

# SHARP

スマートリング／SMART RING／智慧戒指

取扱説明書／Instruction Manual／使用説明書

形名／Model name／型號名稱

## MH-R01



【からだメイト】  
アプリダウンロード

セットアップ方法は本紙 2 ページをご確認ください。

## はじめに

- この度は、本製品（本体、充電台）をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。
- シャープ株式会社（以下、当社）の本製品、からだメイト、その他の関連サービスをご利用になる前に、必ず本取扱説明書（以下、本書）をお読み頂き、正しくご利用ください。本書には注意事項が記載されております。お読みになった後は大切に保管してください。
- 本書は、お買い上げ時の内容を記載しています。
- 本書の内容やホームページの URL に関して、将来予告なしに変更することがあります。
- 本書に記載している画面およびイラストはイメージです。実際の製品とは異なる場合があります。
- セットアップに時間がかかる可能性があります。
- Thank you for purchasing this product (device and charging dock).
- Before using this product, Health Monitor, or other related services from SHARP CORPORATION (hereinafter, referred to as "Sharp"), please be sure to read this instruction manual (hereinafter, referred to as "this manual") and use them correctly. This manual contains important precautions and notes. Please keep this manual in a safe place after reading.
- This manual describes the contents at the time of purchase.
- The contents of this manual and the website URL may be changed in the future without notice.
- The screens and illustrations shown in this manual are for illustrative purposes only. The actual product may differ.
- The setup may take some time.
- 非常感謝您購買本產品（本體及充電座）。
- 在使用夏普株式會社（以下簡稱「本公司」）的本產品、Karada Mate 或其他相關服務之前，請務必閱讀本使用說明書（以下簡稱「手冊」）並正確使用。本手冊記載重要說明。閱讀後請妥善保管本手冊。
- 本手冊記載購買時的內容物品。
- 本手冊的內容和網址將來可能會在未經通知下變更。
- 本手冊中記載的畫面和插圖僅供參考。其可能與實際產品有所不同。
- 設定可能需要一些時間。

## 本体付属品／ Device Accessories ／ 本體配件

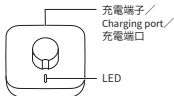
### ■ 付属品／ Accessories ／ 配件

センサー部（リング内側突起部）／  
Sensor section (inner protrusion of the ring)／  
感測器部（戒指內側突起部）



本体／Device／本體

本書／This manual／本手冊



充電台／Charging dock／充電座

- ※ 本製品には充電ケーブル、充電アダプタを同梱しておりません。
- ※ This product does not include a charging cable or charging adapter.
- ※ 本產品未隨附充電線及充電轉接器。

## セットアップガイド

### 1. 専用の [からだメイト] アプリをダウンロードする

下記の QR コードからアプリのダウンロードサイトへアクセスしてください。



[からだメイト]  
アプリダウンロード

### 2. 本体を起動する

使用前に充電することをおすすめします。

充電をすることで本体が起動します。

本体を充電台に置いて充電状態で待機させてください。

充電が開始されると充電台の LED が白くゆっくり点滅します。

※ 詳しい充電方法は「充電について」(4 ページ) をご確認ください。

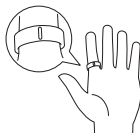
### 3. スマートフォンの [からだメイト] アプリの画面に従って設定をする

- ・ スマートフォンの Bluetooth® が有効であることを確認してください。
- ・ 本体が検出されない場合は、本体とスマートフォンを十分に近づけて再度お試しください。

## ■ 使い始める

### 1. 本体を装着

リング表面の目印（溝）が手のひら側になるように装着してください。  
本体にデータが蓄積されると、からだメイトで確認することができます。  
睡眠データは本体を装着して就寝し、起床した後に反映されます。



目印（溝）を手のひら側にし、  
サイズを合わせた指に装着

### 2. からだメイトで本体のデータを確認

最新のデータを確認するには、からだメイトのホーム画面でスワイプダウン（画面を下方向に引っ張る）してください。  
本体のデータをからだメイトに同期することができます。  
本体とスマートフォンを近づけた状態でアプリを操作してください。  
1日に数回、自動同期も行います。

## 充電について

### ■ 充電方法

1. 市販の充電ケーブル (USB Type-C) を充電台および市販の充電アダプタに接続し、コンセントに差し込みます。
2. 本体表面の目印 (溝) を、充電台の LED の位置に合わせて本体を置きます。充電が開始されると、充電台の LED が白くゆっくり点滅します。
3. 満充電になると、充電台の LED が青色点灯に変わります。

※ バッテリー残量は、「からだメイト」で確認できます。

表示される残量は目安です。余裕をもって早めに充電することをおすすめします。

※ 充電台の LED が白く高速点滅する場合は、スマートリング本体に異物などが付着していないか、また、本体が充電台に正しく置かれているかをご確認ください。その上で、充電ケーブル (USB Type-C) を抜き差しし、再度充電をお試ください。それでも改善しない場合は、「シャープウェアラブルサポートセンター」までお問い合わせください。(19 ページ)

- 充電台の端子は USB Type-C です。充電アダプタの端子形状は製品により異なるため、それに合ったケーブルをご準備ください。市販の USB Type-C ケーブル付き充電器を使って充電も可能です。製造・販売元や仕様が不明な製品は使用しないでください。

- パソコンやスマートフォンの USB 端子 (USB3.x,USB4 対応) を利用した充電は行わないでください。
- 充電台は防水／防塵性能を有していません。充電の際は、必ず次の点を確認してください。
- スマートリング本体に水滴や薬品 (肌クリーム) などが付着していないか確認してください。異物が付着している場合は水で洗い流したあと、乾いた清潔な布などで拭き取り、自然乾燥させてから充電してください。
- 異常または破損があった場合は、ただちに使用を中止、「シャープウェアラブルサポートセンター」までお問い合わせください。(19 ページ)

## ■ 長時間使用しない場合について

- 本製品を長期間使用せず保管する場合、電池の劣化を抑えるため、充電台から外し、アプリ画面から電源を切ってください。  
 ※ 画面右上の接続デバイスをタップしてください。次に表示される画面で電源を切ることができます。
- 長期保管中も半年に 1 回を目安に充電してから再び電源を切り、保管してください。
- 再度本体を起動する際は、通電した状態の充電台に置いてください。
- 長期間ご使用にならないときは、汗・汚れ・水分などをよく拭き取り、高温・低温・多湿の場所を避けて保管してください。

## 安全上のご注意（必ずお守りください）

- ご使用の前に、この「安全上のご注意」をよくお読みの上、正しくお使いください。また、お読みになった後は大切に保管してください。
- ここに示した注意事項は、お使いになる人や、他の人への危害、財産への損害を未然に防ぐための内容を記載していますので、必ずお守りください。
- 次の表示の区分は、表示内容を守らず、誤った使用をした場合に生じる危害や損害の程度を説明しています。

|                                                                                             |                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
|  <b>危険</b> | この表示は、取り扱いを誤った場合、「死亡または重傷（※ 1）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。          |
|  <b>警告</b> | この表示は、取り扱いを誤った場合、「死亡または重傷（※ 1）を負う可能性が想定される」内容です。                   |
|  <b>注意</b> | この表示は、取り扱いを誤った場合、「軽傷（※ 2）を負う可能性が想定される場合および物的損害（※ 3）の発生が想定される」内容です。 |

※1 重傷：失明・やけど（高温・低温）・けが・感電・骨折・中毒などで後遺症が残るもの、および治療に入院・長期の通院を要するものを指します。

※2 軽傷：治療に入院や長期の通院を要さない、やけど（高温・低温）・けが・感電などを指します。

※3 物的損害：家屋・家財および家畜・ペットなどにかかわる拡大損害を指します。



## 危険

火の中に投入したり、熱を加えたりしないでください。

- 内蔵電池の発火、破裂、発熱、漏液により、火災、やけど、けがなどの原因となります。

高温になる場所（火のそば、暖房機器のそば、こたつの中、直射日光の当たる場所、炎天下の車内、サウナなど）での使用、保管、放置をしないでください。使用中に熱さや不快感を感じた場合は、指から外し、冷めるまで使用を中止してください。

- 発火、破裂、火災、やけど（高温・低温）、けがや故障の原因となります。

電子レンジ、IH 調理器などの加熱調理機、圧力釜などの高压容器に入れたり、近くに置いたりしないでください。

- 火災、やけど、けが、感電などや故障の原因となります。

穴をあけたり、改造したりしないでください。

- 火災、やけど、けがなどの原因となります。

充電台は防水／防塵性能を有していません。充電台の接続端子に水などの液体（飲料水、汗、海水、ペットの尿など）で濡らさないでください。また、濡れた状態で使用したり、風呂場や加湿器の近くなど水が触れる場所で充電しないでください。さらに、高温多湿の場所やほこりの多い場所で保管しないでください。

