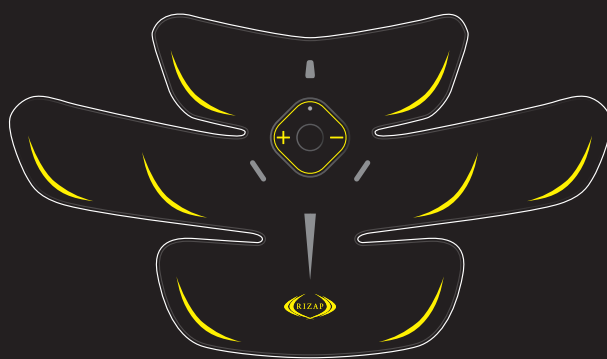


保管用



3D Shaper



3D Core 取扱説明書

このたびは、RIZAP製品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。

- 取扱説明書をよくお読みの上、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」を必ずお読みください。
- 取扱説明書および保証書は大切に保管し必要なときにご利用ください。

3DShaper 商品専用サイト

ライザップコレクション

検索



INDEX もくじ

● もくじ／安全上のご注意	2 - 3
● セット内容／各部名称	4
● 電池の取り付け方法について／ジェルパッドの取り扱い方法について	5
● ご使用方法	6 - 7
● お手入れ方法／廃棄方法	8
● よくある質問／故障かなと思ったら	9
● 定格・仕様／別売品	10
● 保証規定／アフターサービス	11

安全上のご注意

Safety precautions

- ご使用前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
 - ここに示した注意事項は、製品を安全に正しくお使いいただき、お客様や他の方々への危害や損害を未然に防止するためのものです。
- 【免責事項】 火災、地震、テロなどの行為、その他の事項など、お客様の故意、または過失、誤用、その他異常な条件下での使用により生じた損害に関して、製造者及び販売者は一切の責任を負いません。

絵表示の意味



危険

死亡または重症を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示します。



警告

死亡または重症を負う可能性が想定される内容を示します。



注意

人が傷害を負う可能性及び物的損害^{*}の発生が想定される内容を示します。

^{*}物的損害とは、家屋、家財及び家畜、ペットに関わる拡大損害を示します。

守っていただく内容を以下の図記号で説明しています



「禁止」を示します。



「注意」を示します。



「指示」を示します。



「分解禁止」を示します。

⚠ 危険

下記のような医用電気機器や家庭用電気治療器との併用は絶対にしないでください。



- ペースメーカーなどの体内植込み型医用電気機器
- 人工心肺などの生命維持用医用電気機器
- 心電計などの装着型医用電気機器

⚠ 警告

下記に該当する方は使用しないでください。



- 静脈、動脈に血栓がある方
- 心臓疾患のある方
- 妊娠中または妊娠している可能性がある方
- 出産直後の方
- 12歳以下のお子様

下記に該当する場合は使用しないでください。



- 使用中、パッド(電極部)周辺に急激な痛みを感じた時
- 体調がすぐれない時
- 発熱時
- アレルギー性の皮膚炎の症状がある時
- 飲酒や薬を服用している時
- 就寝中
- 入浴中(サウナ含む)
- 自動車などの運転中
- 自転車走行中

下記の部位には使用しないでください。



- 胸の近く
 - 頭部及び顔面
 - 首元(頸動脈)
 - 陰部
 - 傷がある部位
 - 日焼けで炎症している部位
 - 体内に金属が埋め込んである部位
 - 生理時の腹部
- ※本書で指定している部位以外には使用しないでください。

医師の治療を受けている場合や下記に該当する方は必ず医師に相談の上、ご使用ください。



- 無痛症
- 急性疾患
- 悪性腫瘍
- 感染症疾患
- 心臓障害
- 皮膚病
- 敏感肌
- 血圧異常
- アレルギー体質
- 骨折、捻挫、肉離れなど急性疾患がある場合
- 持病をお持ちの方
- 貧血ぎみの方
- 適用部位の皮膚に異常がある場合
- 意識障害、認知症などで加療中、または加療が必要な方
- 自分の意思表示(操作)が出来ない方



