

oserio®

www.oserio.com

許可字號：衛署醫器製字第 003540 號

藥商名稱：啟德電子股份有限公司

製造廠名稱：啟德電子股份有限公司

製造地：台灣

服務專線電話：(04)24079943 0800-203766

藥商地址：台中市大里區國中路103號

製造廠地址：台中市大里區國中路103號

130-FHG303-001

oserio® 歐瑟若體脂計
Health is Beautiful oserio Body Fat Scale

oserio 體脂計產品使用說明書— FHG-303系列

Guide Manual for FHG-303 series

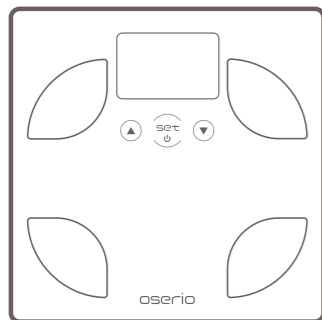
感謝您購買 oserio 健康管理系列商品

使用前請務必詳閱原廠之使用說明書並遵照指示使用。

衛署醫器製字第 003540 號

oserio®

健康 · 專業 · 創新



oserio 體脂計
FHG-303 系列

1

產品說明

- 1.1 產品各部名稱 1
- 1.2 電池更換方式 2
- 1.3 產品特點 3
- 1.4 產品敘述與用途 5
- 1.5 使用安全注意事項 6

2

操作方式說明

- 2.1 體重測量模式 9
- 2.2 第一次使用時，
設定使用者數據 10
- 2.3 重複使用時，使
用者操作模式 12
- 2.4 測量身體組成 14
- 2.5 查看測量結果 15
- 2.6 查看歷史記錄 16
- 2.7 修改使用者資料 18
- 2.8 錯誤訊息顯示表 21

3

其他參考說明

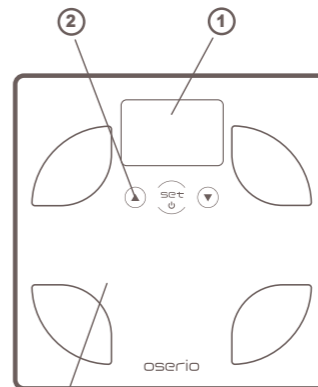
- 3.1 存放與保養 22
- 3.2 保養小叮嚀 22
- 3.3 產品規格 23

_目錄

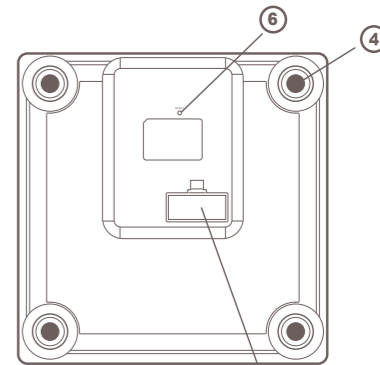
1

1.1 產品各部名稱

- ① LCD 顯示螢幕
- ② 操作按鍵*
- ③ 腳踏秤盤
- ④ 支撐腳座
- ⑤ 電池盒蓋
- ⑥ RESET鍵**



產品正面



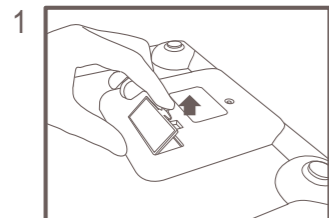
產品背面

注意：*本操作按鍵設計為觸控按鍵，正確操作為指腹輕觸按鍵，避免手指潮濕或穿戴手套導致操作異常。
亦請注意避免將金屬物件放置於觸控按鍵附近，以免影響觸控操作。

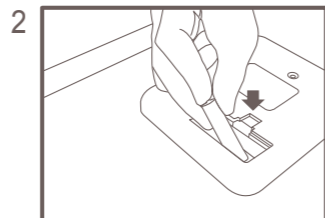
**長按RESET鍵3秒即清除所有使用者資料

1.2 電池更換方式

✧ 使用前請先確認是否已正確安裝指定電池



掀開電池蓋



裝入4顆
AAA 鹼性電池
(4號電池)

注意：

- 更換電池並不會將使用者記憶資料消除
- 請勿將鹼性電池與一般乾電池混合使用
- 請勿將新舊電池混合使用
- 電池放入電池盒時請注意電池極性應正確

1.3 產品特點

1. 提供體重、體脂肪、BMI、內臟脂肪與基礎代謝等功能測量項目。
2. 可儲存四位使用者的個人基本資料。
3. 提供個人體重、體脂肪、BMI、內臟脂肪與基礎代謝等數據自動記憶 7 次功能。
4. 提供訪客功能，讓使用者進行一次性量測使用，使用後並不會記憶量測結果資料。
5. 測量身體組成時，會依據美國專業體脂肪與罹患心臟病、糖尿病及高血壓等風險評估標準建議參考(註)
做為標準，與測量者之體脂肪數值比較，並顯示「偏低、標準、偏高、過高」。

註：體脂肪%的標準參考文獻：Daniel P. Williams, Scott B. Going, Timothy G. Lohman, David W. Harsha, Satharnur R Srinivasan, Larry S. Webber, Gerald S. Berenson, Body fatness and risk for elevated blood pressure, total cholesterol, and serum lipoprotein ratios in children and adolescents American journal of public health, March 1992, Vol. 82, No.3

