

MyMUアプリ 取扱説明書(別冊)

おやすみサポート

取扱説明書



■対象のエアコン

- 無線LANモジュールが内蔵された当社製ルームエアコン
- 別売の無線LANアダプター「MAC-901IF」、「MAC-900IF」、または「MAC-895IF」を取り付けた当社製ルームエアコン

※ハウジングエアコンには対応していません。

- ご使用の前に、この取扱説明書、MyMUアプリの取扱説明書、およびMyMUアプリの機器登録説明書をよくお読みになり、正しくお使いください。特に「安全のために必ずお守りください」は、必ず読んで正しくお使いください。

この機能は日本国内用ですので国外では使用できません。また、アフターサービスもできません。
This function is designed for use in Japan only and can not be used in any other country.
No servicing is available outside of Japan.

ご案内

- ・ 本機能の仕様は、予告なしに変更する場合があります。
- ・ 取扱説明書に記載されている画面はイメージです。ご使用のスマートフォンによっては、配置などが変わることがあります。

おやすみサポートって何？

おやすみサポートは、MyMUアプリ(三菱電機家電統合アプリ)のMyMU+画面の「おやすみサポート」から起動し、就寝中に自動で冷房の運転/停止の繰り返しやお目覚め前の暖房運転を行います。1年を通して、快適な睡眠環境づくりをサポートします。

おやすみサポートでできること

おやすみ自動運転

寝る前に自動でお部屋を冷やしたり暖めたりすることができます。

寝苦しい夏の夜は、就寝中にお部屋が暑くなってきたことを検知して、自動でお部屋を涼しくします。

布団から出たくない寒い冬の朝には、起床時刻に合わせて自動でお部屋を暖めます。

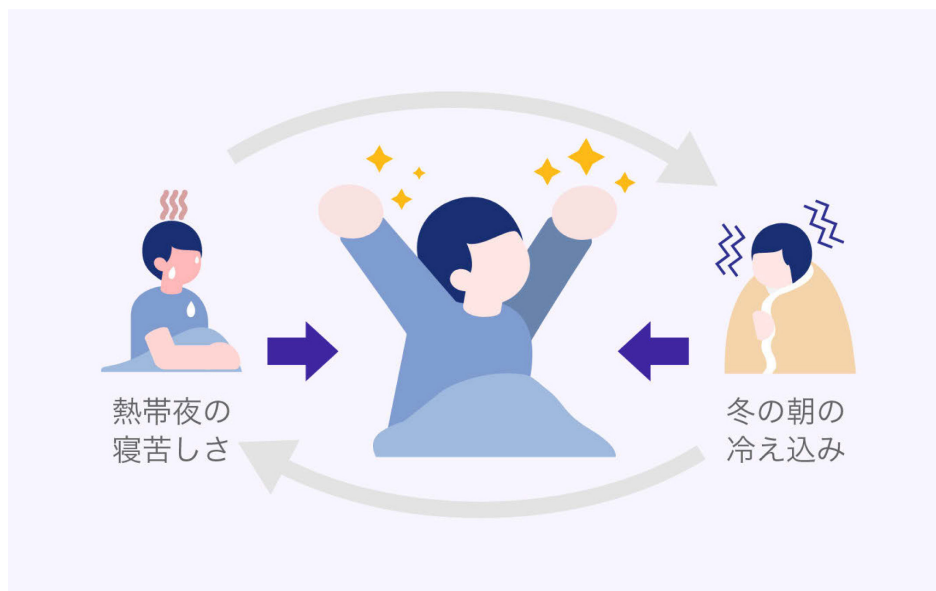
おやすみ音楽

プリセット曲やお好みの音楽を再生し、快適な睡眠環境づくりをサポートします。

睡眠環境の見える化

就寝中の室温変化とエアコンの運転状況や、スマートデバイスと連携した就寝中の睡眠状態と睡眠情報のレポートを閲覧できます。

詳細は2章以降をご覧ください。  17ページ



1章 ご使用の前に

安全のために必ずお守りください	8
ご使用の前にお読みください	10
システム構成	15

2章 おやすみサポートについて

おやすみ自動運転でできること	18
霧ヶ峰 REMOTE アプリの「健康」機能をお使いの方は	23

3章 おやすみサポート使用前の準備

事前準備と初回設定の流れ	25
MyMU アプリにおやすみサポートを追加する	26
おやすみサポートの初回起動時の設定をする	30
おやすみサポート Ver1.3 以前からバージョンアップしたときは	38
スマートデバイスと連携するかどうかを設定する...	41

4章 おやすみサポートを使用する

おやすみサポートの設定状況を確認する	47
おやすみサポートを起動する	49
トップ画面について	50
トップ画面（睡眠設定）	51
おやすみ時間を設定する	53
「エアコン設定」画面	57
エアコンのかんたん設定をする	60
「エアコンのこだわり設定」画面	65
おやすみ自動運転の温度を設定する	70
おまかせ温度設定で温度を設定する	79
就寝前の予冷 / 予暖の設定をする	81
就寝中の冷房運転の運転時間を設定する	83
おやすみ自動運転時の風速を設定する	85
「おやすみ音楽設定」画面	86
おやすみ音楽の曲を準備する	87
おやすみ音楽の曲を設定する	92
おやすみ音楽で聴く曲を再生する	95
おやすみ自動運転を OFF（無効）にするときは	96
おやすみサポートを OFF（無効）にするときは	97
おやすみ自動運転の動作条件	98

5章 おやすみサポート（レポート）を使用する

トップ画面（レポート）	104
就寝中の各種レポートを閲覧する	106
就寝中の快適さを評価する	109
運転履歴を閲覧する	111
連携していないスマートデバイスを連携させる ときは	113

6章 アプリやユーザーに関する設定を行う

メニュー画面	115
アプリライセンス情報を表示する	116
通知設定のON（有効）/OFF（無効）を設定する	117

7章 サポート

故障かな？と思ったら	119
こんなメッセージ画面が表示されたら	122
ご相談窓口・修理窓口のご案内 （三菱電機機器のみ）	126
スマートデバイスや関連アプリに関する お問い合わせ	127

この説明書の便利な使いかた

この説明書にはリンクが設定されています。もくじや参照をタップまたはクリックすると、リンク先のページにジャンプします。

もくじから	…22	各ページにジャンプします。
各ページから		もくじに戻ります。
参照から		参照先にジャンプします。

MyMUアプリの説明書について

本アプリはMyMUに統合されているアプリのため、MyMUアプリのインストールが必要です。

MyMUアプリのインストールやユーザー登録など、MyMUアプリの使い方についてはMyMUアプリの取扱説明書で説明しています。以下のURLからご覧ください。

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/ib.html>

また、機器登録については、MyMUアプリの取扱説明書別冊の機器登録説明書で説明しています。以下のURLからご覧ください。

https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/entry_ib.html

1 章

ご使用の前に

安全のために必ずお守りください.....	8
ご使用の前にお読みください.....	10
システム構成	15

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防ぐため、必ずお守りいただくことを説明しています。

機器やアダプターの取扱いについては、機器やアダプターの取扱説明書を必ず読んで正しくお使いください。



警告

誤った取扱いをしたときに、死亡や重傷などの重大な結果に結びつく可能性があるもの。



注意

誤った取扱いをしたときに、軽傷または家屋・家財などの損害に結びつくもの。

■“図記号”の意味は次のとおりです。



禁止



ぬれ手禁止



指示を守る



警告



ぬれ手禁止

ぬれた手で作業しない

・感電・火災の原因になります。



禁止

自動ドアや、火災報知器などの自動制御機器の近くでは、無線LANを使用しない

・機器の誤動作により、事故の原因になります。



禁止

心臓ペースメーカーなどの医療用電気機器を使用する場合は、無線LANを使用しない

・医療用電気機器の動作に影響を与えるおそれがあり、事故の原因になります。



注意



禁止

無線LANの設定を確認する
ときには、不安定な台に乗
らない

・転倒などケガの原因になるこ
とがあります。



指示を守る

次のような方がご使用にな
る場合は、管理できる人が
近くににいるときに使用する

・乳幼児、お子さま
・高齢者
・病気の方
・身体の不自由な方 など



指示を守る

作業時は手袋等の保護具を
着用する

・ケガの原因になることがあり
ます。

機器に異常および不具合が発生したときは、ただちに運転を停止し、「お買上げの販売店」または機器の取扱説明書に記載の「三菱電機 ご相談窓口・修理窓口」にご相談ください。

より安全にお使いいただくために

ネットワーク製品においては悪意を持った外部からの攻撃（設定温度や運転モードを勝手に変更される等）を回避するために、お客さまのネットワーク環境を再度ご確認ください。

1. ルーターの設定と設置

- (1) 無線LANの暗号キーは、数字の連番やMACアドレスなどから推測できる設定を避けて、文字と数字を複合した推測されにくい安全なパスワードを使用してください。
- (2) 無線LANの暗号方式はWEPあるいはOpenを使用しないでください。
- (3) インターネットからの不正アクセスを防止するため、PING応答を無効に設定するなど、インターネット上での存在が特定されないようにしてください。
- (4) 管理画面へのログインパスワードは推測されにくいものを使用してください。ルーターの設定はルーターメーカーにお問い合わせください。
- (5) 無線LANルーターは外部の人が触れない場所に設置してください。また、フリーWi-Fi™として提供するなど、不特定の第三者にネットワークを開放しないでください。
- (6) 製品のURL（IPアドレスやホスト名）を不特定の第三者に知られないようにしてください。

2. ご自宅でパソコンやタブレット等をご使用の場合、以下をご確認ください。

- (1) ウイルス対策ソフトを最新版にアップデートしてください。
- (2) 信頼できない発信元、出所不明な添付ファイルやハイパーリンクは開かないでください。

3. アクセスポイントモード（APモード）をご使用の場合

- (1) アクセスポイントモードのSSIDやKEYを不特定の第三者に知られないようにしてください。

ご使用時のお願いと留意点

- MyMU アプリおよび MyMU アプリによるサービスの故障・不具合・誤動作およびネットワーク機器・携帯電話端末の障害、インターネットサービスや携帯電話会社の通信サービスの障害または回線不通や通信手段の障害などにより、MyMU アプリおよび MyMU アプリによるサービスが利用できなかったことにより生じた損害については当社は一切の責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。
- お客様または第三者が MyMU アプリおよび MyMU アプリによるサービスの誤使用により生じた故障、不具合、またはそれらに基づく本機の使用によって受けられた損害については、法令上賠償責任が認められる場合を除き、当社は一切の責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。
- お客様がネットワークのセキュリティ対策や、セキュリティに関するアダプタソフトウェアの更新を実施せず問題が発生した場合、当社は一切の責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。
- 乳幼児、お子さま、高齢者、病気の方、身体の不自由な方がお部屋にいる場合は、必ず近くに管理できる人がいる状態でご使用ください。
- エアコンが見えない位置から操作するときは、エアコンやその周辺、お部屋にいる人の状態などを事前に十分確認してから操作してください。
- エアコンのあるお部屋に人がいることがわかっている場合は、エアコンが見えない位置から操作することを事前に知らせておいてください。
- 小さなお子さまなどが誤って操作しないように、保護者の方の管理のもとご使用ください。
- ご使用の前に、操作するエアコンに異常がないか確認してください。
- 次の状態のときは、スマートフォンで操作できなくなります。
 - ・ 遠隔操作が無効になっているとき
 - ・ 停電やブレーカーが切れているなどで、機器やお客様のルーター（無線 LAN アクセスポイント）に通電されていないとき
 - ・ お客様のルーターの異常時や通信圏外のとき
 - ・ インターネット回線や公衆回線に問題があるとき
 - ・ サーバーのメンテナンス時や障害発生時
- 窓や戸を開けっぱなしなど、高湿状態で長時間運転すると、室内機に露が付き、滴下して家財などをぬらし、汚損の原因になることがあります。エアコンが見えない位置から操作するときは、事前にお部屋の状態を確認してください。
- 外気温度やお部屋の環境によっては、設定した温度にならないことがあります。定期的に運転状態を確認してください。

- 障害物や電子レンジなどの電波干渉により、通信状態が悪い場合は操作内容が反映されないことがあります。定期的に運転状態を確認してください。
- スマートフォンのOSをアップデートすると、MyMUアプリが使用できなくなることがあります。
- スマートフォンで操作した内容は、リモコンの表示部に反映されません。また、リモコンで設定した内容が変更されることがあります。
- スマートフォンからエアコンの運転内容を変更した直後は、スマートフォンからエアコンを操作できません。次の操作が行えるようになるまで、しばらくの間お待ちください。
- スマートフォンによる誤操作防止のため、画面ロック機能の使用をおすすめします。
- プッシュ通知は、必ず発行されることを保証した機能ではありません。通信障害など、何らかの理由により遅れて届いたり届かなかったりする場合がありますので、この点をご理解のうえ、ご利用ください。
- 付属のリモコン、当社指定の通信・操作機器以外は使用しないでください。
- ワイヤードリモコンなどの集中管理機器との併用はできません。
※一部機種では併用可能ですが、集中管理機器の機能により、スマートフォンからの操作が反映されない場合があります。
- エアコンの廃棄や使用者を変更するときは、必ずスマートフォンによる機器登録の削除と遠隔操作の無効化を行ってください。
- 宅外から操作可能なコントローラーでは、次の場合にエアコンが停止することがあります。回線（インターネットなど）を経由してアプリでエアコンを操作した場合、接続が切れた状態が24時間続くと安全のためにエアコンは運転を停止します。
- エアコンの内部クリーン運転とおやすみサポートの両方を設定している場合は、おやすみサポートの停止時に内部クリーン運転を行います。
- おやすみサポートでエアコン停止後、フィルターおそうじメカ運転を開始することがあります。
- 「室温」とは、「体感」の設定が取り消されているときはエアコン本体で検知した温度、「体感」が設定されているときは体感温度※1です。
※1 体感温度：人が感じる温度は、お部屋の温度や湿度だけでなく、壁や床の温度（ふく射）、風の強さ、人の活動状態などにも影響されます。それらを考慮して人が肌で感じる感覚を温度で表したものです。

- 以下のエアコン本体の機能や MyMU アプリの「オートメーション」機能と、おやすみサポートを両方設定した場合は、おやすみサポートが正しく動作しない場合があります。

おやすみサポートをご利用の場合は、以下の機能と併用しないでください。

	エアコン本体の機能	MyMU アプリの 「オートメーション」機能
機能名	・ 高温みまもり ・ 低温みまもり ・ 不在停止（スマート STOP） ・ 不在停止（消し忘れオート OFF） ・ 快眠 ・ ねむり ・ 入タイマー ・ 切タイマー	・ タイマーの運転 ・ タイマーの停止 ・ 高温お知らせ ・ 低温お知らせ ・ おかえり ON ・ おでかけ OFF

- おやすみ音楽のプリセット 3 曲の音源は、株式会社デラの知的財産（保有する原盤）であり、著作権法によって保護されています。おやすみサポートを通じて提供される音源の無断転載をお断りいたします。

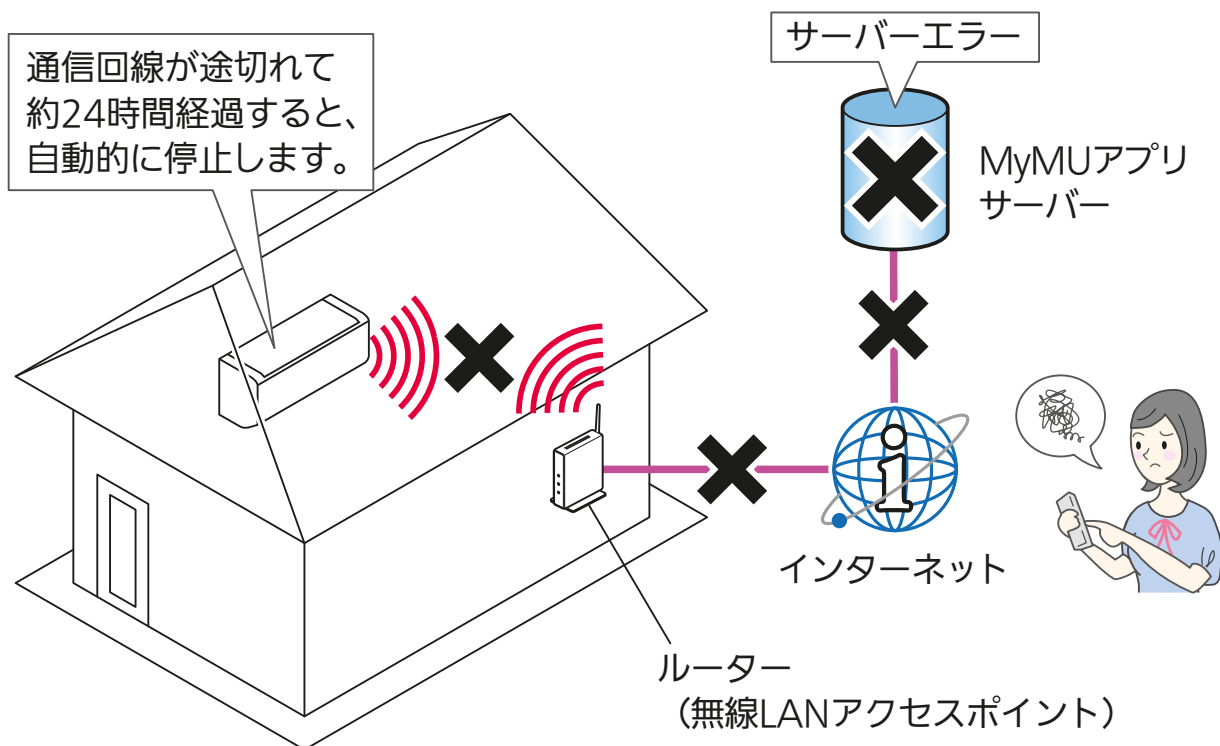
無線LAN（電波）に関するお願いと留意点

- MyMU アプリで登録する機器の無線 LAN は、2.4GHz 帯域の電波を使用しています。この周波数帯では電子レンジなどの家庭用機器のほか、産業・科学・医療用機器、他の同種無線局、工場の製造ライン等で使用される移動体識別用構内無線局、アマチュア無線局、および免許を要しない特定小電力無線局等（以下、「他の無線局」と略す）が運用されています。
 1. MyMU アプリを使用する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。
 2. 万一、「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合は、使用場所を変えるか、機器の運用を停止（電波の発射を停止）してください。
 3. その他、電波干渉の事例が発生し、お困りのことが起きた場合には、据付工事店（販売店）にご相談ください。
- 電子レンジなどの電波を放射する機器との距離が近すぎると、データ通信速度が低下したり、通信が切れる場合があります。また、コードレス電話機の通話にノイズが入ったり、発信・着信が正しく動作しない場合があります。このような場合は、お互いを 1m 以上離してお使いください。
- 無線 LAN は電波による送受信を行うため、盗聴や不正アクセスを受けるおそれがあります。無線 LAN をご使用になるときは、その危険性を十分にご理解いただいたうえ、しっかりとセキュリティを設定してください。無線 LAN のセキュリティにおいて、WEP には対応していません。機器によって対応するセキュリティ方式が異なるため、機器の取扱説明書をご確認の上、WPA3™ または「WPA2™-PSK (AES)」のいずれかを使用してください。
- 下記の行為は電波法で禁止されています。
 - ・ 無線装置を分解・改造する。
 - ・ 本体に貼り付けのシールや適合表示を消す、またははがす。

機器やアダプターのご使用に際しては、機器やアダプターの取扱説明書を必ず読んで正しくお使いください。

● 通信回線が途切れたとき

MyMUアプリでエアコンの運転を開始した場合、約24時間継続してエアコンとMyMUアプリサーバーの通信が途切れた状態が続くと、エアコンは自動的に停止します。



お知らせ

- リモコンで操作した場合は、通信回線が途切れていても停止しません。

商標、ライセンス情報について

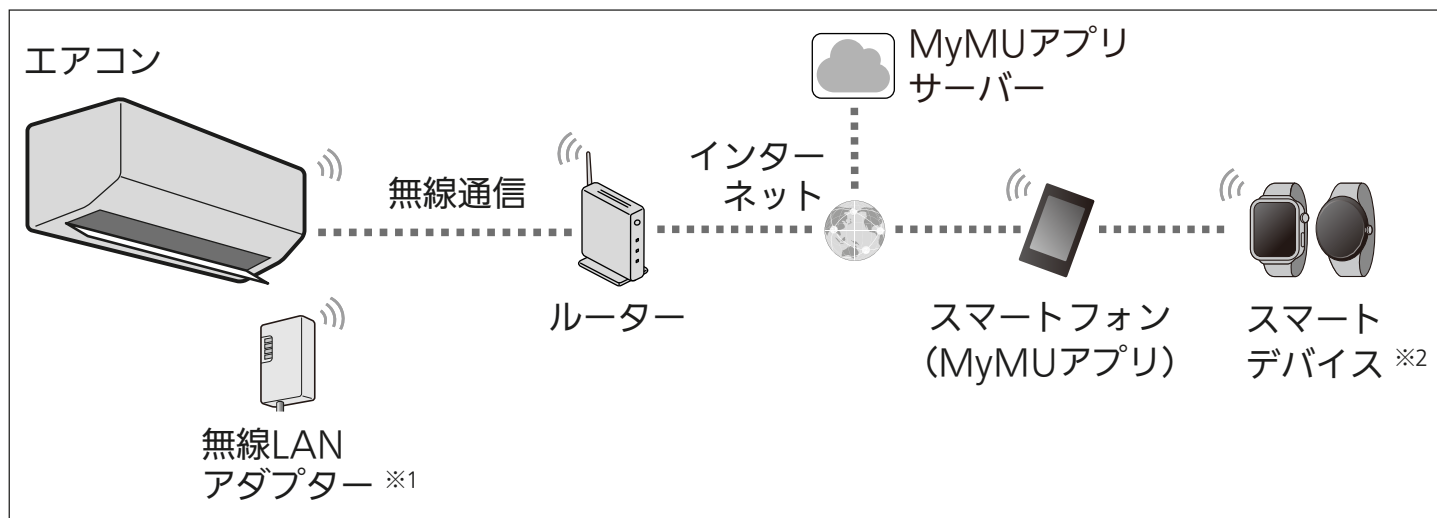
商標について

- AndroidおよびGoogle、Google Play、Health Connectは、Google LLCの商標です。
 - Appleは、米国およびその他の国で登録されたApple Inc.の登録商標です。
 - App Storeは、米国およびその他の国で登録されたApple Inc.のサービスマークです。
 - IOSは、米国およびその他の国におけるCisco Systems, Inc.およびその関連会社の商標です。iOSは、Apple Inc.のOS名称であり、ライセンス許諾を受けて使用されています。
 - Wi-Fi、WPA2、WPA3は、Wi-Fi Allianceの商標です。
- その他、記載されている会社名、商品名は各社の商標または登録商標です。

ライセンスについて

- おやすみサポートにはオープンソースソフトウェアが含まれています。アプリライセンス情報から確認できます。

システム構成図



※1 エアコンに無線LANモジュールが内蔵されていない場合に必要です。

※2 おやすみサポートと連携する場合に必要です。

- 無線LANアダプターや無線LANモジュールを内蔵している機器は、電気通信事業者（移动通信会社、固定通信会社、インターネットプロバイダ等）の通信回線（公衆無線LANを含む）に直接接続することができません。インターネットに接続する場合は、必ずルーター等を経由して接続してください。

接続に必要な機器・システム

● スマートフォン

● 対応 OS

MyMUアプリの取扱説明書で説明しています。以下のURLをご覧ください。

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/ib.html>

● MyMUアプリ（バージョン4.8以降）

以下の配信サービスでダウンロードできます。

・ Android™ : Google Play™ ・ iOS : App Store

● インターネット回線

● 常時接続可能なブロードバンド回線

・ FTTH（光ファイバー） ・ CATV（ケーブルTV） など

※ダイヤルアップ回線ではご利用いただけません。

インターネット接続については、プロバイダー・回線業者との契約をご確認ください。インターネット通信料はお客様のご負担となります。

● ルーター

● 対応するルーター

登録機器によって対応する接続方式が異なります。詳細は、MyMUアプリの取扱説明書別冊の機器登録説明書で説明しています。以下のURLをご覧ください。

https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/entry_ib.html

● エアコン

● おやすみサポート対応のエアコン

- ・ 無線LANモジュールが内蔵された当社製ルームエアコン
- ・ 以下の無線LANアダプター（別売）を取り付けた当社製ルームエアコン
 - ・ MAC-901IF ・ MAC-900IF ・ MAC-895IF