- 本製品を分解、修理、改造しないでください。火災、感電、けがの原因になります。



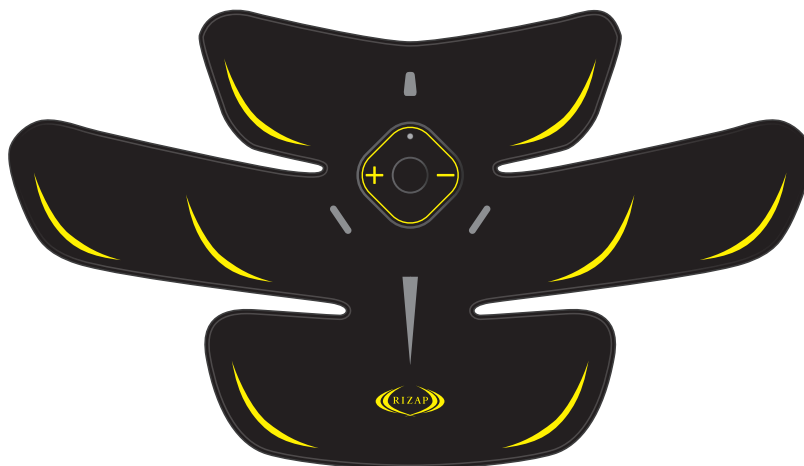
- 取扱説明書で指示されている部品以外は使用しないでください。故障やけがの原因になります。
- 他の電気製品または、美容機器などと同時に使用しないでください。肌トラブル、やけどの原因になります。
- 落とす、ぶつけるなどの衝撃を与えないでください。破損の恐れがあります。そのまま使い続けると事故やけがの原因になります。
- 電極部に金属を接触させないでください。火災、感電、けがの原因になります。

⚠ 注意



- 本体やジェルパッドを電子レンジなどで温めたり、火気に近づけたりしないでください。
- 本製品を長時間使用しないでください。また使用後装着したままにしないでください。
- 小さなお子様・ペットには使用しないでください。また、小さなお子様・ペットの手の届く場所へは保管しないでください。
- 浴室などの湿気の多いところで使用したり保管したりしないでください。
- 本製品にヒビや亀裂など不具合が生じた場合は使用しないでください。

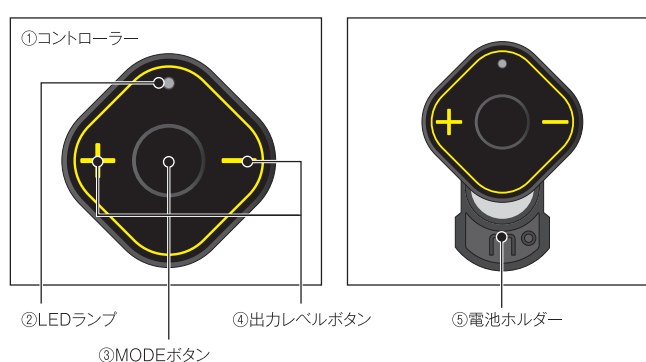
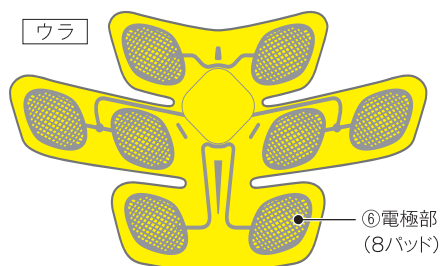
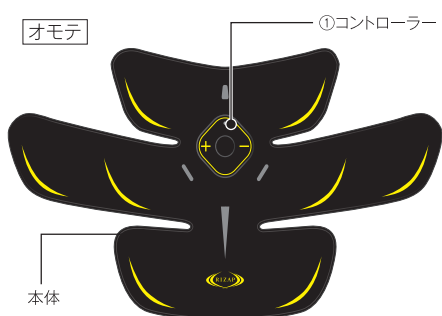
■ 製品名: [3D Core]



