

CASIO®

P

3197 * JA

取扱説明書

3197

このたびは、弊社製品をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。末長くご愛用いただくために、この説明書をよくお読みいただき、正しくお取り扱いくださいますようお願い申し上げます。

本機を安全に正しくお使いいただくための注意事項「安全上のご注意」を本書に記載しています。本機をご使用になる前に、必ずお読みください。

なお、この説明書は大切に保管し、必要に応じてご覧ください。

● ストップウォッチ	18
● リコール	23
● タイマー	26
● ワールドタイム	29
● アラーム	31

— ご使用前に十分に光を当ててください —

本機は、光で発電した電気を充電しながら使うようになっております。安定してお使いいただくために、本書に従って、光が当たるようにしてお使いください。

(充電時間については、14 ページの「充電の目安」をご参照ください)

安全上のご注意

絵表示について 本書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するため、色々な絵表示をしています。その表示と意味は次のようになっています。

⚠ 危険 この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。

⚠ 警告 この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が想定される内容を示しています。

⚠ 注意 この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う危険が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例



△記号は「気をつけるべきこと」(注意)を意味しています(左の例は感電注意)。



⊘記号は「してはいけないこと」(禁止)を意味しています(左の例は分解禁止)。



●記号は「しなければならないこと」(強制)を意味しています(左の例は電源プラグをコンセントから抜く)。

警告

本機をスキューバダイビング（アクアラング）に使用しないでください。

※本機はダイバースウオッチではありません。誤って使用すると、事故の原因となります。



電池の取り扱いについて

本機で使用しているボタン電池を取り外した場合は、誤ってボタン電池を飲むことがないようにしてください。特に小さなお子様にご注意ください。

電池は小さなお子様の手が届かない所へ置いてください。万一、お子様が飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談してください。

注意

お手入れについて

ケース・バンドは汚れからサビが発生し、衣服の袖口を汚すことがあります。ケース・バンドは常に清潔にご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとサビ易くなります。

注意

かぶれについて

時計の本体およびバンドは、直接肌に接触していますので、使用状態によってはかぶれを起こす恐れがあります。

- ① 金属・皮革に対するアレルギー
 - ② 時計の本体およびバンドの汚れ・サビ・汗等
 - ③ 体調不良等
- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは余裕をもたせてご使用ください。
 - 「抗菌防臭バンド」は汗などによる細菌の繁殖を抑え、においの発生を防ぐもので、皮膚のかぶれを防ぐものではありません。
 - 万一、異常が生じた場合は、ご使用を中止し、医師にご相談ください。

分解しないでください

本機を分解しないでください。ケガをしたり、本機が故障する原因となることがあります。





注意

ご使用にあたって

時計表示の確認は、思わぬ転倒やケガの予防のため、十分に安全が確認された場所で行なってください。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車等の運転中は事故の原因になることがありますので、十分にご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にも十分にご注意ください。

時計着脱の際に、中留で爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。

思わぬケガやアレルギーによるかぶれを防ぐため、就寝時は時計をはずすなど十分にご注意ください。

幼児を抱いたり、接したりする場合は、幼児のケガやアレルギーによるかぶれを防ぐため、時計をはずすなど十分にご注意ください。

目次

安全上のご注意	表紙裏面	リコールモードの使い方	23
十分に光を当ててご使用ください	6	データのサーチ	23
操作のしくみと表示の見方	8	ラップ／スプリットデータのサーチ	24
操作音について	10	計測データのクリアー	25
電源について	11	すべてのデータのクリアー	25
パワーセービング機能について	15	タイマーの使い方	26
ライト点灯について	16	タイマーのセット	26
ボタンを押して点灯させる	16	タイマーの使い方（減算計測のしかた）	28
ライト点灯時間の切替え	16	鳴っている電子音を止めるには	28
ストップウォッチの使い方	18	ワールドタイムの使い方	29
ラップタイムとスプリットタイム	19	都市のサーチ	29
計測のしかた	20	サマータイム（DST）について	30
メモリーについて	21	サマータイムの ON / OFF 設定	30
		都市コード一覧表	30
		アラーム・時報の使い方	31
		アラームについて	31
		アラーム時刻のセット	31
		アラーム・時報の ON / OFF 設定	33
		鳴っている電子音を止めるには	33
		モニターアラーム	33

