MA1811-B **© 2018 CASIO COMPUTER CO., LTD.**

CASIO®

3467＊JA

取扱説明書

3467

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。
ご使用の前に本書の「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。

この時計の特長

この時計は、次の機能を備えています。

◆歩数計として使えます

歩数をカウントします。目標歩数を設定すれば、目標まであとどれぐらいか、大よその割合をグラフィックで知ることができます。

→ P.16

◆ストップウオッチとして使えます

経過時間を計測できます。また、ラップタイム／スプリットタイムを最大 200 本まで記録できます。

→ P.23

◆タイマーとして使えます

設定時間をカウントダウン計測し、電子音でお知らせします。

→ P.31

◆2 つの時刻を表示できます

現在時刻とは別に、海外の時刻などもう 1 つの時刻を表示できます。

→ P.33

◆アラームを設定できます

設定した時刻になると、電子音でお知らせします。

→ P.36

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

電池について

ボタン電池を取り外した場合は、電池を誤飲しない、させない。特に乳幼児の手が届く所に電池を置かない。

電池を飲み込んだ場合、または飲み込んだ恐れがある場合は、直ちに医師と相談してください。電池を飲み込むと、短時間で化学やけどや粘膜組織の貫通などを引き起こし、死亡事故の原因になります。

⚠警告

スキューバダイビングに使用しない

本機をスキューバダイビングに使用しない。

本機はダイバーズ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。

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。

⚠注意

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す。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

バンドは余裕を持たせて使用する。

きつくしめると、汗をかきやすく、空気の通りが悪くなり、かぶれを起こす恐れがあります。

「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。

⚠注意

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。

⚠注意

ご使用にあたって

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。

電池消耗で時計が止まった場合は、速やかに電池を交換する。

そのままにしておくと、故障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。

目次

この時計の特長 ....表紙裏面

安全上のご注意 1

本書について 8
本文中の記号について 8
液晶表示について 8
操作部と画面の表示について 9
グラフィック表示について 11

モードを切り替える 12

時刻合わせ 13
日時を設定する 13
12 時間制 /24 時間制を切り替える 15

歩数計 16
歩数を計測する 16
歩数表示に切り替える 18
歩数履歴を表示する 20
1 日の目標歩数を変更する 22
正しく計測できないとき 22

ストップウオッチ 23
スプリットタイムとラップタイムについて 24
計測する 25
スプリット / ラップを計測する 26
スプリットタイムとラップタイムの表示を
入れ替える 27
計測時に現在時刻を表示する 27
過去の計測データを確認する 28

タイマー 31
時間を設定する 31
タイマーを使う 32
タイマーの音を止める 32

デュアルタイム 33
デュアルタイムを設定する 33
ホーム都市の時刻とデュアルタイムを
入れ替える 34

アラーム・時報......................................36
アラームをセットする..36
アラームと時報のオン / オフを切り替える...............37
アラームを止める..38
オン / オフの区分について......................................38

ライト...39
手動で点灯させる...39
点灯時間を設定する..39

電池の交換時期......................................41

その他の設定...42
ボタンの操作音を設定する......................................42

製品仕様..44

困ったときは..46
歩数計..46
アラーム...46
画面の表示...47
電池...47

ご使用上の注意......................................54

お手入れについて...................................57

電池交換について...................................58

金属バンドの駒詰めについて..................58

本書について

本文中の記号について

注意：誤った使用方法によるけがや故障を防ぐための情報を記載しています。

重要：正しく使用するために必要な情報を記載しています。

参考：各機能や操作の説明に関する補足情報を記載しています。

：詳細の説明や関連する項目などの参照ページを案内しています。

液晶表示について

製品により液晶表示のタイプが異なります。

- 1 つの製品でタイプを切り替えることはできません。

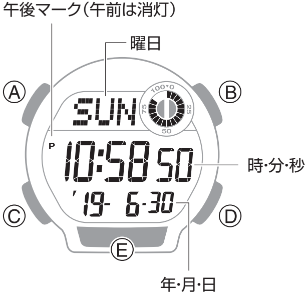
白地に黒

黒地に白

本書は「白地に黒」のタイプのイラストで説明します。

操作部と画面の表示について

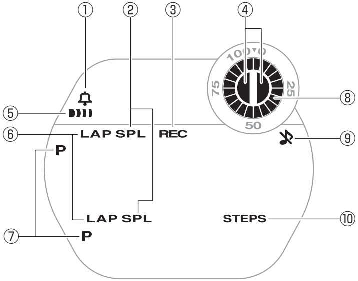
この時計の操作は、Ⓐ ～ Ⓔ ボタンを使用します。



参考

- この取扱説明書では各ボタンの操作を説明するために、図に記載した文字を使用しています。
- この取扱説明書に記載しているイラストは、視認性を考慮して実際のものとは異なる描写をしているものがあります。ご了承ください。