■ 付属品

ジェルパッド8枚	保管用プレート ふた プレート	スライダーケース	サポートベルト(腹部用)	取扱説明書(保証書付)
-----------------	--------------------------------	-----------------	---------------------	--------------------

■ 各部の名称と働き



- ① コントローラー: 操作部
- ② LEDランプ: MODE(プログラム)をLEDランプでお知らせします。
- ③ MODEボタン: 電源ON/OFF、MODE(プログラム)切り替え操作を行います。
- ④ 出力レベルボタン: 電流の出力レベルの操作を行います。(+)強く(-)弱く
- ⑤ 電池ホルダー: ボタン電池をセットするホルダー
- ⑥ 電極部: 電流出力部(8パッド)

電池の取り付け方法について

Battery

電池の装着

❗ ボタン電池は、「CR-2032丸型リチウム電池」を使用してください。

△ 必ず電源をOFFにした状態で行ってください。

① コントローラーを本体から取り外します。

② コントローラー下部から電池ホルダーを引き出します。

③ ボタン電池を電池ホルダーに置き、コントローラーへ戻しセットします。

△ ボタン電池の向きに注意してください。

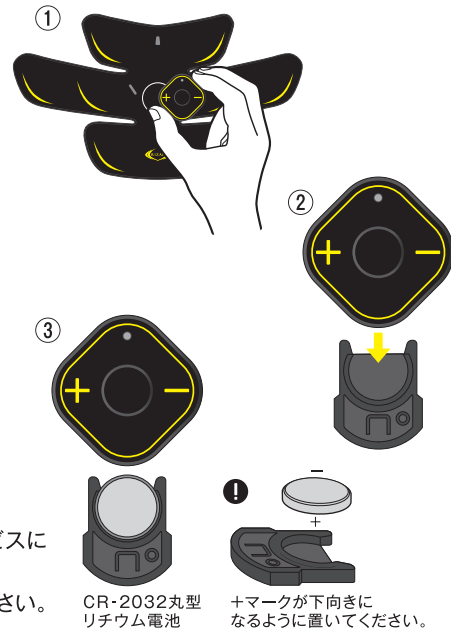
❗ +マークが下向きになるように置いてください。

○ ボタン電池を水に濡らす、または濡れた手で触らないでください。

④ コントローラーを本体へ設置します。

○ 液漏れした時は、直ちに使用を中止し、RIZAPカスタマーサポートサービスに点検を依頼してください。

※ はじめてご使用になる際は、「絶縁シート」を引き抜いてからご使用ください。



CR-2032丸型
リチウム電池

+マークが下向きに
なるように置いてください。

ジェルパッドの取り扱い方法について

Gel pad

- ❗ ●必ず専用の「ジェルパッド」をご使用ください。専用の「ジェルパッド」以外のご使用は故障やけがの原因になります。
- 専用の「ジェルパッド」以外をご使用した場合は保証対象外となります。
- 他の人と共有しないでください。感染症の原因になります。
- 清潔な手で取り扱ってください。
- 直射日光・高温多湿を避け、冷暗所にて保管してください。
- 「ジェルパッド」は消耗品です。粘着力の低下や粘着面の乾燥、汚れが生じたときは、新しいものに交換してください。（やけどや肌トラブルの原因になります。） 交換目安：約30回のご使用

