CITIZEN

電子添文

アプリ「添文ナビ」でお読みください

(01)04562191603522

取扱説明書 保証書付

シチズン上腕式血圧計

CHU703-KU / CHU7031

- ご使用前に本書を必ずお読みください。
- 本書は保証書を兼ねています。紛失しないよう大切に保管してください。
- ご使用中は必ず本書をお手元に置いてください。
- 取扱説明書および電子化された医療機器添付文書に従わない使用がなされた場合、および、勝手に何らかの修理、改造、分解、再調整がなされた場合について、製造販売業者は一切の責任を負うことができませんのでご注意ください。
- 本製品の使用目的は、健康管理のために収縮期血圧（最高血圧）および拡張期血圧（最低血圧）を非観血的に測定することです。

製品に表示されているシンボルの意味	
	安全にお使いいただくため、取扱説明書を必ずお読みください。
	BF形装着部
IP20	IP保護等級とは、IEC（国際電気標準会議）60529 によって規定された本体による保護構造を等級分類するものです。本製品は、指などの直径12.5mm以上の固形物に対して保護されています。水の侵入に対する保護はありません。

1. 安全上のお願い

ご使用の前に、この「安全上のお願い」をよくお読みください。

⚠ 警　告	人が死亡または重傷を負う可能性が想定される場合
⚠ 注　意	人が傷害を負ったり、物的損害*の発生する可能性が想定される場合

＊ 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。

強制 必ず実行していただく「強制」内容です。

禁止 してはいけない「禁止」内容です。

⚠ 警　告

- 測定部位の血流が少ない方、血管脈の弱い方、不整脈の頻度の高い方は測定できないことがあります。その判断は医師によります。使用前に必ず医師に相談してください。
- 医師の指導を受けてご自身で測る場合があります。医師の指示に従い正しく測定しましょう。
- 測定結果の自己判断、および治療は危険です。必ず医師の指導に従ってください。
  → 自己判断は、病気の悪化につながるおそれがあります。
- 心臓疾患、その他循環器疾患、重度の血行障害のある方、ペースメーカーをご使用の方や乳腺切除した方、妊娠中の方は、医師の指導に従ってください。
  → 体調不良をおこすおそれがあります。
- 電池の液が目に入ったり、皮膚に付着したときは、すぐに多量の水で洗い流し、医師の治療を受けてください。
  → けがなどの原因になります。
- 傷などの未治癒の腕にカフ（腕帯）を巻かないでください。
  → 症状を悪化させるおそれがあります。
- 治療中で点滴静脈注射や輸血をおこなっている腕にカフ(腕帯)を巻かないでください。
  → けがや事故をおこすおそれがあります。
- 電気メスなど電気手術器やMRI、CTスキャナーなど他の医療機器がある場所で使わないでください。
  → 事故や誤作動の原因になります。
- 病院内の麻酔ガスなど可燃性ガスの近くで使用しないでください。
  → 引火の可能性があります。
- 病院内の高圧酸素室や、酸素テント内など高濃度酸素下では使用しないでください。
  → 発火の可能性があります。
- 乳幼児の手の届くところに保管しないでください。
  → エアホースプラグや乾電池など小さい部品を飲み込んだり、エアホースが首に絡まったりして、窒息や事故、けがの原因になります。

⚠ 警　告

- 分解・修理・改造をしないでください。
  → 事故やけがのおそれや、本体が故障する原因になります。
- 本製品は電磁妨害（EMD）に関して、特別な注意が必要です。必ず、EMD技術資料に記載されたEMD情報にもとづいて、使用してください。
  - 携帯電話および移動無線周波（RF）通信機器により、影響を受けることがありますので、30cm以上離して使用してください。
  - 他の機器に密着させたり、重ねた状態で使用しないでください。
  - アクセサリー/オプション品は、弊社の指定品を使用してください。指定品以外のアクセサリー/オプション品を使用すると電磁放射波（エミッション）が増加したり妨害に対するイミュニティが低下したりすることがあります。

ACアダプター使用上の注意のお願い

- ご使用にならないときは、必ず電源プラグをコンセントから抜いてください。
  → 感電や火災、故障の原因になります。
- ACアダプターを抜くときは、コードを引っ張らず、必ず電源プラグを持って抜いてください。
  → 感電や火災、故障の原因になります。
- 電源プラグのほこりは拭き取ってください。
  → 感電や火災、故障の原因になります。
- 専用のACアダプター以外は、使用しないでください。
  → 感電や火災、故障の原因になります。
- ACアダプターはぬれた手で、コンセントから抜き差ししないでください。
  → 感電や火災、故障の原因になります。
- ACアダプターのコードやプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しないでください。
  → 感電や火災、故障の原因になります。
- 電源コードを無理に曲げたり、ねじったり、使用時に束ねたりしないでください。
  → 感電や火災、故障の原因になります。