- 火災、やけど、けが、感電などの原因となります。

充電台が完全に水没した場合は、ご使用を控えてください。内部に水が残っている可能性があります。

- 火災、やけど、けが、感電の原因となります。

 **警告**

充電台や本体に金属製のもの（金属を含む材質のシール、クリップなど）を貼り付けたり、間に挟まないでください。

- 火災、やけど、けがなどの原因となります。

充電中に、布や紙などで覆ったり、包んだりしないでください。

- 火災、やけど、けが、感電などの原因となります。

乳幼児や自分で意思表示できない人に使わせないでください。

（触れないようにご注意ください）

- 事故などの原因となります。

誤って飲み込む危険性があるため本体は乳幼児の手の届く場所、ペットが触れる範囲に置かないでください。

- 本体を飲み込むと、窒息したり、胃や腸を傷めたりする恐れがあります。  
飲み込んだとき、もしくは飲み込んだ可能性があるときは、すぐ医師の診察、治療を受けてください。

**Bluetooth®** 機能を使用するときは、植込み型心臓ペースメーカおよび植込み型除細動器などの医用電気機器の装着部から本製品を 15cm 以上離して使用してください。

- 電波によりそれら医用電気機器の作動に悪影響を及ぼす原因となります。

**Bluetooth®** 機能の病院での使用については、各医療機関の指示に従ってください。

- ほかの医用電気機器の作動に悪影響を及ぼす原因となります。

植込み型心臓ペースメーカーおよび植込み型除細動器などの医用電気機器を装着されている場合は、充電台のご使用にあたって医師とよく相談してください。

- 電波により医用電気機器の作動に悪影響を及ぼす原因となります。

内蔵電池内部の物質が漏れた場合は、顔や手などの皮膚や衣類などにつけないでください。

- 目や皮膚への傷害などを起こす原因となります。内部の物質が目や口などに入った場合や、皮膚や衣類に付着した場合は、すぐにきれいな水で洗い流してください。

また、目や口などに入った場合は、洗浄後直ちに医師の診療を受けてください。

**分解・改造しないでください。(ステッカーの貼付けを含む)**

- 火災、やけど、けが、感電などや故障の原因となります。

**煙やにおい、音などの異常が発生したら、使用を中止してください。**

- 異常な状態のまま使用すると、火災、やけど、けが、感電の原因となります。

**本体を充電、保管するときは必ず付属の充電台を使用してください。**

- ほかの機器による充電は、火災、やけど、けが、感電や、内蔵電池の液もれ、発熱、破裂など破損の原因となります。

**雷が鳴り始めたら、充電ケーブルや充電アダプタ、充電台には触れないでください。**

- 感電などの原因となります。

## 注意

**破損したまま使用しないでください。**

- 火災、やけど、けが、感電などの原因となります。

**本体を落下させたり、重いものを乗せるなど強い衝撃を与えないでください。**

- 火災、やけど、けが、感電などや故障の原因となります。

**液体（水、飲料水、汗、海水、ペットの尿など）で濡れた状態では、充電したり、電源ケーブルを抜き差ししない。また濡れた手で触れないでください。**

- 火災、やけど、けが、感電などや故障の原因となります。

**シンナーやベンジンなどの各種薬品につけたり、それらで拭いたりしないでください。**

- 故障や破損の原因となります。

**充電中に異常な発熱を感じたら充電を中止してください。**

- 発熱したまま充電すると、火災、やけど、けがなどの原因となります。

**高温・多湿のところ、また、ほこりの多いところに保管しないでください。**

- 火災、やけど、けが、感電などの原因となります。

**充電台の端子は確実に差し込んでください。**

- 差し込みが不完全ですと、感電や発熱による火災の原因となります。

## 取り扱い上のご注意

製品の故障を防ぎ、性能を十分に発揮できるようにお守りいただきたい事項です。よくお読みになって、正しくご使用ください。

- 本製品は、医療機器ではありません。本製品およびからだメイトは、病気や病状の診断、治療、治癒、予防を目的としたものではなく、医療目的で使用することはできません。本製品およびからだメイトから提供される情報やガイダンスは、あくまで参考情報としての提供を目的としており、医師や医療専門家による診断・治療などのサービスの代わりにはなりません。本製品およびからだメイトが提供する情報やガイダンスに関して、内容に疑問がある場合は、必ず医師などの医療専門家にご相談ください。本製品およびからだメイトから提供される情報やガイダンスに基づいて行動した結果、万が一健康上の問題が生じた場合でも、当社は一切の責任を負いません。本製品およびからだメイトから得られる情報やガイダンスをもとに、睡眠や生活習慣を変更される場合は、お客様ご自身の判断と責任において行っていただくものとし、その内容に同意いただいたものとみなします。本製品およびからだメイトをご利用の際は、ご自身の体の変化や反応をよく観察し、無理のない範囲でご使用ください。睡眠や生活習慣を変更された結果、予期せぬ痛みや疲れ、長く続く不快感などを感じた場合は、医師にご相談いただくことをおすすめします。
- 本製品によって、指に赤みや肌荒れが生じた場合は、すぐに使用を中止してください。本体を使用していない状態で2～3日以上症状が続く場合は、医師にご相談ください。
- 本体のセンサー部は、周囲の状況、測定条件、装着する人の生理状態などによって精度が低下する場合があります。

- 心拍数が極端に高かったり低かったりする場合は、正確に測定できていない可能性があります。
- 本体のセンサー部が汚れている場合は、きれいにしてからもう一度お試しください。異物の影響でセンサーの光が均一に届かない場合は、正確に測定できないことがあります。
- センサーの光が遮られたり、肌の明るさ、皮膚の血流、センサー部の汚れなどの要因によっては、測定機能が正しく機能しない場合があります。
- 本体を装着している間は、日常的な活動でも、本体に傷をつけてしまうことがあります。
- 運動器具、特にバーベルやダンベルなどのフリーウェイトを使って運動をするとき、金属や陶器、石などの重いものを持つときなどは、本体の装着をできるだけ避けるようにしてください。
- 本体が傷つく可能性があるため、金属、セラミック、石、ダイヤモンドなどを使用した他のリングや装飾品と一緒に装着することは避けてください。金、銀、アルミニウム等の柔らかい金属性のスマートフォンカバーやジュエリーなどを本体に密着させると、それらが傷つく可能性があります。セラミック製のスマートフォンカバーでも、柔らかいコーティングが施されているものは、傷がつくことがあります。
- 本体を装着しているときに、皮膚に刺激や違和感がある場合は、すぐに取り外して、医師に相談してください。
- 濡れた状態で本体を長時間装着すると肌に影響が出る場合があります。
- 本体に記録できるデータ量には制限があります。記憶領域の容量以上のデータが蓄積されると古いデータが削除されます。また、本体には約4日間のデータを保持することが可能ですが、本体のバッテリーが切れると、蓄積されたデータは消去されますので、こまめにアプリへの同期をおこなってください。

- 高温になる場所（火のそば、暖房機器のそば、こたつの中、直射日光の当たる場所、炎天下の車内、サウナなど）での使用、保管、放置をしないでください。  
使用中に熱さや不快感を感じた場合は、指から外し、冷めるまで使用を中止してください。
  - 発火、破裂、火災、やけど（高温・低温）、けがや故障の原因となります。
- 本製品には緑色と赤色と近赤外領域の発光ダイオード（LED）が使われていますが、発光強度が非常に弱いため使う人にも周りの人にも安全です。
- 本体を装着している間は、電池そのものの取り扱いや、電池を直接扱う作業は避けてください。他の電池の正極と負極の両方が本体に触れた場合、通常の金属製リングと同様にショートする危険性があります。このような事態を避けるために、適切な注意を払ってください。

## 防水／防塵性能

**本体は IPX8 ※<sup>1</sup> 相当の防水性能、IP6X ※<sup>2</sup> 相当の防塵性能を有しています。充電台は防水ではないため、屋内での使用をおすすめします。浴室のような湿度の高い場所で、充電台を使用・保管しないでください。**

※<sup>1</sup> IPX8 とは、常温で水道水、かつ静水の水深 1.5m 以上のところに本体を静かに沈め、約 30 分間放置後に取り出したときにスマートリングとしての機能を有することを意味します。本製品は水深 100m 相当の条件で試験を実施しています。

※<sup>2</sup> IP6X とは、保護度合いを指し、直径 75  $\mu$ m 以下の粉じんが入った装置内において、最大減圧度 2kPa を加えた状態で 8 時間保持しても、内部に粉じんが侵入しない性能を有することを意味します。

