

取扱説明書

品質保証書付



IX-101W

水銀フリー体温計

なん℃かな

医療機器届出番号：11B3X10053IX101W

ガリウム体温計

口中専用
婦人用

口中で
計測
4分
以上

実測式

【収納ケース】

拡大鏡

台座

清潔！
水洗い

●このたびは、オンスクエア製品をお買い上げいただきありがとうございます。●安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。●本書は、品質保証書を兼ねています。紛失ないように保管してください。

安全上のご注意

●お使いになる前に必ずお読みください。●ここに示した内容は、製品を安全に正しくご使用いただき使用者や他人への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。

警告、注意について

	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ことが想定される内容を示します。
	注意	誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う、または物的損害*の発生が想定される内容を示します。

*物的損害とは、家屋や家財、および家畜やペットに関わる拡大損害を意味します。

警告

●乳幼児の手の届くところに保管しない。また、子供だけで使わせない。自分で無理に測ろうとしてけがをする原因になります。●検温結果の自己診断や治療をしない。自己診断は、病気が悪化する原因になります。医師の指導にしたがってください。●舌下以外（耳やわきの下）で検温しない。本製品は口中専用体温計のため、正しい検温ができません。耳などを傷つける原因になります。●本体が水などでぬれた状態で検温しない。正しい検温ができません。

注意

●人の検温以外に使わない。正しい検温ができません。動物などを無理に測ろうとすると、暴れてけがをする原因になります。●本体を噛まない。●感温部を強く引っ張ったり、曲げたりしない。事故や故障（破損）の原因になります。●指定外の環境条件で保管したり、使ったりしない。正しく検温できないことがあります。

仕様

販売名	水銀フリー婦人用基礎体温計 IX-101W	測定範囲	35.6℃～38.4℃
医療機器届出番号	11B3X10053IX101W	使用環境条件	-15℃～39℃
類別	機械器具 16 体温計	保管環境条件	-15℃～39℃
医療機器分類	一般医療機器	外形寸法	幅12×長さ131×厚さ9mm
測定方式	ガリウム溶液の熱比例膨張方式	本体重量	約9g
測定精度	+0.1℃/-0.1℃	付属品	収納ケース、ラベルシール、基礎体温表取扱説明書（品質保証書付）、医療機器添付文書

お手入れについて

- ・毎日、口中で検温するため、水洗いを行い、いつも清潔な状態でご使用ください。
- ・本体と収納ケースを洗う際には、水で洗ってください。
- ・汚れがひどい場合は、中性洗剤を含ませた布で汚れを落とし、水で洗った後、洗剤をよく拭き取ってください。
- ・消毒する場合は、本体を消毒用アルコール綿で清拭して自然乾燥させてください。
- ・消毒液等に浸さないでください。超音波洗浄や熱湯消毒はしないでください。

保管について

体温計は、収納ケースに入れて保管してください。
下記のようなところには保管しないでください。故障（破損）の原因になります。

- ・水のかかるところ。
- ・高温多湿のところ、直射日光があたるところ、暖房器具のそば、ほこりが多いところ、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
- ・振動、重圧、衝撃（運搬時を含む）のあるところ。
- ・化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

検温値がおかしいな?と思ったら…

確認すること	対処方法
検温するごとに体温計をあてる位置が違う。	「体温の測定方法」をご確認ください。
検温中に体温計がずれてしまった。	再度正しい位置にあて、検温してください。
検温中に口を開けてしまった。	口を閉じて再度検温してください。

※体温はその日の気温や時間帯、室内温度、睡眠状況などの要因で変動します。
事前に自分の平熱を知っておくことが大切です。

製品に関するお問い合わせはこちらまで

オンスクエア株式会社 **048-242-3220** support2@onsquare.jp
※土・日・祝祭日を除く午前10:00～午後5:00まで受付 ※都合により休みや受付時間を変更させていただくことがあります。

基礎体温表ダウンロード (PDF)