- ACアダプターをお買い求めになる場合は、販売店または弊社お客様相談室（0120-88-6295）にお問い合わせください。

⚠ 注　意

- 気温40°C以上または10°C以下の環境に血圧計を保管した場合は、使用環境範囲内の気温に2時間以上置いてからご使用ください。
  → 誤作動の原因になります。
- 乳幼児や意思表示ができない方へのご使用はおやめください。
  → 事故やけがの原因になります。
- 下記の状態や症状をお持ちの方は、医師の指導に従いご使用ください。
  - 一般的な不整脈（心房性・心室性期外収縮、心房細動など）
  - 動脈硬化症　・かん流不良　・糖尿病　・腎臓疾患
  - 妊娠中や妊娠性高血圧腎症(妊娠中毒症)
  - 乳腺切除した方　・血管内挿管や動静脈シャントのある方
  - 未成年の方

  → 正しく測定できないことがあります。
- 同梱のカフ（腕帯）以外は使用しないでください。
  → 誤測定や誤作動の原因になります。
- 他の医療機器と併用しないでください。
  → 誤作動の原因になります。
- カフ(腕帯)を巻いた側の腕や手に装着した医療機器がある場合、カフ（腕帯）の加圧によって、医療機器の機能に一時的な影響をおよぼすおそれがあります。
- 長期的な血流障害などを起こさないように腕の状態を確認し、異常の発生を感じたときは直ちに使用を中止してください。
  → 事故やけがの原因になります。
- 血圧測定以外に使用しないでください。
  → 事故やけがの原因になります。
- 古い電池と新しい電池、種類の違う電池を同時に使用しないでください。
  電池の ⊕⊖ の向きを間違えないようにしてください。
  → 漏液、発熱、破裂などをおこし、本体が破損する原因になります。
- 本体に無理な力を加えたり、落としたりしないでください。
  → 故障の原因になります。
- 本製品は在宅での自己血圧測定に使用するものです。不特定多数の被験者が対象となる医療機関・公共の場所で使用しないでください。

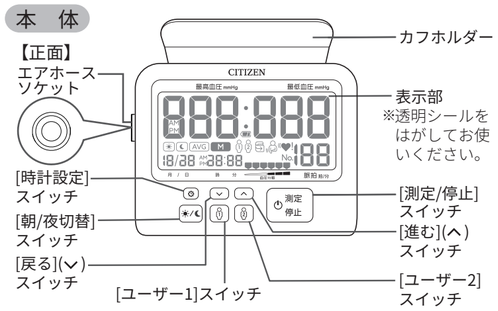
2. 付属品

以下の物がそろっているかご確認ください。

- 本体
- 単3形アルカリ乾電池4本（モニター用）
- 専用ACアダプター　型式：AC-230CZ（CHU703-KUのみ）
- カフ（腕帯）　型式：SCN-012D
- 取扱説明書/保証書

3. 各部のなまえ

本　体



保証規定

つぎのような場合には保証期間内でも有料修理になります。

- 誤ったご使用またはお取扱いによる故障または損傷。
- 保管上の不備によるもの、およびご使用者の責に帰すと認められる故障または損傷。
- 火災、地震、水害、異常電圧、指定以外の電源およびその他の天災地変や衝撃などによる故障または損傷。
- 保証書のご提示がない場合。
- 保証書のお買い上げ日、販売店名などの記載に不備がある場合、あるいは字句を書き換えられた場合。
- ご使用後の外装面のキズ、破損、外装部品、付属品、消耗品などの交換。

※ お買い上げの販売店にご持参いただく場合の諸費用や弊社にご送付いただく場合の送料などは、お客様の負担となります。

- 保証書の再発行はいたしませんので大切に保管してください。
- 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.

保証書

CITIZEN

本書は、お客様が取扱説明書に従って正しく使用したにもかかわらず、万一故障した場合、本保証規定に従ってお買い上げ後 1 年間は無料修理をおこなうことをお約束するものです。お客様にご記入いただきました本保証書は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検のために記載内容を利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。

型式：CHU703-KU / CHU7031	お買い上げ日：　年　月　日
ご住所：	
お名前：	
販売店名および住所：	

シチズン・システムズ株式会社

〒188-8511　東京都西東京市田無町 6-1-12

0120-88-6295（お客様相談室）

受付時間：10～17 時　月～金（祝日、年末年始を除く）

通話料金は無料です。

E-mail: support@systems.citizen.co.jp

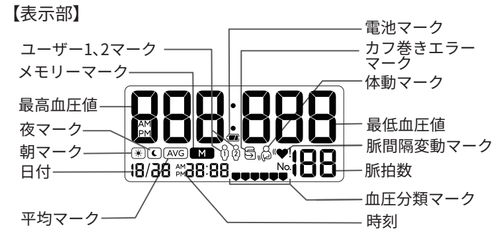
https://csj.citizen.co.jp

この二次元コードはこの説明書の識別用のものです。

検査証：本製品は弊社の定められた検査に合格しております。

2501

【表示部】



カフ（腕帯）

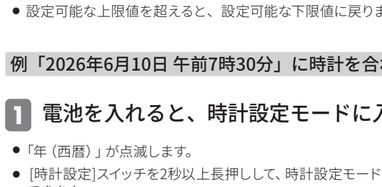
型式：SCN-012D

- 適用腕周範囲：22.0～32.0cm
- 腕周囲が22cm未満の方、32cmを超えた方が測定した場合、正しく血圧を測定できない場合があります。
- カフ（腕帯）は消耗品です。カフ（腕帯）の寿命は、約2,000回［1日6回（朝夜各3回）の測定で約1年］です。カフ（腕帯）が汚れたり、破損や空気漏れするなどして新しくお求めになる場合は、販売店または弊社お客様相談室（0120-88-6295）にお問い合わせください。