◆画面の表示

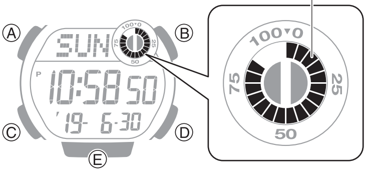


番号	表示内容	参照ページ
①	時報がオンのときに点灯します。	P.37
②	スプリットタイムを表示中に点灯します。	P.26
③	リコールモードで点灯します。	P.28
④	歩数計の計測状態を示します。	P.17
⑤	アラームがオンのときに点灯します。	P.36
⑥	ラップタイムを表示中に点灯します。	P.26
⑦	表示している時刻が午後のときに点灯します。	P.15
⑧	時計の各モードに連動して動きます。	P.11
⑨	操作音がオフのときに点灯します。	P.42
⑩	画面に歩数が表示されているときに点灯します。	P.18

グラフィック表示について

グラフィック表示は、時計の各モードに連動して動きます。

- リコールモードとアラームモードのときは、グラフィック表示は消灯します。



時刻モード
歩数表示のときは、目標歩数の達成度を表示します。それ以外の表示のときは、現在時刻の秒に連動して動きます。

ストップウオッチモード
ストップウオッチの計測時間の秒に連動して動きます。

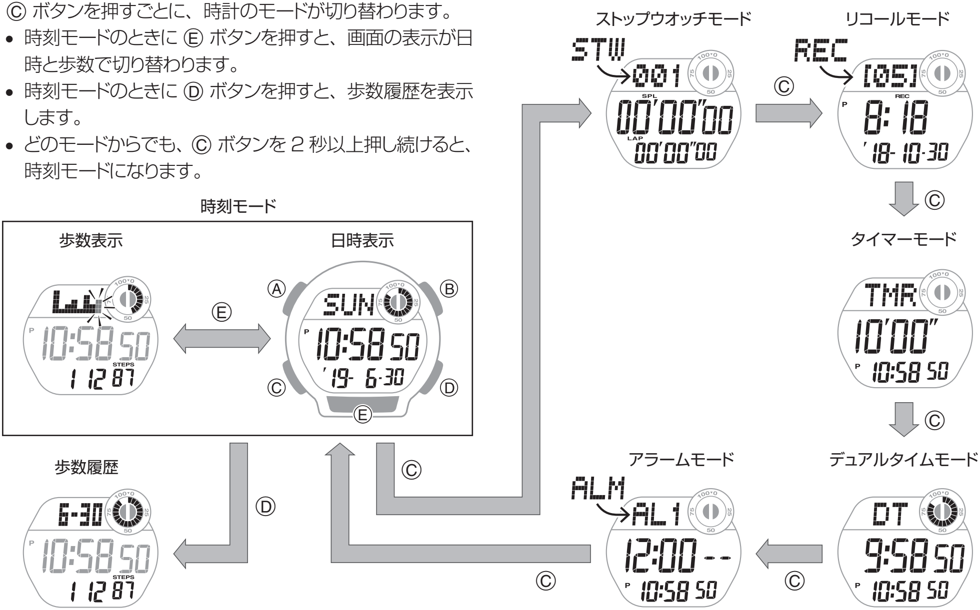
タイマーモード
タイマーの計測時間の秒に連動して動きます。

デュアルタイム
デュアルタイムの秒に連動して動きます。

モードを切り替える

Ⓒ ボタンを押すごとに、時計のモードが切り替わります。

- 時刻モードのときに Ⓔ ボタンを押すと、画面の表示が日時と歩数で切り替わります。
- 時刻モードのときに Ⓓ ボタンを押すと、歩数履歴を表示します。
- どのモードからでも、Ⓒ ボタンを 2 秒以上押し続けると、時刻モードになります。



時刻合わせ

時計の時刻と日付を合わせます。

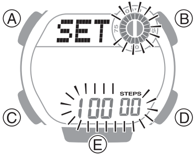
●準備

時刻モードにします。

モードを切り替える…P.12

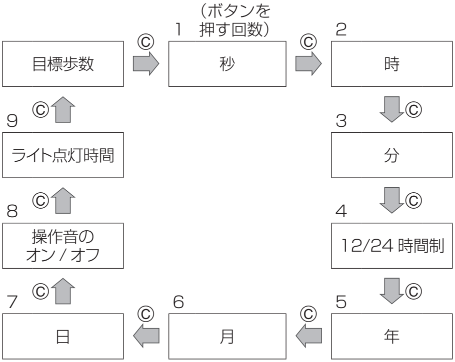
日時を設定する

❶ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、[SET] が点滅から点灯に変わったら指を離します。