別紙の「基礎体温表」から必要分コピーしてご使用ください。
下記サイトから無料でダウンロードすることもできます。



ダウンロードページアドレス
<https://www.onsquare.jp/download.html>

保証規定

1. 取扱説明書の注意書きにしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後1年以内に故障（破損）した場合には、無償にて同一製品と交換いたします。
2. 無償保証期間内に故障（破損）して交換する場合には、オンスクエア製品サポート窓口または、ご購入の販売店にご連絡ください。
3. 無償保証期間内でも次の場合には交換はできません。
(イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
(ロ) お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
(ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変などによる故障および損傷。
(ニ) 品質保証書の提示がない場合。
(ホ) 品質保証書にお買い上げ年月日、販売店名の記入のない場合、または販売店で発行されたお買い上げを証明するものがない場合、あるいは字句を書き替えられた場合。
(ヘ) その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。

品質保証書

通常のご使用において万一不具合が生じたときは、保証規定により、お買い上げ後1年間は無償にて同一製品と交換いたします。※製品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。
This warranty is valid only in Japan.

販売名	水銀フリー婦人用基礎体温計 IX-101W
ご氏名	
ご住所	
TEL	()

※以下につきましては、販売店にて記入、捺印していただくか、販売証明書（販売店のレシート等）をもってご確認させていただきますので、大切に保管してください。

お買い上げ店名	Ⓜ
住所	
TEL	()
お買い上げ年月日	年 月 日

Better information to more people
〒332-0034 埼玉県川口市並木3-9-1 第二永新ビル 4F
048-242-3220 <https://www.onsquare.jp/>

正しく測定するために

朝、目覚めたら、起き上がりずすぐに検温します。

- ・周囲温度が-15℃～39℃の範囲で使用してください。
- ・起床直後、床の中で検温してください。
- ・飲食後、運動後の検温は控えてください。
- ・検温は毎朝なるべく同じ時刻にするようにしましょう。



体温の測定方法

1 収納ケースから体温計を取り出します。

- ・ガリンスタン液柱が36℃未満になっていることを確認してください。
 - ・下がっていない場合には体温計を振って液柱を下げます。
- ※液柱の下げ方は「液注(温度)の下げ方」「台座を使った液注(温度)の下げ方」を参照してください。

2 口中で測定します。

- ・舌下(舌の裏側)のつけ根の左右どちらかに感温部をあててください。
- ・体温計を手でしっかり保持したまま舌を下げ、口を閉じてください。
- ・そのまま4分以上測定します。温度上昇には個人差がありますので、より正しく体温を測定するには、約10分間温度変化がなくなるまで測り続けてください。また、測定中は口を開けず、鼻で呼吸してください。

正しい体温計のあて方

感温部があたる位置を決めておき、毎朝同じポイントで検温しましょう。



測定のポイント

検温中は口を閉じたままで行い、感温部を検温ポイントに密着させるように固定し、空隙はつくらないようにしてください。口呼吸や会話は避けてください。



3 検温値を確認します。

- ・所定時間経過後、液柱の最上部を目盛りで確認し、検温値を読み取ります。
- ・検温値を基礎体温表に記録します。
- ・検温値が見えづらい場合は、拡大鏡付の収納ケースに体温計を入れて目盛りを確認してください。

4 収納ケースに体温計を収納します。

- ・使用後は液柱を36℃未満に下げてから、収納ケースに入れて保管してください。
- ※液柱の下げ方は「液注(温度)の下げ方」「台座を使った液注(温度)の下げ方」を参照してください。

