

boba<sup>®</sup>x

ボバエックス日本語説明書



## ボバエックス日本語説明書目次

- P1 . . . . . 警告、注意事項
- P2 . . . . . 月齢別シートを目安
- P3 . . . . . シート幅の調節の仕方
- P4 . . . . . ダブルサイドパーフェクトフィットアジャスター調節の仕方
- P5 . . . . . ストラップ調節機能
- P6 . . . . . 幼児用エクステンションの取り付け方
- P7 . . . . . スリーピングフードについて、その他の機能
- P8 . . . . . 新生児の抱っこの仕方
- P9 . . . . . 対面抱っこの仕方
- P10 . . . . . クロス対面抱っこの仕方
- P11 . . . . . おんぶの仕方
- P12 . . . . . 安全で快適な使い方のヒント、お手入れの仕方
- P13 . . . . . 参考動画一覧

**重要！ 将来の使用のために説明書を保管してください。  
ご使用前に説明書をよくお読みください。**



## 落下と窒息の危険

**落下の危険** - 赤ちゃんが抱っこひもの脚の開口部、または上部の開口部から落下する恐れがあります。

- ・脚の開口部が大きく開かないように適度なきつさに調節してください。
- ・ご使用の都度、すべてのバックル、調整パーツに問題がないかを確認してください。
- ・前かがみになる時や歩いている時には特に注意をしてください。
- ・腰を曲げてかがまないでください。腰をおろすように膝を曲げてしゃがんでください。
- ・お子さまの腕が抱っこひもの背あてまたは肩ベルト上部から出ないようにしてください。
- ・本製品の利用可能なお子さまの体重は 3.2 kg から 20kg までです。

**窒息の危険** - 生後 4 カ月未満の赤ちゃんが着用者の体に顔を強く押し当てられた場合、窒息することがあります。

- ・赤ちゃんを強くしぼり付けしないでください。
- ・頭を動かすことができる空間を保ってください。
- ・赤ちゃんの顔には常に何もあたらないようにしてください。
- ・赤ちゃんをいつも注意深く観察し、口と鼻がふさがれていないことを確認してください。
- ・早産児、低出生体重児および病状のあるお子さまについては、ご使用前に医師にご相談ください。
- ・お子さまのあごが胸についていないことを確認してください。呼吸が制限され、窒息に至ります。
- ・落下の危険を防止するため、お子さまが抱っこひもの中で安全な姿勢でいることを確認してください。

## 注意事項

抱っこ紐をお使いになる前にすべての説明をお読みください。

ポバは対面抱っことおんぶをするための道具です。用途以外に使用しないでください。

すべてのバックル、スナップ、ストラップの「カチッ」という装着音を必ず確認し、お使いになる前に確実に調整をしてください。お使いの都度、生地のはつれ、ストラップや生地の裂け目、調整パーツの傷みがないかを確認してください。

脚の位置を含めてお子さまが正しい姿勢であることを確認してください。

早産児、呼吸器疾患などがある赤ちゃん、4 か月未満の赤ちゃんは窒息の危険性が最も高いです。

筋肉、骨格、背中、足あるいはその他の身体的な問題がある方は、安全な使用が妨げられるのでお使いいただけません。

アルコール、薬の服用や運動、眠気または病気により平衡感覚や運動機能が損なわれているときには抱っこひもはご使用にならないでください。

火元や化学物質に近づく料理や掃除の際には抱っこひもはご使用にならないでください。

自動車の運転や乗車の際には抱っこひもは着用しないでください。お子さまが動くためにあなたの動作がバランスを崩すことがあります。腰を曲げたり前かがみになったりするときには注意をしてください。

