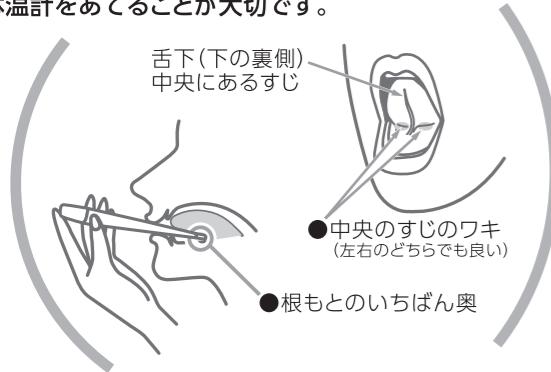




7T593-0004-639

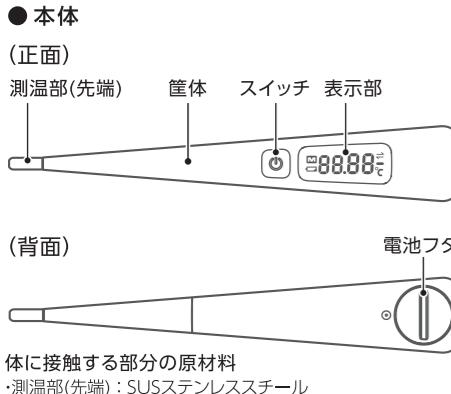
体温計の正しいあてかた

正確な体温測定をするためには、正しい位置に体温計をあてることが大切です。



体温を検温する

各部の名称



● 収納ケース



● 表示部

※説明のため、全点灯で表示
「前回値表示」マーク
前回値表示中に点灯する。「電池電圧低下」マーク
電池電圧が低下すると、「電池電圧低下」マークが点滅する。さらに電池電圧が低下すると、他の表示が消し、「電池電圧低下」マークが点灯する。

体温測定の手順

1 体温計側面をしっかりとつかみ、収納ケースから取り出す

禁忌・禁止

● 引火性のある環境では使用しないでください。[引火又は爆発の誘因となる可能性があります。]

毎日、正しく測るためのポイント

- おやすみになる前に、この体温計を枕元にご用意ください。
- 目が覚めたら、起きあがらずに、そのまま布団の中（安静な状態）で検温します。
- 正確な基礎体温曲線を見るため、毎朝の検温は、なるべく一定の時刻に行いましょう。
- 検温の前に、飲食はしないでください。
- 検温は、いつも同じ方法で行い、測温部を舌下（舌の裏側）にある位置は、いつも同じところに正しくあてるようにしてください。舌下（舌の裏側）のいちばん奥にある舌小帯（中央のすじ）の両側が正しい検温位置です。

ご使用の前に、必ずこの「取扱説明書」をよくお読みの上、正しくお使いください。
また、「取扱説明書」は必ず保管してください。

次のものがそろっていますか？

- 万一、不足しているものがあるときは、すぐにお買い上げの販売店又はテルモ・コールセンター（[0120-008-178](#)）までご連絡ください。この体温計の販売名はテルモ電子体温計W210です。
- 本体
 - 収納ケース
 - 取扱説明書（品質保証書・EMC技術資料含む）
 - アルカリボタン電池（LR44×1個、本体内部）※お試し用のため、寿命が短い場合があります。

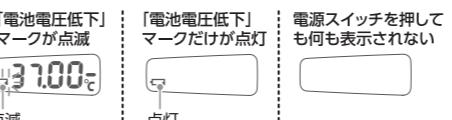
品質保証書	
このたびは、本製品をお買い上げいただきましてありがとうございます。	
品質は万全を期しておりますが、通常のご使用において万一故障が発生したときは、保証規定により無償対応いたします。	
品質保証書は再発行いたしませんので、大切に保管してください。	
販売名：テルモ電子体温計W210	お買い上げ販売店名：
お名前：	お買い上げ年月日： 年 月 日
ご住所：	TEL：
製造販売業者：テルモ株式会社 東京都渋谷区桜ヶ丘2丁目44番1号	