※ 当社製ハウジングエアコンおよび以下の無線LANアダプターは、おやすみサポートに対応していません。

・ MAC-884IF ・ MAC-886IF ・ MAC-888IF

● エアコンの最大登録台数

MyMUアプリの取扱説明書で説明しています。以下のURLをご覧ください。

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/ib.html>

● スマートデバイス（連携している場合のみ）

● 動作確認済みのスマートデバイス

おやすみサポートのWeb ページで説明しています。以下のURLをご覧ください。

https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/oyasumi_support.html

MyMUアプリの対応機器や対応アダプターなどについては、以下のURLをご覧ください。

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/index.html>

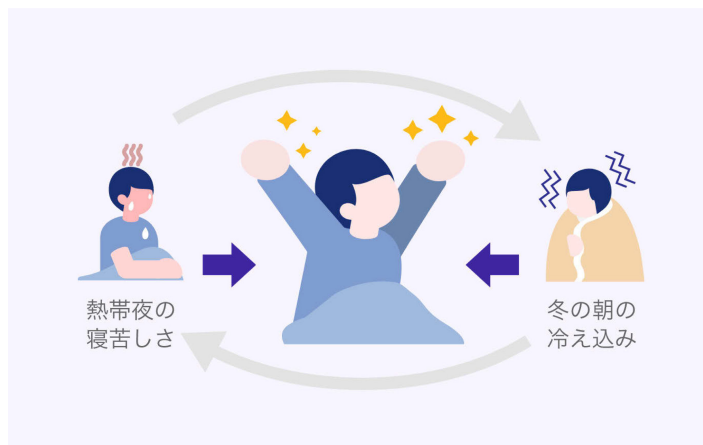
2 章

おやすみサポートについて

おやすみ自動運転でできること	18
霧ヶ峰 REMOTE アプリの「健康」機能をお使いの方は	23

おやすみサポートの「おやすみ自動運転」は、寝る前に自動でお部屋を冷やしたり暖めたりすることができます。

さらに、寝苦しい夏の夜に自動でエアコンの冷房運転を開始したり、布団から出たくない寒い朝の起床前に自動で暖房運転を開始したりすることができます。



■冷房運転のおやすみ自動運転

①就寝前の予冷

寝る前に自動でお部屋を冷やします。

②就寝中の冷房運転

寝ている間に自動で冷房運転 / 停止を繰り返してお部屋を冷やします（冷房のつけなおし）。

■暖房運転のおやすみ自動運転

③就寝前の予暖

寝る前に自動でお部屋を暖めます。

④起床前の暖房運転

起きる前に自動でお部屋を暖めます。

●おやすみ自動運転では、冷房運転と暖房運転を開始する温度（起動室温）を設定するだけで、お部屋の温度が冷房の起動室温より高くなるまで、または暖房の起動室温より低くなるまでエアコンを運転しません。

そのため、年間を通じて設定を変更する必要はありません。

お知らせ

●おやすみ自動運転の動作条件については、[📖 98ページ](#)をご覧ください。

①就寝前の予冷

就寝前（「就寝時刻」の前）に、お部屋が暑いときは自動でエアコンの冷房運転を開始し、緩やかな温度調整でお部屋を涼しくしておきます。

こんな経験ありませんか？

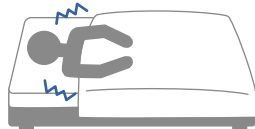
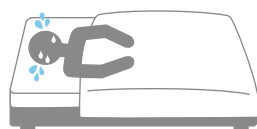
夏



寝るときに
お部屋が暑い

急いで冷やす

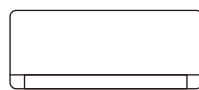
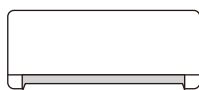
体が冷える



入室時にお部屋が暑いので冷房運転にしたが、急いで温度を下げたため体が冷えてしまった。

就寝前の予冷なら

夏



緩やかに冷やす

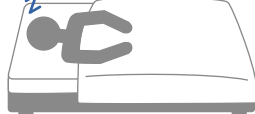
寝るときには
お部屋が涼しく

室温



最長90分

「就寝時刻」

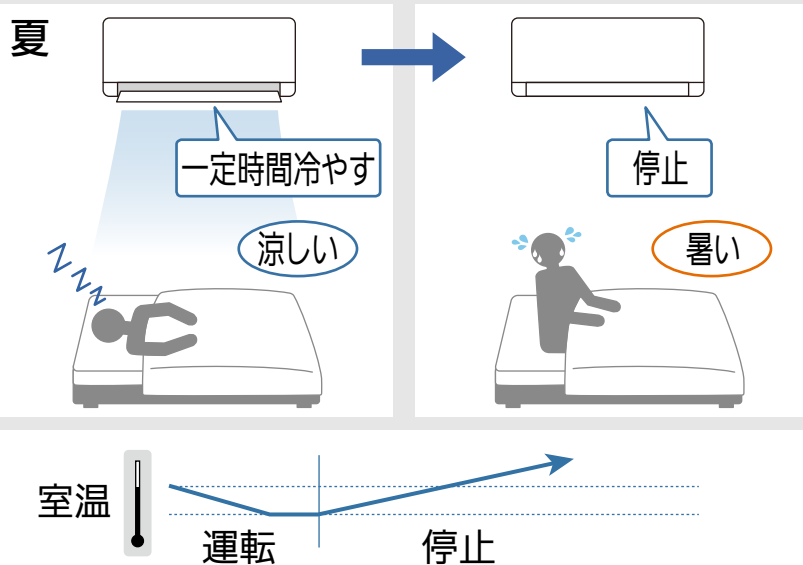


急激な温度低下にさらされないために、緩やかな温度調整で「就寝時刻」までにお部屋を涼しくします。

②就寝中の冷房運転

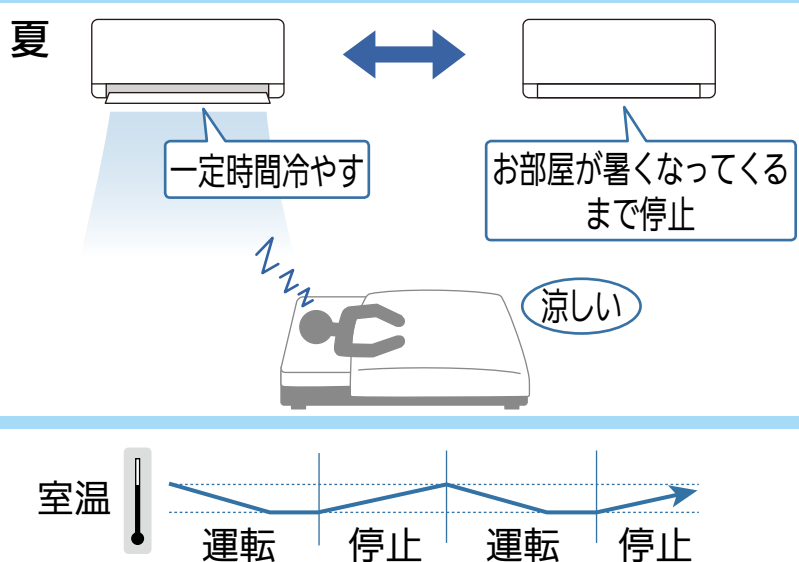
就寝中（「就寝時刻」から「起床時刻」までの間）、お部屋が暑くなってきたら自動でエアコンの冷房運転を開始し、一定時間運転をしたら自動で停止します。

こんな経験ありませんか？



エアコンの冷房運転を止めると、暑くなって起きてしまう。

就寝中の冷房運転なら



就寝中（「就寝時刻」から「起床時刻」までの間）のお部屋を涼しくします。

③就寝前の予暖

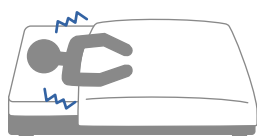
就寝前（「就寝時刻」の前）に、お部屋が寒いときは自動でエアコンの暖房運転を開始し、お部屋を暖めておきます。

こんな経験ありませんか？

冬



寝るときに
お部屋が寒い



寝るときにお部屋が寒くて、
なかなか眠りにつけない。

就寝前の予暖なら

冬



暖める



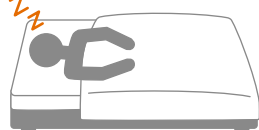
暖かいお部屋で
寝られる

室温



約60分

「就寝時刻」



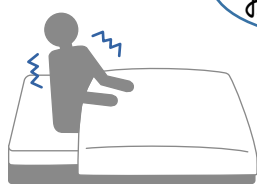
暖かい環境で眠りにつける
ように、「就寝時刻」に合
わせてお部屋を暖めておきま
す。

④起床前の暖房運転

起床前（「起床時刻」の前）、お部屋が寒いときは自動でエアコンの暖房運転を開始し、緩やかな温度調整でお部屋を暖めます。

こんな経験ありませんか？

冬



目覚めたときにお部屋が寒い

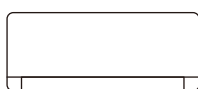
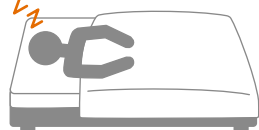
目覚めたときの冷え込みで、布団からなかなか出られない。

起床前の暖房運転なら

冬



緩やかに暖める



暖かいお部屋でお目覚め



暖かい環境で目覚められるように、「起床時刻」に合わせてお部屋を暖めておきます。

また、眠りの妨げにならないように、緩やかな温度調整を行います。

室温



最長90分

「起床時刻」

●健康ゆっくり冷房

おやすみサポートの就寝前の予冷は、「健康ゆっくり冷房」と同様に緩やかな温度調整を行います。

そのため、霧ヶ峰 REMOTE アプリで「健康ゆっくり冷房」をお使いの方は、就寝前の予冷をお使いください。

就寝前の予冷では、運転継続時間を「就寝時刻から0分、30分、1時間、2時間、起床時刻まで」の5種類から選択できます。  81ページ

●健康あさ暖房

おやすみ自動運転をON（有効）にすることで、霧ヶ峰 REMOTE アプリの「健康あさ暖房」と同様に暖かい環境で目覚められるよう、「起床時刻」に合わせてお部屋を暖めておきます。また、眠りの妨げにならないように、緩やかな温度調整を行います。

※これまで霧ヶ峰 REMOTE アプリをお使いの方は、おやすみサポートを起動すると、霧ヶ峰 REMOTE アプリの「健康」機能は無効となります。

3 章

おやすみサポート使用前の準備

事前準備と初回設定の流れ	25
MyMU アプリにおやすみサポートを追加する	26
おやすみサポートの初回起動時の設定をする	30
おやすみサポート Ver1.3 以前からバージョンアップ したときは	38
スマートデバイスと連携するかどうかを設定する ..	41

事前準備と初回設定の流れは、以下ようになります。

事前準備

スマートフォンに MyMU アプリがインストールされていない場合は、
MyMU アプリのインストールとユーザー登録を行う

- MyMU アプリの取扱説明書をご覧ください。

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/ib.html>



MyMU アプリにエアコンが登録されていない場合は、
MyMU アプリにエアコンを登録する

- MyMU アプリの取扱説明書別冊の機器登録説明書をご覧ください。

https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/entry_ib.html



おやすみサポートを追加する場合

MyMU アプリにおやすみサポ
ートを追加する  26 ページ

※ エアコンごとに追加してください。

おやすみサポート Ver1.3 以前から
バージョンアップする場合

おやすみサポートバージョンアッ
プ後の、初回起動時の設定をする

 38 ページ

初回設定

おやすみサポートの初回起動時の
設定をする  30 ページ

スマートデバイスと連携するかどうかを設定する  41 ページ

MyMUアプリのMyMU+画面で、おやすみサポートのサービスを追加すると、おやすみサポートを使用できるようになります。

※エアコンごとにサービスを追加してください。

1 MyMUアプリのMyMU+タブをタップする

- MyMUアプリのバージョン3.3以前の 경우는、MyMU+タブが表示されません。MyMUアプリをバージョンアップしてください。



2 MyMU+画面の + ボタン、または「追加する」をタップする



3

「おやすみサポート」の＋を
タップする



4

説明を確認し、「追加する」を
タップする

- 説明画面を左にスワイプして、すべての説明画面を必ずご確認ください。
- すべての説明画面を表示すると、「追加する」ボタンがタップできる状態になります。



5

+ をタップする



6

おやすみサポートに登録する
エアコンをタップして選択し、
「完了」をタップする

- ハウジングエアコンおよび以下の無線LANアダプターは、おやすみサポートには対応していません。
 - MAC-884IF
 - MAC-886IF
 - MAC-888IF



7

「完了」をタップする

- サービス名を変更する場合は
 - 「変更」をタップする
 - サービス名を変更し、「決定」をタップする
- エアコンの名前や、エアコンを設置したお部屋の名前へ変更することをおすすめします。

サービス名

父母の部屋

キャンセル 決定

サービス登録

完了

おやすみサポート

サービス名
父母の部屋

変更

MyMU+で表示される名前を変更できます。

主要機器

エアコン1

8

おやすみサポートのサービスの登録が完了したら「サービスを使う」をタップする

- おやすみサポートのサービスの追加が完了し、おやすみサポートが起動します。

サービスの登録が完了しました！

おやすみサポート

サービスを使う

MyMU+に戻る

9

引き続き、おやすみサポートの初回起動時の設定をします(次ページへ)

おやすみサポートを追加後、初めて起動すると初回設定画面が表示されます。以下の設定を行ってください。

- おやすみ時間（「就寝時刻」と「起床時刻」）
- 就寝前の予冷 / 予暖
- 冷房 / 暖房の設定温度

※ 初回設定画面は、初回設定完了後は表示されません。初回設定完了後に設定を変更する場合は、以下の画面で設定可能です。

- ・ トップ画面（睡眠設定）  51ページ
- ・ エアコンのかんたん設定 / こだわり設定画面  60、65ページ

1

（前ページからの続き）

おやすみサポートの起動後、しばらく待つと右の画面が表示されます

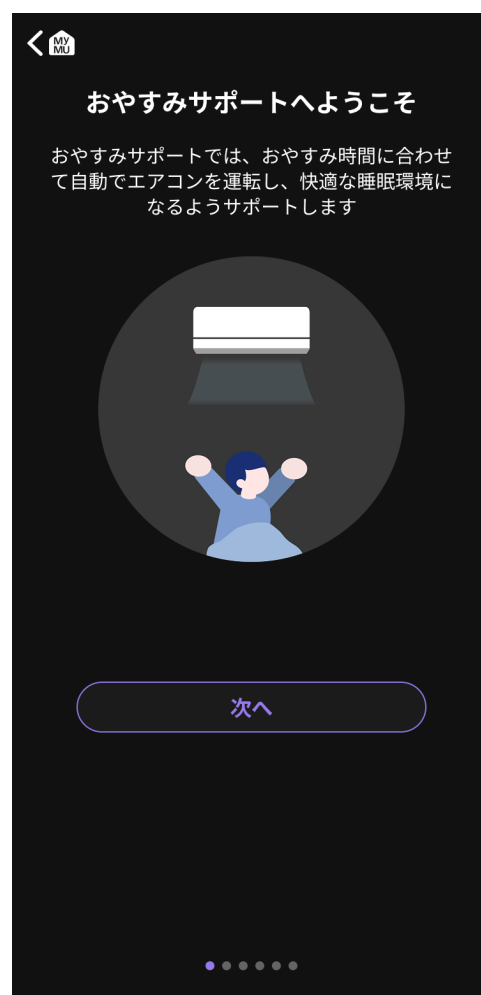
- MyMUアプリがバージョン4.8未満の場合は、以下のメッセージが表示されます。
「更新する」をタップし、App StoreまたはGoogle PlayでMyMUアプリを最新版にバージョンアップしてください。

MyMUを最新バージョンに更新してください。

閉じる

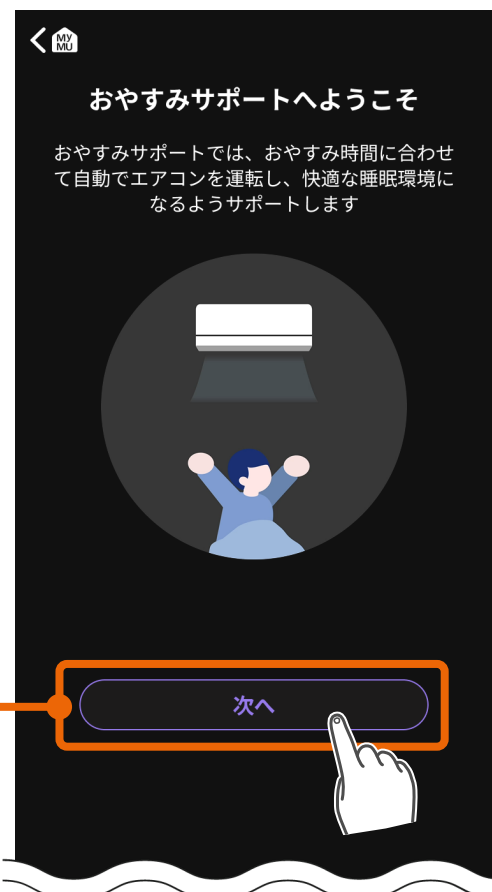
更新する

「閉じる」をタップすると、MyMU+画面が表示されます。



2

「次へ」をタップする



3

「設定をはじめる」をタップする



4

おやすみ時間（「就寝時刻」と「起床時刻」）を設定する

- 設定方法には、時刻アイコンをドラッグして設定する方法と、時刻を選択して設定する方法の2種類があります。

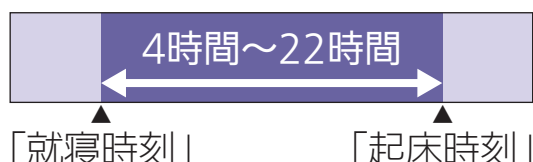
【時刻アイコンをドラッグして設定する場合】

① 設定したい方の時刻アイコンを設定時刻までドラッグする

 : 「就寝時刻」

 : 「起床時刻」

- 右図は、「就寝時刻」の操作例です。「起床時刻」も操作方法は同じです。
- おやすみ時間が4時間～22時間になるように、「就寝時刻」と「起床時刻」を設定してください。



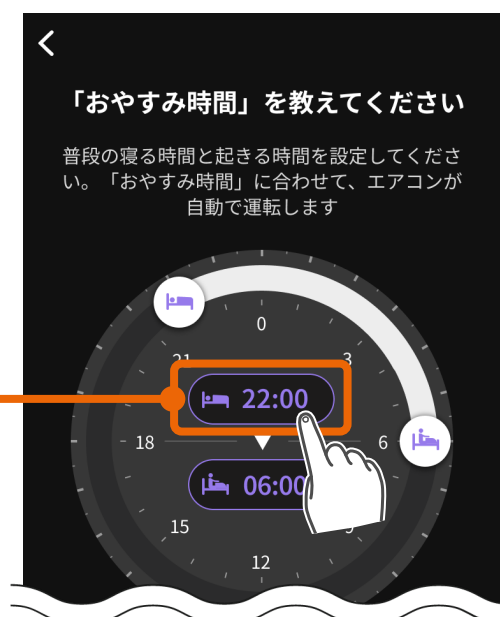
【時刻を選択して設定する場合】

② 設定したい時刻をタップする

 : 「就寝時刻」

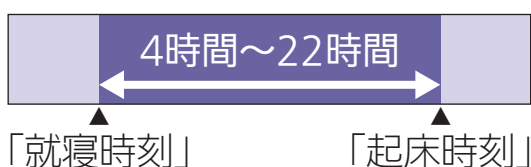
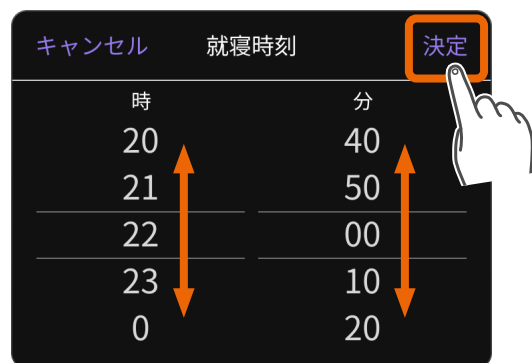
 : 「起床時刻」

- 右図は、「就寝時刻」の操作例です。「起床時刻」も操作方法は同じです。



③ 設定したい「時」「分」を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 「時」、「分」(10分単位) をそれぞれ設定します。
- 右図は、「就寝時刻」の操作例です。「起床時刻」も操作方法は同じです。
- おやすみ時間が4時間～22時間になるように、「就寝時刻」と「起床時刻」を設定してください。



5 「この時刻で次へ」をタップする



6

就寝前の予冷 / 予暖を設定する

「就寝前の予冷 / 予暖をオンにする」

エアコンが以下のように動作します。

- 就寝前のお部屋が暑い場合
「就寝時刻」の最長 90 分前から冷房運転を開始します（就寝前の予冷）。
なお、室温条件によって、冷房運転の開始時刻は変動します。
- 就寝前のお部屋が寒い場合
「就寝時刻」の約 60 分前から暖房運転を開始します（就寝前の予暖）。

「オフにする」

就寝前の予冷 / 予暖を行いません。



おやすみ前に室温を調整しますか？

就寝前の予冷/予暖をオンにすると、おやすみ前にお部屋が暑い場合は涼しくし、寒い場合は暖かくします



就寝前の予冷/予暖をオンにする

オフにする



就寝前の予冷と予暖は「こだわり設定画面」で別々にオン/オフができます

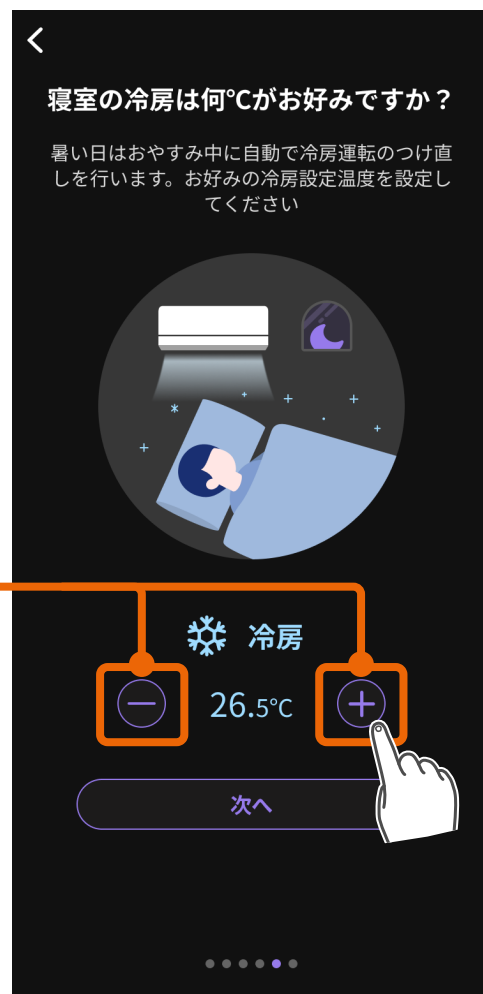


お知らせ

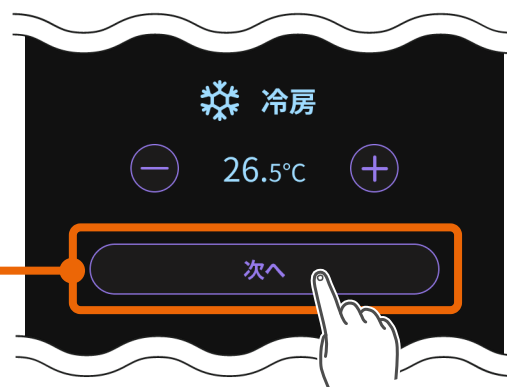
- 就寝前の予冷と就寝前の予暖の両方の ON（有効） / OFF（無効） が設定されます。
- 就寝前の予冷 / 予暖が ON（有効） の場合、「就寝時刻」から約 30 分間冷房 / 暖房運転を継続し、自動で運転を停止します（運転継続時間）。
- 就寝前の予冷と就寝前の予暖を個別に設定する場合や、運転継続時間を変更する場合は、初期設定完了後に「エアコンのこだわり設定」画面で設定可能です。 81 ページ
- 就寝前の予冷 / 予暖については、 18 ページ をご覧ください。

7 「+」「-」ボタンをタップし、冷房の設定温度を設定する

- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 初期値は「26.5℃」です。



8 「次へ」をタップする



お知らせ

- 冷房の起動室温は、冷房の設定温度の値をもとに自動的に変更されます。冷房の温度設定については：[👉 70 ページ](#)
- 冷房の運転時間が「60分」に設定されます。運転時間は、初期設定完了後に「エアコンのこだわり設定」画面で変更可能です。[👉 83 ページ](#)