❷ Ⓒ ボタンを押して、変更したい値を点滅させます。

- Ⓒ ボタンを押すごとに、以下の順番で点滅する値が切り替わります。



❸ 日時を変更します。

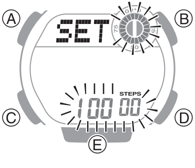
- 「秒」を設定する場合：Ⓓ ボタンを押すと 00 秒にリセットされます。30 ～ 59 秒のときは、1 分繰り上がります。
- 「秒」以外の値を設定する場合：Ⓓ または Ⓔ ボタンで値を変更します。

❹ 手順 2、3 を繰り返して、日時を設定します。

❺ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

12 時間制 /24 時間制を切り替える

❶ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、[SET] が点滅から点灯に変わったら指を離します。



❷ Ⓒ ボタンを 4 回押して、[12H] または [24H] を点滅させます。

❸ Ⓓ ボタンを押して、[12H]（12 時間制）または [24H]（24 時間制）を選びます。

❹ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 12 時間制に設定した場合、午後は [P] が表示されます。

歩数計

ウォーキングや日常生活などで歩いた歩数を計測します。

歩数を計測する

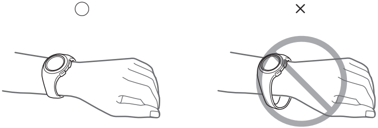
時計を正しく装着したら、ウォーキングしたり、普段通りに生活していれば、歩数を計測します。

重要

- この時計は、腕に装着する歩数計のため、実際の歩行とは関係のない腕の動きも検知して歩数としてカウントしてしまうことがあります。また、歩行中の腕の動かし方によっては、正しく計測できないことがあります。

●準備

正しい歩数を計測するには、時計の文字板を手首の外側にし、バンドをしっかり締めて装着してください。緩めに装着すると、正しく計測できない可能性があります。

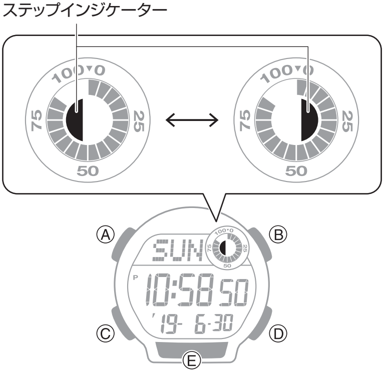


●計測する

歩行を始めると、歩数をカウントします。歩行中は、ステップインジケーターが計測状態を示します。

1 秒ごとに交互に点灯 : 歩行中

2 つとも同時に点灯 : 歩行していない



●歩数を確認する

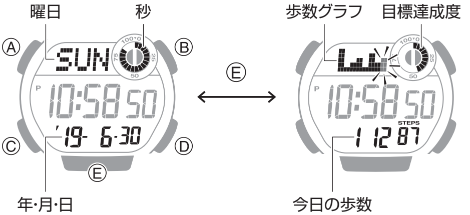
歩数表示に切り替える…P.18

歩数表示に切り替える

❶ 時刻モードにします。

モードを切り替える…P.12

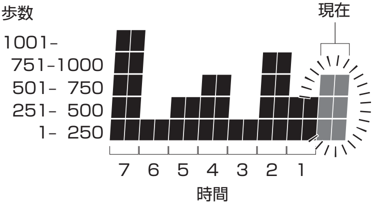
❷ Ⓔ ボタンを押して、画面を歩数表示に切り替えます。



●歩数グラフの見方

1 時間ごとの歩数を 1,000 歩までの範囲でグラフ表示します。過去 7 ～ 8 時間の歩行ペースを簡易的イメージで確認できます。

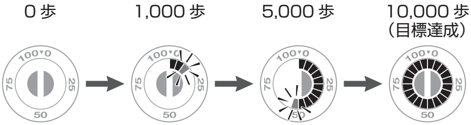
- 0 歩のときは、歩数グラフが消灯します。
- グラフは毎正時に更新されます。