4. 電池を入れましょう

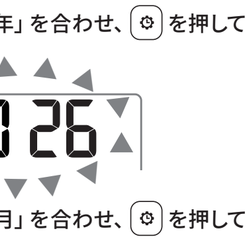
1 本体底面にある電池カバーを外します

- フックに指をひっかけて、下に押すようにしてカバーを開けます。



2 電池を入れます

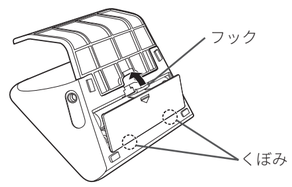
- ⊕⊖を間違えないように、必ずバネの出ている ⊖ 側から入れてください。



- アルカリ電池、マンガン電池、ニッケル水素充電池以外は使用しないでください。
  また、これらの電池を混ぜて使用しないでください。
- ニッケル水素充電池は、エネループをご使用ください。
- 電池交換してもメモリーは保持されています。また、電池交換後は時計を合わせてください。

3 電池カバーを閉めます

- 電池カバーのツメを本体底面のくぼみに差し込み、「カチッ」と音がするまで、電池カバーのフックを閉めます。



5. 時計を合わせましょう

本製品は測定結果を、日付・時刻とともに記録することができます。時計を常時表示させることもできますので、毎日同時刻に測定するなど、日々の健康管理にお役立てください。時計設定をしないで測定した場合は、測定結果に日付・時刻は記録されず、血圧の測定結果のみ測定した順に記録されます。

時計合わせの手順

1 → 2 → 3 → 4 → 5 → 6 → 7 → 8

1 時計設定モード　2 「年」　3 「月」　4 「日」　5 「時」　6 「分」　7 時間切替(12H/24H)　8 時刻表示切替

- [時計設定] スイッチを押すたびに時計の設定箇所が点滅します。点滅中（3分間）は入力できます。
- 設定可能な上限値を超えると、設定可能な下限値に戻ります。

例「2026年6月10日 午前7時30分」に時計を合わせる場合

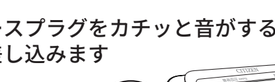
1 電池を入れると、時計設定モードに入ります

- 「年（西暦）」が点滅します。
- [時計設定]スイッチを2秒以上長押しして、時計設定モードに入ることもできます。

2 ∨ や ∧ を押し「年」を合わせ、⚙ を押して決定します

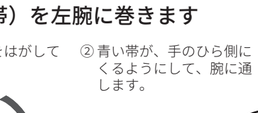
3 ∨ や ∧ を押し「月」を合わせ、⚙ を押して決定します

4 ∨ や ∧ を押し「日」を合わせ、⚙ を押して決定します



5 ∨ や ∧ を押し「時」を合わせ、⚙ を押して決定します

- 「AM」は午前、「PM」は午後のことです。

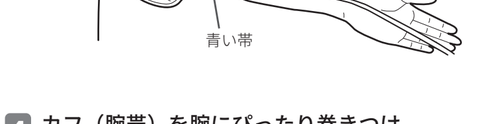


6 ∨ や ∧ を押し「分」を合わせ、⚙ を押して決定します

7 ∨ や ∧ を押し、時間表示の切替(12H/24H)を選び、⚙ を押して決定します

- 例：午後1時のとき
  「12H」のときは「PM1:00」、「24H」のときは「13：00」と表示されます。

8 ∨ や ∧ を押し、時計の表示方法を選び、⚙ を押して決定します



- 時計を表示しないときは、「OFF」を選びます。

時計を修正する場合

いずれかの設定（時計や表示方法等）を修正する場合は、設定を最後まで終了させた状態で、[時計設定]スイッチを2秒以上長押しします。画面に「西暦年」が点滅しますので、「5. 時計を合わせましょう」の手順2から操作してください。

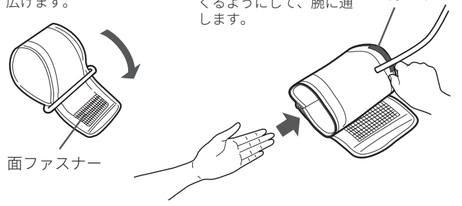
6. カフ（腕帯）を巻きましょう

1 エアホースプラグをカチッと音がするまで本体に差し込みます

2 カフ（腕帯）を左腕に巻きます

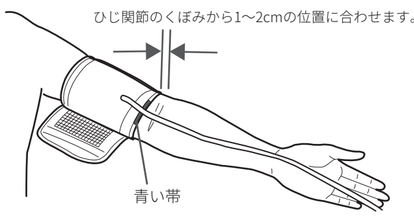
①面ファスナーをはがして広げます。

② 青い帯が、手のひら側にくるようにして、腕に通します。



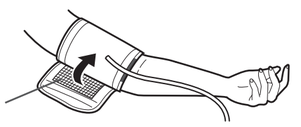
- カフ（腕帯）は素肌、もしくは薄い肌着の上から巻いてください。
- 厚い上着を着ている場合は、脱いでからカフ（腕帯）を巻いてください。また、衣服などをまくり上げると、上腕部が圧迫されて正しく測定できない場合があります。

