえとはたらき ..... 8
- 設置する ..... 10

### 使いかた

- 毎回マッサージをはじめる前に  
(本体を確認) ..... 13
- リクライニングチェアの使いかた ..... 16
- メニューを選んでマッサージをはじめる ... 18
- 「自動コース」でマッサージ ..... 19
- マッサージコースのおおまかな内容 ... 22
- 「おこのみ」でマッサージ ..... 23
- 「エアー / ストレッチ」でマッサージ .... 26
- より自分好みに合わせる ..... 28
- マッサージを終了する ..... 30

### お手入れ

- お手入れのしかた ..... 32

### Q&A / お知らせ

- Q&A ..... 33
- 故障かな?と思ったとき ..... 34
- 動作中に発生する音や感覚について ... 35
- エラー表示について ..... 36
- 定格・仕様 ..... 37
- 保証とアフターサービス ..... 39

ふだんは  
スッキリ収納



フルリクライニングで  
心地よくくつろぎ



くつろぎながら  
本を読むとき



ラクな姿勢で  
テレビを観るとき



角度調節のしかた(P.13 ~ 15の「本体を確認」後、P.16 ~ 17参照)

本書に使用しているイラストは説明イメージのため、  
実際とは多少異なります。





# 安全上のご注意

必ずお守りください




人への危害、財産の損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。




■誤った使いかたをしたときに生じる危害や損害の程度を区分して、説明しています。



 <b>警告</b>	「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。
 <b>注意</b>	「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。

 してはいけない内容です。	 実行しなければならない内容です。
--	--

 <b>警告</b>	
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 次の人は使用しない。<ul style="list-style-type: none"><li>(1) 医師からマッサージを禁じられている人 (例：血栓(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)</li><li>(2) 骨粗しょう(鬆)症の人、せきつい(脊椎)を骨折している人、ねんざ(捻挫)、肉離れなどの急性とう(疼)痛性疾患の人</li><li>(3) ペースメーカーなどの電磁障害の影響を受けやすい体内植込型医用電気機器を使用している人</li><li>(4) 妊娠中や出産直後の人</li><li>(5) 急性腰痛、椎間板ヘルニア、腰椎すべり症、脊椎間狭窄症、変形性腰椎症の症状がある人</li><li>(6) 背骨に異常のある人、曲がっている人</li></ul></li><li>● お子様に使わせない。また、本体の上で遊ばせたり、脚のせ台・座面・背もたれ・ひじ掛けの上にのらせない。</li><li>● お子様を抱えてマッサージを使用しない。</li><li>● 背もたれやひじ掛けの上にのらない。</li><li>● ご自分で意思表示ができない人、または、操作できない人は使わない。</li><li>● 首周辺をマッサージするときは、もみ玉の動きに注意して、首の前方や過度に強いマッサージはしない。</li><li>● 使用中に背もたれの可動部を覆っている布地に手、肘、腕、足を押し込まない。事故やけがの原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 電源コード・電源プラグを破損するようなことはしない。(傷つけたり、加工したり、熱機器に近づけたり、無理に曲げたり、ねじったり、引っ張ったり、重い物をのせたり、束ねたりしない。) 傷んだまま使用すると、感電、ショートによる発火・火災の原因になります。電源コードや電源プラグの修理は、販売店にご相談ください。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 温感もみ玉を使用するときは、もみ玉が同一箇所に長時間触れるような使いかたをしない。</li><li>● 足裏温感マッサージを長時間使用しない。</li></ul> 低温やけど*の原因になります。 ※比較的低い温度(40℃～60℃)でも、長時間皮膚の同じ箇所に触れていると、熱い・痛いなどの自覚症状がなくても、低温やけどの原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 温感(ヒーター)部を傷めない。(P.8)<ul style="list-style-type: none"><li>・ 本体にピンや針を突き刺さない。</li><li>・ 刃物で傷つけない。</li></ul>内部のヒーターを傷つけ、火災や感電の原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● めれた手で、電源プラグの抜き差しはしない。</li></ul> 感電の原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 絶対に改造しない。また、ご自分で分解したり、修理をしない。</li></ul> 発火したり、異常動作して、けがをする原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 医師の治療を受けているときや下記の人は必ず医師と相談のうえ使用する。<ul style="list-style-type: none"><li>(1) 悪性しゅよう(腫瘍)のある人</li><li>(2) 心臓に障害のある人</li><li>(3) 温度感覚喪失が認められる人</li><li>(4) 糖尿病など高度な末梢循環障害による知覚障害のある人</li><li>(5) 施療部位に創傷のある人</li><li>(6) 体温38℃以上(有熱期)の人</li><li>(例：急性炎症症状[けん怠感、悪寒、血圧変動など]の強い時期、衰弱しているとき)</li><li>(7) 安静を必要とする人や著しく体調のすぐれないとき</li><li>(8) 上記以外に身体に特に異常を感じているとき</li></ul></li></ul> 事故や体調不良をおこす原因になります。

 <b>警告</b>	
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 使用中に身体に異常があらわれたり感じたときや使用しても効果があらわれない場合は、直ちに使用を中止し、医師に相談する。</li><li>● 温感もみ玉、足裏温感を使用するときは熱くなるため、熱に敏感でない人は、十分注意を払って使用する。事故や体調不良をおこす原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● マッサージ使用中や背もたれ、脚のせ台を動かすときは必ず周囲(本体の後部、下部、前部、側部)に人やペットがいないことを確認する。事故やけがの原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● ご使用の前には、必ずくつろぎクッションをめくり上げて、背もたれの可動部を覆っている布地が破れていないか確認する。また、その他の部分にも布地の破れがないか確認する。(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、修理を依頼してください。) 布地が破れた状態で使用するとけがや感電の原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● はじめは刺激の弱い「ソフトさすり」などでマッサージする。</li><li>● マッサージは1回15分以内にする。</li><li>● 同一箇所への使用は5分以内にする。</li></ul> 逆効果やけがの原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● ご使用の後は必ず本体背面の電源スイッチを「切」、施錠スイッチを「閉」にし、施錠キーを抜き、電源プラグを抜く。お子様のいたずらによる事故やけがの原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● コンセントや配線器具の定格を守る。</li><li>● 交流100Vで使用する。(海外での使用や変圧器を用いた使用はできません。) 感電や発熱による火災の原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 電源プラグは根元まで確実に差し込む。</li></ul> 感電や発熱による火災の原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 電源プラグのほこり等は定期的にとる。</li></ul> 湿気等で絶縁不良となり、火災の原因になります。(ほこりは乾いた布でふいてください。)
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く。(発煙・発火、感電のおそれあり)</li></ul> ＜異常・故障例＞ <ul style="list-style-type: none"><li>・  を押しでも動作しないことがある</li><li>・ コードを動かすと、通電したりしなかったりする</li><li>・ 動作中、こげ臭いにおい、異常な音がする</li><li>・ 本体が変形したり、異常に熱い</li></ul> →すぐに、販売店へ点検・修理を依頼してください。

 <b>注意</b>	
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 他の治療器と同時に使用しない。</li></ul> 事故や体調をくずす原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● もみ玉に頭、おなか、素肌をあてない。また、もみ玉に手や脚をはさまない。</li><li>● ふくらはぎ・足裏マッサージ部にひざをはさまない。</li><li>● 使用中に眠らない。また、飲酒後の使用はしない。</li><li>● エアー動作のエアーが完全に抜けきっていないときに、座面の上に立ったり、飛びのったり、物をのせたりしない。事故やけがの原因になります。</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 本体とフットマッサージ部の間に手や脚を入れない。</li><li>● フットマッサージ部(脚のせ台)のすき間に手・腕や頭などを入れない。</li></ul> 安全のために、マッサージ終了後は、必ずフットマッサージ部を収納してください。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● マッサージ使用中に電源プラグを抜いたり、電源スイッチを「切」にしない。</li></ul> けがの原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● フットマッサージ部や脚のせ台の上に立ったり座ったりしない。</li></ul> 脚のせ台の先端部分が回転したり、本体が傾いて事故やけがの原因になります。フットマッサージ部底面が床に当たると、床を傷つける原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 設置された状態のまま、本体を引きずったり押したりしない。</li></ul> 床やたたみに傷がつく原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 人をのせたまま移動しない。</li></ul> 転倒による事故やけがの原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● ホットカーペットなどの暖房器具の上で使わない。</li></ul> 火災の原因になります。
	<ul style="list-style-type: none"><li>● 操作器を座面に置いたままにしない。</li></ul> 本体を傷つける原因になります。

⚠ 注意	
⊘	● 浴室など湿気の多い場所で使わない。 感電の原因になります。
	● 本体や操作器には水などをこぼさない。 感電、ショートによる発火・火災の原因になります。
!	● 現在健康でも下記のような人は必ず医師と相談のうえ使用する。 (1)加齢により筋肉の衰えた人や痩身の人 (2)骨や内臓に起因する腰痛の人 (3)打ち身やねんざのしやすい人 (4)乗物酔いの激しい人 (5)過去に心臓や内臓の手術をされた人 健康をそこなう原因になります。
	● 本体に異物がはさまっていないか確認してから座る。 (背もたれ、座面、手・腕マッサージ部、フットマッサージ部、くつろぎクッションに異物がはさまっていないか確認する。) 手や足、物がはさまれ、事故・けがの原因になります。
	● 頭部につけた髪かざりなどの硬いものははずしてから座る。 ● スポンのポケットに硬いものが入っている場合、それを取り出してマッサージする。 ● 手や腕をマッサージするときは、時計、つけ爪、指輪など硬いものははずす。 けがの原因になります。
	● はずしたものや取り出したもの、ポケットの中のものなどを本体のすきまに落とさない。 落下による紛失の原因になります。
	● もみ玉が収納位置にあることを確認してから座る。 ● マッサージ中に本体から降りるときは、必ず動作を止めてから降りる。 事故やけがの原因になります。
	● フットマッサージ部を収納するときは、最後まで手をそえて収納する。 事故やけがの原因になります。
	● 電源プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って抜く。 感電、ショートによる発火・火災の原因になります。
	● 本体を移動するときは、必ずフットマッサージ部を完全に戻す。 けがをする原因になります。
	● キャスターで移動するときは、マットなどを敷く。 床やたたみに傷がつく原因になります。
	● 施錠キーは、お子様の手の届かない場所に保管する。 誤飲やいたずらによる事故やけがの原因になります。
	● キャスターで移動するときは、周囲の障害物を取り除き、背もたれを完全に起こした状態で脚のせ台、座面を 腰より低く持ち上げゆっくり移動する。(P.12) 転倒による事故やけがの原因になります。
	● 水平な場所で使用する。 本体が倒れて事故の原因になります。
	● 本品の使用によって発疹、発赤、かゆみなどの症状があらわれた場合は、使用を中止し医師に相談する。 事故や体調不良の原因になります。
	● しばらく使用していなかった場合、もう一度取扱説明書をよく読み、機器が正常に動作することを確認してから 使用する。 事故やけがの原因になります。
	● 安全のためにアースを確実に取り付ける。(P.11) 感電の原因になります。(故障によるものや漏電によるもの)
	● お手入れの際やカバー類の着脱時は必ず電源プラグをコンセントから抜く。 感電ややけどの原因になります。
	● 停電のときは直ちに電源プラグを抜く。 停電復帰時、事故やけがの原因になります。
	● 使用時以外は電源プラグをコンセントから抜く。 ほこりや湿気で絶縁劣化になり、漏電火災の原因になります。

はじめに(設置場所について)

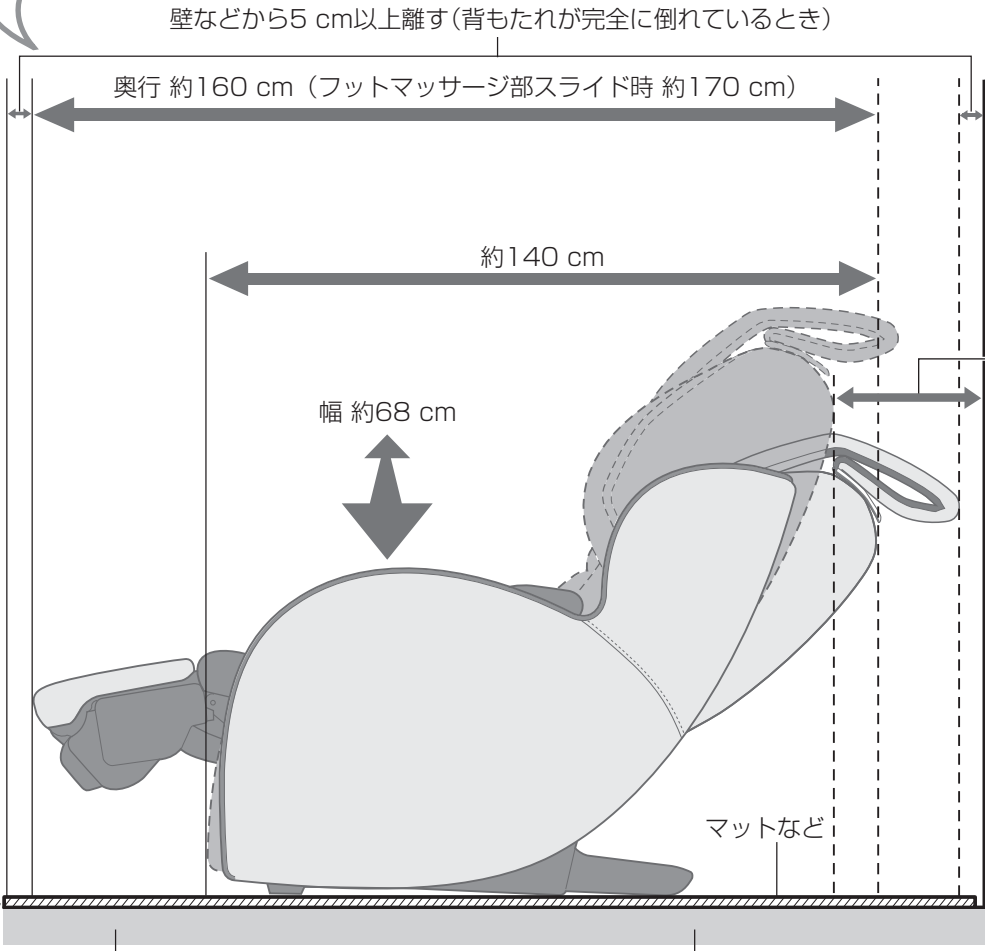
箱から出す前に、設置する場所を決めておいてください。



本体背面の  
電源スイッチ部の  
操作ができるスペースを  
確保してください。  
(後方、両側面約30 cm程度)