- 保証規定**
- 保証期間は、お買い上げ後1年間です。
 - ご使用中、故障が発生した場合はテルモ・コールセンターへご連絡ください。
 - 保証期間中に、通常の使用において万一故障が発生したときは、品質保証書を現物にそえて交付していただければ、無償対応いたします。
 - ただし、以下の場合は保証期間中でも有償になります。
 - ご使用中で取扱いの過誤（落としたり、強いショックを与える、水を浸入させるなど）により発生した故障。
 - 正しい状態（使用後は収納ケースに入れること）で使用にならなかった場合。
 - 消耗部品（電池）
- （2）製品の改造、不当な修理により発生した故障。
 （3）火災、地震、水害等天災地変などの不可抗力による故障及び損傷。
 （4）保証期間中に、通常の使用において万一故障が発生したときは、品質保証書を現物にそえて交付していただければ、無償対応いたします。
 （5）本保証書は日本国内においてのみ有効です。
 This warranty is valid only in Japan.

電池交換の方法と注意

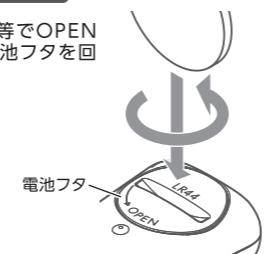
※ 電池交換後、前回値および測定履歴は消去されます。測定履歴を転送してから電池交換を行ってください。

こんなときは電池交換が必要です。

ご購入時の電池は、お試し用であり寿命が短い場合があります。
アルカリボタン電池（LR44）1個を用意し、交換してください。

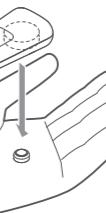
電池交換の手順

- 手元にあるコイン等でOPENの矢印の向きに電池フタを回し、外す

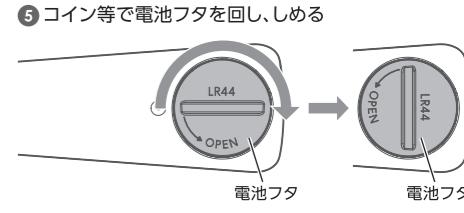


- 体温計の電池収納部を下向きにし、手のひらに軽くあて、使用済み電池を取り出します。

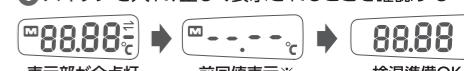
※ 電池の端を押して電池を浮かすと取り出し易くなります。



- コイン等で電池フタを回し、しめる



- スイッチを入れ、正しく表示されることを確認する



※ 電池交換後、一度検温するまで前回値は「- - -」と表示されます。

- 電池を取り出す際は、手のひらにあまり強く打ち付けないでください。[飛び出した電池を誤飲する可能性があります。]

- 新しい電池（LR44）を+を上にして入れる

- 本体背面の文字と電池フタの表示の向きがそろようやく、電池フタを本体電池収納部に奥までしっかり押し込む

お願い 本品や使用済みの電池を廃棄する際は、各自治体のルールに従って適正に処理してください。

故障かな？と思ったら

故障が疑われる場合は、まず以下の項目について確認をお願いいたします。
それでも問題があるときは、「保証規定」をお読みの上、テルモ・コールセンターへご連絡ください。

こんなときは	原因	対処方法
E が表示される。	予測検温終了のブザーが鳴る前に、体温計が外れた。	少し時間をおくなど、先端（測温部）を冷ましてから、再度検温してください。（☞「体温測定の手順」）
0 が表示される。	測定値が42°Cを超えている。	人の体温測定以外には使用しないでください。
ブザーが止まらない。	静電気等による誤動作。	一度電池を外して、2分以上経過してから入れ直してください。（☞「電池交換の手順」）
初期表示が正常ではない。		
EE 数字/文字 が表示される。	予測検温終了のブザーが鳴った後、体温計の位置がずれた。	少し時間をおくなど、先端（測温部）を冷ましてから、再度検温してください。（☞「体温測定の手順」）
5分経過時のブザーが鳴らない。	予測検温終了のブザーが鳴った後、体温計の位置がずれた。	少し時間をおくなど、先端（測温部）を冷ましてから、再度検温してください。（☞「体温測定の手順」）
取り出したときに、何も表示されていない。	体温計をくわえるときなどにスイッチに触れて、電源が切れた。 予測検温終了のブザーが鳴った後、体温計の位置がずれた。	少し時間をおくなど、先端（測温部）を冷ましてから、再度検温してください。（☞「体温測定の手順」）
HH が表示される。	周囲温度が40°Cを超えている。	「88.88」が表示されるまで、室温になじませてから、検温してください。
LL が表示される。	周囲温度が10°Cを下回っている。	
H が表示される。	体温計の先端（測温部）が温まっている。	先端（測温部）を水などで冷ましてから、再度検温してください。
E-P が表示される。	ペアリングが中断された。	再度[P]表示にしてから、スマートフォンへ接続してください。（☞「通信機能を有効にする」）
E-C が表示される。	通信が中断された。	電波を出す機器や、障害物を除いてください。