△ 交換の目安は使用状況や肌の状態で異なります。使用回数を保証するものではありません。

ジェルパッドの取り付け方

△ 必ず電源をOFFにした状態で行ってください。

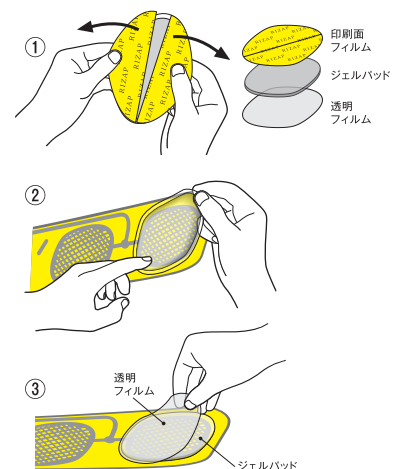
① ジェルパッドの保護フィルム（印刷面フィルム）をはがします。

△ ジェルパッドは粘性が強いので、他のものに粘着する可能性がありますのでご注意ください。

② 本体の電極部にジェルパッドの粘着面を貼り付けます。

- ❗ ●空気が入らないようにしっかり貼ってください。
- ジェルパッド同士が重ならないように貼ってください。

③ もう1枚の保護フィルム（透明フィルム）をはがします。

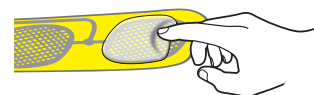


ジェルパッドの取り外し方

△ 必ず電源をOFFにした状態で行ってください。

本体の電極部からゆっくりはがします。

❗ 電極部にジェルパッドが残らないようにきれいにはがしてください。



ご使用方法

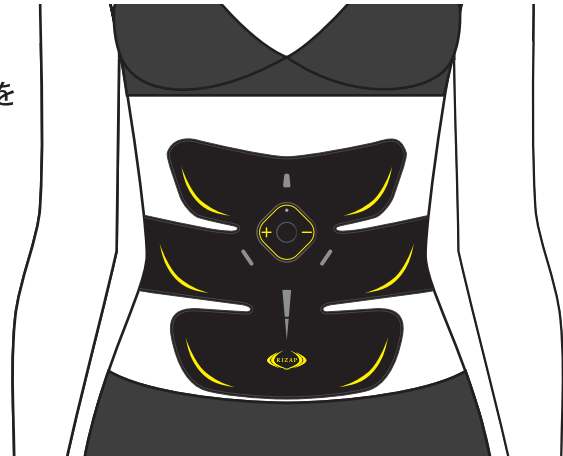
How to use

準 備

- ❗ ●装着部位の汗などは、拭き取ってください。(ボディクリーム等は塗らないでください)
- 金属類などのアクセサリは外してください。

装 着

- ① ジェルパッドから保護フィルム(透明フィルム)をはがしてください。
- ② 図を参考に装着します。



MODE(プログラム)種類

MODE	LED	TIME	特 徴
1:Sit up(シットアップ)	青	10分	【中級】おだやかな刺激を腹直・腹斜に
2:Crunch(クランチ)	緑	10分	【上級】ランダムな刺激を腹直・腹斜に
3:Plank(プランク)	赤	16分	【初級～上級】細やかな刺激を腹部全体に

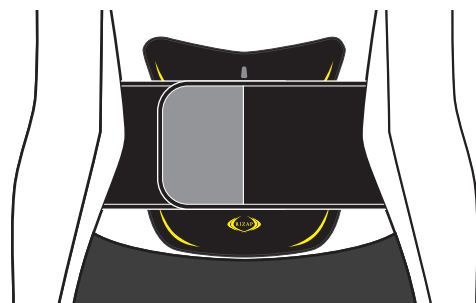
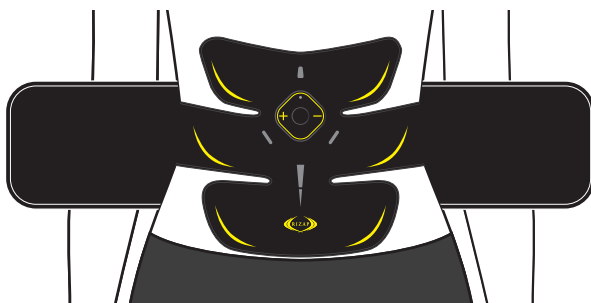
※出力レベルボタンで強度を調節することが可能です。