●進捗状況を確認する

グラフィック表示は、設定した目標歩数に対して、現在どれくらい達成しているかを表示します。

例 : 目標歩数を 10,000 歩に設定した場合



参考

- 歩数は、999,999 歩まで計測できます。100 万歩以上は 999,999 歩と表示されます。
- 誤カウントを防ぐため、歩数開始から約 10 秒はカウント表示が増えません。約 10 秒以上歩行があると、それまでの歩行を追加した歩数が表示されます。
- 毎日午前 12 時 （深夜 0 時） にカウントがリセットされます。
- 消費電力をおさえるため、時計を外した状態 （時計が全く動かない状態） で 2 ～ 3 分以上操作しない状態が続くと、計測を止めて節電します。
- グラフは毎正時に更新されるほか、以下の場合も更新されます。
  - 加速度センサーが省電力機能で停止しているとき
  - センサーエラーや電圧不足で計測ができないとき

◆歩数表示をリセットする

❶ 時刻モードにします。

モードを切り替える…P.12

❷ Ⓓ ボタンと Ⓔ ボタンを同時に 2 秒以上押し続け、[CLR] と歩数表示が点滅から点灯に変わったら指を離します。

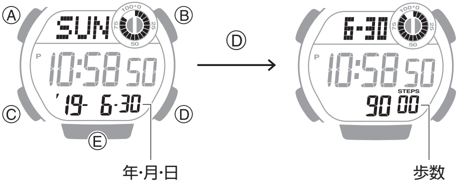
歩数がリセットされます。

歩数履歴を表示する

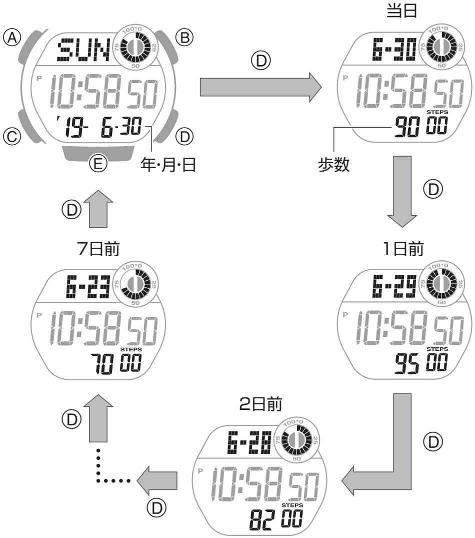
❶ 時刻モードにします。

モードを切り替える…P.12

❷ Ⓓ ボタンを押して、画面を歩数履歴に切り替えます。



❸ Ⓓ ボタンを押すごとに、1 日前のデータを表示します。



参考

- 歩数履歴は 7 日前までさかのぼれます。
- 歩数履歴の表示画面で約 5 秒間操作しない状態が続くと、時刻モードの日時表示に戻ります。

◆歩数履歴をリセットする

❶ 時刻モードにします。

モードを切り替える…P.12

❷ Ⓓ ボタンと Ⓔ ボタンを同時に 5 秒以上押し続け、[CLR] と [ALL] が点滅から点灯に変わったら指を離します。

歩数履歴がすべてリセットされます。

1 日の目標歩数を変更する

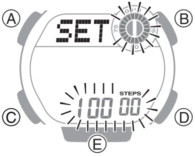
1 日の目標歩数を、1,000 歩単位で 50,000 歩まで設定できます。

❶ 時刻モードにします。

モードを切り替える…P.12

❷ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、[SET] が点滅から点灯に変わったら指を離します。

目標歩数が点滅します。



❸ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して目標歩数を設定します。

❹ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

正しく計測できないとき

次のような場合は、正しく計測できないことがあります。

- スリッパ、サンダル、草履など、すり足が起きやすい履物での歩行
- タイルやカーペット、雪道など、すり足が起きやすい路面を歩行
- 不規則な歩き方（混雑した場所や行列で少し歩いては止まるを繰り返すなど）
- 極端にゆっくりした歩行や極端に速いランニング
- ショッピングカートやベビーカーを押していた場合
- 振動の多い場所や、乗り物（自転車など）での使用の場合
- 手や腕だけを頻繁に動かすような動作（手拍子、うちわをあおぐなど）をしていた場合
- 手をつないで歩く、杖を突くなど、手と足がばらばらの動きになる場合
- 歩行以外の生活活動（掃除など）
- 利き腕に装着した場合
- 10 秒以下の歩行

ストップウオッチ

計測開始から 1 時間は 1/100 秒単位で、それ以降は 1 秒単位で最大 24 時間計測できます。
通常の計測に加えて、スプリットやラップも計測できます。

参考

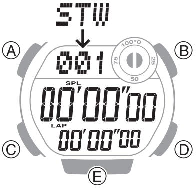
- スプリットタイムとラップタイムは、最大 200 本保存できます。保存したデータが 200 本を超えると、古いデータから自動で消去されます。
- 最新の計測データは、リコールモードで見ることができます。

