



## 取扱説明書

家庭用美容器  
ツイストライド  
AYS-41

### はじめに

このたびは、ヤーマン製品をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。

- ご使用前に「安全上のご注意」(P.3~9)を必ずお読みください。
- 正しく安全にお使いいただくために、この取扱説明書をよくお読みください。
- お読みになった後は、いつでも確認できる場所に必ず保管してください。
- 本製品を他の人に譲渡するときは、この取扱説明書を必ず添付してください。

## 使いかたの流れ

1

### 本体に座る

電源プラグを  
コンセントに差し込んで  
本体に座ってください。



2

### 電源を オンにする

電源ボタンを  
3秒以上押してください。



3

### モードを選ぶ

MODEボタンを押して  
ください。



4

### 終了する

電源ボタンを  
短押ししてください。



# もくじ

---

安全上のご注意 ————— p3

各部のなまえとはたらき —— p10

使いかた ————— p11

使い終わったら ————— p15

お知らせ ————— p17

●故障かな?と思ったら —— p17

●よくあるご質問 ————— p18

●製品仕様 ————— p19

アフターサービス ————— p20

## ■ 安全上のご注意

- ご使用になる前に、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。
- 定められた手順に従って、無理のないご使用をお願いします。
- 異常が発生した場合は、ただちに使用を中止し修理を依頼してください。
- 故障状態のままで使用されますと、身体に悪影響を及ぼす危険がありますので、絶対におやめください。
- ここに示した注意事項は、安全に関する重要な内容を記載しておりますので必ずお守りください。
- 注意区分は、危害や損害の大きさと切迫の程度を明示するために、誤った取り扱いをすることで生じると想定される内容を「危険」「警告」「注意」に区分しています。

### 注意区分について



#### 危険

誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が切迫して生じることが想定される内容です。



#### 警告

誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容です。



#### 注意

誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害\*の発生が想定される内容です。

※物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットにかかわる拡大損害を示します。

### 図記号について



してはいけないことを示しています。



しなければならないことを示しています。



注意しなければならないことを示しています。

## ⚠ 危険 (ご使用、保管に関して)

- 次に該当する人は使用しない。  
医用電気機器の誤動作を招くおそれがあります。
- ◆ 医用電気機器を使用している人
  - ・ペースメーカーなど体内植込式医用電気機器 ・人工心肺など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



禁止

## ⚠ 警告 (ご使用、保管に関して)

- 次のような人は使用しない。
  - ・医師から運動を禁じられている人 ・医師の治療を受けている人 ・心臓に障害がある人
  - ・首、腰、背中、手足に痛みや異常のある人 ・ぎっくり腰、腰痛、腰椎の損傷をしている人
  - ・血液疾患 ・血管の障害 ・血行障害など循環器の障害 ・知覚障害の人 ・内臓疾患 ・急性疾患
  - ・結核性疾患 ・悪性腫瘍 ・発熱している人 ・骨粗しょう症の人 ・ねんざ、肉離れ ・骨折中の人 ・高血圧
  - ・疲労が激しい人 ・体調がすぐれない人 ・酒気帯びの人 ・眠気をさそう薬を服用中の人
  - ・妊娠中、生理中、授乳中の人

※ご自身で判断ができない場合は、使用前に医師にご相談ください。  
事故やトラブルの原因となります。
- 引火性のもの(アルコール・シンナー・ベンジン・除光液・スプレーなど)の近くで使用しない。  
火災・感電・けがの原因となります。
- 本体カバーが破れた場合は使用しない。  
火災・感電・ショート・けがの原因となります。修理はお買い上げの販売店窓口にご相談ください。
- ホットカーペットの上で使用しない。  
カーペットが断線し火災の原因となります。