※MODE(プログラム)切り替え方法は、P7<モード選択>をご参照ください。

※プログラムが終了すると自動的に電源が切れます。

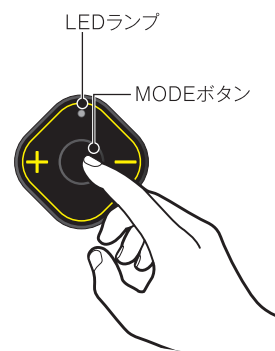
- ③ 必要に応じてサポートベルトを装着します。

- ❗ サポートベルトはきつく締めすぎないでください。



1 電源ON/OFF

- 電源を入れる : MODEボタンを 長押し約2秒。「ピー」という音とともに電源が入ります。
- 電源を切る : MODEボタンを 長押し約3秒。「ピー」という音とともに電源が切れます。



MODEボタン

ボタン	LED
長押し 2秒	青
短押し 1回	緑
短押し 2回	赤

※短押し3回で青に戻ります。

2 モード選択

- 電源を入れます。LEDランプ 青 が一度点滅します。
- MODEボタンを 短押し するとモードが切り替わり、LEDランプ 緑 が一度点滅します。
- もう一度 短押し するとモードが替わり、LEDランプ 赤 が一度点滅します。

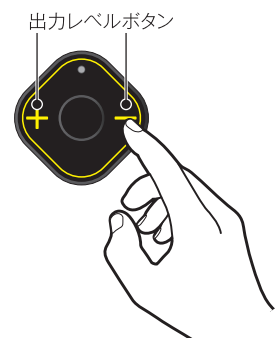
※出力レベル調節後はMODEの切り替えをしないでください。

※MODE(プログラム)の種類については、P6 <MODE(プログラム)種類>をご参照ください。

3 出力レベル調節

- 出力レベルは 12段階 です。
- 起動時／モード切替時は 出力レベル"1" です。
- はじめてお使いになるときは、弱めの出力レベルで始めてください。
慣れてきたら出力レベルを調節してください。

※出力レベルを強くしたい場合は「+」ボタン、弱くしたい場合は「-」ボタンを短押ししてください。



4 電源を切る

- プログラムが終了すると、自動的に電源が切れます。
- 途中で電源を切る場合は、MODEボタンを 長押し約3秒で「ピー」という音が鳴り電源が切れます。

5 本体を腹部から外す

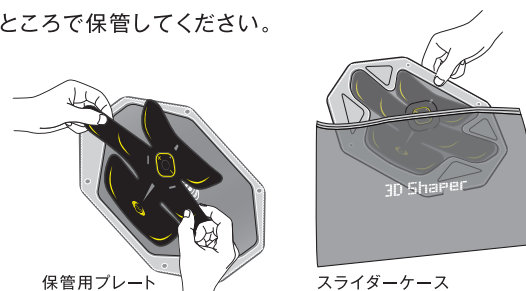
- △必ず電源をOFFにした状態で行ってください。
- ❗両手でゆっくり丁寧に外してください。
破損、破れの原因になります。



6 保管

- △高温・多湿の場所(車中など)や直射日光を避けた場所で保管してください。
火気の近くで保管しないでください。お子様の手の届かないところで保管してください。

- 保管用プレートに貼り保管してください。
- 持ち運ぶときは、専用のスライダケースにいれてください。



保管用プレート

スライダケース

お手入れ方法

Maintenance care

⚠ 必ず電源をOFFにした状態で行ってください。

⊘ 本体は水洗いをしないでください。アルコール、シンナー、ベンジンなどで拭かないでください。

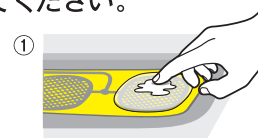
本体について（ジェルパッド部以外）

- ❗ ● 柔らかい布やティッシュなどで汗や湿気を丁寧に拭き取ってください。
 - 汚れがひどいときは、コントローラーを取り外し、水を含ませ、かたく絞ったやわらかい布で汚れを拭き取ってください。
- ⊘ コントローラーは、水拭きしないでください。

ジェルパッドについて（ジェルパッドは、交換時以外は本体に貼り付けたままにしておいてください。）

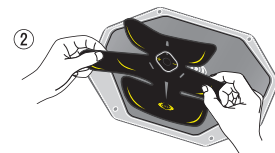
① 汚れが気になる場合は、数滴の水を垂らし、指の腹でなでて汚れを取ってください。