通信機能について

アプリでかんたん体温記録

スマートフォンアプリはこちら
テルモたいおんアプリ 検索 QRコード

測定した基礎体温データをスマホでかんたん管理。自動でグラフ化され、状態もわかりやすい。過去の生理日を入力すると、次の生理日や排卵予定期が表示されます。※手入力もできます。

通信機能を有効にする

- 体温計の電源が切れている状態で、スイッチを約8秒長押しする
- 体温計のブザーが鳴って「P」が表示されます。
- スマートフォンまたは対応アプリの取扱説明に従いペアリングする
 - 体温計に「End」が表示されたら設定完了です。
 - 通信するスマートフォンを変更するには再度①②を行ってください。
 - 通信機能を無効にするには、「P」表示中にスイッチを押して電源を切ってください。

注意

- 体温計の使用周波数帯では電子レンジ等の産業・科学・医療機器の他、工場の製造ライン等で使用されている免許を要する移動体識別用の構内無線局、免許を要しない特定小電力無線局、アマチュア無線局等（以下「他の無線局」と略す）が運用されています。
 - (1) アプリと通信する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。
 - (2) 万一、体温計と「他の無線局」との間に有害な電波干渉が発生した場合は、速やかに体温計の使用場所を変えるか、体温計の電源を切るなど電波干渉を避けしてください。
 - (3) その他、電波干涉の事例が発生した場合等、何かお困りのことなどが起きたときはテルモ・コールセンターまでお問い合わせください。
- 体温計はBluetooth®無線技術を使用した通信が可能ですが、電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受する事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わることには使用しないでください。

次のマークは以下のことを表しています。



2.4XX4
① ② ③

- ① 使用周波数帯域：2.4GHz 帯
② 変調方式：その他
③ 想定干渉距離：40m 以下

・全帯域を使用し、移動体識別装置の帯域を回避可能

使用上の注意

安全に正しくお使いいただくために必ずお守りください。表示内容に従わず、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、次の表示で説明しています。

警告
特に注意していただきたいことを示します。
・適正に使用しても、注意を怠ると死亡又は重症を負う可能性が想定されます。

禁忌・禁止
絶対に行ってはいけないことを示します。
・本品の性能を超える、又は不適正な使いかたにより、死傷又は重傷を負う危険性があります。

注意
使用にあたり、一般的な注意を示します。
・誤って使うと、傷害を負う可能性、又は物の傷害*のみの発生が予想されます。
※物の傷害とは、家屋、家財、及び家畜、ペットにかかる拡大損害を示します。

警告
・子供だけで使わせないでください。
〔本製品の先端部をかみ切って飲み込んだり、けがをする可能性があります。〕

保守・点検に係る事項

注意

<保守点検上の注意>

- 長期間使用していないかったときは、「電池電圧低下」マークが点灯または点滅していないことを確認してから使用してください。
- 本体と収納ケースを洗う際は、水で洗ってください。汚れがひどい場合は、中性洗剤を含ませた布で汚れを落とした後、水で洗ってください。収納ケースに収める際は、乾いた布等で水気を拭き取ってください。
- 内部に水が浸入する可能性がありますので水洗い中などにスイッチを押さないように注意してください。
- 化学薬品（シンナー や ポビドンヨード、クレゾール等）では拭かないでください。
使用可能な消毒液は以下のとおりです。
消毒用エタノール／次塩素酸ナトリウム／クロルヘキシジングルコン酸塩／ベンゼルコニウム塗化物
- 消毒液に水没させないでください。【故障の原因となります。】
消毒する際は、消毒液の電子添文に記載されている方法で拭き取り消毒した後に、水洗いてください。
- ドライヤー等を使用して乾燥させないでください。
- 熱湯消毒はしないでください。
- 超音波洗浄はしないでください。