9

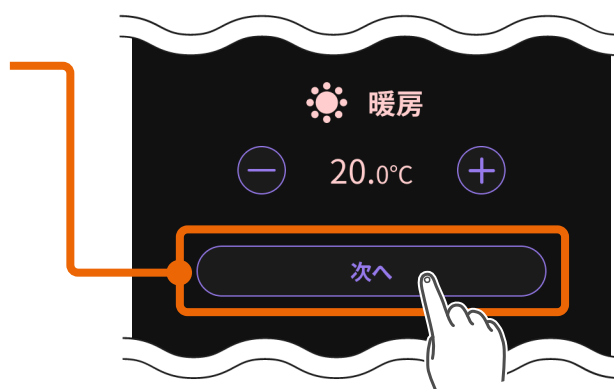
「+」「-」ボタンをタップし、
暖房の設定温度を設定する

- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 初期値は「20.0℃」です。



10

「次へ」をタップする



お知らせ

- 暖房の起動室温は、冷房の起動室温と設定温度、暖房の設定温度の値をもとに、自動的に変更されます。
暖房の温度設定については、 70ページをご覧ください。

11

「おやすみサポートをはじめる」
をタップする



12

おやすみサポートのトップ画面
(睡眠設定) が開きます

- おやすみサポート、おやすみ自動運転、およびおまかせ温度設定がON (有効) になります。

13

引き続き、スマートデバイスと
連携するかどうかを設定します

 41 ページ



お知らせ

- おまかせ温度設定については、
 79 ページ

おやすみサポートのVer1.3以前からバージョンアップしたときは、バージョンアップ後の初回設定画面で以下の設定を行います。

● おまかせ温度設定

※初回設定画面は、初回設定完了後は表示されません。初回設定完了後に設定を変更する場合は、エアコンのかんたん設定 / こだわり設定画面で設定可能です。

👉 60、65 ページ

1 おやすみサポートをバージョンアップしたときは、初回起動時に右の画面が表示されます

2 「次へ」をタップする



3

おまかせ温度設定を設定する

「おまかせ温度設定をオンにする」

おやすみ自動運転中のエアコンのリモコン操作や、就寝中の快適さの評価結果をもとに、冷房/暖房の起動室温と設定温度を自動調整します。

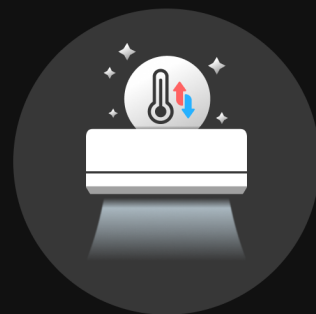
「オフにする」

冷房/暖房の起動室温と設定温度を自動調整しません。



温度設定をおまかせしませんか？

あなたの使い方や、おやすみ中の室温チェックの結果に合わせて、おやすみサポートが自動で
おやすみ温度設定を調整します



おまかせ温度設定をオンにする

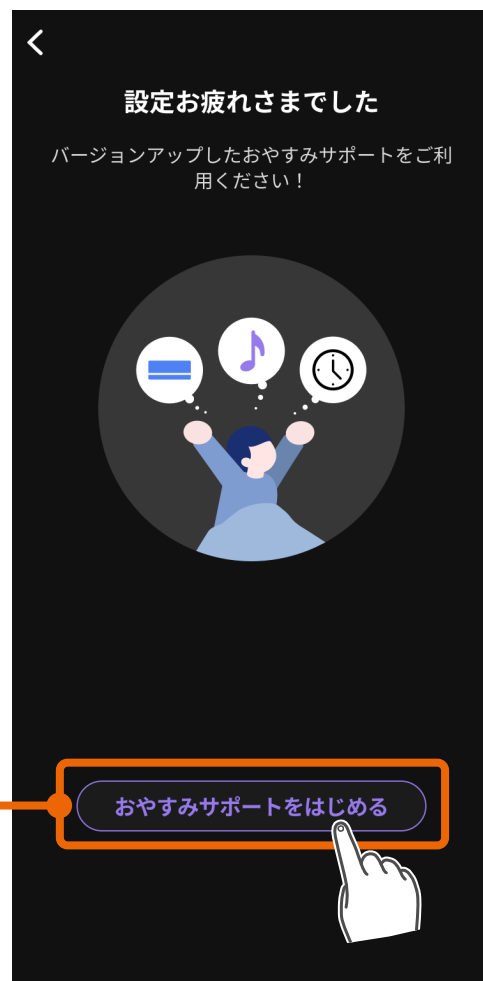
オフにする



お知らせ

- おまかせ温度設定については、 79ページ をご覧ください。
- 就寝中の快適さの評価結果については、 109ページ をご覧ください。

4 「おやすみサポートをはじめる」 をタップする



5 おやすみサポートのトップ画面 (睡眠設定) が開きます

- バージョンアップ後のおやすみサポートとおやすみ自動運転のON(有効)/OFF(無効)の設定は、バージョンアップ前の設定が引き継がれます。

6 引き続き、スマートデバイスと 連携するかどうかを設定します (次ページへ)



スマートデバイスとの連携設定をします。

連携すると、スマートデバイスから取得した睡眠データをもとに、トップ画面（レポート）に睡眠ステージや睡眠情報を表示することができます。

※スマートデバイスとの連携設定は、初めてトップ画面（レポート）を表示したときに設定します。

iOS 搭載のスマートフォンで連携するかどうかを設定する

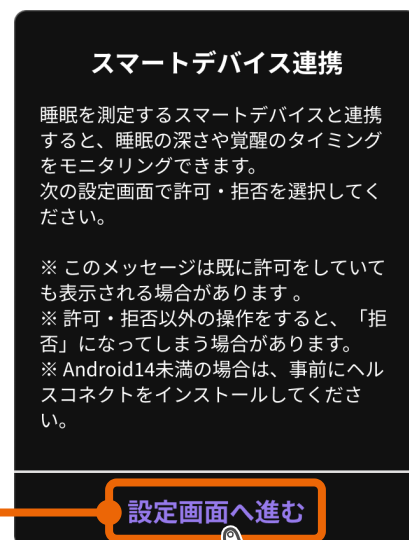
1 トップ画面（睡眠設定）の レポートタブをタップする

- トップ画面（レポート）の「スマートデバイス連携」画面が表示されます。



2 「設定画面へ進む」をタップする

- Apple ヘルスケアの設定画面が表示されます。



3

スマートデバイスと連携するかどうかを設定する

設定例

お使いのスマートフォンやOS/アプリのバージョンにより、画面は異なります。

【スマートデバイスと連携する場合は】

- ① Apple ヘルスケアの設定画面で、「"MyMU"に読み出しを許可」の「睡眠」のスイッチをタップし、 : ON (有効)にする
- ② 右上の「許可」をタップする

【スマートデバイスと連携しない場合は】

Apple ヘルスケアの設定画面で、左上の「許可しない」をタップする

- スマートデバイスと連携しない設定にした場合でも、あとから連携する設定へ変更可能です。



お知らせ

- Apple ヘルスケアとは
Apple が提供している iOS 向けの健康データ一元管理アプリです。iOS に標準搭載されています。
- iOS 搭載のスマートフォンの場合、おやすみサポートでは Apple ヘルスケアに登録された睡眠データを取得します。

Android 搭載のスマートフォンで連携するかどうかを設定する

Android 搭載のスマートフォンの場合、ヘルスコネクト™をインストールしているかどうかで設定方法が異なります。

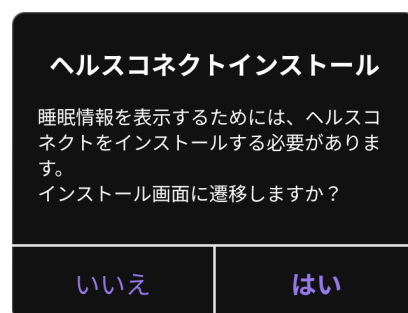
■ヘルスコネクトがインストール済みの場合

トップ画面（レポート）を表示すると、「スマートデバイス連携」画面が表示されます。下記の設定を行ってください。

■ヘルスコネクトが未インストールの場合

トップ画面（レポート）を表示すると、「ヘルスコネクトインストール」画面が表示されます。  45 ページ の設定を行ってください。

※Android 13 以前を搭載のスマートフォンでスマートデバイスと連携する場合は、事前にヘルスコネクトを Google Play からダウンロードしておいてください。



■ヘルスコネクトがインストール済みの場合

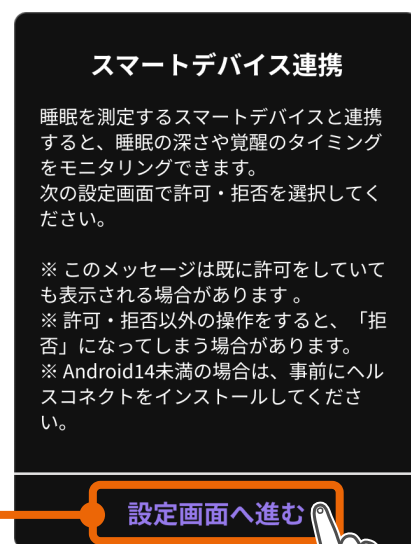
1 トップ画面（睡眠設定）のレポートタブをタップする

- トップ画面（レポート）の「スマートデバイス連携」画面が表示されます。



2 「設定画面へ進む」をタップする

- ヘルスコネクトの設定画面が表示されます。



3 スマートデバイスと連携するかどうかを設定する

設定例

お使いのスマートフォンやOS/アプリのバージョンにより、画面は異なります。

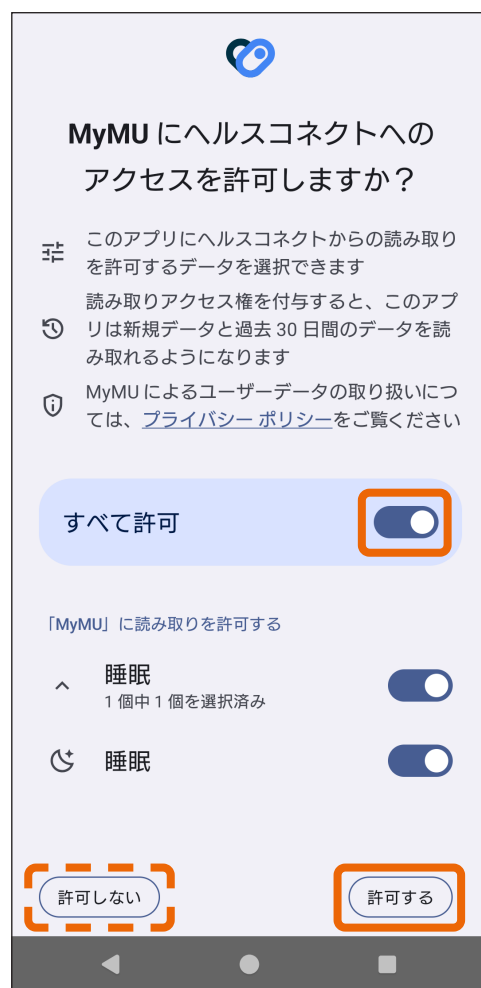
【スマートデバイスと連携する場合は】

- ① ヘルスコネクトの設定画面で、「すべて許可」のスイッチをタップし、 : ON (有効) にする
- ② 「許可する」をタップする

【スマートデバイスと連携しない場合は】

ヘルスコネクトの設定画面で、「許可しない」をタップする

- スマートデバイスと連携しない設定にした場合でも、あとから連携する設定へ変更可能です。



お知らせ

- ヘルスコネクトとは
Google™ が提供している Android 向けの健康・フィットネスデータ統合管理プラットフォームです。Android 14以降を搭載のスマートフォンではプリインストールされています。Android 13以前を搭載のスマートフォンの場合は、Google Playからダウンロードしてください。
- Android搭載のスマートフォンの場合、おやすみサポートでは健康管理アプリ（別アプリ）からヘルスコネクトに登録された睡眠データを取得します。

■ヘルスコネク트가未インストールの場合

スマートデバイスと連携する場合は、ヘルスコネク트의インストールが必要です。連携しない場合は、インストールは不要です。

※Android 13以前を搭載のスマートフォンでスマートデバイスと連携する場合は、事前にヘルスコネク트를Google Playからダウンロードしておいてください。

1 トップ画面（睡眠設定）のレポートタブをタップする

- トップ画面（レポート）の「スマートデバイス連携」画面が表示されたあと、「ヘルスコネク트インストール」画面が表示されます。

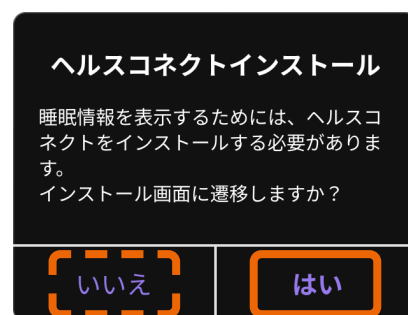


2 以下の設定を行う

【スマートデバイスと連携する場合は】

①「はい」をタップする

- ヘルスコネク트의インストール画面が表示されます。



② 画面の指示に従って、ヘルスコネク트를インストールする

③ ヘルスコネク트의インストール完了後、おやすみサポートを起動する

👉 49 ページ

④ ヘルスコネク트가インストール済みの場合の連携設定を行う

👉 43 ページ

【スマートデバイスと連携しない場合は】

「いいえ」をタップする

- 「ヘルスコネク트インストール」画面が閉じます。
これで、連携設定は完了です。

4章

おやすみサポートを使用する

おやすみサポートの設定状況を確認する	47
おやすみサポートを起動する	49
トップ画面について	50
トップ画面（睡眠設定）	51
おやすみ時間を設定する	53
「エアコン設定」画面	57
エアコンのかんたん設定をする	60
「エアコンのこだわり設定」画面	65
おやすみ自動運転の温度を設定する	70
おまかせ温度設定で温度を設定する	79
就寝前の予冷 / 予暖の設定をする	81
就寝中の冷房運転の運転時間を設定する	83
おやすみ自動運転時の風速を設定する	85
「おやすみ音楽設定」画面	86
おやすみ音楽の曲を準備する	87
おやすみ音楽の曲を設定する	92
おやすみ音楽で聴く曲を再生する	95
おやすみ自動運転をOFF（無効）にするときは	96
おやすみサポートをOFF（無効）にするときは	97
おやすみ自動運転の動作条件	98

おやすみサポートの運転状況は、MyMU+ 画面のおやすみサポートのサービス表示エリアで確認することができます。

1 MyMU アプリの MyMU+ タブ をタップする

- MyMU アプリのバージョン 3.3 以前の 경우는、MyMU+ タブが表示されません。MyMU アプリをバージョンアップしてください。



2 MyMU+ 画面が開き、おやすみサポートのサービスが表示されます

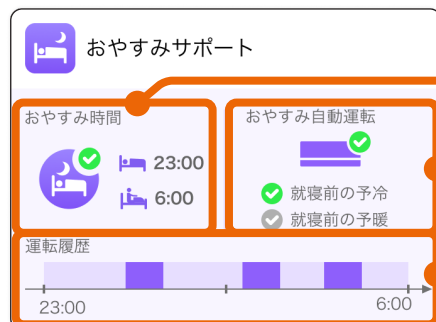


3

おやすみサポートの運転状況を確認する

サービス表示エリアに表示される内容について

■ おやすみサポートとおやすみ自動運転の両方がON（有効）のとき



おやすみ時間

- ✓ : おやすみサポートがON（有効）
- 🛌 : 就寝時刻、🛌 : 起床時刻

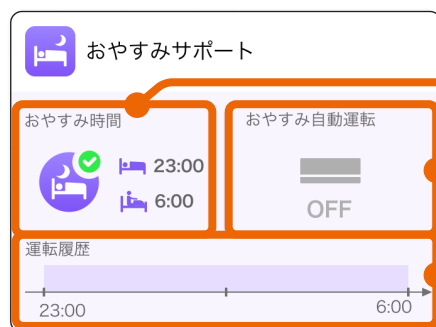
おやすみ自動運転

- 🚗✓ : ON（有効）
 - ・設定をもとに、エアコンの自動運転を行います。
- ✓ : 就寝前の予冷、就寝前の予暖がON（有効）
- ☑ : 就寝前の予冷、就寝前の予暖がOFF（無効）

運転履歴

- : おやすみ時間内で運転した時間帯

■ おやすみサポートがON（有効）、おやすみ自動運転がOFF（無効）のとき



おやすみ時間

- ✓ : おやすみサポートがON（有効）
- 🛌 : 就寝時刻、🛌 : 起床時刻

おやすみ自動運転

- 🚗OFF : おやすみ自動運転がOFF（無効）
 - ・エアコンの自動運転を行いません。

運転履歴

- : おやすみ時間内で運転した時間帯

■ おやすみサポートがOFF（無効）のとき



おやすみサポートは、MyMU+ 画面のサービス表示エリアをタップして起動します。

1 MyMU アプリの MyMU+ タブ をタップする

- MyMU アプリのバージョン 3.3 以前の場合は MyMU+ タブ が表示されません。MyMU アプリをバージョンアップしてください。



2 MyMU+ 画面の おやすみサポートのサービス表示エリアをタップする

- 複数のサービスを追加している場合は、設定したいエアコンのサービス表示エリアをタップします。



3 おやすみサポートが起動し、トップ画面が開きます 👉 50 ページ

おやすみサポートのトップ画面には、睡眠設定とレポートの2種類があります。

	トップ画面（睡眠設定） 👉 51 ページ	トップ画面（レポート） 👉 104 ページ
用途	おやすみサポートのON（有効）/OFF（無効）と、睡眠環境に関する設定を行います。	睡眠状態、睡眠中の各種情報や快適さの評価、および運転履歴を表示します。
起動時	「おやすみ時間設定」で設定した「就寝時刻」の2時間前～「起床時刻」に、おやすみサポートを起動したときに表示されます。	「おやすみ時間設定」で設定した「起床時刻」～「就寝時刻」の2時間前に、おやすみサポートを起動したときに表示されます。
切替	トップ画面（レポート）から表示を切り替える場合は、画面下の 睡眠設定 タブをタップします。	トップ画面（睡眠設定）から表示を切り替える場合は、画面下の レポート タブをタップします。
画面	 睡眠設定 タブ	 レポート タブ 画面はスマートデバイスと連携している場合

トップ画面(睡眠設定)では、おやすみサポートのON(有効)/OFF(無効)と、睡眠環境に関する設定を行います。

- トップ画面(レポート)については、[104ページ](#)をご覧ください。

● トップ画面(睡眠設定)の機能

トップ画面(睡眠設定)は、「おやすみ時間設定」で設定した「就寝時刻」の2時間前～「起床時刻」におやすみサポートを起動したときに表示されます。

※トップ画面(レポート)から表示を切り替える場合は、画面下の睡眠設定タブをタップします。

※[🔗](#)がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWebページが表示されます。

タップすると、MyMUアプリのMyMU+画面に戻ります。



三ボタン [115ページ](#)

- メニューが開きます。
メニューでは、おやすみサポートのバージョンやライセンス情報の確認、通知設定のON(有効)/OFF(無効)の設定、取扱説明書の閲覧ができます。

おやすみサポート [97ページ](#)

- おやすみサポートのON(有効)/OFF(無効)を切り替えます。
 : ON(有効)
 : OFF(無効)

おやすみ時間設定 [53ページ](#)

- おやすみ自動運転でエアコンの運転を行う時間(おやすみ時間の「就寝時刻」と「起床時刻」)を設定します。

睡眠設定タブ

**おやすみ音楽** 86、95ページ

- ・「おやすみ音楽設定」画面で、就寝時に流す曲や音量、フェードアウト、再生時間を設定します。また、設定する曲を試聴することができます。
- ・「再生開始」をタップすると、おやすみ音楽の再生が始まります。

エアコン設定 57ページ

- ・おやすみ自動運転のON(有効)/OFF(無効)や各種設定の確認と設定ができます。

睡眠設定タブ

- ・トップ画面(睡眠設定)に切り替えます。

レポートタブ 104ページ

- ・トップ画面(レポート)に切り替えます。

おやすみサポートのON(有効)/OFF(無効)について

- トップ画面(睡眠設定)でおやすみサポートをON(有効)/OFF(無効)にすると、おやすみ自動運転も連動してON(有効)/OFF(無効)になります。
- おやすみサポートでエアコンを運転中におやすみサポートをOFF(無効)にしても、エアコンの運転は自動では停止しません。必要に応じて停止してください。
- おやすみサポートがON(有効)の場合だけ利用や設定ができる機能
 - ・ おやすみ時間
 - ・ おやすみ音楽
 - ・ おやすみ自動運転
 - ・ エアコンのかんたん設定/こだわり設定
- おやすみサポートの設定にかかわらず利用や設定ができる機能
 - ・ メニュー画面
 - ・ トップ画面(レポート)

おやすみサポートが動作する時間帯を設定します。

おやすみサポートを上手にお使いいただくためには、日々変化する就寝時間帯が含まれるようにおやすみ時間の「就寝時刻」と「起床時刻」を設定してください。

おやすみ時間の設定は、時間帯のアイコンをドラッグして設定する方法と、時刻を選択して設定する方法の2種類があります。

※がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWebページが表示されます。

時刻アイコンをドラッグして設定する

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「おやすみ時間変更」をタップする

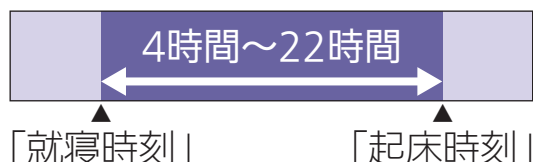


2 設定したい方の時刻アイコンを設定時刻までドラッグする

 : 「就寝時刻」

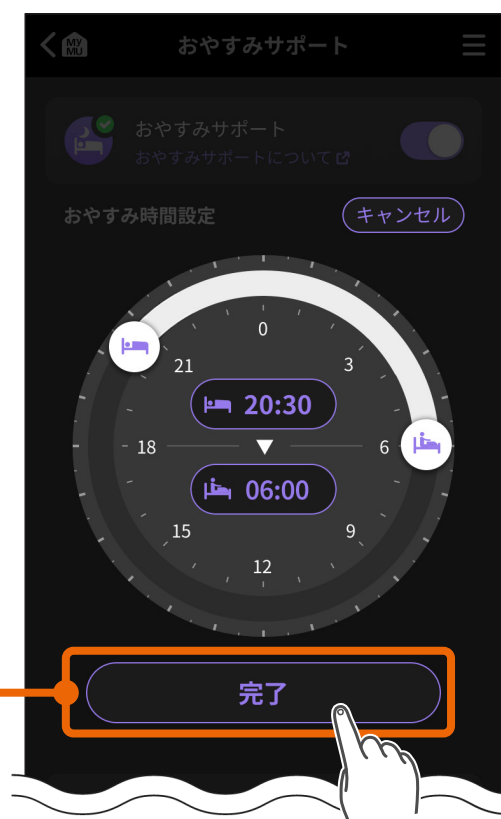
 : 「起床時刻」

- 右図は、「就寝時刻」の操作例です。「起床時刻」も操作方法は同じです。
- おやすみ時間が4時間～22時間になるように、「就寝時刻」と「起床時刻」を設定してください。



3 「完了」をタップする

- 時刻の変更をやめるときは、「キャンセル」をタップします。変更中の設定が破棄され、手順1の画面に戻ります。



時刻を選択して設定する

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「おやすみ時間変更」をタップする



- 2 設定したい時刻をタップする

 : 「就寝時刻」

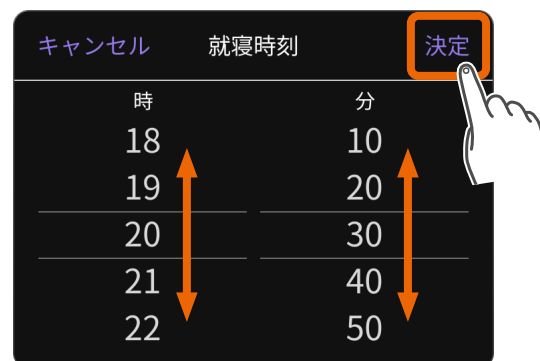
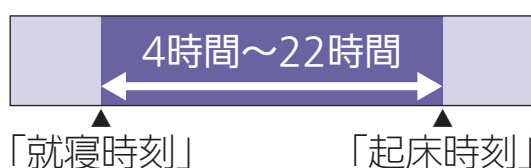
 : 「起床時刻」