- ⊘ ● 爪やブラシでこすらないでください。 ● 水に浸けないでください。
 - もみ洗いはしないでください。 ● 洗剤は使用しないでください。



② 表面の水気がなくなったら本体を保管用プレートに貼り付けてください。

- ❗ ● 粘着面は、ティッシュなどで拭かないでください。
 - ジェルパッドは消耗品です。粘着力の低下や粘着面の乾燥、汚れが生じたときは、新しいものに交換してください。



サポートベルトについて

❗ ① 洗濯用洗剤(中性)でやさしく手洗い(押し洗い)してください。

- ⊘ ● 他のものと一緒に洗わないでください。※色移りの原因になります。
 - 漂白しないでください。

❗ ② 風通しの良い場所で陰干ししてください。

- 洗濯後は平干し又は、つり干ししてください。
- ⊘ ● 乾燥機は使用しないでください。 ● アイロンは使用しないでください。

廃棄方法

Disposal procedure

各自治体が指定している廃棄方法に従ってください。

よくある質問

FAQ

Q. お風呂やサウナで使用できますか？

A. 防水仕様ではありませんので、お風呂場やサウナ、湿気の多い場所で使用することはできません。

Q. 毎日使用できますか？

A. 毎日ご使用いただくことは可能ですが、1日1～2回を目安にしてください。
同じ箇所へ繰り返し使用すると筋肉疲労を起こす場合もございます。
お体に異常を感じた時は、使用を中止し医師にご相談ください。

Q. 運動しながら使用できますか？

A. 運動中は使用しないでください。パッドがずれたり、はがれたりしてやけどやけがの原因になります。

Q. 就寝中に使用できますか？

A. 就寝中は使用しないでください。寝返りなどにより、動作不良、やけどやけが、肌トラブルの原因になります。

Q. どのMODEを使えばよいですか？

A. 電気刺激が苦手な方やはじめてご使用される場合には、MODE3(赤)から始めてください。
刺激に慣れたらMODE1(青)、MODE2(緑)をご使用ください。

Q. 化粧水やボディクリームを塗ってから使用してもよいですか？

A. 粘着力が低下し、体感が悪くなる可能性があります。肌には、何も塗らない状態で装着してください。

Q. 授乳中でも使用可能ですか？

A. かかりつけの医師にご相談ください。

Q. 筋肉痛になることはありますか？

A. トレーニングと同様に筋肉痛が起きる場合があります。筋肉痛がある時は、ご使用を控えていただくか、弱い出力レベルで調節しながらご使用ください。

故障かなと思ったら

Trouble shooting

まずご確認ください

状態	考えられる原因	対処方法
刺激を感じない、 刺激が弱くなった	レベル設定が低い。	「+」「-」ボタンを押して強さを調節してください。
	ジェルパッドが肌に密着していない。	全てのジェルパッドを肌に密着させてください。
	ジェルパッドが汚れている、または傷んでいる。	P8 お手入れ方法 <ジェルパッドについて>を参考に清掃または新しいパッドに交換してください。
左右で刺激が違う、 ビリビリする	片方だけパッドが密着していない。	全てのジェルパッドを肌に密着させてください。
	一部のジェルパッドが汚れている、または傷んでいる。	P8 お手入れ方法 <ジェルパッドについて>を参考に清掃または新しいパッドに交換してください。
	肌に傷がある。	傷のある部分は、避けて装着する、または治癒するまで使用を控えてください。
電源が入らない、 作動しない	ボタン電池が入っていない。または、電池の+-を逆にセットしている。	P5を参考に電池ホルダーを確認し、正しく設置してください。
	MODEボタンを長押ししていない。	P7電源ON/OFF(電源を入れる)を参考に、MODEボタンを長押ししてください。
ジェルパッドが 貼り付かない	粘着面の保護フィルムをはがしていない。	保護フィルムをはがしてから装着してください。
	粘着面が汚れている、または傷んでいる。	P8 お手入れ方法 <ジェルパッドについて>を参考に清掃または新しいパッドに交換してください。
ビッビ音 (約1秒間隔)がなり、 刺激を感じない	通電していない。	全てのジェルパッドを肌に密着させてから再度操作してください。 本体にコントローラーがセットされているかをご確認ください。
	ジェルパッドが肌に密着していない。	全てのジェルパッドを肌に密着させてから再度操作してください。
ビッビ音 (約0.3秒間隔)が なり、刺激を 感じない	電池の残量が少ない。	新品のボタン電池に交換してください。
	ジェルパッドが劣化している。	新しいジェルパッドに交換してください。