## 本体の外し方

指のサイズは体調や時間帯によって変化することがあり、本体を指から外すことが困難になる場合もあります。本体が外せなくなった場合は以下を試みていただき、それでも外せない場合は、直ちに医師の診察を受けてください。

- ハンドソープや固形石鹸を泡立てて、本体と指の間に泡をなじませて、少しずつ動かしながら外してください。
- 心臓よりも高い位置に手を上げることで、指のむくみを一時的に緩和させ、手を上げたまま本体を外してください。
- 万が一、本体の切断が必要になった場合、本体の切断は非常に危険な作業となるため、必ず医師または救急隊員が行ってください。切断を行う際は、本体外側の目印（溝）部分を切断してください。目印（溝）以外の箇所にはバッテリーが内蔵されており、切断すると感電や発火の危険があります。

## バッテリーについて

本体のバッテリーの種類は次のとおりです。

表示：Li-ion00    バッテリーの種類：リチウムイオン電池



## 廃棄時のお願い

本体および充電台を廃棄するときは、各自治体の廃棄ルールに従っていただきますようお願いします。自治体によって規則が異なりますので、お客さまがお住まいの各自治体にご確認ください。

本体に使用していますリチウムイオン電池はリサイクル可能な有益な資源です。リサイクルにご協力をお願いします。

本体を廃棄する前に、初期化（リセット）を行い工場出荷時の状態に戻してください。

初期化（リセット）の方法は、次のサイトでご確認ください。

<https://jp.sharp/support/wearable/>



## Bluetooth® 機能を利用する場合のお願い

- 本体は、Bluetooth® 機能を利用した通信時のセキュリティとして、Bluetooth® 標準規格に準拠したセキュリティ機能に対応しておりますが、設定内容などによってセキュリティが十分でない場合があります。Bluetooth® 機能を利用した通信を行う際にはご注意ください。
- Bluetooth® 機能を利用した通信時にデータや情報の漏洩が発生しても、責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

### 無線機能について

本体は電波法にもとづく小電力データ通信システムの無線設備として認証を受けており、その証として技適マークを個装箱に印刷しています。工事設計認証番号は 60 ページをご確認ください。本体を使用するときに無線局の免許は必要ありません。ただし、以下の事項を行うと法律により罰せられることがあります。

- ・本体を分解／改造すること

### 周波数帯について

本体は 2.4GHz 帯の 2.402GHz から 2.480GHz まで使用できますが、ほかの無線機器も同じ周波数を使っていることがあります。ほかの無線機器との電波干渉を防止するため、次の事項に注意してご使用ください。

### Bluetooth® 機器使用上の注意事項

本体の利用周波数帯では、電子レンジなどの家電製品や産業・科学・医療用機器のほか、工場の製造ラインなどで利用される免許を要する移動体識別用構内無線局、免許を要しない特定小電力無線局、アマチュア無線局など（以下「他の無線局」と略します）が運用されています。

1. 本体を使用する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。
2. 万が一、本体と「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合には、速やかに利用場所を変えるか、「電源を切る」など電波干渉を避けてください。
3. その他、ご不明な点につきましては、次のサイトよりお問い合わせください。

<https://jp.sharp/support/wearable/>

**2.4 XX8**

この無線機器は 2.4GHz 帯を使用します。変調方式としてその他の変調方式を採用し、与干渉距離は 80m です。

## 本体材質一覧

| 使用場所 | 使用材料  | 表面処理   |
|------|-------|--------|
| 外側   | チタニウム | PVD 処理 |
| 内側   | 合成樹脂  | なし     |

## 主な仕様

|        |                   |
|--------|-------------------|
| 本体 サイズ | 厚み 2.8mm、幅 6.7mm  |
| 本体 重量  | 2.1 ～ 3.1 g※      |
| 内蔵電池   | リチウムイオン電池         |
| 内蔵電池容量 | 17mAh ～ 22.5mAh ※ |

|                               |                                       |
|-------------------------------|---------------------------------------|
| Bluetooth® Core Specification | Qualified against Bluetooth® Core 5.0 |
| 本体 防水／防塵性能                    | IPX8 (水深 100m 相当) ／ IP6X              |
| 本体 動作温度                       | － 5℃～ 45℃                             |
| 充電温度／湿度範囲                     | 温度 5℃～ 30℃／湿度 35% ～ 80%(結露が発生しない環境)   |

※ リングサイズにより異なります。リングサイズ展開 4号～13号の10種類。

最新かつ詳細な仕様は、裏表紙の製品情報サイトにてご確認頂けます。仕様および外観は、改良のため予告なく変更することがありますが、ご了承ください。

## 手入れ、メンテナンス

本製品をより安全で快適にご利用いただくため、本体ソフトウェアを常に最新の状態に保ってご使用いただきますようお願いいたします。

- 皮膚への刺激を避けるため、本体を常に清潔に保ち、正しく指に装着してください。汚れたままにしておくと、かぶれの原因になることがあります。皮膚がかぶれた場合は、すぐに使用を中止して医師にご相談ください。
- 本体のセンサー部に異物が付着していると、指の生体認証信号の検出に影響を与える可能性があります。そのため、週に1回以上の頻度でセンサーの掃除を行ってください。掃除は、柔らかい布で拭き取っていただくか、中性洗剤と水を使った手洗いをし、十分に乾燥させてください。
- 本体に付着した日焼け止めクリームやローション、オイルなど、成分によっては変色や錆の原因となる場合があります。汚れを取り除く際には真水で洗い流し、十分に乾燥させてください。

## 保証について

本製品を新品で購入されたお客様に、【無償交換規定】記載内容の範囲で本体と充電台に対し無償交換を保証します。本保証は、購入日から起算して1年間にわたって有効です。

保証期間中に故障が発生した場合は、下記のお問い合わせ先までご依頼ください。当社指定宅配業者がお引取りに伺い、故障状態の確認後、交換品をお届けいたします。

保証サービスを受ける際、購入証明書（購入時のレシート／メールコピー／代金支払明細など）のご提供をお願いしております。本書および購入証明書は、大切に保管してください。

★お客様の法律上の権利を制限するものではありません。

★保証期間経過後の交換可能期間または補修用性能部品の保有期間につきまして、詳しくは下記「シャープウェアラブルサポートセンター」までお問い合わせください。

**お問い合わせ先：シャープ ウェアラブルサポートセンター**

**TEL：050-3385-8316**

**受付時間 月～金(土日祝日及びシャープ休日除く)**

**10:00 ～ 17:00**

**製造元：シャープ株式会社**

## 【無償交換規定】

1. 取扱説明書・本体注意ラベルなどの注意書に従った正常な使用状態で、保証期間内に本製品のハードウェア部分が故障した場合には、本書に従い無償引取交換いたします。
  - ・本製品のハードウェア部分に起因しない不具合（例：お客様が導入されたソフトウェアに起因する不具合、接続したデバイスのウイルス感染による不具合など）に関しては、本書の適用外となります。
2. 保証期間内でも、次の場合には有償交換となります。
  - (イ) 購入証明書（購入時のレシート／メールコピー／代金支払明細など）のご提供がない場合。
  - (ロ) 使用上の誤り、または不当な修理や改造など、取扱説明書やそれに類する書面にて当社が禁止している事項に抵触したことで発生した故障・損傷。
  - (ハ) 落された場合や取扱説明書に記載している防水性能を超えた条件下でのご使用や、防水非対応の充電台への水の侵入による故障・損傷。
- (ニ) 火災・公害・異常電圧・定格外の使用電源（電圧、周波数）、および地震・落雷・突風・風水害・塩害・ガス害（硫化ガスなど）・その他の天災地変など、外部に原因がある故障・損傷。
- (ホ) 寿命部品や消耗品の自然消耗、磨耗、劣化などにより交換が必要な場合（使用時間や頻度を通常より超えて使われた場合、保証期間内に損耗する恐れが高いものに限る）。
- (ヘ) 接続している他の機器、および不適当な消耗品や記憶媒体などの使用に起因して製品に生じた故障・損傷。
- (ト) 当社以外の第三者が提供したソフトウェアにより発生した故障・損傷。

(チ) お客様のご使用環境や維持・管理方法に起因して生じた故障・  
損傷の場合(例:ほこり、錆、カビ、虫などの侵入による故障)。

(リ) その他、当社の責任によらない故障・損傷。

3. 製品の保証期間内であっても、当社が別途定める製品の製造打ち切り後の交換用の製品の保有期間が満了し、かつ交換用の製品が手配できない場合は交換をお引き受けできないことがあります。
4. 交換に際しお引き取りした故障品は当社が回収の上適切に処理いたします。
5. 本書に基づき無償交換を行った製品の保証期間は、最初のご購入時の保証期間が適用されます。
6. お買い上げの製品が故障により使用できなかったことによる損害については補償いたしません。
7. 製品の故障によるデータの復旧・移行は一切対応いたしかねます。
8. 交換をご依頼いただく前に、お客様の責任においてアプリケーションへデータを同期の上、リセット(初期化)により製品のデータを削除ください。交換でお預かりしたデータはすべて削除いたします。製品のデータ内容およびデータ削除による二次被害についての補償はいたしかねます。
9. 日本国内においてのみ有効です。  
(This warranty is valid only in Japan.)