ホームタイムデータ (時刻・カレンダーなど) の合わせ方 **34**

セットのしかた34

製品仕様38

ご使用上の注意42

お手入れについて45

本製品で使用している電池について46

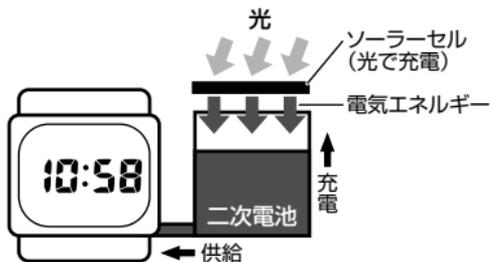
金属バンドの駒詰めについて46

十分に光を当ててご使用ください

本機は、光で発電した電気を充電しながら使うようになっております。
安定してお使いいただくためには、本機のソーラーセルに光が当たるようにしてお使いください。

●光が当たっているときと当たらないとき

〈光が当たっているとき〉



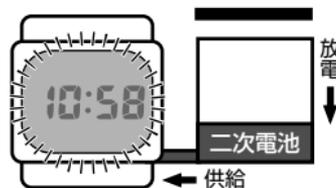
〈光が当たっていないとき〉



時計は光が当たらないときでも常に動いていますので、このままでは二次電池の容量が減って機能が使えなくなります。

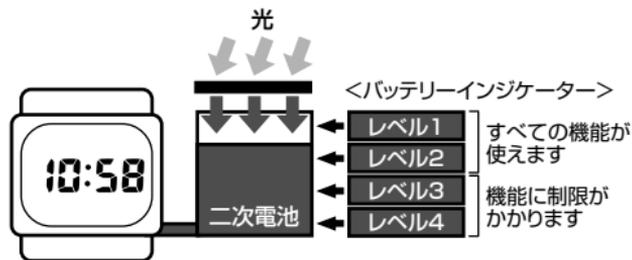
●ライト（表示用照明）をたくさん使うと

ライトを多用すると二次電池の容量は早く減ります。



●時計に光が当たるようにしましょう

- 電池容量を示すバッテリーインジケータがレベル3になると機能に制限がかかりますので、レベル1、レベル2を保つように光を当ててください。

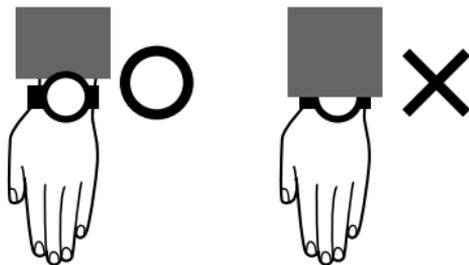


- 腕から外したときは表示面（ソーラーセル）を明るい方に向けて置くなどして、充電を心掛けてください。



蛍光灯下や窓際などの光が当たる所に置いてください。

- 腕に付けているときはなるべく袖が表示面（ソーラーセル）にかからないように使用してください。



一部でも袖に隠れていると、充電効率が著しく低下します。

操作のしくみと表示の見方

時刻モード



ストップウォッチモード

99 時間 59 分 59 秒まで計測できます。
日付・時刻と、ラップ/スプリットタイムをメモリーします。

モード名—STW←



● デモモードについて

時刻モードで © ボタンを 3 秒以上押し続けると、デモモードになり、時刻 / ストップウォッチ / ワールドタイムの各表示例を 5 秒間隔で繰り返します。

- デモモードを解除するにはいずれかのボタンを押します。

- © ボタンを押すと確認音が鳴り、ストップウォッチモード/リコールモード/タイマーモード/ワールドタイムモード/アラームモードに切り替わります。

リコールモード

ストップウォッチモードでメモリーしたデータを呼び出します。

モード名—REC

P-23

タイマーモード

二つのタイマーが交互に計測されます。各タイマーは5秒単位で99分55秒まで、計測回数は10回までセットできます。

モード名—TMR

P-26

アラームモード

アラーム時刻のセットや時報のON/OFFができます。

モード名—ALM

P-31

ワールドタイムモード

世界48都市31タイムゾーンの時刻を知ることができます。

モード名—WT

P-29

操作音について

モード切替え時などに鳴る操作音の ON / OFF を切り替えることができます。

※ 操作音を OFF にしているときは、MUTE マークが点灯します。

※ 操作音が OFF でも、アラーム、時報などの報音は鳴ります。



● 操作音の ON / OFF 設定

1. セット状態にする

時刻モードのとき、

① ボタンを約2秒間押し続けます

→ 都市コードが点滅します。

※ セット状態で2～3分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。



2. 「操作音設定」にする

② ボタンを9回押します

→ “MUTE” または “KEY ♪” が点滅します。



3. ON / OFF を切り替える

③ ボタンを押します

→ ③ ボタンを押すごとに操作音の ON / OFF が切り替わります。

操作音 ON



4. セットを終わる

④ ボタンを押します

→ 点滅が止まり、セット完了です。

電源について

本機はソーラーセルで発電し、二次電池に充電しながら使うようになっております。

光が当たりにくい場所での保管および使用、長袖で本機が隠れたままの使用が長時間続きますと、二次電池が消耗して表示しなくなることがあります。

安定してご使用いただくために、なるべく光が当たるようにしてお使いください。

● バッテリーインジケーター (HIGH (H)、MID (M)、LOW (L)) が点滅している場合

ライトやアラームなどを短時間に連続して使用し、電池に大きな負担がかかった場合、バッテリーインジケーターが点滅して、一時的に以下の操作ができなくなります。

- ライトの点灯
- アラーム・時報などの報音

バッテリーインジケーター

この場合は、時間がたてば電池電圧が復帰し、使用できるようになります。



● バッテリーインジケーターの見方

レベル 1		すべての機能が使用可能
レベル 2		すべての機能が使用可能
レベル 3	 <p>※ LOW マークと LOW 表示が点滅</p>	ライト点灯不可、 アラーム・時報などの報音不可
レベル 4	 <p>※ チャージインジケーターが点滅</p>	液晶表示不可、ライト点灯不可、 アラーム・時報などの報音不可
レベル 5		時計機能停止（時計発振不可）

※ 直射日光下などの強い光で充電した場合、バッテリーインジケーターが一時的に実際の電池容量より高いレベルを表示することがあります。レベルは充電後しばらくしてから確認してください。

※ レベル 5 になっても再度充電を行なうことで使用できます。

※ レベル 5 から充電したときは、レベル 4 になると表示が点灯し、チャージインジケータが点滅します。ただし、この状態では機能が使用できませんので、レベル 2 またはレベル 1 になるまで十分に光を当ててから、ご使用ください。

※ レベル 5 になるとホームタイム都市がリセットされ TYO に戻ります。TYO 以外のホームタイム都市を設定していた場合は再度、設定し直してください。

●充電必要サイン

レベル3、レベル4の状態は、電池残量が極端に少なくなっています。このときは、本機を光に当てて、十分に充電を行なってください。

また、頻繁にバッテリーインジケータが点滅する場合も電池残量が少なくなっていますので光を当てて充電してください。

●充電時のご注意

以下のような高温下での充電はお避けください。

- 炎天下に駐車中の車のダッシュボード
- 白熱ランプなどの発熱体に極端に近い所
- 直射日光が長く当たって、高温になる所

なお、極端な高温下では液晶パネルが黒くなることがありますが、温度が下がれば正常に戻ります。

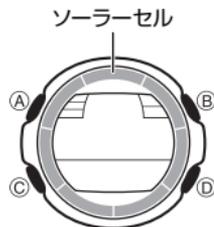


充電の際、光源の条件によっては時計本体が極端に高温になることがありますので、やけどなどをしないようご注意ください。

●充電のしかた

本機のソーラーセル部を光源に向けます。

※ ソーラーセルの一部が隠れていると充電効率下がりますので、ご注意ください。



※ イラストは樹脂バンドの場合です。

●充電の目安

- 1日、安定した状態で時計を使用するために必要な充電時間

※ 下記の条件で使用した場合

- ライト：1.5 秒間／日
- アラーム報音：10 秒間／日
- 表示点灯：18 時間／日

※ こまめに充電を行えば、安定してご使用いただけます。

環境（照度）	充電時間
晴れた日の屋外など (50,000ルクス)	約 5 分
晴れた日の窓際など (10,000ルクス)	約 24 分
曇り日の窓際など (5,000ルクス)	約 48 分
蛍光灯下の室内など (500ルクス)	約 8 時間

●各レベルに回復するための充電時間

環境（照度）	充電時間		
	レベル5→レベル4	レベル3→レベル2	レベル2→レベル1
晴れた日の屋外など (50,000ルクス)	約 3 時間	約 26 時間	約 7 時間
晴れた日の窓際など (10,000ルクス)	約 10 時間	約 127 時間	約 34 時間
曇り日の窓際など (5,000ルクス)	約 19 時間	約 259 時間	約 70 時間
蛍光灯下の室内など (500ルクス)	約 226 時間	---	---