この抱っこひもはスポーツ活動中の使用には適していません。激しい運動といった、衝撃や通常より高所からの落下の可能性がある場面での使用には適していません。

抱っこをしながら熱源や熱い飲みものを扱わないでください。そういった暮らしの中の危険性を認識してください。

2人以上のお子様を使用しないでください。お子さまが活発になるにつれて抱っこひもの中から落ちる危険性が高くなることを認識してください。

定期的に抱っこひもの摩耗や損傷のきざしががないかを点検してください。

お使いにならないときは、お子さまの手の届かない場所に保管してください。

## 月齢別シートを目安

赤ちゃんの成長に合わせてシートを調整してください。月齢や体重はあくまで目安です。お子様の体型に合わせて調節をしてください。

### 新生児～



【目安】3,5kg-7kg 頃 一体型や、足の長さによって赤ちゃんに合わせて調節します。成長に沿って少しずつ広げることができます。調節の仕方は P3 参照。

### 4カ月頃～



【目安】7kg-11kg 頃 一体型や、足の長さによって赤ちゃんに合わせて調節します。調節の仕方は P3 参照。

### 2才頃～



【目安】11kg-20kg 頃 一体型や、足の長さによって赤ちゃんに合わせて幼児用エクステンションを取り付けます。エクステンションの取付け方は P6 参照。

## 調節可能なシート

ボバエックスは赤ちゃんに合わせてシートの幅を調節することができます。  
足の形が M 字姿勢になるように成長に合わせて幅を広げてください。



### M 字姿勢について

新生児の赤ちゃんは骨も軟骨も、周囲を覆う靭帯や筋肉も未熟で柔らかいため、股関節が外れやすく、足を伸ばすなど誤った姿勢で抱っこをし続けると、歩き出してから歩行に支障をきたす可能性があります。

股を広げて抱っこをすることで股関節が外れにくいことから、赤ちゃんの抱っこは開脚姿勢を保ったM字姿勢（かえる抱っこ）が推奨されています。生後約1年は股を圧迫せず、股関節に負担がかからないようにする必要があります。

### シート幅の調節の仕方

マジックテープをはずし、シートの幅を狭めたり、広げたりして調節をします。赤ちゃんが小さいときは幅を狭め、大きくなるごとに幅を少しずつ広げていきます。常に赤ちゃんの膝から膝を支えることが M 字姿勢を保つことができます。

シートを最も広げた幅以上にお子様成長した時には、幼児用のエクステンションを追加することができます。

(P6 参照)



◀シート幅調節の仕方の動画はこちら  
<https://youtu.be/JDJ1Z7W9ZNA>

## ダブルサイドパーフェクトフィットアジャスターとは

赤ちゃんの背の高さに合わせて mm 単位でパーフェクトに調節のできるパーフェクトフィットアジャスター。背当てパネルを狭めるだけで新生児の赤ちゃんから簡単にお使い頂けます。他の付属品は不要、ストラップの調節だけと至ってシンプルです。



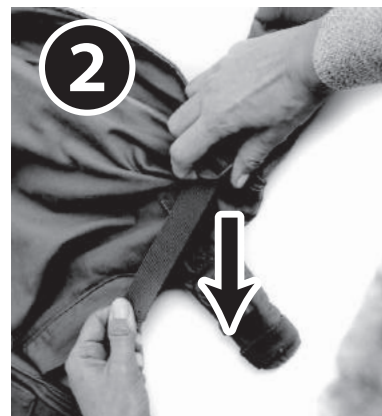
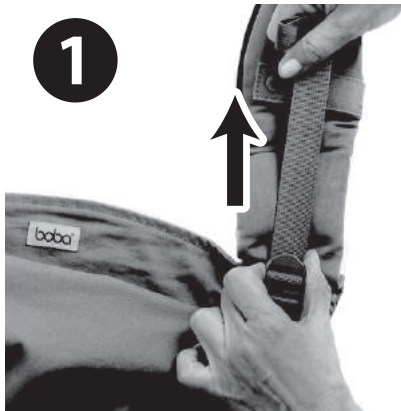
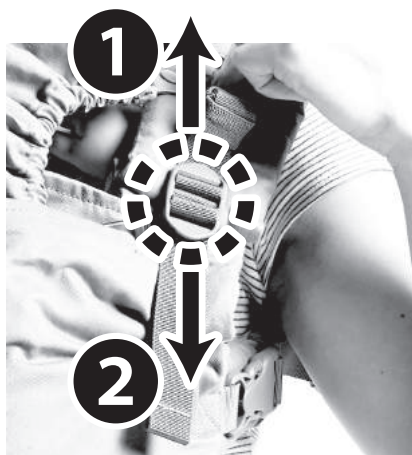
新生児の間は背当てを短くして使用します。