## Setup Guide

### 1. Download the dedicated [Health Monitor] app.

Please access the app download site via the QR code below.



**[Health Monitor]**  
Download the app

### 2. Start the device.

We recommend charging the device before use.

The device turns on when it is charged.

Place the device on the charging dock and leave it there while charging.

When charging starts, the LED on the charging dock slowly flashes white.

\* For details on charging, see “About Charging” (page 24).

### 3. Follow the instructions on the screen of the [Health Monitor] app on your smartphone to complete the setup.

- Please ensure that Bluetooth® is enabled on your smartphone.
- If the device is not detected, please bring the device and your smartphone closer together and try again.



## ■ Start using

### 1. Attach the main unit

Please wear the ring so that the markings (grooves) on the surface face your palm.

Once data has been accumulated on the device, you can check it on Health Monitor.

Sleep data is recorded by wearing the device while sleeping and is reflected after you wake up.



Place the marker (groove) towards your palm,  
and then attach it to the finger that matches the size.

### 2. Check the device data on Health Monitor

To check the latest data, swipe down (pull the screen downwards) on the Health Monitor home screen.

You can sync data from your device to Health Monitor.

Please operate the app with the device and your smartphone close together.

The device also automatically syncs several times a day.

## About Charging

### ■ About Charging

- 1. Connect a commercially available charging cable (USB Type-C) to the charging dock and a commercially available charging adapter, then plug the adapter into an electrical outlet.**
- 2. Align the indicator (groove) on the surface of the device with the LED position on the charging dock, and place the device on the dock.**  
**When charging starts, the LED on the charging dock slowly flashes white.**
- 3. When the battery is fully charged, the LED on the charging dock changes to a solid blue light.**
  - \* The remaining battery level can be checked in Health Monitor.  
The displayed battery level is an estimate. We recommend charging the device early with sufficient margin.
  - \* If the LED on the charging dock flashes white rapidly, please check that no foreign matter is attached to the device and that the smart ring is properly seated on the charging dock. After confirming this, unplug and reconnect the charging cable (USB Type-C), then try charging again. If the issue still does not improve, please contact the Sharp Wearable Support Center. (See page 40)

- The charging dock uses a USB Type-C connection. Since the connector shape of the charging adapter varies by product, prepare a cable that matches the adapter. Charging using a commercially available charger with a USB Type-C cable is also possible. Do not use products with an unknown manufacturer, distributor, or specifications.
- Do not charge the device using USB ports on computers or smartphones (USB 3.x or USB4 compatible ports).
- The charging dock is not waterproof or dustproof. When charging, be sure to check the following points.
- Check that no water droplets or chemicals (such as skin cream) are attached to the smart ring device. If any foreign matter is present, rinse it off with water, then wipe it dry with a clean, dry cloth and allow it to air-dry completely before charging.
- If any abnormality or damage is found, stop using the product immediately and contact the Sharp Wearable Support Center. (See page 40)

### ■ Regarding not using the product for extended periods

- If you will be storing this product for an extended period without using it, please remove it from the charging cradle and turn off the power from the app screen to reduce battery degradation.
  - \* Tap the connected device in the upper right corner of the screen. You can turn off the power on the next screen that appears.
- Even during long-term storage, charge the device approximately once every six months, then turn it off again before storing it.
- When restarting the device, place it on the charging dock while it is connected to a power source.

- When not using the product for an extended period, wipe off any sweat, dirt, or moisture thoroughly, and store it away from high temperatures, low temperatures, and high humidity.

## Safety Precautions (Be Sure to Follow)

- Before use, please read these "Safety Precautions" carefully and use the product correctly. Also, keep this document in a safe place after reading.
- The precautions listed here are intended to prevent injury to the user or others, and damage to property, so please be sure to follow them.
- The following classifications indicate the severity of potential harm or damage that may occur if the instructions are not followed and the device is used incorrectly.

|                                                                                                  |                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <b>Danger</b>  | This symbol indicates that "death or serious bodily injury (*1) may directly and immediately result from improper use" . |
|  <b>Warning</b> | This symbol indicates that "death or serious bodily injury (*1) may result from improper use" .                          |
|  <b>Caution</b> | This symbol indicates that "minor injury (*2) and/or property damage (*3) may result from improper use" .                |

\*1 Serious bodily injury: This refers to loss of eyesight, burns (high- and low-temperature), bodily injury, electric shock, broken bones, injuries with residual aftereffects from poisoning, etc., and injuries requiring hospital admission for treatment or long-term hospital attendance as an outpatient.

\*2 Minor injury: This refers to burns (high- and low-temperature), bodily injury, electric shock, etc. that do not require hospital admission for treatment or long-term hospital attendance as an outpatient.

\*3 Property damage: This refers to extended damage to buildings, furniture, livestock, pets, etc.

 **Danger**

**Do not throw into fire or expose to heat.**

- The built-in battery may ignite, rupture, overheat, or leak, potentially causing fire, burns, or injury.

**Do not use, store, or leave the product in places that become hot (such as near a fire, near a heating device, inside a heated table, in direct sunlight, inside a car in direct sunlight, or in a sauna). If you experience heat or discomfort while using the product, remove it from your finger and stop using it until it cools down.**

- This can cause ignition, explosion, fire, burns (high or low temperatures), injury, or malfunction.

**Do not keep the device in or near microwave ovens, induction cookers, or other heating appliances, or pressure cookers or other high-pressure containers.**

- This can cause fire, burns, injuries, electric shock, and malfunctions.

**Do not drill holes or modify the product.**

- This can cause fires, burns, injuries, and other problems.

**The charging base is not waterproof or dustproof. Do not allow water or other liquids (such as drinking water, sweat, seawater, or pet urine) to get into the charging base's connection terminals or allow them to become wet.**

**Do not use the device while it is wet, and do not charge it in places where it may come into contact with water, such as bathrooms or near humidifiers. In addition, do not store the device in places with high temperatures, high humidity, or excessive dust.**

- This can cause fires, burns, injuries, and electric shocks.

**If the charging cradle is completely submerged in water, please refrain from using the device. There may be water remaining inside.**

- This can cause fire, burns, injuries, and electric shock.

 **Warning**

**Do not attach or stick in any metallic objects (stickers, clips, etc. made of metal) on the charging base or the device.**

- This can cause fires, burns, injuries, and other problems.

**Do not cover or wrap the device with cloth or paper while it is charging.**

- This can cause fires, burns, injuries, and electric shocks.

**Do not allow infants or people who are unable to express their own will to use this product.**

**(Be careful not to touch the product)**

- This can cause accidents and other problems.

**To avoid the risk of accidental ingestion, do not place the device within reach of infants or pets.**

- Swallowing the device could cause choking or damage to the stomach and intestines. If you have swallowed it, or suspect you may have swallowed it, seek immediate medical attention and treatment.

**When using the Bluetooth® function, please keep this product at least 15 cm away from the attachment site of medical electrical devices such as implanted cardiac pacemakers and implantable defibrillators.**

- Radio waves can negatively affect the operation of these medical electrical devices.

**For the use of Bluetooth® functionality in hospitals, please follow the instructions of your healthcare provider.**

- This can cause adverse effects on the operation of other medical electrical equipment.

**If you have an implanted cardiac pacemaker or implanted cardioverter-defibrillator (ICD), please consult with your doctor before using the charging dock.**

- Radio waves can negatively affect the operation of medical electrical equipment.

**If any substance from inside the built-in battery leaks, do not allow it to come into contact with your skin (face, hands, etc.) or clothing.**

- This can cause damage to the eyes and skin. If any of the contents get into your eyes or mouth, or come into contact with your skin or clothing, rinse immediately with clean water.

If the product gets into your eyes or mouth, rinse thoroughly and seek immediate medical attention.

**Do not disassemble or modify. (including affixing stickers)**

- This can cause fire, burns, injuries, electric shock, and malfunctions.

**Stop using the device immediately if you notice any abnormalities such as smoke, odor, or noise.**

- Using the device while it is in an abnormal condition may cause fire, burns, injuries, or electric shock.