- 右図は、「就寝時刻」の操作例です。「起床時刻」も操作方法は同じです。



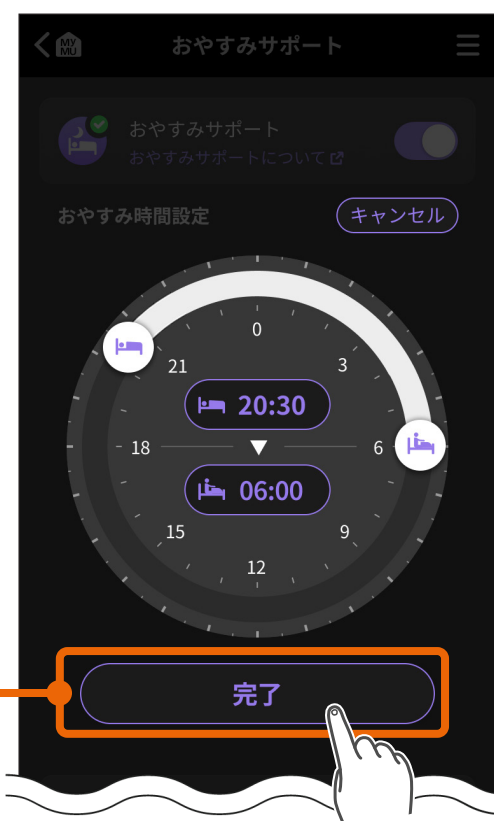
3 設定したい「時」「分」を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 「時」「分」(10分単位) をそれぞれ設定します。
- 右図は、「就寝時刻」の操作例です。「起床時刻」も操作方法は同じです。
- おやすみ時間が4時間～22時間になるように、「就寝時刻」と「起床時刻」を設定してください。



4 「完了」をタップする

- 時刻の変更をやめるときは、「キャンセル」をタップします。変更中の設定が破棄され、手順①の画面に戻ります。



お知らせ

- おやすみ時間は、おやすみサポートがON (有効) の場合だけ設定できます。

「エアコン設定」画面では、おやすみ自動運転に関する設定の確認や変更ができます。各機能については、それぞれの解説のページをご覧ください。

「エアコン設定」画面の機能

※  がついた説明をタップすると、その機能を説明している Web ページが表示されます。

タップすると、トップ画面（睡眠設定）に戻ります。



おやすみ自動運転 96 ページ

- ・ おやすみ自動運転の ON (有効) / OFF (無効) を切り替えます。

 : ON (有効)

 : OFF (無効)

あなたのエアコン設定

- ・ おやすみ自動運転で設定されている温度に関する設定を確認できます。

 70、81 ページ

〈1〉冷房の起動室温

エアコンの冷房運転を開始する室温

〈2〉冷房の設定温度

冷房運転を行うときのエアコンの設定温度

〈3〉暖房の起動室温

エアコンの暖房運転を開始する室温

〈4〉暖房の設定温度

暖房運転を行うときのエアコンの設定温度

〈5〉就寝前の予冷 / 予暖

 : ON (有効)

 : OFF (無効)



エアコンの設定変更

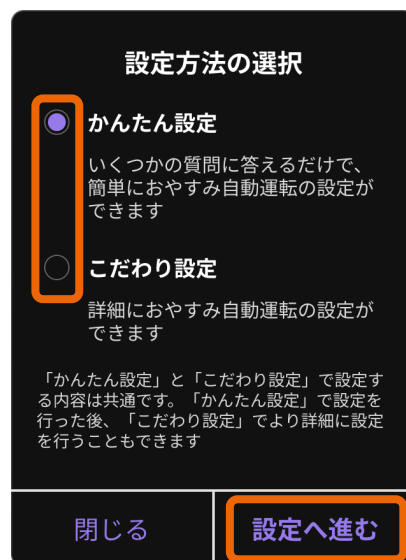
- ・タップすると、設定方法の選択画面が開きます。設定方法を選択後に「設定へ進む」をタップし、おやすみ自動運転の各種設定を行います。
- ・設定方法は、以下の2種類があります。

かんたん設定 60 ページ

おやすみ自動運転の設定が簡単にできます。

こだわり設定 65 ページ

おやすみ自動運転の詳細な設定ができます。



おやすみ自動運転のON (有効) /OFF (無効) について

- トップ画面 (睡眠設定) でおやすみサポートをON (有効) /OFF (無効) にすると、おやすみ自動運転も連動してON (有効) /OFF (無効) になります。
- おやすみサポートでエアコンを運転中におやすみ自動運転をOFF (無効) にしても、エアコンの運転は自動では停止しません。必要に応じて停止してください。
- おやすみ自動運転がON (有効) の場合だけ利用や設定ができる機能
 - ・ エアコンのかんたん設定 / こだわり設定
- おやすみ自動運転の設定にかかわらず利用や設定ができる機能
 - ・ おやすみ時間 ・ おやすみ音楽 ・ メニュー画面 ・ トップ画面 (レポート)

「エアコン設定」画面を表示する

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「エアコン設定」の➤をタップする



- 2 「エアコン設定」画面が表示されます



エアコンのかんたん設定では、以下の設定ができます。

- 就寝前の予冷 / 予暖
- 冷房 / 暖房の設定温度
- おまかせ温度設定

※ 詳細な設定を行いたい場合は、「エアコンのこだわり設定」画面で個別に設定可能です。  65 ページ

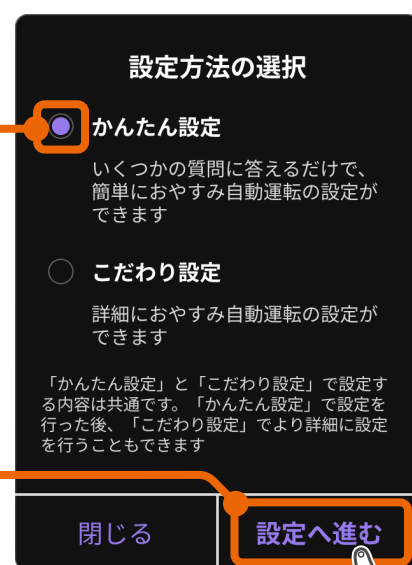
- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「エアコン設定」の＞をタップする



- 2 「エアコンの設定変更」をタップする



- 3 「かんたん設定」を選択し、「設定へ進む」をタップする



4

就寝前の予冷 / 予暖を設定する

「就寝前の予冷 / 予暖をオンにする」
エアコンが以下のように動作します。

- ・ 就寝前のお部屋が暑い場合
「就寝時刻」の最長 90 分前から冷房
運転を開始します（就寝前の予冷）。
なお、室温条件によって、冷房運
転の開始時刻は変動します。
- ・ 就寝前のお部屋が寒い場合
「就寝時刻」の約 60 分前から暖房運
転を開始します（就寝前の予暖）。

「オフにする」

就寝前の予冷 / 予暖を行いません。

<

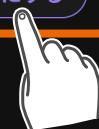
おやすみ前に室温を調整しますか？

就寝前の予冷/予暖をオンにすると、おやすみ前
の室温が暑い場合はお部屋を涼しくし、寒い場
合は暖かくします



就寝前の予冷/予暖をオンにする

オフにする



就寝前の予冷と予暖は「こだわり設定画面」で
別々にオン/オフができます

● ● ● ●

お知らせ

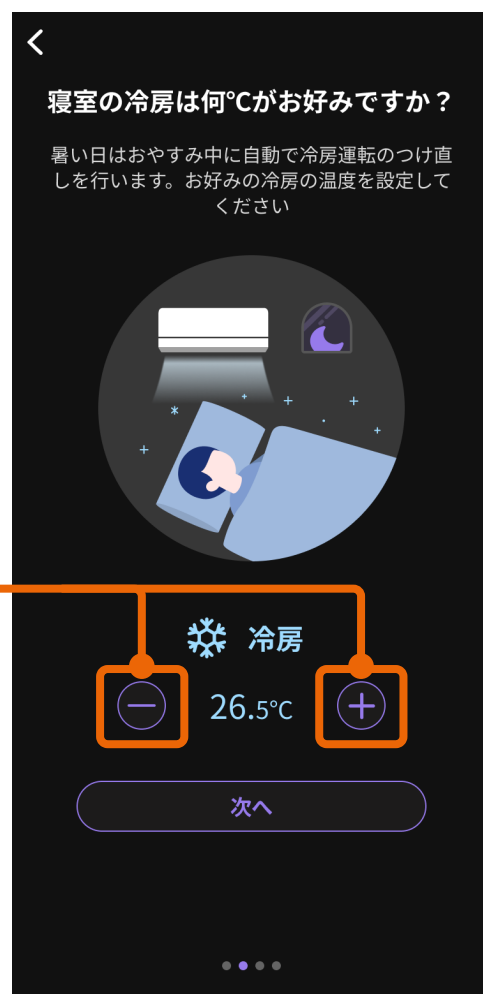
- 就寝前の予冷と就寝前の予暖の両方の ON（有効）/OFF（無効）が設定されま
す。
- 運転継続時間は変更されません。
- 就寝前の予冷と就寝前の予暖を個別に設定する場合や、運転継続時間を変更
する場合は、「エアコンのこだわり設定」画面で設定可能です。  81 ページ



5

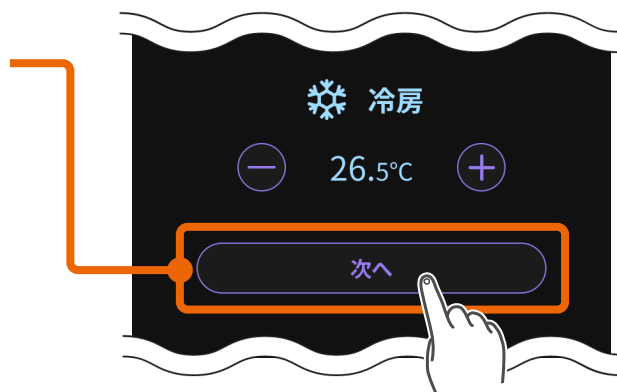
「+」「-」ボタンをタップし、
冷房の設定温度を設定する

- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 初期値は「26.5℃」です。



6

「次へ」をタップする



お知らせ

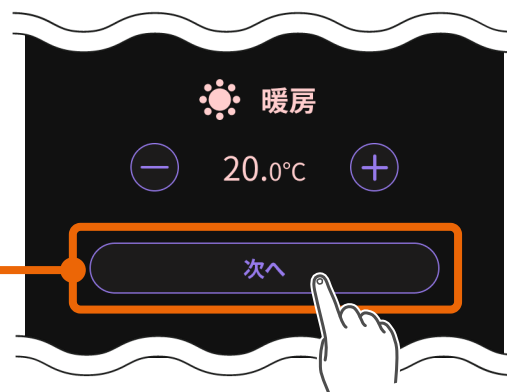
- 冷房の起動室温は、冷房の設定温度の値をもとに、自動的に変更されます。
- 冷房の運転時間は変更されません。

7 「+」「-」ボタンをタップし、暖房の設定温度を設定する

- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 初期値は「20.0℃」です。



8 「次へ」をタップする



お知らせ

- 暖房の起動室温は、冷房の起動室温と、設定温度、暖房の設定温度の値をもとに、自動的に変更されます。

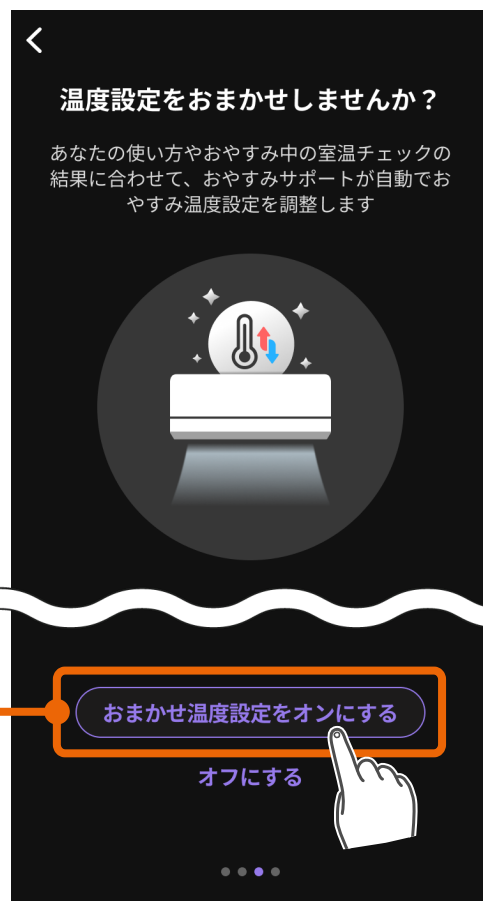
9 おまかせ温度設定を設定する

おまかせ温度設定をオンにする

おやすみ自動運転中のエアコンのリモコン操作や、就寝中の快適さの評価結果をもとに、冷房/暖房の起動室温と設定温度を自動調整します。

オフにする

冷房/暖房の起動室温と設定温度を自動調整しません。

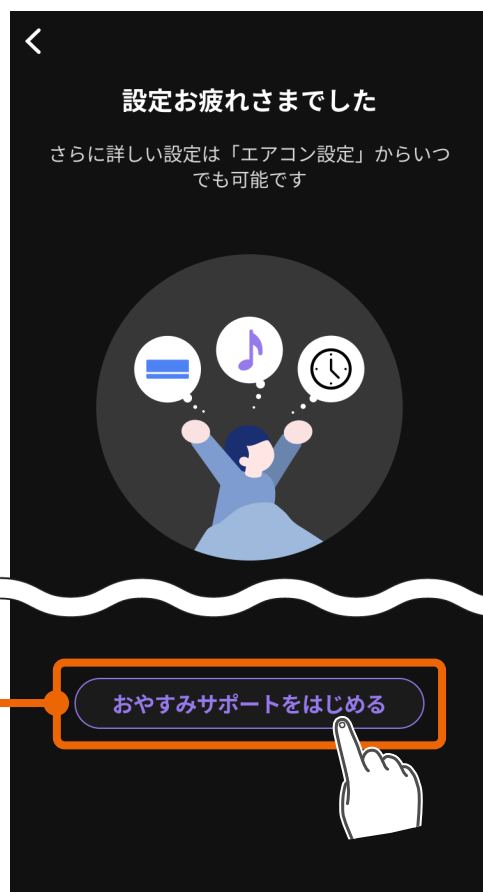


10 「おやすみサポートをはじめる」をタップする

- かんたん設定が完了し、「エアコン設定」画面に戻ります。

お知らせ

- おまかせ温度設定については、[79ページ](#)をご覧ください。
- 就寝中の快適さの評価結果については、[109ページ](#)をご覧ください。



「エアコンのこだわり設定」画面では、おやすみ自動運転の詳細な設定を行います。各機能については、それぞれの解説のページをご覧ください。

「エアコンのこだわり設定」画面の機能

機能のブロックは、機能名の右横の  または  をタップして、折りたたむ / 折りたたみを解除することができます。

※  がついた説明をタップすると、その機能を説明している Web ページが表示されます。

こだわり設定を途中でやめるときにタップします。  69 ページ



完了ボタン

- ・タップすると、設定を完了します。
タップしないと、設定が反映されません。

おやすみ温度設定 70 ページ

- ・おやすみ自動運転の冷房 / 暖房の起動室温と設定温度を設定します。

おまかせ温度設定 79ページ

おやすみ自動運転中のエアコンのリモコン操作や、就寝中の快適さの評価結果をもとに、冷房/暖房の起動室温と設定温度を自動調整します。

 : ON (有効)

 : OFF (無効)

折りたたんだとき

おまかせ温度設定
有効

ON (有効) / OFF (無効) のみ表示

就寝中の冷房 83ページ

- 就寝中の冷房運転の運転時間を設定します。

折りたたんだとき

就寝中の冷房
運転時間：1時間

運転時間のみ表示

就寝前の予冷 81ページ

- 就寝時刻前に冷房運転を行ってお部屋が涼しくなるよう設定します。

折りたたんだとき

就寝前の予冷
運転継続時間：30分

ON (有効) の場合は、運転継続時間のみ表示
OFF (無効) の場合は、「無効」と表示



就寝前の予暖 81 ページ

- ・就寝時刻前に暖房運転を行ってお部屋が暖かくなるよう設定します。

折りたたんだとき

 就寝前の予暖
 運転継続時間：30分

ON (有効) の場合は、運転継続時間のみ表示
 OFF (無効) の場合は、「無効」と表示

風速 85 ページ

※対応機器の場合のみ

- ・おやすみ自動運転時のエアコンの風速を設定します。

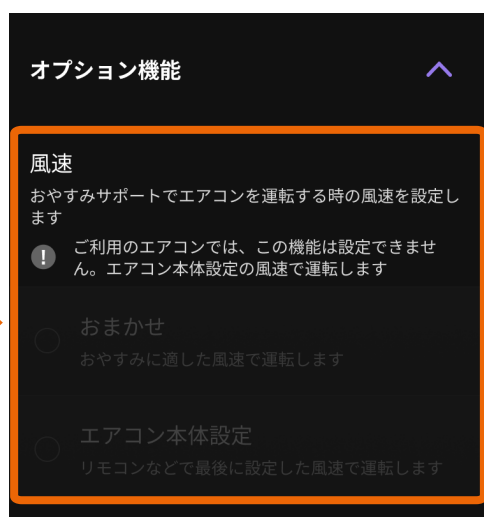
※非対応機器の場合は

おやすみ自動運転開始前に、エアコンのリモコン、MyMU アプリ (おやすみサポートを含む)、または霧ヶ峰アプリなどで最後に設定した風速で運転します。

折りたたんだとき

オプション機能

非対応機器の場合



「エアコンのこだわり設定」画面を表示する

「エアコンのこだわり設定」画面は、トップ画面（睡眠設定）→「エアコン設定」画面から表示します。

※がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWebページが表示されます。

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「エアコン設定」のをタップする



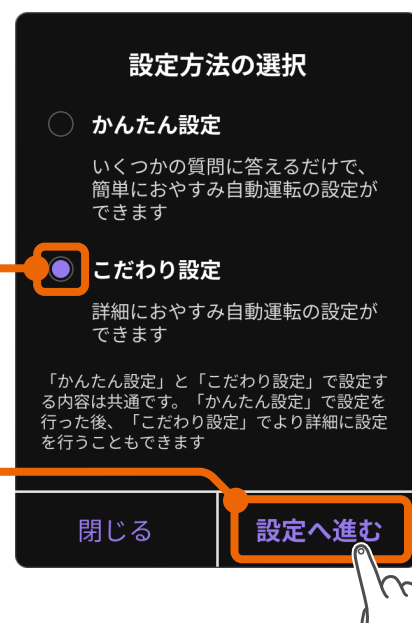
- 2 「エアコンの設定変更」をタップする



- 3 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップする

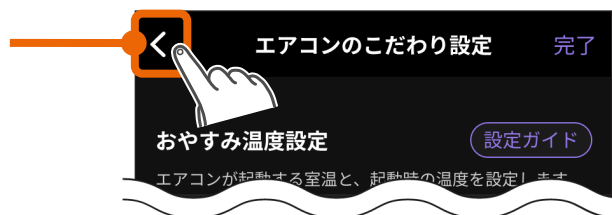
- 「エアコンのこだわり設定」画面が表示されます。
- 初めて「エアコンのこだわり設定」画面を表示したときは、おやすみ温度設定の設定ガイドが表示されます。

 69ページ



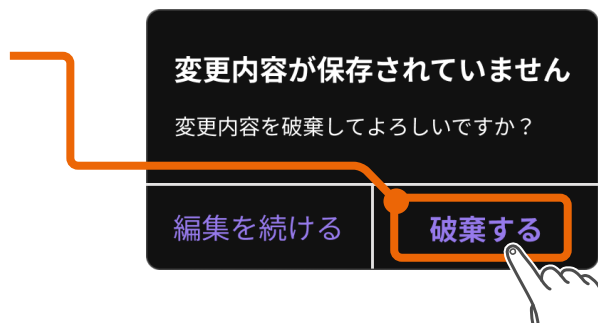
【エアコンのこだわり設定を途中でやめるときは】

- ①「エアコンのこだわり設定」画面で、左上の<をタップする



- ②「破棄する」をタップする

- 編集中の設定内容が破棄され、「エアコン設定」画面に戻ります。
- 編集を続ける場合は、「編集を続ける」をタップします。



初めて「エアコンのこだわり設定」画面を表示したときは、おやすみ温度設定の設定ガイドが表示されます

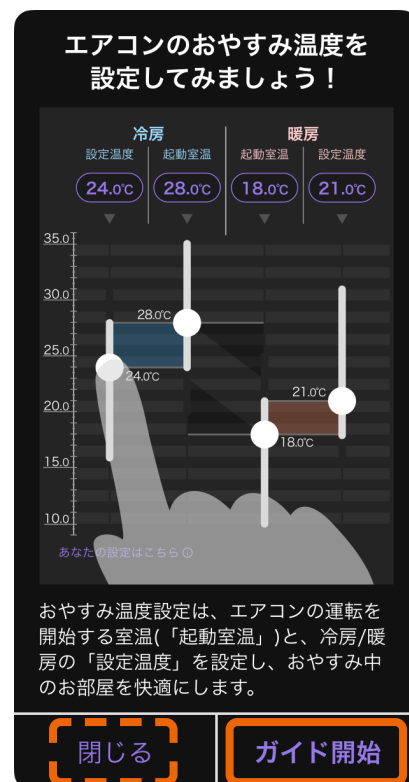
【設定ガイドを閲覧する場合は】

- ①「ガイド開始」をタップして、設定ガイドを開始する
- ② 設定ガイドの画面をスワイプ、または>をタップし、最後のページまで閲覧する
 - 設定ガイド画面の「スキップ」をタップすると、「エアコン設定」画面が表示されます。
- ③ 最後のページの「設定を始めてみましょう!」をタップし、「エアコンのこだわり設定」画面を表示する

設定を始めてみましょう！

【設定ガイドを閲覧しない場合は】

「閉じる」をタップする



- 設定ガイドは、「エアコン設定」画面の「設定ガイド」で、いつでも閲覧できます。

おやすみ自動運転では、就寝中のお部屋を快適にするために、おやすみ温度設定で冷房 / 暖房の起動室温と設定温度を設定します。

「起動室温」と「設定温度」について

- 〈1〉冷房の起動室温 … エアコンの冷房運転を開始する室温です。
- 〈2〉冷房の設定温度 … 冷房運転を行うときのエアコンの設定温度です。
- 〈3〉暖房の起動室温 … エアコンの暖房運転を開始する室温です。
- 〈4〉暖房の設定温度 … 暖房運転を行うときのエアコンの設定温度です。

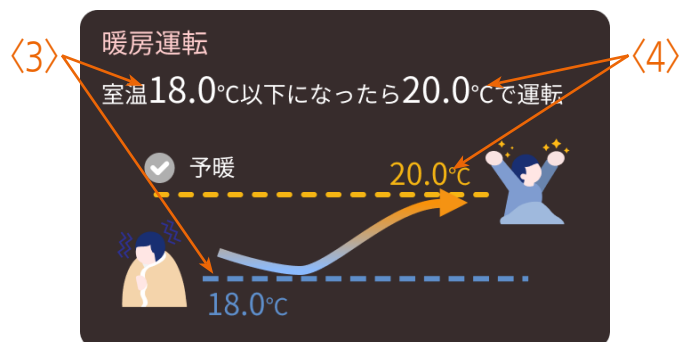
■ 設定例：以下の温度に設定した場合のおやすみ自動運転の動作

- 〈1〉冷房の起動室温：28.0℃
- 〈2〉冷房の設定温度：26.5℃

- 〈3〉暖房の起動室温：18.0℃
- 〈4〉暖房の設定温度：20.0℃

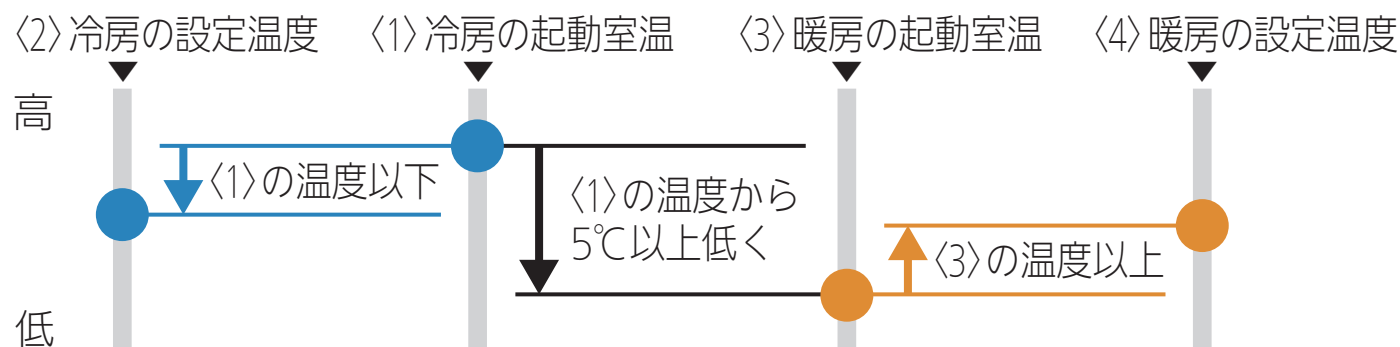


〈1〉、〈2〉をもとに、就寝前の予冷と就寝中の冷房運転を行います。



〈3〉、〈4〉をもとに、就寝前の予暖と起床前の暖房運転を行います。

■ 〈1〉～〈4〉の温度の関係と制約



- 上記制約を満たさない温度は設定できません。
- スライダーボタンで温度設定する場合は、設定可能範囲の白線が設定によって変動するため、上記制約を意識せずに設定できます。 [👉 71ページ](#)