3 カフ（腕帯）の青い帯を腕の中心に合わせます



4 カフ（腕帯）を腕にぴったり巻きつけ、面ファスナーで固定します

- 巻きつけがゆるすぎたり、きつすぎたりすると、正しく測定できないことがあります。



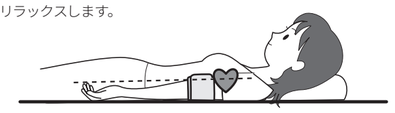
7. 測定しましょう

1 正しい姿勢をとります

- 血圧は測定するときの姿勢や時刻によって変化します。毎日同じ時刻に、背筋を伸ばし正しい姿勢で、深呼吸をしてリラックスして測りましょう。

1. 姿勢を整えましょう
2. カフ（腕帯）を心臓と同じ高さにしましょう
3. 手のひらを上に向けて、力を抜きましょう
4. 脚を組まないようにしましょう

- 寝て測る場合は、あお向けになり、手のひらを上にして腕を伸ばし、リラックスします。



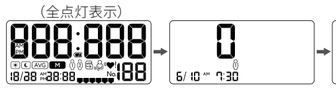
2 表示部の測定ユーザーを確認します

- 表示部に①または②のどちらが点灯しているか確認します。
  測定ユーザーを切り替えたいときは、[ユーザー1]スイッチまたは[ユーザー2]スイッチを押して、ユーザーを切り替えてください。

3 測定/停止 を押して測定を開始します

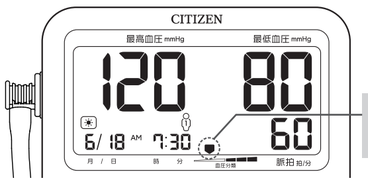
【表示部】

（全点灯表示）



- 脈拍を感知すると ♥ が点滅します。
- 全点灯表示時の 🔋 は、電池交換のお知らせではありません。
- **測定中、測定を止めるときや、強い圧迫感などの異常を感じたときは、［測定/停止］スイッチを押してください。スイッチを押しても空気が抜けない場合は、本体からエアホースプラグを抜き、腕からカフ（腕帯）を外してください。**

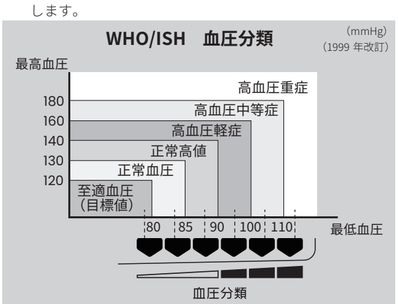
4 測定結果が表示されます



血圧値に応じた血圧分類マークが点灯します。

血圧分類マーク

WHO（世界保健機関）/ ISH（国際高血圧学会）の血圧分類でどの領域にあるかを、6段階の血圧分類マークでお知らせします。



体動マーク

測定中にからだや腕などが動いて、大きな圧力変化を検出した場合に点灯します。正しく測れていないことがありますので、安静にして、もう一度測定してください。

脈間隔変動マーク

測定中の脈の間隔が不規則な場合、測定終了後に点灯します。測定中の脈の間隔が大きく変動すると、正しく測れていないことがありますので、安静にして、もう一度測定してください。**頻繁に表示される場合は、ご自身の健康状態について医師に相談してください。**

カフ巻きエラーマーク

カフ（腕帯）の巻き方がゆるい場合に点灯します。
カフ（腕帯）を一度外し、ぴったり正しく巻きなおして、もう一度測定してください。

5 測定後 測定/停止 を押して測定を終了し、カフ（腕帯）をカフホルダーに収納します

- 押し忘れても、約3分後に自動的に終了します。

マニュアル加圧

カフ（腕帯）を巻き、測定ユーザーを確認後、［測定/停止］スイッチを押し続け、停止したい圧力値（最高血圧値より約40mmHg高い）でスイッチを離すと、その圧力値で加圧を停止させることができます。加圧上限値は280mmHgです。

8. 測定結果を呼び出しましょう

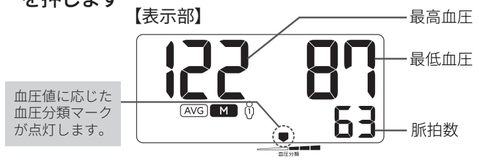
90回分の測定結果を2人分（ユーザー1、ユーザー2）記録できます。最新3回分の平均値も自動的に計算されますので、日々の健康管理にお役立てください。

1 呼び出したいユーザーが、表示部に点灯されているか確認します

- 表示部に①または②のどちらが点灯しているか確認します。
  呼び出したいユーザーを切り替えたいときは、[ユーザー1]スイッチまたは[ユーザー2]スイッチを押して、ユーザーを切り替えてください。