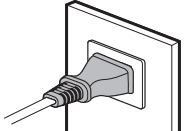
● 直射日光が毎日長時間当たるところや、暖房器具の近  
くなど高温になるところへの設置は避けてください。  
表面素材が変色したり、変質する原因になります。

● 本体の背面が壁や物と接触し  
ないように設置してください。  
(背面が変形するなど、故障の  
原因になります)



● たたみや床を傷つけることがありますので、  
本体の下にマットなどを敷くことをお勧めします。  
本体とフットマッサージ部が接地する部分を  
覆える大きさ  
最低 幅63 cm×奥行き104 cm

本体とフットマッサージが  
接地する部分 約102 cm

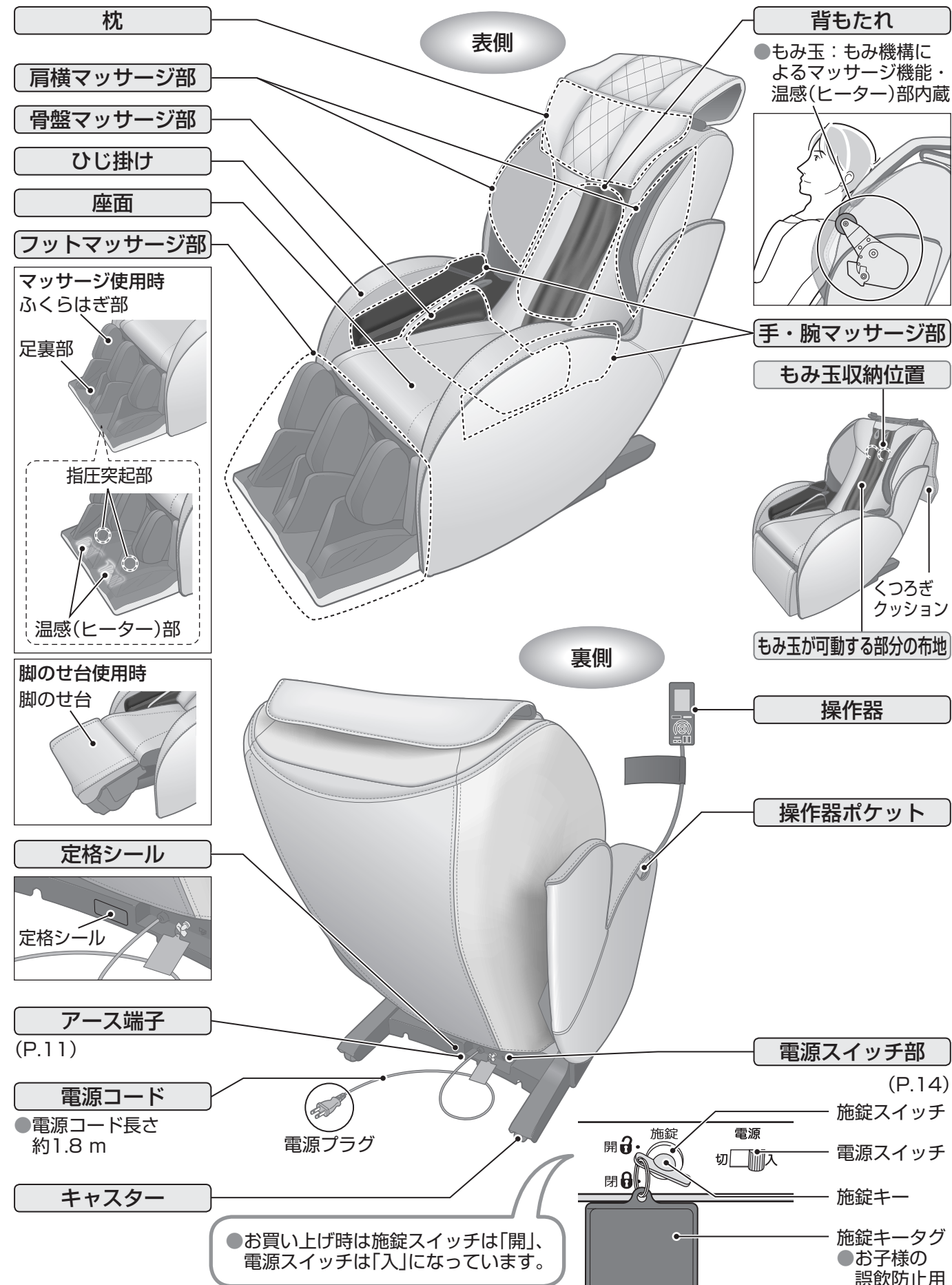


● コンセントの近くに  
設置してください。

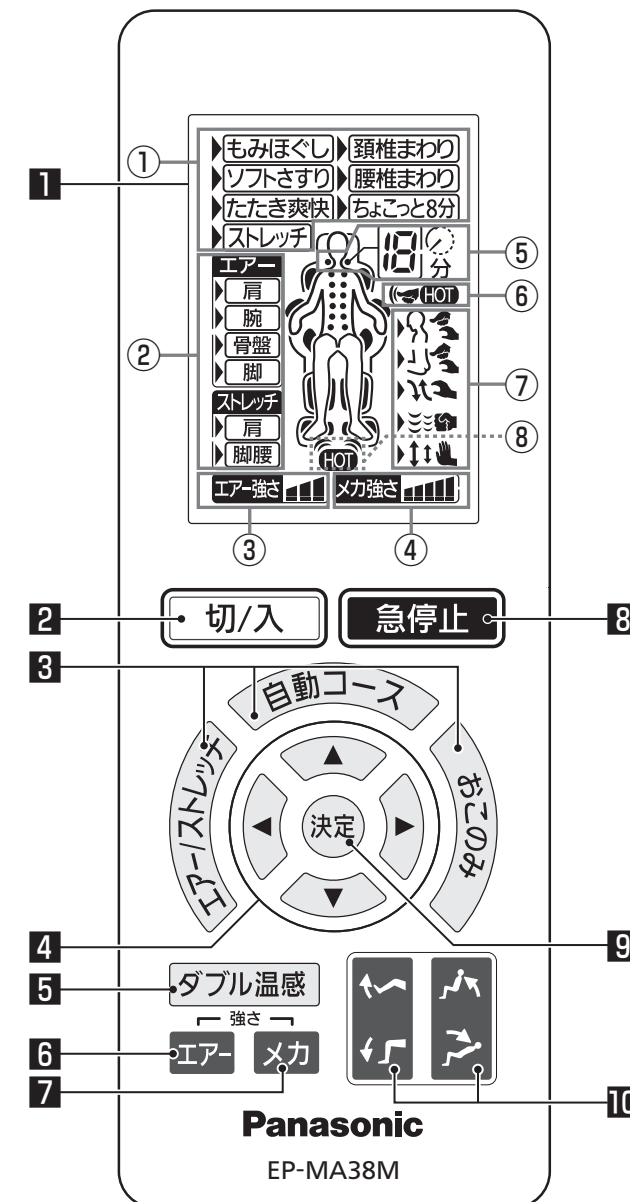


# 各部のなまえとはたらき

## 本体



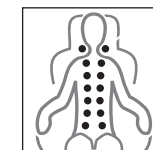
## 操作器



### 表示部

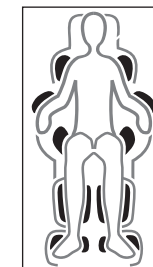
- ①「自動コース」の表示
    - コースを選ぶとき…  
現在選択されているコース名を▶が示します。
    - マッサージ中…  
現在行っているコース名を表示します。
  - ②「エアーストレッチ」の表示
    - 選択している動作・部位を表示します。
  - ③ エアーストレッチ表示
    - エアーストレッチの現在のエアーストレッチの強さを  
3段階で表示します。
  - ④ メカ強さ調節表示
    - 現在のメカの強さを最大5段階で表示します。
  - ⑤ 肩位置表示
    - 肩位置調節モードのときに▶が点灯し、  
肩位置を19段階で表示します。
- 残り時間表示
- ▶と分が表示されているときは残り時間を  
表示します。
- ⑥ 温感もみ玉動作表示
    - 温感もみ玉の切/入状態を表示します。
  - ⑦ マッサージ動作表示
    - 現在行っているマッサージ動作を表示します。  
(P.23)
  - ⑧ 足裏温感動作表示
    - 足裏温感の切/入状態を表示します。

### <もみ玉位置表示>



- もみ玉のおおよその現在位置を  
表示します。

### <エアーストレッチ表示>



- 現在選択されているエアーストレッチ動作を点灯表示します。  
現在行っているエアーストレッチの部位を点滅表示します。

- 1 表示部
  - すべて点灯した状態のイラストです。
- 2 切/入ボタン
  - 電源の切/入に使用します。
- 3 メニュー選択ボタン
- 4 上下(▲▼)選択/調節ボタン  
左右(◀▶)選択/調節ボタン
- 5 ダブル温感切/入ボタン (P.29)
  - 温感もみ玉、足裏温感の切/入に使用します。
- 6 エアーストレッチ調節ボタン
- 7 メカ強さ調節ボタン
- 8 急停止ボタン
  - マッサージを急いで停止したいときに押します。
- 9 決定ボタン
- 10 電動リクライニングボタン

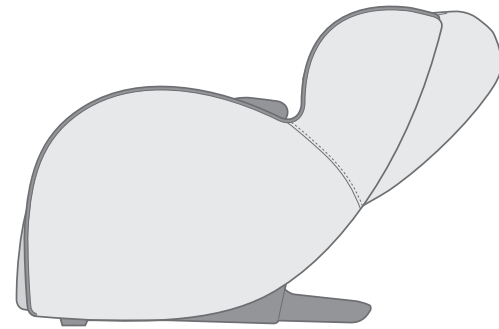
# 設置する

## 1) 梱包箱を開けて商品を取り出す

### 本体と付属品を確認する

#### 本体

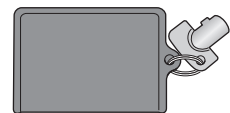
イラストは梱包箱から出した状態です。



(背もたれが完全に倒れている状態)

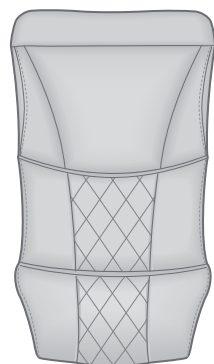
#### 付属品

##### ●施錠キー (1本)



お買い上げ時は本体電源スイッチ部の施錠スイッチに差し込んであります。

##### ●くつろぎクッション

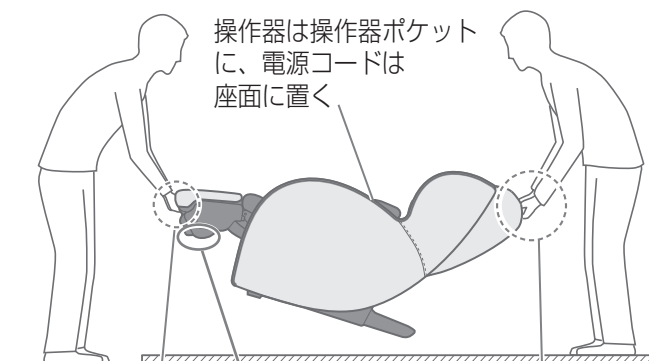


## 2) 商品を搬入・設置する

- 重量物ですので搬入移動時には腰などを痛めないようご注意ください。(必ず2人で運んでください。) 本体：約69 kg
- 本体を下ろすときは、十分足元に注意してゆっくり下ろしてください。
- 脚のせ台は最後まで手をそえて下ろしてください。途中で手を離すと勢いよく戻ります。