赤ちゃんの成長に合わせて背当てを伸ばします。

## ダブルサイドパーフェクトフィットアジャスター調節の仕方

背当てパネルの高さは、肩部分にあるストラップを引っ張り調整します。あなたの赤ちゃんのサイズに合わせてパネルを短くしましょう。



アジャスターを最短まで短くしても赤ちゃんの顔が背当てに埋もれる場合は写真のようにポケットにフードを収納し枕のように頭を支え、背当ての先端部分を折り返してご使用ください。



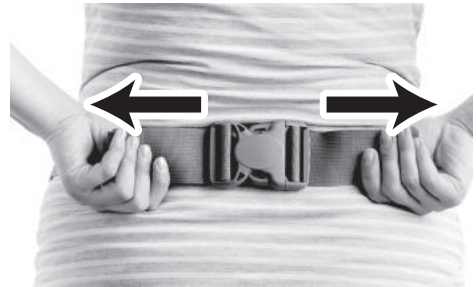
◀ 背当ての高さ調節の仕方の動画はこちら  
<https://youtu.be/Zidell-Uivk>

## ストラップ調節機能

3カ所のストラップとスライダーで装着者の体にぴったりフィットするよう簡単に調節ができます。正しく装着することで体にかかる負担を軽減します。

### ウエストストラップ

腰パッドは腰骨あたりで平行になるように調節します。両サイドから引っ張ることができるのでバックルが丁度真ん中に来るように締めることができます。

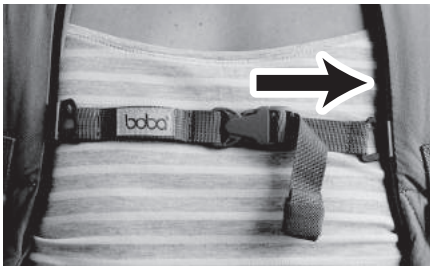


### サイドストラップ

まず赤ちゃんが密着するようにショルダーストラップを締めます。次に脇部分のストラップを調節し、ゆらみがないようにします。

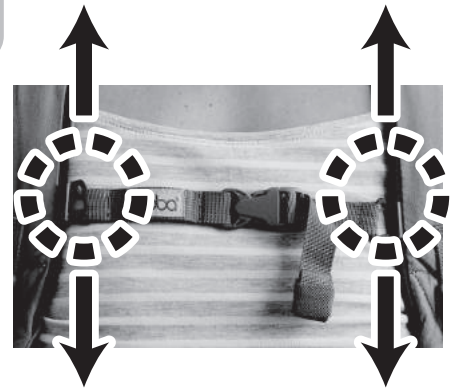


### チェストストラップ



向かって右側にストラップを引っ張り体に合うように調節します。

### スライダー



チェストストラップは上下にスライドさせることができます。肩甲骨の中心あたりにするとより安定します。おんぶの際は脇の下あたりの高さに調節してください。

## Point

- 赤ちゃんのおでこにキスができる位に密着しているか
- 腰パッドはしっかりと腹部に密着しているか
- ストラップは正しい位置にあるか



## 幼児用エクステンションについて

着脱可能な幼児用のエクステンションを使って幼児用の抱っこひもにもなります。シーートの幅を広げることで太ももまで支え M 字姿勢を保つことができ、股関節に負担をかけない抱っこができます。