禁止

## 警告（ご使用、保管に関して）

- 子供に使わせない。  
事故・けがの原因となります。

- 子供を本体の上に乗せたり、遊ばせたりしない。  
事故・けがの原因となります。

- 自分で意思表示ができない人は使用しない。身体の不自由な人の使用は控える。  
事故・けがの原因となります。



使用者の  
制限

- 分解や修理・改造はしない。  
火災・感電・けがの原因となります。  
修理はお買い上げの販売店窓口にご相談ください。



分解禁止

- 取扱説明書に記載されている用途以外には使用しない。  
けがをしたり、本製品が故障する原因となります。



用途以外  
禁止

- 異臭・発煙・異常発熱したときは使用しない。  
そのまま使用すると破損・発火の原因となります。



異臭・  
異常発熱時  
使用禁止

- 万一、異常が発生したら、電源をすぐに切る。  
動作不良・発煙・異音・異臭がするなど、異常状態のまま使用しないでください。



必ず守る

## ⚠ 注意 (ご使用、保管に関して)

- 過剰な連続使用はしない。(業務用としての使用や公共施設で不特定多数の使用など)  
故障・発熱などの原因となります。
- 立った状態での使用は絶対にしない。  
けがの原因となります。
- ペットには使用しない。  
けがの原因となります。
- 本体をアルコール・シンナー・ベンジン・除光液などの溶剤で拭かない。  
本体の表面に損傷を与える原因となります。
- シートと台座の隙間に手や足先を入れない。  
けがの原因となります。
- 本製品を使用したまま眠らない。  
事故・けがの原因となります。
- 体重が80kg以上の人は使用しない。  
本体の故障の原因となります。
- 動作中にシートに乗ったり、降りたりしない。  
事故・けがの原因となります。



禁止

- 過剰に使用しない。  
1部位1回5~10分。再度使用する場合は5時間以上間隔をあけてください。
- シートに人を乗せたままで移動させない。  
事故・けがの原因となります。
- 物を食べたり、飲んだり、タバコを吸いながら使用しない。  
事故・けがの原因となります。



禁止

- 本体に重い物を置いたり、使用中に落下させたりなど、強い衝撃を与えない。  
けがをしたり、本製品が故障する原因となります。

落下・  
衝撃禁止

- 屋外で使用しない。  
本体の故障・誤作動の原因となります。



屋外禁止

## 注意（ご使用、保管に関して）

- 初めて使用するときや慣れるまでは、必ずLOWモードから使用する。  
事故・けがの原因となります。
- 途中で気分が悪くなったり、体に異常や痛みを感じた場合は使用を中止する。  
翌日以降も異常が続く場合は、医師にご相談ください。
- 運動に適した服装で使用する。身体から金属類（時計・ネックレス・指輪・イヤリング等）を外す。ポケットに硬い物を入れない。  
けがの原因となります。
- 着用する服の素材に注意して使用する。  
色の薄い生地には色移りする可能性があります。また毛玉の発生しやすい生地は避けてください。
- シートには正しい向きで座る。  
事故・けがの原因となります。
- 本体は必ず硬く水平で安定した床に設置する。  
床によっては設置跡や傷がつくおそれがあります。必要に応じて、ゴムマット等の滑りにくいものを敷いてください。なお、毛足が長い絨毯や不安定なものはそれ自体を傷めるおそれがあるので避けてください。
- 使用する前に周りに障害物がないことを確認する。
- 長期間使用しなかった場合、再使用する前には、正常に作動するか点検をする。  
事故・故障の原因となります。
- 保管の際は色移りをしてよい布を被せる、またはビニール袋などに入れる。  
使用後壁の近くなどにそのまま保管すると、色の薄い壁などに色移りする場合があります。



## ⚠ 警告 (電源に関して)

- 電源コードを無理に曲げたり、本体に巻き付けたりしない。また、重いものを乗せたり、挟み込んだりしない。  
電源コードが破損し、火災・感電の原因となります。



禁止

- 電源コードが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。  
感電・ショート・発火の原因となります。修理はお買い上げの販売店窓口にご相談ください。



傷んだプラグ  
使用禁止

- 電源コードを引っ張って本体を移動したり、持ち上げたりしない。  
感電・ショート・発火・断線の原因となります。



コード引っ張り  
移動禁止

- 本体や電源コードを水につけたり、水をかけたり、水洗いしない。  
感電・ショート・発火・故障の原因となります。



水かけ  
禁止

- タコ足配線をしない。  
感電・ショート・発火の原因となります。



タコ足配線  
禁止

- 電源コードを抜くときは、必ず先端の電源プラグを持って引き抜く(金属部に触れないようにする)。また、濡れた手で抜き差しはしない。  
感電・ショート・発火の原因となります。
- お手入れするときは必ず電源をオフにし、使用しないときは電源プラグをコンセントから抜く。  
感電・ショート・発火・故障の原因となります。



プラグを  
抜く

## 警告（電源に関して）

- 火のそば、浴室などの高温多湿の場所、可燃性ガス、燃えやすいもののそばに放置しない。また、火中投入・加熱・高温での使用をしない。熱器具に近づけない。発熱・発火・破裂・動作不良の原因となります。



発火注意

- 必ず交流100Vで使用する。（無料修理は国内のみ）  
火災・感電の原因となります。  
※海外では使用できません。
- 必ずプラグ形状・電圧を確認のうえ使用する。  
発熱・発火・故障の原因となります。