■就寝前、枕元に体温計、基礎体温表、筆記用具を用意しておきましょう。

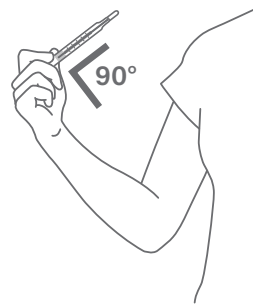
液注(温度)の下げ方

※周囲にぶつかるような物がない事を確認してください。

1 体温計の端をしっかりと持ちます。

POINT

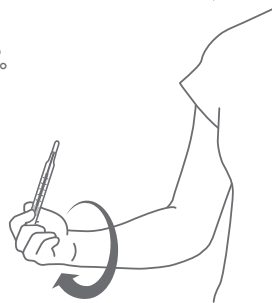
手首と90度の角度に持つ！



2 手首のスナップを使い上から下へ強く振り振ります。

POINT

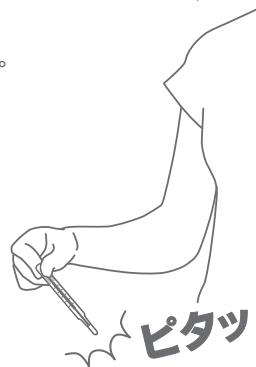
手首をひねり素早く回す！



3 体温計の先が下を向いたところで、振りを止めます。

POINT

勢いよく止める！



4 この動作を5～10回繰り返します。

上記の方法で下がらない場合は台座をご使用ください。

台座を使った液注(温度)の下げ方

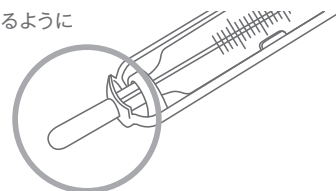
※周囲にぶつかるような物がない事を確認してください。

1 台座に体温計をセットします。

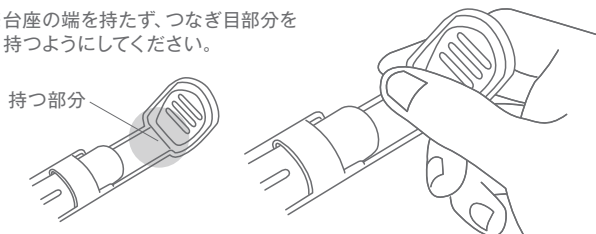
2 上記「液注(温度)の下げ方」と同様の動作をしてください。

台座使用時のポイント

※ケース穴より先端全体が出るようにセットしてください。



※台座の端を持たず、つなぎ目部分を持つようにしてください。



液注(温度)の下げ方動画

製品サポートページアドレス

https://www.onsquare.jp/products_support/faq.html

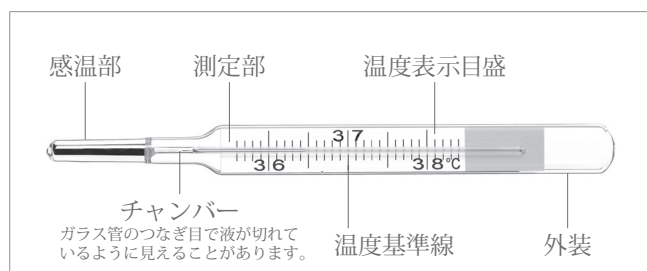
水銀フリー婦人用基礎体温計 IX-101W

【禁忌・禁止】

- ・ 検温結果の自己診断、治療は危険ですので医師の指導に従ってください。(自己診断は、病気が悪化する原因になります。)
- ・ 人の検温以外に使用しないでください。
- ・ 本製品は口中用の体温計です。
舌下以外 (耳やわきの下など) で検温しないでください。
- ・ 乳幼児の手の届かないところに保管してください。
- ・ お子様だけでのご使用はさけてください。

【形状・構造及び原理等】

1. 主要部の形状と名称



2. 構成

付属品

収納ケース	1 個
ラベルシール	1 枚
基礎体温表	1 部
取扱説明書 (品質保証書付)	1 部
医療機器添付文書	1 部

3. 本体寸法及び重量

外形寸法: 幅12×長さ131×厚さ9mm

本体重量: 約9g

4. 作動・動作原理

本製品は、上部と下部が密閉されたガラス製の細い中空管にガリンスタン液が充填された構造で、毛細管原理に基づいて機能し、熱によって目盛付きカラムに充填された媒体が比例的に膨張します。

5. 性能及び安全性に関する規格等

- (1) 測温範囲: 35.6℃～38.4℃
- (2) 保証された精度: +0.1/−0.1℃
- (3) 環境にやさしいガリンスタン測定液を採用しています。
- (4) 簡単な洗浄と硝子体の安全な消毒により衛生的な状態に保つことが可能です。
- (5) 防水仕様
- (6) 収納ケース付き