**When charging or storing the device, always use the supplied charging base.**

- Charging with other devices can cause fire, burns, injuries, electric shock, and damage to the built-in battery, such as leakage, overheating, or explosion.

**If thunder starts to rumble, do not touch the power cable, power adapter, or charging cradle.**

- This can cause electric shock and other dangers.





## Note

**Do not use the product if it is damaged.**

- This can cause fires, burns, injuries, and electric shocks.

**Do not subject the device to strong impacts such as dropping it or placing heavy objects on it.**

- This can cause fire, burns, injuries, electric shock, and malfunctions.

**Do not charge or plug/unplug the power cable when the device is wet with liquid (water, drinking water, sweat, seawater, pet urine, etc.).**

**Also, do not touch the device with wet hands.**

- This can cause fire, burns, injuries, electric shock, and malfunctions.

**Do not soak or wipe with any chemicals such as thinner or benzene.**

- This can cause malfunctions or damage.

**If you notice any abnormal heat generation while charging, stop charging.**

- Charging a device while it is overheating can cause fire, burns, injuries, and other problems.

**Do not store in places with high temperature, high humidity, or excessive dust.**

- This can cause fires, burns, injuries, and electric shocks.

**Make sure the terminals on the charging base are inserted securely.**

- If the plug is not fully inserted, it may cause electric shock or fire due to overheating.

## Handling Precautions

**These are important precautions to prevent product malfunction and to ensure optimal performance. Please read them carefully and use the product properly.**

- This product is not a medical device. This product and Health Monitor are not intended for the diagnosis, treatment, cure, or prevention of diseases or medical conditions, and cannot be used for medical purposes. The information and guidance provided by this product and Health Monitor are intended for reference purposes only and are not a substitute for services such as diagnosis and treatment by a doctor or medical professional. If you have any questions regarding the information or guidance provided by this product or Health Monitor, please consult a medical professional such as a doctor. We will not be held liable for any health problems that may arise as a result of taking action based on the information and guidance provided by this product and Health Monitor. If you make any changes to your sleep or lifestyle based on the information and guidance you receive from this product and Health Monitor, you do so at your own discretion and responsibility, and by doing so, you are deemed to have agreed to the contents of those changes. When using this product and Health Monitor, please carefully observe any changes or reactions in your body and use them within a comfortable range. If you experience unexpected pain, fatigue, or persistent discomfort as a result of changes in your sleep or lifestyle, we recommend that you consult a doctor.

- If you experience redness or skin irritation on your fingers after using this product, discontinue use immediately. If symptoms persist for more than 2 to 3 days without using the device, consult a doctor.
- The accuracy of the device's sensor may decrease depending on the surrounding environment, measurement conditions, and the physiological state of the person wearing it.
- If your heart rate is extremely high or low, it may indicate that the measurement is not accurate.
- If the sensor on the device is dirty, please clean it and try again. If foreign objects prevent the sensor's light from reaching the sensor uniformly, accurate measurements may not be possible.
- The measurement function may not work correctly if the sensor's light is blocked, or due to factors such as skin brightness, blood flow in the skin, or dirt on the sensor.
- While the device is attached, it may get scratched during everyday activities.
- When using exercise equipment, especially free weights such as barbells and dumbbells, or when lifting heavy objects such as metal, ceramic, or stone, please avoid wearing the device as much as possible.
- To avoid damaging the ring, please avoid wearing it with other rings or jewelry made of metal, ceramic, stone, diamonds, or similar materials. If soft metal smartphone covers or jewelry made of gold, silver, aluminum, or other materials are placed in close contact with the device, they may be scratched. Even ceramic smartphone covers can get scratched if they have a soft coating.

- If you experience any skin irritation or discomfort while wearing the device, remove it immediately and consult a doctor.
- Wearing the device for extended periods while wet may cause skin irritation.
- There is a limit to the amount of data that can be stored on the device. If the accumulated data exceeds the capacity of the memory area, older data will be deleted. The device can retain data for approximately four days; however, if the device's battery runs out, all stored data will be erased. To prevent data loss, please sync the device with the app frequently.
- Do not use, store, or leave the product in places that become hot (such as near a fire, near a heating device, inside a heated table, in direct sunlight, inside a car in direct sunlight, or in a sauna).  
If you experience heat or discomfort while using the product, remove it from your finger and stop using it until it cools down.
  - This can cause ignition, explosion, fire, burns (high or low temperatures), injury, or malfunction.
- This product uses green, red, and near-infrared light-emitting diodes (LEDs), but the light intensity is very low, making it safe for both the user and those around them.
- While the device is attached, please avoid handling the battery itself or performing any tasks that involve directly handling the battery. If both the positive and negative terminals of another battery come into contact with the main unit, there is a risk of a short circuit, similar to a regular metal ring. Please take appropriate precautions to avoid this from happening.

## Waterproof/dustproof performance

**The main unit is IPX8\*<sup>1</sup>Equivalent water resistance, IP6X\*<sup>2</sup>It has considerable dustproof performance. The charging base is not waterproof, so we recommend using it indoors. Do not use or store the charging base in high-humidity environments, such as bathrooms.**

- \*1 IPX8 means that when the device is gently submerged in fresh tap water at room temperature to a depth of 1.5 m or more in still water and then removed after approximately 30 minutes, it retains its functionality as a smart ring. This product has been tested under conditions equivalent to a water depth of 100 m.
- \*2 IP6X refers to a degree of protection, meaning that even when held for 8 hours under a maximum reduced pressure of 2kPa inside a device containing dust particles with a diameter of 75  $\mu$  m or less, no dust will enter the device.

## How to Remove the Device

Finger size can change depending on your physical condition and the time of day, which may make it difficult to remove the device from your finger. If you are unable to remove the device, try the following steps. If it still cannot be removed, seek medical attention immediately.

- Lather up some hand soap or bar soap, apply the foam between the device and your finger, and gently remove it by moving it little by little.
- Raise your hand above your heart to temporarily relieve swelling in your fingers, then remove the device while keeping your hand raised.

- In the unlikely event that the device needs to be cut, cutting the device is extremely dangerous. Be sure that the procedure is performed only by a doctor or emergency personnel. When cutting the device, cut only at the indicator (groove) on the outer side of the device. A battery is built into areas other than the indicator (groove), and cutting those areas may result in electric shock or fire.

### About the battery

The types of batteries in the device are as follows:

Display: Li-ion00 Battery type: Lithium-ion battery

### Requests for Disposal

When disposing of the device and charging base, follow the disposal rules of your local government. Rules vary depending on the local government, so please check with the local government of the region you live in.

The lithium-ion batteries used in this device are a valuable resource that can be recycled. Please cooperate with recycling.

Before disposing of the device, please perform a factory reset to restore it to its default settings.

For instructions on how to initialize (reset) the device, please visit the following website.

<https://jp.sharp/support/wearable/>



## **Requests regarding the use of Bluetooth® functionality**

- **The device supports security features compliant with the Bluetooth® standard for communication using Bluetooth® functionality; however, security may not be sufficient depending on the settings. Please exercise caution when using Bluetooth® functionality for communication.**
- **Please be aware that we cannot be held responsible for any data or information leaks that may occur during communication using the Bluetooth® function.**

### **About Wireless Functions**

The device has been certified as wireless equipment for low-power data communication systems under the Radio Law, and as proof of this, the Technical Conformity Mark is printed on the individual packaging box. Please refer to page 60 for the construction design certification number. No radio station license is required to use the device. However, the following actions may be punishable by law:

- Disassembling or modifying the device

### **About the Frequency Bands**

The device can use the 2.4 GHz band from 2.402 GHz to 2.480 GHz, but other wireless devices may also use the same frequencies. To prevent radio wave interference with other wireless devices, observe the following precautions when using the device.

### **Precautions for using Bluetooth® devices**

The frequency band used by the device is also used by home appliances such as microwave ovens, industrial, scientific, and medical devices, as well as licensed indoor radio stations for mobile unit identification used on factory production lines, specified low-power radio stations that do not require licenses, and amateur radio stations (hereinafter, referred to as "other radio stations").

1. Before using the device, please ensure that no other radio stations are operating nearby.
2. In the unlikely event that radio interference occurs between the device and "other radio stations," please immediately change your location or "turn off the power" to avoid the interference.
3. For any other questions, please contact us via the following website.  
<https://jp.sharp/support/wearable/>

**2.4 XX8**

This wireless device uses the 2.4 GHz band. Other modulation methods are used, and the interference distance is 80 m.