### 持ち上げて搬入・設置するには

正しい持ちかたをしないと、本体を落として床を傷つける原因になります。背もたれは完全に倒し、脚のせ台は収納した状態から手で持ち上げてください。

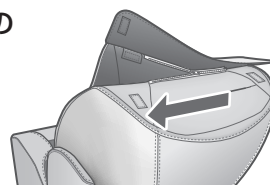


内部にある固い部分を持つ

面ファスナーをはずし、内部にあるプラスチックの固い部分に指を掛けて持つ  
設置後は面ファスナーをとめる

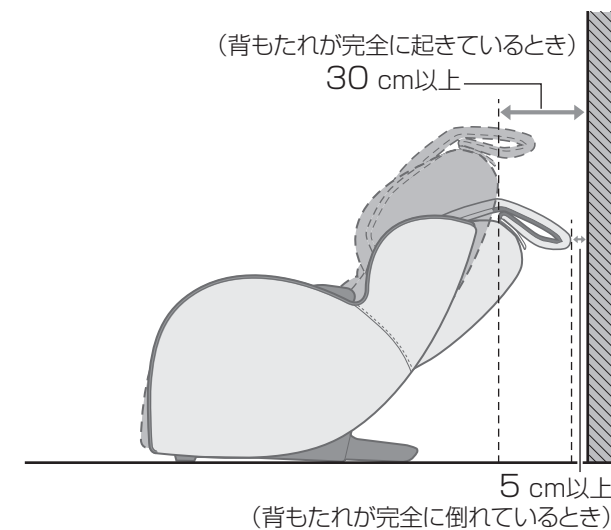
### くつろぎクッションの取り付けかた

背もたれ上部のファスナーを閉じる



## 3) 背もたれを壁から離して設置する

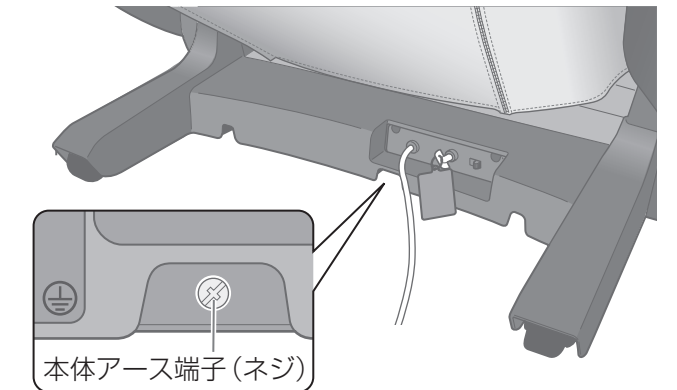
壁に当たらないかどうか確認する



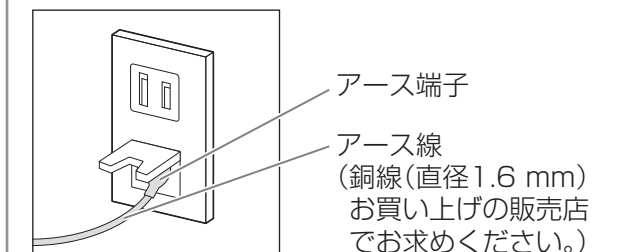
## 4) アースを取り付ける

### 電源コンセントにアース端子がある場合

- アース線を、本体のアース端子(ネジ)と電源コンセントのアース端子に取り付けてください。(アース線は付属していません)



- 磁石付ドライバーを使うとアース線を本体のアース端子に取り付けやすくなります。



### 電源コンセントにアース端子がない場合

- お買い上げの販売店、電気工事店に相談し、アース工事(D種<第三種>接地工事)をしてください。(アース工事費は本製品の価格には含まれておりません)

### 取り付けてはいけないところ

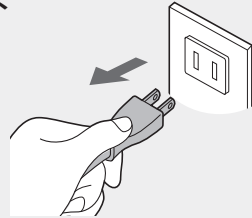
- ガス管：爆発や引火の原因になります。
- 電話線や避雷針：落雷のとき、感電や引火の原因になります。
- 水道管：途中がプラスチックの場合はアースになりません。



設置後、キャスターを使って移動するとき

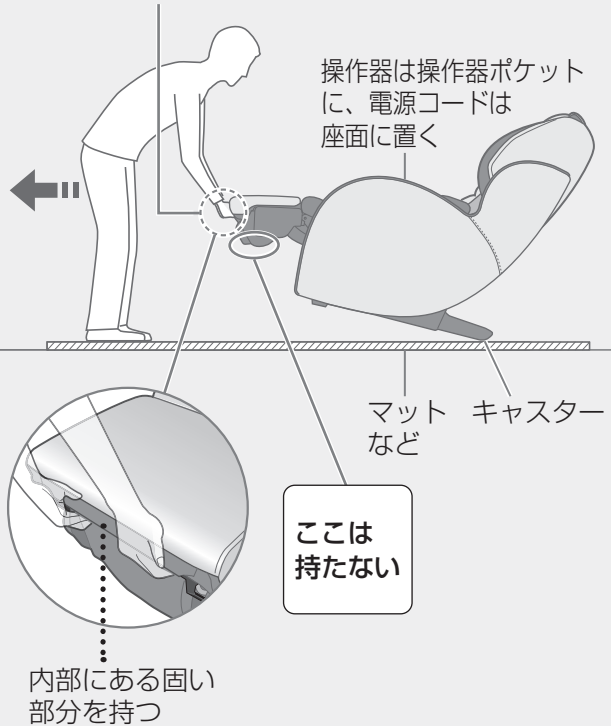
## 1 準備する

- ① P.13 ~ 14の①・④～⑤のあと、  
[切/入]を押す
- ② [H]を押して背もたれを起こす
- ③ [切/入]を押す
- ④ 本体背面の電源スイッチを「切」にし、  
電源プラグを抜く



## 2 移動する

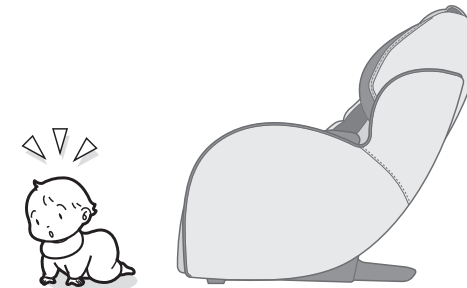
腰より低く持ち上げる



# 毎回マッサージをはじめる前に(本体を確認)

## 1 周囲を確認する

- 周囲に人やペットがいないか、  
物を置いていないか  
確認する。



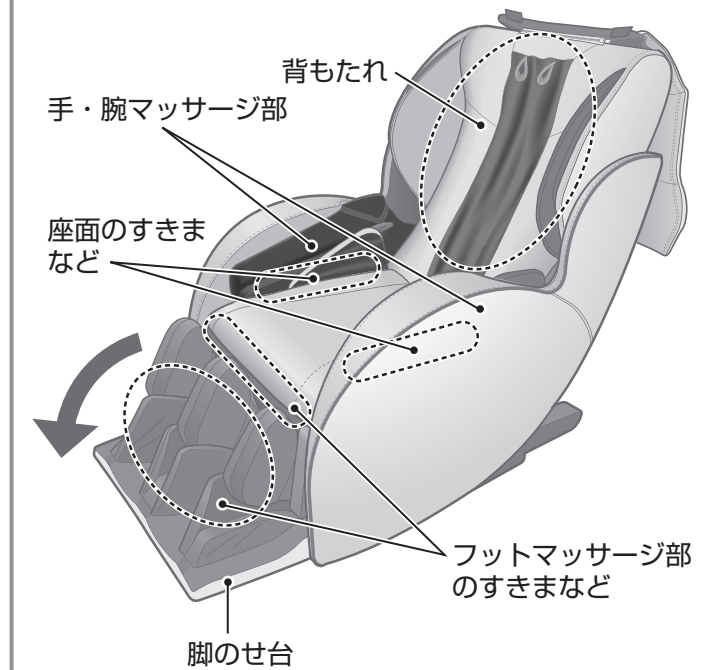
## 2 くつろぎクッションをめくる



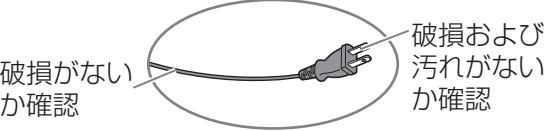
## 3 本体に異物をはさまっていないか確認する

フットマッサージ部を確認するには脚のせ台を手で前に押し出し、異物をはさまっていないか確認する

- 手を離すと、フットマッサージ部は戻り収納されます。  
最後まで手をそえて収納してください。その際、  
手をはさまないようにご注意ください。



4 電源コードや電源プラグを確認する



警告

- 電源コード・電源プラグを破損するようなことはしない。(傷つけたり、加工したり、熱機器に近づけたり、無理に曲げたり、ねじったり、引っ張ったり、重い物をのせたり、束ねたりしない。) 傷んだまま使用すると、感電、ショートによる発火・火災の原因になります。電源コードや電源プラグの修理は、販売店にご相談ください。
- 電源プラグのほこり等は定期的にとる。湿気等で絶縁不良となり、火災の原因になります。(ほこりは乾いた布でふいてください。)

5 本体の電源を入れる

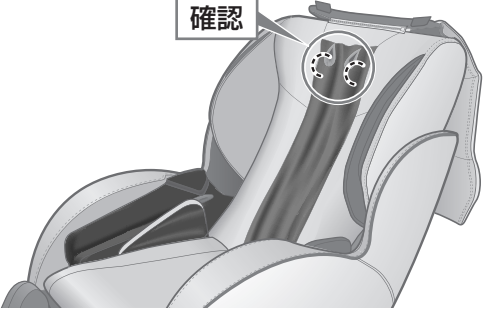
- ① 電源プラグを差し込む
- ② 施錠キーを使って施錠スイッチを「開」にする
- ③ 電源スイッチを「入」にする

- 電源プラグを差し込み、本体背面の電源スイッチを「入」にしたとき、操作器の表示部が一瞬明るくなる場合があります。

警告

- めれた手で、電源プラグの抜き差しはしない。感電の原因になります。
- コンセントや配線器具の定格を守る。
- 交流100 Vで使用する。  
(海外での使用や変圧器を用いた使用はできません。)  
感電や発熱による火災の原因になります。
- 電源プラグは根元まで確実に差し込む。  
感電や発熱による火災の原因になります。

6 もみ玉が収納位置にあることを手で触って確認する



もみ玉が収納位置にない場合

- 操作器の を2回押すと収納位置に戻ります。

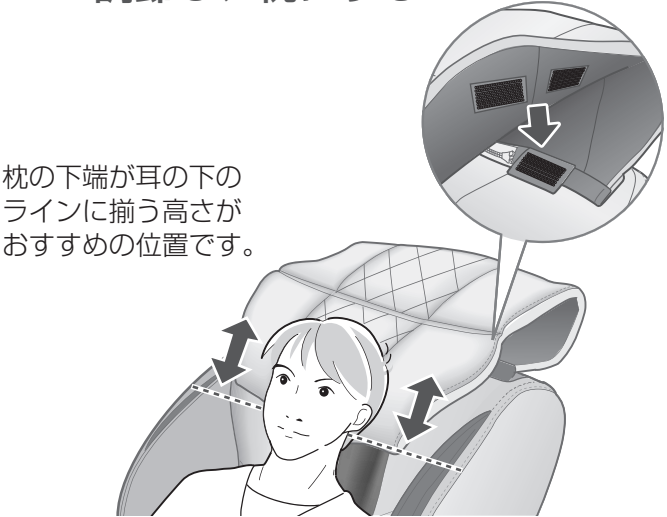
7 布地に破れがないか確認する



警告

- ご使用前には、必ずくつろぎクッションをめくり上げて、背もたれの可動部を覆っている布地が破れていないか確認する。また、その他の部分にも布地の破れがないか確認する。  
(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、修理を依頼してください。)  
布地が破れた状態で使用するとけがや感電の原因になります。

8 くつろぎクッションの位置を調節し、枕にする

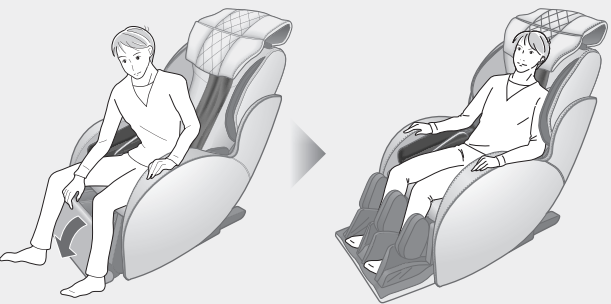


9 必要に応じて椅子を調節する

フットマッサージ部使用時

フットマッサージ部を前方に出し、足をのせて踏み込む

- ① 脚のせ台を手で前に押し出す
- ② 足裏部に足をのせて踏み込む

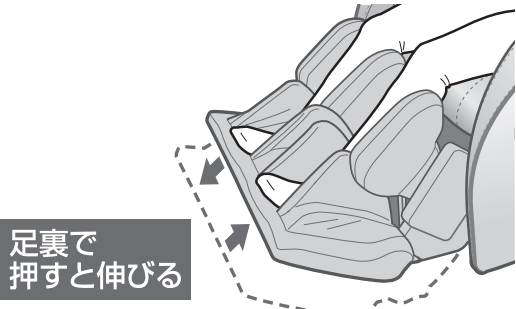


- 脚のせ台の詳しい使いかた(P.16 ~ 17)

