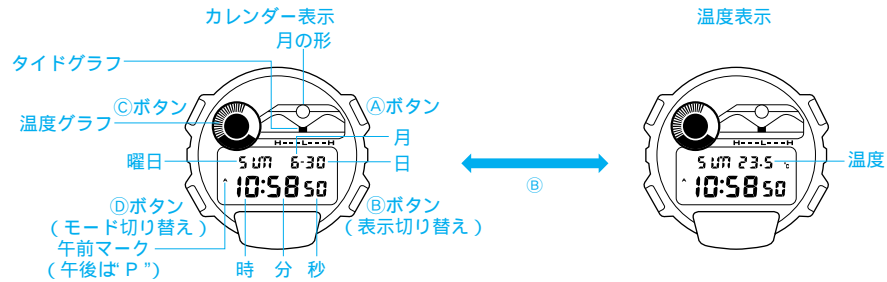


操作のしくみと表示の見方 ①ボタンを押すごとに確認音が鳴り、以下の順で表示が切り替わります。

各モードで、何らかのボタンを押したあとに①ボタンを押すと、直接時刻モードに戻ります。

時刻モード

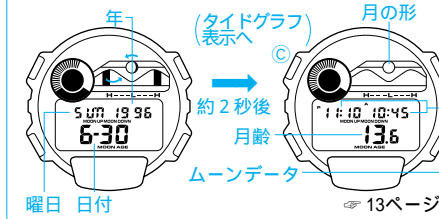


曜日の見方
曜日は、英語頭3文字を表示します。それぞれ以下の意味となります。
SUN:日 MON:月 TUE:火 WED:水 THU:木 FRI:金 SAT:土

時刻モードでの表示切り替え
時刻モードで①ボタンを押すごとに、カレンダー表示と温度表示が切り替わります。温度表示に切り替えたときは、そのときの時計内部の温度を計測し、表示します。

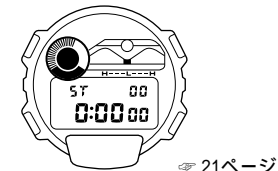
ムーンデータモード

今日および好きな日の「月齢」「ムーンデータ」「タイドグラフ」を見ることができます。



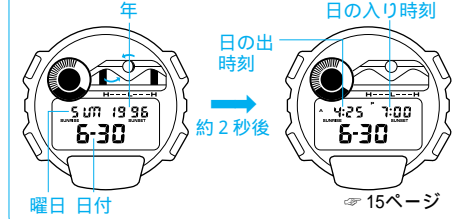
ストップウォッチモード

1/100秒単位で、23時間59分59秒99(24時間計)まで計測できます。



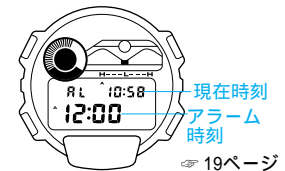
日の出・日の入りモード

今日および好きな日の「日の出・日の入り時刻」を見ることができます。



アラームモード

分単位でセットでき、セットした時刻になると電子音で知らせます。また、毎正時(00分)の時報も鳴らすことができます。



ライト点灯について

本機の表示部にはELパネル（エレクトロルミネッセンスパネル）が内蔵されており、暗いときに表示を明るくして見るすることができます。

時刻モードのとき、

① ボタンを押します

ボタンから指を離してから約2秒間文字盤が発光します。



文字板発光中に①ボタンを押すと、その時点から引き続き発光します。

温度計測について

本機には温度センサーが内蔵されており、常時2分おきに時計内部の温度を計測し、時刻モード<温度表示>で表示します。

温度表示にするには

時刻モード<カレンダー表示>のとき、

② ボタンを押します

<温度表示>となり、そのときの温度を計測/表示します。以後2分おきに温度を計測/表示します。場合により2分おきに計測しないことがあります。故障ではありません。



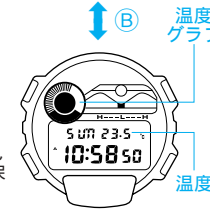
温度表示の見方

現在温度は0.1単位（グラフ部は2単位）で表示されます。（右図参照）

温度の表示範囲は -20.0 ~ 60.0 です。この範囲を超えると「- - -」と表示されます。温度が表示範囲内に戻ると、通常に表示します。

温度グラフの見方

現在温度を、1目盛 = 2 でグラフ表示します。
-20.0 以下のときはすべて消灯、50.0 以上のときはすべて点灯します。



ご注意

温度センサーは、時計に内蔵されているため、本機に表示される温度は時計自体の温度となります。急激な温度変化が起きても、その温度を表示するまで（時計内部の温度がその温度になるまで）約30~40分程度かかります。また、体温（腕につけているとき）直射日光、水滴等の影響を受けますので、正確な温度を計測する場合は、時計を腕からはずし、風通しのよい日陰で水滴をよくふきとってから計測してください。

