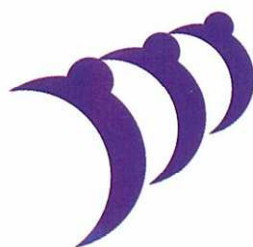


# はじめにお読みください

**OASISベッドの使用方法と注意事項**



**MITOMI**  
MITOMI INDUSTRY CORPORATION

このベッドは体感を含めて個人差があるので、決められた入り方はありませんが、実際にご利用いただいている方のご意見を元に、まとめましたので参考にしてください。

## 1. 服装を決め、リラックスできる状況にする

- ① まず最初にベッドに入るときに服装を決め、生地素材や厚さなどがあまり変わらないようにしてください。（生地素材や厚さによって、体感温度が変わってしまうのを防ぐためです。）
- ② 次にベッドを暖める前に、①で決めた服装で実際にベッドに寝てみて専用の枕を用意したり、タイルの上にタオルケットを敷くなどして、横になったときにタイルの突起が当たって痛くないかを確認し、違和感がある部分に追加でタオルを敷くなどして、リラックスできる状況を作り出してください。

[参考] 遠赤外線を早く体内に吸収するためには、服装は薄手の綿類が理想です。最初はリラックスできる部屋着などで試してから、徐々に薄くして行くといでしょう。

服装が厚かったり重ね着をしていた場合は、服装によってつくられる空気の層によって身体に遠赤外線が届きにくく、時間がかかることがあります。温浴時間を長くするなどして調整してご使用ください。

## 2. 設定温度の決め方

- ① 最初は40～45℃の設定で試してみてから、体調によって徐々に温度を上げて行き、ご自身のお好みの温度を見つけてください。
- ② 慣れるまでは50～55℃を上限として、体感温度が足りない場合は温浴時間を長くするなどして、調整してください。
- ③ 慣れてきましたら、設定温度は70℃まで設定できますので、その日の気温や体調に合わせて設定温度を決めてください。

[参考] 「60℃の雰囲気になり15分横になり温まると深部体温が1℃上昇する」との報告があり、「50～60℃で15分」を1セットとして、体調に合わせての調整をお勧めしています。

[注意] このベッドは高温サウナのように、無理して我慢して入るものではありません。気分良くリラックスできる温度で、おくつろぎください。

※ 設定温度は70℃まで設定できますが、設置場所の雰囲気温度が極端に低い場合、設定温度に達しないことがあります。また、設置場所の雰囲気温度以下の温度設定では使用できません。

## 3. 温浴時間の決め方

慣れるまでは15分を1セットとしてその都度休憩をはさみ、体調に合わせて調整してください。無理をせず、ぬるま湯の半身浴のように時間をかけて、おくつろぎください。

## 4. 実際に体感してみる

- ① 水分を補給し、いつでも飲める場所に水を用意する。
- ② ベッド内の、枕やタオルケットなどを整える。
- ③ 温風機のブレーカーをオンにし、[入/切] ボタンを押して電源を入れる。
- ④ 2. で決定した設定温度を温風機に設定して、温度表示が設定した温度になるまで待つ。
- ⑤ 設定温度になるまでに、服装を着替えておく。
- ⑥ 経過時間がわかるように、アラーム付きのタイマーを用意する。
- ⑦ 温度表示が設定温度に達したら、頭などをぶつけないようにベッドの扉を開いて、あわてずゆっくりとベッドに横たわり、アラーム付きタイマーを15分にセットして扉を閉める。
- ⑧ アラームが鳴るまで、くつろぎながら良いことだけをイメージする。  
途中息苦しくなったり気分が悪くなった場合は、すみやかに扉を開けて出て水分補給をする。  
アラームにこだわらず、のどが乾いたら扉を開けて水を飲んだり、休憩したりしてください。
- ⑨ アラームが鳴ったら扉を開け、ゆっくりとベッドから出て休息する。（休息の時間は自由）
- ⑩ 休息後、体調が良ければ、再びアラームを15分にセットして繰り返す。  
ただし、温浴時間の合計が1時間以内としてください。  
長期休息を2時間以上とって体調に問題が無ければ、引き続きご利用いただけますが、自己判断でお願いします。

## 5. 注意すること

- ① 体調が悪いときには、ご使用にならないでください。
- ② 介護や介助が必要な方は、必ず付き添いの方の同席の上、ご使用ください。  
付き添いの方は絶対に席を外さず、見守りを怠らないでください。
- ③ 「熱い」「息苦しい」等、意思表示が確認できない、または困難な方には使用しないでください。
- ④ 使用中は体温以上の蒸気になるので、使用前に水分補給をおこなってください。  
また、使用中・使用後に水分補給がすぐにできるように、水などを手の届く範囲に、ご用意ください。
- ⑤ ご使用にあたって少しでも不安がある場合は、主治医に相談の上、指示に従ってください。
- ⑥ このベッドを就寝用として、ご使用にならないでください。
- ⑦ このベッドを温浴以外の用途や、ペットなどの動物に使用しないでください。
- ⑧ 持病をお持ちの方は、主治医に相談の上、指示に従ってください。

## 6. 本製品についてと、お願い

このベッドは健康増進器具であり、習慣的に継続使用することによって、基礎体温を高めることを期待した製品ではありますが、医・治療機器ではありませんので、あらゆる疾病の改善をお約束するものではありません。

「○○病が治る」「○○病に効く」等、医・治療行為をうたった本製品の販売は、弊社正規代理店ではありませんので、ご購入なさらないでください。

ご使用される方が、快適で穏やかな日常生活を営める製品であると期待し、未永くお使いいただけるよう、お願い申し上げます。

# 株式会社 三富工業

〒417-0803

静岡県富士市桑崎441番地

TEL 0545-21-9050

FAX 0545-21-9051