

次回排卵日と次回生理日を表示させるために

次回排卵日、次回生理日を表示させるには、「毎日の体温記憶」「メモ：生理マークの入力」が必要です。

6 体調メモを入力・削除する

 (生理メモ)	次回排卵日、次回生理日の計算には、生理初日の入力が必要です。
 (発熱メモ)	発熱があった日に入力します。異常値を計算から除外するために入力が必要です。

1 [◀][▶] ボタンで体調メモを入力・削除する日付を選択する

2  [メニュー▲] ボタンを押し、[◀][▶] ボタンで  を選択し、[決定] ボタンを押す

3  が点灯
[▲][▼] ボタンで体調メモを選択する
・[◀] ボタンを押すと、一つ前の画面に戻ります。

	生理		発熱	
▼		入力しない		▲
▼		「生理」を入力		▲
▼		「発熱」を入力		▲
		「生理」「発熱」を入力		▲

4  [決定] ボタンを押す

＊ ＊ ＊
＊ 基礎体温表をつけると、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、右のグラフのように、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、排卵の有無を確認したり、体調を把握することができますし、妊娠を早く知ることもできます。

7 次回排卵日と次回生理日を表示させる

 次回排卵日
毎日の体温値の記憶と4周期目の生理マークが入力されると排卵計算機能が働きます。（体温の変動が大きい場合には表示されないことがあります。）

 次回生理日
使い始めのときは生理周期が「28日」で設定されています。
・1周期目の生理マークが入力されると次回生理日が表示されます。
※4周期目の生理マークが入力されるまでは初期設定値（28周期）で計算し、表示しますので、ご注意ください。

1  [メニュー▲] ボタンを押し、[◀][▶] ボタンで  (次回排卵日) 又は  (次回生理日) を選択し、[決定] ボタンを押す
↓
＜次回排卵日＞  11/08/13 日
＜次回生理日＞  11/08/26 日

次回排卵日又は次回生理日が表示されます。

2 [決定] ボタンを押す
通常表示に戻ります。

※次回生理日表示は、「次回生理日」を過ぎると消えます。

- 3周期以上の体温値と体調メモに基づき次回排卵・生理予定日の確認ができます。ただし、生理周期が不安定な場合・体温変動が大きい場合は表示されない場合があります。
- 計算機能により表示される日付は、生理周期などを統計処理した上、オギノ式を参考に計算するもので、あくまでも目安です。
- 病気の治療等で薬物を使用している場合は、正確な日付を計算できないことがあります。
- 確定診断は必ず医師にご相談ください。