10 必要に応じてリクライニング角度を調節する (P.17)

大柄な体格の方は

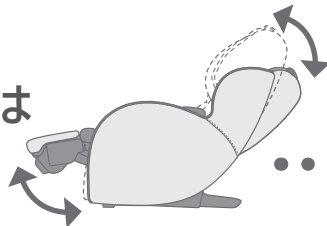
- フットマッサージ部のスライド量を調節すると、ひざがうきにくくなります。





# リクライニングチェアの使いかた

マッサージやリクライニング、脚のせ台を使うときは  
▶『本体を確認』 P.13 ～ 15をおこなってください



.....▶使い終わったら、『マッサージを終了する』 P.30 ～ 31をおこなってください

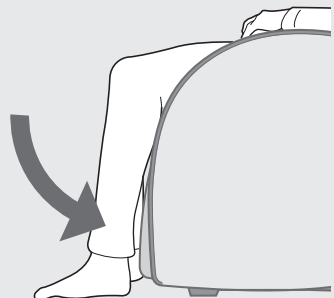
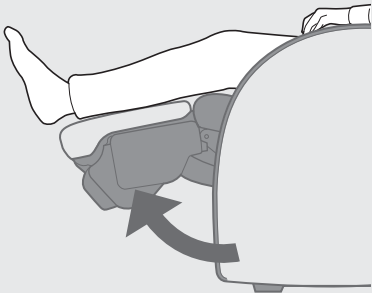
## マッサージしたい



●マッサージのメニューや操作は(P.18)

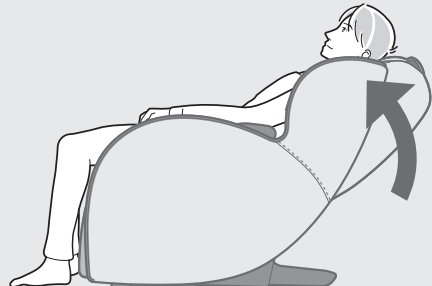
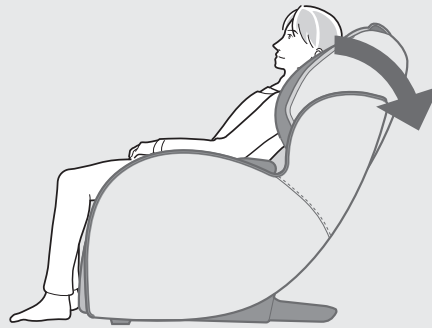
## 脚のせ台の使いかた

切/入 を押して



## リクライニング機能の 使いかた

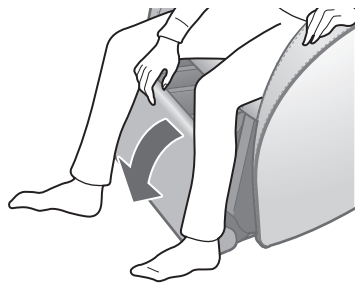
切/入 を押して



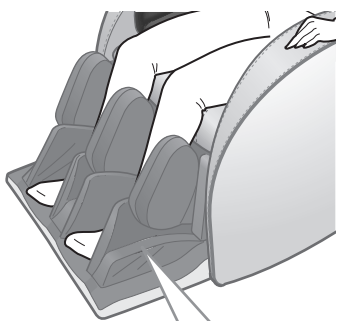
## フットマッサージを 使うとき

フットマッサージ部の  
出しかた

①脚のせ台を手で前に  
押し出す



②足裏部に足をのせて  
踏み込む



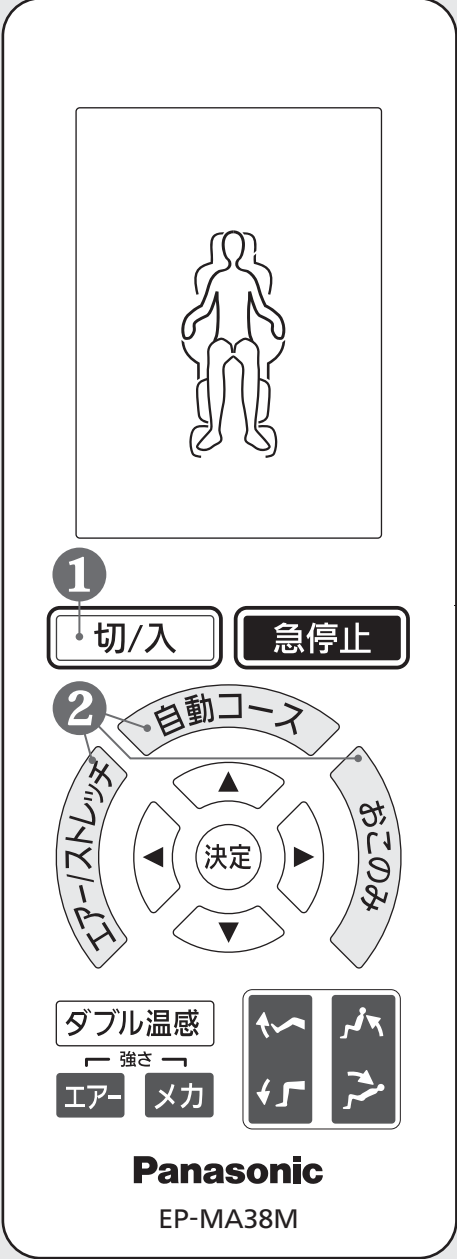
足裏部から足を離すと脚のせ  
台使用時の状態に戻ります。  
収納の際には、手をそえて収  
納してください。

## ふだんチェア として使う



リクライニングチェアの使いかた

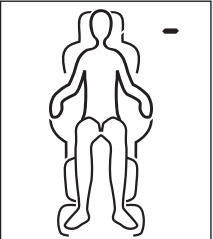
# メニューを選んでマッサージをはじめる



本体背面の電源スイッチを切ったり、電源プラグを抜いたりすると、次回使用する際にもみ玉が自動的に移動する場合があります。

その間、右記の表示が出てきますが、故障ではありません。

しばらくもみ玉が移動した後、通常どおり使用できます。



## 警告

- はじめは刺激の弱い「ソフトさすり」などでマッサージする。
  - マッサージは1回15分以内にする。
  - 同一箇所への使用は5分以内にする。
- 逆効果やけがの原因になります。

- 15分使用した後は10分程休みましょう。
- 1日2回まで30分を目安にご使用ください。

## 1 切/入を押す

(3分以上操作しない状態が続くと表示部が消灯します)

## 2 マッサージを選ぶ

「自動コース」「おこのみ」「エアー/ストレッチ」からメニューを1つ選んで押す

### 自動コース (P.19)

首～腰までを自動でほぐす7つのコースが選べます。

- エアーマッサージ、ストレッチ、温感もみ玉、足裏温感が同時にはじまります。

### おこのみ (P.23)

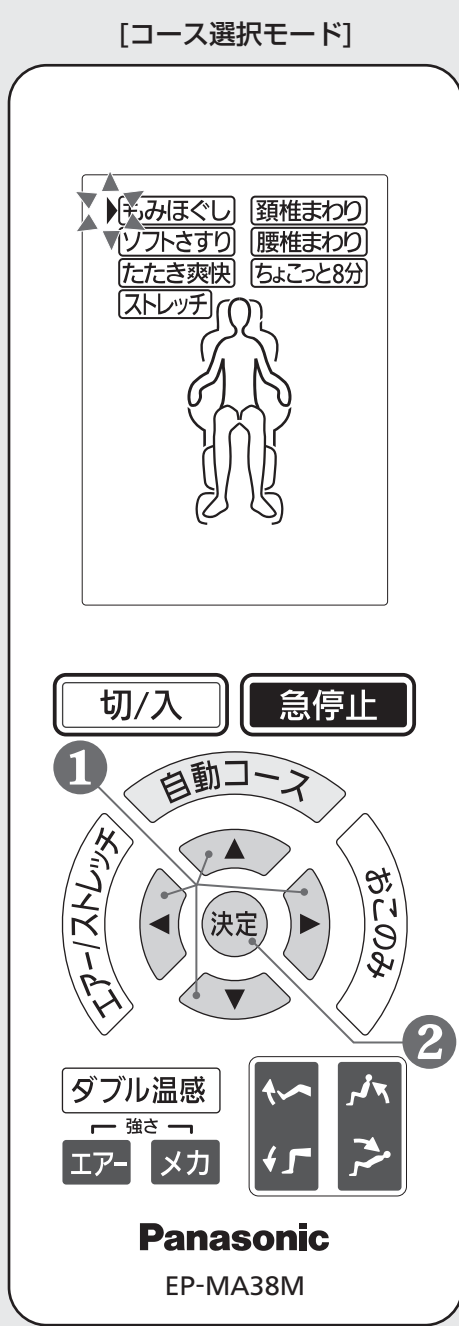
おこのみの種類・動作が選べます。

### エアーストレッチ (P.26)

エアー/ストレッチの動作・部位が選べます。

- ストレッチの場合は、温感もみ玉・足裏温感が同時にはじまります。

# 「自動コース」でマッサージ



## 「自動コース」と同時にスタート

エアーマッサージ	ストレッチ
● 肩 ● 腕 ● 骨盤 ● 脚	● 肩*1 ● 脚腰*2
温感もみ玉	足裏温感

\*1 「腰椎まわり」コースは除きます。  
\*2 「頸椎まわり」コースは除きます。

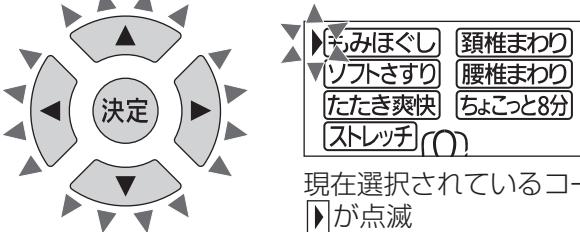
- エアーマッサージ、ストレッチ、温感もみ玉、足裏温感が同時にはじまります。

自動コースを押すと、「自動コース」のコース選択モードになります

(コース選択モード中、3分以上操作しない状態が続くと表示部が消灯します)

## 1 ▲▼◀▶でコースを選ぶ

「もみほぐし」「ソフトさすり」「たたき爽快」「ストレッチ」「頸椎まわり」「腰椎まわり」「ちょこっと8分」の中から1つ選べます。



現在選択されているコースに▶が点滅

## コースの内容

### もみほぐし

- 首肩のコリ、腰の疲れがひどく、全身をしっかりとほぐしたいときに、もみ、たたき、頸椎まわりのぼし/もみや腰椎まわりのぼし/もみなどのマッサージ動作で首肩から腰をしっかりとほぐし、じっくりともみほぐします。

### ソフトさすり

- 首肩のコリ、全身の疲れをやさしくほぐしたいときに、もみや背すじのぼしを中心に、ゆっくりとした速度で動かしながら心地よく、やさしく身体をほぐします。

### たたき爽快

- 首肩のコリ、腰のコリを軽快にほぐしたいときに、たたきを中心に、スピーディに心地よく身体をほぐします。
- 気分スッキリ、爽快感のあるコースです。

### ストレッチ

- コリ固まった身体を心地よく伸ばしたいとき、背すじのぼし、頸椎まわりのぼし、腰椎まわりのぼしを中心に、肩ストレッチ、脚腰ストレッチを織り交ぜながら全身をゆったりと伸ばします。

### 頸椎まわり

- 首肩のコリをしっかりとほぐしたいときに、頸椎まわりもみ、頸椎まわりのぼし、もみを中心に、首・肩を重点的にほぐします。

### 腰椎まわり

- 腰の疲れを中心にほぐしたいときに、腰椎まわりもみ、腰椎まわりのぼし、もみを中心に、背・腰を重点的にほぐします。

### ちょこっと8分

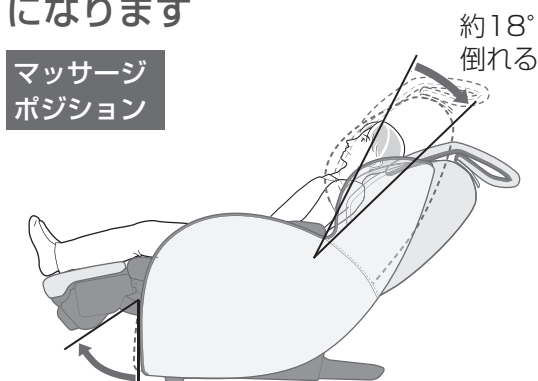
- 空いた時間でちょこっと身体をほぐしたいときにもみほぐしコースをベースに、コリや疲れの感じやすいポイントを絞って約8分間に凝縮したコースです。