### エクステンション取付方



①ジッパーでエクステンションを取り付けます。正面から見るとマジックテープは裏側に来ます。



①から裏返した図

②エクステンションがウエストベルトの内側にくるようにします。



③エクステンションをストラップの内側に折り返しマジックテープを張り付けて完成です。



◀エクステンション取り付け方の動画はこちら  
<https://youtu.be/mfDfjnkCwgQ>

### フードについて

フードは、日光や風から赤ちゃんを守り、寝たときには日よけとして機能します。その他、首の座っていない赤ちゃんのための首と頭のサポートとしても機能します。使わないときはシンプルにポケットに丸めて入れておきます。取り外しもできます。

注：赤ちゃんの頭が、抱っこをする人の体にきつく押し付けられないように、フードにいくらかのたるみを残してください。フードが赤ちゃんの鼻と口を覆っていないことを確認してください。赤ちゃんの鼻は、うつむきすぎずに常に床と平行でなければなりません。赤ちゃんが眠っているときには、鼻が上を向かなければなりません。使わない時は、抱っこひものポケットに収納してください。スナップボタンをはずすと、取り外すこともできます。

次頁に続く ▶



## フードについて



### 《頭の支えや日よけとして》

首の座っていない赤ちゃんの頭と首の支えや眠っているときなどに使えます。フードの左右のストラップをショルダーストラップに留めます。日よけとしても使用できます。



### 《頭の支えとして》

赤ちゃんがシートに埋もれてしまう場合はフードをポケットにしまい、生地を折り返してください。フードを収納して枕のように首元を支えることでより安定します。



### 《授乳カバーとして》

授乳の際のカバーにも使用できます。様子を確認したい時には片側のみ外して使用します。

※必ず気道を確保してください。



◀フードについての動画はこちら  
<https://youtu.be/PXj-l2GHPJI>

## その他の機能

### ストラップホルダー



ストラップホルダーで、肩から荷物が滑り落ちることを防ぎます。ストラップホルダーを使ってキーを抱っこひもにつないだり、赤ちゃんの好きなおもちゃを持って出かけたりすることができます。

### ウエストポケット



携帯電話、鍵、カミカミするおもちゃ、おかしなどちょっとしたものを入れるのに便利なポケット。ウエスト部分に2カ所、フードをはずすとポケットとして1カ所使えます。

### レッグアウトパッド



お子様の太もも裏を優しく保護するレッグアウトパッドで足が痛くなりにくい構造です。

# 新生児の抱っこの仕方

【月齢目安】 3,5kg-7kg、  
0ヶ月～3ヵ月頃



<https://youtu.be/-taU0rgCUtY>

赤ちゃんをボバキャリアに入れる前に、シートの幅が赤ちゃんの体型と合っているかを確認してください。(シート幅の調節の仕方は P3、シートの高さ調節は P4 を参照してください。) シートは赤ちゃんの膝から膝に渡り、おしりと脚を支えていなければなりません。

1



腰骨辺りでウエストベルトが床となるべく平行になるように留めます。隙間なくお腹にぴったりフィットするようにベルトの長さを調整します。

2



赤ちゃんをあなたの胸の位置に抱きあげ、赤ちゃんに合わせて自然な形で足を広げます。

3



赤ちゃんをしっかり支えながら、抱っこひもの背あて部分が赤ちゃんの背中を覆うようにします。

4



左手で赤ちゃんを支えながら、右のショルダーストラップを肩にかけます。

5



赤ちゃんを支える手を替えて、今度は左のショルダーストラップを肩にかけます。

6



両手を首の後ろに回し、チェストストラップを締めます。安全のため緩みのないように締め、スライダーで高さを調整します。(P5 参照)