※ この充電時間は目安のため、実際の環境下においては充電時間が異なる場合があります。

パワーセービング機能について

パワーセービング機能とは、暗いところに放置すると自動的に液晶表示を消してスリープ状態にし、節電する機能です。本機は工場出荷時に「パワーセービング機能」を ON に設定してあります。

※ 時計が袖などで隠れている場合でも、表示が消えることがあります。

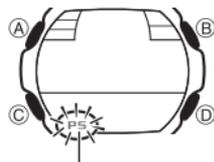
●スリープ状態になるには

●表示スリープ

午後 10 時～午前 6 時の間、暗いところで本機を約 1 時間放置します。

※ タイマーモード、ストップウォッチモードのときは、スリープ状態になりません。

⇒液晶表示が消え、パワーセービングマークが点滅します。
アラーム、時報などの報音は鳴ります。



パワーセービングマーク

●機能スリープ

表示スリープのまま暗いところで 6～7 日間経過しません。

⇒パワーセービングマークが点滅から点灯にかかります。
アラーム、時報などの報音も鳴りません。

※ 時計機能は正常に作動しています。

●スリープ状態を解除するには

● 本機を明るいところに置く

● 本機のいずれかのボタンを押す

※ 本機を明るいところに出した場合は、表示が点灯するまでに最大 2 秒かかる場合があります。

●パワーセービング機能の ON / OFF

パワーセービング機能を働かせなくするには 34 ページをご覧ください。パワーセービング機能を OFF にしてください。

机の中などに長期間しまっておくときは、パワーセービング機能を ON にしておけば、節電効果があります。

ライト点灯について

暗い場所で表示を見たいときは、ボタンを押してライトを点灯させることができます。

■ ボタンを押して点灯させる

～手動点灯～

セット中（表示点滅）以外、どのモードのときでも、

② ボタンを押します

⇒ ② ボタンを押すとライトが点灯します。

※ 点灯時間は約 1.5 秒間と約 3 秒間のいずれかを選ぶことができます（右記参照）。



〈ライト点灯についてのご注意〉

- 直射日光下では点灯が見えにくくなります。
- 点灯中にアラームなどが鳴り出すと点灯を中断します。

■ ライト点灯時間の切替え

1. セット状態にする

時刻モードのとき、

① ボタンを約 2 秒間押し続けます

⇒ 都市コードが点滅します。

※ セット状態で 2～3 分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。

2. 「ライトの点灯時間設定」にする

③ ボタンを 10 回押します

⇒ "LT1"（1 は点滅）または "LT3"（3 は点滅）が表示されます。



3. 点灯時間を切り替える

④ ボタンを押します

⇒ ④ ボタンを押すことにライトの点灯時間が切り替わります。



4. セットを終わる

① ボタンを押します

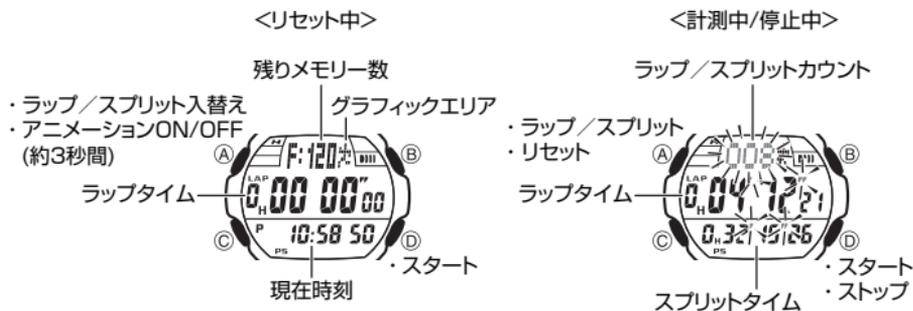
⇒ 点滅が止まり、セット完了です。

ストップウォッチの使い方

8 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
◎ ボタンを押し、ストップウォッチモードに切り替えます。

ストップウォッチは、計測を行なうと、スタートした日付・時刻と、計測結果(ラップ/スプリットタイム)をメモリーします。

- ストップウォッチ 計測単位 = 1/100 秒 (10 時間以上は 1 秒)
計測範囲 = 99 時間 59 分 59 秒
- ラップ/スプリットカウント カウント範囲 = 999



※ 中段と下段のラップタイムとスプリットタイムの表示位置は、リセット中に (A) ボタンを押すと入れ替えることができます。

※ 計測中はグラフィックエリアにアニメーションが表示されます。リセット中に (A) ボタンを押し続けるとアニメーション表示の ON と OFF が切り替わります。

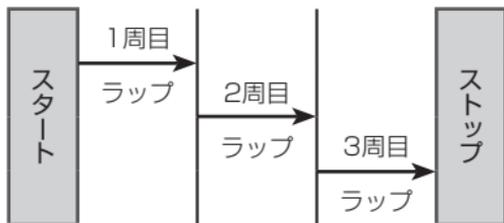


■ ラップタイムとスプリットタイム

ラップタイムは任意の区間（周回競技では1周分）を進むのに要する時間のことで、スプリットタイムはスタート地点から任意の地点までの経過時間のことです。

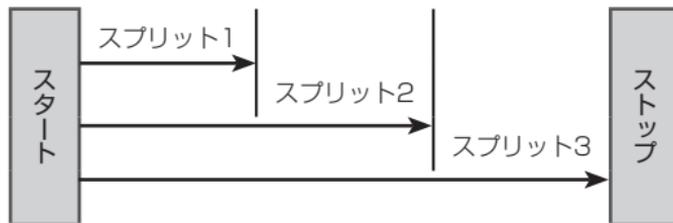
● ラップタイム例

陸上、モータースポーツなどの周回競技での1周あたりのタイム



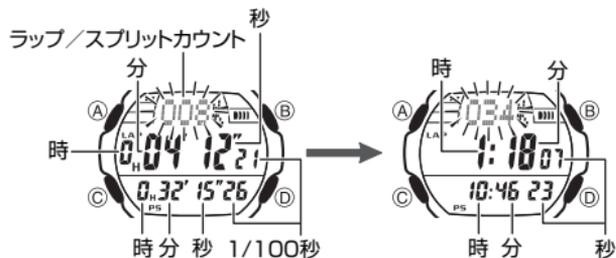
● スプリットタイム例

マラソンの10km地点まで走ったときのタイム



● タイムレンジ切り替え

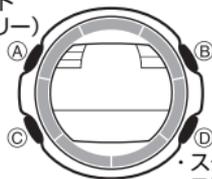
計測時間が10時間を超えると、計測単位が1/100秒単位から秒単位に変わります。



