



エンボディチェア 調節方法

①②



シートの高さ調節（ガス圧式）

座面右下の乳白色のつまみ



高くする：座面に座り、少しずつ腰を浮かしながらつまみを上下左右いずれかの方向に動かすと、座面が高くなります。希望の高さになったらつまみを離します。

低くする：座面に座った状態でつまみを上下左右いずれかの方向に動かすと座面が低くなります。希望の高さになったらつまみを離します。

*つまみの先端が、黒いノブの外側で止まる位、大きく動かしてください。

*大腿部が床面と並行になる座面の高さが自然な着座姿勢となります。

座面奥行き調節

座面前の左右にあるハンドル

縮める：左右のハンドルを両手で掴み、ハンドルを少し上に上げながら後ろにスライドさせます。

伸ばす：左右のハンドルを両手で掴み、ハンドルを少し上に上げながら前にスライドさせます。

*膝の裏側が座面の前縁に圧迫されないように奥行きを調節します。

*6箇所奥行きから選択できます。

③



リクライニングの範囲設定

座面後ろ左下の黒いレバー



範囲を設定する：背もたれに寄りかからないで、レバーを上を上げます。範囲設定したい位置を3段階の中から選びます。（レバーは設定解除の状態を含めて4箇所まで止めることが出来ます。）

設定を解除する：背もたれに寄りかからないで、レバーを下げます。（レバーが止まる一番下に下げます。）

*操作の方法を誤ると故障の原因となります。

*背もたれに寄りかかるのをやめると、背もたれの位置は元に戻ります。（固定ではありません。）

④



リクライニングの硬さ調節

座面右下の乳白色つまみ外側の黒いノブ

硬くする：③のリクライニングの範囲設定を解除し、ノブを座った状態で前方向に回します。

柔らかくする：③のリクライニングの範囲設定を解除し、ノブを座った状態で後ろ方向に回します。

*背もたれに軽く寄りかかると、背中を支えながら傾き、戻るときには背もたれが自然についてくる程度が適度な固さです。



⑤



背もたれのカーブ調節（バックフィット調節）

座面後ろ右下の黒いノブ

小さくする：座った状態でノブを前方向に回します。

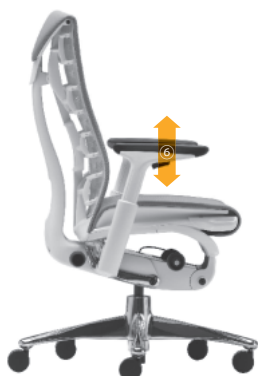
大きくする：座った状態でノブを後ろ方向に回します。

*背もたれを、各ユーザーによって異なる背骨のカーブに合わせます。

*まず背もたれのカーブを最も小さくします（座った状態でノブを前方向に回します）。それから少しずつノブを後ろに回し、背もたれに体重がかかったところでとめてください。頭がやや前にあり目線がコンピュータ画面の中央下にあることを確認してください。背もたれが背中全体をサポートし、目線がコンピュータ画面に無理なく合うことが重要です。目線が床や天板を向いている場合はカーブ調節を大きくし、目線が天井などに向く場合はカーブ調節を小さくしてください。この調節を正しく行うことで、適度に腰椎がサポートされます。

*カーブが合わないと、肩や首に負担をかける場合があります。

⑥



アーム高さ調節

アームパッド外側下にあるボタン

高くする：ボタンを押しながらアームパッドを持ち、上に上げます。希望の高さになったらボタンを離します。

低くする：ボタンを押しながらアームパッドを持ち、下に下げます。希望の高さになったらボタンを離します。

*前腕をアームパッドに置いて、肩が上がらない高さに調節してください。

*10箇所の高さから選択できます。

⑦



アーム幅調節

アームパッド

広くする：アームパッドを両手で掴みながら内側から外側へ押します。

狭くする：アームパッドを両手で掴みながら外側から内側へ押します。

*肘が肩と同じ幅になるように調節してください。

*アームパッドは腕置きです。離席時に体重をかけて立ち上がることは避けてください。