2 呼び出したいユーザースイッチ（①または②）を押します

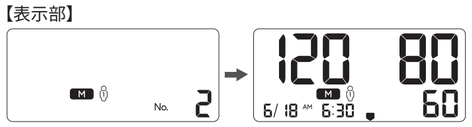
【表示部】



- M と AVG が表示され、最新3回分の平均値を表示しますが、3回以上の測定結果（体動マーク表示の測定結果は除く）がないと、平均値は表示されません。
- メモリーがない場合は測定結果は表示されません。

3 ∨ または ∧ を押して測定結果を確認します

【表示部】



- メモリー番号表示後、測定結果が表示されます。
- ∧を押すたびに、前回、前々回とさかのぼり、押し続けると早送りすることができます。また、∨を押すたびに、古いメモリーから順次表示されます。
- 「No.1」が最新の測定結果です。（1、2、3‥90）

4 ☀/☾ を押して、朝メモリー か 夜メモリーかを選びます

どちらかが点灯します。

- ☀ 点灯…朝メモリー（AM3：00～AM10：59）に測定した記録だけを表示
- ☾ 点灯…夜メモリー（PM6：00～AM2：59）に測定した記録だけを表示
- M と AVG が表示され、各メモリーの最新1週間の平均値を表示しますが、3日以上の測定結果（体動マーク表示の測定結果は除く）がないと、平均値は表示されません。（朝は各日朝時間の初回測定の平均、夜は各日夜時間の最終測定の平均）
- 各メモリー内の記録がない場合は測定結果は表示されません。

5 ∨ または ∧ を押して、測定結果を確認します

- ∧を押すたびに、前回、前々回とさかのぼり、押し続けると早送りすることができます。また、∨を押すたびに、古いメモリーから順次表示されます。
- 「No.1」が最新の測定結果です。（1、2、3‥90）

6 確認後 測定/停止 を押して電源を切ります

- 押し忘れても、約3分後に自動的に電源は切れます。

朝メモリー、夜メモリーの設定時間帯を変える

朝メモリーの開始時刻をAM12:00、AM1:00、AM2:00、AM3:00、AM4:00のいずれかに修正することができます。（初期設定はAM3:00です。）

例：開始時刻をAM2:00にすると朝メモリーの時間帯がAM2:00-AM10:59、夜メモリーの時間帯がPM6:00-AM1:59になります。

1 ⚙ を長押しします

- 「年（西暦）」が点滅します。

2 ☀/☾ を長押しします

- 開始時刻が点滅します。

3 ① または ② を押して、変更したいユーザーを選びます

4 ∨ または ∧ を押して、開始時間を修正します

5 ⚙ を押して、開始時刻を確定します

ひとつのメモリーを消去したい場合

消去したい測定結果を表示中、該当の[ユーザー1]スイッチまたは[ユーザー2]スイッチを5秒以上長押しします。
消去が完了すると、表示部に“CL”と該当の①または②が点灯されるので、スイッチを離してください。消去したメモリーは元には戻りません。また、メモリー消去中は電池を取り出さないでください。

すべてのメモリーを消去したい場合

ユーザー1のすべてのメモリーを消去したいときは、ユーザー1の測定結果を表示中、[ユーザー1]スイッチを押した状態のまま、［測定/停止］スイッチを5秒以上長押しします。消去が完了すると、表示部に“ALL CL”と①が点灯されるので、スイッチを離してください。ユーザー2の場合は、ユーザー1をユーザー2に置き換えて操作してください。
消去したメモリーは元には戻りません。また、メモリー消去中は電池を取り出さないでください。

9. その他

測定結果を記録せずに測定できます

自分以外の人が使用するときなど、測定結果を記録せずに測定することができます。

1 正しい姿勢をとります

- 表面の「7.測定しましょう 1正しい姿勢をとります」をご確認ください。

2 ① と ② を同時に押します

- 表示部の①と②が消灯します。

3 測定/停止 を押して測定を開始します

4 測定結果が表示されます

5 測定後 測定/停止 を押して測定を終了し、カフ（腕帯）をカフホルダーに収納します

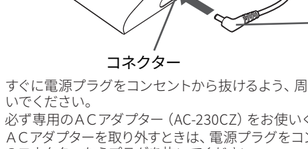
- 押し忘れても、約3分後に自動的に終了します。

右腕でも測定できます

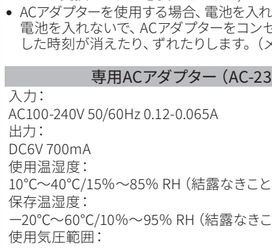
右腕で測定するときも、青い帯を腕の中心に合わせてください。
血圧は左右で10mmHg程度の差がでる場合がありますので、毎回同じ側の腕で測定してください。