## 2 コースを選んだら、 決定を押す

自動的にマッサージポジションになります

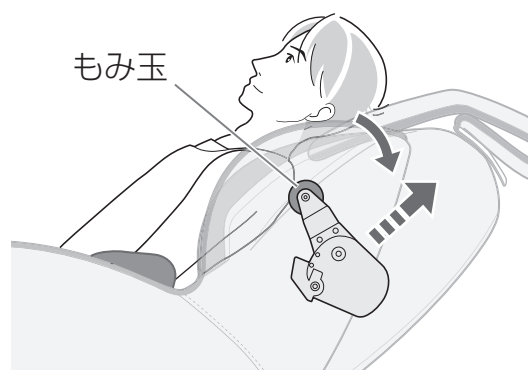
マッサージ  
ポジション



約35°上がる

●マッサージポジションより深く倒れている場合は、自動リクライニングしません。


頭を背もたれにつけてください



ピッ、ピッ、ピッ…と音が鳴りながら、もみ玉が上部にゆっくり上がります。

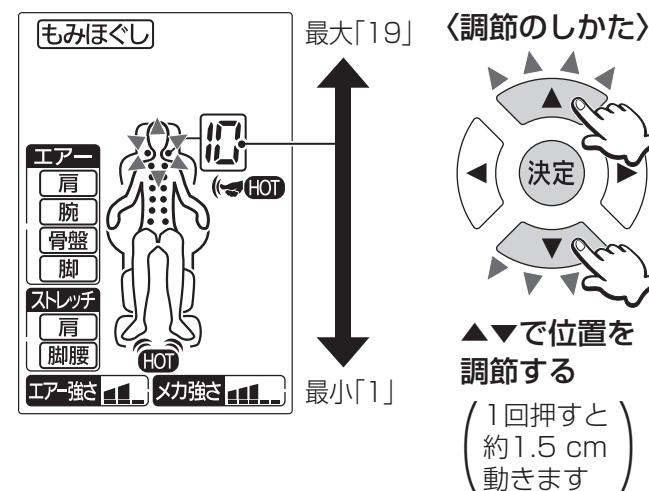
もみ玉が身体に当たる部分が少なくなる所まで上がると止まる



ピピピッと音が鳴って、が点滅したら、肩位置に合うようにもみ玉の位置を調節する

●数字は19段階で肩位置を示しています。

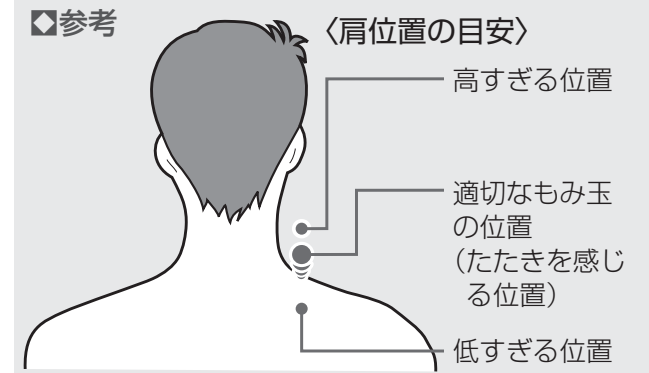
【肩位置調節モード】



肩位置が合ったら 決定を押すと、コースがはじまります

(「決定」を押さなくても約15秒経過するとコースを開始します)

◆参考



- 肩位置決定後、背の低い方は身長に合わせてフットマッサージ部が上がる場合があります。(足裏が届くようにするため)
- 肩位置は自動コース動作中、いつでも調節できます。(おこのみでマッサージのときは調節できません)
- 自動コース中に▲▼を押すと肩位置調節モードに切り替わります。

必ず頭をつけてはじめてください

- 肩位置を決定するまでは頭を背もたれから離さないでください。肩確認動作がうまくいかず、エラー表示 (U10) が出て、動作を終了する場合があります。エラー表示について (P.36)



より自分好みに合わせたいとき

(P.28)

マッサージの種類を変更したいとき

「自動コース」の別のコースに選びなおしたいとき

自動コース

を押し、再度コースを選ぶ (P.19)

(全てのマッサージは一旦停止します)

「おこのみ」に変えたいとき

おこのみ

を押し、マッサージの種類・動作を選ぶ (P.23)

(全てのマッサージは一旦停止します)

「エア/ストレッチ」のみに変えたいとき

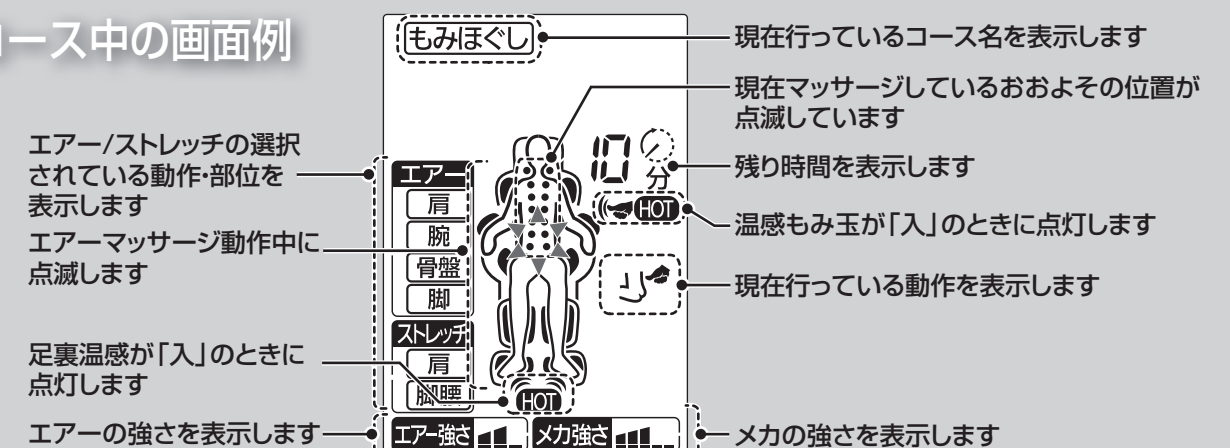
自動コース

を押し、マッサージを一旦停止させてから

エア/ストレッチ

を押す (P.26)

コース中の画面例



マッサージコースのおおまかな内容

自動コースのおおまかな動作内容について (各コースの代表的な動きです)

もみほぐし

全体ほぐし

首肩をしっかりもみ、頸椎まわりのばし/もみ

肩ストレッチ

腰から背中をしっかりと、腰椎まわりのばし/もみ

脚腰ストレッチ

背中をしっかりと

首肩をしっかりもみ、頸椎まわりのばし/もみ

仕上げに全体ほぐし※1

ソフトさすり

ゆっくり全体ほぐし

首肩をやさしくもみ、頸椎まわりのばし/もみ

腰から背中をやさしくもみ、腰椎まわりのばし/もみ

ゆっくり全体のばし

脚腰ストレッチ

首肩をやさしくもみ、頸椎まわりのばし/もみ

肩ストレッチ

仕上げに全体ほぐし※1

たたき爽快

全体を心地よくたたきほぐし

首肩をしっかりたたき、もみ、頸椎まわりのばし/もみ

肩ストレッチ

腰から背中をしっかりと、腰椎まわりのばし/もみ

脚腰ストレッチ

背中をたたき、もみ

首肩をしっかりたたき、もみ、頸椎まわりのばし/もみ

仕上げに全体ほぐし※1

ストレッチ

全体をしっかりとほぐし

脚腰ストレッチ

腰から背中をしっかりと、腰椎まわりのばし

肩ストレッチ、首肩をしっかりと、頸椎まわりのばし/もみ

脚腰ストレッチ

腰から背中をしっかりと、腰椎まわりのばし

肩ストレッチ、首肩をしっかりと、頸椎まわりのばし/もみ

仕上げに全体ほぐし※1

頸椎まわり

首肩のほぐし

首肩をしっかりもみ、頸椎まわりのばし/もみ

肩ストレッチ

首肩をしっかりと、頸椎まわりのばし/もみ

肩ストレッチ

首肩をしっかりと、頸椎まわりのばし/もみ

仕上げに首肩のほぐし※1

腰椎まわり

腰のほぐし

腰をしっかりと、腰椎まわりのばし/もみ

脚腰ストレッチ

腰から背中をしっかりと、腰椎まわりのばし/もみ

腰をしっかりと、腰椎まわりのばし/もみ

脚腰ストレッチ

腰から背中をしっかりと、腰椎まわりのばし/もみ

仕上げに腰のほぐし※1

ちよこ20分

全体ほぐし

首肩をしっかりと、頸椎まわりのばし/もみ

肩ストレッチ

腰から背中をしっかりと、腰椎まわりのばし/もみ

脚腰ストレッチ

仕上げに全体ほぐし※1

※1)「仕上げにほぐす動作」の時間は、身長や強さの設定値によって変わります。

「おこのみ」でマッサージ

【動作選択モード】

決定

決定

切/入 急停止

1

自動コース

決定

2

おこのみ

3

エアーストレッチ

ダブル温感

強さ

エア

メカ

Panasonic

EP-MA38M

警告

● 同一箇所への使用は5分以内にします。  
逆効果やけがの原因になります。

「おこのみ」を押すと「おこのみ」のマッサージの種類・動作を選択するモードになります

(動作選択モード中、3分以上操作しない状態が続くと表示部が消灯します)

基本のマッサージ(1つの動作で使用する場合)

1 ▲▼でマッサージの種類を選ぶ  
「頸椎まわりのばし/もみ」「腰椎まわりのばし/もみ」「もみ」「たたき」「背すじのばし」からマッサージの種類を選べます。

決定

決定

● 選んだ種類に▶が点滅します。

＜マッサージの種類＞

種類		動作	
①		頸椎まわりのばし/もみ	頸椎まわりのばし
		頸椎まわりもみ	頸椎まわりもみ
②		腰椎まわりのばし/もみ	腰椎まわりのばし
		腰椎まわりもみ	腰椎まわりもみ
③		もみ	もみ下げ
		もみ	もみ上げ
④		たたき	通常
		たたき	ソフト
⑤		背すじのばし	全体
		背すじのばし	部分

2 ◀▶でマッサージの動作を選ぶ  
● 選んだ動作が点滅から点灯になります。

3 決定を押す  
自動的にマッサージポジションになります。  
● 選んだ動作でマッサージを開始します。  
「頸椎まわりのばし/もみ」「背すじのばし」を選んだ場合は肩のおおよその位置を確認する動作がはじまります。  
(P.20) (温感もみ玉、足裏温感と同時に はじまりません)



## 「おこのみ」でマッサージ (つづき)

### 複数のマッサージ動作を組み合わせた場合

【例】もみ(もみ上げ)、たたき(通常)、  
背すじのばし(部分)の組み合わせ

- ① ▲▼でマッサージの種類  
「もみ」を選ぶ

- ② ▶で動作「もみ上げ」を選ぶ  
・選んだ動作が点灯します。

- ③ ▼で「たたき」に▶マークを合わせ、  
▶で動作「通常」を選ぶ  
・選んだ動作が点灯します。

- ④ ▼で「背すじのばし」を選び  
▶で動作「部分」を選ぶ  
・選んだ動作が点灯します。

決定 を押すとその動作を行います。

### 参考

▲▼でマッサージの種類を選び▶を  
押すと、組み合わせが可能なマッ  
サージの種類が表示されます。

【例】「頸椎まわりのばし」を選んだ  
場合、「たたき」(通常)または  
(ソフト)が選べます。

- 同一箇所のマッサージが5分続いた場合は、ピピピと音が鳴って安全のため自動でもみ玉が移動します。

### 設定途中にマッサージ動作の選択を取り消したいとき

▶を押して選択している動作を点滅に変えます。  
全ての選択を取り消す場合は **おこのみ** を押して  
ください。

## より自分好みに合わせたいとき

(P.28)

### マッサージの種類を変更したいとき

#### 「おこのみ」の種類・動作を選びなおしたいとき

- マッサージの動作のみ変更したい

**おこのみ** を押し、再度  
マッサージの動作を選ぶ

(P.23 手順②)

- マッサージの種類・動作を変更したい

**おこのみ** を2回押し、再度  
マッサージの種類・動作  
を選ぶ

(P.23 手順①)

#### 「自動コース」に変えたいとき

**自動コース** を押し、コースを選ぶ

(P.19)

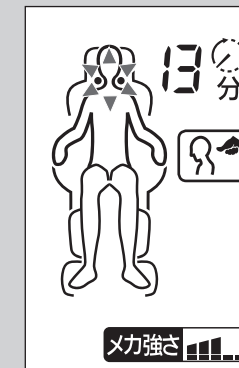
(全てのマッサージは一旦停止  
します)

#### 「エアー/ストレッチ」のみに変えたいとき

**おこのみ** を3回押し、マッサージ  
を一旦停止させてから

**エアー/ストレッチ** を押す (P.26)

## マッサージ中の画面例



残り時間を表示します

現在行っている動作を表示します

・もみ玉の幅調節ができる状態です。  
(「頸椎まわりもみ」「腰椎まわりもみ」  
「もみ下げ/上げ」を選んだ場合は、  
もみ玉の幅調節はできません)