● こんなときは？

こんなとき	原因	対処方法
測定時刻のブザー音が鳴らない	測定時刻が正しく設定されていない。 現在の日付・時刻が正しく設定されていない。 ブザー音が鳴る前にその日の測定を終了した。 測定を終了した後に、測定時刻を変更した。 ブザー音量の設定が適切でない。	測定時刻の設定をやり直してください。 現在の日付・時刻の設定をやり直してください。 このような場合、その日にはブザーが鳴りません。 このような場合、その日にはブザーが鳴りません。 ブザー音量の設定を適切にしてください。
ブザーが止まらない	静電気による誤作動。	一度電池を外し、2分以上経過してから入れ直してください。
測定したのに記憶されていない	現在の日付・時刻が正しく設定されていない。 自動記憶される時間帯に測定していない。	設定をやり直してください。 正しい測定のために、設定した測定時刻に測定してください。（前後2時間以内は記憶されます。）
過去の測定値を見ることができない	測定中又は他の操作モードに入っている。	測定又は他の操作を終了してから最初からやり直してください。
電池を交換したら、交換した日より前の測定値が消えてしまった	電池交換後などで、現在の日付・時刻の設定を間違えてしまった。	現在の日付・時刻と測定時刻の設定をやり直してください。（失われた測定値を元に戻すことはできません。）
次回排卵日、次回生理日を表示しない	3周期分の測定値が記憶されていない。 体温を測定していない日が多い。 測定した日の測定値が記憶されていない。（現在の日付・時刻や測定時刻の設定が間違っている。） 「生理」のメモマークを入力していない。 生理周期が不規則、又は体温の変動が大きい。 病気の治療などで薬物を使用している。 計算していた日（当日）を過ぎてしまった。 測定中又は他の操作モードに入っている。	3周期分の測定値が記憶されてから操作してください。 なるべく毎朝測るようにしてください。 設定が正しいかどうか、ご確認ください。（電池交換後は必ず設定をやり直してください。） 最近の生理日に「生理」メモマークを入力してください。 次回排卵日、次回生理日は表示されません。 次回排卵日、次回生理日は表示されないことがあります。 計算した当日を過ぎると、表示は消えます。 測定又は他の操作を終了してから最初から操作してください。
体調メモの入力ができない・入力されていない	測定中又は他の操作モードに入っている。 体調メモの入力方法を間違えてしまった。（[決定] ボタンを押していないかった、等。）	測定又は他の操作を終了してから最初から操作してください。 体調メモの入力の操作を再度やり直してください。
いったん高めに表示され、下がってからブザーが鳴る	予測演算の途中のため。（正常な動作です。）	表示が固定されてから、数値を読み取ってください。
測定値が点滅する	1 回目のブザーが鳴る前に、測温部のあたる位置が大きすぎた。 測定部位が正しくない。 測温部が舌下（舌の裏側）の正しい位置にあっていない。	測定中は測温部を動かさないようにしてください。 [4－毎日の測定] をご覧になり、正しい部位で測定してください。 [4－毎日の測定] をご覧になり、正しい部位で測定してください。
測定値が高い／低い 測るたびに違う	測温部が舌下（舌の裏側）の正しい位置にあっていない。 測温部の温度が高い。 口中が冷えている。	[4－毎日の測定] をご覧になり、正しい部位で測定してください。 暖房があたるところでの使用は避け、測温部を冷ましてから再度測定してください。 口をしばらく閉じてから測ってください。
「E」表示が出る	1 回目のブザーが鳴る前に、測温部のあたる位置が大きすぎた。	測定中は測温部を動かさないようにしてください。
「O」が表示される	測定値が 42℃を超えている。	いったん測温部を冷ましてから再度測定してください。
「EE」が表示される	静電気による誤作動。	一度電池を外し、2分以上経過してから入れ直してください。
「Hi」を表示する	使用可能な周囲温度の上限を超えている。	使用可能な周囲温度の環境下でご使用ください。
「Lo」を表示する	使用可能な周囲温度の下限を超えている。	使用可能な周囲温度の環境下でご使用ください。
1 回目のブザーが鳴らない	ブザー音量が OFF に設定されている。	ブザー音量を大・小のいずれかに設定してください。
2 回目のブザーが鳴らない	1 回目のブザーが鳴った後、測温部のあたる位置が大きすぎた。 ブザー音量が OFF に設定されている。	測定中は測温部を動かさないようにしてください。 ブザーの音量を大・小のいずれかに設定してください。
口中から取り出したときに表示が消えた	測定中に[電源] ボタンを押して電源が切れた。	電源を入れ直して再度検温してください。
「電源」ボタンを押しても何も表示されない	電池の入れかたが間違っている。 電池が消耗している。	電池を正しく入れてください。 新品のリチウムボタン電池（CR2032）と交換してください。
電池マークが点滅又は点灯	電池が消耗している。	新品のリチウムボタン電池（CR2032）と交換してください。

- 保証規定
- (1) 保証期間は、お買い上げ後 1 年です。
 - (2) 保証期間中、お買い上げ後 1 年です。
 - (3) 保証期間中、通常の使用において万一故障が発生したときは無償対応いたします。
 - (4) ただし、後述の場合は保証期間中でも有償になります。
イ、ご使用上で取り扱いの過誤により発生した故障。

- ロ、製品の改造、不当な修理により発生した故障。
- ハ、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。
- ニ、故障の原因が本製品以外に起因する場合。
- ホ、消耗部品。
- ヘ、上記以外で弊社の責に帰することのできない原因により発生した故障。
- ト、品質保証書のご提示がない場合。
- チ、品質保証書にお買い上げ日、販売店名の記載がない

場合、又、字句を書き換えられた場合。
(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.

受付先：テルモ・コールセンター
0120-008-178

キラキラマークについて

生理開始日（低温相の開始日）より6～14日目頃に表示されます。
体調の良い時期をお知らせします。

キラキラマーク
 使い始めは基準体温が 36.50℃ に設定されていますので、生理メモがなくても 36.50℃以下の場合にキラキラマークが表示されることがあります。