カフ（腕帯）がカフリング（金具）から外れた場合

面ファスナーが付いている面が外側になるように、カフリング（金具）に通してください。



カフホルダーは着脱可能です



- フックに指をかけて、カフホルダーをスライドさせ、外します。
- カフホルダーを本体のみぞに合わせて「カチッ」と音がするまでスライドさせ、取り付けます。

10. 別売品

販売店または弊社お客様相談室（0120-88-6295）にお問い合わせください。

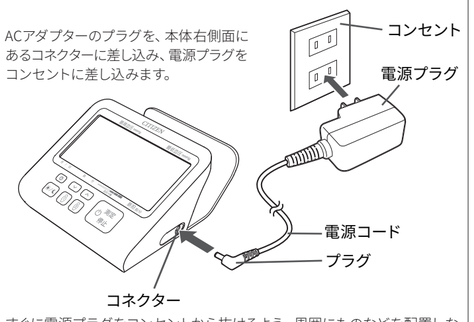
- 専用カフ（腕帯）
  型式：SCN-012D

- 専用ACアダプター
  型式：AC-230CZ

専用ACアダプターをお使いいただけます。

（CHU7031をお使いの方は別売品をご購入ください。「10.別売品」参照）

ACアダプターのプラグを、本体右側面にあるコネクターに差し込み、電源プラグをコンセントに差し込みます。



- すぐに電源プラグをコンセントから抜けるよう、周囲にものなどを配置しないでください。
- 必ず専用のACアダプター（AC-230CZ）をお使いください。
- ACアダプターを取り外すときは、電源プラグをコンセントから抜いて、本体のコネクターからプラグを抜いてください。
- 専用のACアダプターの入力は100V～240V（50Hz/60Hz）ですので、国内外で使用できます。（海外でご使用の場合は、ご使用になる国のコンセントにあった変換プラグが必要になります）
- ACアダプターを使用する場合、電池を入れて使用することをおすすめします。電池を入れないで、ACアダプターをコンセントまたは本体から抜くと、設定した時刻が消えたり、ずれたりします。（メモリーは保持されています。）

専用ACアダプター（AC-230CZ）の主な仕様

入力：
AC100-240V 50/60Hz 0.12-0.065A
出力：
DC6V 700mA
使用温湿度：
10℃～40℃/15%～85% RH（結露なきこと）
保存温湿度：
−20℃～60℃/10%～95% RH（結露なきこと）
使用気圧範囲：
700hPa～1060hPa
- 屋内使用専用
  湿気の多いところや水のかかるところで使用しないでください。

ACアダプタープラグ極性
(positive tip polarity)

電気用品安全法適合

クラスⅡ機器

11. 測定時の注意点

- 測定前に5～6回深呼吸をし、5分以上安静にしてから測定してください。
  緊張時や、精神状態が不安定なときは、血圧が安定しません。
- 睡眠不足や便秘のとき、または運動や食事の後でも血圧は高くなります。
- 飲酒の後や入浴直後には測定をおこなわないでください。
- 尿意や便意があるときは、排尿や排便をすませてから測定してください。
- 20℃前後の室温で測定してください。寒さは血圧を上昇させます。
- コーヒーや紅茶などを飲んだり喫煙した直後は、正しい値が得られません。
- 連続して測定をおこなわないでください。上腕がうっ血して正しい値が得られません。必ず間隔（1分以上）をあけてから測定してください。
- 正しい姿勢で安静にして測定してください。カフ（腕帯）を心臓の高さに保ち、腕を動かしたり、話をしないでください。正しい姿勢が難しい場合はいつも同じ姿勢で測定してください。
- エアホースを折り曲げた状態で使用しないでください。カフ（腕帯）から空気が抜けず、血流障害を起こすおそれがあります。
- 血圧は長期のデータを見ることが大切です。お薬（血圧を下げる薬など）を服用した時間も考慮して、一日のうちで最も安定した状態が保てる時間帯を選んで、毎日できるだけ同じ時刻に測定しましょう。
- 測定中に体に異常を感じたり、気分が悪くなったりした場合には、使用を中断して医師の指導を受けてください。

12. 保管とお手入れのしかた

- **直射日光が当たる場所、高温多湿の場所、塩分や硫黄分の多い場所、ほこりの多い場所や水のかかる場所には保管しないでください。また、水洗いもしないでください。**
  故障の原因になります。
- **しばらく使用しなかったときは、使用前に動作すること（電源が入る、加圧するなど）を確認した後、ご使用ください。**
- **長期間使用しない場合は、電池を外してください。**
  電池からの液漏れにより、故障することがあります。
- **本体やカフ（腕帯）をアルコール、シンナー、ベンジンなどで絶対に拭かないでください。**
  本体の材質を傷めるおそれがあります。
- **カフ（腕帯）を無理やり曲げたり、引っ張ったりしないでください。**
  加圧不良の原因になります。
- **カフ（腕帯）は洗濯したり、水に濡らしたりしないでください。**
  故障の原因になります。
- **本体やカフ（腕帯）がひどく汚れたときは、中性洗剤をしみこませた布で汚れをよく拭き取り、乾いた布で拭いてください。**