### **Body Material List**

| Usage location | Material used   | Surface treatment |
|----------------|-----------------|-------------------|
| Outer          | Titanium        | PVD treatment     |
| Inner          | Synthetic resin | None              |



## Main Specifications

|                                       |                                                                              |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Body size                             | Thickness 2.8 mm, Width 6.7 mm                                               |
| Body weight                           | 2.1–3.1 g*                                                                   |
| Built-in battery                      | Lithium-ion battery                                                          |
| Built-in battery capacity             | 17–22.5 mAh*                                                                 |
| Bluetooth® Core Specification         | Qualified against Bluetooth® Core 5.0                                        |
| Body Water and Dust Resistance        | IPX8 (equivalent to a water depth of 100 m) / IP6X                           |
| Body Operating Temperature            | –5° C to 45° C                                                               |
| Charging Temperature / Humidity Range | Temperature 5° C to 30° C / Humidity 35% to 80% (Non-condensing environment) |

\* Varies depending on ring size. Ring size availability: 10 sizes.

For the latest and detailed specifications, details are available on the product information website on the back cover.

Please note that specifications and appearance are subject to change without prior notice for improvement purposes.

## Care and Maintenance

- To ensure safer and more comfortable use of this product, please always keep the device software up to date.
- To avoid skin irritation, keep the device clean at all times and wear it correctly on your finger. Leaving it dirty can cause a rash. If skin irritation occurs, discontinue use immediately and consult a doctor.
- If foreign objects are attached to the sensor part of the device, it may affect the detection of the biometric authentication signal from your finger. Therefore, clean the sensor at least once a week. For cleaning, wipe with a soft cloth or hand-wash using neutral detergent and water, then dry thoroughly.
- Depending on the ingredients, sunscreen, lotion, oil, etc. that adhere to the main unit may cause discoloration or rust. When removing dirt, rinse with fresh water and dry thoroughly.

## About Warranty

For customers who purchase this product new, we guarantee a free replacement of the main unit and charging cradle within the scope of the terms and conditions described in the [Free Replacement Policy]. This warranty is valid for one year from the date of purchase.

If a malfunction occurs during the warranty period, contact us at the address below. Our designated courier service will come to your location to pick up the item, confirm the malfunction, and then deliver a replacement.

When receiving warranty service, we ask that you provide proof of purchase (such as the purchase receipt, a copy of the email, or payment details). Please keep this manual and your proof of purchase in a safe place.

★ This does not limit your legal rights.

★ For details regarding the replacement period after the warranty expires or the availability period for repair parts, please contact the Sharp Wearable Support Center below.

**Contact: Sharp Wearable Support Center**

**TEL: 050-3385-8316**

**Reception hours      Mon-Fri(Excluding Saturdays, Sundays,  
national holidays, and Sharp holidays)**

**10:00 ~ 17:00**

**Manufacturer: SHARP CORPORATION**

★ For details of the warranty stipulations, please refer to page 19 (Japanese).

The English version of the warranty stipulations is available on the support page.

## 設定指南

### 1. 下載專用應用程式 [Karada Mate]。

請透過掃描下方二維碼存取應用程式下載頁面。



[Karada Mate]

下載該應用

### 2. 啟動設備。

建議在使用前先為裝置充電。

為本體充電即可啟動本體。

請將本體放置於充電座上，並保持在充電狀態下待機。

當開始充電時，充電座的 LED 將以白色緩慢閃爍。

\* 有關詳細的充電方法，請參閱「關於充電」（第 44 頁）。

### 3. 請按照智慧型手機上 [Karada Mate] 應用程式畫面上的指示完成設定。

- 請確保您的智慧型手機已啟用藍牙® 功能。
- 如果未偵測到設備，請將設備和您的智慧型手機靠近一些，然後重試。

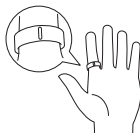
## ■ 開始使用

### 1. 連接主機

請將戒指佩戴時，使表面的標記（凹槽）朝向您的手掌。

資料儲存到裝置後，您可以使用 Karada Mate 進行確認。

睡眠數據需配戴本體入睡，並於起床後反映。



將標記（凹槽）朝向手掌，然後將其固定在尺寸合適的指頭上。

### 2. 在 Karada Mate 中確認本體的資料

即可將本體若要確認最新資料，請在 Karada Mate 的主畫面向下滑動（將螢幕向下拖曳）。

的資料同步至 Karada Mate。

請將裝置和智慧型手機靠近操作應用程式。

每天也會自動同步數次。

## 關於充電

### ■ 關於充電

1. 將市售的充電線 (USB Type-C) 連接至充電座及市售的充電轉接器，並將插頭插入插座。
2. 將本體表面的目印 (溝) 對準充電座的 LED 位置，並將本體放置於充電座上。充電開始時，充電座的 LED 會以白色緩慢閃爍。
3. 電池充滿後，充電座的 LED 會變為藍色恆亮。
  - \* 可於 Karada Mate 中確認電池剩餘電量。  
顯示的剩餘電量僅供參考，建議預留充裕時間提早充電。
  - \* 若充電座的 LED 以白色快速閃爍，請確認智慧戒指本體上是否附著異物，並確認本體是否已正確放置於充電座上。確認後，請將充電線 (USB Type-C) 拔除並重新插入，然後再次嘗試充電。若問題仍未改善，請聯絡「夏普穿戴裝置支援中心」。(請參閱第 57 頁)
  - 充電座的端子為 USB Type-C。由於充電轉接器的端子形狀因產品而異，請準備與其相符的連接線。亦可使用附有 USB Type-C 連接線的市售充電器進行充電。請勿使用製造商、銷售商或規格不明的產品。
  - 請勿使用電腦或智慧型手機的 USB 端子 (支援 USB 3.x、USB4) 進行充電。
  - 充電座不具備防水／防塵性能。充電時，請務必確認以下事項。

- 請確認智慧戒指本體上未附著水滴或藥品(如護膚霜等)。若有異物附著，請以清水沖洗後，用乾燥且乾淨的布擦拭，並自然乾燥後再進行充電。
- 如發現異常或破損情況，請立即停止使用，並聯絡夏普穿戴裝置支援中心。(請參閱第 57 頁)

## ■ 關於未長期使用該產品的問題

- 如果您將長時間存放本產品而不使用，請將其從充電底座上取下，並透過應用程式螢幕關閉電源，以降低電池效能下降。
  - \* 點選螢幕右上角已連接的裝置。在出現的下一個畫面上，您可以關閉電源。
- 即使是長期存放，大約每六個月為設備充電一次，然後在存放前再次將其關閉。
- 重新啟動本體時，請將本體放置於通電狀態的充電座上。
- 若長時間不使用本產品，請徹底擦去汗水、污垢或水分，並將其存放在遠離高溫、低溫和高濕度的地方。

## 安全注意事項 (請務必遵守)

- 使用前，請仔細閱讀這些「安全注意事項」並正確使用本產品。另外，閱讀後請妥善保管。
- 此處列出的注意事項是為了預防對使用者或他人造成傷害以及造成財產損失，因此請務必遵守。
- 以下各分類標示說明若不遵守標示警告內容，以錯誤的方式使用產品時可能造成的傷害或損壞程度。

|                                                                                             |                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
|  <b>危險</b> | 此標籤表示操作不當「可能會導致即將發生的死亡或嚴重傷害的危險 (*1)」之內容。 |
|  <b>警告</b> | 此標籤表示操作不當「可能會導致死亡或重傷 (*1)」之內容。           |
|  <b>注意</b> | 此標誌表示操作不當「可能會導致輕傷 (*2) 和財產損失 (*3)」之內容。   |

\*1 重傷：指留下後遺症的傷害，例如失明、燒傷（高溫或低溫）、受傷、觸電、骨折或中毒等，以及需要住院或長期門診治療的傷害。

\*2 輕傷：指不需要住院或長期門診治療的燒傷（高溫或低溫）、受傷、觸電等。

\*3 財產損失：指建築物、家財以及家畜、寵物等相關的擴大損害。



## 危險

**不要將其投入火中或加熱。**

- 內建電池可能會著火、破裂、過熱或洩漏，可能造成火災、燒傷或人身傷害。

**請勿在高溫場所（例如火源附近、加熱設備附近、加熱桌內、陽光直射處、陽光直射的汽車內或桑拿房內）使用、存放或放置本產品。如果在使用本產品時感到發熱或不適，請將其從手指上取下並停止使用，直到其冷卻。**

- 這可能導致點火、爆炸、火災、燒傷（高溫或低溫）、受傷或故障。

**請勿放置在微波爐、電磁爐或其他暖氣器具、壓力鍋或其他高壓容器內或附近。**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷、觸電和故障。

**請勿鑽孔或對產品進行任何更改。**

- 這會導致火災、燒傷、受傷和其他問題。

**充電座不防水、不防塵。請勿讓水或其他液體（飲用水、汗水、海水、寵物尿液等）滲入或沾溼充電座的連接端子。**

**請勿在本體處於潮濕狀態下使用，亦請勿在浴室或加濕器附近等可能接觸水的場所進行充電。此外，請勿存放於高溫、高濕或灰塵較多的場所。**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷和觸電。