【使用目的又は効果】

感温部を舌下に接触させて、人の体温を測定し、一定時間後に最高温度を表示します。

【使用方法等】

- (1) ガリンスタン液柱が36℃未満に下がっていることを確認し、下がっていない場合には体温計を振って液柱を下げます。
- (2) 体温計の感温部を舌下に挿入し密着させます。そのまま4分以上検温します。温度上昇には個人差がありますので、より正しく体温を検温するには、約10分間温度変化がなくなるまで測り続けてください。また、測定中は口を開けず、鼻で呼吸してください。(会話も避けてください。)
- (3) 所定時間経過後、液柱の最上部を目盛りで確認し、測定温度を読み取ります。
- (4) 使用後は液柱を36℃未満に下げてください。

【使用上の注意】

- (1) 周囲温度が−15℃～39℃の範囲で使用してください。
- (2) 検温中、感温部を検温する部位に密着させるように固定し、空隙はつくらないようにしてください。また、大幅に動かさないでください。
- (3) 起床直後、床の中で検温してください。
- (4) 本体を噛まないでください。
- (5) 本体や収納ケースに強い衝撃を与えたり、落としたり、踏んだりしないでください。

【保管方法及び有効期間等】

1. 保管方法

- (1) 次のようなところに保管しないでください。
 - ・ 水のかかる場所。
 - ・ 高温多湿のところ、直射日光があたる場所、暖房器具のそば、ほこりが多いところ、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ。
 - ・ 振動、重圧、衝撃 (運搬時を含む) のあるところ。
 - ・ 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

(2) 保管環境条件: −15℃～39℃

2. 耐用期間

標準的な使用期間: 無期限 (ガラスの破損が無い場合)

【保守・点検に係る事項】

- (1) 故障 (破損) した場合は勝手に修理、分解せず、製品サポート窓口にご連絡ください。
- (2) 本体と収納ケースを洗う際には、水で洗ってください。汚れがひどい場合は、中性洗剤を含ませた布で汚れを落とし、水で洗った後、洗剤をよく拭き取ってください。
- (3) 消毒する場合は、本体を消毒用アルコール綿で清拭して自然乾燥させてください。
- (4) 消毒液等に浸さないでください。
- (5) 超音波洗浄はしないでください。
- (6) 熱湯消毒はしないでください。

【製造販売元及び製造業者等の氏名又は名称等】

製造販売元: オンスクエア株式会社

電話番号: 048-242-3220 (製品サポート窓口)

E-mail: support2@onsquare.jp

製造元: ゲーラテルム・メディカル株式会社

Geratherm Medical AG (ドイツ)

基礎体温表

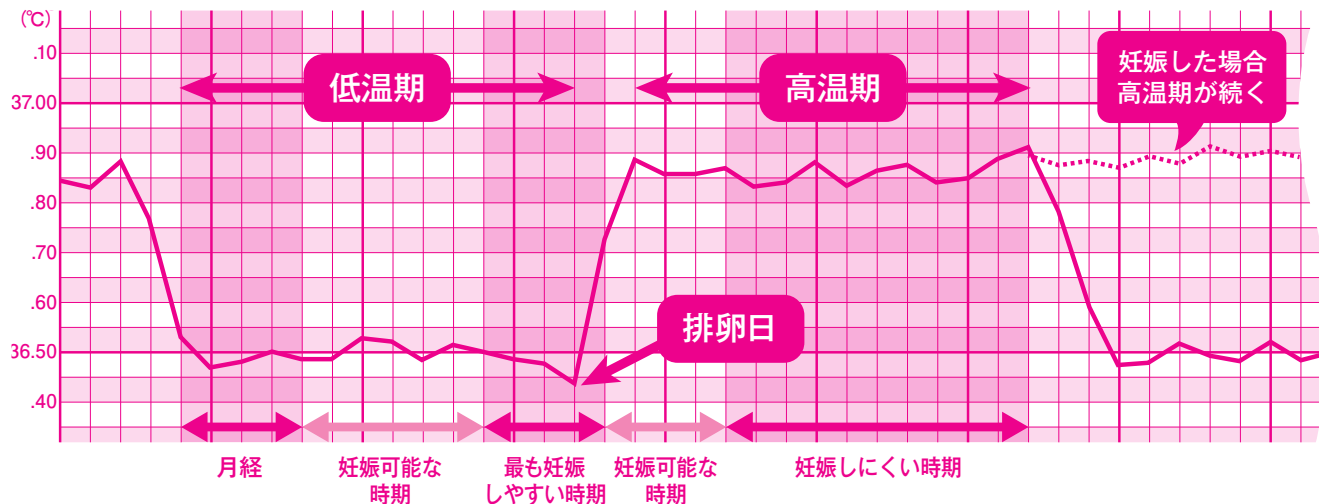
水銀フリー体温計
なん℃かな

実測式
口中専用
婦人用



基礎体温グラフ(例)

