

CASIO®

取扱説明書

ウォッチ

3475*JA

3475

このたびは、本機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。
ご使用前に本書の「安全上のご注意」をよくお読みの上、正しくお使いください。
本書はお読みになった後も、大切に保管してください。

本機は、Bluetooth®に対応したスマートフォン等と通信し、時計の時刻を合わせるなどの機能を持っています(モバイルリンク機能)。

1.本機は、各国、地域の電波法の適合または認証を取得しております。電波法の適合または認証を取得していないエリアでご使用になると罰せられることがあります。

詳しくは下記ウェブサイトをご覧ください。

<https://world.casio.com/ce/BLE/>

2.各国の航空法により、航空機内でのご使用は制限されています。航空会社の指示に従ってください。

Bluetooth®のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc.が所有する登録商標であり、カシオ計算機(株)はこれらのマークをライセンスに基づいて使用しています。

本機の操作説明(操作ガイド)については、下記ウェブサイトをご覧ください。

<https://world.casio.com/manual/wat/>



この時計の特長

この時計は、以下の機能を備えています。

◆ソーラー充電と充電ケーブルで充電ができます

太陽や照明の光によって発電し、電気エネルギーを充電しながら時計を動かします。また、急速に充電するときは充電ケーブルをお使いください。

◆正確な時刻を表示します

GPS電波を受信し、正確な時刻を取得します。スマートフォンと通信し、ネットワークから正確な時刻を取得します。

◆スマートフォンと通信できます

Bluetooth® 対応のスマートフォンと接続し、通信することができます。

◆運動のサポートに活用できます

以下のことができます。

- トレーニングにおける距離やペースの計測
- 一定距離ごとに自動でラップを取得
- 移動した軌跡を記録
- 心拍数の計測
- 心肺能力向上に有効なトレーニングをサポート

◆内蔵のセンサーで各種計測ができます

北の方向や目標の方位、現在地の高度、気圧、温度、歩数を計測できます。

◆さらに豊富な機能を使えます

ストップウォッチ、タイマー、アラームを使えます。また、世界の複数のタイムゾーンの時刻(ワールドタイム)がわかります。

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

死亡または重傷を負う可能性が大きい内容を示しています。



警告

死亡または重傷を負う可能性がある内容を示しています。



注意

軽傷を負う可能性および物的損害が発生する可能性があ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。



⊘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。

危険

ご使用にあたって



本機を使用する際は、次のことを必ず守る。

発熱、発火、破裂の原因となります。

- 火中に投入しない、加熱しない



- 分解・改造しない、強い衝撃(踏みつけるなど)を与えない

- 電子レンジ、乾燥機、高压容器などに入れない



暖房器具の近く、ホットカーペットの上、コタツの中、直射日光が当たる場所、炎天下の車中など本機が高温になる場所での使用、充電、放置をしない。

発熱、発火、破裂の原因となります。

充電について



指定された方法で充電する。

指定以外の方法で充電すると、発熱、発火、破裂の原因となります。

警告

ご使用にあたって

! 本機が表示する各種計測データに関わらず、体調に合わせて適度な範囲で運動する。

心拍計測をはじめ、本機を使って各種計測を実施するために過度の負担をかけた運動をすることは、思わぬ事故やけがの原因になります。必ず無理のない範囲で運動してください。

気分が悪くなるなど体調変化を感じたときは、速やかに医師にご相談ください。

充電について

! 充電ケーブルでの充電時の発熱、発火、破裂、感電を防ぐため、次のことを必ずお守りください。

- 付属の充電ケーブル以外は絶対に使用しない
- 指定の機器以外には絶対に使用しない
- 布団、毛布等をかぶせて使わない、熱器具のそばで使わない
- 重いものを乗せない、充電ケーブルを束ねたまま使わない
- 加熱しない、加工しない、傷つけない