**如果充電底座完全浸入水中，請勿使用本裝置。裡面可能還有殘留的水。**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷和觸電。

## 警告

請勿在充電底座和主機之間貼上或放置任何金屬物體（例如金屬貼紙或金屬夾子）。

- 這會導致火災、燒傷、受傷和其他問題。

充電時請勿用布或紙覆蓋或包裝設備。

- 這可能導致火災、燒傷、受傷和觸電。

請勿讓嬰幼兒或無法表達者使用本產品。

（請小心，不要觸摸）

- 這可能會導致事故和其他問題。

為防止意外吞食，請勿將本設備放在嬰兒或幼兒能夠到達的地方，也不要放在寵物能夠到達的地方。

- 吞食該裝置可能會導致窒息或胃腸道損傷。如果你已經吞嚥了它，或者懷疑自己可能吞嚥了它，請立即就醫治療。

使用藍牙® 功能時，請將本產品與植入式心臟節律器和植入式除顫器等醫療電子設備的連接部位保持至少 15 公分的距離。

- 無線電波可能會對這些醫療電子設備的運作產生負面影響。

如需在醫院使用藍牙® 功能，請遵循您的醫療保健提供者的指示。

- 這可能會對其他醫療電氣設備的運作造成不利影響。

如果您體內植入了心臟節律器或植入式心臟復律去顫器（ICD），請在使用充電底座前諮詢您的醫生。

- 無線電波會對醫療電子設備的運作產生負面影響。

**如果內建電池內部的任何物質洩漏，請勿讓其接觸您的皮膚（臉部、手部等）或衣物。**

- 這可能會對眼睛和皮膚造成損傷。如果內容物進入眼睛或嘴裡，或接觸到皮膚或衣服，請立即用清水沖洗。

如果產品進入眼睛或嘴裡，請徹底沖洗並立即就醫。

**請勿拆卸或改造。（包括貼上貼紙）**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷、觸電和故障。

**如果發生煙霧、氣味或噪音等任何異常情況，請停止使用。**

- 在設備處於異常狀態時使用可能會導致火災、燒傷、受傷或觸電。

**請務必使用附屬充電座對裝置進行充電或存放。**

- 使用其他設備充電可能會導致火災、燒傷、受傷、觸電，以及對內建電池造成損壞，例如漏液、過熱或爆炸。

**如果開始打雷，請勿觸摸電源線、電源供應器或充電底座。**

- 這可能會導致觸電和其他危險。

### **注意**

**若產品已損壞，請勿使用。**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷和觸電。

**請勿讓本裝置受到強烈撞擊，例如掉落本裝置或在裝置上放置重物。**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷、觸電和故障。

**當設備被液體（水、飲用水、汗水、海水、寵物尿液等）浸濕時，請勿充電或插拔電源線。另外，請勿用濕手觸摸。**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷、觸電和故障。

**請勿使用稀釋劑或苯等任何化學物質浸泡或擦拭。**

- 這可能會導致故障或損壞。

**如果在充電時發現任何異常發熱，請停止充電。**

- 設備過熱時充電會導致火災、燒傷、受傷和其他問題。

**請勿存放於高溫、高溫或灰塵過多的地方。**

- 這可能導致火災、燒傷、受傷和觸電。

**請確保充電底座的連接器已牢固插入。**

- 如果插頭沒有完全插入，可能會因過熱而導致觸電或火災。

## 操作注意事項

**牢記以下幾點對於防止產品故障和確保最佳效能至關重要。請仔細閱讀並正確使用。**

- 本產品並非醫療器材。本產品及卡拉達伴侶並非用於診斷、治療、治癒或預防疾病或醫療狀況，也不能用於醫療用途。本產品及 Karada Mate 提供的資訊和指導僅供參考，不能取代醫生或醫療專業人員的診斷和治療等服務。如果您對本產品或 Karada Mate 提供的資訊或指導有任何疑問，請諮詢醫生等醫療專業人員。對於遵循本產品和 Karada Mate 提供的資訊和指導而採取的行動可能引起的任何健康問題，我們概不負責。如果您根據從本產品和 Karada Mate 獲得的資訊和指導對您的睡眠或生活方式做出任何改變，您需自行承擔責任，並且這樣做即視為您已同意這些改變的內容。使用本產品和卡拉達瑪黛茶時，請仔細觀察身體的任何變化或反應，並在舒適的範圍內使用。如果您因睡眠或生活方式的改變而出現意外疼痛、疲勞或持續不適，我們建議您諮詢醫生。

- 使用本產品後，如果手指出現發紅或皮膚刺激，請立即停止使用。若在未使用裝置本體下症狀持續超過 2-3 天，請諮詢醫生。
- 此設備感測器的精度可能會因周圍環境、測量條件以及佩戴者的生理狀態而降低。
- 如果你的心率過高或過低，可能表示測量結果不準確。
- 如果設備上的感應器髒了，請清潔後再試一次。如果異物阻礙光線均勻地照射到感測器上，則可能無法進行精確測量。
- 如果感測器的光線被遮擋，或由於皮膚亮度、皮膚血流或感測器上的污垢等因素，測量功能可能無法正常運作。
- 在設備佩戴期間，在日常活動中可能會被刮傷。
- 使用健身器材時，尤其是使用槓鈴、啞鈴等自由重量器材，或舉起金屬、陶瓷或石頭等重物時，請盡量避免配戴此器材。
- 為避免損壞戒指，請避免與其他金屬、陶瓷、寶石、鑽石或類似材質的戒指或首飾一起佩戴。如果將柔軟的金屬智慧型手機保護殼或由金、銀、鋁或其他材質製成的首飾與設備緊密接觸，可能會被刮傷。即使是陶瓷手機殼，如果表面塗層較軟，也可能被刮傷。
- 配戴本設備時，如出現任何皮膚刺激或不適，請立即取下並諮詢醫生。
- 長時間配戴潮濕的設備可能會導致皮膚刺激。
- 本體可儲存的資料容量有限。當累積的資料超過記憶體容量時，較舊的資料將會被刪除。本體約可保留約四天的資料，但若本體電池耗盡，所有已儲存的資料將會被清除。為避免資料遺失，請定期並頻繁地與應用程式進行同步。

- 請勿在高溫場所（例如火源附近、加熱設備附近、加熱桌內、陽光直射處、陽光直射的汽車內或桑拿房內）使用、存放或放置本產品。  
如果在使用本產品時感到發熱或不適，請將其從手指上取下並停止使用，直到其冷卻。
  - 這可能導致點火、爆炸、火災、燒傷（高溫或低溫）、受傷或故障。
- 本產品採用綠色、紅色和近紅外線發光二極體（LED），但光強度非常低，對使用者和周圍的人都很安全。
- 設備連接後，請避免接觸電池本身或進行任何涉及直接接觸電池的操作。如果另一顆電池的正負極都與主機接觸，就會有短路的風險，類似普通的金屬環。故為避免上述情況發生，請適當小心注意。

## 防水／防塵性能

主機為 IPX8<sup>\*1</sup> 等效防水等級，IP6X<sup>\*2</sup> 它具有相當好的防塵性能。充電座不防水，建議在室內使用。請勿在浴室等潮濕場所使用或存放充電底座。

- \*1 IPX8 係指在常溫下，將本體於靜止的自來水中輕輕浸入 1.5 公尺以上水深，並放置約 30 分鐘後取出時，仍可作為智慧戒指正常運作之性能。本產品已在相當於水深 100 公尺的條件下進行測試。
- \*2 IP6X 指的是防護等級，這意味著即使在設備內部含有直徑為 75μm 或更小的灰塵顆粒，並在最大 2kPa 的低壓下放置 8 小時，也不會有灰塵進入設備。

## 如何拆卸主機

手指尺寸會隨著身體狀況和一天中時間的變化而變化，這可能會使從手指上取下設備變得困難。如果您無法移除裝置本體，請嘗試以下操作，如果仍然無法移除，請立即就醫。

- 取一些洗手液或香皂，將泡沫塗抹在設備和手指之間，然後輕輕地一點一點地將其去除。
- 將手舉過心臟，暫時緩解手指腫脹，然後保持手舉高，取下裝置。
- 萬一必須對裝置本體進行切斷時，由於切斷作業極為危險，請務必由醫師或救護人員執行。進行切斷時，請僅切斷本體外側的目印（溝）部分。除目印（溝）以外的部位內建有電池，若於該處切斷，可能有觸電或起火的危險。