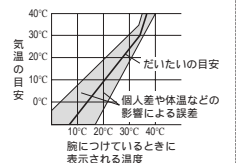
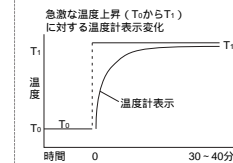
<参考> 以下の場合、正確な温度を表示しないことがあります。それぞれのグラフを参考にして温度の目安にしてください。

急激な温度変化があった場合

腕につけたままで温度（気温）を計測する場合

時計自体の温度が実際の温度と同じになり、正確な温度を表示するまで約30~40分程度かかります。

本機を腕につけているときは、体温などの影響により正確な温度を計測できないことがあります。



温度調整のしかた

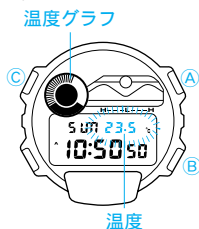
本機は工場出荷時に温度調整してありますので、温度調整を行なう必要はありません。ただし、本機の表示する温度が、信頼ある正確な温度計の表示する温度と大きく異なるときは、以下の手順で温度調整を行なってください。

準備：「温度表示にするには」を参照して時刻モード<温度表示>にします。

(1) <温度表示>のとき、

③ボタンを約1秒間
押しします

温度が点滅します。



(2) 温度値のセット

②または①ボタンを押しします

数字を進めるときは②ボタン、戻すときは①ボタンを押しします。

いずれも押すごとに0.1ずつ進み、押し続けると早く進みます。調整できる範囲は、表示している温度の±9.9以内となります。

誤ってセットしてしまったら

温度が点滅しているとき、

①・②ボタンを同時に
押しします

工場出荷時に調整してある基準温度に戻ります。

(3) セットが終わりましたら、

③ボタンを押しします

点滅が止まり、<温度表示>に戻ります。

セット表示のままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まり、温度表示に戻ります。

温度調整時のご注意

1. 信頼できる正確な温度計と比較して行ってください。
2. 本機を腕からはずし、30分以上放置して温度を安定させてから行ってください。
3. セット操作は速やかに行ってください。体温の影響により温度が変化してくることがあります。

使用場所の設定のしかた

本機の表示する「月齢」「日の出・日の入り時刻」「タイドグラフ」は、使用場所により表示される値が異なります。ご使用前にあらかじめ使用する場所(港)の設定をする必要があります。以下の手順で、使用場所の設定を行なってください。

使用場所の設定は、一度行なえば再びする必要はありません。ただし、引越や旅行など、大きく移動したときはその場所に合わせて設定しなおしてください。本機は工場出荷時に「使用場所 = 東京 (GMT + 9、140E ° 36N °)、月潮間隔 = 0 : 00」に設定されています。そのため、ご使用場所によっては表示内容が異なりますので、ご理解の上、操作を行なってください。

使用場所の設定 (時差 / 緯度 / 経度)

「月齢」「ムーンデータ」「タイドグラフ」「日の出・日の入り時刻」に使用します。

(1) 時刻モード<カレンダー表示>のとき、
③ボタンを約1秒間押し続けます

現在時刻合わせ表示となります。
(現在時刻の合わせ方は22ページ参照)

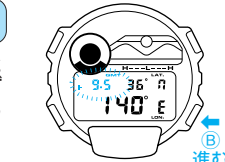
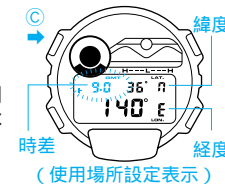
(2) ③ボタンをもう一度
押しします

時差が点滅し、使用場所の設定表示となります。

(3) 時差の入力

②ボタンを押しします

②ボタンを押すごとに時差が0.5時間ずつ進み、押し続けると早く進みます。



日本の時差は+9時間ですので、日本で使用するときは時差を「+9.0」とします。
“GMT”とは“世界標準時”のことで、本機でいう“時差”とは“GMTとの差”を意味しています。なお、サマータイムにより、「時差」が変わったときも、セットしなおしてください。