記録したデータを見る…P.28

●準備

ストップウオッチモードにします。

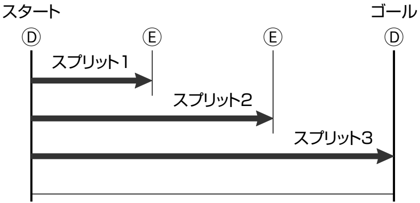
モードを切り替える…P.12



スプリットタイムとラップタイムについて

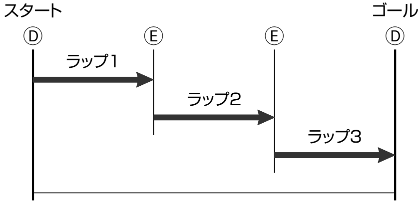
●スプリットタイム

スタートから任意の地点までの経過時間です。



●ラップタイム

トラック 1 周など、一定区間ごとの経過時間です。



計測する

❶ 以下の操作で計測します。

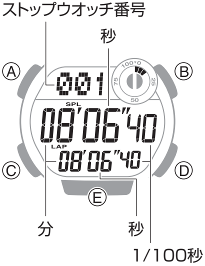
Ⓓ → Ⓓ → Ⓓ → Ⓓ
スタート　ストップ　再スタート　ストップ

❷ Ⓔ ボタンを押して、計測をリセットします。

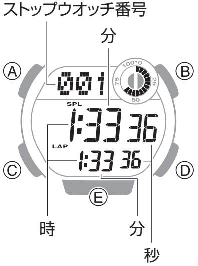
●計測値の見方

計測開始から 1 時間までは、1/100 秒単位で経過時間を表示します。1 時間以降は、1 秒単位で表示します。

1時間未満



1時間以上



スプリット / ラップを計測する

❶ 画面の表示方法を設定します。

スプリットタイムとラップタイムの表示を入れ替える …P.27

❷ 以下の操作で計測します。

- Ⓔ ボタンを押すごとに、その時点までの経過時間（スプリットタイム）と区間ごとの経過時間（ラップタイム）が表示されます。

Ⓓ スタート → Ⓔ スプリット/ラップ → Ⓓ ストップ

❸ Ⓔ ボタンを押して、計測をリセットします。

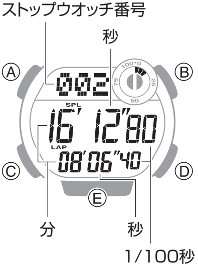
●計測値の見方

スプリットタイムとラップタイムが画面に表示されます。また、計測値が 1 時間までは 1/100 秒単位、1 時間以降は 1 秒単位で表示されます。

[SPL]：スプリットタイム

[LAP]：ラップタイム

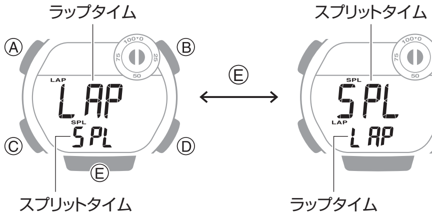
1時間未満



1時間以上

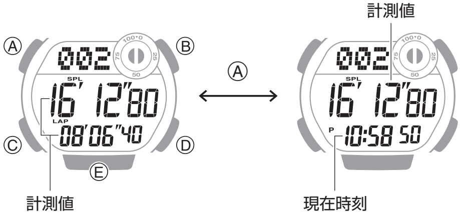
スプリットタイムとラップタイムの表示を入れ替える

計測がリセット状態のときに Ⓔ ボタンを 2 秒以上押し続けると、スプリットタイムとラップタイムが表示される場所が入れ替わります。



計測時に現在時刻を表示する

Ⓐ ボタンを押すと、下の画面の表示が現在時刻に切り替わります。再度 Ⓐ ボタンを押すと、画面の表示が計測値に戻ります。



過去の計測データを確認する

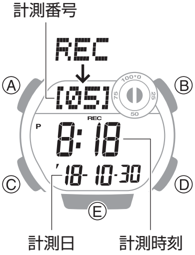
◆記録したデータを見る

スプリットとラップタイムを確認できます。

❶ リコールモードにします。

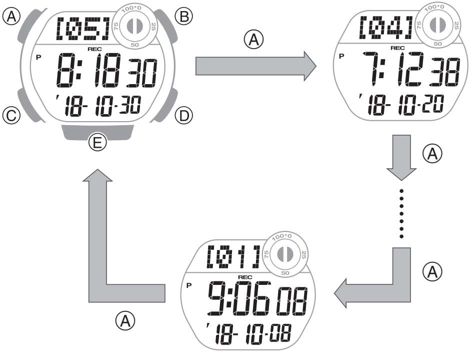
モードを切り替える…P.12

最新の計測番号と計測日時が表示されます。