※基礎体温グラフ(基礎体温の変化)には個人差があります。



基礎体温の変化

排卵日を境に前が低温期で、後ろが高温期の二相性を示します。排卵がおこると体温は上昇し、約2週間続きます。そして次の月経の前に体温はふたたび下降し、低温期へと移行します。このように、毎日の基礎体温を継続的に記録することで、基礎体温の変化がわかります。

理想的な基礎体温とは？

理想的な基礎体温と自分の基礎体温を見比べることで、体にどんな負担がかかっていて、どんなケアが必要かを知ることができます。理想的な基礎体温のグラフとそのポイントは、右図のようになります。

基礎体温表ダウンロード(PDF)

裏面の「基礎体温表」を必要分コピーしてご使用ください。下記サイトから無料でダウンロードすることもできます。

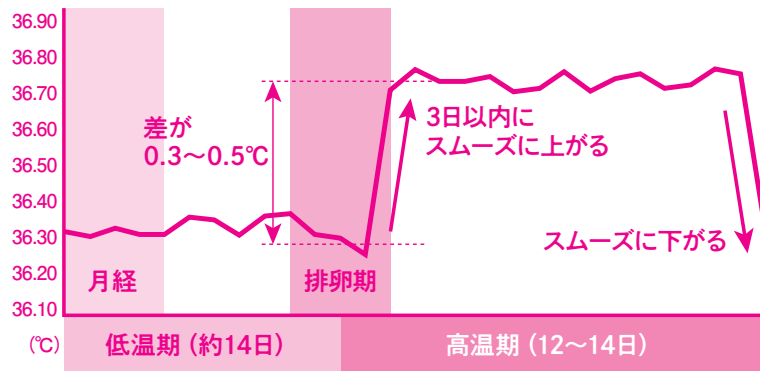
ダウンロードページアドレス

<https://www.onsquare.jp/download.html>



基礎体温からわかること

基礎体温曲線は、女性の性周期と性機能の健康状態を表しており、数カ月間記録することで、自分の体のリズムを知ることができます。排卵日や月経予定日、妊娠可能な時期や避妊が必要な時期などを予測することができ、心身の異常や女性特有の病気の発見など、多くの有効な情報を得られます。



基礎体温とは…

基礎体温とは、生命維持のために必要なエネルギーを最小限しか消費していない時の体温のことです。そのため睡眠時に近い安静状態で測定する必要があり、女性固有のホルモンの分泌に連動して、基礎体温の値も変化します。

正しい基礎体温を測定するために

検温は目がさめてすぐに、起き上がる前に寝た状態で行います。起床時に寝た状態でも、飲食した場合や、起床時以外に検温した場合は、正しい基礎体温を測定することができません。また、できる限り毎朝同じ時間に検温を行い、感温部をあてる舌下の位置はいつも一定になるようにしましょう。

基礎体温の測定方法

- ①ガリスタン液柱が36℃未満になっていることを確認します。
- ②舌下(舌の裏側)のつけ根の左右どちらかに感温部をあててください。
- ③手でしっかり保持したまま口を閉じ、これ以上上昇しない温度になるまで安静な状態で測定します。
- ④測定後は、ガリスタン液柱を36℃未満まで下げます。

基礎体温を口の中で測定する理由は、一般的な体温計はわきの下で測定するのが主流ですが、基礎体温は口の中で測定します。わきの下の場合は、汗をかいたり、外気の影響などにより体温が変化しやすいのですが、口の中であればその影響を受けることはありません。そのため、より正確な基礎体温を知るためにも口の中という測定場所が最適なのです。



妊娠を望む場合

排卵された卵子の寿命は約24時間位で、精子の受精能力はおおよそ3日間あるため、排卵日の3日前～翌日までの5日間が、最も妊娠しやすい時期です。

妊娠を避けたい場合

最も妊娠しやすい時期の5日間を注意する必要があります。ただ、卵子が2日以上、精子が3日以上受精能力を持っている場合もあるため、高温期の4日目～次の月経までが妊娠しにくい時期となります。

