



■ はじめに

本マニュアルは、Viiva社製テラヘルツメーター（Vpower Terahertz Device）の正しい使用方法と注意点について説明します。ご使用前に必ずお読みください。

■ 1. 機器の概要

テラヘルツメーターは、足裏にテラヘルツ波を照射することで全身の細胞を活性化し、血行促進や疲労回復、免疫力向上、睡眠の質改善などの効果が期待できる健康機器です。

■ 2. 使用前の準備

1. 設置場所の確認

- ・ 安定した平坦な場所に設置してください。
- ・ 直射日光や高温多湿の場所を避けてください。

2. 電源の確認

- ・ 付属のACアダプターを使用し、電源コンセントに接続します。
- ・ 電圧が機器の仕様に適合していることを確認してください。

3. 水分補給

- ・ 使用前後にコップ2杯程度（300～400cc）の水を飲むことが推奨されています。

■ 3. 測定の手順

1. 電源を入れる

- ・ 電源スイッチをONにし、機器が起動するのを待ちます。

2. 設定の調整

- ・ 強度（1～30）、ヒート（1～6）、タイマー（5～60分）をお好みに合わせて設定します。

3. 使用開始

- ・ 裸足で機器の上に足を乗せます。
- ・ 設定した時間が経過すると、自動的に停止します。

■ 4. 使用後の処理

- ・ 使用後は電源をOFFにし、電源プラグをコンセントから抜いてください。
- ・ 機器表面を柔らかい布で軽く拭いて清潔に保ちます。

■ 5. 注意事項

- ・ 体内に金属が入っている場合は使用を控えてください。
- ・ 使用中に異常を感じた場合は、直ちに使用を中止し、医師に相談してください。
- ・ 機器を水に濡らさないよう注意してください。
- ・ 1回使用後は同じ方が乗る場合4時間空けてください。

30分で2時間分の有酸素運動同様の負荷がかかると言われています。

普段から水不足の方は、最初足が足ツボの時の痛みがある場合があります。

※その場合パワーを弱めます。

慣れてからパワーを強めてください。

■ 6. メンテナンス・保管

- ・定期的に機器の清掃を行い、清潔に保ってください。
- ・直射日光を避け、乾燥した場所に保管してください。

おすすめ設定

- ・ 初級者

強度1～10

ヒート0～2

タイマー40分

1日1～2回

- ・ 中級者

強度11～20

ヒート3～4

タイマー60分

1日1～2回以上

- ・ 上級者（慣れてきたら）

強度21～30

ヒート5～6

タイマー60分

1日1～3回