1.3 產品特點

6. LCD大螢幕視窗 93 x 60 mm。
- 7.簡潔按鍵設計；全中文介面。
- 8.數據的量測，可搭配表情符號顯示。
- 9.背面造型的四邊邊條設計。
- 10.體積小。

1.4 產品敘述與用途

產品敘述：本產品是量測體重，並藉由量測使用者身體局部生物阻抗值來估計身體組成之器材。

產品用途：量測體重、體脂肪、BMI、內臟脂肪與基礎代謝。

量測原理：應用生物阻抗分析法（Bioelectrical Impedance Analysis，BIA）的工作原理，再配合如性別、身高、體重、年齡等相關因素，換算出測量者的身體組成，用以判斷身體是否過胖。
（使用時若輸入的資料不正確，將導致量測數據顯示不正確）

量測時機：建議使用體重體脂計應在每天同一個時段、相同環境及身體狀況下量測，觀察身體組成改變的情形，才較有意義。

1.5 使用安全注意事項

警語：

1. 體內裝設有醫療電子儀器(如心律調整器...等)，請勿使用本產品，否則可能會影響植入式醫療器材。
2. 孕婦及體內裝設有金屬物件者，不建議使用本產品，否則可能會影響量測準確度。
3. 請勿讓幼童接觸本產品。
4. 請勿在產品上跳躍。
5. 請勿踩在主機邊緣或顯示螢幕上。
6. 請勿讓體障人士在無人協助下使用本產品，若需使用產品時，請利用扶手輔助支撐，或請旁人協助站上秤體，以策安全。
7. 請勿拆解、自行修改或改裝本產品結構或顯示螢幕。
8. 請使用本產品指定的電池規格，切勿將電池極性反裝。



1.5 使用安全注意事項

9. 長時間不用本產品時(三個月或以上)，請卸下電池。
10. 若開機後無螢幕顯示畫面，請先檢查是否為電池無電量(需更換新電池)或未裝電池。
11. 不要混用新舊電池或不同類型的電池，可延長產品的使用壽命。
12. 雙腳潮濕或磅秤表面潮濕，請勿踩踏使用，以避免滑倒造成危險。
13. 請勿將產品放在可能受潮的高度潮濕環境，化學品或具腐蝕性氣體的環境中，或受到陽光直射、空調冷氣直吹、高溫的火焰暖爐旁。
14. 本產品為精密儀器，請勿掉落重摔、震動或以外力撞擊。



1

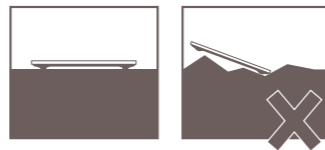
產品說明

1.5 使用安全注意事項

15. 請勿用水清洗或苯、汽油、塗料稀釋劑、酒精或以其他揮發性溶劑擦拭本產品。
16. 請勿將本產品放置於非平面環境使用(如地毯或蓆墊等)。在非平面情況下可能導致產品無法準確測量，故請置放於平整地板上量測。
17. 測量前請先脫鞋及脫襪，再站上本產品，方能正常測量體脂肪率。
18. 本產品和廢棄電池的處理，應遵循國內對電子產品的處理規定。
19. 請勿在顯示螢幕或機體附近使用行動電話。
20. 本產品之量測值(體脂肪率、BMI、內臟脂肪、基礎代謝等)僅供參考，

任何醫療行為，仍應以醫師臨床之診斷結果為準。

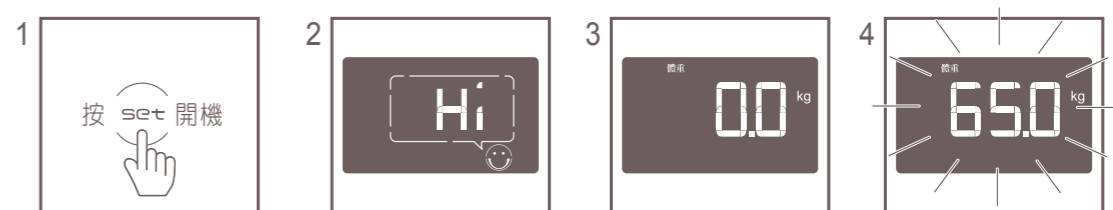
僅供家庭使用，請勿做為專業用途(如醫院)。



2

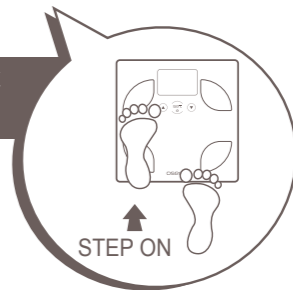
操作方式說明

2.1 體重測量模式



(請勿站上秤盤)

此時可以上秤測量，並
避免不必要之身體晃動



- 1 按 **set** 開機
- 2 顯示歡迎詞 "Hi"，機器進行校正準備 (請勿站上秤盤)
- 3 機器校正完成，顯示0.0kg即可開始測量
- 4 秤重結果