❷ Ⓐ ボタンを押して計測番号を切り替えます。

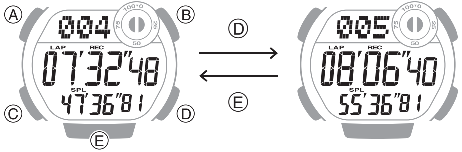
- Ⓐ ボタンを押すごとに、最新の計測番号から前の計測番号に切り替わります。



❸ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して、確認したい計測値を表示します。

[LAP]：ラップタイム

[SPL]：スプリットタイム



参考

- 計測したデータは、1回の計測（スタートからストップまで）ごとに計測番号で管理されます。

◆特定のデータを消去する

選んだデータのみを消去できます。

❶ リコールモードにします。

モードを切り替える…P.12

❷ Ⓐ ボタンを押して、消去したい計測番号を表示させます。

- Ⓐ ボタンを押すごとに、計測番号が切り替わります。

❸ Ⓓ ボタンと Ⓔ ボタンを同時に 2 秒以上押し続け、[CLR] が点滅から点灯に変わったら指を離します。

表示していたデータが消去されます。

参考

- 計測中のデータは消去できません。

◆すべてのデータを消去する

時計に記録されている計測データをすべて消去します。

重要

- 計測中にこの操作はできません。

❶ リコールモードにします。

モードを切り替える…P.12

❷ Ⓓ ボタンと Ⓔ ボタンを同時に 5 秒以上押し続け、[CLR ALL] が点滅から点灯に変わったら指を離します。

[CLR] が点滅から点灯になり、表示していたデータが 1 件消去されます。さらに押し続けると、[ALL] が点滅から点灯に変わり、すべてのデータが消去されます。

設定した時間をカウントダウンします。タイムアップ時に10 秒間音が鳴ります。

- 以下のときは音が鳴りません。
  - 電池が不足しているとき

●準備

タイマーモードにします。

モードを切り替える…P.12

時間を設定する

タイマーは、1 秒単位で 60 分まで設定できます。

- タイマーで計測中の場合は、タイマーをリセットしてください。

タイマーを使う…P.32

❶ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続けます。

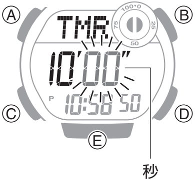
「分」を設定できるようになります。

❷ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して、タイマーの「分」を設定します。

❸ Ⓒ ボタンを押します。

「秒」を設定できるようになります。

❹ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して、タイマーの「秒」を設定します。



❺ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 0 分 00 秒を指定すると、60 分のカウントダウンタイマーを設定できます。