13. エラー表示について

エラー表示	原　因	対　処
Err 1	カフ（腕帯）の巻きかたがゆるすぎます。	カフ（腕帯）を巻きなおし、安静にして、もう一度測定してください。（表面の「6. カフ（腕帯）を巻きましょう」参照）
Err 2	カフ（腕帯）が正しく巻かれていないため、脈を検出できません。	
Err 3	センサーに圧力がかかり過ぎたため、測定できません。	
Err 5	測定結果が測定範囲外でした。	カフ（腕帯）を巻きなおし、安静にして、もう一度測定してください。頻繁に表示される場合は、ご自身の健康状態について、医師に相談してください。
280	281mmHg以上加圧した。	測定中、自動的に圧力が下がらない場合には、［測定/停止］スイッチを押して、測定を中止して、カフ（腕帯）を外してください。
または、	電池が消耗しています。	4本とも、新しい単3形乾電池と交換してください。ニッケル水素充電池を使用している場合には、充電してください。（表面の「4. 電池を入れましょう」参照）
120 80 Er	脈拍数が、測定範囲外（39拍/分以下、または181拍/分以上）でした。	カフ（腕帯）を巻きなおし、深呼吸をしてリラックスしてから、もう一度測定してください。（脈拍数が測定範囲外の場合はEr表示になります。）
	本体が正常に作動していません。	販売店または弊社お客様相談室（0120-68-6295）にお問い合わせください。

＊1 CHU7031は、別売です。

14. 故障かな？と思ったら

修理、サービスに出される前に、次の点をご確認ください。

こんなとき	確認するところ	直しかた
［測定/停止］スイッチを押しても何も表示しない	電池が消耗していませんか	新しい電池と交換してください
	電池の⊕⊖の向きが間違っていませんか	電池を正しい向きに入れなおしてください
	電池を入れず使用中、専用ACアダプター＊1が本体やコンセントに正しく接続されていますか	専用ACアダプター＊1を、本体とコンセントに正しく接続してください
測定できない	♥マークが点灯しましたか	カフ（腕帯）を正しく巻きなおしてください
	カフ（腕帯）を正しく巻いていますか	
	測定中は安静にしていましたか	安静にして、もう一度測定してください
	脈の極端に弱い方、不整脈のある方は測定できない場合があります	

＊1 CHU7031は、別売です。

15. 血圧 Q & A

Q 病院で測ってもらう血圧値と、家で測る血圧値が違うのはなぜですか?

A 答え
病院では、不安や緊張感から、家庭で測るよりも高くなることがあります。家庭での測定で、普段からご自分の血圧の傾向を知っておくと診察の際に役立ちます。

Q 測るたびに血圧値が違うのはなぜですか?

A 答え
次のように、さまざまな要因で血圧は変動します。
- 季節、気温
- 体のリズム、体調、姿勢、運動
- 精神状態、ストレス

ストレスや感情の起伏といった精神的な影響も受けやすく、緊張すると高くなり、リラックスすると低くなる傾向にあります。
また、正しい姿勢で測定していない場合や、カフ（腕帯）を正しく巻いていない場合にも、変動しやすくなります。

Q 家庭で血圧を測るのはなぜですか?

A 答え
家庭ではリラックスした状態で測定できるため、より安定した血圧を測定できるからです。
毎日同時刻に測定して日々の血圧の変化を記録し、その結果をもとに、かかりつけの医師に相談することをおすすめします。

Q 手首式血圧計の測定値と違うのはなぜですか?

A 答え
手首式の血圧計の場合は、上腕と比べて手首の血管が細いため高くなることがあります。また、手首が心臓より低い位置にあると、高めになりやすく、心臓より高い位置にあると、低めになりやすいです。

16. 製品仕様

販　売　名	シチズン上腕式血圧計　CHU703
型　　式	CHU703-KU / CHU7031
測定方式	オシロメトリック法
表　　示	デジタル表示方式
装　着　部	カフ（腕帯）
適用腕周範囲	22.0～32.0cm
測定範囲	圧力：0～280mmHg、目量：1mmHg 脈拍：40～180拍/分
血圧測定範囲	最高血圧：50～260mmHg 最低血圧：30～200mmHg
測定精度	圧力：±3mmHg、脈拍：読み取り数値の±5%
臨床性能試験による血圧測定の誤差	聴診法との誤差の平均：±5mmHg以内 誤差の標準偏差：8mmHg以内
時　　計	月差±30秒（25℃にて）
加　　圧	ポンプによる自動加圧
減　　圧	微速排気弁方式
排　　気	電磁弁による自動排気
定　　格	DC6V ⎓（⎓直流）
電　　源	単3形乾電池（R6P、LR6）4本　または、 単3形ニッケル水素充電池（エネループ）4本　または、 専用ACアダプター＊2
電池使用回数＊3	アルカリ乾電池：約500回　マンガン乾電池：約150回 （1日1回測定、室温22℃、170mmHg加圧で測定の場合）
標準的な耐用年数	5年もしくは30,000回のいずれか早く達した方 ［自己認証（当社データ）による］ ※カフ（腕帯）、電池などの消耗品は除く ※標準的な耐用期間を超えて使用しないでください
使用環境条件	使用温湿度：10℃～40℃/15%～85%RH（結露なきこと） 使用気圧範囲：700hPa～1060hPa
保管・輸送環境条件	保存温湿度：−20℃～60℃/10%～95%RH（結露なきこと）
メモリー	90回×2人分(合計180回分)
電撃保護	ACアダプター使用時：クラスⅡ機器 ACアダプター不使用時：内部電源機器　：BF形装着部
IP保護等級	IP20(指の侵入に対する保護)
動作モード	連続動作
寸　　法	約147（幅）×76（高さ）×135（奥行）mm
質　　量	本体：約315g　電池含まず カフ（腕帯）：約130g［型式：SCN-012D］
付属品	カフ（腕帯）、単3形アルカリ乾電池4本（モニター用）、取扱説明書/保証書、専用ACアダプター＊2