※ 若要重新進行測量，請按 **set** 鍵重新測量體重。

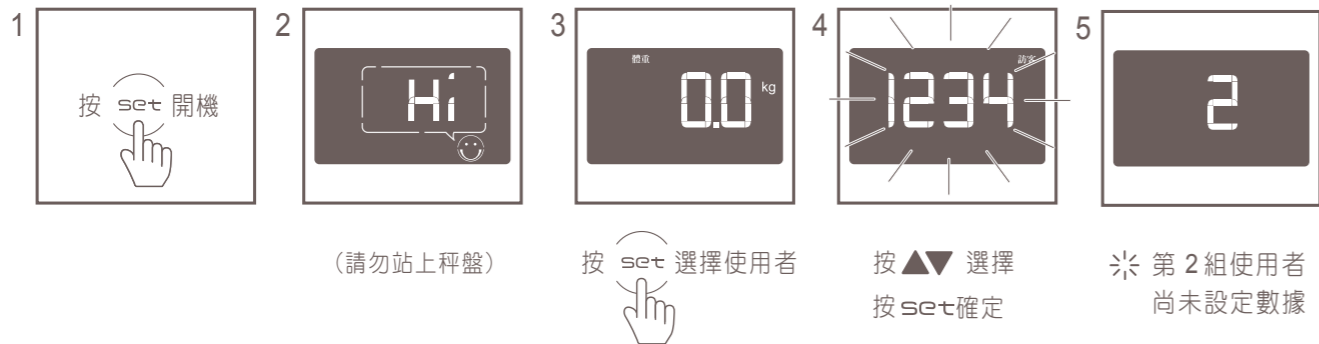
⚠ 機器校正準備時，請將產品放在地上，以免量測不準確。

說明：

- 20秒以上沒有任何操作→自動關機
- 長按 **set** 鍵2秒關機

2

2.2 第一次使用時，設定使用者數據

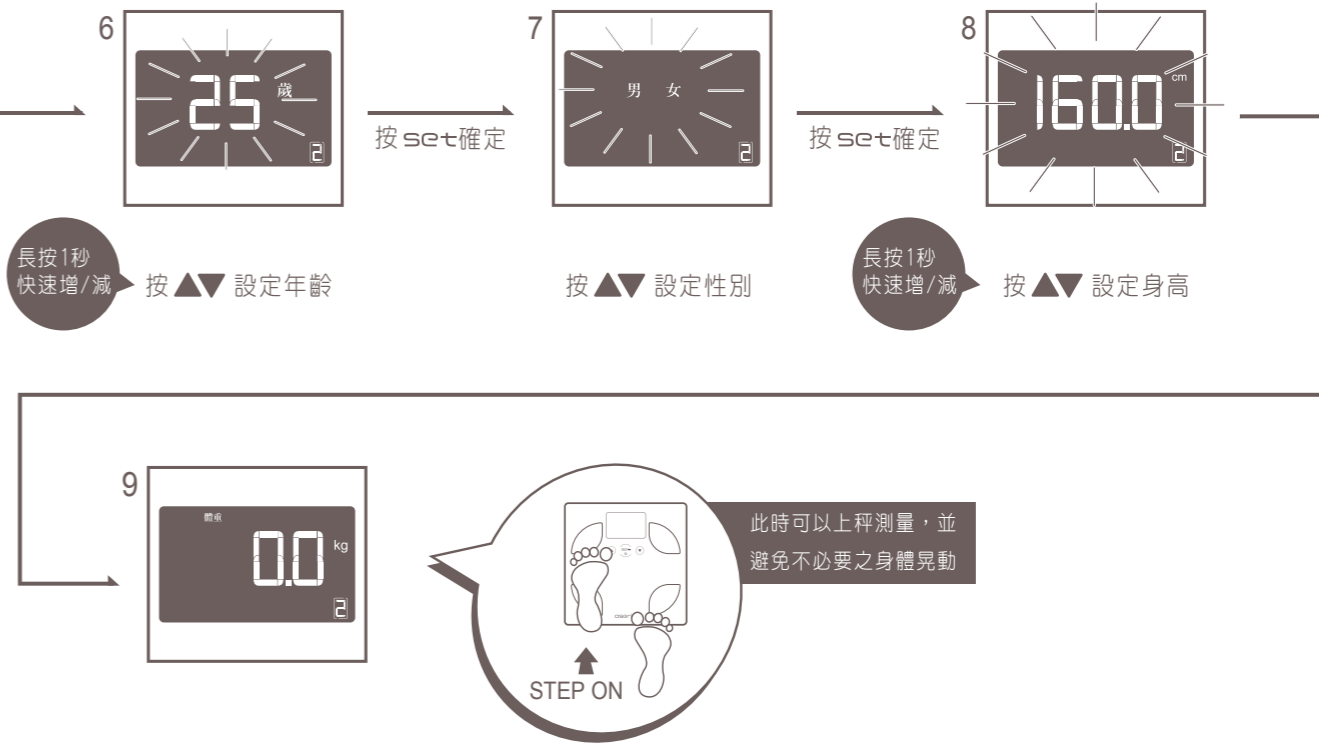


- 1 按 set 開機
- 2 顯示歡迎詞 "Hi"，
機器進行校正準備
(請勿站上秤盤)
- 3 機器校正完成，
按 set 選擇使用者

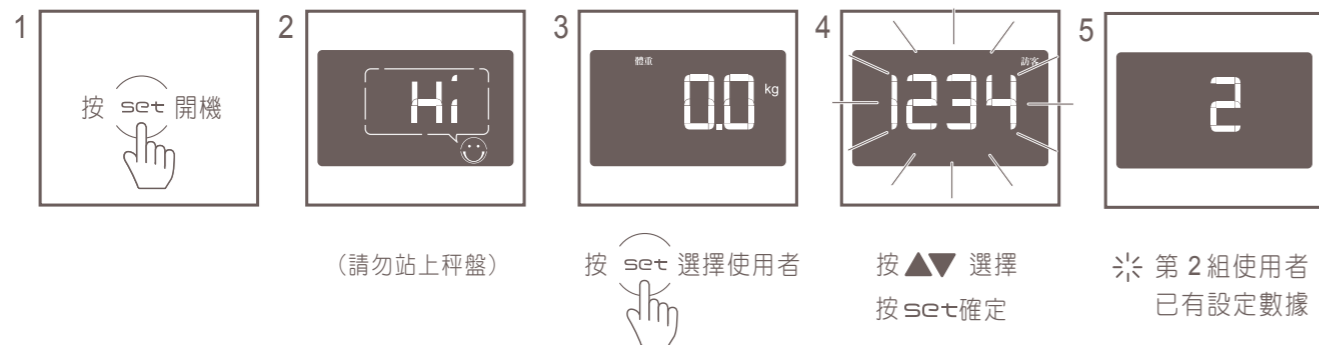
- 4 使用者選擇設定
- 5 選擇使用者
- 6 年齡設定
- 7 性別設定
- 8 身高設定