保管方法について

暖房器具のそば、車の中、日光や紫外線等の強い光がある場所、ほこりの多い場所、湿気の多いところに保管したり、放置しないようにしてください。

【保管上の注意】

- 日光や紫外線等の強い光がある場所に保管したり、長時間放置しないでください。【変色、劣化や故障の原因となります。】

電子添文

アプリ添文ナビでお読みください。



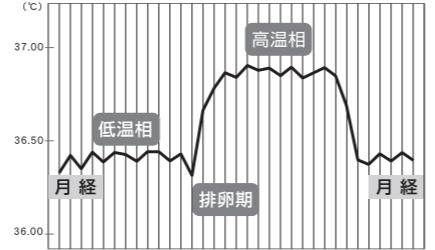
(01)04987892149177

基礎体温をつけると、こんなことがわかります

健康な女性の基礎体温をグラフにすると、下のグラフのように、体温の低い時期（低温相）と高い時期（高温相）の二相曲線を描くことがわかります。

このパターンは月経や排卵日など女性の性周期に従ってくり返されており、この動きを継続的に記録することで、排卵の有無を予想したり、体調を把握することができますし、妊娠を予想することも可能です。

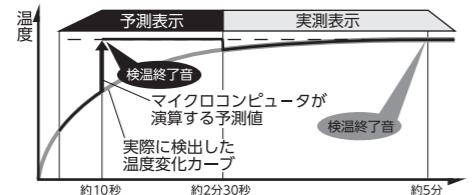
標準的な基礎体温のパターン



平衡温について

平衡温とは？

口で体温を測る場合、検温開始後5分以上経過すると、「もうこれ以上体温計の表示が上がらない」という温度に達します。これを「平衡温」と呼び、一般的にはこれを『体温』としています。



平衡温予測方式とは？

本製品は『平衡温予測方式』の採用により、5分以上の検温を必要とする平衡温を約10秒という短時間で予測演算します。これは、多数の体温測定結果から体温の上昇カープを解析し、そのデータを基に、マイクロコンピュータが、検温時の温度上昇を細かく分析、演算して平衡温を予測し表示する方式です。

シンボル



注意

<使用方法等に関する使用上の注意>

- 取扱説明書を確認の上、使用してください。
- 体温は、時間帯、気温、睡眠、感情等の要因で常に変動しています。また個人差、年齢等でも違いが見られます。自分の正しい平熱をあらかじめ測定しておいてください。
- 健康な時の一日の体温変動を理解しておくことは大切です。時間を決めて体のリズムをチェックしてください。
- 飲食後、運動後、入浴後、外出から帰宅後はすぐに検温せず、30分ほど待ってから測ってください。
- 体温が冷え切っていると、低く表示されることがあります。
- 体温計が冷えているときは、室温にじまさせてから、再度検温してください。
- 本体に液体や異物が入らないように注意してください。[液体や異物が入ると内部の電子部品に影響を与える、劣化や損傷により故障の原因になります。]
- ぐり返し検温するときは、少し時間をおくなど、体温計の先端(測温部)を冷ましてから検温してください。[そのまま測ると、測定値がずれることがあります。]
- 電池をフタを無理な力で押し込まないでください。[本体が破損する可能性があります。]
- 電池の電解液が、目、皮膚、衣服に付着したときは、すぐに多量の水で洗い流し、医師の治療を受けてください。[失明やけがのおそれがあります。]
- 電池を火の中に投げ込まないでください。
- 電池を長期間使用しない場合は、電池は取り外して保管してください。
- 本体の表示部を強く押したり、ボーランやツメ等、硬いもの、先の尖ったものでつづりしないでください。[表示部の破損や故障の原因となります。]
- 本体の表示部を強く押したり、ボーランやツメ等、硬いもの、先の尖ったものでつづりしないでください。[表示部の破損や故障の原因となります。]
- 人体の体温測定以外に使用しないでください。
- 口の中で測定しないでください。
- 測定結果の自己診断、治療は行わないでください。