必ず守る

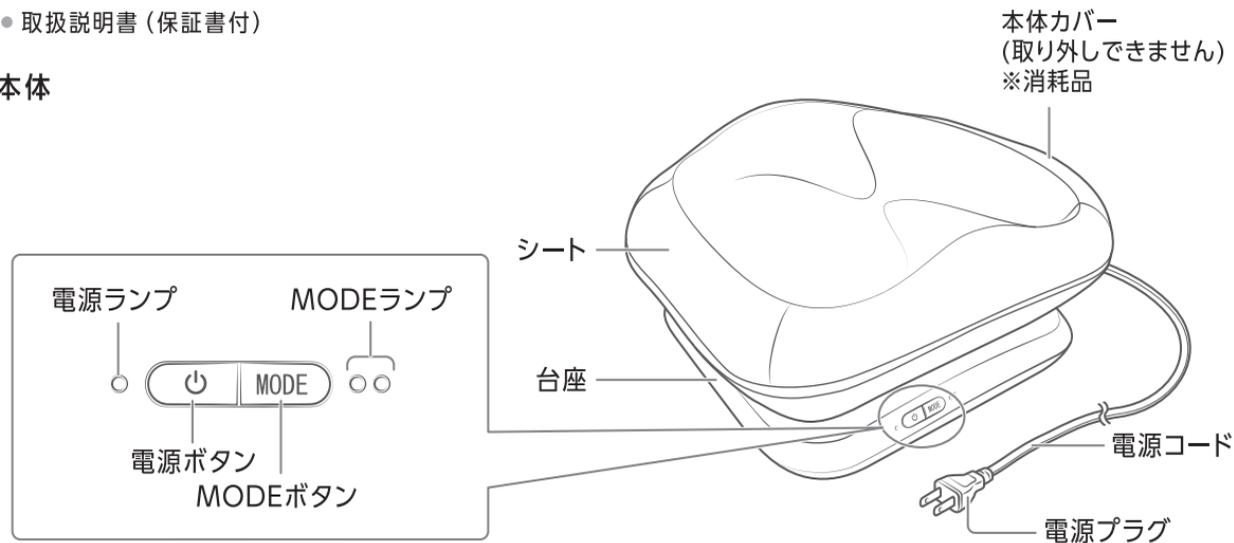
## ■ 各部のなまえとはたらき

本体および付属品のデザイン・仕様は、品質向上のため予告なく変更する場合があります。

### 付属品

- 取扱説明書（保証書付）

### 本体



### はたらき

#### オートオフ機能

電源をオンにしてから約10分が経過すると、自動で電源がオフになります。

## ■ 使いかた

### 基本的な使いかた

1部位1回5～10分。再度使用する場合は5時間以上間隔をあけてください。

#### 1 本体に座る



電源プラグを壁面コンセントに差し込み、骨盤を立てた状態でボタン側が前になるように座ります。

- 足を伸ばす、組む、曲げる、どの姿勢で座っても問題ありません。  
※正座はしないでください。



#### 2 電源をオンにする



電源ボタンを3秒以上押します。

- 電源ランプが赤点灯し、MODEランプが緑点灯して動作が始まります。
- 電源オン時はLOWモードに設定されています。

### 3 モードを選ぶ



MODEボタンを押します。

- MODEボタンを押すたびに、以下のようにモードが切り替わります。

モード	MODEランプ表示	特長
LOW	緑	ゆっくりとした速度で回転します。 ストレッチ向きです。
HIGH	赤	はやい速度で回転します。 エクササイズ向きです。
オート	緑・赤	ゆっくりした速度とはやい速度で交互に回転します。 ストレッチ・エクササイズの両方を行いたい方や、ランダムに筋肉をケアしたい方におすすめです。

- 一定時間経過すると回転が反対になります。
- 慣れるまではLOWモードで使用してください。
- 慣れるまでは周りに支えがある場所で使用してください。転倒の原因となります。

### 4 終了する

- 電源をオンにしてから約10分後に、自動で電源がオフになります。
- 途中で停止したいときは、電源ボタンを短押しして電源をオフにしてください。
- 電源をオフしたら、電源プラグをコンセントから抜いてください。