9 設定完成，顯示0.0kg即可開始測量

- 說明：
- 選擇訪客時使用者設定數據將不記憶
 - 60秒以上沒有任何操作→自動關機
 - 長按 set 鍵2秒關機



2.3 重複使用時，使用者操作模式

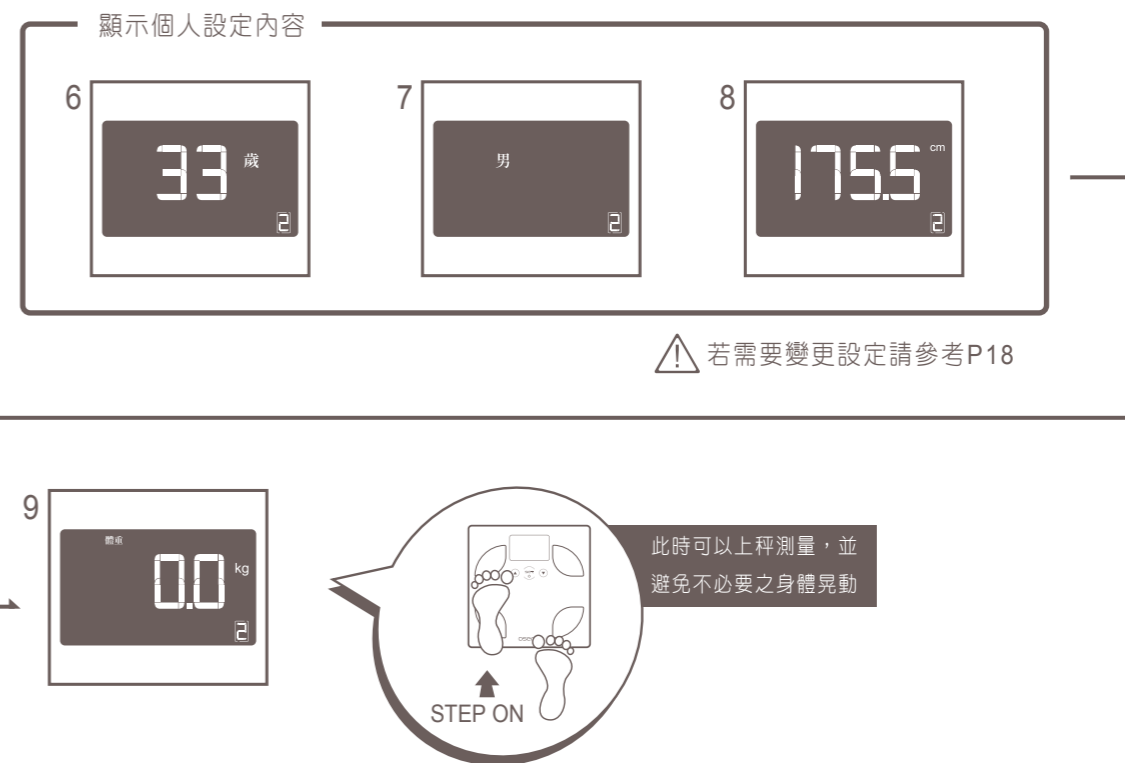


- 按 set 開機
- 顯示歡迎詞 "Hi"，
機器進行校正準備
(請勿站上秤盤)
- 機器校正完成，
按 set 選擇使用者

- 使用者選擇設定
- 選擇使用者
- 顯示個人設定內容
- 設定完成，顯示 0.0kg 即可開始測量

說明：

- 選擇訪客時使用者設定數據將不記憶
- 60秒以上沒有任何操作→自動關機
- 長按 set 鍵2秒關機



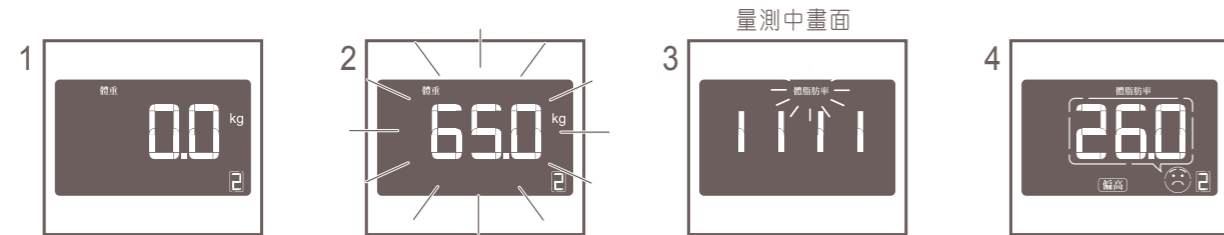
2

操作方式說明

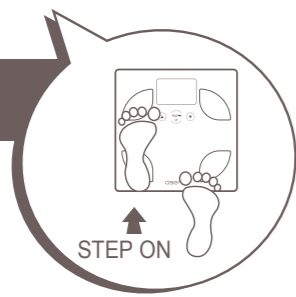
2.4 測量身體組成