- 無理に曲げない、ねじらない、引っ張らない
- 充電ケーブルの端子部にホコリなどが付いたら取り除き、常にきれいに保つ
- 清掃には、乾いた布を用い、洗剤は使用しない
- 液体(水、スポーツドリンク、海水、動物やペットの尿など)のかからない状態で使用する
- 本機が濡れた状態で充電しない
- 雷が鳴り始めたら、本機や充電ケーブルに触れない



! 本機や充電ケーブルが破損したときは、ただちに使用をやめ、「修理に関するお問合せ先」に連絡する。破損したまま使用を続けると、火災、感電の原因となります。

スクーバダイビングに使用しない



本機をスクーバダイビングに使用しない。本機はダイバーズウォ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。





分解・改造しない




本機を分解・改造しない。けがの原因となります。




他の電子機器への影響について

-  病院内や航空機内では、病院や航空会社の指示に従う。使用禁止の場所で、使用しない。
本機からの電磁波などが計器類に影響を与え、事故の原因となります。
-  高精度な電子機器または微弱な信号を取り扱う電子機器の近くで使用しない。
電子機器が誤作動するなどの影響を与え、事故の原因となります。
-  心臓ペースメーカーなどをご使用の方は、本機を胸部から離して使う。
心臓ペースメーカーなどに磁力の影響を与えることがあります。異常を感じたら直ちに本機を体から離し、医師に相談してください。
-  満員電車の中など混雑した場所では、無線機能をオフにするか機内モードにする。
付近に心臓ペースメーカーなどを装着している方がいると、電波が影響を及ぼし、誤動作による事故の原因となります。

お手入れについて

-  ケース・バンドは常に清潔にして使う。
ケース・バンドは汚れからさびが発生し、衣服の袖口を汚すことがあります。特に、海水に浸した後、放置するとさびやすくなります。

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せん。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・さび・汗など
 3. 体調不良など心拍測定などでバンドをしっかりしめると、空気の通りが悪くなり、汗をかきやすくなり、かぶれやすくなります。測定終了後はいったんバンドを緩めてから、時計本体と腕の間に指一本が入る程度の余裕を持たせてご使用ください。

「抗菌防臭バンド」は細菌の繁殖とにおいの発生を抑えます。皮膚のかぶれを防ぐものではありません。

かぶれなど、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。

データ保護について

- ❗ データは、必ずノートなどに控えを取る。
電池切れや電池交換および故障修理の場合、データ内容はすべて消えます。

ご使用にあたって

- ❗ 時計の表示は、安全な場所で確認する。
思わぬ転倒や、けが、事故の原因となることがあります。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車などの運転中はご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にもご注意ください。
- ⚠️ 時計の着脱に注意する。
バンドの中留で爪を傷つける恐れがあります。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。
- ❗ 就寝時は時計を外す。
思わぬけがやアレルギーによるかぶれの原因となることがあります。

- ❗ 小さなお子様と接するときは、時計を外す。
お子様のけがやアレルギーによるかぶれの原因となることがあります。
- ❗ 時計本体(裏ぶたを含む)やバンドに製品保護シールが付いている場合は、ご使用になる前に必ずはがす。
シールをはがさずにご使用になると、「時計本体やバンド」と「シール」との隙間に汚れが付着し、さびやかぶれの原因となることがあります。

オートライト作動時のご使用について

- ⊘ オートライトが作動する状態で、腕につけて自動車などの運転をしない。
不意のライト点灯が運転を妨げて、交通事故の原因となることがあります。

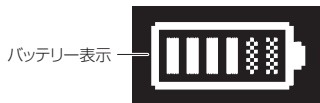
目次

この時計の特長.....表紙裏面	ご使用上の注意..... 18
安全上のご注意..... 1	無線に関するご注意..... 22
充電について..... 6	お手入れについて..... 23
ソーラー充電の方法.....6	本製品で使用している電池について... 24
充電ケーブルで充電する方法.....7	金属バンドの駒詰めについて..... 24
パソコン以外のUSB端子から充電する.....8	
その他充電についてのご注意.....8	
装着時のご注意..... 9	
時計の使い方..... 10	
モードを切り替える.....10	
時刻を合わせる.....11	
トレーニング機能について.....13	
製品仕様..... 14	