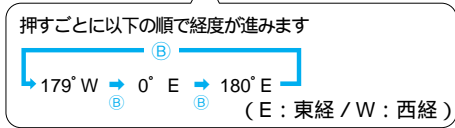
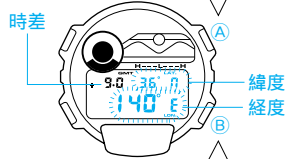
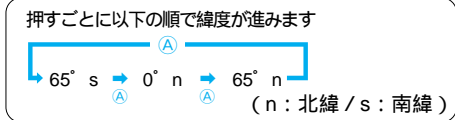
(4) 緯度 / 経度の入力

時差入力後、**①**ボタンを押します

緯度 / 経度が点滅します。

このとき、**①**ボタンを押すと緯度が進み、**②**ボタンを押すと経度が進みますので、合わせたい緯度 / 経度を表示させます。

①・**②**ボタンとも、押し続けると数字が早く進みます。



日本国内の緯度 / 経度は18ページ「日本の緯度・経度」を参照してください。
また、海外などその他の地域は18ページ「時差と緯度・経度」を参照してください。
緯度・経度は1度単位で表示されますので、小数点があるときは丸めて入力してください。
(例 = 50° 40' 51°)

(5) すべての入力が終わりましたら、**③**ボタンを押します

点滅が止まり、時刻モードに戻ります。

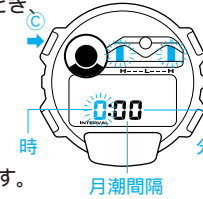
点滅表示のまま、2 ~ 3分すると、自動的に時刻モードに戻ります。
時差、経度、緯度のいずれかを変更すると、グラフ部が点滅する計算表示のあと、時刻モードに戻ります。

使用港の設定 (月潮間隔時間)

「タイドグラフ」に使用します。

(1) ムーンデータモードのとき

③ボタンを約1秒間押し続けます



月潮間隔が点滅します。

このとき、INTERVAL マークが点灯します。

(2) 月潮間隔の入力

12ページ「月潮間隔一覧表」を参照して使用場所 (港) を探します。
その場所に最も近い地域の月潮間隔を選びます。
東京 (芝浦) でタイドグラフを見るときは月潮間隔を「5 : 22」に設定します。

月潮間隔が点滅しているとき、

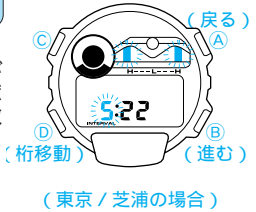
④ボタンを押します

押すごとに点滅箇所が「時 分」を移動しますので、入力したい桁を選びます。



①または**②**ボタンを押します

①ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が1ずつ戻り、**②**ボタンを押すごとに数字が1ずつ進みます。それぞれ押し続けると早く進みます。