※ 選擇使用者1、2、3、4或訪客後(需完成使用者數據設定)，進入體重測量畫面

- 1 使用者測量體重
- 2 秤重結果顯示
- 3 繼續測量身體組成
- 4 身體組成結果顯示



此時可以上秤測量，並避免不必要之身體晃動



請不要下秤!!

此時正在測量身體組成，請站穩以完成測量



※ 完成測量
可以下秤
觀看數據

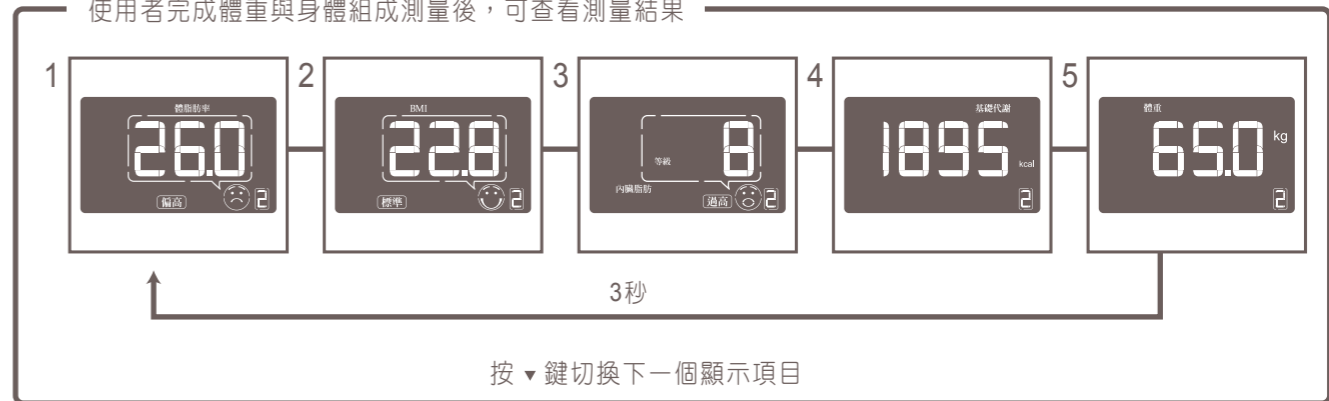
2

操作方式說明

2.5 查看測量結果

※ 各測量功能詳細說明請至歐瑟若官方網站 www.oserio.com 下載「健康體重管理指南」。

使用者完成體重與身體組成測量後，可查看測量結果



- 1 顯示體脂肪率
- 2 顯示 BMI 值
- 3 顯示內臟脂肪
- 4 顯示基礎代謝
- 5 顯示體重

說明：

- 3秒後自動切換下一畫面
- 使用者可利用 ▼ 鍵切換所顯示的4種畫面
- 按 ▲ 鍵查看歷史紀錄(P16)
- 30秒以上沒有任何操作→自動關機
- 長按 set 鍵2秒關機