■ おまかせ温度設定を ON (有効) に設定した場合 [👉 79ページ](#)

おやすみ自動運転中にエアコンのリモコンなどによる操作や就寝中の快適さの評価結果をもとに、〈1〉～〈4〉の温度を自動調整します。

おやすみ温度設定は、スライダーボタンをドラッグする方法と、数値を選択して設定する方法の2種類があります。

● スライダーボタンをドラッグして温度を設定する

スライダーボタンをドラッグする場合は、設定可能範囲の白線が設定によって変動するため、温度設定の制約を意識せずに設定できます。

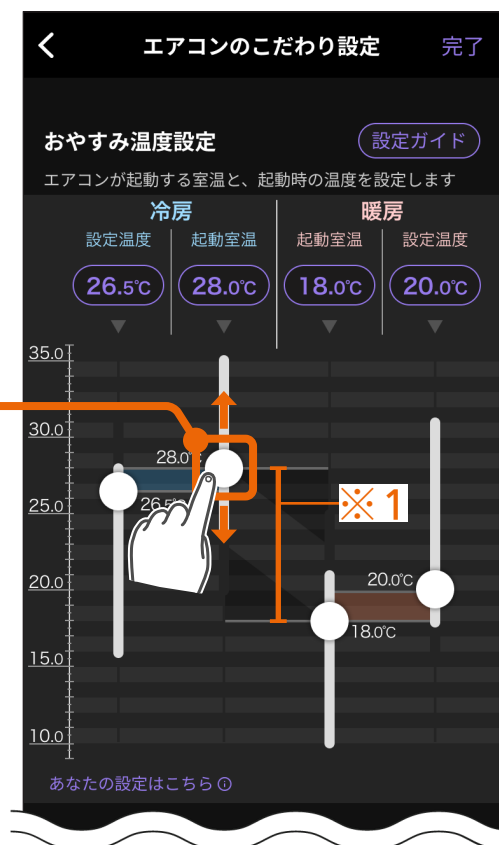
1 「エアコンのこだわり設定」画面を表示する 68ページ

トップ画面（睡眠設定）の「エアコン設定」のをタップ → 「エアコンの設定変更」をタップ → 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップ

2 冷房の「起動室温」のスライダーボタンをドラッグし、冷房の起動室温を設定する

- 20.0℃～35.0℃（0.5℃単位）で設定できます。
- 設定範囲の下限は、冷房の設定温度と暖房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「28.0℃」です。

※ 1 冷房の起動室温は、暖房の起動室温より5℃以上高い温度でご利用ください。

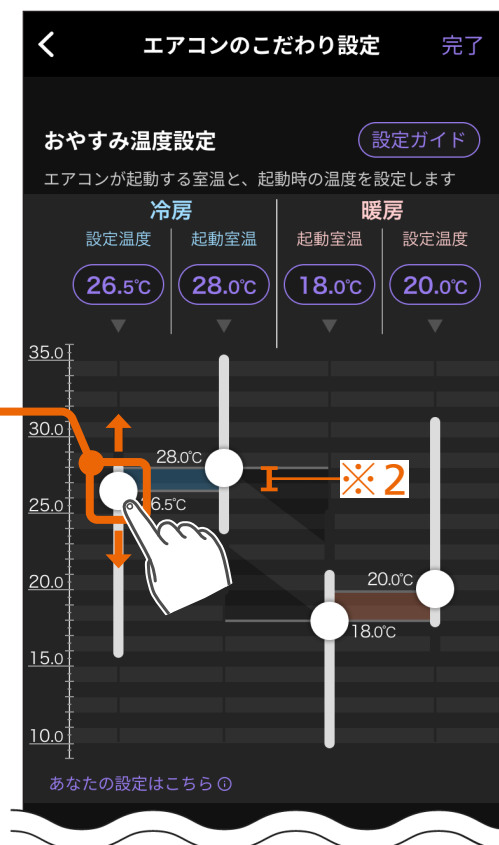


3

冷房の「設定温度」のスライダーボタンをドラッグし、冷房の設定温度を設定する

- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 設定範囲の上限は、冷房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「26.5℃」です。

※2 冷房の設定温度は、冷房の起動室温以下でご利用ください。

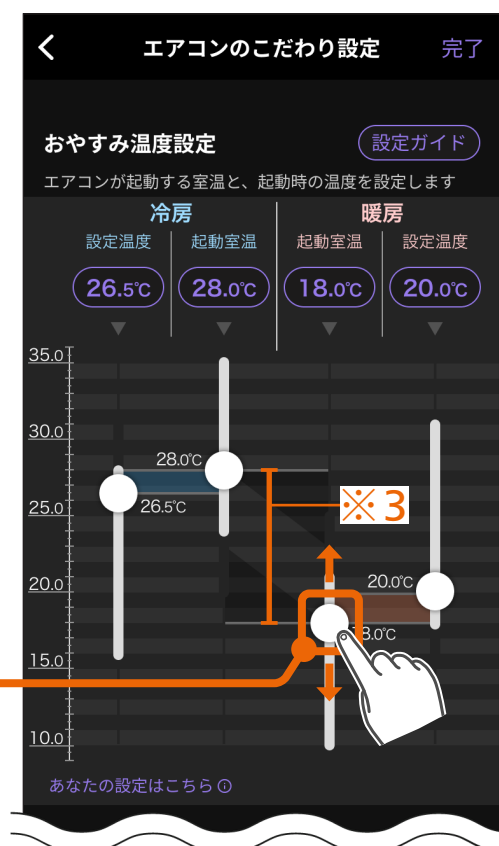


4

暖房の「起動室温」のスライダーボタンをドラッグし、暖房の起動室温を設定する

- 10.0℃～25.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 設定範囲の上限は、暖房の設定温度と冷房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「18.0℃」です。

※3 暖房の起動室温は、冷房の起動室温より5℃以上低い温度でご利用ください。

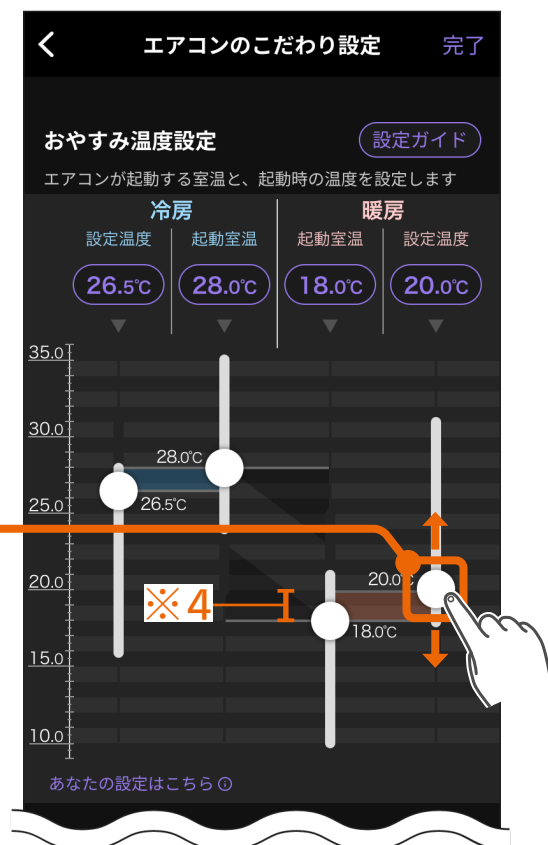


5

暖房の「設定温度」のスライダーボタンをドラッグし、暖房の設定温度を設定する

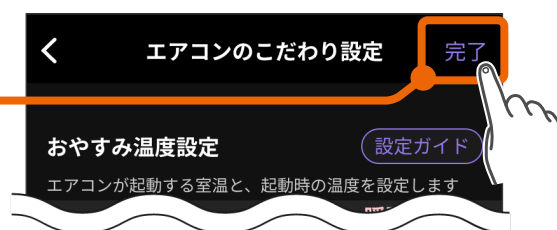
- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 設定範囲の下限は、暖房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「20.0℃」です。

※4 暖房の設定温度は、暖房の起動室温以上でご利用ください。



6

「完了」をタップする



7

右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする

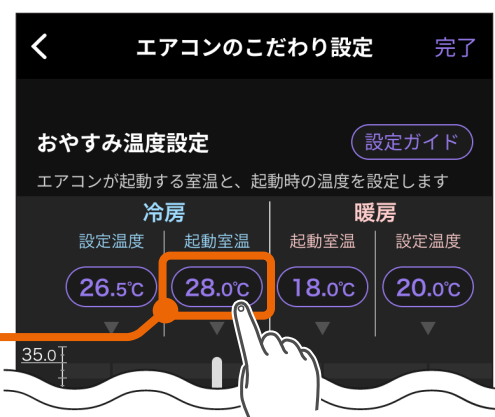


数値を選択して温度を設定する

1 「エアコンのこだわり設定」画面を表示する 68ページ

トップ画面（睡眠設定）の「エアコン設定」のをタップ → 「エアコンの設定変更」をタップ → 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップ

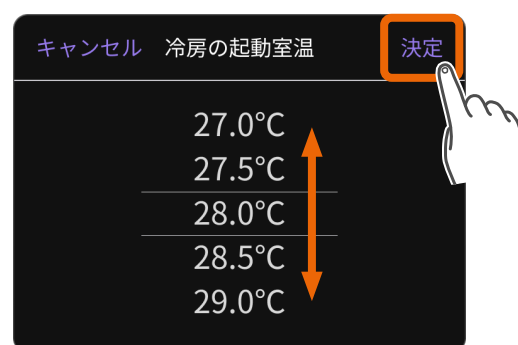
2 冷房の「起動室温」の温度をタップする



3 設定したい温度を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 20.0℃～35.0℃（0.5℃単位）で設定できます。
- 設定範囲の下限は、冷房の設定温度と暖房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「28.0℃」です。

※ 冷房の起動室温は、暖房の起動室温より5℃以上高い温度でご利用ください。



4 冷房の「設定温度」の温度をタップする

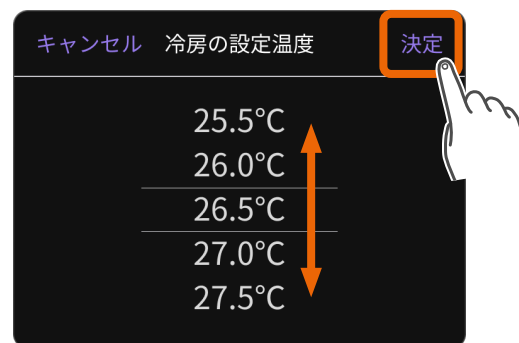


5

設定したい温度を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

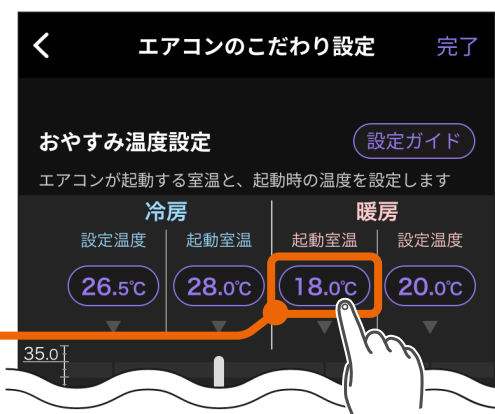
- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 設定範囲の上限は、冷房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「26.5℃」です。

※ 冷房の設定温度は、冷房の起動室温以下でご利用ください。



6

暖房の「起動室温」の温度をタップする

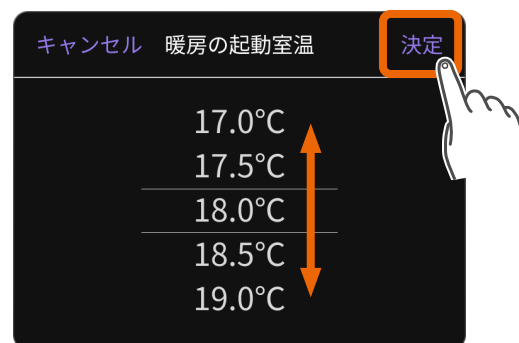


7

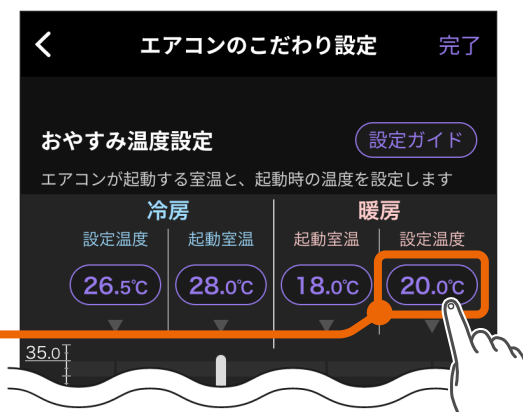
設定したい温度を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 10.0℃～25.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 設定範囲の上限は、暖房の設定温度と冷房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「18.0℃」です。

※ 暖房の起動室温は、冷房の起動室温より5℃以上低い温度でご利用ください。



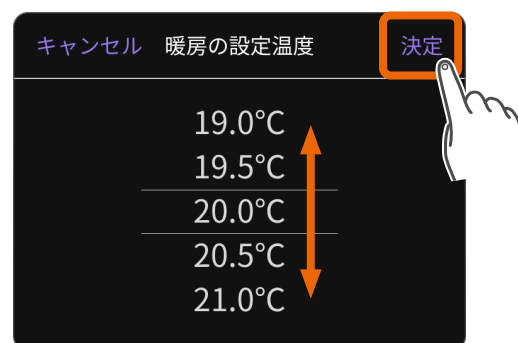
8 暖房の「設定温度」の温度をタップする



9 設定したい温度を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 16.0℃～31.0℃ (0.5℃単位) で設定できます。
- 設定範囲の下限は、暖房の起動室温の設定値によって変動します。
- 初期値は「20.0℃」です。

※ 暖房の設定温度は、暖房の起動室温以上でご利用ください。



10 「完了」をタップする



11 右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする



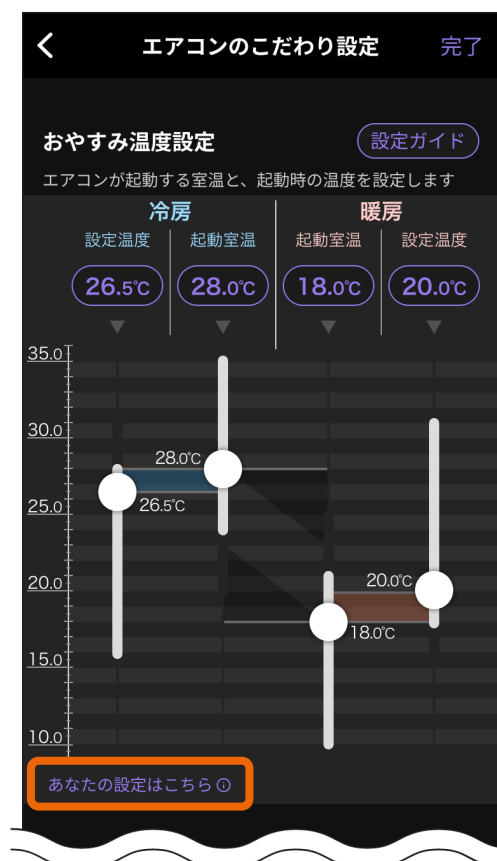
設定した温度による運転のイメージを確認する

温度を設定した運転のイメージは、「エアコン設定」画面や「エアコンのこだわり設定」画面の「あなたの設定はこちら」から確認することができます。

「エアコン設定」画面



「エアコンのこだわり設定」画面



「あなたの設定はこちら」をタップして、イメージ画面を表示します。イメージの内容は、「エアコン設定」画面のイメージと同じです。イメージ画面の「閉じる」をタップすると、イメージ画面が閉じます。

- 〈1〉 冷房の起動室温
- 〈2〉 冷房の設定温度
- 〈3〉 暖房の起動室温
- 〈4〉 暖房の設定温度
- 〈5〉 就寝前の予冷 / 予暖

81 ページ

✓ : ON (有効) ○ : OFF (無効)

● おやすみ温度設定の設定ガイドを見る

設定ガイドは、以下の操作で表示することができます。

1 「エアコンのこだわり設定」画面を表示する 68ページ

トップ画面（睡眠設定）の「エアコン設定」のをタップ → 「エアコンの設定変更」をタップ → 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップ

2 おやすみ温度設定の「設定ガイド」をタップする



3 「ガイド開始」をタップし、設定ガイドを開始する

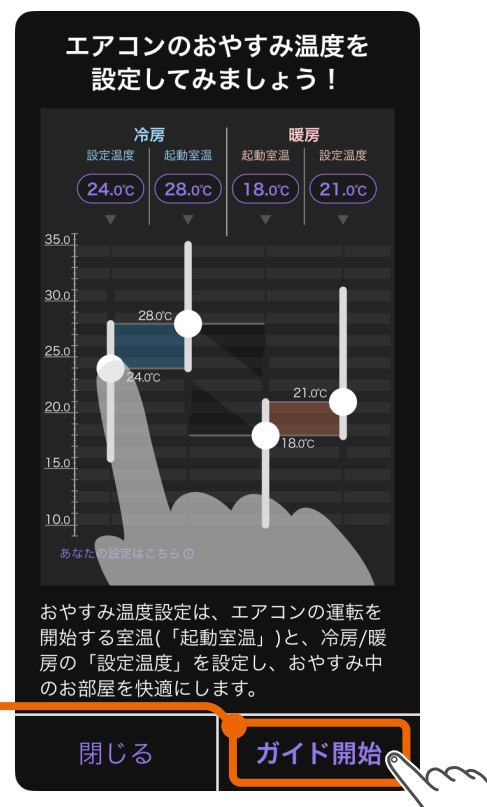
- ガイドを閲覧しない場合は、「閉じる」をタップすると、「エアコンのこだわり設定」画面に戻ります。

4 設定ガイドの画面をスワイプ、またはをタップし、最後のページまで閲覧する

- 設定ガイド画面の「スキップ」をタップすると、「エアコンのこだわり設定」画面に戻ります。

5 最後のページの「設定を始めてみましょう!」をタップする

- 「エアコンのこだわり設定」画面に戻ります。



おまかせ温度設定をON（有効）にすると、おやすみ自動運転中のエアコンのリモコン操作や、就寝中の快適さの評価結果をもとに、冷房／暖房の起動室温と設定温度を自動調整します。

※がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWebページが表示されます。

1 「エアコンのこだわり設定」画面を表示する 68ページ

トップ画面（睡眠設定）の「エアコン設定」のをタップ → 「エアコンの設定変更」をタップ → 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップ

2 「おまかせ温度設定」のスイッチをタップし、ON（有効）/OFF（無効）を設定する

 : ON（有効）にします。

 : OFF（無効）にします。



画面はON（有効）にした場合

3 「完了」をタップする



4

右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする

設定が完了しました

閉じる

お知らせ

- おまかせ温度設定がON（有効）の場合でも、おやすみ温度設定で冷房 / 暖房の起動室温と設定温度を変更することができます。 [👉 70 ページ](#)
- 場合によっては、おまかせ温度設定をON（有効）にしても、起動室温や設定温度が自動調整されないことがあります。
- 就寝中の快適さの評価結果については、 [👉 109 ページ](#) をご覧ください。

就寝前の予冷や就寝前の予暖のON（有効）/OFF（無効）と、運転を継続する時間を設定します。

※がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWebページが表示されます。

1 「エアコンのこだわり設定」画面を表示する 68ページ

トップ画面（睡眠設定）の「エアコン設定」のをタップ → 「エアコンの設定変更」をタップ → 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップ

2 【就寝前の予冷をする場合】 「就寝前の予冷」のスイッチを タップし、：ON（有効）にする

- ：ON（有効）にすると、「就寝時刻」の最長90分前から冷房運転を開始します。
なお、室温条件によって、冷房運転の開始時刻は変動します。
- 初期値は ：OFF（無効）です。

【就寝前の予暖をする場合】 「就寝前の予暖」のスイッチを タップし、：ON（有効）にする

- ：ON（有効）にすると、「就寝時刻」の約60分前から暖房運転を開始します。
- 初期値は ：OFF（無効）です。



3 「運転継続時間」の「変更」をタップする

- 運転継続時間では、就寝時刻になったあとに、就寝前の予冷/予暖をいつまで継続するかを設定します。
- 右図は、就寝前の予冷の操作例です。就寝前の予暖も操作方法は同じです。



4 継続したい時間を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 「就寝時刻」からの運転継続時間は、次の時間の中から選択します。
「0分（「就寝時刻」で停止）」
「就寝時刻」になると、冷房/暖房を停止します。
「30分」、「1時間」、「2時間」
「就寝時刻」から設定した時間まで経過すると、冷房/暖房を停止します。
「起床時刻まで」
冷房/暖房を「起床時刻」まで継続し、「起床時刻」になると停止します。
- 初期値は就寝時刻から「30分」です。



5 「完了」をタップする



6 右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする



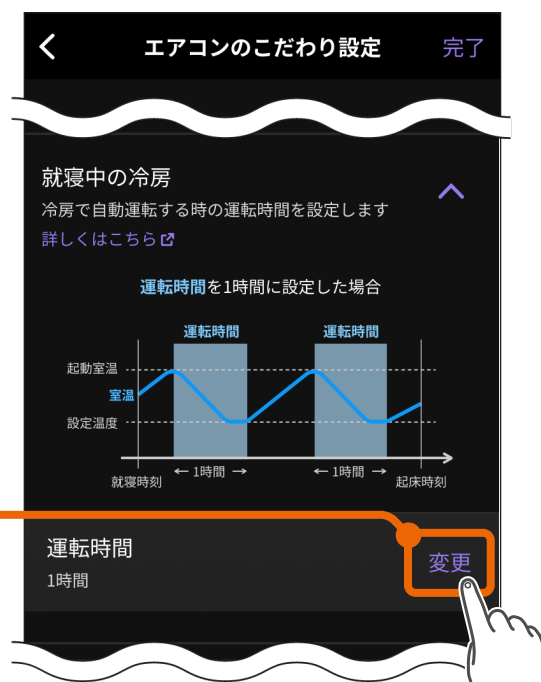
就寝中の冷房運転の運転時間を設定します。

※がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWeb ページが表示されます。

1 「エアコンのこだわり設定」画面を表示する 68ページ

トップ画面（睡眠設定）の「エアコン設定」のをタップ → 「エアコンの設定変更」をタップ → 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップ

2 「就寝中の冷房設定」の「運転時間」の「変更」をタップする



3 設定したい時間を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 30分～3時間（10分単位）で設定できます。
- 初期値は「1時間」です。

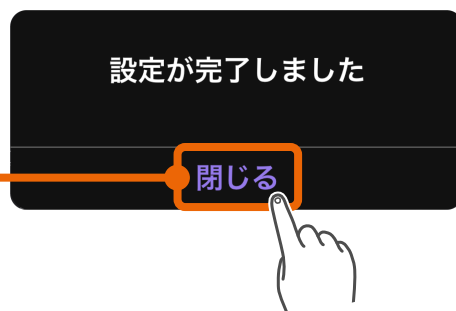
※短くすると、室温が「設定温度」まで下がる前に運転が終了し、お部屋が涼しくならないことがあります。