## 肩周りのストレッチをする場合

1部位1回5～10分。再度使用する場合は5時間以上間隔をあげてください。

### 1 本体の正面に座り、電源をオンにする



電源プラグを壁面コンセントに差し込み、操作ボタン  
がご自身の前にくるようにして座ります。  
電源ボタンを3秒以上押します。

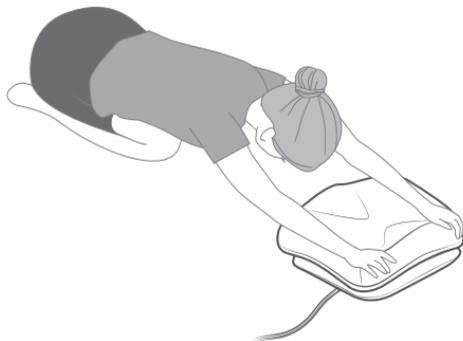
### 2 モードを選ぶ



お好みのモードを選んでください。

- 慣れるまではLOWモードで使用してください。

### 3 腕を本体に被せて使用する



肩周りが伸びやすいよう、腕の位置や座る位置を調整してください。

### 4 終了する

- 電源をオンしてから約10分後に、自動で電源がオフになります。
- 途中で停止したいときは、電源ボタンを短押しして電源をオフにしてください。
- 電源をオフにしたら、電源プラグをコンセントから抜いてください。

---

## 注意

- 肩に痛みがある場合は控えてください。また、肩に痛みが出るほど無理に伸ばさないでください。

## ■ 使い終わったら

### | お手入れのしかた

本製品を清潔に保つために、定期的にお手入れをしてください。

**1** 電源をオフにし、電源プラグをコンセントから抜く

**2** 水で湿らせて固くしぼった布で、表面の汚れを拭き取る

- 汚れ等が落ちない場合は、薄めた中性洗剤を含ませた布で軽く拭いてください。

## 注意

- 本体カバーは取り外せません。
- 本体をアルコール、シンナー、ベンジン、除光液、灯油などの薬剤や薬品類・磨き粉で拭かないでください。
- お手入れするときは必ず電源をオフにしてください。  
感電・ショート・発火の原因となります。



## 保管のしかた

- 使用しないときは、電源をオフにし、電源コードをコンセントから抜いてください。
- お子様の手の届かない場所、風通しの良い清潔な場所に保管してください。
- 長期間使用しないときは、本体のお手入れをしてから保管してください。
- 本体に付着した汚れはしっかり拭きとってから保管してください。
- 高温多湿の場所（火のそばや炎天下、浴室など）に放置しないでください。
- 保管の際は色移りをしてもよい布を被せる、またはビニール袋などに入れてください。

## 保守・点検について

- 長期間使用していなかったときは、使用する前に必ず本製品が正常かつ安全に動作することを確認してからご使用ください。
- 本製品の動作に不具合が生じた場合は、修理を依頼される前に「故障かな？と思ったら」（P.17）を参照して、症状についてご確認ください。それでも解決しない場合は、お買い上げの販売店、または購入明細をご用意のうえヤママンコールセンター（P.20）までご相談ください。
- 本製品が故障、損傷した場合はお買い上げいただいた販売店までご相談ください。

## ■ お知らせ

故障かな?と思ったら 本製品をご使用中に異常を感じたら、以下の症状がないかご確認ください。

### こんな症状

### 考えられる原因と対処法

#### 動作しない

- 電源が入っていません。電源ボタンを3秒以上押してください (P.11)。
- 電源プラグを壁面コンセントにしっかりと差し込んでください。
- 電源をオンにしてから約10分経過し、オートオフになりました。再度使用する場合は、電源ボタンを3秒以上押してください。

#### 使用後に肌が 赤くなる (かゆくなる)

- 長時間使用しています。1部位1回5~10分。再度使用する場合は5時間以上間隔をあけてください。
- 皮膚の摩擦によるものです。下着を変えるなどお試しください。

## よくあるご質問

Q 使用時間、使用頻度の目安はありますか？

A 1部位1回5~10分。再度使用する場合は5時間以上間隔をあけてください。

Q オートモードはどのようなときに使用すれば効果的ですか？

A ストレッチとエクササイズの両方を行いたい方や、ランダムに筋肉をケアしたい方におすすめします。  
一定ではない回転の速さに筋肉が慣れにくいいため、より効率的なエクササイズが可能です。

Q 本体カバーが破けても使い続けられますか？

A ご使用を中止してください。本体カバーは取り外しができません。  
お買い上げの販売窓口にて修理をご相談ください。  
※本体カバーは消耗品のため、保証対象外です。

## 製品仕様

定 格 電 源	AC100V 50/60Hz
消 費 電 力	60W
製 品 外 寸 寸 法	422×360×214mm (本体のみ)
製 品 質 量	約5.6kg
耐 荷 重	80kg
製 造 国	中国
材 質	本体：ABS、PP、金属等 カバー：ポリエステル100%