上記の内容を確かめても改善されない場合は、RIZAPカスタマーサポートサービスへご連絡ください。

定格・仕様

Specification

製品名	RIZAP 3D Shaper [3D Core]
電源方式	CR-2032リチウム電池
サイズ	約320mm × 180mm
重量	約94g
タイマー	●約10分:MODE1(青)、MODE2(緑) ●約16分:MODE3(赤)
材質	●本体(表):シリコン、PET ●電極部:導電性銀ペースト ●保管用プレート:PET ●スライダーケース:PVC ●サポートベルト:ポリエステル10%、ネオプレン60%、ナイロン30% ●ジェルパッド:ゲル、ポリエステル不織布
付属品	取扱説明書、ジェルパッド、サポートベルト、保管用プレート、スライダーケース

別売品

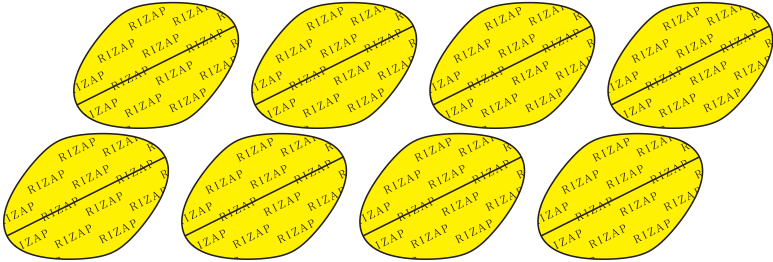
Option

ジェルパッド

ジェルパッドは、消耗品です。繰り返しご使用いただくと粘着力が低下します。
粘着力の低下は通電にも影響しますので、粘着面の乾燥、汚れが生じたときは、新しいものに交換することをおすすめします。

交換の目安：約30回のご使用

交換の目安は、使用状況や肌の状態などで異なります。
使用回数を保証するものではありません。



ジェルパッド

8枚入り

予告なく変更することがありますので予めご了承ください。

保証規定

Free repair agreement

- 1 取扱説明書に従った使用状態で故障した場合は、保証期間内に限り無償で修理いたします。
- 2 保証期間内であっても次の場合には有料修理となります。
 - 使用上の誤り及び不当な修理や改造による故障及び損傷
 - お買い上げ後の輸送、落下、水濡れなどによる故障及び損傷
 - 火災、地震、水害、落雷、その他天災地変及び公害、塩害、ガス害(硫化ガスなど)による故障及び損傷
 - 過酷な条件のもとで使用されて生じた故障及び損傷
 - 車両、船舶等に搭載された場合に生じる故障及び損傷
 - 一般家庭用以外(業務用)に使用された場合の故障及び損傷
 - 付属品等の消耗品交換
 - 保証書の提示がない場合
 - 保証書のお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合
- 3 本書は日本国内においてのみ有効です。
- 4 本書の再発行はいたしませんので大切に保管してください。
- 5 修理窓口へ送付した場合の送料は、お客様負担となります。
- 6 消耗品(ジェルパッド、サポートベルト)は保証対象外です。
- 7 修理をご希望される場合はお買上げ証明(明細書、レシート、領収書など)の提示が必要です。保証書とお買上げ証明は大切に保管してください。

アフターサービス

Customer Center

※保証期間経過後の修理については、ご希望により有料で承ります。

〈お問い合わせ〉

RIZAPカスタマーサポートサービス

 0120-337-704

受付時間 9:30~20:30(土・日・祝日・年末年始を除く)