充電について

ソーラー充電と充電ケーブルで充電ができます。

- 以下の場合、充電ケーブルで充電してください。
 - 急速に充電したい、外出前に満充電にしたい
 - バッテリー表示のバー数が1、2個になった、時計表示が消えた



- 時計表示が消えた状態で、長期間放置し、充電できなくなったときは、お買い上げの販売店にご相談ください。
- 電池残量が少なくなると、各種機能が使えなくなる場合があります。1日に1回程度の定期的な充電をおすすめします。

ソーラー充電の方法

ご使用の際は、ソーラーパネルに光が当たるように心がけてください。



時計を腕から外しているときは、光が当たる明るい場所に置いてください。



腕につけているときは、ソーラーパネルに衣類の袖がかからないように心がけてください。

注意

- 充電の際、光源の条件や環境によっては時計本体が非常に高温になることがありますので、火傷をしないように注意してください。
- 以下のような高温下での充電は避けてください。
 - 炎天下に駐車している車のダッシュボードの上
 - 白熱灯などの発熱体に近い所
 - 直射日光が長時間当たり、高温になる所

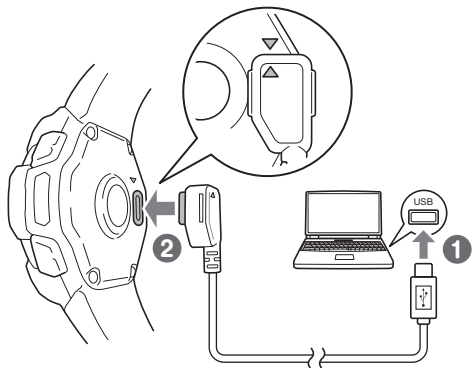
充電ケーブルで充電する方法

本機にはACアダプターが付属していません。
付属の充電ケーブルを使用し以下の方法で充電してください。

- 机の上などで周囲に空間を確保して充電してください。
- 充電ケーブルは必ず付属品をお使いください。

✓重要

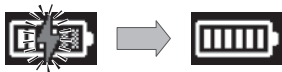
- USB充電に対する機器や電源機器には、一定の規格があります。粗悪なもの、規格から外れるものは、機器の誤動作や故障の原因となることがありますので使用しないでください。また、USB-ACアダプターはお使いになる国によっては個別の規格が適用される場合がありますのでご注意ください。粗悪なもの、規格から外れるものの使用により生じた機器の誤動作や故障については、当社では一切その責任を負えません。



本体の▽マークと専用端子の△マークを合わせてください。

- ① USB端子のある機器の電源を入れ、充電ケーブルを接続します。
- ② 充電ケーブルの専用端子側を時計の充電端子に接続します。

- 充電が開始されます (⚡点滅)。満充電になると⚡が消灯します。



注意

- 充電中に水がかかった場合は、直ちに充電ケーブルを抜き、充電を中止してください。
- 充電が途中で停止した場合は、時計を充電ケーブルから外して、異常がないことを確認した上で、再度充電してください。
- 充電ケーブルの端子を逆向きに入れられないようにご注意ください。

パソコン以外の USB 端子から充電する

USB 規格に適合する USB 端子 (Type-A) から充電できません。

- 電圧: 5V
- 電流: 0.5A 以上

その他充電についてのご注意

- 本機は USB2.0 以上に対応した機器の USB 端子から充電できます。
- 自作のパソコンや改造したパソコンでの動作は保証できません。市販のパソコンでも USB ポートの仕様によっては、充電ケーブルを接続しても充電されないことがあります。
- 充電中、テレビやラジオに雑音が入ることがあります。その場合、テレビやラジオからできるだけ離れたコンセントをご使用ください。
- 充電時間は、電池の残量や使用環境によって若干変化します。

