



筋カトレーニング器具の認定基準及び基準確認方法

(公開用)

一般財団法人 製品安全協会

序文

この認定基準及び基準確認方法は、消費生活用製品安全法に基づき設立された製品安全協会が以下の安全管理委員会専門部会において作成し、ガットスタンダードコードに基づく海外通報手続きを経た上で、通商産業大臣承認を受けて制定された製品安全基準とその評価方法である。

この認定基準及び基準確認方法は、適合性評価手続き（SGマーク制度）の適用を受ける。

この認定基準及び基準確認方法は、電気用品取締法、製造物責任法等のいかなる他法令の適用も除外するものではない。

家庭用フィットネス器具専門部会 専門委員名簿

	氏 名	所 属	(五十音順・敬称略)
(部会長)	宇治橋 貞幸	東京工業大学	
	伊藤 文一	財団法人日本消費者協会	
	魚見 秀男	全日本運動用具小売商組合連合会	
	大久保 信行	中央大学	
	太田 義武	株式会社大武ルート工業	
	大西 清	株式会社中旺ヘルス	
	小沢 治夫	筑波大学付属駒場中・高等学校	
	乙部 宏樹	社団法人日本フィットネス産業協会	
	角野 祥三	製品安全協会	
	梶野 広	日本秤鐘株式会社	
	川副 嘉彦	埼玉工業大学	
	河田 浩治	セノー株式会社	
	川又 輝長	社団法人日本スポーツ用品工業協会	
	古賀 洋一	通商産業省産業政策局製品安全課	
	小林 肇	東京大学	
	崎山 起一	株式会社コーラル	
	佐藤 省悟	財団法人化学品検査協会	
	佐藤 章一郎	株式会社福島発條製作所	
	清水 眞一	丸石自転車株式会社	
	瀬崎 博	株式会社河合楽器製作所	
	園山 忠	健康増進機器連絡協議会	
	別所 敏明	製品評価技術センター消費生活部機械テスト課	
	高橋 牧人	通商産業省生活産業局文化関連産業課	
	高原 亮治	厚生省地域保健・健康増進栄養課	
	土屋 邦正	コンビ株式会社	
	津山 政士	株式会社キャットアイ	
	戸松 哲男	株式会社エスエスケイ	
	信田 宜司	ミズノ株式会社	
	新津 靖	東京電機大学	

野美山 薫	社団法人日本通信販売協会
橋村 勝	竹井機器工業東日本販売株式会社
福井 輝子	主婦連合会
福田 聡一	財団法人日本品質保証機構
福永 哲夫	東京大学
藤本 祐司	アルインコ株式会社
船渡 和男	東京大学
松尾 彰文	鹿屋体育大学
松岡 寿人	財団法人日本文化用品安全試験所
宮崎 正浩	工業技術院標準部消費生活規格課
谷野 義弘	株式会社ジャパンヘルス
吉武 裕	国立健康・栄養研究所

(事務局)

製品安全協会

住 所 : 110-0012 東京都台東区竜泉 2-20-2 ミサワホームズ三ノ輪 2 階
電 話 : 03-5808-3302 F A X : 03-5808-3305

筋力トレーニング器具の認定基準及び基準確認方法
Approval Standard and Standard Confirmation Method for
Strength training Equipments for Home-use

1. 基準の目的

この基準は、筋力トレーニング器具の安全性品質及び消費者が誤った使用をしないための必要事項を定め、一般消費者の身体に対する危害防止及び生命の安全を図ることを目的とする。

2. 適用範囲

この基準は、一般家庭で使用する健康の維持及び増進を目的とした据置式の筋力トレーニング器具（以下、「トレーニング器具」という。）について適用する。

なお、スポーツジム等の施設用、各種厚生施設用、医療用は除く。

備考：この基準の中で{ }を付けて示してある単位及び数値は、従来単位によるものであって参考値として併記したものである。

3. 形式区分

トレーニング器具の形式区分は、次のとおりとする。

負荷形式の違いによる区分

・フリーウェイト式	重錘又はバーベルを利用したもの。
・油(空)圧負荷式	油(空)圧式シリンダを利用したもの。
・弾性負荷式	ゴム等を利用したもの。
・体重負荷方式	使用者の体重を利用するもの。例.腹筋台
・その他	上記の他の負荷形式のもの。例.商用電源を使用した電磁抵抗方式のもの。