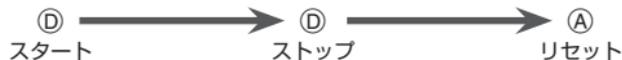
■ 計測のしかた

● 通常計測

・リセット
(メモリー)



・スタート
・ストップ



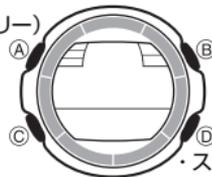
計測がストップしているときに **A** ボタンを押すと計測がリセットされ、同時に計測結果がメモリーされます。

積算計測 …ロスタイムのある場合は、ストップ後リセットせずに **D** ボタンを押して再スタートすれば、表示タイムに引き続き計測を始めます。

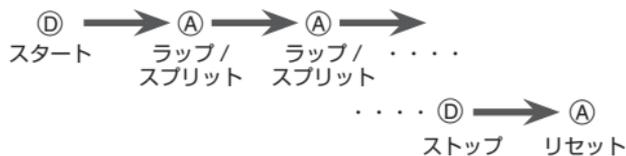
● ラップ／スプリットタイム計測

・ラップ／スプリット
(メモリー)

・リセット(メモリー)



・スタート
・ストップ



※ ラップ／スプリット表示は約 8 秒後に自動的に解除されます。

■メモリーについて

メモリーは 121 本あり、スタートした日付・時刻と、ラップ/スプリットタイムをメモリーします。

- 日付・時刻は、計測 1 回(スタートしてからリセットするまで)ごとに、1 本メモリーを使います。
- ラップ/スプリットタイムは計測ごとに、1 本メモリーを使います。

例 1) 計測(スタートしてからリセットするまで)を 1 回した場合

日付・時刻+ラップ 120 本= 121 本

例 2) 複数の計測をした場合

(計測 1) 日付・時刻+ラップ 60 本= 61 本

(計測 2) 日付・時刻+ラップ 59 本= 60 本 合計 121 本

※メモリーしたデータはリコールモードで呼び出します(23 ページ参照)。

●メモリータイミング

ボタンを押したときに計測したデータは次のようにメモリーされます。

リセット状態のときに ⓓ ボタンを押してスタートする。	新しい記録を開始し、日付と時刻をメモリーします。
ⓓ ボタンを押してストップする。	計測を停止します。ただしメモリーはしません。
ⓓ ボタンを押して再スタートする。	計測を再開します。ただしメモリーはしません。
Ⓐ ボタンを押してラップ/スプリットタイムを計測する。	ラップ/スプリットタイムをメモリーします。
Ⓐ ボタンを押してリセットする。	最後のラップ/スプリットタイムをメモリーします。

●メモリー容量をオーバーしたときは

メモリー容量をオーバーしたときは、古いデータを自動的にクリアーして、新たな計測結果をメモリーします。

例 1) 計測結果が 1 つだけの場合

もっとも古いラップ/スプリットデータをクリアーします。

例 2) 複数の日付・時刻の計測結果がある場合

もっとも古い日付・時刻の計測結果をまとめてクリアーします。

※任意のメモリーをクリアーするときは、25 ページをご覧ください。

リコールモードの使い方

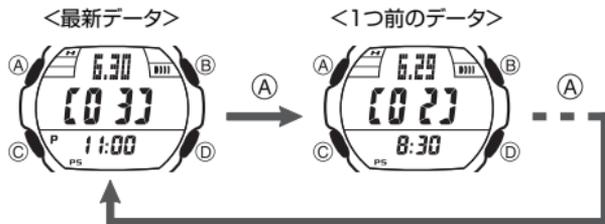
メモリーしたデータはリコールモードで呼び出します。
リコールモードに切り替えると、最新計測 No. のタイトルが表示されます。



8 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
◎ ボタンを押し、リコールモードに切り替えます。

■ データのサーチ

リコールモードで (A) ボタンを押すごとに、計測 No. の新しい順にタイトルを表示します。

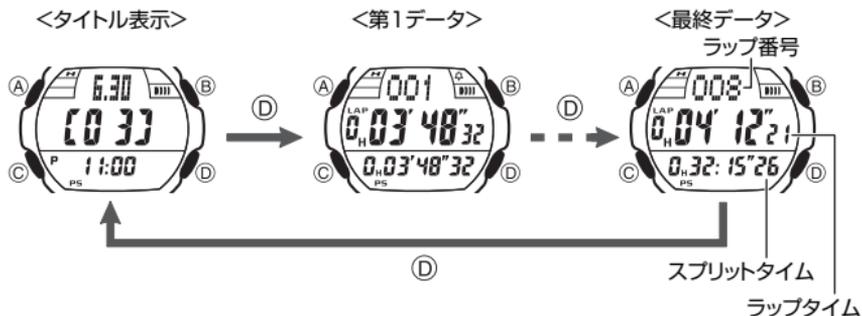


■ ラップ／スプリットデータのサーチ

タイトル表示で **(D)** ボタンを押すごとに、ラップ／スプリットタイムを表示します。

※ 押し続けると早送りができます。

※ 中段と下段のラップ／スプリット表示は、ストップウォッチモードでの設定と同じになります。



● ベストラップ表示

ラップタイムがベストラップのときは、ラップ番号と "BEST" マークを交互に表示します。

※ メモリーオーバーによりベストラップがクリアされたときは、ベストラップ表示は行ないません。



■ 計測データのクリアー

1. クリアーしたいデータを探す

Ⓐ ボタンまたは Ⓓ ボタンを押します

⇒ タイトルまたは、その中のデータを表示させます。

※ Ⓓ ボタンは押し続けると早送りができます。



2. クリアーする

Ⓑ ボタンを押しながら
Ⓓ ボタンを押し続け、
確認音を1回鳴らします

⇒ "CLR" が約2秒間点滅し、1回確認音が鳴り、その一連のデータがクリアーされます。

※ 計測中のデータはクリアーできません。



■ すべてのデータのクリアー

1. クリアーする

Ⓑ ボタンを押しながら
Ⓓ ボタンを押し続け、
確認音を2回鳴らします

⇒ "CLR" が約2秒間点滅し、1回確認音が鳴り、データが1件クリアーされます。さらに押し続けると、"ALL" が約3秒間点滅し、もう一度確認音が鳴りすべてのデータがクリアーされます。

※ 計測中はクリアーできません。



タイマーの使い方

8 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
◎ ボタンを押し、タイマーモードに切り替えます。

タイマーは二つのタイマーで構成されており、計測時間をそれぞれセットします。二つのタイマーは交互に計測され、あらかじめセットした回数だけ計測して終了します。タイマーは二つとも 5 秒単位で 99 分 55 秒まで、計測回数は 10 回までセットできます。タイマーは二つとも、セットした時間が経過すると確認のため短い電子音が鳴ります。また、全てが終了すると 5 秒間の電子音が鳴ります。