＊2 CHU7031は、別売です。
＊3 付属の電池はモニター用ですので、所定の電池使用回数を満たさない場合があります。

- 電子化された医療機器添付文書およびEMD技術資料は弊社ホームページのダウンロード一覧をご覧ください。
  https://www.citizen-systems.co.jp/health/support/download/
- 本製品および取り出した古い電池を廃棄する場合は、お住まいの自治体のルールにもとづいて正しく処理してください。
- 本製品はEMD規格IEC60601-1-2：2014＋A1：2020に適合しています。
- 本製品はJIS規格（JIS T 1115：2023）に適合しています。
- 本製品の臨床性能試験は、ISO（国際標準化機構）ISO81060-2 :2018 +A1 : 2020＋A2 : 2024の要求にもとづいて実施しております。
- 本製品は改良のため、予告なしに仕様変更することがあります。
- ニッケル水素充電池は、必ず専用の充電器を使用して充電してください。
- CITIZENはシチズン時計株式会社の登録商標です。
- 本製品ならびに本サービスに記載されている会社名、商品・サービス名は、一般に各社の商標または登録商標です。

医療機器認証番号：225ADBZX00102000
（管理医療機器）

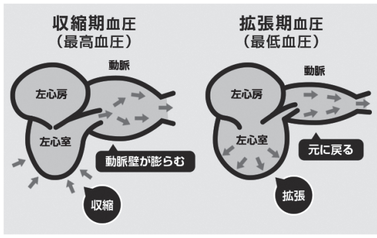
製造販売元
シチズン・システムズ株式会社

故障を発見した場合はただちに使用を中止し、分解せず、販売店または弊社お客様相談室にお問い合わせください。
受付時間：10～17 時
月～金（祝日、年末年始を除く）
シチズン・システムズ株式会社 お客様相談室
0120-88-6295 通話料金は無料です。
E-mail: support@systems.citizen.co.jp
https://csj.citizen.co.jp

17. 血圧の豆知識

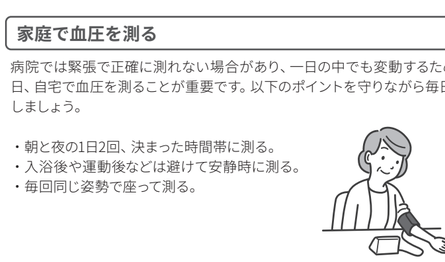
高血圧は自覚症状をともなわず進行し、気づかないうちに動脈硬化を促進させ、心筋こうそくや脳卒中などの生命にかかわる疾病を引き起こす要因と言われています。
しかし、自分の血圧を知ることで、日々の血圧状態が把握でき、日々の食事や運動などの生活習慣を見直すための重要なヒントになります。家庭での血圧測定には、病院などではわからない情報を含んでいることもあります。
継続的に家庭での血圧測定を心がけ、体の重要な情報を見落とさないようにしましょう。

心臓は体の隅々まで血液を循環させるためのポンプで、血液は心臓が収縮して動脈内に拍出されています。成人の心臓は握りこぶしくらいの大きさで、一日に10万回以上も拍動しています。
血圧とは、心臓から送り出される血液の流れによって、動脈の壁にかかる圧力のことです。送り出される血液の量と動脈の太さと柔軟性などによって血圧は決まります。一般に血管は加齢とともにしなやかさを失うといわれ、血圧も加齢とともに上昇していく傾向があります。



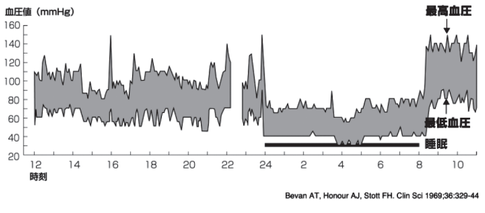
常に変化しています

血圧を測定する場合、通常、最高血圧と最低血圧が記録されます。
心臓が収縮して血液が心臓から送り出されるときの最も高い血圧を、収縮期血圧（最高血圧）といい、心臓が拡張して血管にかかる圧力が最低のときの血圧を、拡張期血圧（最低血圧）といいます。



血圧は、体のリズム、姿勢、精神状態、ストレス、気温などの影響を受けやすく、健康な方でも一日の中で大きく変動しています。
たとえば、日中は高く夜間は低下します。また、食事中や会話中などは血圧が上がりますが、食後は下がります。日常生活の1つ1つの動作をとっても、血圧は常に変動しています。

血圧の日内変動の一例（5分おきに測定した1日の血圧値）



Bevan AT, Honour AJ, Stott FH. Clin Sci 1969;36:329-44

家庭で血圧を測る

病院では緊張で正確に測れない場合があり、一日の中でも変動するため、毎日、自宅で血圧を測ることが重要です。以下のポイントを守りながら毎日測定しましょう。

・朝と夜の1日2回、決まった時間帯に測る。
・入浴後や運動後などは避けて安静時に測る。
・毎回同じ姿勢で座って測る。