4 「完了」をタップする



- 5 右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする

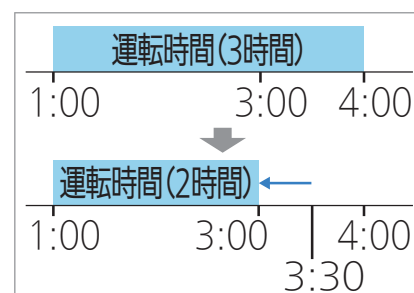


お知らせ

- 「運転時間」が「起床時刻」を超える場合は、「起床時刻」で冷房運転が停止します。
- おやすみ自動運転による冷房運転中も運転時間は変更できますが、変更した運転時間は運転中の冷房運転にも適用されます。そのため変更した運転時間によっては、冷房運転がすぐに停止する場合があります。

(例)

- ・「運転時間」を「3 時間」に設定
 - ・おやすみ自動運転による冷房運転が 1:00 に開始
 - ・3:30 に「運転時間」を「2 時間」に変更
- 4:00 までの 3 時間運転が 3:00 までの 2 時間運転に変更になり、おやすみ自動運転による冷房運転が即時終了します。



おやすみ自動運転時のエアコンの風速を設定できます。

※対応機器でのみ設定できます。

1 「エアコンのこだわり設定」画面を表示する 68 ページ

トップ画面（睡眠設定）の「エアコン設定」のをタップ → 「エアコンの設定変更」をタップ → 「こだわり設定」を選択し、「設定へ進む」をタップ

2 おやすみ自動運転時のエアコンの風速を選択する

「おまかせ」

おやすみ自動運転開始時に、おやすみに適した風速で運転します。

「エアコン本体設定」

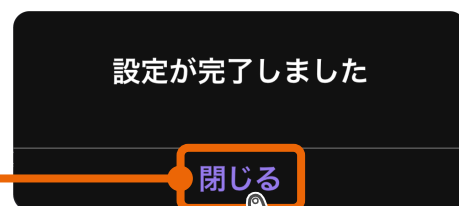
おやすみ自動運転開始前に、エアコンのリモコン、MyMU アプリ（おやすみサポートを含む）、または霧ヶ峰アプリなどで最後に設定した風速で運転します。



3 「完了」をタップする



4 右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする



お知らせ

- 対応機器では、霧ヶ峰アプリで「風向風速の表示」を無効にしている場合でも、おやすみサポートで「風速」を設定できます。
- 非対応機器の場合は、おやすみ自動運転開始前に、エアコンのリモコン、MyMU アプリ（おやすみサポートを含む）、または霧ヶ峰アプリなどで最後に設定した風速で運転します。

「おやすみ音楽設定」画面では、おやすみ音楽で再生する曲の選択や設定を行います。

「おやすみ音楽設定」画面は、トップ画面（睡眠設定）の「おやすみ音楽」の▶をタップすると表示されます。

※🔗がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWebページが表示されます。

「おやすみ音楽設定」画面の機能

タップすると、トップ画面（睡眠設定）に戻ります。



完了ボタン

- ・タップすると、設定を完了します。
タップしないと設定が反映されません。

曲選択 92 ページ

- ・プリセット曲（3 曲）とユーザー選択曲（1 曲）の中から聴きたい曲を選択します。
- ※ 曲は、あらかじめダウンロード（プリセット曲）または設定（ユーザー選択曲）しておいてください。  87 ページ

音量設定 92 ページ

- ・再生音量を設定します。

再生設定 92 ページ

- ・フェードアウトの ON（有効） / OFF（無効）や、再生時間を設定します。

おしらせ

- おやすみ音楽は、おやすみサポートが ON（有効）の場合だけ利用や設定ができます。

おやすみサポートでは、「おやすみ音楽」で音楽を聴きながら就寝することができます。

おやすみ音楽で再生する曲は、プリセット曲（3 曲）とユーザー選択曲（1 曲）の中から選択できます。

● プリセット曲をダウンロードする

あらかじめ聴きたい曲をダウンロードしておきます。

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「おやすみ音楽」の > をタップする



- 2 「曲選択」からダウンロードする曲の ↓ をタップする

ダウンロードできる曲

- ・ 深き眠りへの誘い
- ・ 「至福の眠りの音楽」より
- ・ 「眠りに誘うオルゴール」より

ダウンロードの状態

- : 未ダウンロード
- : ダウンロード中
- : ダウンロード済み



画面は「深き眠りへの誘い」をダウンロードする場合

3 メッセージの「はい」をタップする

- ダウンロードが始まります。
- ダウンロードが完了すると、アイコンがに変わります。
- 2曲目、3曲目をダウンロードする場合は、手順②、③を繰り返します。

ダウンロードを開始しますか？
(約85MB)

※ダウンロードが完了するまで、おやすみサポートの画面を表示したままにしてください。

いいえ

はい

4 右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする

「深き眠りへの誘い」のダウンロードが完了しました。

閉じる

お知らせ

- ダウンロードを開始した後は、ダウンロードが完了するまでおやすみサポートの画面を表示したままにしてください。
- 通信環境によってはダウンロードに時間がかかる場合があります。Wi-Fi環境でダウンロードすることをおすすめします。

【ダウンロードしたプリセット曲を削除するには】

- ① トップ画面（睡眠設定）で、
「おやすみ音楽」の > をタップする



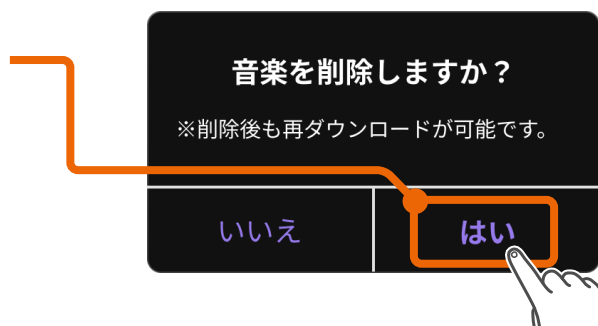
- ② 削除したい曲の [削除] をタップする



画面は「深き眠りへの誘い」
を削除する場合

- ③ メッセージの「はい」をタップする

- 削除が完了すると、アイコンが [ダウンロード] に変わります。
- プリセット曲は、削除しても再度ダウンロードすることができます。



— お知らせ —

- おやすみ音楽のプリセット3曲の音源は、株式会社デラの知的財産（保有する原盤）であり、著作権法によって保護されていますので、おやすみサポートを通じて提供される音源の無断転載をお断りいたします。

ユーザー選択曲を設定する

あらかじめ聴きたい曲を設定しておきます。

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「おやすみ音楽」の＞をタップする



- 2 「曲選択」の「ユーザー選択曲」の📁をタップする

- 音楽ファイルを選択できる画面が表示されます。



- 3 スマートフォンに保存している曲から、お好みの曲を選択する

- 設定が完了すると、「曲選択」の「ユーザー選択曲」に曲名が表示されます。

※ 音楽ファイルを選択せずに「おやすみ音楽設定」画面に戻る場合は、スマートフォンの「戻る」操作（ボタン操作やスワイプ操作）をお使いください。

4

曲の設定が完了したら、「完了」をタップする



【設定したユーザー選択曲を変更するには】

- ①「ユーザー選択曲を設定する」の手順①～④を行い、設定する曲を変更する

ユーザー選択曲について

- スマートフォンに保存している曲のうち、音楽ファイルを選択できる画面で表示される曲が選択できます。
- スマートフォンに保存されていない曲（例：クラウドに保存されている曲）の再生は保証していません。
- 設定した曲をスマートフォンから削除した場合や、保存先を変更した場合は、再生することができません。曲を設定し直してください。
- ご利用のスマートフォンのOS (iOSまたはAndroid) でサポートしているオーディオフォーマットの再生に対応していますが、サポートしているオーディオフォーマットであっても、再生できないことがあります。
※オーディオフォーマットについては、各OSの仕様をご確認ください。
- 音楽ファイルを選択できても、再生できないことがあります。
- 複数のスマートフォンでおやすみサポートをご利用の場合や、スマートフォンを機種変更された場合は、おやすみサポートに設定している曲の情報とスマートフォンで保存している曲の情報が一致せず、再生できないことがあります。その場合は、曲を設定し直してください。

おやすみ音楽を再生する前に、再生する曲の設定を行います。
設定できる項目は、以下のとおりです。

- 曲選択

プリセット曲（3 曲）とユーザー選択曲（1 曲）の中から 1 曲を選択します。

※ 聴きたい曲は、あらかじめダウンロード（プリセット曲）または設定（ユーザー選択曲）しておいてください。  87 ページ

- 音量設定

再生音量を設定します。

- フェードアウト

設定を ON（有効）にすると、眠りの妨げにならないよう、再生開始から 5 分間は「音量設定」で設定した音量で再生し、5 分以降は徐々に音量を下げていきます。

- 再生時間

再生終了までの時間を設定します。

● おやすみ音楽で再生する曲を設定する

1 トップ画面（睡眠設定）で、「おやすみ音楽」の > をタップする



2 「曲選択」で再生する曲の左側の●ボタンをタップする

- 選択すると、ボタンが●に変わります。
- 曲の右側のアイコンが●に変わって音が流れ、どのような曲か確認できます。

3 「音量設定」のスライダーボタンをドラッグし、おやすみ音楽再生時の音量を設定する

- 初期値の位置は中央です。

【音を停止するときは】

曲の右側の●をタップします。

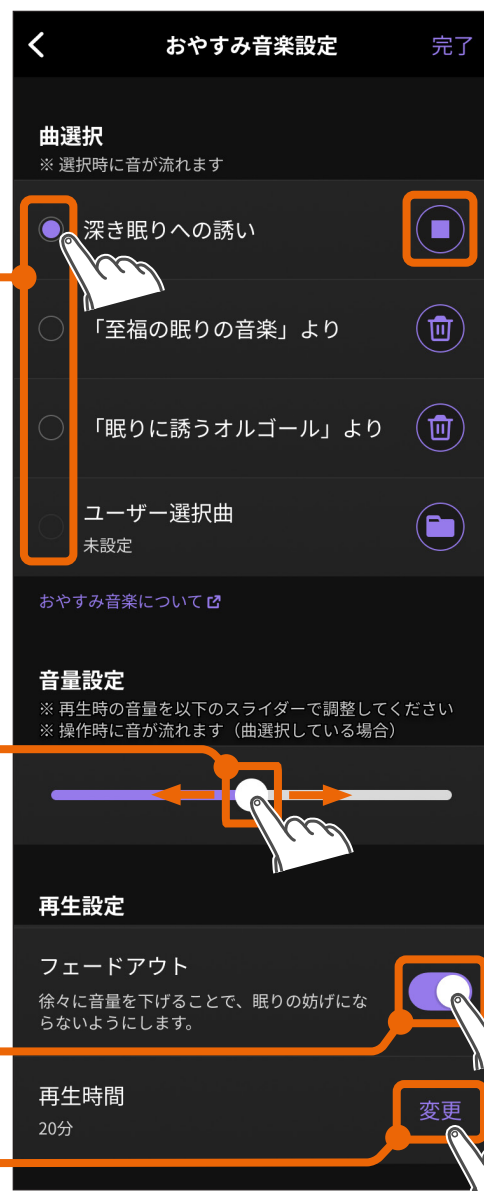
4 「再生設定」の「フェードアウト」のスイッチをタップし、ON（有効）/OFF（無効）を設定する

- 初期値は●：ON（有効）にします。
- 初期値は●：OFF（無効）にします。
- 初期値は●：ON（有効）です。

5 「再生時間」の「変更」をタップする

6 設定したい時間を画面中央に表示させ、「決定」をタップする

- 20分～60分（10分単位）で設定できます。
- 初期値は「20分」です。



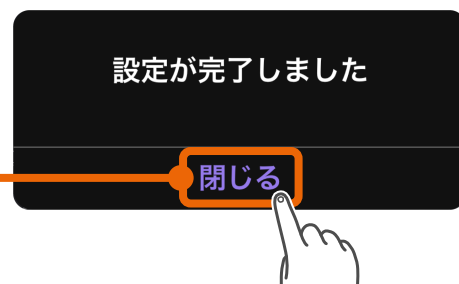
画面は「深き眠りへの誘い」で設定する場合



7 設定が終了したら、「完了」をタップする



8 右のメッセージが表示されたら、「閉じる」をタップする



お知らせ

- おやすみ音楽の出力先（スマートフォンのスピーカー、外部スピーカー、イヤホンなど）に適した音量に設定してください。
音量が大きすぎると、入眠の妨げになる場合があります。
- おやすみ音楽の再生開始時の音量は、音量設定のスライダーで設定した値が反映されます。
※音量設定を調整する際は、スマートフォンの音量ボタンなどで調整しないでください。
- 以下の場合は、再生開始直後に音量が変わることがあります。
 - ・ おやすみ音楽を再生中に他のアプリで曲などを再生開始した場合
 - ・ 他のアプリで曲などを再生中におやすみ音楽を再生開始した場合
- フェードアウト中にスマートフォンの音量ボタンなどで音量を変更することは可能ですが、フェードアウトは継続して適用されます。そのため、音量を変更後はフェードアウトによる音量変化が大きくなる場合があります。

おやすみサポートでは、「おやすみ音楽」で音楽を聴きながら就寝することができます。

※事前におやすみ音楽設定で再生する曲の準備と設定を完了しておいてください。

 87、92ページ

トップ画面（睡眠設定）で、「再生開始」をタップする

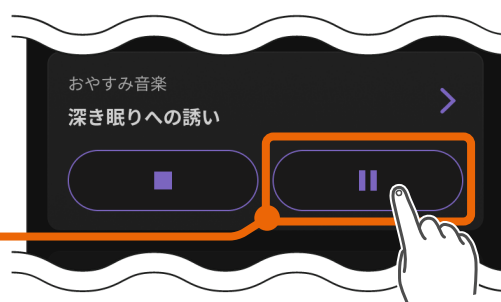
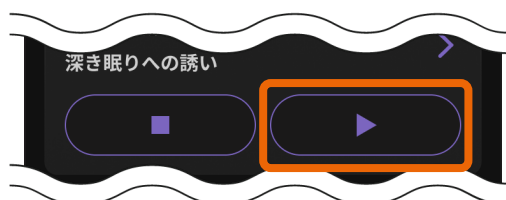
- おやすみ音楽の再生が始まります。
- 曲の長さがおやすみ音楽設定で設定した再生時間より短い場合は、設定した再生時間まで繰り返し再生します。
- おやすみ音楽設定で設定した再生時間が経過すると、自動的に停止しておやすみ音楽の再生が終了します。



【再生を一時停止するとき】

 をタップする

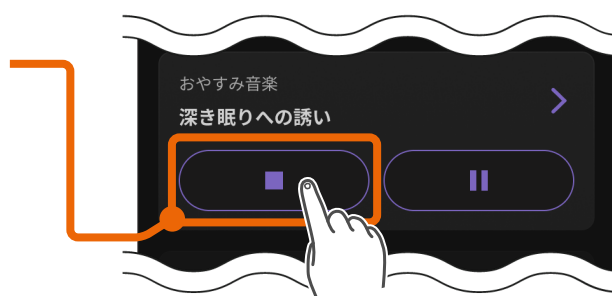
- 再生を再開するときは、 をタップします。



【再生を途中で終了するとき】

 をタップする

- おやすみ音楽の再生が終了します。



お知らせ

- 再生する曲、音量、フェードアウト、再生時間を変更するときは、おやすみ音楽設定で変更してください。  92ページ
- 他アプリでの音楽再生や通話中は、おやすみ音楽の再生ができないことがあります。

おやすみ自動運転をしないときは、OFF（無効）にすることができます。

※がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWeb ページが表示されます。

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「エアコン設定」のをタップする



- 2 「おやすみ自動運転」のスイッチをタップし、：OFF（無効）にする



【再びおやすみ自動運転をON（有効）にするときは】

手順2で、「おやすみ自動運転」のスイッチをタップし、：ON（有効）にする

おやすみ自動運転のON（有効）/OFF（無効）について

- トップ画面（睡眠設定）でおやすみサポートをON（有効）/OFF（無効）にすると、おやすみ自動運転も連動してON（有効）/OFF（無効）になります。
- おやすみサポートでエアコンを運転中におやすみ自動運転をOFF（無効）にしても、エアコンの運転は自動では停止しません。必要に応じて停止してください。
- おやすみ自動運転がON（有効）の場合だけ利用や設定ができる機能
 - ・ エアコンのかんたん設定 / こだわり設定
- おやすみ自動運転の設定にかかわらず利用や設定ができる機能
 - ・ おやすみ時間 ・ おやすみ音楽 ・ メニュー画面 ・ トップ画面（レポート）

おやすみサポートを使用しないときは、OFF（無効）にすることができます。

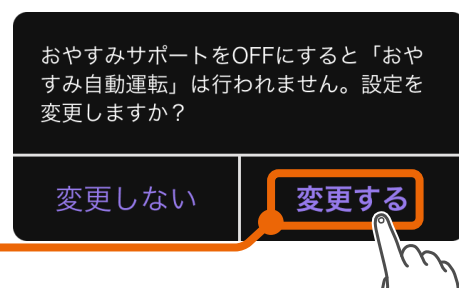
※がついた説明をタップすると、その機能を説明しているWeb ページが表示されます。

- 1 トップ画面（睡眠設定）で、「おやすみサポート」のスイッチをタップし、：OFF（無効）にする



- 2 右のメッセージが表示されたら、「変更する」をタップする

- おやすみサポートがOFF（無効）になります。
- 「変更しない」をタップすると、おやすみサポートをOFF（無効）に変更しません。



【再びおやすみサポートをON（有効）にするときは】

トップ画面（睡眠設定）で、「おやすみサポート」のスイッチをタップし、：ON（有効）にする

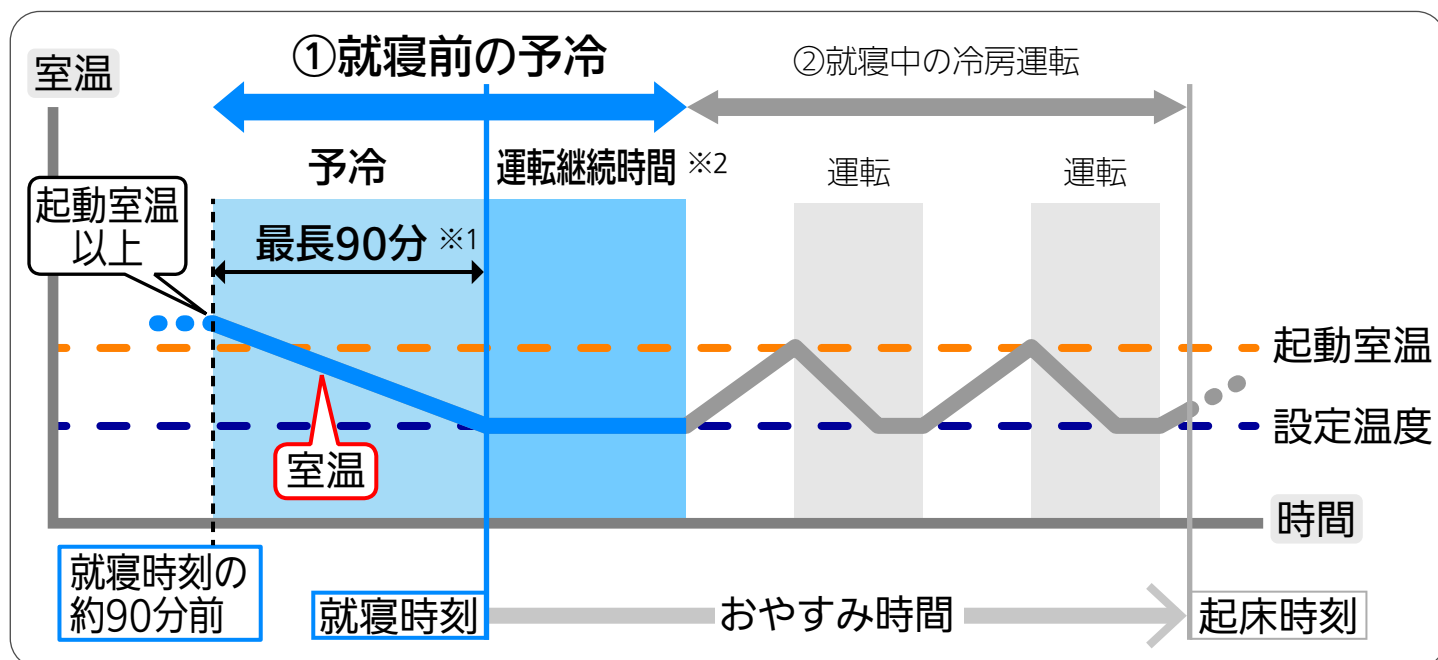
おやすみサポートのON（有効）/OFF（無効）について

- トップ画面（睡眠設定）でおやすみサポートをON（有効）/OFF（無効）にすると、おやすみ自動運転も連動してON（有効）/OFF（無効）になります。
- おやすみサポートでエアコンを運転中におやすみサポートをOFF（無効）にしても、エアコンの運転は自動では停止しません。必要に応じて停止してください。
- おやすみサポートがON（有効）の場合だけ利用や設定ができる機能
 - ・ おやすみ時間
 - ・ おやすみ音楽
 - ・ おやすみ自動運転
 - ・ エアコンのかんたん設定 / こだわり設定
- おやすみサポートの設定にかかわらず利用や設定ができる機能
 - ・ メニュー画面
 - ・ トップ画面（レポート）

おやすみ自動運転は、以下の条件を満たした場合に動作します。

①就寝前の予冷

動作パターン例



■動作条件

「就寝時刻」の約90分前に、以下の条件をすべて満たしている場合に動作します。

- ・おやすみサポート、おやすみ自動運転、就寝前の予冷が、すべてON（有効）
- ・エアコンが停止状態
- ・エアコンで取得している室温が「起動室温」以上

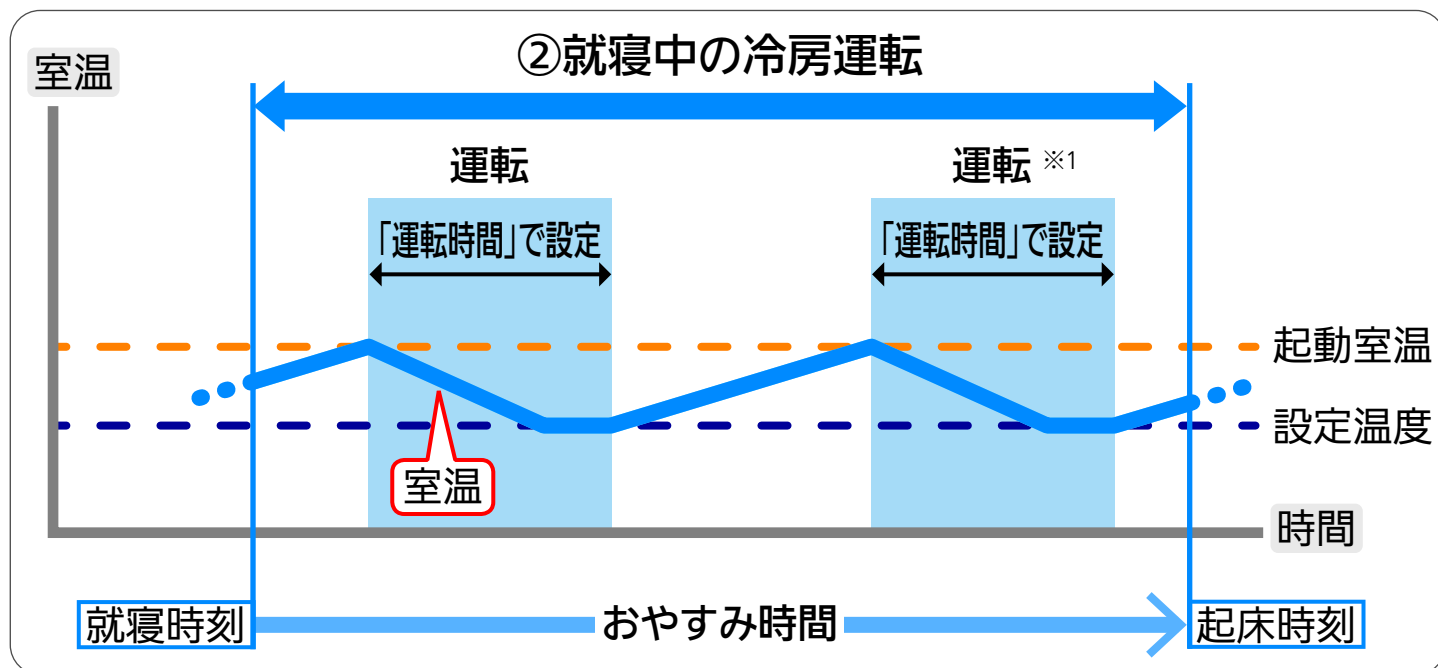
※1 「就寝時刻」の約90分前の室温と「起動室温」の差が小さい場合は、予冷の運転開始が遅くなり、予冷の運転時間が短くなります。