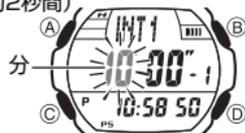
■ タイマーのセット

1. セット状態にする

タイマーモード（リセット状態）のとき、

◎ ボタンを約 2 秒間
押し続けます

(約2秒間)

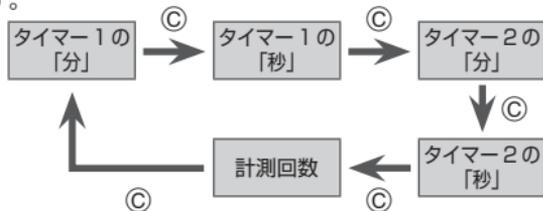


→ タイマー 1 の「分」が
点滅します。

※ セット状態で 2～3 分間何も操作を行なわないと、
自動的にセット状態が解除されます。

◎ ボタンを押すごとに以下の順で点滅箇所が移動し、設定
できます。

◎ ボタンを押すとリセット状態に戻り、計測を始められ
ます。



2. タイマー 1 の「分」をセットする

◎ または ◎ ボタンを押
します



→ ◎ ボタンを押すごとに点
滅箇所の数字が進み、◎
ボタンを押すごとに戻りま
す。

※ それぞれ押し続けると早送りします。

※ タイマー 1 を使用しないときは「00'00"」とセッ
トしてください。

3. タイマー 1 の「秒」をセットする

◎ ボタンを押します

⇒「秒」が点滅します。

※「秒」も「分」と同様に ① または ② ボタンでセットします。「秒」は 5 秒単位でセットできます。



5. タイマー 2 の「秒」をセットする

◎ ボタンを押します

⇒「秒」が点滅します。

※「秒」も「分」と同様に ① または ② ボタンでセットします。「秒」は 5 秒単位でセットできます。



4. タイマー 2 の「分」をセットする

◎ ボタンを押します

⇒「分」が点滅します。

※タイマー 1 と同様に ① または ② ボタンでセットします。

※タイマー 2 を使用しないときは「00'00"」とセットしてください。



6. 計測回数をセットする

◎ ボタンを押します

⇒「回数」が点滅します。

※同様に ① または ② ボタンでセットします。



7. セットを終わる

◎ ボタンを押します

⇒点滅が止まり、セット完了です。

■ タイマーの使い方(減算計測のしかた)

タイマーモードのとき、

④ ボタンを押します

→ ④ ボタンを押すごとに、計測がスタート/ストップします。
1秒単位で計測を行ないます。



設定した計測回数が終わるとタイムアップし5秒間報音します。

- タイマー1とタイマー2は交互に計測されます。切り替わるときに短い電子音が鳴ります。
- タイマー1・2のうち「00'00"」が設定されている方は計測されません。両方とも「00'00"」が設定されているとタイマー計測が始まりません。
- 計測停止中に①ボタンを押すと、計測前の表示に戻ります(リセット)。
- ④ボタンで停止した後、もう一度④ボタンを押すと表示タイムから計測を続けます。
- 計測中に別のモードに変えても計測は継続しています、また電子音も鳴ります。

■ 鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押すと音が止まります。

ワールドタイムの使い方

ワールドタイムモードでは、世界 48 都市 (31 タイムゾーン) の時刻を知ることができます。

- ※ ワールドタイムモードに切り替えると、前回このモードで最後に見た都市の時刻を表示します。
- ※ ワールドタイムの「秒」は基本時刻の「秒」に連動しています。
- ※ ホームタイム (基本時刻) を 24 時間制にしているときは、ワールドタイムも 24 時間制で表示されます。

■ ご注意 ■

ワールドタイムが合っていないときは、時刻モードの時刻およびホームタイム都市設定を確認し、違っているときは正しくセットしてください。

* セットについては 34 ページ参照。

8 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
◎ ボタンを押し、ワールドタイムモードに切り替えます。

■ 都市のサーチ

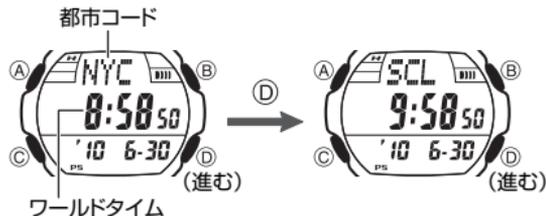
ワールドタイムモードのとき、

◎ ボタンを押します

→ ◎ ボタンを押すごとに都市コードが進みます。

※ 押し続けると早送りします。

※ 都市コードを UTC (時差 0) にしたいときは、◎ ボタンと ◎ ボタンを同時に押します。



■ サマータイム (DST) について

サマータイムとは DST (Daylight Saving Time) とも言い、通常の時刻から 1 時間進める夏時間制度のことです。サマータイムの採用時期は国や地域により異なりますし、採用していないところもありますのでご注意ください。

■ サマータイムの ON / OFF 設定

準備：ワールドタイムモードのとき、**Ⓐ** ボタンを押して、設定したい都市を選びます。

Ⓐ ボタンを約 2 秒間押し続けます



→ **Ⓐ** ボタンを約 2 秒間押し続けるごとにサマータイムの ON / OFF が切り替わります。

- ※ サマータイムが ON のときは、DST マークが点灯して、通常の時刻より 1 時間進みます。
- ※ 各都市ごとにサマータイムを設定することができます。ただし、“UTC” 表示のときはサマータイムの設定はできません。
- ※ ホームタイムで設定している都市をサマータイム ON にしたときは、ホームタイム（基本時刻）もサマータイム ON になります。

■ 都市コード一覧表

コード	時差	都市名	コード	時差	都市名
UTC	0	<協定世界時>	TPE	+8	台北
LIS	0	リスボン	SEL	+9	ソウル
LON	0	ロンドン	TYO	+9	東京
MAD	+1	マドリード	ADL	+9.5	アデレード
PAR	+1	パリ	GUM	+10	グアム
ROM	+1	ローマ	SYD	+10	シドニー
BER	+1	ベルリン	NOU	+11	ヌーメア
STO	+1	ストックホルム	WLG	+12	ウェリントン
ATH	+2	アテネ	PPG	-11	パゴパゴ
CAI	+2	カイロ	HNL	-10	ホノルル
JRS	+2	エルサレム	ANC	-9	アンカレジ
MOW	+3	モスクワ	YVR	-8	バンクーバー
JED	+3	ジェッダ	LAX	-8	ロサンゼルス
THR	+3.5	テヘラン	YEA	-7	エドモントン
DXB	+4	ドバイ	DEN	-7	デンバー
KBL	+4.5	カブール	MEX	-6	メキシコシティ
KHI	+5	カラチ	CHI	-6	シカゴ
DEL	+5.5	デリー	NYC	-5	ニューヨーク
KTM	+5.75	カトマンズ	SCL	-4	サンティアゴ
DAC	+6	ダッカ	YHZ	-4	ハリファックス
RGN	+6.5	ヤンゴン	YYT	-3.5	セントジョンズ
BKK	+7	バンコク	RIO	-3	リオデジャネイロ
SIN	+8	シンガポール	FEN	-2	フェルナンド・デ・ノロニャ
HKG	+8	香港	RAI	-1	プライア
BJS	+8	北京			