装着時のご注意

良好な精度で心拍計測をするためには、装着のしかたが重要です。本機を腕に装着する位置を、下記の要領で調整してください。

① 本機を腕に緩めに装着し、圧力センサー(右側面)の右側※に指を1本以上置きます(図①)。

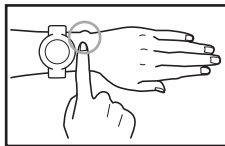
- 尺骨の突起(右図の丸囲み部分)に本機がかぶる場合、指の本数を増やして尺骨の突起を避けてください。
- 尺骨の突起位置や形状には、個人差があります。



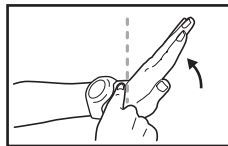
※ 本機を右腕に装着する場合は、◎ボタンの左側に指を置いてください。

② 手首を曲げたときに、手首関節から本機側面までが指1本以上離れるよう、本機の装着位置を調整します(図②)。

③ 装着位置が決まったら、本機と腕が滑らない程度までバンドをしっかりと締めます。



図①



図②

✓重要

- 心拍測定のためにバンドをしっかりしめると、空気の通りが悪くなり、汗をかきやすくなりますのでかぶれやすくなります。測定終了後はいったんバンドを緩めてから、時計本体と腕の間に指一本が入る程度の余裕を持たせてご使用ください。

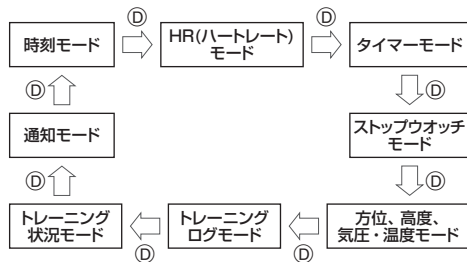
時計の使い方

モードを切り替える

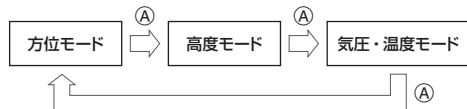


- ④ボタンを1秒以上押し続けると時刻モードに戻ります。
- 詳しい操作はウェブサイトの操作ガイドをご覧ください。

④ボタンを押して、モードを切り替えます。



方位・高度・気圧・温度モードでは、①ボタンを押して、モードを切り替えます。

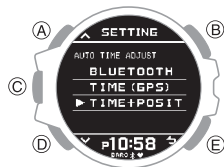


時刻を合わせる

ご購入直後に、GPS 電波を受信して位置情報を取得します。

- 1 時刻モードで **A** ボタンを2秒以上押し続けます。
- 2 **A** ボタンまたは **D** ボタンを押して、[TIME ADJUSTMENT] を選びます。
- 3 **C** ボタンを押します。
- 4 **A** ボタンまたは **D** ボタンを押して、[AUTO] を選びます。
- 5 **C** ボタンを押します。

- 6 **A** ボタンまたは **D** ボタンを押して、[TIME+POSITION(GPS)] を選びます。



- 7 上空がよく見える屋外に移動して、文字板を真上に向けます。
- 8 **C** ボタンを押します。
 - GPS 電波の受信を開始します。位置情報を取得すると [ADJUSTED] が表示され、現在地の時刻を表示します。
 - 位置情報の取得には約40秒から約80秒かかります (最大で13分かかることもあります)。

◆時刻の合わせ方

GPS 電波を受信して位置情報を取得すれば、それ以降は以下の操作で時刻を合わせることができます。

- 海外旅行などで時差が違う地域へ移動した場合、移動先ごとに位置情報を取得してください。

- ① 時刻モードで **A** ボタンを2秒以上押し続けます。
- ② **A** ボタンまたは **D** ボタンを押して、**[TIME ADJUSTMENT]** を選びます。
- ③ **C** ボタンを押します。
- ④ **A** ボタンまたは **D** ボタンを押して、**[AUTO]** を選びます。
- ⑤ **C** ボタンを押します。
- ⑥ **A** ボタンまたは **D** ボタンを押して、**[TIME(GPS)]** を選びます。
- ⑦ 上空がよく見える屋外に移動して、文字板を真上に向けます。