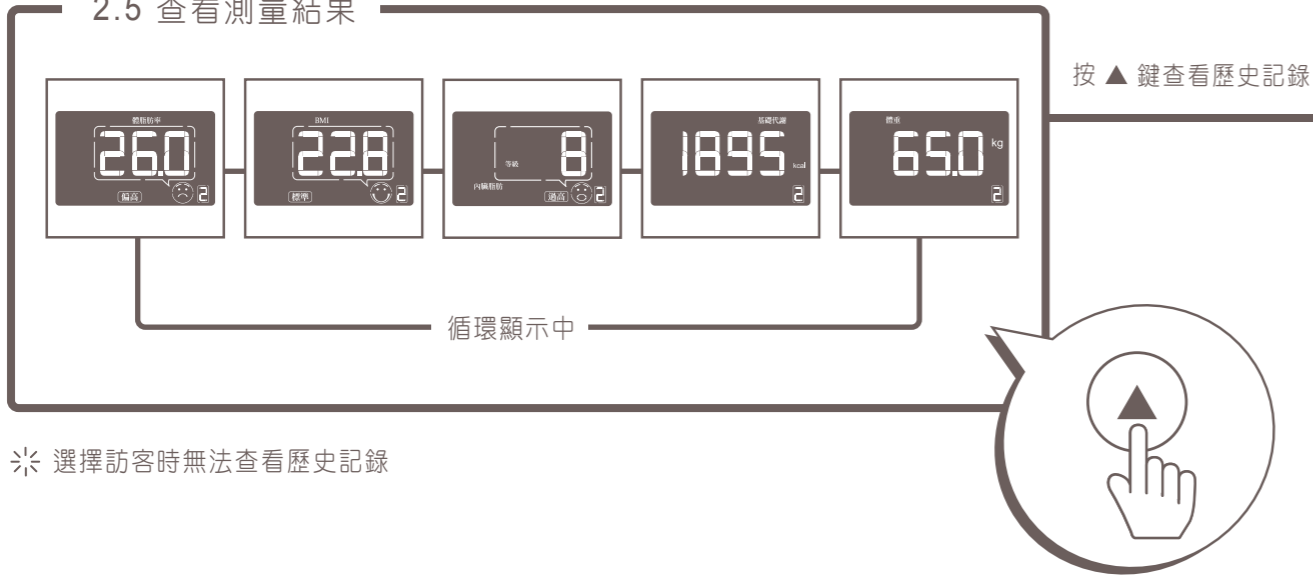
※ 若要重新進行測量，請按 set 鍵重新選擇使用者。

2.6 查看歷史記錄

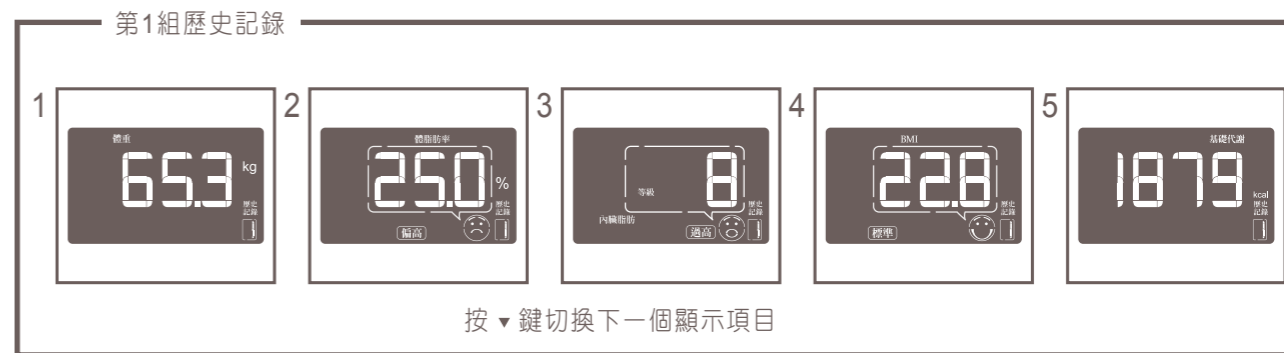
※ 選擇使用者後按 ▲ 鍵查看該使用者的歷史記錄。

※ 查看測量結果的過程當中，按 ▲ 鍵切換至查看歷史記錄。

2.5 查看測量結果



※ 選擇訪客時無法查看歷史記錄



第2組

第3組

按 ▲ 鍵
切換顯示
1~7組記錄

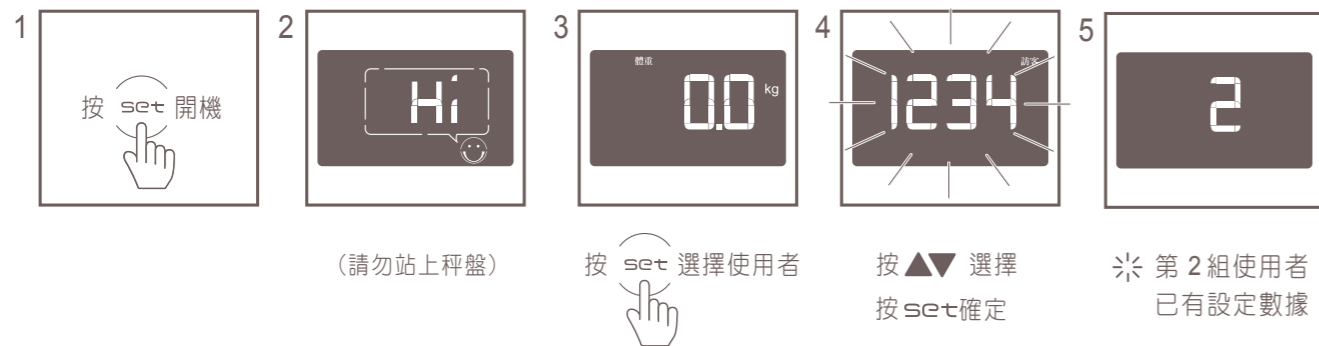
- 1 第1組體重記錄
- 2 第1組體脂肪率記錄
- 3 第1組內臟脂肪記錄
- 4 第1組BMI記錄
- 5 第1組基礎代謝記錄

