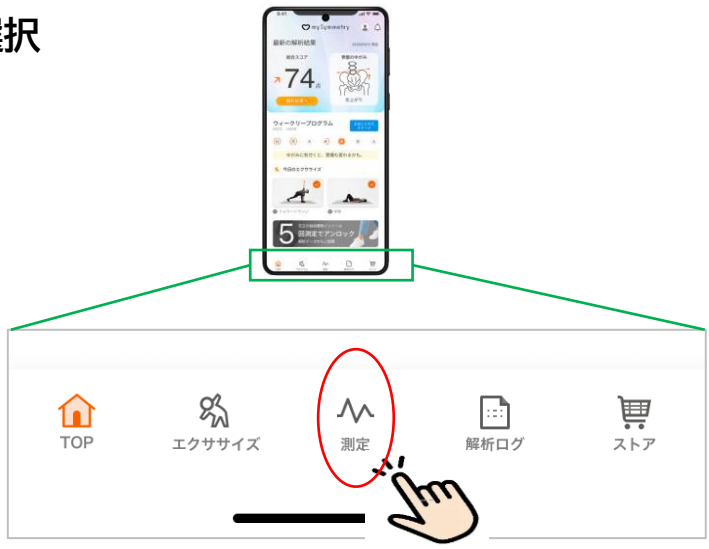
「mySymmetry（マイシンメトリー）」のアプリの測定方法

★以下の手順に従って測定してください

①mySymmetryのアプリを起動させる



②ホーム画面の「測定」を選択



③スマホを構える

アプリの『測定を始める』を選択した後、**おへその下にある骨盤の位置で**
スマホをしっかり押し当てる



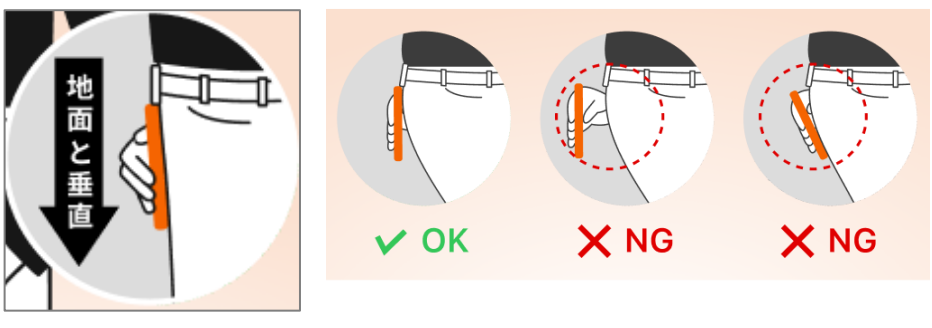
④測定する

正しく構えた後、**スマホを2秒以上静止させ、スマホが振動したら**測定開始
スマホを正しい位置に構えたまま、**8～10歩ほど歩き、もう一度振動したら**測定完了

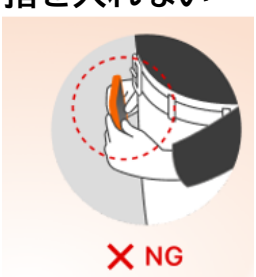


【スマホが振動しない時の注意点】

※**スマホが地面と垂直になるように**両手で上から押さえる



※スマホと身体の間に
指を入れない



※スマホを構える時は、**10度以上傾けない**（測定できない）

【スマホ正面】　【スマホ横】