⑧ **C** ボタンを押します。

- GPS 電波の受信を開始します。時刻情報を取得すると **[ADJUSTED]** が表示され、現在時刻を表示します。
- 時刻情報の取得には約10秒から約65秒かかります（最大で13分かかることもあります）。

◆スマートフォンを使って時刻を合わせるには

スマートフォンをお使いの方は、ネットワークから正確な時刻を取得して時計の時刻を合わせることができます。操作方法については操作ガイドをご参照ください。

- GPS 電波を使った時刻の合わせ方の詳細も、操作ガイドでご覧になれます。

トレーニング機能について

ランニングなどをするとときに本機のトレーニング機能を使うと、日々のトレーニングを充実させることができます。

- GPSを使って、走った距離やペースを計測できます。
- 心拍計測によって、安全に効率の良いトレーニングができます。
- 行ったトレーニングの効果を知ることができます。
- 最大酸素摂取量 (VO2max) の測定により、現在の持久力を知ることができます。

他にも、本機を専用のアプリケーション (G-SHOCK MOVE) と連携させることで、より充実した以下のトレーニングが可能です。

- 日々のトレーニングを視覚的に分析できます。
- 自分の目標にあったトレーニングプランを作成できます。

- 内容の詳細およびアプリケーションのインストールは操作ガイドをご覧ください。

本機の操作説明 (操作ガイド) については、下記ウェブサイトをご覧ください。



<https://world.casio.com/manual/wat/>

製品仕様

精度：スマートフォンとの通信による時刻合わせができない場合、平均月差±15秒

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

モバイルリンク：Bluetooth[®]対応機器との無線通信による機能連動*

* モバイルリンクによって広がる使い勝手

- 自動時刻修正機能
- 簡単時計設定：
 - ワールドタイム：世界約300都市(38タイムゾーン、サマータイム自動設定機能付き)+UTC(協定世界時)の時刻表示
 - 各種時計の設定
- 携帯電話探索機能
- データアップデート機能：
 - タイムゾーン・サマータイムルールデータの更新

モバイルリンク：

- トレーニングプラン作成
- トレーニング機能の設定
 - 到達お知らせアラート設定
 - 高度ナビ設定
- トレーニングログデータ管理機能
 - トレーニングログデータ、ラップデータ管理
 - トレーニング分析結果表示
- 通知機能

通信仕様
Bluetooth[®]
周波数帯域 2400MHz～2480MHz
最大送信電力 0dBm(1mW)
通信距離 ～2m(環境により変化)

トレーニング機能：

- GPSまたは加速度センサーによる距離、速度、ペースなどを計算して表示
- 自動/手動ラップ機能
- オートポーズ機能
- 自動走行計測開始機能
- 到達お知らせアラート設定(時間、高度、消費カロリー) オン/オフ切り替え機能
- トレーニング表示カスタマイズ機能

トレーニング：トレーニングステータス
 分析機能 フィットネスレベル傾向
 トレーニング負荷傾向
 VO2MAX
 リカバリータイム

トレーニング：最大100走分、ラップデータはそれ
 ログデータ ぞれ最大140本
 計測タイム、距離、ペース、消費カロ
 リー、心拍数、最大心拍数、有酸素ト
 レーニング効果、無酸素トレーニング
 効果

方位計測：計測範囲 0°~359°
 16方位表示
 60秒連続計測機能
 自動水平補正機能
 方位補正機能(3点補正、8の字補正)
 磁気偏角補正機能

気圧計測：計測範囲 260hPa~1100hPa
 表示範囲 260hPa~1100hPa
 計測単位 1hPa
 常時気圧計測(2時間毎)
 気圧補正機能
 気圧傾向グラフ
 気圧傾向インフォメーション機能

温度計測：計測範囲 -10.0℃~60.0℃
 表示範囲 -10.0℃~60.0℃
 計測単位 0.1℃
 温度補正機能

高度計測：計測範囲 -700m~10000m
 (相対高度計) 表示範囲 -10000m~10000m
 計測単位 1m
 計測間隔 2分/5秒
 高度補正機能(基準高度設定機能)
 高度差計測機能 -3000m~
 +3000m
 高度傾向グラフ