※2 ①就寝前の予冷の運転継続時間終了後に、②就寝中の冷房運転の動作条件を満たしている場合は、②就寝中の冷房運転が動作します。
運転継続時間を「起床時刻まで」に設定している場合は、①就寝前の予冷を起床時刻まで継続し、②就寝中の冷房運転は動作しません。

- ①就寝前の予冷が動作する前にリモコンなどでエアコンの運転を開始した場合は、①就寝前の予冷の自動開始タイミングで①就寝前の予冷に切り替わります。
- ①就寝前の予冷が動作する前におやすみサポートで「就寝時刻」や「設定温度」を変更した場合、①就寝前の予冷が動作しない場合があります。

②就寝中の冷房運転

動作パターン例



■動作条件

おやすみ時間内で、以下の条件をすべて満たしている場合に動作します。

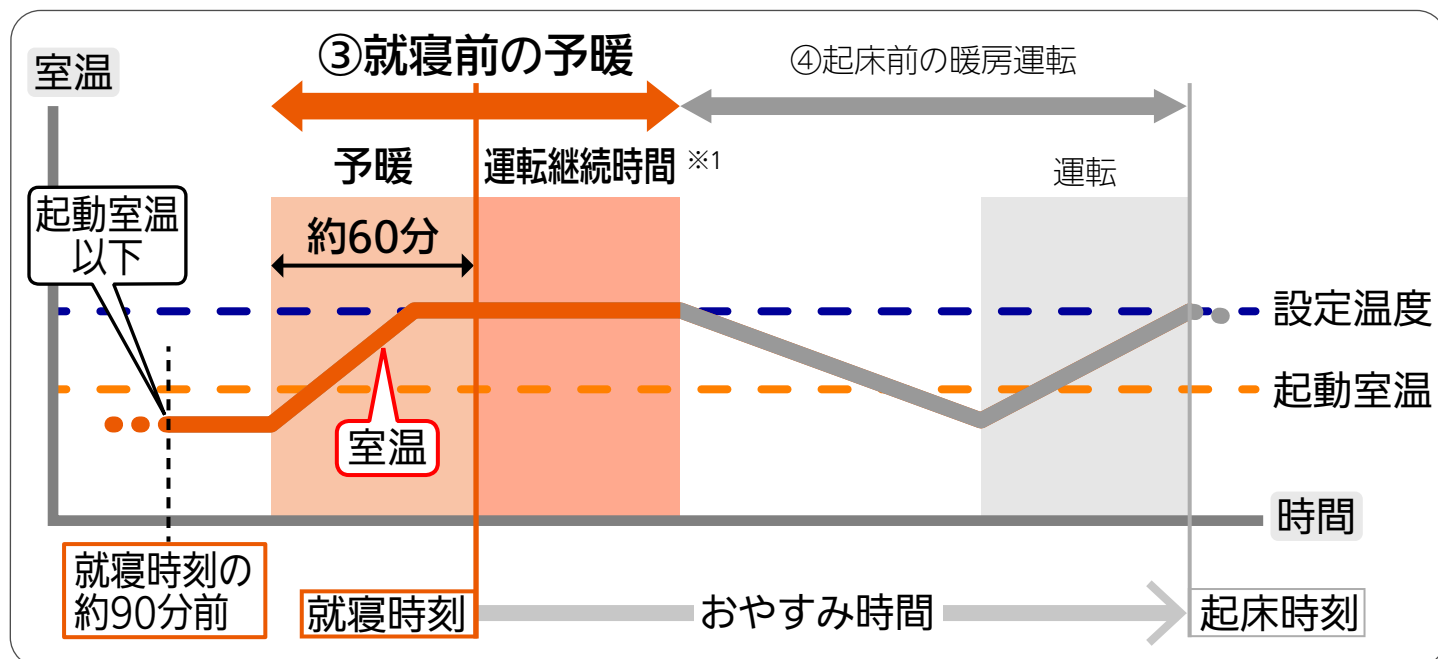
- ・おやすみサポート、おやすみ自動運転が、すべてON（有効）
- ・エアコンが停止状態
- ・エアコンで取得している室温が「起動室温」以上

※1 おやすみ時間中、②就寝中の冷房運転の運転時間が経過して運転停止した後も②就寝中の冷房運転の動作条件を満たしている場合は、自動で冷房運転/停止を繰り返します（冷房のつけなおし）。

- 「エアコンのこだわり設定」画面の「就寝中の冷房設定」－「運転時間」が起床時刻を超える場合は、「起床時刻」で冷房運転が停止します。

③就寝前の予暖

動作パターン例



動作条件

「就寝時刻」の約90分前に、以下の条件をすべて満たしている場合に動作します。

- ・おやすみサポート、おやすみ自動運転、就寝前の予暖が、すべてON（有効）
- ・エアコンが停止状態
- ・エアコンで取得している室温が「起動室温」以下

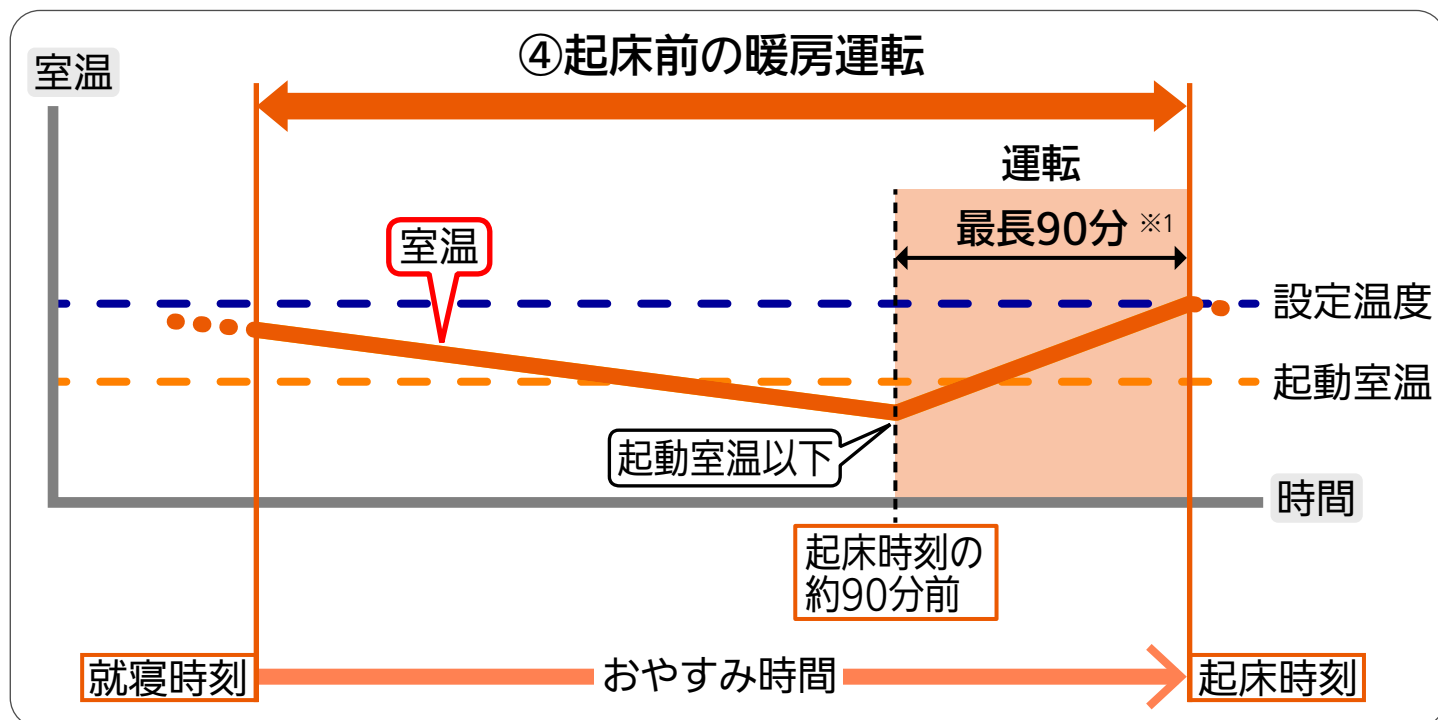
※1 ③就寝前の予暖の運転継続時間終了後に、④起床前の暖房運転の動作条件を満たしている場合は、④起床前の暖房運転が動作します。

運転継続時間を「起床時刻まで」に設定している場合は、③就寝前の予暖を起床時刻まで継続し、④起床前の暖房運転は動作しません。

- ③就寝前の予暖が動作する前にリモコンなどでエアコンの運転を開始した場合は、③就寝前の予暖の自動開始タイミングで③就寝前の予暖に切り替わります。
- ③就寝前の予暖が動作する前におやすみサポートで「就寝時刻」や「設定温度」を変更した場合、③就寝前の予暖が動作しない場合があります。

④起床前の暖房運転

動作パターン例



■動作条件

「起床時刻」の約90分前に、以下の条件をすべて満たしている場合に動作します。

- ・ おやすみサポート、おやすみ自動運転が、すべてON（有効）
- ・ エアコンが停止状態
- ・ エアコンで取得している室温が「起動室温」以下

※1 「起床時刻」の約90分前の室温と「起動室温」の差が小さい場合は、暖房の運転開始が遅くなり、暖房の運転時間が短くなります。

- 暖房運転 / 停止の繰り返しは行いません。
- ④起床前の暖房運転が動作する前にリモコンなどでエアコンの運転を開始した場合は、④起床前の暖房運転の自動開始タイミングで④起床前の暖房運転に切り替わります。
- ④起床前の暖房運転が動作する前におやすみサポートで「起床時刻」や「設定温度」を変更した場合、④起床前の暖房運転が動作しない場合があります。

● おやすみ自動運転中に以下の操作をした場合の動作

● おやすみ自動運転の「設定温度」を変更した場合

①就寝前の予冷中、④起床前の暖房運転中

変更した「設定温度」を基準に、エアコン本体に設定する設定温度の調整を行います。

②就寝中の冷房運転中、③就寝前の予暖中

変更した設定温度で運転します。

● エアコンのリモコン操作などで設定温度を変更した場合

①就寝前の予冷中

就寝前の予冷を終了し、通常の冷房運転に切り替わります。

②就寝中の冷房運転中、③就寝前の予暖中

エアコンのリモコン操作などで変更した内容で運転します。

④起床前の暖房運転中

起床前の暖房運転を終了し、通常の暖房運転に切り替わります。

● エアコンのリモコン操作などで運転モードを変更した場合

①就寝前の予冷中、③就寝前の予暖中

就寝前の予冷、就寝前の予暖を終了します。その後、おやすみ時間内で②就寝中の冷房運転または④起床前の暖房運転の動作条件を満たしている場合は、就寝中の冷房運転または起床前の暖房運転が動作します。

②就寝中の冷房運転中、④起床前の暖房運転中

就寝中の冷房運転、起床前の暖房運転を終了し、エアコンのリモコン操作などで変更した内容で運転します。

● エアコンの運転を停止した場合

①就寝前の予冷中、③就寝前の予暖中

就寝前の予冷、就寝前の予暖を終了します。その後、おやすみ時間内で②就寝中の冷房運転または④起床前の暖房運転の動作条件を満たしている場合は、就寝中の冷房運転または起床前の暖房運転が動作します。

②就寝中の冷房運転中、④起床前の暖房運転中

就寝中の冷房運転、起床前の暖房運転を終了します。

お知らせ

- その他、おやすみ自動運転が正しく動作しない条件については、「ご使用時のお願いと留意点」をご覧ください。  10ページ

5 章

おやすみサポート（レポート）を使用する

トップ画面（レポート）	104
就寝中の各種レポートを閲覧する	106
就寝中の快適さを評価する	109
運転履歴を閲覧する	111
連携していないスマートデバイスを連携させる ときは	113

トップ画面(レポート)では、睡眠状態、睡眠中の各種情報や快適さの評価、および運転履歴を表示します。

- トップ画面(睡眠設定)については、[51ページ](#)をご覧ください。

● トップ画面(レポート)の機能

トップ画面(レポート)は、「おやすみ時間設定」で設定した「起床時刻」～「就寝時刻」の2時間前におやすみサポートを起動したときに表示されます。

※トップ画面(睡眠設定)から表示を切り替える場合は、画面下のレポートタブをタップします。

※初めてトップ画面(レポート)を表示したときは、スマートデバイスと連携するかどうかの設定が必要です。[41ページ](#)

タップすると、MyMUアプリのMyMU+画面に戻ります。



三ボタン [115ページ](#)

- ・メニューが開きます。
メニューでは、おやすみサポートのバージョンやライセンス情報の確認、通知設定のON(有効)/OFF(無効)の設定、取扱説明書の閲覧ができます。

日付 [106、109ページ](#)

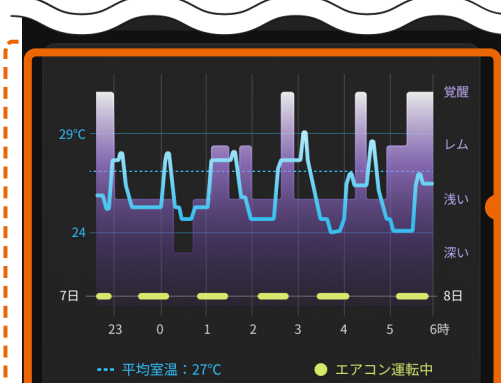
- ・レポートや評価結果を表示する日付を指定します。

就寝中の快適さの評価 [109ページ](#)

- ・就寝中の快適さ(暑い/適温/寒い)の評価を日ごと記録できます。
- ・評価後は、結果が表示されます。

レポートタブ

スマートデバイスと連携している場合

睡眠状態のグラフ [106ページ](#)

日付、おやすみ時間（白色）

- ・グラフの対象日とおやすみ時間を表示します。

室温変化（水色）

- ・就寝中の室温変化を折れ線グラフで表示します。また、最高室温と最低室温、平均室温を数値で表示します。

エアコンの運転状況（黄色）

- ・就寝中にエアコンを運転した時間帯を線で表示します。

睡眠ステージ（紫色）※1

- ・スマートデバイスから取得した睡眠データをもとに、覚醒、レム睡眠、浅い睡眠、深い睡眠を表示します。

睡眠情報 ※1 [106ページ](#)

- ・おやすみ時間を表示します。
- ・スマートデバイスから取得した睡眠データをもとに、各睡眠状態の時間を表示します。

運転履歴 [111ページ](#)

- ・おやすみサポートによるエアコン運転中の運転履歴などが確認できます。

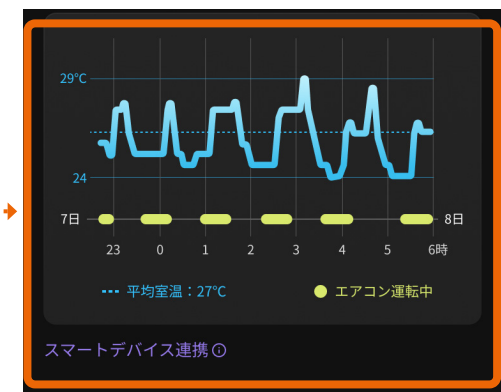
睡眠設定タブ [51ページ](#)

- ・トップ画面（睡眠設定）に切り替えます。

レポートタブ

- ・トップ画面（レポート）に切り替えます。

スマートデバイスと連携していない場合



※1 スマートデバイスと連携している場合のみ表示されます。

お知らせ

- トップ画面(レポート)の機能は、トップ画面(睡眠設定)の「おやすみサポート」の設定にかかわらず利用や設定ができます。

就寝中の室温変化とエアコンの運転状況をレポートで閲覧できます。
また、スマートデバイスと連携している場合は、就寝中の睡眠ステージと睡眠情報もレポートで閲覧できます。
レポートは、日ごとに閲覧できます。

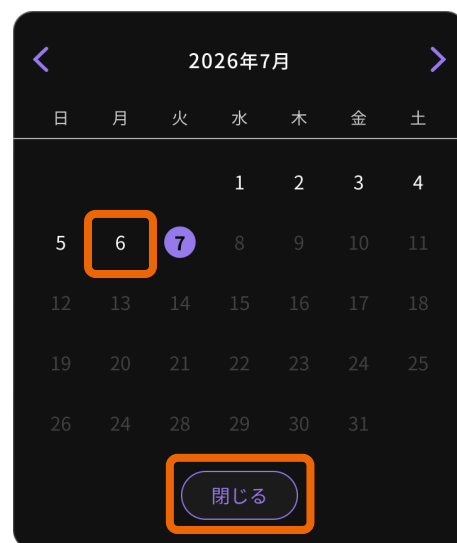
1 トップ画面（レポート）で、 レポートを閲覧する日付をタップする

- 日付は、横にスワイプするとスクロールします。
- 選択できる日付は、本日を含めた過去30日間です。



【カレンダーで日付を選択するときは】

- ① 日付の右横の  をタップし、カレンダーを表示する
- ② レポートを閲覧する日付をタップし、「閉じる」をタップする
 - 前月または翌月のデータがある場合は、 をタップすると前月が、 をタップすると翌月が表示されます。



2

選択した日付の各種情報が表示されます

スマートデバイスと連携している場合



睡眠状態のグラフ

日付、おやすみ時間（白色）

グラフの対象日とおやすみ時間を表示します。

室温変化（水色）

- 就寝中の室温変化を折れ線グラフで表示します。また、最高室温と最低室温、平均室温を数値で表示します。

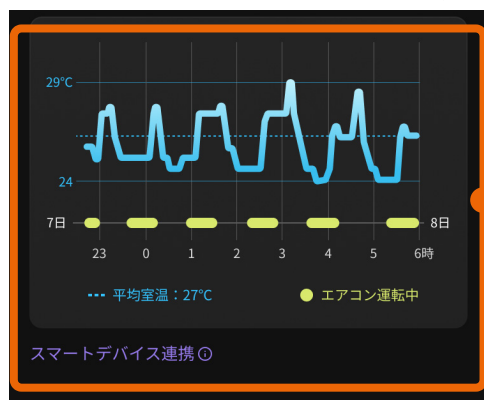
エアコンの運転状況（黄色）

- 就寝中にエアコンを運転した時間帯を線で表示します。

睡眠ステージ（紫色）※1

- スマートデバイスから取得した睡眠データをもとに、覚醒、レム睡眠、浅い睡眠、深い睡眠をグラフで表示します。

スマートデバイスと連携していない場合



睡眠情報 ※1

- おやすみ時間を表示します。
- スマートデバイスから取得した睡眠データをもとに、各睡眠状態の時間を表示します。
- 「睡眠ステージの解説」をタップすると、解説画面が表示されます。

※1 スマートデバイスと連携している場合のみ表示されます。

睡眠ステージについて

睡眠状態は、脳や身体の状態の違いから4つのステージ（覚醒、レム睡眠、浅い睡眠、深い睡眠）に分けられます。

[監修：快眠セラピスト・睡眠環境プランナー 三橋 美穂さん]

覚醒

意識がある状態。睡眠中には、本人が覚えていない短い覚醒が起こることがある。

レム睡眠

夢を見やすく、脳が活発に働く眠り。体は動かないよう抑制され、記憶や感情の整理に重要。明け方に増える。

浅い睡眠

うとうと～すやすやした眠り。物音などで目を覚ましやすい。睡眠全体の多くを占め、睡眠を安定させる役割を持つ。

深い睡眠

脳と体が最も休むぐっすりした眠り。刺激では目覚めにくく、成長ホルモンの分泌が高まり、回復や免疫を支える。加齢とともに減少する。

お知らせ

- 室温変化や睡眠データを取得できなかった時間帯は、グラフが途切れて表示されます。
- 十分な睡眠時間が取れていない場合、睡眠データが取得できないことがあります。
- 睡眠情報において、各睡眠状態の時間の合計と総睡眠時間には、数分の誤差が生じることがあります。
- スマートデバイスと連携している場合でも、本日を含めた過去30日間の睡眠データがAppleヘルスケアまたはヘルスコネクトに登録されていない場合は、連携していない場合の表示になります。Appleヘルスケアまたはヘルスコネクトから睡眠データを取得すると、連携している場合の表示に変わります。
- スマートデバイスと連携していない場合でも、あとから連携させることができます。👉113ページ
- iOS搭載のスマートフォンの場合、おやすみサポートではAppleヘルスケアに登録された睡眠データを取得します。
- Android搭載のスマートフォンの場合、おやすみサポートでは健康管理アプリ（別アプリ）からヘルスコネクトに登録された睡眠データを取得します。
- 取得した睡眠データは、おやすみサポートのアプリ内での表示にのみ使用します。

就寝中の快適さ（暑い / 適温 / 寒い）について、あとで評価を記録できます。評価後は、結果が表示されます。

評価結果は、日ごとに記録できます。

評価結果は、おまかせ温度設定の温度の自動調整に反映されます。

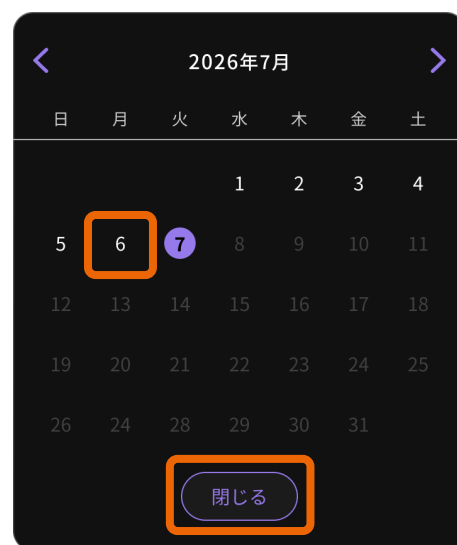
1 トップ画面（レポート）で、レポートを閲覧する日付をタップする

- 日付は、横にスワイプするとスクロールします。
- 選択できる日付は、本日を含めた過去30日間です。



【カレンダーで日付を選択するときは】

- ① 日付の右横の  をタップし、カレンダーを表示する
- ② レポートを閲覧する日付をタップし、「閉じる」をタップする
 - 前月または翌月のデータがある場合は、 をタップすると前月が、 をタップすると翌月が表示されます。



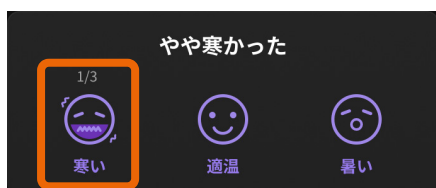
2 評価アイコンをタップし、評価を選択する

- 「寒い」「暑い」アイコンは、タップするごとに評価のレベルが変わります。

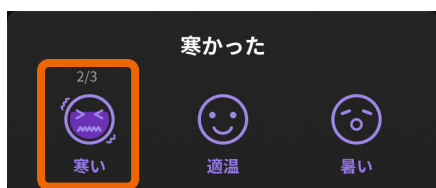


「寒い」アイコン

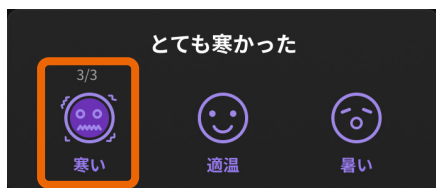
やや寒かった



寒かった

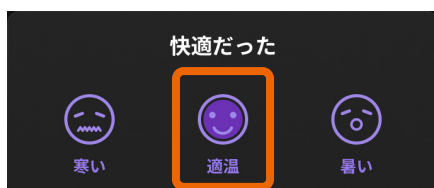


とても寒かった



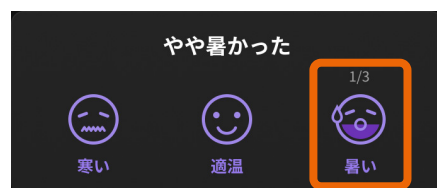
「適温」アイコン

快適だった

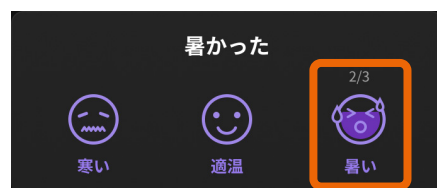


「暑い」アイコン

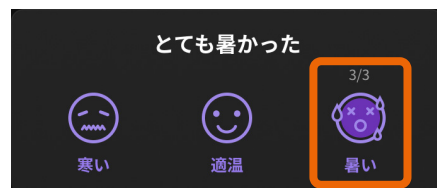
やや暑かった



暑かった



とても暑かった



3 評価アイコンを最後にタップ後、約3秒すると評価結果が表示されます

- 評価結果が表示されるまでに他のボタン等を操作すると、評価が正しく反映されないことがあります。
- 評価結果を変更する場合は、✎をタップします。



画面は「やや暑かった」の場合

おやすみサポートによる以下の履歴などを閲覧できます。

- おやすみサポートで動作した履歴
- おまかせ温度設定による冷房 / 暖房の起動室温や設定温度の更新履歴
- おやすみサポート以外（リモコンやタイマーによる操作など）で動作した履歴