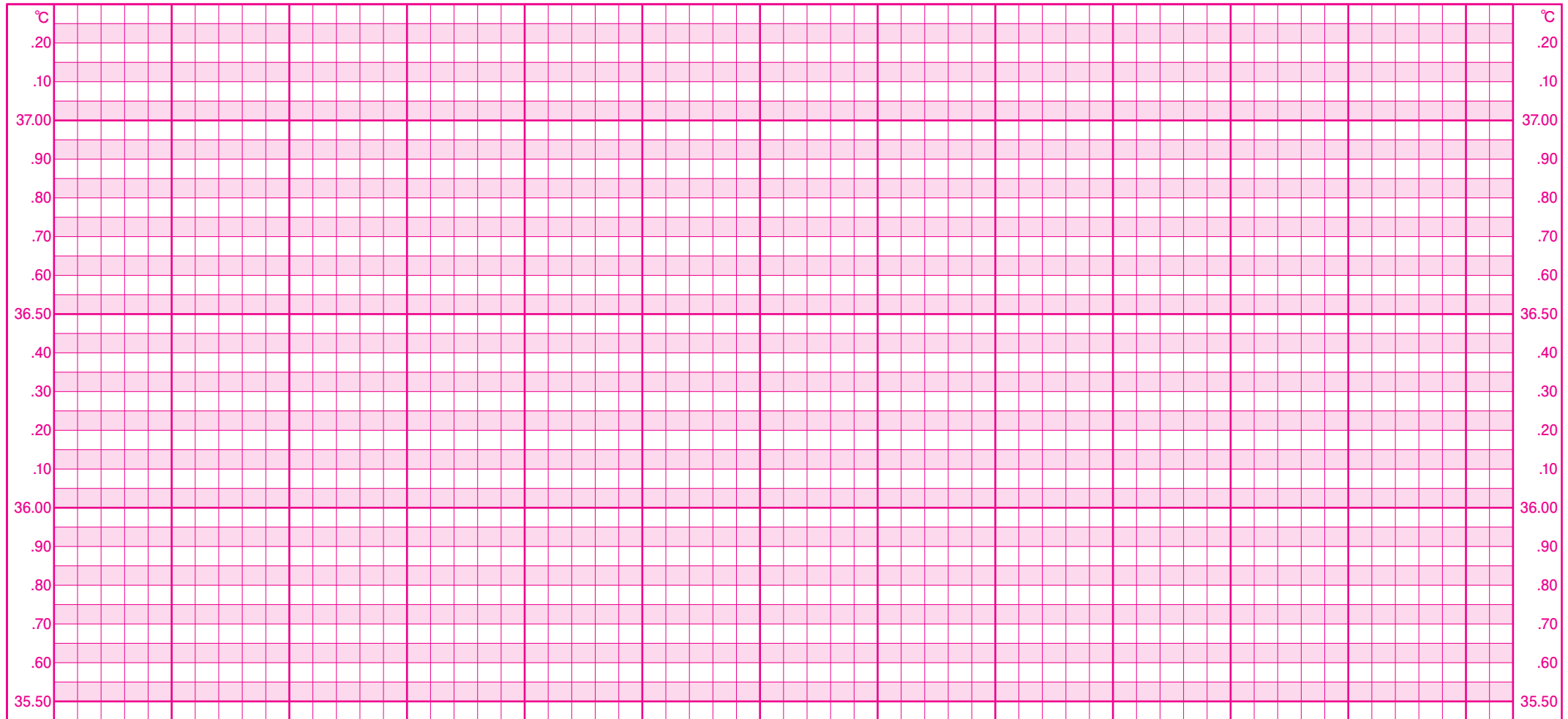
※この方法だけに頼って避妊するのは危険です。必ず他の避妊方法を併用してください。

妊娠した可能性がある場合

排卵日よりかぞえて2週間以上高温期が続き、月経がこない時は妊娠の可能性あります。

基礎体温表

年 月 記号 ×月経 △下腹痛 ▲不正出血 ★性交 ○おりもの

[illegible]