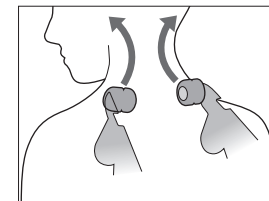
メカ強さ

### 動作の内容について

(イラストは動作のイメージ図です)

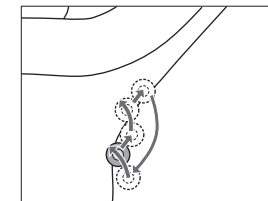
#### 頸椎まわりのばし

首を伸ばす動作



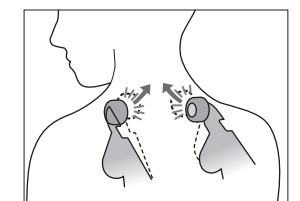
#### 腰椎まわりのばし

腰をのばす動作



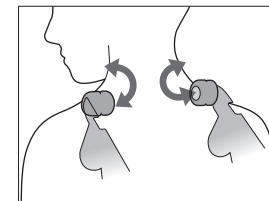
#### もみ下げ・もみ上げ

グイっともみこむ動作



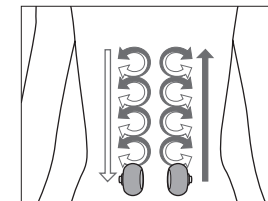
#### 頸椎まわりもみ

首や背すじをもむ動作



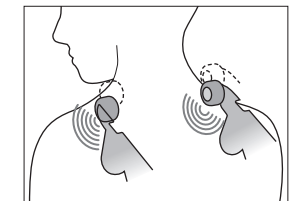
#### 腰椎まわりもみ

腰をもみこむ動作



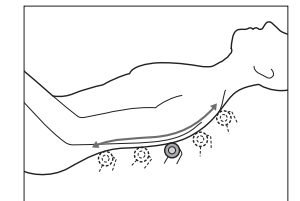
#### たたき(通常・ソフト)

左右交互にトントンとたたく動作

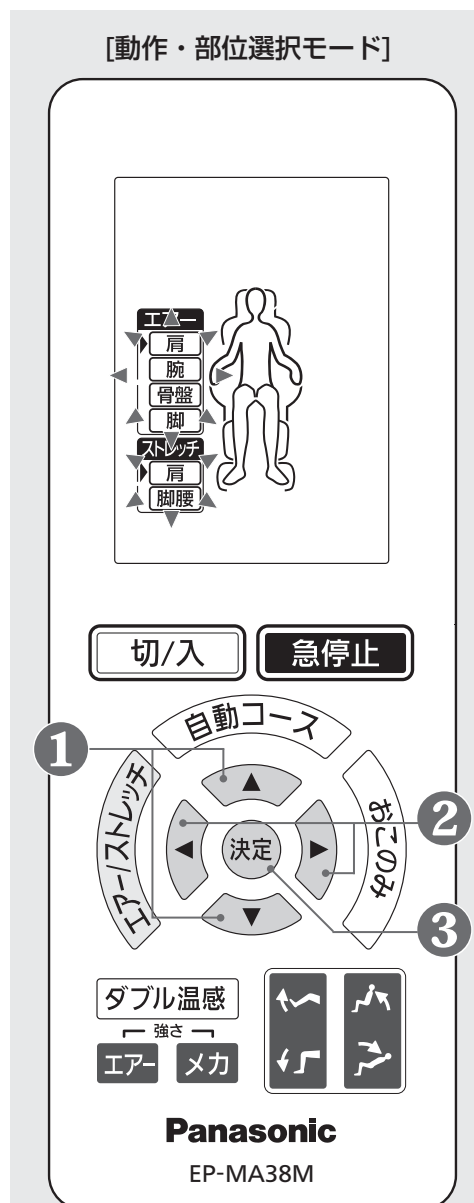


#### 背すじのばし(全体・部分)

背すじにそって身体を伸ばす動作



# 「エアー / ストレッチ」でマッサージ



**エアー / ストレッチ** を押すと、「エアー / ストレッチ」の動作・部位選択モードになります

(動作・部位選択モード中、3分以上操作しない状態が続くと表示部が消灯します)

**1** ▲▼でエアー / ストレッチの動作・部位を選ぶ



現在選択されている動作・部位に▶が点滅

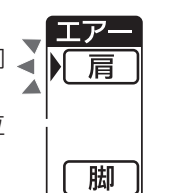


**2** ◀もしくは▶を押す

- ・選んだ部位が点滅から点灯になります。
- ・①②を繰り返すと、複数の部位を選べます。



例：エアーの肩と脚を選んだ場合  
選択された部位が点灯  
(▶は点滅)



- 「自動コース」以外では、エアーとストレッチは同時には選べません。

**3** 決定 を押す

ストレッチの場合は、自動的にマッサージポジションになります (P.20)

- ストレッチを選んだ場合は、温感もみ玉・足裏温感が同時にはじまります。
- ストレッチを選んだ場合は、肩のおおよその位置を確認する動作がはじまります。

**部位の選択を取り消したいとき**

▶を押して選択している部位を点滅に変えます。  
全ての選択を取り消す場合は、**エアー / ストレッチ** を押してください。

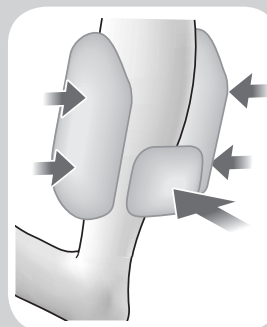
- 「自動コース」でマッサージ中に、エアーストレッチの部位を「切」にするには、不要な部位を点滅に変えて **決定** を押してください。

**より自分好みに合わせたいとき** (P.28)

エアーマッサージの動作内容

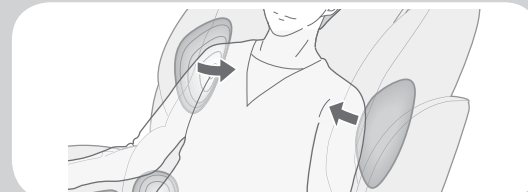
**ふくらはぎ**

ふくらはぎを両側と後ろからはさんで圧迫します。



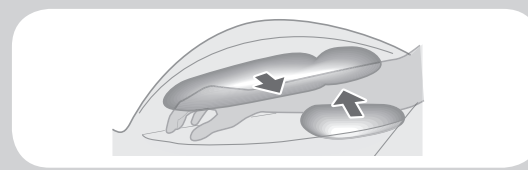
**肩**

肩～腕を横からはさむように圧迫します。



**腕**

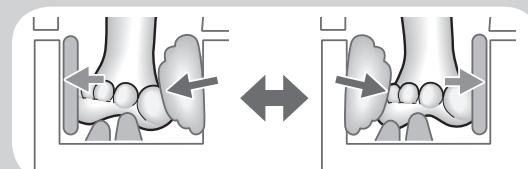
手～腕までを上下にはさむように圧迫します。



**足裏**

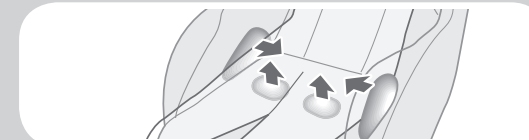
左右のエアーバックを交互にふくらませ、足裏を左右に動かしながらもみほぐします。

- 土踏まずが指圧突起部にあたるように足を置いてください。



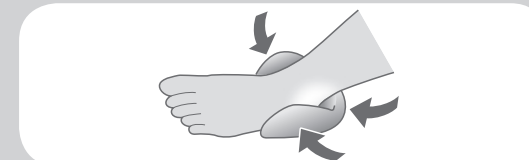
**骨盤**

腰を横からはさみ、お尻を下から圧迫します。



**足首**

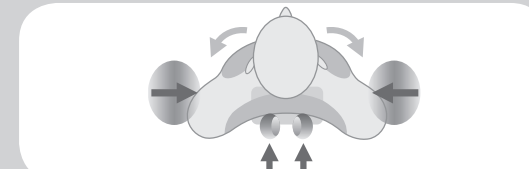
足首を包み込むように圧迫します。



ストレッチマッサージの動作内容

**肩**

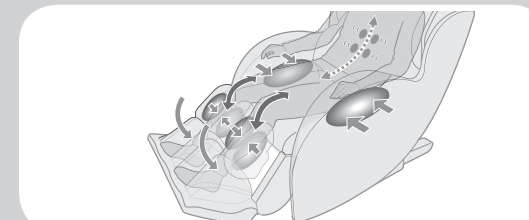
肩横マッサージ部で肩を押さえながら背中をもみ玉で押すことで、肩甲骨から胸回りの筋肉を伸ばします。



**脚腰**

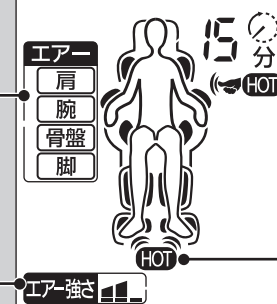
もみ玉で腰を伸ばし、脚・足裏をはさみながらフットマッサージ部を下に下げて、脚を伸ばします。

- 身長によっては脚ストレッチ動作時に、ひざがうく場合があります。



エアーマッサージ中の画面例

選択している部位を表示します



残り時間を表示します



エアーの強さを表示します

足裏温感が「入」のときに点灯します



より自分好みに合わせる


動作	操作	エア- / ストレッチ	エア-	メカ	ダブル温感	▲▼(もみ玉)	◀▶(もみ玉)
「自動コース」使用中		エアーマッサージストレッチの不要な部位を選択し「切」にできます	エア-の強さを調節ができます	メカ強さを調節ができます	温感もみ玉、足裏温感、ダブル温感の「切」⇄「入」が押すたびに切り替わります	肩位置の調節ができます	—
「おこのみ」コース使用中		エアーマッサージストレッチの部位を選択し「入」にできます ストレッチを選択すると「おこのみ」動作は停止します	〈エアーマッサージ使用時〉 エア-の強さを調節ができます	メカ強さを調節ができます	温感もみ玉、足裏温感、ダブル温感の「切」⇄「入」が押すたびに切り替わります	上下の調節ができます	「頸椎まわりのぼし」「腰椎まわりのぼし」「たたき」「背すじのぼし」の幅の調節ができます
「エア- / ストレッチ」だけで使用中		動作の変更や選択している部位の変更ができます	エア-の強さを調節ができます	〈ストレッチ使用時〉 メカ強さを調節ができます	温感もみ玉、足裏温感、ダブル温感の「切」⇄「入」が押すたびに切り替わります	〈ストレッチ使用時〉 上下の調節ができます	—

### エア- / ストレッチの切/入

  を押すと動作・部位の切/入を選びなおすことができます。  
(P.26)



### 脚エア-マッサージの強さ調節


  を押すたび、下記の順番で調節できます。


表示				
エア- 強さ	0	1	2	3
	切	弱	.....	強

● 上半身のマッサージを使用していないときは「0（切）」にできません。

### メカの強さ調節

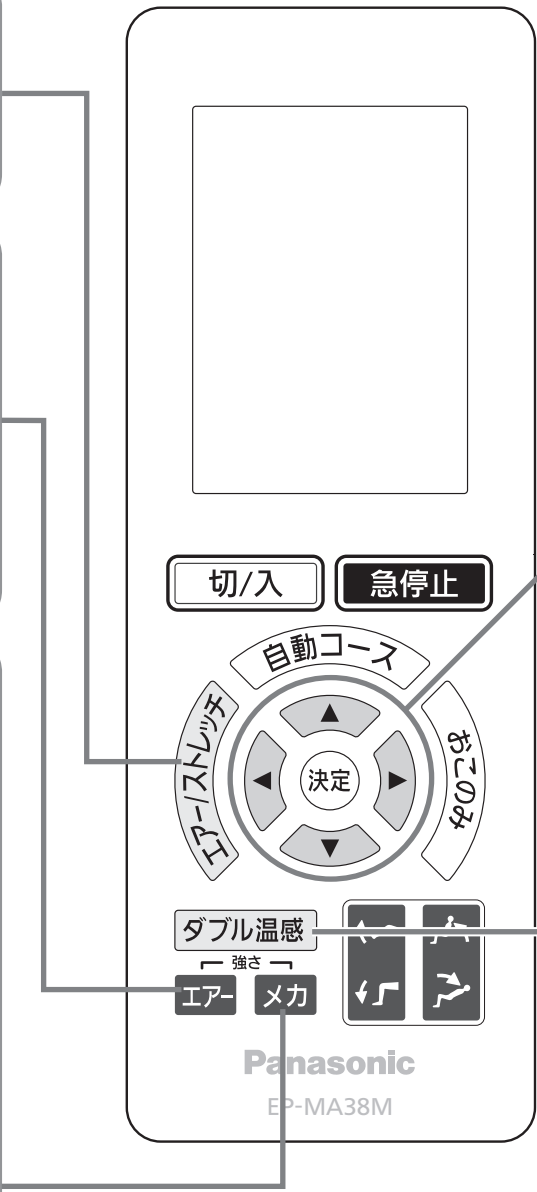
  を押すたび、下記の順番で調節できます。

表示					
強さ	1	2	3	4	5
	弱	.....	.....	.....	強

● メカの強さは、動作により調節できる段階が異なります。  
・「自動コース」「ストレッチ」の場合…1、3、5の3段階  
・「おこのみ」コースの場合…1～5の5段階  
(ただし、「頸椎まわりのぼし」「腰椎まわりのぼし」「背すじのぼし」の場合は1～3の3段階)  
●  を押すタイミングによっては、すぐに動作しないことがあります。  
安全のために、急激に強さの段階が増えないようになっています。