1 トップ画面（レポート）で、「運転履歴」の>をタップする



2 運転履歴が表示されます

- 30日前までの履歴（最大600件）を確認できます。
- < をタップすると、トップ画面（レポート）に戻ります。



● 運転履歴の内容



：おやすみサポートで動作した履歴や更新情報

- ・ 運転開始
- ・ 運転停止
- ・ おまかせ温度設定による冷房 / 暖房の起動室温や設定温度の更新



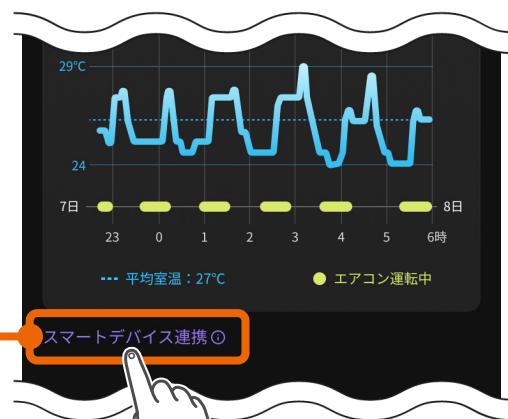
：おやすみサポート以外（エアコンのリモコンやタイマーによる操作など）で動作した履歴

- ・ 運転停止
- ・ 運転モードの変更（おやすみサポートで運転中のモード以外への変更）
- ・ 設定温度の変更
- ・ おやすみサポートの停止

スマートデバイスと連携しない設定にしている場合でも、あとから連携する設定へ変更することができます。

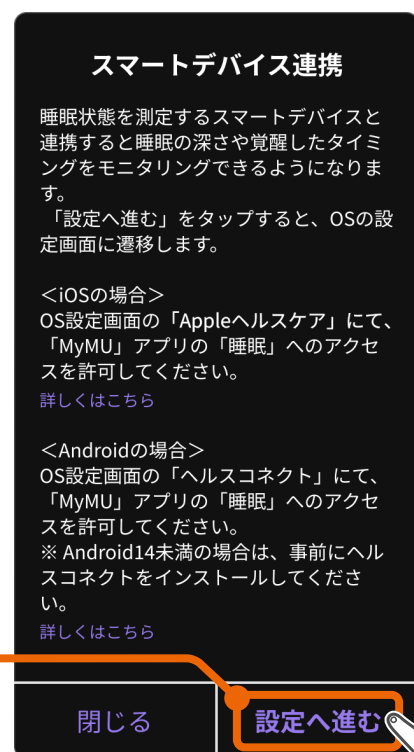
1 トップ画面（レポート）で、「スマートデバイス連携」をタップする

- スマートデバイス連携画面が表示されます。



2 「設定へ進む」をタップする

- スマートデバイスのOSの設定画面が表示されます。
- 連携させる作業をやめる場合は、「閉じる」をタップします。
- 「詳しくはこちら」をタップすると、設定方法が表示されます。



3 OSの設定画面に従って、「MyMU」アプリの「睡眠」へのアクセスを許可する

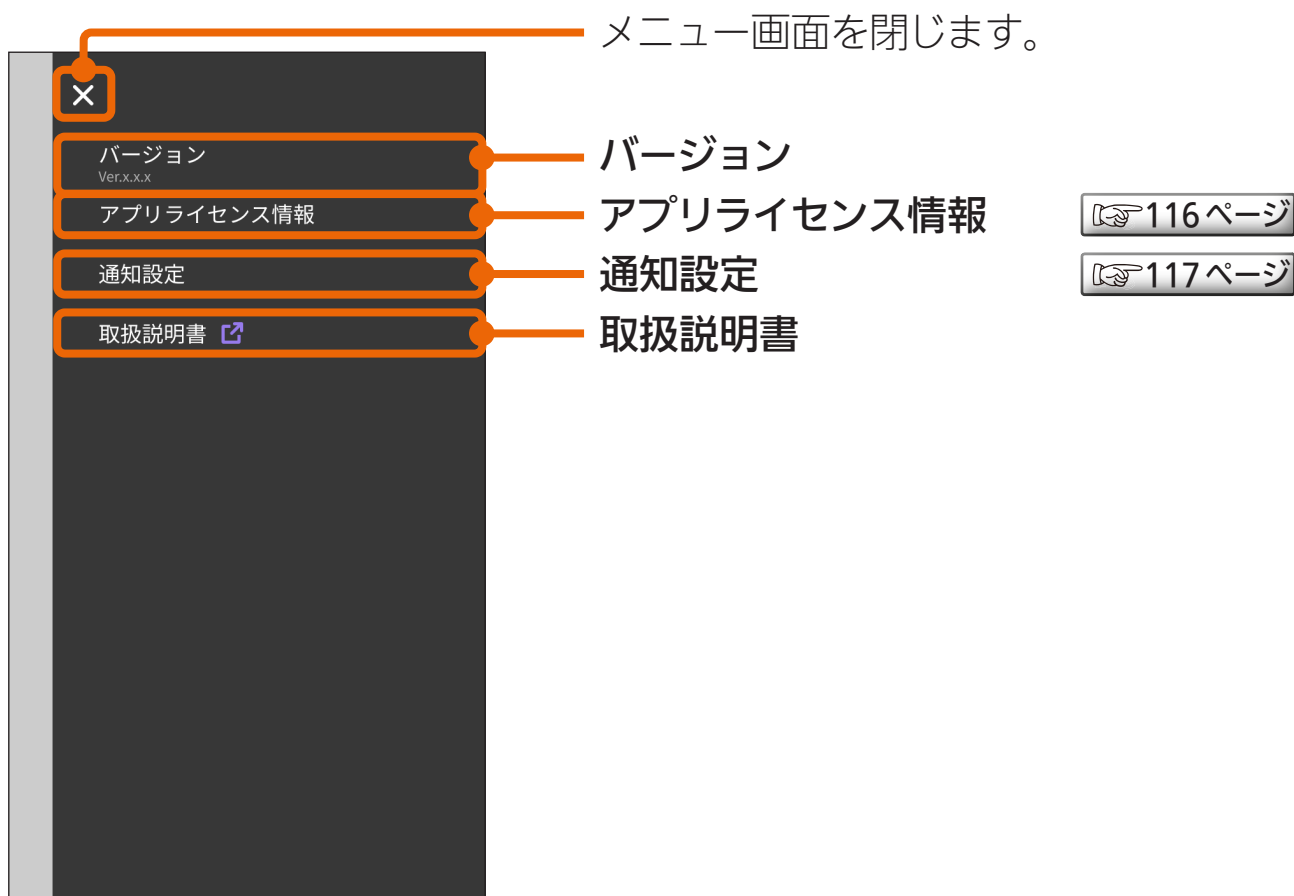
- 設定方法は、以下のURLをご覧ください。
 - ・ iOS の場合
https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/oyasumi_support.html#smartDevicelos
 - ・ Android の場合
https://www.MitsubishiElectric.co.jp/home/mymu/oyasumi_support.html#smartDeviceAndroid

6 章

アプリやユーザーに関する設定を行う

メニュー画面	115
アプリライセンス情報を表示する	116
通知設定の ON (有効) / OFF (無効) を設定する ..	117

メニュー画面は、トップ画面の右上の三ボタンをタップすると表示されます。



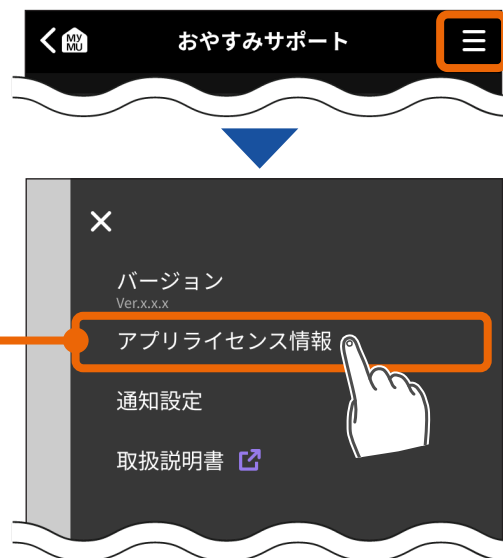
項目	機能
バージョン	おやすみサポートのバージョンが表示されます。
アプリライセンス情報	おやすみサポートのライセンス情報を確認できます。
通知設定	通知設定の ON (有効) / OFF (無効) の設定ができます。
取扱説明書	おやすみサポートの取扱説明書 (本書) の Web ページが表示されます。

お知らせ

- メニュー画面の機能は、トップ画面 (睡眠設定) のおやすみサポートの設定にかかわらず利用や設定ができます。

おやすみサポートのアプリライセンス情報を確認できます。

- 1 トップ画面の三ボタンをタップし、メニュー画面の「アプリライセンス情報」をタップする



- 2 おやすみサポートのアプリライセンス情報が表示されます

- < をタップすると、トップ画面に戻ります。

通知設定をON（有効）にすると、以下のプッシュ通知を受け取ることができます。

通知のタイミング	通知内容
「就寝時刻」の約2時間前	就寝時刻が近づいてきたことやおやすみ自動運転を行うことをお知らせします。
「就寝時刻」の約90分前	就寝前の予冷／予暖を実施する場合は、就寝前の予冷／予暖の運転開始に関する情報をお知らせします。
起動室温や設定温度が更新されたとき	おまかせ温度設定によって冷房／暖房の起動室温や設定温度が更新されたことをお知らせします。

1 トップ画面の三ボタンをタップし、メニュー画面の「通知設定」をタップする



2 のスイッチをタップして、通知設定のON（有効）/OFF（無効）を設定する

 : ON（有効）にします。

 : OFF（無効）にします。

- 初期値は  : ON（有効）です。
- < をタップすると、トップ画面に戻ります。



画面はON（有効）にした場合

お知らせ

- プッシュ通知は、おやすみサポート、おやすみ自動運転、通知設定がすべてON（有効）の場合に発行されます。
- プッシュ通知を受け取るには、スマートフォンの通知設定をON（有効）にする必要があります。設定の詳細は、スマートフォンの取扱説明書をご覧ください。

7章

サポート

お困りのときにご覧いただくサポート情報をご案内いたします。

故障かな？と思ったら・・・・・・・・・・・・・・・・	119
こんなメッセージ画面が表示されたら・・・・・・・・	122
ご相談窓口・修理窓口のご案内 (三菱電機機器のみ)・・・・・・・・・・・・・・・・	126
スマートデバイスや関連アプリに関する お問い合わせ・・・・・・・・・・・・・・・・	127

修理を依頼される前に、次の点を確認してください。

なお、MyMU アプリに登録した機器に不具合がある場合は、使用を中止して据付工事店または販売店へご連絡ください。

MyMU アプリ使用時に「通信に失敗しました」と表示される場合は、機器の再起動により解消される可能性があるため、まずは下記の確認と作業をお願いします。

- スマートフォンがネットワークに接続されているか確認してください
- 機器の主電源が ON になっているか確認してください
エアコンの場合、エアコン専用のブレーカーが落ちていないか、または電源プラグが外れていないか、確認してください。
- ネットワーク機器を再起動してください
ネットワーク機器（ONU、ルーター、HUB 等）をインターネット側から接続順に再起動してください。ネットワーク機器の再起動の都度 10 分程度時間をおいてから通信を確認してください。
- 機器（無線 LAN アダプターを含む）を再起動してください
MyMU アプリのホーム画面で機器に  が表示され、原因が通信異常の場合は、対象機器からネットワーク機器までの機器を順に再起動してください。再起動の方法は各機器の取扱説明書をご確認ください。機器の再起動の都度 10 分程度時間をおいてから MyMU アプリのホーム画面を確認してください。
- エアコンの無線通信が有効（無線通信が入）か確認してください
エアコンの機種によってはリモコンの停止キーの長押しで無線通信が無効になるものがあります。お使いのエアコンの取扱説明書で無線通信の設定方法をご確認ください。

故障かな？	原因・対処方法
MyMU アプリの操作中、画面が次に進まない	● MyMU アプリをいったん終了して、操作を再度やり直してください。

エアコン、無線LANアダプター

故障かな?	原因・対処方法
エアコンの操作ができない	● エアコン付属のリモコンで操作できるか確認してください。 ● 無線LANアダプターにランプがある場合は、点滅パターンを確認してください。点滅パターンについては、MyMUアプリの取扱説明書をご確認ください。 ● 無線LANモジュール内蔵エアコンの場合は、エアコン本体の表示を確認してください。詳細は、エアコンの取扱説明書をご確認ください。 ● 機器やルーターの電源が入っているかなど、通信環境を確認してください。 ● エアコンの遠隔操作設定や無線通信が有効になっているか確認してください。詳細は、エアコンの取扱説明書をご確認ください。
エアコンに運転/停止操作が反映されない	● エアコンのリモコンで「入タイマー」や「切タイマー」を設定していませんか。 リモコンのタイマーを優先するため、操作が反映されないことや、操作内容が変更されることがあります。リモコンで「入タイマー」や「切タイマー」の予約を解除してください。 ● 他のスマートフォンや音声端末でエアコンを操作した直後は、運転開始/停止することができません。次の操作が行えるようになるまで、しばらくの間お待ちください。 ● 停電などが発生した場合、おやすみサポートが正常に動作しない場合があります。おやすみサポートを一度OFFに設定してから、再度ON(有効)にしてください。

※三菱電機機器の「故障かな?と思ったら」については、各機器の取扱説明書をご覧ください。機器の取扱説明書は以下のサイトで閲覧できます。

暮らしと設備の業務支援サイト WIN²K

<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/ldg/wink/ssl/top.do>

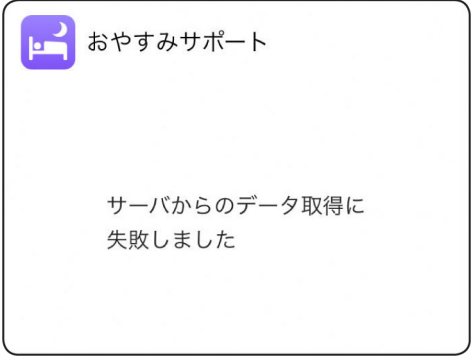
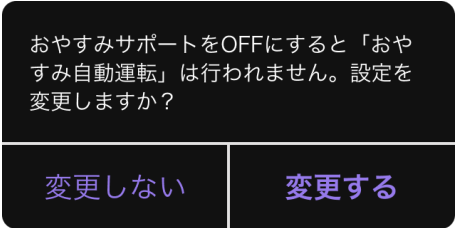
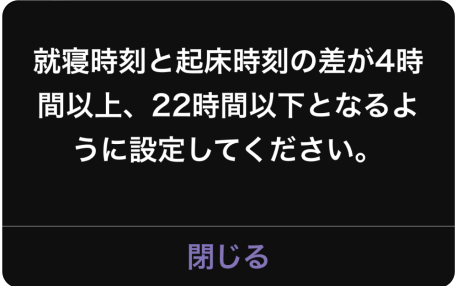
スマートデバイス

故障かな？	原因・対処方法
スマートデバイスから睡眠データが取得できない	● iOS 搭載のスマートフォンの場合は、Apple ヘルスケアへのアクセス権限が許可されているか確認してください。Android 搭載のスマートフォンの場合は、ヘルスコネクトへのアクセス権限が許可されているか、確認してください。 ● スマートデバイスで計測した睡眠データが、Apple ヘルスケア (iOS) またはヘルスコネクト (Android) に同期されていることを確認してください。同期のタイミングによっては、おやすみサポートのトップ画面 (レポート) にすぐ表示されない場合があります。 ● 十分な睡眠時間が取れていない場合、睡眠データが取得できないことがあります。

※スマートデバイス、Apple ヘルスケア、ヘルスコネクトの設定・操作方法や、「故障かな？」と思った場合の対応については、それぞれの取扱説明書やサポート窓口などでご確認ください。

ご使用中に以下のようなメッセージ画面が表示される場合があります。

メッセージ	原因・対処
エラーが発生しました。ログイン画面に戻ります。 閉じる	下記のいずれかを行ってください。 ● 再度ログインしてください。 ● 管理者アカウントで一度おやすみサポートを起動してから、再度ログインしてください。
本画面を表示するための設定が完了できていません。管理者アカウントにて本画面に一度ログインする必要があります。管理者に本画面へのログインを依頼してください。 閉じる	● 管理者アカウントで一度おやすみサポートを起動してから、再度ログインしてください。
エラーが発生しました。MyMUに戻ります。 閉じる	● スマートフォンがインターネットに接続されているかなど、通信環境を確認して、少し時間をおいてから再度操作してください。
通信に失敗しました 閉じる	● スマートフォンがインターネットに接続されているかなど、通信環境を確認して、少し時間をおいてから再度操作してください。 ● 他のスマートフォンや音声端末でエアコンを操作した直後は、運転設定の設定温度を変更できないことがあります。次の操作が行えるようになるまで、しばらくの間お待ちください。
本アプリのデータが更新されました。MyMU画面に戻ります。 閉じる	● おやすみサポートのデータが更新されました。再度おやすみサポートを起動してください。

メッセージ	原因・対処
	● スマートフォンがインターネットに接続されているかなど、通信環境を確認して、少し時間をおいてから再度操作してください。 ● 無線LANアダプターにランプがある場合は、点滅パターンを確認してください。点滅パターンについては、MyMUアプリの取扱説明書をご確認ください。 ● 無線LANモジュール内蔵エアコンの場合は、エアコン本体の表示を確認してください。詳細は、エアコンの取扱説明書をご確認ください。 ● 機器やルーターの電源が入っているかなど、通信環境を確認してください。 ● エアコンの遠隔操作設定や無線通信が有効になっているか確認してください。詳細は、エアコンの取扱説明書をご確認ください。
	● おやすみ自動運転がON（有効）の状態でおやすみ時間内におやすみサポートのスイッチをOFF（無効）にすると表示されます。「変更する」をタップすると、おやすみサポート（とおやすみ自動運転）がOFF（無効）になります。「変更しない」をタップすると、おやすみサポート（とおやすみ自動運転）はOFF（無効）に変更されません。
	● 「就寝時刻」と「起床時刻」の差が4時間未満、または22時間を超える場合に表示されます。「就寝時刻」から「起床時刻」までの間は、4時間～22時間となるように設定してください。

メッセージ	原因・対処
起動室温について 冷房と暖房の起動室温は5℃以上差をつけて設定してください。 【例】 冷房の起動室温を 25.0℃にしたい場合は、暖房の起動室温を20.0℃以下に設定してください。 閉じる	● 暖房の起動室温を設定するとき、冷房の起動室温との温度差が5℃未満の場合に表示されます。 暖房の起動室温は、冷房の起動室温より5℃以上低く設定してください。
設定を完了しました。 おやすみ時間の就寝時刻を過ぎているため、おやすみ自動運転は次回以降に動作します。 閉じる	● 「就寝時刻」を過ぎたあとに、以下の操作を行った場合に表示されます。 ・ おやすみ自動運転をON（有効）に設定したとき ・ おやすみ時間を変更したとき この場合、おやすみ自動運転は設定を変更した当日には動作せず、翌日以降に動作します。
設定を完了しました。 就寝前の予冷/予暖の開始時刻を過ぎているため、就寝前の予冷/予暖は翌日以降に動作します。 閉じる	● 「就寝時刻」の約90分前～「就寝時刻」の間に、以下の操作を行った場合に表示されます。 ・ 就寝前の予冷/予暖がON（有効）のときに、おやすみ自動運転をON（有効）に設定したとき ・ 就寝前の予冷/予暖がON（有効）のときに、おやすみ時間を変更したとき ・ 就寝前の予冷/予暖をON（有効）にしたとき この場合、就寝前の予冷/予暖は設定を変更した当日には動作せず、翌日以降に動作します。

メッセージ	原因・対処
「○○○○○○○○」のダウンロードに失敗しました。 再度ダウンロードしてください。 閉じる	おやすみ音楽のプリセット曲のダウンロードに失敗した場合に表示されます。 再度ダウンロードしてください。  87ページ
音楽の削除に失敗しました。 再度削除ボタンを押してください。 閉じる	おやすみ音楽のプリセット曲の削除に失敗した場合に表示されます。 再度削除してください。  89ページ
ファイルが選択できませんでした。 楽曲を選択する場合は、もう一度ファイルボタンからお試しください。 閉じる	おやすみ音楽のユーザー選択曲を設定する操作で、音楽ファイルを選択しなかった場合や設定に失敗した場合に表示されます。 再度、音楽ファイルを選択し直してください。  90、92ページ
音楽の選択に失敗しました。 再度ダウンロードして、選択しなおしてください。 閉じる	おやすみ音楽のプリセット曲の選択に失敗した場合に表示されます。 再度ダウンロードしたあと、曲を選択し直してください。  87、92ページ
音楽の選択に失敗しました。 再度ファイルを選んで、選択しなおしてください。 閉じる	おやすみ音楽のユーザー選択曲を再生する操作で、音楽ファイルの選択に失敗した場合や選択した音楽ファイルが再生できない場合に表示されます。 再度、音楽ファイルを選択し直してください。  90、92ページ
楽曲ファイルが見つかりませんでした。再度、おやすみ音楽設定画面から設定してください。 閉じる 設定する	トップ画面のおやすみ音楽を再生する操作で、音楽ファイルの選択に失敗した場合や音楽ファイルが再生できない場合に表示されます。 再度、おやすみ音楽として再生する曲を選択し直してください。  87ページ

ご相談窓口・修理窓口のご案内(家電品)

取扱い・修理のご相談は、まず
お買上げの販売店へ

●お買上げの販売店にご依頼できない場合
(転居や贈答品など)は、
各窓口 へお問い合わせください。

■お問合せ窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

三菱電機株式会社は、お客様からご提供いただきました個人情報は、下記のとおり、お取り扱いします。

1. お問い合わせ（ご依頼）いただいた修理・保守・工事および製品のお取り扱いに関連してお客様よりご提供いただいた個人情報は、本目的ならびに製品品質・サービス品質の改善、製品情報のお知らせに利用します。
2. 上記利用目的のために、お問い合わせ（ご依頼）内容の記録を残すことがあります。
3. あらかじめお客様からご了解をいただいている場合および下記の場合を除き、当社以外の第三者に個人情報を提供・開示することはありません。
 - ① 上記利用目的のために、弊社グループ会社・協力会社などに業務委託する場合。
 - ② 法令等の定める規定に基づく場合。
4. 個人情報に関するご相談は、お問合せをいただきました窓口にご連絡ください。

ご相談窓口 家電品の購入相談・取扱い方法

●三菱電機お客さま相談センター

〒154-0001
東京都世田谷区池尻 3-10-3

パソコン・スマートフォン



<https://www.MitsubishiElectric.co.jp/support/>

サポート情報・お問い合わせはこちらから



フリーダイヤル



0120-139-365 (無料)

■受付時間

平日9:00~19:00
土・日・祝・弊社休日は休業

フリーダイヤル

FAX  **0120-365-088** (無料)

フリーダイヤルをご利用いただけない場合は
TEL 03-3414-9655
FAX 03-3413-4049

修理窓口 家電品の修理の問合せ・修理の依頼

●三菱電機修理受付センター

パソコン・スマートフォン



<https://www.melsc.co.jp/support/>

こちらから簡単にアクセスできます。



フリーダイヤル



0120-56-8634 (無料)

■受付時間

365日 8:00~19:00

携帯電話の場合

TEL



0570-01-8634 (有料)

FAX



0570-03-8634 (有料)

●所在地、電話番号などについては変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。

K25A

●電話番号をお確かめのうえ、お間違えのないようにおかけください。

スマートデバイス、Appleヘルスケア、ヘルスコネクトに関するお問い合わせは、それぞれのサポート窓口へご連絡ください。

三菱電機株式会社

IoT・ライフソリューション新事業推進センター
〒617-8550 京都府長岡京市馬場岡所1番地

872C758F10