生理日お知らせマークについて

次回生理日が表示されるようになると働きます。

生理日お知らせマーク
 生理予定日の 3 日前～当日の間、又は生理マーク入力まで点灯します。

排卵日お知らせマークについて

次回排卵日が表示されるようになると働きます。

排卵日お知らせマーク
 排卵予定日の前4日～後2日まで点灯します。

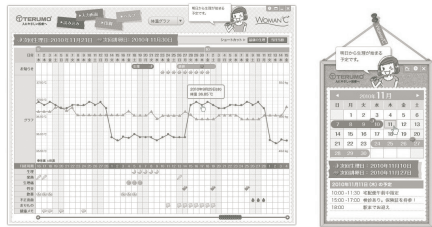
データ送信機能について

※データ送信機能は ET-W520DZ（本体背面に  マークがあるタイプ）のみで使用できます。

基礎体温データ記録ソフト

WOMAN℃ アプリ 無料

「テルモ基礎体温でカラダと話そう」から、無料でダウンロードできます。

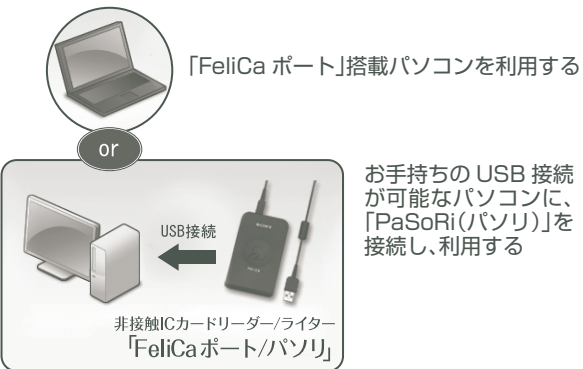


- このソフトでできること
- ・基礎体温・体重を入力すると、簡単にグラフ化できます。
 - ・7つの体調メモを入力できます。（生理、発熱、生理痛、性交、薬の服用、不正出血、おりもの）
 - ・気になる体調や通院のスケジュールも入力できます。

Macintosh には対応しておりません。

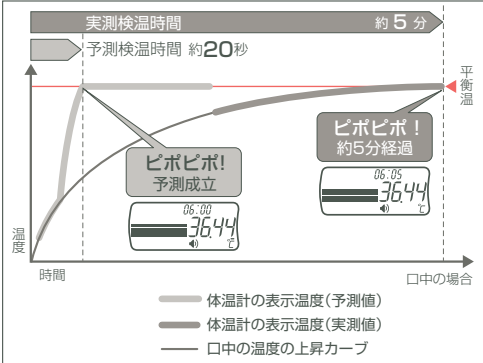
インストール手順／動作環境については、
「ウーマンジー」のテルモ商品関連サイトでご確認ください。

パソコンへデータを送信するためには、下記のいずれかの通信環境をご用意ください。



- 1 体温計の電源を入れる
- 2 「FeliCa ポート」に体温計本体の背面の  マークをかざす
- 3 通信中の  マークが表示され、OK が出たら送信完了です

約20秒で測れるひみつ



テルモ電子体温計 W520 は、多数の体温上昇データをテルモ独自のアルゴリズムで解析し、5 分後の平衡温（へいこうおん）がどのくらいになるのかを、短時間に演算します。
したがって、わずか 20 秒程で平衡温を予測することができます。

「平衡温」とは？
口中の温度は、口をしっかりと閉じることで体の内部の温度が反映されて温まります。この完全に温まったときの温度を平衡温（へいこうおん）と言います。
平衡温に達するには、口を閉じてから 5 分以上かかります。
より厳密な基礎体温を測定するには、実測検温をおすすめします。

仕様

販売名	テルモ電子体温計W520
型式	W520
検温方式	予測式（予測検温・実測検温兼用）
温度検出	サーミスタ
検温部位	口腔（舌下）
温度範囲	32.00～42.00℃
検温時間	予測検温時間：平均約 20 秒（おおよそ 16 ～ 25 秒）（ブザーで告知）約 2 分 30 秒後実測表示に自動切替 実測検温時間：約 5 分（ブザーで告知）
温度精度	±0.05℃（35.00～38.00℃）、 ±0.10℃（32.00～34.99℃、38.01～42.00℃） 恒温水槽を用いて約1分間測定したときの表示温度の、標準温度計に対する誤差
表示方式	液晶表示素子による体温値4桁デジタル表示、 4×10体温グラフ表示、年月日／時分表示

電源電圧	DC3.0V（リチウムボタン電池 [CR2032] 1 個）
消費電力	約 4.0mW
分類	内部電源機器・BF 形装着部
使用条件	温度 10～40℃、相対湿度 30～85%RH（ただし、結露なきこと）
保管条件	温度 -10～50℃、相対湿度 30～95%RH（ただし、結露なきこと）
外観寸法	130.4×29×19.5 [mm]
質量	約 27g（電池含む）
付属品	リチウムボタン電池[CR2032] 1 個、収納ケース、取扱説明書 / 品質保証書、添付文書 / EMC 技術資料
EMC適合	・本製品は EMC 規格 IEC 60601-1-2：2004 に適合しております。 CISPR グループ分類：グループ 1 クラス分類：クラス B ・仕様は商品改善等のため予告なく変更する場合がありますので、ご了承ください。

ご相談・お問い合わせ先

この製品に関するご相談やお問い合わせは、型式をご確認の上、お買い上げの販売店又は「テルモ・コールセンター」にご連絡ください。

テルモホームページアドレス
http://www.terumo.co.jp/

テルモ・コールセンター
0120-008-178
(9:00～17:00 土日祝日を除く)

この電子体温計の販売名は
テルモ電子体温計 W520 です。
裏面に  がある商品はデータ送信タイプです。

さらに詳しい情報は

女性の健康情報サイト

|テルモ|基礎体温で

カラダと話そう

terumo-womens-health.jp

カラダと話そう 検索

基礎体温表のダウンロードもできます。