EMC技術資料

テルモ電子体温計W210

本製品は IEC 60601-1-2 : 2014+AMD1 : 2020 (JIS T 0601-1-2 : 2023) の在宅医療環境に適合している装置です。

お使いいただく際は、本製品の取扱説明書をよく読んでお使いください。

■ EMC (電磁両立性) とは

EMC (電磁両立性) とは、次の二つの事項を満たす能力のことです。

- ・周辺の他の電子機器に、許容できない障害を与えるようなノイズを出さない。(エミッション)
 - ・周辺の他の電子機器から出られるノイズ等、使用される場所の電磁環境に耐え、機器の機能を正常に発揮できる。(イミュニティ)
- IEC 60601-1-2 : 2014+AMD1 : 2020 (5.2.2.1 項)において、機器が安全に機能するための EMC 環境に関する詳細な情報を使用者に提供することが求められているため、EMC にかかる技術的な説明を以下に記載します。(詳細は、IEC 60601-1-2 : 2014+AMD1 : 2020 をご参照ください。)

■ EMC (電磁両立性) にかかる技術的な説明

医用電気機器は、EMC に関して特別な注意を必要とし、次に記載する EMC の情報に従って使用する必要があります。

- 注意** • 本機器は電磁両立性 (EMC) に関して、特別な注意が必要であり、本書に記載された EMC 情報に基づいて使用しなければならない。
• 携帯形 RF 通信機器（アンテナケーブル及び外部アンテナなどの周辺機器を含む）を、テルモ電子体温計 W210 のあらゆる部分から 30cm よりも近づけないこと。
• 本品は、他の機器に密着させたり、重ねた状態で使用しないこと。

ガイダンス及び製造業者による宣言 - 電磁エミッഷン

ガイダンス及び製造業者による宣言 - 電磁エミッഷン	
テルモ電子体温計 W210 は、次に指定した電磁環境での使用を意図している。テルモ電子体温計 W210 の顧客又は使用者は、このような環境内でそれが使用されることを確認することが望ましい。	
エミッഷン試験	適合性
RF エミッഷン CISPR 11	グループ1
RF エミッഷン CISPR 11	クラスB
高調波エミッഷン IEC 61000-3-2	非適用
電圧変動 / フリッカエミッഷン IEC 61000-3-3	非適用

ガイダンス及び製造業者による宣言 - 電磁イミュニティ

ガイダンス及び製造業者による宣言 - 電磁イミュニティ	
テルモ電子体温計 W210 は、次に指定した電磁環境での使用を意図している。テルモ電子体温計 W210 の顧客又は使用者は、このような環境内でそれが使用されることを確認することが望ましい。	
現象	基本 EMC 規格
静電気放電	IEC 61000-4-2
放射 RF 電磁界	IEC 61000-4-3
電源周波数磁界	IEC 61000-4-8

ガイダンス及び製造業者による宣言 - 電磁イミュニティ

ガイダンス及び製造業者による宣言 - 電磁イミュニティ	
テルモ電子体温計 W210 は、次に指定した電磁環境での使用を意図している。テルモ電子体温計 W210 の顧客又は使用者は、このような環境内でそれが使用されることを確認することが望ましい。	
現象	基本 EMC 規格
RF 無線通信機器からの近接電磁界	IEC 61000-4-3
	385
	450
	710
	745
	780
	810
	870
	930
	27
	9
	28
	28
	3500
	3850
	4550
	5240
	5500
	5785
	28

本機器は RF 送信機である。

送信周波数又は周波数帯域: 2400 ~ 2483.5 MHz
変調の種類及び周波数特性: ガウス型周波数偏移変調 (Gaussian Frequency-Shift Keying:GFSK)
周波数ホッピングスペクトラム拡散方式 (Frequency Hopping Spread Spectrum:FHSS)
実効放射電力 : 0.2mW (EIRP)

周波数

32.00~42.00°C

測定時間

予測検温時間: 約10秒(ブザーで告知)<br