## 關於電池

該設備中使用的電池類型如下：

顯示器：Li-ion00 電池類型：鋰離子電池

## 關於處置的請求

處理主機和充電底座時，請遵守當地市政當局的廢棄物處理規定。規則因當地政府而異，請諮詢您居住地的當地政府。

該設備中使用的鋰離子電池是一種可回收的寶貴資源。請協助回收。

在丟棄設備之前，請執行恢復原廠設定操作，將其恢復到預設設定。

有關如何初始化（重設）設備的說明，請至下列網站確認。

<https://jp.sharp/support/wearable/>



## 關於使用藍牙® 功能的請求

- 本設備支援符合藍牙® 標準的通訊安全功能，但根據設定的不同，安全性可能不足。使用藍牙® 功能進行通訊時請務必謹慎。
- 請注意，對於使用藍牙® 功能進行通訊過程中可能發生的任何資料或資訊洩露，我們概不負責。

### 關於無線功能

該設備本身已根據《無線電法》認證為低功率數據通訊系統無線電設備，並且技術合規標誌印在單獨的包裝上作為證明。請核對施工設計證明書編號請參閱 60 頁。使用裝置本體不需要廣播電台許可證。但下列行為可能受到法律處罰：

- 拆卸 / 改裝主機

### 關於頻段

該設備本身可使用 2.4GHz 頻段的 2.402GHz 至 2.480GHz 頻率，但其他無線設備也可能使用相同的頻率。為防止與其他無線設備的無線電波發生干擾，請在使用本設備時遵守以下注意事項。

### 使用藍牙® 裝置時的注意事項

主機使用的頻段也被微波爐等家用電器、工業、科學和醫療設備以及工廠生產線上用於移動識別的授權現場無線電台、無許可低功率無線電台、業餘無線電台等（以下簡稱“其他無線電台”）使用。

1. 在使用本設備前，請確保附近沒有其他廣播電台正在運作。
2. 如果設備與「其他電台」之間發生無線電干擾（這種情況極少發生），請立即改變您的位置或「關閉電源」以避免干擾。



3. 如有其他疑問，請透過以下網站與我們聯絡。

<https://jp.sharp/support/wearable/>

**2.4 XX8**

此無線設備使用 2.4GHz 頻段，也採用了其他調製方法，  
幹擾距離為 80 公尺。

## 本體材質清單

| 使用位置 | 使用材料 | 表面處理   |
|------|------|--------|
| 外側   | 鈦    | PVD 處理 |
| 內側   | 合成樹脂 | 無      |

## 主要規格

|                 |                                     |
|-----------------|-------------------------------------|
| 本體尺寸            | 厚度 2.8 mm，寬度 6.7 mm                 |
| 本體重量            | 2.1 ~ 3.1 g*                        |
| 內建電池            | 鋰離子電池                               |
| 內建電池容量          | 17 ~ 22.5 mAh*                      |
| Bluetooth® 核心規範 | 符合 Bluetooth® Core 5.0              |
| 本體 防水與防塵性能      | IPX8（相當於水深 100 m）／ IP6X             |
| 本體動作溫度          | -5° C ~ 45° C                       |
| 充電溫度／濕度範圍       | 溫度 5° C ~ 30° C／濕度 35% ~ 80%（無結露環境） |

\* 依戒圍尺寸而異。戒圍共 10 種尺寸。

最新且詳細的規格可於封底的產品資訊網站查閱。

規格及外觀可能因改良而不經通知隨時變更，敬請見諒。

## 維護

- 為了讓您更安全、舒適地使用本產品，請務必將本體軟體保持在最新狀態後再行使用。
- 為避免皮膚刺激，請始終保持設備清潔，並正確地佩戴在手指上。若在髒污狀態下穿戴，可能會引起發炎。  
如果出現皮膚發炎，請立即停止使用並諮詢醫生。
- 如果異物附著在裝置的感測器部分，可能會影響您手指生物特徵認證訊號的偵測。因此，請每周至少清潔一次感測器。清潔時，請用軟布擦拭或用溫和的清潔劑和水手洗，然後徹底擦乾。
- 根據成分的不同，防曬霜、乳液、油等粘附在主機上的物質可能會導致變色或生鏽。清除污垢後，用清水沖洗並徹底晾乾。

## 關於保固

對於購買本產品的新客戶，我們保證在【免費更換政策】所述條款和條件的範圍內免費更換主機和充電底座。此保固自購買日起有效期限為一年。如果在保固期內發生故障，請透過以下方式與我們聯絡。我們指定的快遞服務人員將到您所在地點取走物品，確認故障狀況，然後送來替換品。在申請保固服務時，請提供提供購買證明（購買收據、電子郵件副本或付款明細等）。請妥善保管本手冊及購買證明。

- ★ 這並不限制您的合法權益。
- ★ 有關保固期滿後的更換期限或維修零件供應期限的詳細信息，請聯絡下列夏普穿戴裝置支援中心。

**聯絡方式：夏普穿戴裝置支援中心**

**電話：050-3385-8316**

**接待時間 週一至週五（不含週六、週日、法定假日和夏令時假期）**

**10:00 ~ 17:00**

**製造商：夏普公司**

- ★ 有關保固規定的詳細內容，請參閱第 19 頁（日文）。  
保固規定的繁體中文版本已刊載於支援頁面。

## 輸出管理規制／Output Management Regulations／ 輸出管理規制

本体および付属品は、日本輸出管理規制（「外国為替及び外国貿易法」およびその関連法令）の適用を受ける場合があります。

また米国再輸出規制（Export Administration Regulations）の適用を受ける場合があります。本体および付属品を輸出および再輸出する場合は、お客さまの責任および費用負担において必要となる手続きをお取りください。詳しい手続きについては経済産業省または米国商務省へお問い合わせください。

The main unit and accessories may be subject to Japanese export control regulations ("Foreign Exchange and Foreign Trade Act" and related laws and regulations).

Furthermore, it may be subject to U.S. Export Administration Regulations. If you export or re-export the main unit and accessories, you are responsible for taking all necessary procedures and bearing all associated costs. For detailed procedures, please contact the Ministry of Economy, Trade and Industry or the U.S. Department of Commerce.

主機和配件可能受日本出口管制條例《外匯及對外貿易法》及相關法律法規）的約束。

此外，它可能受美國出口管理條例的約束。如果您出口或再出口主機及配件，您有責任辦理所有必要手續並承擔所有相關費用。有關詳細程序，請聯絡經濟產業省或美國商務部。

## 商標／ Trademark ／ 商標

### ■ 商標について

- 本製品は株式会社 SOXAI の SOXAI OS™ を搭載しています。



- QR コードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。
- Bluetooth® は、米国 Bluetooth® SIG, Inc. の登録商標です。
- Android は、Google LLC の商標です。
- USB Type-C™ は USB Implementers Forum の商標です。
- SHARP ロゴ、からだメイトは、シャープ株式会社の登録商標です。
- その他の社名および商品名は、それぞれ各社の商標または登録商標です。

### ■ Trademarks

- Company names and product names appearing in this instruction manual are trademarks or registered trademarks of their respective companies.

### ■ 關於商標

- 本使用說明書中所載之公司名稱及產品名稱，均為各公司之商標或註冊商標。

**工事設計認証番号／ Construction design certification  
number／ 施工設計認証編號**

-  図 005-103721 : 4 号 / No. 4 / 4 號     図 005-103726 : 9 号 / No. 9 / 9 號
-  図 005-103722 : 5 号 / No. 5 / 5 號     図 005-103727 : 10 号 / No. 10 / 10 號
-  図 005-103723 : 6 号 / No. 6 / 6 號     図 005-103728 : 11 号 / No. 11 / 11 號
-  図 005-103724 : 7 号 / No. 7 / 7 號     図 005-103729 : 12 号 / No. 12 / 12 號
-  図 005-103725 : 8 号 / No. 8 / 8 號     図 005-103801 : 13 号 / No. 13 / 13 號



## 製品情報／ Product Information ／ 產品資訊



<https://jp.sharp/wearable/>

本製品、からだメイトのご利用に関する詳細は上記をご確認ください。

Please check the above for details regarding the use of this product, Health Monitor.

有關本產品「Karada Mate」的使用詳情請參閱以上內容。

製造元／ Manufacturer ／ 製造商：

シャープ株式会社／ SHARP CORPORATION ／ 夏普公司

本社

〒 541-8522 大阪府大阪市中央区久太郎町二丁目 1 番 25 号

26D RK