4. 安全性品質

トレーニング器具の安全性品質は、次のとおりとする。

項 目	認 定 基 準	基 準 確 認 方 法
1. 外観、構造及び寸法	<p>1. トレーニング器具の外観、構造及び寸法は、次のとおりとする。</p> <p>(1) 身体が触れる部分には、先鋭部、ばり、とがり等がないこと。</p>	

	<p>(2) 外部に現れるボルト・ナット、リベット、溶接部等の先端は著しく突き出していないこと。</p> <p>(3) 組立式のものにあつては、組立ては容易で、かつ確実に組み立てられること。</p> <p>(4) 操作ハンドル部には、滑り防止のための措置が講じられていること。</p> <p>(5) 運動する身体部位が触れるベンチシート等の表面は、クッション材料によって覆われていること。</p> <p>(6) 使用時に身体が触れ得る箇所には、開口部がないこと。</p> <p>(7) 可動部に身体や手指などが挟まれることがないこと。</p>	
--	---	--

	<p>(8) 取り外し可能な負荷部 は、使用中に外れ、ずれ 等がないこと。</p>	
--	---	--

	<p>(9) 負荷伝達部にワイヤロープを用いるものにあつては、滑車直径はワイヤ直径の○以上であること。</p> <p>(10) 負荷伝達部にワイヤロープを用いるものにあつては、ワイヤロープが滑車から外れないこと。</p> <p>(11) 各運動動作を確実に行える構造であり、各運動領域内に適正な運動の妨げになるフレーム、レバー等がないこと。</p> <p>(12) 高さ○以下の位置にワイヤロープが露出するものにあつては、ワイヤロープは樹脂等によって被覆されているか、又は触れられないようにカバー等で覆われていること。</p> <p>(13) バーベルを用いるフリーウェイト式のバーベル受</p>	
--	--	--

けは、**确实バーベル**を受けられる構造であること。

(14) 高さ調節が可能な支柱等の負荷を支持するフレーム部は、最高又は最長にしたときであっても十分な支持深さを有し、かつ**确实に固定する機構**を有すること。

(15) ベンチシートの基本寸法は、以下のとおりであること。

2. **トレーニング器具の強度**は、次のとおりとする。

2. 強度	<p>(1) 体重のみが加わるベンチ部分は、耐荷重試験を行ったとき、破損、変形及び使用上支障のある異状がないこと。</p> <p>(2) 使用時に作用力が加わる部分は耐荷重試験を行ったとき、破損、変形及び使用上支障がある異状がないこと。</p>	
-------	--	--

<p>3. 耐久性</p>	<p>(3) バーベルを用いるフリーウェイト式にあつては、バーベル受け部への衝撃試験を行ったとき、破損、変形及び使用上支障がある異状がないこと。</p> <p>3. 耐久性試験を行ったとき、各部に破損、変形及び使用上支障のある異状がないこと。</p>	
---------------	---	--

<p>4. 安定性</p>	<p>4. 安定性試験を行ったとき転倒がないこと。</p>	
<p>5. 電気的な機能等</p>	<p>5. 電動式にあつては、電気的な機能等は、次のとおりとする。</p> <ul style="list-style-type: none">(1) 電装部品関係は、その定格内で使用されること。(2) 動作電圧は、定格電源電圧の○以内であること。	