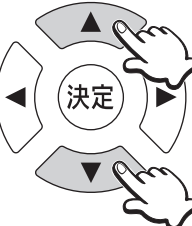
ご注意

一度に強さの段階を増やしすぎると、急激に強くなる場合があります。  
必ず1段階ずつ感触を確かめながら調節してください。




もみ玉の調節

#### もみ玉の上下位置を調節したいとき



 で調節します。  
・1回押すと約1.5 cm 動きます。  
・長押しするとボタンを離すまで動きます。  
(「おこのみ」「ストレッチ」のみ)  
現在のおおよその位置が点滅します。


#### もみ玉の幅を調節したいとき

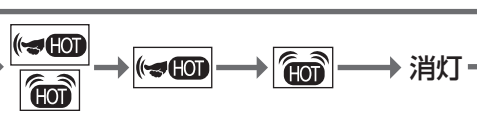
「頸椎まわりのぼし」「腰椎まわりのぼし」「たたき」「背すじのぼし」のマッサージ動作のみ有効です。  
 で調節します。  
・幅狭と幅広の調節ができます。


### 「温感もみ玉」・「足裏温感」

皮膚の弱い方は厚手のくつ下をはいてください。

 マッサージ中に  を押す

 を押すたび、下記の順番で動作します。

表示				
温感	ダブル温感	温感もみ玉	足裏温感	切

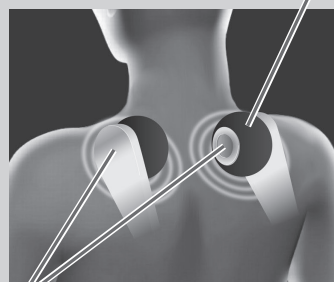
● 各メニューのマッサージを動作させずに  のみをお使いいただくことはできません。

### 警告

- 温感もみ玉を使用するときは、もみ玉が同一箇所に長時間触れるような使いかたをしない。
- 足裏温感マッサージを長時間使用しない。

低温やけど\*の原因になります。  
※比較的低い温度(40℃～60℃)でも、長時間皮膚の同じ箇所に触れていると、熱い・痛いなどの自覚症状がなくても、低温やけどの原因になります。

#### もみ玉の温感(ヒーター)部がマッサージ箇所の布地を温めます。



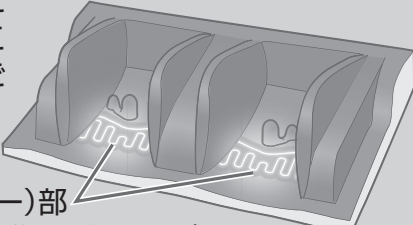
もみ玉ゴム部

温感(ヒーター)部

#### 「足裏温感」は、足裏部の先端部分に内蔵した温感(ヒーター)部により足先の布地を温めます。

布地の足先部分のみ温めます

つま先が温感(ヒーター)部にしっかりあたるように置いてください。フットマッサージ部を上げてご使用いただくと、足裏が密着するようになり、温かくご使用いただけます。  
また、ひざかけなどをかけていただくことで、より温かくご使用いただけます。



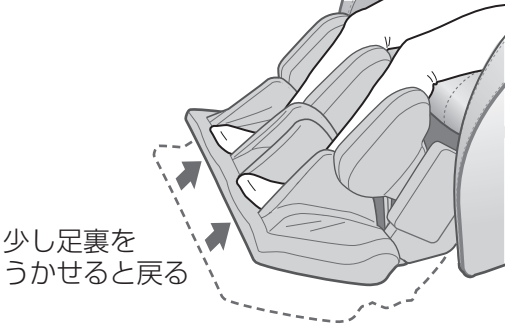
温感(ヒーター)部  
(布地の足先部分のみ温めます)

より自分好みに合わせる



# マッサージを終了する

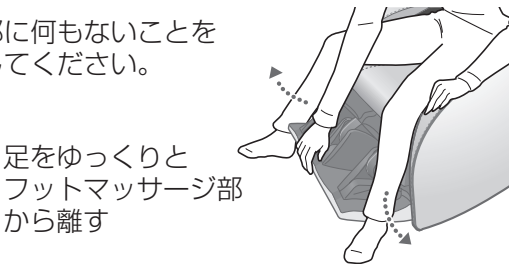
## ① フットマッサージ部のスライドを戻す



## ② フットマッサージ部から足ははずす

安全のため、使い終わったら必ず脚のせ台を収納してください。  
フットマッサージ部を収納する

- 収納部に何も無いことを確認してください。

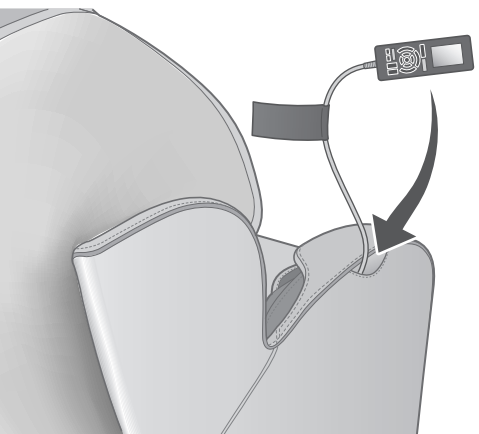


### 警告

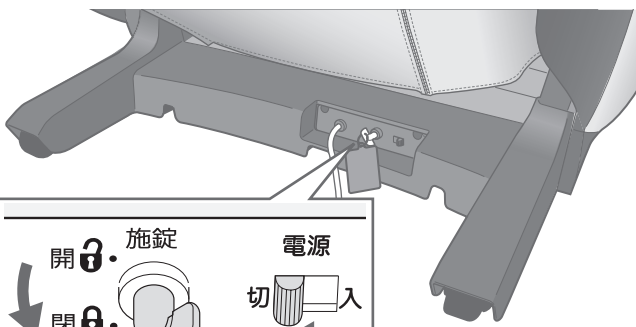
- お子様に使わせない。また、本体の上で遊ばせたり、脚のせ台・座面・背もたれ・ひじ掛けの上にのらせない。事故やけがの原因になります。



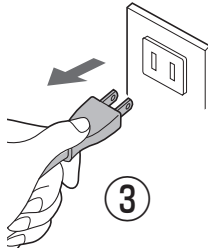
## ③ 操作器を操作器ポケットに収納する



## ④ 電源を切る



- ① 本体背面の電源スイッチを「切」にする
- ② 施錠スイッチを「閉」にして施錠キーを抜く
- ③ 電源プラグを抜く
- ④ 子供の手の届かない場所に施錠キーを保管する



### 警告

- ご使用の後は必ず本体背面の電源スイッチを「切」、施錠スイッチを「閉」にし、施錠キーを抜き、電源プラグを抜く。お子様のいたずらによる事故やけがの原因になります。

### タイマー機能について

マッサージがはじまってから最大約15分で自動的に停止します。

- フットマッサージ部が自動で下がります。
- もみ玉が収納位置まで動きます。
- 背もたれは自動では起きません。  
[切/入] を2回押すと背もたれが起き上がります。

### マッサージを途中で終了したいときは

**[切/入]** を押す

- 自動でフットマッサージ部が下がり、もみ玉が収納位置まで動きます。
- 背もたれはもみ玉が収納してから起きます。

### 異常を感じたときは

**[急停止]** を押す

- すべての動作がその場で停止します。
- 転倒に十分注意しながら、本体から降りてください。

マッサージを終了する

# お手入れのしかた

●シンナーやベンジン、アルコールなどの薬品は絶対使用しないでください。



## 合成皮革・プラスチック部分

### ふだんのお手入れ

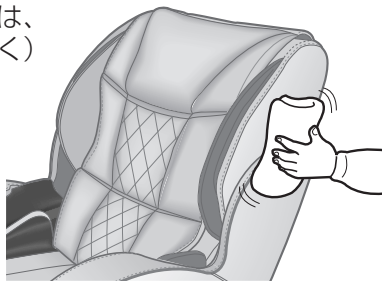
ほこりや軽い汚れは、柔らかい乾いた布でふく。

### 汚れがついたとき

- ① 水または台所用中性洗剤などをぬるま湯で3%～5%くらいにうすめたものに、柔らかい布をひたし、よくしぼる。



- ② 表面をふく。  
(布地や合成皮革は、たたくようにふく)



- ③ 仕上げに水を含ませよくしぼった布で、洗剤が残らないようによくふきとる。



- ④ 柔らかい乾いた布でふく。

- ⑤ 自然乾燥させる。  
(ドライヤーなどで急激に乾燥させないでください)

### 汚れが落ちにくいとき

上記手順①を、以下のお手入れ方法でお試ください。

#### <合成皮革の場合>

市販の「メラミンフォーム材質のスポンジ」に台所用中性洗剤などを含ませふき取る。

#### ご注意

- 合成皮革部に色移ることがありますので、ジーンズや色柄ものなど、色落ちしやすい衣類での使用はご注意ください。
- 変色の原因になりますので整髪料をご使用の場合は、触れる部分にタオルなどを敷いてください。

## 布地部分

- ① 水または台所用中性洗剤などをぬるま湯で3%～5%くらいにうすめたものに、柔らかい布をひたし、よくしぼる。

- ② 特に汚れがひどい場合は、水または台所用中性洗剤などでブラシ洗浄する。  
(こすりすぎると、布地を傷めることがあります)



- ③ 仕上げに水を含ませよくしぼった布で、洗剤が残らないようによくふきとる。



- ④ 自然乾燥させる。

#### ご注意

- 布地部分に色移ることがありますので、ジーンズや色柄ものなど、色落ちしやすい衣類での使用はご注意ください。

# Q&A

Q 病気で通院しているけど、使ってもだいじょうぶ？

A 通院先の医師と相談のうえ、使用してください。

マッサージは「触圧刺激」といって、筋肉に圧力をかけてほぐし、血行を促進する行為です。病気によっては、悪化を招く可能性もありますので、必ず医師に相談してください。(P.4～6)

Q どれくらいの身長の人が使えますか？

A 体型に個人差があるため、あくまで目安として下記をご参照ください。

- 身長が約145 cmより低い方、約185 cmを超える高い方は、上半身とフットマッサージを同時に使うと足裏が届きにくかったり、窮屈に感じたりする場合があります。

身長が高い方でひざがういて窮屈に感じる場合

以下のAまたはBでお使いください。

A 背もたれを倒し、フットマッサージ部を下げて使う

B 脚のせ台を利用して上半身のみをマッサージする  
(フットマッサージは別途お使いください)

身長が低い方でフットマッサージ部を前方に出しにくい場合

以下のAまたはBでお使いください。

A 背もたれを起こし、フットマッサージ部を上げて使う

B 脚のせ台を利用して上半身のみをマッサージする  
(フットマッサージは別途お使いください)

Q 選んだコースによって、タイマーの時間は異なりますか？

A 異なります。

切/入 を押してから、最初にコースを選んだときにタイマー時間がセットされます。

自動コース 「ちょこっと8分」のみ約8分。  
その他は約15分。

エア/ストレッチ 約15分

おこのみ 約15分

ダブル温感 エアーのみの場合、約15分。  
上半身と組み合わせた場合は、  
上半身のタイマーに従います。

- 途中でコースを変更する場合は、すでにタイマーがセットされているため、画面の「残り時間表示」内でしかマッサージできません。

Q 足裏部が温かくならないのですが…

A 「足裏温感」は、布地の足先部分のみ温めます。つま先が温感(ヒーター)部にしっかりあたるように置いてください。フットマッサージ部を上げてご使用いただくと、足裏が密着するようになり、温かくご使用いただけます。また、ひざかけなどをかけていただくことで、よりあたたかくご使用いただけます。

Q 動作音が気になるのですが…

A 構造上発生する音があります。(P.35)

Q 左右の高さ(強さ)が異なるように感じるけれどだいじょうぶ？

A 構造上異なって感じる場合があります。より自然な感覚でマッサージを行うために交互たたき機構を採用しているため、もみ玉の位置がずれて動作することがあります。そのため左右で高さ(強さ)が異なって感じるがありますが、故障ではありません。

Q 足裏の指圧が強すぎるのですが…

A エア調節ボタンで、強さを「1」にしてください。また、フットマッサージ部を下げることで、足裏の指圧が弱まります。

Q 1か月の電気代はいくらですか？

A 1日30分(15分×2回)毎日使用した場合、約59円/月(温感入り)・43円/月(温感なし)です。  
新電力料金目安単価27円/kWh(税込み)で計算

Q 引っ越しなどで、本体を運搬する際の注意点は？

A 次の点にご注意ください。

- 運搬しやすくするために、背もたれを完全に倒してください。
- 人が座っていない状態で行ってください。

① 切/入 を押す

② 切/入 を押して背もたれが完全に倒れた状態にする



それぞれのボタンを、「ピーピー」と音が鳴るまで長押ししてください。

③ 本体背面の電源スイッチを「切」にし、電源プラグを抜く(P.31)