タイマーを使う

以下のように操作します。

Ⓓ スタート → （計測開始） → Ⓓ 一時停止 → Ⓓ 再スタート → （タイムアップ）

- タイムアップ時に 10 秒間音が鳴ります。
- 計測を途中で止めたい場合は、一時停止中に Ⓔ ボタンを押してください。タイマーがリセットされます。

タイマーの音を止める

タイマーの音が鳴っているときに、いずれかのボタンを押します。

デュアルタイム

現在地の時刻とは別に、海外時刻などもう 1 つの時刻を設定できます。

●準備

デュアルタイムモードにします。

モードを切り替える…P.12

デュアルタイムを設定する

❶ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、「時」が点滅したら指を離します。

❷ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して「時」を合わせます。

❸ Ⓒ ボタンを押します。

「分」が点滅します。

❹ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して「分」を合わせます。

- 15 分単位で設定できます。

❺ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

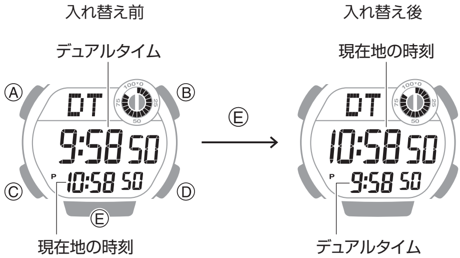
ホーム都市の時刻とデュアルタイムを入れ替える

❶ デュアルタイムモードにします。

モードを切り替える…P.12

❷ Ⓔ ボタンを 2 秒以上押し続けます。

ホーム都市の時刻とデュアルタイムが入れ替わります。



参考

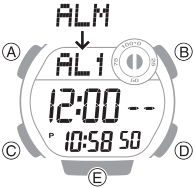
- 海外に渡航するときに、この機能をお使いいただくと便利です。

指定した時刻を音でお知らせします。アラームは 5 つ設定できます。また、毎正時（00 分）に時報を鳴らすこともできます。

●準備

アラームモードにします。

モードを切り替える…P.12



アラームをセットする

❶ Ⓓ ボタンを押して、セットしたいアラームの番号（[AL1] ～ [AL5]）を表示させます。

❷ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、「時」が点滅したら指を離します。

❸ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して「時」を合わせます。

・ 12 時間制で表示している場合、午後は [P] が表示されます。

❹ Ⓒ ボタンを押します。

「分」が点滅します。

❺ Ⓓ ボタンまたは Ⓔ ボタンを押して「分」を合わせます。

❻ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- セットした時刻になると、音を 10 秒間鳴らしてお知らせします。

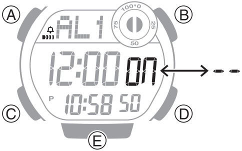
アラームと時報のオン / オフを切り替える

❶ Ⓓ ボタンを押して、セットしたいアラームの番号（[AL1] ～ [AL5]）または時報（[SIG]）を表示させます。

❷ Ⓔ ボタンを押して、アラームまたは時報のオン / オフを切り替えます。

[On]：オン

[ーー]：オフ



アラームを止める

アラームの音が鳴っているときに、いずれかのボタンを押します。

オン / オフの区分について

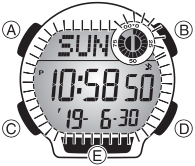
アラームや時報をオンにすると、該当する表示が点灯します。アラームの場合は、1 つでもオンにするとアラームの表示が点灯します。

ライト

暗い所で時計の表示を見るときに、LED ライトを点灯させて画面を明るくすることができます。

手動で点灯させる

Ⓑ ボタンを押すと、ライトが点灯します。



- ライト点灯中にアラーム音が鳴ると、消灯します。

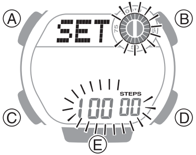
点灯時間を設定する

ライトの点灯時間は、1.5 秒と 3 秒のどちらかを選ぶことができます。

1 時刻モードにします。

モードを切り替える…P.12

2 Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、[SET] が点滅から点灯に変わったら指を離します。

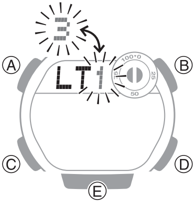


3 Ⓒ ボタンを 9 回押して、[LT] を表示させます。

❹ Ⓓ ボタンを押して、点灯時間を選びます。

[1]：1.5 秒点灯します。

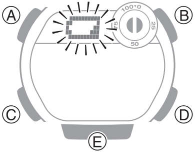
[3]：3 秒点灯します。



❺ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

電池の交換時期

電池の電圧が低下すると、 が点滅し、使用できる機能が制限されます。 が常に点滅する場合は、電池を交換してください。



●準備

時刻モードにします。

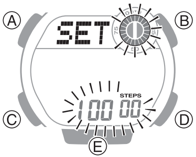
🔍 モードを切り替える…P.12

ボタンの操作音を設定する

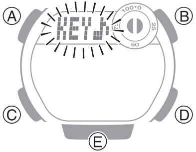
ボタンを押したときに音が鳴る／鳴らないを設定できます。

- 操作音をオフにすると、♪̸ が点灯します。

❶ Ⓐ ボタンを 2 秒以上押し続け、[SET] が点滅から点灯に変わったら指を離します。



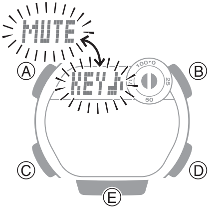
❷ Ⓒ ボタンを 8 回 押して、[KEY ♪] または [MUTE] を点滅させます。



❸ Ⓓ ボタンを押して、操作音を鳴らすかどうかを設定します。

[KEY ♪] : 操作音が鳴ります。

[MUTE] : 操作音は鳴りません（オフ）。



❹ Ⓐ ボタンを押して、設定を終了します。

製品仕様

精　　度：平均月差±30秒

基本機能：時･分･秒･年･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)

歩数計機能：3軸加速度センサーによる歩数計測
歩数表示範囲　0～999,999歩
ステップインジケーター表示
歩数グラフ
歩数履歴表示
歩数リセット
　毎日午前 12 時（深夜 0 時）に
　自動リセット
　手動リセット
目標歩数設定機能
　歩数設定単位　1,000 歩
　歩数設定範囲　1,000 ～
　　　　　　　　50,000 歩
歩数精度
　± 3%（振動試験機による）
パワーセービング機能