※ 共可記憶7組歷史記錄

說明：

• 長按 set 鍵2秒關機

2.7 修改使用者資料

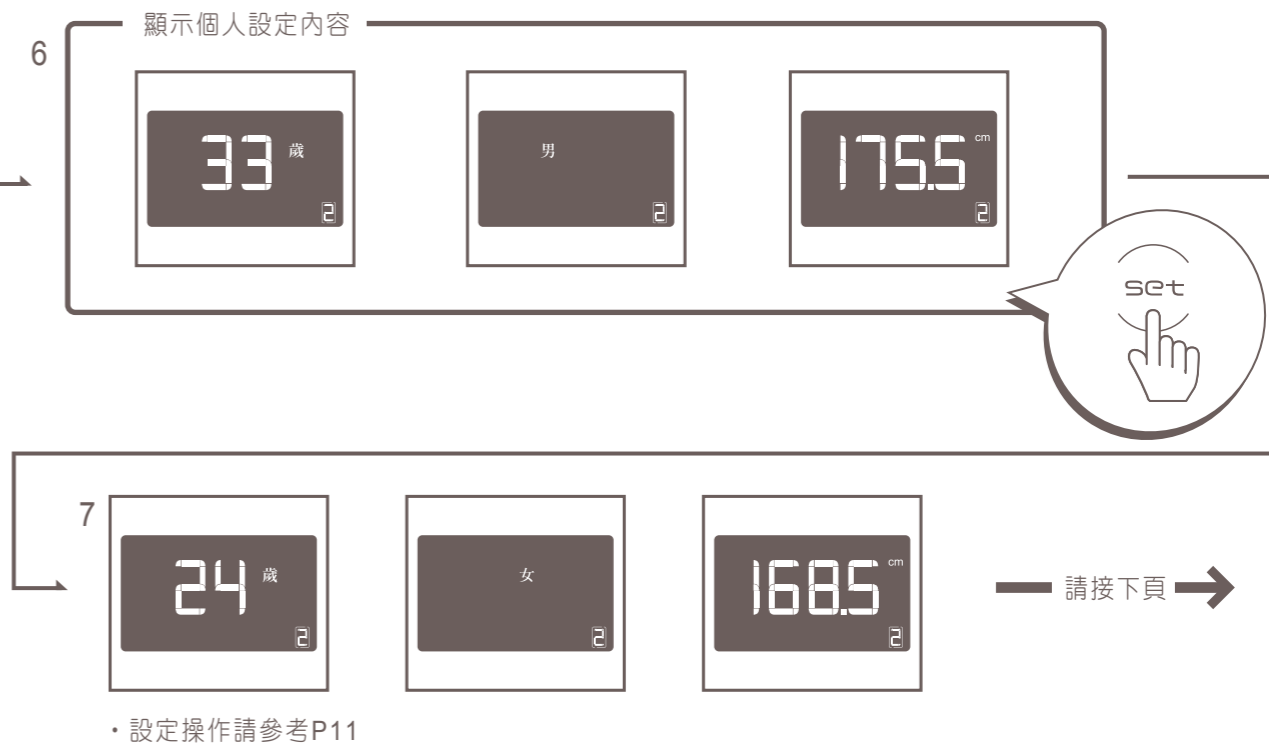


- 按 set 開機
- 顯示歡迎詞 "Hi"，
機器進行校正準備
(請勿站上秤盤)
- 機器校正完成，
按 set 選擇使用者

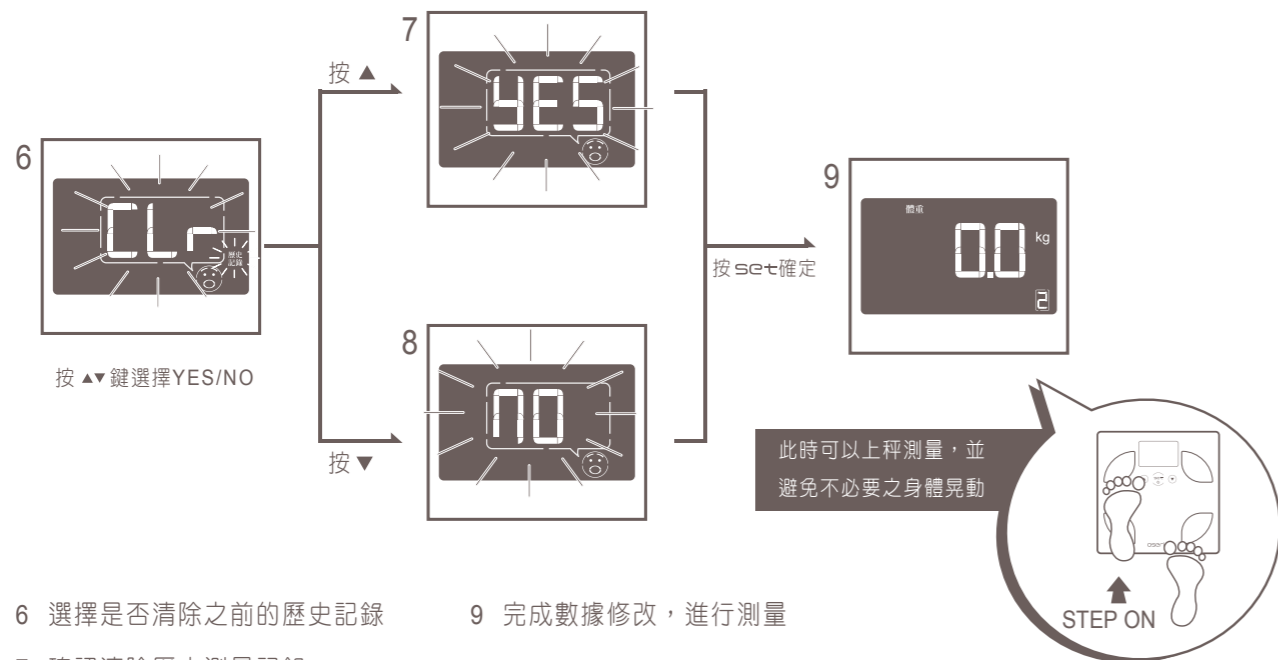
- 使用者選擇設定
- 選擇使用者
- 在顯示個人設定內容時按 set 鍵進行修改
- 依序修改年齡、性別、身高、目標體重數據