- 梱包箱がない場合は、傷や振動対策として梱包材で保護して、大切に扱ってください。
- 梱包の際は、電源コードが本体に絡まっていないことを確認し、座面の上にまとめるなど、輸送時に地面に擦らないように配慮してください。



故障かな？と思ったとき

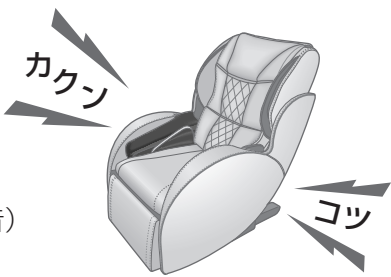
下記の点検と処理をしてください。  
処理後なお異常がある場合は、お買い上げの販売店へご連絡ください。  
修理をご依頼される場合は、P.39をご覧ください。

症 状	原因と処置
もみ玉が途中で止まる (ピピピッと音が鳴って、操作器の動作表示が消灯し動作が停止する)	<b>ご使用中、無理な力がかかった場合、安全のためにもみ玉の動きが止まることがあります</b> もみ玉の動きが停止した場合、本体背面の電源スイッチを一度切り、約10秒後に再度「入」にしてから操作してください。再度止まる場合は、身体をうかし気味にしてご使用ください。 (特に体重100 kg以上の方がご使用になるときはご注意ください。)
リクライニングができない 脚のせ台の上げ下げができない (ピピピッと音が鳴って、操作器の動作表示が消灯し動作が停止する)	<b>障害物にあたるなど、ご使用中、無理に力がかかった場合、安全のために動作が止まることがあります</b> 背もたれ、または脚のせ台が停止した場合、本体背面の電源スイッチを一度切り、約10秒後に再度「入」にしてから操作してください。
もみ玉が肩や首の位置まで来ない	頭や背中がういていると、肩確認動作のときに、肩の位置を実際より下に検知してしまう場合があります。深く腰かけ、頭を背もたれにつけてマッサージを最初からやりなおしてください。 (P.20)
左右のもみ玉の高さ(強さ)が異なる	交互たたき機構を採用しているため、やむをえず発生するもので故障ではありません。 (P.33)
動作しない ●上半身(首～腰)のマッサージ ●ふくらはぎ・足裏のマッサージ	●電源プラグが抜けている。 ●本体背面の電源スイッチが「切」になっている。 ●操作器の <b>切/入</b> を押したあと、メニューやコース選択などのボタンを押していない。 (P.14)
もみ玉や足裏部が温かくならない	● <b>ダブル温感</b> ボタンが「切」になっている。 ●「足裏温感」は、布地の足先部分のみ温めます。 温かさの感覚は体型、マッサージ動作、衣服、室温により異なります。フットマッサージ部を上げてご使用いただくと、足裏が密着するようになり、温かくご使用いただけます。また、ひざかけなどをかけていただくことで、より温かくご使用いただけます。
ダブル温感を切っても冷めない	●ヒーターの構造上一度温まると、しばらくの間余熱で温かく感じる場合があります。 ● <b>ダブル温感</b> ボタンが「切」の状態でも同一箇所をマッサージし続けると、体感温度が上がることがあります。
<b>ダブル温感</b> を押しても温感(ヒーター)部が「入」にならない	各メニューのマッサージを動作させていない場合、また、エアーマッサージのみの動作時は、温感もみ玉はご使用できません。 <b>ダブル温感</b> のみでご使用いただくことはできません。 (P.29)
マッサージ停止後に再度 <b>切/入</b> を押しても電源が入らない	●終了処理中(約5秒間)のため <b>切/入</b> を受けつけない場合があります。すべての動作が終了して、約5秒以上たってから <b>切/入</b> を押してください。
破損してしまった	事故防止のため必ず販売店にご相談ください。 (P.39)
電源コード、プラグが異常に熱い	

動作中に発生する音や感覚について

ご使用中に下記のような動作音や感覚がありますが、  
構造上発生するものですので異常ではありません。

- もみ玉が『押し』から『引き』に変わる際の音(カクン音・コツ音)
- 動作時にもみ玉が生地のシワを乗り越えるときの音・感覚(ポコン音・カクン音)
- もみ・たたき動作などの動作音(カタカタ音・ピチピチ音・シャカシャカ音)
- もみ玉動作時のキシミ音(キシキシ音)
- 上下動作時の動作音(カタカタ音)
- リクライニング動作開始時のカクンとする感覚
- ベルトの回転音(シュルシュル音)
- モーター音(ウォーン音・ウィーン音・ジー音)
- 座ったりもたれたときの張地のズレ音(ギュッ音)
- もみ玉と布のこすれ音(ギュッギュ音)
- フットマッサージ部のガタつき
- エアーの加圧動作音(ブー音)
- エアーの排気音(シュー音・スー音)
- エアーの動作音(パキ音)
- フットマッサージのスライド動作音(コツ音)



音が大きくなってきた場合、故障の可能性も考えられます。

- その場合は販売店に点検・修理をご依頼ください。



エラー表示について

残り時間表示部

<エラー表示の例>

●エラー内容「U10」の場合

U,1,0の順に点灯します。

エラー表示	内 容
U 10	人が座っていることを確認できないと、安全のため動作を終了します。 座っているにもかかわらずこのエラーが出た場合は、 <b>急停止</b> を押してから、 背もたれに深く座りなおし、再度操作しなおしてください。
F04 ~ F02	マッサージ器の内部の故障です。 ご使用を中止して、販売店に点検修理を依頼してください。 (ご連絡の際に、エラー表示の番号を伝えてくださると、点検・処置の対応が スムーズになります。)

警告

●絶対に改造しない。また、ご自分で分解したり、修理をしない。  
発火したり、異常動作して、けがをする原因になります。

●異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く。(発煙・発火、感電のおそれあり)  
<異常・故障例>  
・**切/入**を押しても動作しないことがある  
・コードを動かすと、通電したりしなかったりする  
・動作中、こげ臭いにおい、異常な音がする  
・本体が変形したり、異常に熱い  
→すぐに、販売店へ点検・修理を依頼してください。

定格・仕様

販 売 名	マッサージチェア EP-MA38M	
使 用 電 源	交流100 V 50-60 Hz	
消 費 電 力	145 W (操作器で「切」のとき 約0.3 W)	
電熱装置消費電力	38 W	
類 別	機械器具77バイブレーター	
一 般 的 名 称	家庭用電気マッサージ器(JMDNコード34662000)	
医療機器認証番号	229AKBZX00037000	
医 療 機 器 の 種 類	管理医療機器	
上半身 マッ サ ジ	施療範囲(上下方向)	約62 cm(もみ玉移動距離 約58 cm)
	施療範囲(左右方向)	もみ動作時のもみ玉間隔 首・肩・背・腰部 約4 cm ~約15 cm
	施療範囲(前後方向)	強弱調節範囲 約10 cm
	マッ サ ー ジ 速 さ	もみ 約4 回/分~約25 回/分 たたき(ソフト指圧含む) 約285 回/分~約495 回/分(片側) 移動速さ 約2 cm/秒~約4.5 cm/秒
	マッサージ幅	施療範囲(左右方向)と同じ
エアーマッサージ	エアー圧力	3...約32 kPa 2...約30 kPa 1...約18 kPa
タ イ マ ー	最大約15 分で自動で切	
大 小 さ	リクライニングしていないとき	高さ約102 cm×幅約68 cm×奥行約120 cm
	リクライニングしたとき	高さ約82 cm×幅約68 cm×奥行約160 cm
質 量	約69 kg	
張 地	合成皮革	
ク ッ シ ョ ン 材	ウレタンフォーム／ポリエステル	
製 造 販 売 元	パナソニック株式会社 東京都港区東新橋1-5-1 パナソニック東京汐留ビル	
製 造 国 名	中華人民共和国	

本製品は体重が約100 kg 以上の方が使用された場合、動作音が大きくなったり、布カバーの磨耗が早まるなどの場合があります。

側 面

リクライニングしたとき

奥行 約160 cm

奥行 約140 cm (足のせ台収納時)

座面高さ 約45 cm

背もたれ高さ 約82 cm

接地部分の奥行き 約80 cm

正 面

リクライニングしていないとき

ひじ掛け幅 約68 cm

背もたれ高さ 約102 cm

ひじ掛け高さ 約60 cm

接地部分の幅 約61 cm

# 保証とアフターサービス

よくお読みください

使いかた・お手入れ・修理 などは

■まず、お買い求め先へ ご相談ください

▼お買い上げの際に記入されると便利です

品 番	
販売店名	
電 話	(       )       —
お買い上げ日	年    月    日

### 修理を依頼されるときは

「故障かな?と思ったとき」「動作中に発生する音や感覚について」「エラー表示について」(P.34 ~ 36)でご確認のあと、直らないときは、まず電源プラグを抜いて、お買い上げ日と右の内容をご連絡ください。

●製品名	マッサージチェア
●品 番	EP-MA38M
●故障の状況	できるだけ具体的に

●保証期間中は、保証書の規定に従って出張修理いたします。

保証期間：お買い上げ日から本体1年間(ただし、一般家庭用以外(例えば業務用など)に使用された場合は、保証期間内でも「有料」とさせていただきます)

●保証期間終了後は、診断をして修理できる場合はご要望により修理させていただきます。

※ 修理料金は次の内容で構成されています。

- 技術料 診断・修理・調整・点検などの費用
- 部品代 部品および補助材料代
- 出張料 技術者を派遣する費用

※ 補修用性能部品の保有期間 6年

当社は、このマッサージチェアの補修用性能部品(製品の機能を維持するための部品)を、製造打ち切り後6年保有しています。

●転居や贈答品などでお困りの場合は、ご相談窓口(裏表紙)にご連絡ください。

### 【ご相談窓口における個人情報のお取り扱いについて】

パナソニック株式会社およびグループ関係会社は、お客様の個人情報をご相談対応や修理対応などに利用させていただき、ご相談内容は録音させていただきます。また、折り返し電話をさせていただくための発信番号を通知いただいております。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。

パナソニックの会員サイト「**CLUB Panasonic**」で「**ご愛用者登録**」をお願いします

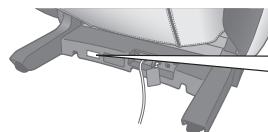
特典

- お宅の家電商品、消耗品情報が一元管理できる!
- 登録商品に関するお知らせやサポート情報など  
便利なサービスを利用できる!

詳しくはこちら  
<https://club.panasonic.jp/aiyo/>



本体背面に表示してある QR コードから登録して  
いただくと、品番登録と製造番号を入力する必要  
がなく、簡単に登録いただけます。



・QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

パナソニック 総合お客様サポートサイト <http://www.panasonic.com/jp/support/>



理美容・健康商品  
使い方・お手入れなどのご相談窓口



パナは ロクキューナナ

**0120-878-697**

受付時間  
9:00~18:00  
(年中無休)

- 上記電話番号がご利用  
いただけない場合 **06-6907-1187**
- FAX フリーダイヤル **0120-878-236**

Help desk for foreign residents in Japan

Tokyo (03) 3256-5444 Osaka (06) 6645-8787

Open: 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays/Sundays/national holidays)



修理に関するご相談窓口



パナは イイヨ

**0120-878-554**

- 上記電話番号がご利用  
いただけない場合 **03-6633-6700**
- FAX フリーダイヤル **0120-878-225**



便利な修理サービスサイト

<http://club.panasonic.jp/repair/>

- ・掲載サイトおよび動画の視聴は無料ですが、通信料金はお客様のご負担となります。(ポケット定額サービスに未加入の場合、高額になる可能性があります)
- ・ご使用の回線(IP電話やひかり電話など)によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。
- ・上記のURLはお使いの携帯電話等により、正しく表示されない場合があります。

●ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについては P.39 をご覧ください。

愛情点検

長年ご使用のマッサージチェアの点検を!



こんな  
症状はあり  
ませんか

- ・コードや電源プラグが異常に熱い。
- ・動作中に異常な音・振動がある。
- ・スイッチを入れても、時々運転しないことがある。
- ・本体が変形していたり、こげ臭いにおいがする。



ご使用  
中止

事故防止のため、電源プラグを  
コンセントから抜いて、必ず  
販売店に点検をご依頼ください。

使いかたによりますが、目安として1日30分のご使用で1~2年程度に1度点検していただきますと、より長く快適にご使用になれます。

【お願い】

- 廃棄するときは、そのまま放置しないで地方自治体の条例または規則に従って処理してください。  
詳しくは、各地方自治体にお問い合わせください。

パナソニック株式会社 ビューティ・パーソナルケア事業部

〒525-8555 滋賀県草津市野路東2丁目3番1-2号

© Panasonic Corporation 2017-2019

2019年4月1日(第3版)  
2018年9月1日(第2版)

P9310MA38M2  
Y0917-2049  
Printed in China