ストップウオッチ / データリコール機能：計測単位
　1/100 秒（1 時間未満)、
　1 秒（1 時間以上）
計測範囲　23 時間 59 分 59 秒
計測機能
　通常計測、積算計測、ラップタイム / スプリットタイム計測、計測データを 200 本メモリー

タイマー機能：計測単位　1 秒
計測範囲　60 分
時間セット単位　1 秒
時間セット範囲　1 秒～ 60 分
タイムアップ報音時間　10 秒間

デュアルタイム機能：時・分・秒
ホームタイムとの時刻入れ替え機能

アラーム機能：時刻アラーム
アラーム数　5 本
セット単位　時・分
アラーム報音時間　10 秒間
時報　毎正時に電子音で報知

そ　の　他 ：	LED ライト、ライト点灯時間切り替え、操作音 ON/OFF、電池切れ予告機能
使 用 電 池 ：	CR1620　1 個（電池別途販売） 電池寿命　約 2 年 使用条件 　アラーム　1 回（10 秒間）/ 日 　ライト点灯　1 回（1.5 秒）/ 日 　歩数計測　12 時間 / 日

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。

歩数計

状況	原因と対処
歩数が正しく表示されない	本機は腕に装着する歩数計のため実際の歩行とは関係のない腕の動きも検知し歩数としてカウントしてしまうことがあります。 歩数計…P.16 また、時計の装着方法や歩行中の腕の動かし方によっては、正しくカウントできないことがあります。 歩数を計測する…P.16
歩数が増えない	誤カウントを防ぐため、歩行開始から約10 秒はカウントの表示が増えません。 約 10 秒以上の歩行があると、それまでの歩行を追加して表示します。

状況	原因と対処
使用中に [ERR] が表示された	センサーや内部回路が故障すると[ERR]（エラー）が表示され、センサー機能が使用できなくなります。 3 分以上表示が消えない、または何度も表示される場合は、センサーの故障が考えられます。 「修理に関するお問合せ先」にご相談ください。

アラーム

状況	原因と対処
アラームが鳴らない	アラームの設定がオンになっていますか?オフになっている場合は、アラームの設定をオンにしてください。 アラームと時報のオン / オフを切り替える…P.37

画面の表示

状況	原因と対処
現在の表示モードがわからない	現在のモードは、画面の表示で確認できます。モードは Ⓒ ボタンで切り替えることができます。 モードを切り替える…P.12

電池

状況	原因と対処
が点滅している	電池の電圧が低下すると、バッテリーインジケーターが点滅します。 電池の交換時期…P.41
［R］が点滅している	電池残量が少ない、もしくはライトなどを短時間に連続使用すると電池残量が一時的に減少し［R］を表示することがあります。この場合、時計以外の全機能が使用できなくなります。 長時間［R］表示が消えない、または何度も表示されるときは、電池残量が少なくなっている可能性があります。 電池交換を「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。

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。

		日常生活用防水	日常生活用強化防水		
			5気圧防水	10気圧防水	20気圧防水
表示	時計の表面または裏ぶたに表記	「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	×	×	○	○
	スキンダイビング（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で、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、曇りが消えなかったり、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。

● 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ことがあります。

■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は、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いてください。

■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。

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

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を回したり、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。

電池交換について

● 電池交換は必ず「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。
● 電池は必ず当社指定の専用電池と交換してください。指定以外の電池を使用しますと故障の原因となる場合があります。
● 電池交換の際、防水検査を行います。
● 樹脂（外装）部品は日々のご使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。電池交換ご依頼品の樹脂部分にひびなどの異常がある場合、破損の恐れがありますので作業を行わずにご返却する旨のご案内をさせていただくことがございます。あらかじめご了承ください。

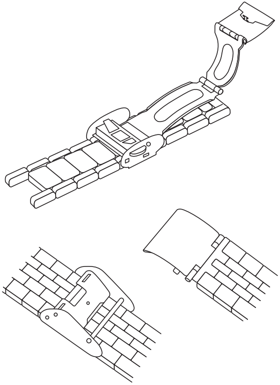
■最初の電池

● お買い上げの時計に組み込まれている電池（モニター用電池）は、工場出荷時点に時計の機能や性能をチェックするために組み込まれたものです。
● お客様がお買い上げになるまでの期間に電池は消耗しますので、モニター用電池は取扱説明書などに記載されている電池寿命に満たない場合があります。また、電池交換は保証期間内でも有料となります。

■電池の消耗

● 電池が消耗しますと「時刻の狂いが目立ったり」「表示が見にくくなったり」「消えたり」します。
● 消耗した電池を使っていると故障の原因になりますので、お早めに交換してください。

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）