

Yamato は家庭における健康管理の普及・拡大に努めます。健康管理の指標とする体脂肪と、新健康基準として内臓脂肪の情報を提供する事で、皆様の健康増進と快適な生活への貢献を図ります。

外見では分からない“内臓脂肪太り”

Q 体脂肪とは？

A 体脂肪は、大別すると「皮下脂肪」と「内臓脂肪」の2つに分けられます。「皮下脂肪」は皮膚の内側に付く脂肪のこと、「内臓脂肪」は内臓の周りに付く脂肪のことを言います。



▲内臓脂肪型肥満

▲皮下脂肪型肥満

※CT画像を基に、判り易くなるよう着色しています。
※肌色の部分は皮下脂肪、青い部分は内臓脂肪を表しています。

Q 体脂肪率とは？

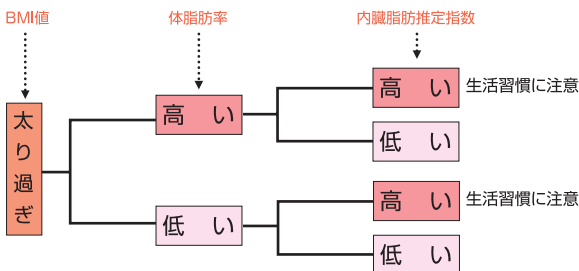
A 「全身の体脂肪の重量」を「体重」に占める割合で表したものが「体脂肪率」です。

Q 体脂肪率は変化しますか？

A 食事や水分量によって体重が変化すると共に、一日の中でも、条件が変われば変化します。出来る限り同じ条件下で、測定される事をお勧めします。運動後や食後、また入浴後すぐに測定される事は避けてください。

Q 体脂肪率だけで健康管理は充分？

A 体脂肪の中でも生活習慣病予防の目安となるのが「内臓脂肪」です。だからこそ、健康管理には肥満の割合を見る「体脂肪の管理」と共に、「内臓脂肪の管理」が必要となります。体脂肪率が正常値であっても、内臓脂肪量が多ければ注意！例えば、以下の様に体脂肪率が低くても、内臓脂肪量が多い場合が考えられます。



※「標準値」ないし「やせぎみ」でも内臓脂肪量が多い場合は、健康に注意を要します。

あなたの“携帯健康ナビゲーター”としてご活用下さい。

●VFA（内臓脂肪断面積指数）とは…

測定ウエストサイズ部断面の内臓脂肪面積推定指数の意味。本器は **Yamato** 独自の方式で推定算出し、独自の「指数」で表示しており、生活習慣病に直接かかわる内臓脂肪量（＝内臓脂肪体積）を表すものではなく、又直接計測したものではありません。

〈指数表示値の目安について〉

- 表示値が100を超えていると内臓脂肪が多い。
- 表示値が150を超えていると内臓脂肪が多過ぎる。

●BMI（体格指数）とは…

身長と体重の理想的なバランスをみる指数です。
体重 (kg) ÷ (身長 (m))² で計算され、日本人の理想値は22.0とされています。

●運動強度とは…

最大運動時の体の諸反応（心拍、呼吸状況など）を100%とした場合、その運動が何%の強さになるかを表したものの。同じ強度でも、体を鍛えると「楽」に感じるようになります。

●生活習慣に対する注意度とは…

BMIとVFA推定の結果から算出しており、バーの数が多い程、生活習慣に対する注意が必要です。

Yamato が独自に推定したものであり、医学的診断を行ったものではありません。

あなたの健康維持のためにお役立て下さい。

健康の維持・増進、生活習慣病の予防と治療の基本は、適切な食事と運動を行い、休養をとることです。内臓脂肪の蓄積は肥満・非肥満にかかわらず、生活習慣病の目安と考えられるのです。

もちろん、これらの生活習慣病の発症には内臓脂肪蓄積以外にも様々な要因が関与しますが、内臓肥満対策が効率のよい予防対策になると言えます。対策のひとつとしての運動では、事前のメディカルチェックに基づいて種類・強度・時間・頻度を考慮すべきですが、種類としての代表は体操とウォーキングです。内臓脂肪算出機能付歩数計型体脂肪計の活用により「脂肪管理」や「運動としてのウォーキング」の意識が一般家庭に普及することは、非常に有意義なことであると考えます。尚、医学的診断については医師にご相談下さい。

つとう あき みつ
神戸大学医学部教授 医学博士 傳 秋光
(日本内科学会認定内科医、糖尿病学会認定医・指導医、リハビリテーション医学会認定臨床医)

信頼・技術・創造 大和製衡株式会社

本社 営業 〒673-8688 兵庫県明石市茶園場町5番22号 TEL.078-918-6540
東日本支店 〒105-0013 東京都港区浜松町1丁目22番5号 住友生命浜松町ビル4階 TEL.03-5776-3123
札幌営業所 〒060-0052 札幌市中央区南二条東1丁目1番地14 住友生命札幌中央ビル8階 TEL.011-219-8355
九州営業所 〒812-0018 福岡市博多区住吉4丁目3番2号 博多エイトビル1階 TEL.092-471-1921
お客様サービス室（本社） 〒673-8688 兵庫県明石市茶園場町5番22号
TEL.078-918-6064