- ※ この表は 2009 年 12 月現在作成のものです。
- ※ この表の時差は協定世界時 (UTC) を基準としたものです。
- ※ 各国の時差やサマータイムは、その国の都合により変更になることがあります。

アラーム・時報の使い方

8 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい
◎ ボタンを押し、アラームモードに切り替えます。

■ アラームについて

● 通常アラーム (AL1 ~ AL4)

設定した時刻になると 10 秒間の電子音が鳴ります。

● スヌーズアラーム (SNZ)

設定した時刻になると 10 秒間の電子音が鳴り、5 分おきに合計 7 回報音を繰り返します。
なお、ボタンを押して音を止めても再び鳴り出します。

● 時報 (SIG)

毎正時 (00 分) に時報を鳴らすこともできます。

■ アラーム時刻のセット

1. アラームを選ぶ

アラームモードのとき、

◎ ボタンを押します

→ ◎ ボタンを押すごとに以下の順で表示が切り替わりますので、設定したいアラームを選びます。

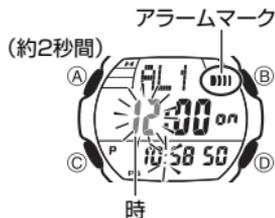
※ アラームモードに切り替えた直後は、前回このモードで最後に表示していたアラームを表示します。



2. セット状態にする

Ⓐ ボタンを約2秒間押し続けます

- ⇒「時」が点滅します。
- ※アラームマークが点灯して、自動的にアラームがONになります。
 - ※セット状態で2～3分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。



3. 「時」をセットする

Ⓓ または Ⓑ ボタンを押します

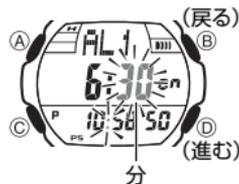
- ⇒ Ⓓ ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。
- ※それぞれ押し続けると早送りします。
 - ※「時」のセットのとき午前/午後 (P) または 24 時間制にご注意ください。
 - ※基本時刻を 24 時間制にしているときは、アラーム時刻も 24 時間制で表示されます。



4. 「分」をセットする

Ⓒ ボタンを押します

- ⇒「分」が点滅します。
「分」も「時」と同様に Ⓒ または Ⓑ ボタンでセットします。



5. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

- ⇒点滅が止まり、セット完了です。

■ アラーム・時報の ON / OFF 設定

準備：アラームモードのとき、**Ⓐ** ボタンを押して、鳴らしたいアラームを選びます。また、時報を鳴らしたいときは時報表示を選びます。

Ⓐ ボタンを押します

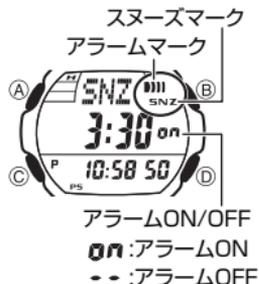
⇒ **Ⓐ** ボタンを押すごとにアラームまたは時報の ON / OFF が切り替わります。