製品仕様

手首式心拍：最大計測値 220bpm
測定機能 心拍数
目標心拍設定機能
心拍ゾーングラフィック表示
心拍数遷移グラフ
最大心拍数、最小心拍数

センサー精度：方位
計測精度 $\pm 10^\circ$ 以内
精度保証温度範囲 $-10^\circ\text{C}\sim 60^\circ\text{C}$
温度
計測精度 $\pm 2.0^\circ\text{C}$ 以内
精度保証温度範囲 $-10^\circ\text{C}\sim 60^\circ\text{C}$
圧力
計測精度 $\pm 3\text{hPa}$ 以内
(高度計測精度 $\pm 75\text{m}$ 以内)
精度保証温度範囲 $-10^\circ\text{C}\sim 60^\circ\text{C}$

歩数計測：3軸加速度センサーによる歩数計測
歩数表示範囲 0～99999歩
歩数リセット 毎日0時に自動リセット
歩数精度 $\pm 3\%$ (振動試験機による)

ストップウォッチ：計測単位 1秒
計測範囲 99時間59分59秒
(100時間)
スプリット機能

タイマー：セット単位 1秒
計測単位 1秒
最大セット 60分
最大5つの時間設定が可能
オートリピート

ワールドタイム：UTC+38都市(38タイムゾーン)*
の時刻を表示、サマータイム自動設定
機能

* スマートフォンとの接続で更新される場合があります。

そ の 他：パワーセービング機能
LEDバックライト（フルオートライト、
スーパーイルミネーター、残照機能、
残照時間切り替え（1.5秒/3秒）付き）
充電量の表示
操作音オン/オフ切り替え機能
バイブレーション機能
機内モード設定
アラーム（スヌーズ設定可）4本

使 用 電 池：リチウムイオン電池

持 続 時 間：時刻モードで使用した場合 約12か月

付 属 品：充電ケーブル

- 箱を開けたら、付属品を確認してください。付属品が入っていないときは、お買い上げの販売店にお問い合わせください。

改良などのため、仕様は予告なく変更されることがあります。

ご使用上の注意

■防水性

- 防水時計は時計の表面または裏ぶたに「WATER RESIST」または「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ぶたに表記	日常生活用防水	日常生活用強化防水		
		「BAR」表記無し	5気圧防水 5BAR	10気圧防水 10BAR	20気圧防水 20BAR
使用例	洗顔、雨	○	○	○	○
	水仕事、水泳	×	○	○	○
	ウインドサーフィン	×	×	○	○
	スキンドайビング(素潜り)	×	×	○	○

- 専門的な潜水=スクーバダイビング（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ぶたに「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、以下のご使用はお避けください。
防水性能の低下や、ガラスの内側が曇る原因になります。
 - 「水中で」および「時計に水分がついた状態で」りゅうずやボタンを操作すること
 - 入浴のときに使用すること
 - 温水プールやサウナなどの高温多湿な環境で使用すること

- 時計を手につけたまま手洗い／洗顔／家事などをするとときに、石鹸や洗剤を使うこと

- 海水に浸したときは真水で洗い、塩分や汚れを拭き取ってください。
- 防水性を保つために定期的（2～3年を目安）なパッキン交換をおすすめします。
- 電池交換の際、防水検査を行いますので、必ず「修理お申込み先」またはお買い上げの販売店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、皮革バンドを使用しているモデルがありますが、皮革バンド付の状態、水仕事・水泳など直接水の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。夏季に高温の室外から室内に入りエアコンの吹き出し口付近で冷気にさらされたり、冬季に暖かい室内から出て屋外の冷気や雪に触れた場合など、外気と時計内部の温度差が大きくなることによって曇る時間が長くなることがあります。なお、曇りが消えなかつたり、時計内部に水が残っている場合は、ただちにご使用をやめて、修理を「修理お申込み先」またはお買い上げの販売店にお申し付けください。