7



必要に応じてストラップで体に合わせて調節します。(P5 参照)  
腕で抱っこをするときのようなしっかりした感じのきつさにします。  
それでも緩く感じる場合はクロス抱っこをおすすめします。(P10 参照)

8



9



赤ちゃんのサイズに合わせて、背あて部分の生地の高さを変えることができます。(P4 参照)

## 対面前抱っこの仕方

【月齢目安】7kg～20kg、(4カ月頃～)



<https://youtu.be/-taU0rgCUtY>

赤ちゃんをボバキャリアに入れる前に、シートの幅が赤ちゃんの体型と合っているかを確認してください。シートは赤ちゃんの膝から膝に渡り、おしりと脚を支えていなければなりません。最も幅広にしたシートより大きくなった幼児には幼児用エクステンションを取り付けることができます。(シート幅の調節の仕方はP3を参照してください。)

1



腰骨辺りでウエストベルトが床となるべく平行になるように留めます。隙間なくお腹にぴったりフィットするようにベルトの長さを調整します。

2



あなたの胸の位置に抱き上げ脚を広げます。(腰ベルトの上に脚が広がります)

3



赤ちゃんをしっかり支えながら、抱っこひもの背あて部分から赤ちゃんの背中を覆うようにします。

4



右手で赤ちゃんを支えながら、左のショルダーストラップをあなたの肩にかけます。

5



赤ちゃんを支える手を替えて、今度は右のショルダーストラップを肩にかけます。

6



両手を首の後ろに回し、チェストストラップを締めます。安全のため緩みのないように締め、スライダーで高さを調整します。(P5参照)

7



必要に応じてパーフェクトフィットアジャスターで背あてパネルの生地の高さを変えることができます。必要に応じて調整ストラップを引き下げて肩のストラップを締めてください。

8



## クロス対面抱っこの仕方

クロス抱っこは背中で紐をクロスさせる抱っこのことです。背中でクロスさせることで、より赤ちゃんが密着し体が楽になります。体の小さな装着者にもフィットしやすくなります。

赤ちゃんをボバキャリアに入れる前に、シートの幅が赤ちゃんの体型と合っているかを確認してください。シートは赤ちゃんの膝から膝に渡り、おしりと脚を支えていなければなりません。最も幅広にしたシートより大きくなった幼児には幼児用エクステンションを取り付けることができます。（シート幅の調節の仕方はP3を参照してください。）

①から⑤の手順は前抱っこと同じです。P9をご参照ください。



腰骨辺りでウエストベルトが床となるべく平行になるように留めます。隙間なくお腹にぴったりフィットするようにベルトの長さを調整します。



あなたの胸の位置に抱き上げ脚を広げます。（腰ベルトの上に脚が広がります）



赤ちゃんをしっかり支えながら、抱っこひもの背あて部分が赤ちゃんの背中を覆うようにします。



左手で赤ちゃんを支えながら、右のショルダーストラップを肩にかけます。反対も同様に行います。



左手で赤ちゃんを支えながら、両側の脇のバックルをはずします。左手で赤ちゃんを支えながら右手で左のストラップを右側に持っていき、安全ゴムの輪っかに通しバックルをはめます。



右手で赤ちゃんを支えながら、左手で右のストラップを左側に持っていき、安全ゴムの輪っかに通しバックルをはめます。ストラップを引っ張りしっかりと締めます。



パーフェクトフィットアジャスターを使って、さらに締めることができます。



▲安全ゴムに必ず通してください。

# おんぶの仕方

【月齢目安】

9kg（腰が完全に座ってから）～20kg

授乳後 30 分は、お腹を圧迫し嘔吐により窒息する恐れがあるため、おんぶはしないでください。

赤ちゃんをボバキャリアに入れる前に、シートの幅が赤ちゃんの体型と合っているかを確認してください。シートは赤ちゃんの膝から膝に渡り、おしりと脚を支えていなければなりません。最も幅広にしたシートより大きくなった幼児には幼児用エクステンションを取り付けることができます。（シート幅の調節の仕方は P3、エクステンションの取り付けは P6 を参照してください。）