※ on (ON) を選ぶと、アラームが鳴るように設定され、アラームマークが点灯します。

- スヌーズアラームは、アラームマークとスヌーズマークが点灯します。
- 時報は、時報マークが点灯します。

各アラームマークは、他のモードに切り替えても点灯したままになり、アラームが鳴る設定になっていることを教えてくれます。

<スヌーズアラーム表示>



<時報表示>



■ 鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押すと音が止まります。

■ モニターアラーム

アラームモードのとき、**Ⓐ** ボタンを押し続けると、押し続けている間、アラーム音が鳴ります。

ホームタイムデータ（時刻・カレンダーなど）の合わせ方

ホームタイムデータのセットとは、お使いになる地域（都市）や時刻・カレンダー等を合わせることです。

※ ホームタイムデータのセットや修正は時刻モードで行ないます。

※ パワーセービング機能の ON / OFF 設定も以下の操作で行ないます。

■ セットのしかた

1. セット状態にする

時刻モードのとき、

**Ⓐ ボタンを約2秒間
押し続けます**

⇒ 都市コードが点滅し
ます。

※ セット状態で2～3分
間何も操作を行なわ
ないと、自動的にセット
状態が解除されます。



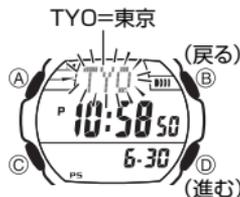
2. ホームタイム都市を選ぶ

**Ⓓ または Ⓑ ボタンを押
します**

⇒ Ⓓ ボタンを押すごとに都
市コードが進み、Ⓑ ボタ
ンを押すごとに戻ります。
本機をお使いになる地域
（都市）を選びます。

* 30 ページ「都市コード一覧表」参照。

※ Ⓓ・Ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りします。



3. 「サマータイム設定」にする

Ⓒ ボタンを押します

⇒ サマータイムの切り替えに
なります。



4. サマータイムを切り替える

ⓐ ボタンを押します

⇒ ⓐ ボタンを押すごとにサマータイムの設定が切り替わります。

● OFF

サマータイムは OFF になります (通常時間)。

● ON

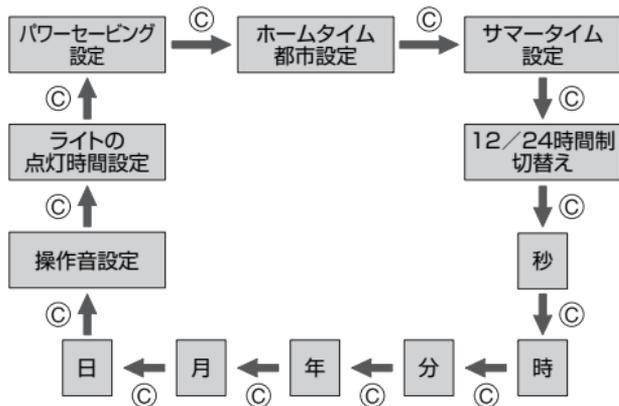
サマータイムは ON になります (夏時間)。

※ セット完了後、DST マークが点灯して、通常の時刻より 1 時間進みます。

5. セット箇所を選ぶ

ⓐ ボタンを押します

⇒ ⓐ ボタンを押すごとに以下の順で点滅箇所が移動しますので、設定したい箇所を点滅させます。



6. 点滅箇所のセット

ⓑ または ⓓ ボタンを押します

⇒ ⓑ または ⓓ ボタンで点滅箇所をセットします。

a. 「12 / 24 時間制切替え」 のとき

① ボタンを押すごとに 12 時間制表示 "12H" と 24 時間制表示 "24H" が切り替わります。



d. 「操作音設定」 のとき

① ボタンを押すごとに、モード切替え時などに鳴る操作音の ON / OFF が切り替わります。



b. 「秒」 セットのとき

① ボタンを押すと「00 秒」からスタートします。

※ 秒が 00 ~ 29 のときは切り捨てられ、30 ~ 59 のときは 1 分繰り上がって「00 秒」になります (時報は「時報サービス 117 番」が便利です)。



e. 「ライト点灯時間設定」 のとき

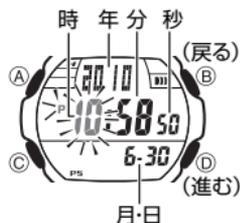
① ボタンを押すごとにライトの点灯時間が切り替わります。



c. 「時」「分」「年」「月」「日」 セットのとき

① ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進み、② ボタンを押すごとに戻ります。

※ ①・② ボタンとも、押し続けると早送りができます。



f. 「パワーセービング設定」のとき

Ⓓ ボタンを押すごとにパワーセービング機能の ON / OFF が切り替わります。

※ パワーセービング機能を On にすると、パワーセービングマークが点灯します。



Ⓒ ボタンを押して点滅箇所を移動させ、Ⓓ または Ⓑ ボタンを押してセットする操作を繰り返して、時刻・カレンダーを合わせます。

※ 「時」のセットのとき午前／午後 (P)、または 24 時間制にご注意ください。

※ 「年」は 2000 年～ 2099 年の範囲内でセットできます。正しくセットすると、自動的に曜日が算出されます。

※ カレンダーはうるう年および大の月、小の月を自動判別するフルオートカレンダーです。

7. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

⇒ 点滅が止まり、セット完了です。

製品仕様

水晶発振周波数：32,768Hz

精 度：平均月差± 30 秒以内

基 本 機 能：時・分・秒、
午前／午後 (P) / 24 時間制表示
曜日・年・月・日、フルオートカレン
ダー (2000～2099 年)

ストップウォッチ / リコール機能：計測単位 = 1/100 秒
(10 時間以上は 1 秒)
計測範囲 = 99 時間 59 分 59 秒
(100 時間計)
データメモリー機能 (121 本)
ラップ / スプリットカウント = 999

タイマー機能：タイマー数 = 2 (1 組)
セット単位 = 5 秒
計測範囲 = 99 分 55 秒
計測単位 = 1 秒
計測回数 = 1 ~ 10 回
タイムアップを 5 秒間の電子音で報知

ワールドタイム機能：世界 48 都市 (31 タイムゾーン) の時刻を表示、サマータイム設定機能

アラーム機能：時刻アラーム
アラーム数 = 5 本 (内スヌーズ 1 本)
セット単位 = 時・分
電子音 = 10 秒間
時報 毎正時に 2 回電子音で報知

そ の 他：自動復帰機能、12/24 時間制表示切替え、LED ライト、ライト点灯時間切替え、モニターアラーム、パワーセービング機能、バッテリーインジケータ表示、操作音 ON/OFF 設定

主要回路素子：音叉型高性能水晶振動子、ワンチップ CMOS-LSI

使用電池：二次電池

持続時間：約 13 ヶ月

(ライト 1.5 秒間 / 日、電子音 10 秒間 / 日、表示点灯 18 時間 / 日)

※ ライトを頻繁に使用すると、電池の持続時間が短くなります。

memo





ご使用上の注意

■ 防水性

- 防水時計は時計の表面または裏蓋に「WATER RESIST」「WATER RESISTANT」と表示されているもので、次のように分類されます。

表示	時計の表面または裏蓋に表記	日常生活用	日常生活用強化防水		
		防水	5気圧防水	10気圧防水	20気圧防水
	「BAR」表記無し		5BAR	10BAR	20BAR
使用例	洗顔、雨	○	○	○	○
	水仕事、水泳	×	○	○	○
	ウインドサーフィン	×	×	○	○
	スキューバダイビング(素潜り)	×	×	○	○

- 専門的な潜水=スキューバダイビング(空気ボンベ使用)でのご使用はお避けください。
- 時計の表面または裏蓋に WATER RESIST または WATER RESISTANT と表示されていないものは防汗構造になっておりませんので、多量の汗を発する場合、もしくは湿気の多い場所でのご使用や直接水に触れるようなご使用はお避けください。
- 防水構造の機種でも水中や、水分のついたまま、りゅうずやボタンの操作をしないでください。
- 防水構造の機種でも、時計をつけたままの入浴、洗剤等(石鹸・シャンプーなど)のご使用をお避けください。防水性能を低下させる原因となります。
- 海水に浸したときは真水で洗い、塩分や汚れをふきとってください。
- 防水性を保つために定期的(2～3年を目安)なバックシン交換をおすすめします。

- 電池交換の際、防水試験を行ないますので、必ずお買い上げの販売店あるいは最寄りのカシオテクノリペアセンターにお申し付けください(特殊な工具を必要とします)。
- 防水時計の一部にデザイン上、皮バンドを使用しているモデルがありますが、皮バンド付の状態でも、水仕事・水泳など直接水がかかるご使用はお避けください。
- 時計が急冷された場合など、ガラスの内側が曇ることがありますが、すぐに曇りが無くなるようであれば特に問題はありません。曇りが消えなかったり、水が時計内部に浸入した場合は、そのままご使用にならず、ただちに修理することが必要です。
- 時計内部に浸入した水は、電子部品や機械、文字板などを破損する原因となります。

■ バンド

- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは指一本が入る程度の余裕をもたせてご使用ください。
- バンドは劣化やさび(錆)などにより切れたり外れたりする場合があります。時計の落下や紛失の原因となります。バンドは、常にお手入れしていただき、清潔にご使用ください。バンドに弾力性がなくなったり、ひび割れ・変色・緩みなどがある場合は、お早めに点検・修理(有償)または新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または最寄りのカシオテクノリペアセンターにバンド交換(有償)をお申し付けください。