(3) 金属部と接地部間の漏れ電流は、○以下であること。

(4) 絶縁抵抗は、電源プラグ両端と製品金属部間で○以上であること。

(5) 絶縁耐力試験を行ったとき、各部に異状が生じないこと。

6. 材料	6. 耐食性材料以外の金属材料は、防せい処理が施されていること。	
7. 付属品	7. 付属品は、使用上の安全性を損なわないものであること。	

5. 表示及び取扱説明書

トレーニング器具の表示及び取扱説明書は次のとおりとする。

項 目	認 定 基 準	基 準 確 認 方 法
1. 表示	<p>1. トレーニング器具には、容易に消えずかつはがれにくい方法で、次の事項を表示すること。</p> <p>ただし、(3)、(5)及び(6)は使用時に特に目につきやすい箇所に、大きな文字でその趣旨を表示し、(7)は購入時にも必ず使用者にわかるよう、その趣旨が表示されていること。なお、その製品に該当しない事項は省略してもよい。</p> <p>(1) 申請者（製造業者、輸入業者等）の名称又はその略号</p> <p>(2) 製造年若しくは輸入年、又はその略号</p> <p>(3) 家庭用</p> <p>(4) 定格 定格電圧、定格周波数等</p> <p>(5) 使用前に取扱説明書に記載される使用方法を必ず読み、適正な使用方法をすること。</p> <p>(6) 無理をせず、身体に変調があったら、すぐに使用を停止すること。</p>	

<p>2. 取扱説明書</p>	<p>(7) 健康の維持・増進を目的とした製品であるため、事前に医師に相談する必要がある場合、必ず相談してから使用する旨。</p> <p>(8) バーベルへの負荷プレートの取付け及び取外し方法</p> <p>2. トレーニング器具には、次に示す趣旨の各項目が記載された取扱説明書を添付すること。</p> <p>(1)は取扱説明書の表紙等の見やすい箇所に示し、(6)～(9)は図を併記すること。(5)、(10)～(13)は安全警告標識等を併記するなどしてより認知しやすいものであること。なお、その製品に該当しない事項は省略してもよい。</p> <p>(1) 取扱説明書を必ず読み、保管すること。</p> <p>(2) 家庭用であるため、学校、スポーツジム等、不特定多数の利用者によって使用される用途に用いないこと。</p> <p>(3) 各運動毎の最大定格負荷</p>	
-----------------	---	--

	<p>(4) 使用者の体重制限 例〇kg 以下</p> <p>(5) 健康の維持・増進を目的とした製品であり、事前に医師に相談する必要がある場合、及び家庭内リハビリ用に使用する場合は、必ず医師に相談してから使用すること。</p> <p>(6) 各部の名称</p> <p>(7) 部品の構成</p> <p>(8) 組立・分解方法</p> <p>(9) 調節・調整方法</p> <p>(10) 子供が遊具として使用しないことを保護者の責任で注意すべきであること。</p> <p>(11) 設置上の注意</p> <p>①浴室付近等の湿気の多い場所や水滴等が製品にかかる場所への設置は、さびの発生や電気部品の不具合等が発生するおそれがあるため、注意すること。</p>	
--	---	--

- ②使用中の運動動作領域を十分確保できる水平な床面上に設置すること。
- ③ゴム製負荷が直射日光にさらされる場所や高温状態になる場所には設置しないこと。
- ④電気的な各接続部は、確実に接続されており、濡れたり、燃えやすい物が近くなかったりすることを確認して使用すること。

(12) 使用上の注意

- ①ゴム製負荷は、局部的にき裂等が発生するとそれが進展して使用中に破断等して危険であるため、適時伸ばして確認して使用すること。
- ②ワイヤロープがささくれて、断線している場合は、それが1箇所であっても製造元等に連絡して交換等すること。
- ③用途(所定の使用方法)以外の使用を行わないこと。
- ④同時に○人以上で使用しないこと。
- ⑤使用前には締結部にゆるみがないか確認し、あった場合は締め直してから使用すること。
- ⑥身体に変調があったら、すぐに使用を停止すること。

	<p>(13) 保管方法及び保管上の注意</p> <p>① 使用しない場合は、別の用途には使用しないよう、特に子供が使用しないようコンセントを抜いておくなど注意すること。</p> <p>② 屋外や湿気の高い所への保管は、さびの発生、電気部品等の不具合の原因となるため、避けること。 特に、ゴム製ラバープレート劣化の原因となるため、直射日光や高温の場所に保管しないこと。</p> <p>(14) S G マーク制度は、トレーニング器具の欠陥によって発生した人身事故に対する補償制度である旨。</p> <p>(15) 製造業者、輸入業者、販売業者等の名称、住所及び電話番号</p>	
--	--	--