說明：

- 60秒以上沒有任何操作→自動關機
- 長按 set 鍵2秒關機



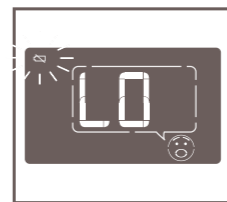
2.7 修改使用者資料



2.8 錯誤訊息顯示表



電池符號閃爍，電池低電量，產品仍可正常使用



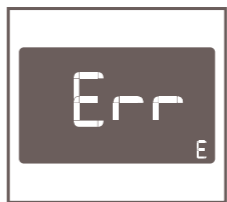
電池符號閃爍，電池低電量，請更換電池



過載或一分鐘內秤重不穩定，請重新在秤體上站穩勿晃動以進行測量



體脂肪率超出範圍測量之標的物非本機器功能範圍內所能測量



使用者記憶資料失效請重新進行個人資料設定，或送回原廠進行維修



內臟脂肪率超出範圍測量之標的物非本機器功能範圍內所能測量

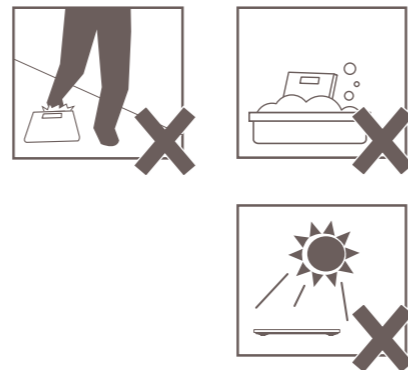
3

其他參考說明

3.1 存放與保養

存放注意重點：

- 1.請存放在陰涼平整的地面。
- 2.避免放置在進出行走的走道上，以避免不小心絆倒行人。
- 3.不可直接浸泡到水。
- 4.遠離高溫、潮濕，直接日曬與多塵地方。
- 5.避免與化學材料或具腐蝕氣體存放一起。



3.2 保養小叮嚀

- 1.每日使用前請用乾布擦拭，常保產品潔淨如新。
- 2.使用乾淨軟布擦拭秤盤與螢幕面板，必要時可使用擰乾後的布擦拭產品，最後再以乾布抹乾即可。
- 3.請勿使用揮發油、清潔劑或汽油來擦拭產品。
- 4.避免使用粗糙、有沾黏異物的布擦拭產品，以防秤盤與螢幕面板刮傷。
- 5.使用時，若發現產品沾到水後，請儘快用乾布擦拭乾淨，避免讓水滲入機心，影響測量準確度。

3

其他參考說明

3.3 產品規格

電池	4顆 AAA(4號)鹼性電池	產品重量	1.6 kg
設定項目	年齡：10至80歲 性別：男 / 女 身高：100~199.5 cm		
產品尺寸	機體：285(長) x 285(寬) x 25(高) mm LCD顯示器：93(長) x 60(寬) mm		
適用環境	溫度：5 ~ 35℃ 濕度：30 ~ 85%RH 保存環境 溫度：-20 ~ 60℃ 濕度：10 ~ 95%RH		
秤重準確度	0~40kg：±0.4 kg，40~150kg：±1%		
記憶能力	4組使用者+訪客功能，7組歷史記錄		
顯示項目	1. 重量：5~150kg，遞增數值(解析度)：0.1kg 2. 體脂肪率：5.0~50.0%，遞增數值：0.1% 體脂肪率判定：偏低/標準/偏高/過高 3. BMI：0~150 4. 基礎代謝：385~3999 kcal 5. 內臟脂肪程度：等級1~9 內臟脂肪判定：1~3標準/4~6偏高/7~9過高		
附件	產品說明書、保固卡、顧客意見回函卡		

注意：1.本產品體脂肪測量僅供10~80歲使用者使用。

2.產品型號/色彩：FHG-303BK(黑)、FHG-303W(白)、FHG-303G(綠)、FHG-303Y(黃)、
FHG-303O(橘)、FHG-303R(紅)、FHG-303P(紫)、FHG-303B(藍)