■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、劣化やさびなどにより、切れたり外れたりすること、接合部のピンが飛び出したり抜け落ちたりすることがあります。これらは、時計の落下や紛失、けがの原因となります。バンドは常にお手入れをして清潔な状態でご使用ください。
- バンドに弾力性がなくなる、ひび割れ、変色、緩み、接合部のピンの飛び出しや抜け落ちなどの異常がある場合は、ご使用をやめてください。点検・修理（有償）や新しいバンドとの交換を、「修理お申込み先」またはお買い上げの販売店に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場合があります。

■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

- 時計動作に影響を与えることはありませんが、製品自体が磁気を帯びますと精度に影響を与えますのでお避けください。なお、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、水分などを拭き取り、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

■樹脂部品について

- 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部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拭き取り、他の製品に密着させたままにしないでください。

ご使用上の注意

- 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拭き取って、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。
- ご使用状態や保管環境により異なりますが、日々のご使用や長期保管によって劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

■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、他の製品の色が皮革バンド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柔らかい布などで軽く拭いて、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：皮革バンドは、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。

■金属部品について

- 金属は、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よく拭き取った後に、通気性の良い場所に保管し、よく乾燥させてください。
- ときどき、柔らかい歯ブラシに中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水をつけて、こすり洗いをしてください。その後、洗剤成分を水でよく洗い流し、柔らかい吸湿性の良い布などで水分を拭き取ってください。なお、洗うときは「調理用ラップを巻く」などして、時計本体に洗剤や石鹸水がかからないようにしてください。

■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、水分等は吸湿性の良い柔らかい布で拭き取り、常に清潔にご使用ください。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。

■データ保護について

- 電池切れや電池交換および故障修理の場合、データ内容はすべて消えてしまいますのでご了承ください。また、故障・修理・電池交換等に起因するデータの消失による損害および逸失利益等につきましても、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。なお、大切なデータはノートなどに控えをとっておってください。

■センサーについて

- 本機のセンサーは精密機器ですので、絶対に分解しないでください。また、センサー部を細い棒などでついたり、ゴミ・ほこりなどが入らないようにご注意ください。なお、海水に浸したときは、必ず真水で洗い流してください。

■心拍計測機能について

- 本機は背面（裏プタ）に内蔵したセンサーによって計測された脈拍に基づく推定心拍数を表示します。この数値は、下記等の条件によって誤差が生じます。
 - 本機の腕への装着状態
 - お客様の腕の特徴や状態
 - トレーニングのタイプや強度
 - センサー周辺の汚れや汗等
 このため、本機が表示する心拍数データはあくまで参考値であり、その正確性が保証されるものではありません。
- 本機の心拍計測機能はレクリエーションで使用することを目的としており、医療を目的としたいかなる用途にも使用することはできません。

■充電式電池の取り扱いについて (電池リサイクルのお願い)