URL : <http://www.yamato-scale.co.jp/>

取扱代理店

PRINTED WITH SOY INK 本カタログは環境に配慮し、植物性大豆油インキを使用しています。 R100 環境にやさしい印刷技術を採用しています。

●商品のカラーは印刷のため実物とは多少異なります。
●改良のため予告なくデザイン・仕様を変更する場合があります。
●このカタログの記載内容は2011年11月現在のものです。

CAT.NO.C0322JA10B10 05021000Ma

Yamato

内臓脂肪算出機能付 歩数計型 体脂肪計

複数特許出願中

WalkingNAVI®

DF515（運動モード搭載）



標準小売価格
8,400円(税抜 8,000円)

“生活習慣病” 予防の目安に
“内臓脂肪” のチェックもこれ1台！

- 体脂肪率の計測
- 内臓脂肪断面積の推定算出
- 生活習慣の注意度表示
- 1日あたりの目標歩数計算
- 消費カロリーの算出
- 心拍数からみた運動強度の把握（運動モード）

ウォーキングナビ®の特長

① 各種健康管理データのお知らせ

- 体脂肪率の計測
- 内臓脂肪断面積の推定算出指数
- BMI（体格指数）計算
- 生活習慣の注意度表示

② 最適な運動量（歩数）のお知らせ

- 1日あたり目標歩数計算

③ 運動量の結果のお知らせ

- 歩数／歩行距離カウント
- 目標歩数までの減算カウント
- 消費カロリー算出
- 時計表示

④ 効率的な有酸素運動のナビゲート（運動モード）

- 目標運動時間の設定
- 心拍数計算
- 設定時間の目標歩数までの減算カウント&分毎の歩数を表示

⑤ 運動終了後の判定（運動モード）

- 実行歩数／目標歩数に対する結果の表示
 - 脂肪減少率の表示
 - 心拍数から見た運動強度の把握
 - 消費カロリーの表示
 - 歩行距離の表示
 - 運動終了後の最終判定
- ※歩行距離(m)を時間(分)で割れば、分速(m/分)が求められます。

■主な仕様

商品名	内臓脂肪算出機能付 歩数計型体脂肪計 ウォーキングナビ®
品番	DF515B (ブラック) DF515Y (イエロー)
体脂肪率表示範囲	0.2%単位 5.0~50.0%
内臓脂肪断面積指数表示範囲	10単位 10~200
電源	3Vリチウム電池 (CR2032) 1個
電池寿命	測定回数 1日2回使用で約3ヶ月
本体材質	ABS樹脂
外形寸法	W72×H54×D19mm (クリップ不含)
重量	約55g
付属品	取扱説明書(保証書付)、クイックマニュアル リチウム電池 (CR2032) 1個

※WalkingNAVI/ウォーキングナビは当社の登録商標です。

※本器の内臓脂肪断面積指数の推定算出は、体脂肪とウエスト周囲長（へそ高）を含む体格指数などを用いて、Yamatoが独自に腹部CTデータとの相関を高めた方式で行っています。本器の方式は、内臓脂肪量そのものの全量を評価しているわけではありません。本器を継続的にご使用頂くと内臓脂肪量の増減推定にも活用出来ますので、皆様の健康管理にお役立て下さい。なお、本器は医療用具ではありませんので、医学的診断については医師にご相談下さい。

危険 右記のような医用電 (1)ペースメーカー等の体内埋込型医用電子機器
子機器との併用は絶対 (2)人工心肺等の生命維持用電子機器
対にしないでください。 (3)心電計等の装着型医用電子機器

測定結果からあなたの1日の 目標歩数を自動設定!!

目標歩数に向けて、毎日ウォーキングをしましょう。
1日のウォーキングの結果（歩数、歩行距離、消費カロリー）は、AM2:00になると自動的にリセットされ、過去の累積として99日分まで加算されます。

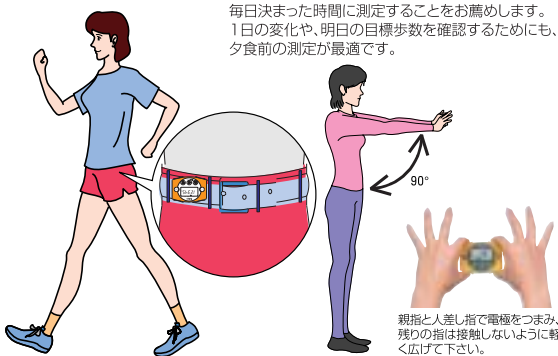
電極

測定を行う時に、指で挟んで測定します。

クリップ

ベルトまたはズボンなどのウエスト部分に挟んでください。（本体の裏面に付いています。）

●装着の仕方と測定方法



<実物大>

<DF515Y>



DF515B (ブラック)
JANコード 4979916397107
標準小売価格8,400円(税抜8,000円)



DF515Y (イエロー)
JANコード 4979916397114
標準小売価格8,400円(税抜8,000円)

生活習慣の改善にお役立て下さい。

内臓脂肪断面積推定指数を表示します

本器の推定指数は腹部CTデータとの相関を高めたYamato独自の方式を採用しております。

9つの機能があなたの健康をチェック!

- 内臓脂肪推定指数 (VFA)
- 体脂肪率 (FAT)
- 体格指数 (BMI)
- 注意度
- 歩数
- 運動強度
- 消費カロリー
- 歩行距離
- 時計

モードボタンで用途に合わせたメニューが選べます。

モードボタン
各モードを選択するときには使用します。