■ 温度

- 自動車のダッシュボードや暖房器具の近く等の高温になる場所に放置しないでください。また、寒い所に長く放置しないでください。遅れ、進みが生じたり、止まったり、故障の原因となります。
- +60℃以上の所に長時間放置すると液晶パネルに支障をきたすことがありますのでご注意ください。液晶表示は、0℃以下や+40℃以上では、表示が見えにくくなることがあります。

■ ショック

- 通常の使用状態でのショックや軽い運動（キャッチボール、テニスなど）には十分耐えますが、落としたり、強くぶつけたりすると、故障の原因になります。ただし、耐衝撃構造の時計の場合（G-SHOCK/Baby-G/G-ms）は腕につけたままでチェーンソーなどの強い振動や、激しいスポーツ（モトクロスなど）でのショックを受けても時計には影響ありません。

■ 磁気

- 通常、磁気の影響はありませんが、極度に強い磁気（医療機器など）は誤動作や電子部品を破損する恐れがありますのでお避けください。

■ 静電気

- 静電気により誤った時刻を表示したりします。また、極度に強い静電気は、電子部品を破損する恐れがあります。
- 静電気により、一時的に液晶の点灯していない部分ににじみ現象が発生することがあります。

■ 薬品類

- シンナー、ガソリン、各種溶剤、油脂またはそれらを含有しているクリーナー、接着剤、塗料、薬剤、化粧品類等が付着すると、樹脂ケース、樹脂バンド、皮革などに変色や破損を生ずることがありますのでご注意ください。

■ 保管

- 長期間ご利用にならないときは汚れ、汗、水分などをふきとり、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

■ 樹脂製品について

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が樹脂製品に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとり、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま放置すると色あせする場合があります。
- 塗装部品は、使用状況（過度の外力、連続したこすれ、衝撃等）により磨耗し色落ちしたりすることがあります。
- バンドにプリントがしてある場合は、プリント部分を強くこすると他の部分に色がつくことがあります。
- 蛍光商品は、長時間濡れたままにしておくとし色が落ちる恐れがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとって、乾かしてください。
- スケルトン（透明）仕様の部品は、汗や汚れ等の吸収や高温多湿への放置により変色を起こすことがあります。
- 樹脂部品の交換は、最寄りのカシオテクノリペアセンターにお申し付けください。有償にて申し受けます。

■ 天然皮革・合成皮革バンドについて

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が天然皮革や合成皮革に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分をふきとり、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま長時間放置すると色あせする場合があります。
ご注意：天然皮革・合成皮革は、摩擦・汚れにより色を移したり、色落ちすることがあります。

■ 金属製品について

- 金属を使用した製品・バンドは、ステンレスやメッキ品でも汚れたままご使用になりますと、さび（錆）が発生することがあります。汗をかいたときや水に濡らしたときは、柔らかい吸湿性の良い布などで良く拭き取った後に、通気性の良い場所に保管し、良く乾燥させてください。
- バンドは、時々、柔らかい歯ブラシなどにより、中性洗剤を水で薄めた液や石鹼水でバンドを洗って、良く手入れをしてください。このとき、時計の本体にかからないようご注意ください。

■ 抗菌防臭バンドについて

- 抗菌防臭バンドは汗などによる細菌の増殖を抑え、においの発生を防ぎ、常に清潔で快適な装着感が得られます。抗菌・防臭の効果を上げるために、バンドの汚れ、汗、水分等は吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、常に清潔にしてご使用ください。抗菌防臭バンドは微生物や細菌の増殖を抑えるためのもので、アレルギー等による皮膚のかぶれ等を抑えるものではありません。

■ 液晶表示について

- 液晶表示は、見る方向によって表示が見えにくくなる場合があります。

万一、本機使用や故障により生じた損害、逸失利益または第三者からのいかなる請求についても、当社では一切その責任を負えませんのであらかじめご了承ください。

お手入れについて

■ お手入れのしかた

- ケース・バンドは汚れからさびが発生し、衣服の袖口を汚したり、皮膚がかぶれたり時計の性能が劣化することがあります。ケース・バンドは常に清潔にしてご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとしび易くなります。
- 樹脂バンドの表面にシミ状の模様が発生することがありますが、人体および衣服への影響はありません。また布等で簡単にふきとることができます。
- 皮革バンドは乾いた布で軽く拭くなどして常に清潔にしてご使用ください。樹脂バンドも皮バンド同様、日々の使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。
- バンドにヒビなどの異常がある場合は、必ず新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または最寄りのカシオテクノロジーセンターにバンド交換をお申し付けください。保証期間内であっても有償にて申し受けます。
- 時計も衣服同様、直接身につけるものです。本体ケースやバンドの汚れ、汗・水分などは吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、常に清潔にご使用ください。

■ お手入れを怠ると

〈さび（錆）〉

- 時計で使用している金属はさびにくい性質ですが、汚れによりさびが発生します。
 - 汚れにより酸素が絶たれると、表面の酸化皮膜が維持できなくなり、さびが発生します。
- 表面はきれいでも、すきまに付着した汚れやさびがしみ出して、衣類の袖を汚したり、皮膚がかぶれたり、時計の性能が劣化することがあります。

〈劣化〉

- 樹脂バンドは汗などの水分で濡れたままにしておいたり、湿気の多い場所に放置すると経年劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

〈かぶれ〉

- 皮膚の弱い方や体調により、かぶれたりすることがあります。特に、皮バンドや樹脂バンドをお使いの方は、こまめにお手入れをしてください。万一、かぶれた場合には、そのバンドの着用を中止し、皮膚科の専門医にご相談ください。

本製品で使用している電池について

- 専用の二次電池を使用しておりますので、お客様は電池を取り外さないでください。専用の二次電池以外の電池を入れると時計の破損の原因になります。
- 二次電池は、ソーラーセルが受ける光により充電されますので、定期的な電池交換の必要はありません。ただし、長年の充電と放電を繰り返すことにより性能が劣化して、充電しても使用時間が短くなることがあります。その場合は、お買い上げの販売店またはカシオテクノお客様修理相談センターにご相談ください。

金属バンドの駒詰めについて

金属バンドの駒詰めには専用の工具が必要となります。お取り扱いによる、部品の変形や破損、またはケガ等を予防するためにも、お買い上げの販売店にご相談ください。

なお、カシオテクノ・サービスステーションにおいても保証期間内は無償、保証期間経過後は有償にて承っております。詳しくは、最寄りのカシオテクノ・サービスステーションまたはカシオテクノお客様修理相談センターへお問い合わせください。