## ■ アフターサービス

### 廃棄について

- 本製品を廃棄される場合は、自治体の分別ルールに従って廃棄してください。

### 日本国内からのお問い合わせ先

- 本製品に関するご不明な点は、下記お客様窓口までお問い合わせください。

#### ヤーマンコールセンター

固定電話など

 **0120-776-282** (通話料無料)

携帯電話・PHS

 **0570-550-637** (通話料有料)

受付 9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始を除く)

※修理をご依頼される場合は、お買い上げ年月日・販売店名が記入されている保証書または購入明細をご用意ください。

※月曜日はお電話が混みっております。

Memo

## 保証について

- 通常のご使用において故障が発生した場合は、お買い上げ日から 1 年間保証いたします（消耗品\*、付属品は除く）。また、保証期間を過ぎたものは送料をご負担いただきます。  
※本体カバーは消耗品です。
- 保証期間を過ぎた後の故障については、実費で修理させていただきます。
- 保証期間中でも有料修理となる場合がありますので、無料修理規定の説明をよくお読みください。
- 万一、故障が生じた場合は、販売店またはヤーマンコールセンター（P.20）にご相談ください。

### 無料修理規定

1. 取扱説明書、本製品添付ラベル等の注意書に従った正常な使用状態で故障した場合は、お買い上げ販売店が無料修理いたします。
2. 保証期間内に故障して無料修理を受ける場合は、本製品と本保証書をご持参ご提示の上、お買い上げ販売店に依頼してください。
3. ご転居の場合は、事前にお買い上げ販売店にご相談ください。
4. ご贈答品で本書に記入してあるお買い上げ販売店に修理が依頼できない場合は、ヤーマンコールセンターにご相談ください。
5. 保証期間中でも、つぎの場合は有料修理になります。
  - (イ) 使用上の誤りや不当な修理・改造による故障および損傷。
  - (ロ) お買い上げ後の転倒・落下などによる故障および損傷。
  - (ハ) 火災・地震・水害・その他の天災地変、公害や異常電圧による故障および損傷。
  - (ニ) 接続する他の機器の異常により生ずる故障及び損傷。
  - (ホ) 電池や消耗品、付属品などの部品交換の場合。
  - (ヘ) 一般家庭以外（例えば業務用の長時間）に使用された場合の故障及び損傷。
  - (ト) 車輛・船舶等に搭載された場合に生じる故障および損傷。
  - (チ) お買い上げ後の輸送・移動・落下等による故障および損傷。
  - (リ) 保証書のご提示がない場合。
  - (ヌ) 保証書のお買い上げ年月日・販売店名欄の記入または押印がない場合、あるいは字句を書きかえられた場合。
6. 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.

※本書はこれに明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によって、お客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げ販売店にお問い合わせください。

※ご使用による劣化・消耗及び消耗品の交換は有料となります。

No. \_\_\_\_\_

## 保証書

持込修理

品名	家庭用美容器	型番	AYS-41
形名	ツイストライド		
無料修理保証	対象部分	期間	
	本体のみ ※本体カバーは除く	お買い上げ日から 1年間	
※販売者名	<p>店名・住所・電話</p> <p style="text-align: center;"><b>見</b></p> <p style="text-align: center;">ご購入日の または本保証書とあわせて 保管してください。</p> <p style="text-align: center;"><b>本</b></p>		

本書は本書記載内容により無料修理を行なうことを約束するものです。

左記「無料修理保証期間」中に故障が発生した場合は、本製品と本書をご持参・ご提示の上、お買い上げ販売店に修理をご依頼ください。

・補修用性能部品の保有期間  
当社は本製品の補修用性能部品の製造終了後、最低3年間保有しています。  
※性能部品とは、その製品を維持するために必要な部品です。

・個人情報の取扱いについて  
個人情報の取扱いについては弊社ホームページ  
(<https://www.ya-man.com/privacy-policy.html>)  
をご参照ください。

・利用目的  
お客様の個人情報はご依頼いただきました修理品の返送のために利用いたします。  
また、お問い合わせへの対応やその後の安全点検活動のため、記録を残すことがあります。  
これらの記録は正当な理由がある場合を除き、第三者へ提供しません。

販売店様へのお願い 必ず※印欄をご記入 ・ ご捺印の上お客様へお渡しください。

- 所定記入欄が空欄のままだったりお買い上げ年月日・販売店名がわかるレシート・明細書がございませんと、本書は有効とはなりません。
- 本書は再発行いたしませんので、大切に保管してください。

製造元

ヤーマン株式会社

〒135-0045 東京都江東区古石場1-4-4

固定電話など

☎ 0120-776-282

携帯電話・PHS

☎ 0570-550-637

受付 9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始除く)



www.ya-man.com