本機が内蔵しているリチウムイオン電池は、貴重な資源です。本機を廃棄する際は、資源リサイクルのため、正しい手順に従ってください。

Li-ion 00

本機に内蔵されている充電式電池は、当社が責任を持ってリサイクルいたします。本機を廃棄するときは、「修理に関するお問合せ先」にお問い合わせください。

✓重要

- 本機の電池はご自分で交換できません。電池を交換するときは、「修理に関するお問合せ先」またはお買い上げの販売店にお問い合わせください。

■個人情報の保護に関するご注意

本機を譲渡または廃棄する際は、お客様の個人情報を保護するため、事前に必ずウェブサイトの操作ガイドの「時計の設定をリセットする」を操作してください。

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。

無線に関するご注意

- 本機は、電波法に基づいて工事設計認証を受けていますので、無線局の免許は不要です。
- 本機は、工事設計認証を受けていますので以下の事項を行うと法律で罰せられることがあります。
 - 分解および改造すること
- 無線 LAN は、本機と同じ周波数帯 (2.4GHz) を使用しています。これらを利用した製品と本機との間で、互いに電波障害を与えることがあります。
- 下記のような環境では、電波状態が悪くなったり、電波が届かなくなったりします。
 - 電子レンジ等の磁場、静電気、不要放射電波の発生する機器の近く
 - 鉄筋コンクリート（マンションなど）や鉄骨構造の建物内
 - 大型金属製家具の近く
 - 各無線機器の間に人が入ったり、間を人が横切るとき、腕を組んだりしたとき
 - 腕時計とスマートフォン等が別々の部屋にある場合（障害物がある場合）
- 電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受することも考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関することには使用しないでください。

< 以下、ARIB（一般社団法人 電波産業会）に準ずる >

- 本機は 2.4GHz 帯を使用し、変調方式は DS-SS/FH-SS/OFDM 方式、DS-FH、FH-OFDM 複合方式以外の“その他の方式”です。また、想定される与干渉距離は約 10m です。

2.4 XX1



- 本機の使用周波数帯 (2.4GHz) では、電子レンジ等の産業・科学・医療用機器のほか、工場の製造ライン等で使用されている移動体識別用の構内無線局（免許を要する無線局）および特定小電力無線局が運用されています。
 1. 本機を使用する前に、近くで移動体識別用の構内無線局および特定小電力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、本機と移動体識別用の構内無線局および特定小電力無線局との間で、電波干渉が発生した場合には、速やかに通信チャンネルを変更するか、使用する場所を変えるか、本機の使用を停止してください。
 3. 不明な点がある場合やお困りの場合は、お買い上げの販売店または「機能・操作・購入先に関するお問合せ先」にお問い合わせください。

お手入れについて

■お手入れのしかた

時計も衣類同様、直接身につけるものです。長くお使いいただくために、汚れ・汗・水分などは柔らかい布などでこまめに拭き取り、常に清潔な状態でご使用ください。

- 海水や泥がついた場合は、真水でよく洗い流してください。
- 金属バンドおよび樹脂バンドの金属部品は、柔らかい歯ブラシに中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水をつけて、こすり洗いをしてください。その後、洗剤成分を水でよく洗い流し、柔らかい吸湿性の良い布などで水分を拭き取ってください。なお、洗うときは「調理用ラップを巻く」などして、時計本体に洗剤や石鹸水がかからないようにしてください。
- 樹脂バンドは、水で洗い、柔らかい布などで水分を拭き取ってください。また、樹脂バンドの表面にシミのような模様が発生することがありますが、人体および衣類への影響はありません。布などで拭き取ってください。
- 皮革バンドは、水や汗がついた場合には、柔らかい布などで軽く拭いてください。
- りゅうずやボタンや回転ベゼルは、長期間操作しないと動きが悪くなる場合があります。ときどき、りゅうずや回転ベゼルの回したり、ボタンを押したりしてください。

■お手入れを怠ると

〈さび〉

- 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。
- さびが発生すると、金属部分に鋭利な箇所ができたり、接合部のピンが飛び出したり抜け落ちたりすることがあります。異常に気がついた場合は、ご使用をやめて、修理（有償）を「修理お申込み先」またはお買い上げの販売店にお申し付けください。
- 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〉

- 樹脂バンドや樹脂ベゼルは、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、皮革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、ソーラーパネルが受ける光により充電されますので、一次電池のような定期的な電池交換の必要はありません。ただし、二次電池は長期的なご使用や使用環境により容量や充電効率が低下しますので、充電しても「使用できる時間が短くなった」と感じたときは、「修理に関するお問合せ先」またはお買い上げの販売店にご相談ください。ご希望により保証期間経過後は有料で充電点検調整いたします。

金属バンドの駒詰めについて

金属バンド（フリータイプの中留構造バンド※を除く）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、またはけが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、「修理お申込み先」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、「修理に関するお問合せ先」へお問い合わせください。
※ 中留をスライドさせて長さ調整するフリータイプのバンドでは、駒の取り外しはできません。

(例)