<https://youtu.be/BM4mN5pSHzw>

1



腰ベルトを前で留めます。左のストラップを左肩にかけます。

2



右側の腰にお子さまをしっかりと固定させ、左手を抱っこひもと体の間に入れます。お子さまの左足を持ち抱っこひもの中に通します。

3



同時に前かがみになりお子さまの体重をあなたの背中に移動させてください。

4



前かがみの体勢のまま、左手でお子さまを支え、右手で肩ストラップをかけます。

5



ストラップを調整し、背中を起こして立ちます。

6



チェストストラップを留めて固定します。チェストストラップは脇の下と同じ高さにします。

7



必要に応じて、調整ストラップを引っぱり下げて肩のストラップをきつく調整してください。（P5 参照）

## Point



慣れるまでは、ソファなどを使います。

ソファや畳んだお布団やベッドなどに抱っこ紐を広げ、そこに赤ちゃんを寝かせます。装着者が腰ベルトを付け、肩ストラップに腕を通し、背負いあげます。前かがみになり赤ちゃんの身体をなじませ、チェストストラップを留めます。

## 安全で快適な使い方のヒント

●鏡の前で練習してみましょう。

使い始めの数回は誰かにサポートをしてもらうことをお勧めします。

●赤ちゃんを軽く上下に揺らしながら抱っこひもの中に入れてみましょう。赤ちゃんの背中やおしりを抱っこひもの中にきれいに収めるために、抱っこひもの上の部分を上に引っ張って整えるといい場合があります。

●初めて抱っこひもを使う時に、赤ちゃんが疲れていたりするときは避けてください。ポバキャリアの抱っこはとても快適で心地のよいものですが、赤ちゃんにとっては初めての経験だということを忘れずに抱っこひもを使ってください。

●ショルダーストラップをあなたも赤ちゃんも心地が良いようにぴったり調整してください。赤ちゃんがあなたの身体に近づき、前かがみにならず、あなたもいつもと変わらない姿勢で立っていただけるはずです。(ストラップの調節 P5 参照)

●小柄な方がお使いになる場合、パーフェクトフィットアジャスターで、背あてパネルが短くなるように調整してみてください。このことによってサポートできるはずです。(P4 参照)

●腰ベルトは十分にぴったりと締めてください。こうすることにより、肩だけではなく腰でも赤ちゃんの重みを支えられ体重分散がきれいに行えます。(P5 参照)

※腰ベルトに赤ちゃんのおしりが乗らないように気を付けてください。腰ベルトが折れる原因となります。

## お手入れの仕方

ポバキャリアは中性洗剤で部分的に手洗いをして自然乾燥をしてください。そうすることによって抱っこひもを長くお使い頂けます。

洗濯機の使用が必要な場合には、必ず冷水中性洗剤のみご使用ください。適切なお手入れ方法に従わない場合、色あせや色移りの原因になります。



◀シート幅調節の仕方の動画はこちら  
<https://youtu.be/JDJ1Z7W9ZNA>



◀背当ての高さ調節の仕方の動画はこちら  
<https://youtu.be/Zidell-Uivk>



◀エクステンション取り付け方の動画はこちら  
<https://youtu.be/mfDfjnkCwgQ>



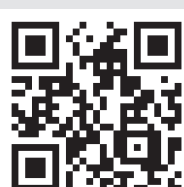
◀フードについての動画はこちら  
<https://youtu.be/PXj-l2GHPJI>



◀畳み方の動画はこちら  
<https://youtu.be/CONPRFMeFm8>



◀対面抱っこの仕方  
<https://youtu.be/-taU0rgCUtY>



◀おんぶの仕方  
<https://youtu.be/BM4mN5pSHzw>