(3) 終わりましたら**③**ボタンを押します

点滅が止まり、タイドグラフを表示します。
ムーンデータ、月齢を表示させるには、もう一度**③**ボタンを押します。

< 参考 >

月潮間隔一覧表
～日本の港における
平均高潮間隔*～

この表の使い方

本機を使用する場所(港)を探し、その場所に一番近い地域の月潮間隔を読み取り、その時間を本機に入力すると、その場所でのタイドグラフを表示できます。

地域	地港名	平均高潮間隔 時 分	地域	地港名	平均高潮間隔 時 分	地域	地港名	平均高潮間隔 時 分	
北海道北岸	紋別*	3:04	尾鷲	5:52	八幡	9:52	豊後水道	宇和島	7:13
北海道西岸	稚内*	3:56	串本	6:03	本州北西岸	外の瀨(浜田)	12:12		
	留萌*	4:29	田辺	5:59		境	2:23		
	小樽*	4:05	南方諸島	八丈島/神湊	5:29		舞鶴/第1区	2:29	
北海道南岸	函館	3:57		父島/二見	6:25		富山	2:48	
	室蘭	3:35	四国南岸	高知	6:01		新潟/西港	3:03	
	苫小牧	3:38	瀬戸内海	和歌山	6:26		秋田	3:11	
	浦河	3:41		小松島	6:10	九州北岸	博多/心頭	9:34	
	釧路	3:45		大阪	7:24		唐津	9:22	
本州北岸	青森	3:33		神戸	7:25		対馬/厳原	8:42	
	大湊	3:41		姫路/飾磨*	10:53				
本州東岸	八戸	3:39		宇野	11:08	九州西岸	佐世保	8:18	
	釜石	3:53		高松	11:19		長崎/松ヶ枝	7:55	
	塩釜/港橋	4:04		水島	11:18		三池	8:56	
	小名浜	4:23		尾道	11:03		三角	8:44	
	鹿島	4:23		新居浜	11:01	九州南岸	鹿児島	7:05	
東京湾	千葉/灯標	5:16		広島	9:36	九州東岸	油津	6:03	
	東京/芝浦	5:22		呉	9:36		細島	6:06	
	横浜/新山下	5:18		松山	9:14	南西諸島	奄美大島/名瀬	6:50	
	横須賀	5:16		大分/鶴崎	8:24		那覇	6:49	
本州南岸	南伊豆(小稲)	5:36		菊田	8:55				
	清水	5:44		徳山	8:42				
	衣浦/武豊	6:12		宇部	8:49				
	名古屋	6:11		下関/壇の浦	8:58				
	四日市	6:09		門司/旧門司	8:59				

上記の表は、高潮と低潮が1日2回ずつおきるときの月潮間隔を記載しています。ただし、*印のついた地域は、高潮と低潮の間隔にばらつきがあるため、季節により高潮と低潮が1日1回ずつしか起きないことがあります。このような時期では、本機のタイドグラフと実際の潮汐現象とが大きく異なりますのでご注意ください。

出典：海上保安庁「書誌第781号 平成8年 潮汐表 第1巻 日本及びその付近」
水路図誌利用「海上保安庁許諾 第070026号」

「月齢」と「タイドグラフ」の見方

「月齢」を見る

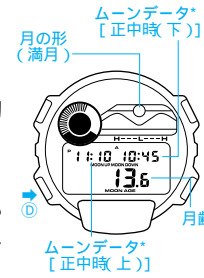
「今日の月齢」を見る

時刻モードのとき、
①ボタンを1回押します

ムーンデータモードに切り替わり、約2秒後今日の月齢を表示します。

このとき、月が正中する時刻(ムーンデータ*)も同時に表示します(右図)。*ムーンデータについては16ページ参照

月齢を見終わりましたら、①ボタンを押して時刻モードに戻します。



< 月齢表示の見方 >

本機の月齢表示は、以下のように表示されます。

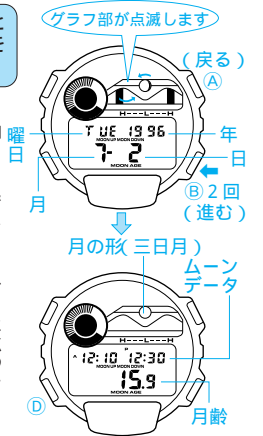
月の形	新月	上弦	満月	下弦	新月				
月齢	0.0	1.9	5.6	9.3	13.0	16.7	20.4	24.1	27.8
表示	☾	☽	☽	☾	☾	☽	☽	☽	☾

「好きな日の月齢」を見る

「今日の月齢」表示のとき、①または②ボタンを押します

②ボタンを押すと1日ずつ進み、①ボタンを押すと1日ずつ戻ります。
②ボタン、①ボタンで月齢を見たい日にちを選びます。

①・②ボタンとも押し続けると日にちが早く進みます。①・②ボタンを押して日にちを選ぶと、グラフ部が点滅する計算表示の後、その日の月齢とムーンデータを表示します。



デジタル表示されている部分が「月の影」、表示されていない部分が「月の形=見える形」となります。月の形は表示日の「正午」において、北半球を基準として月を南向きに見上げたときのおおよその形です。(月の左右どちらが欠けているのみを表現するものであり、実際に見える月の形とは異なります。)なお、南半球や赤道付近で北寄りに月が見えるときは左右逆に見えます。月の形は、時刻・カレンダーおよび使用場所を正しく合わせておかないと正しく表示されませんのでご注意ください。

「潮の様子(タイドグラフ)」を見る

「現在の潮の様子」を見る 現在の潮の様子

時刻モードのとき、グラフ部分に表示されます。(右図)

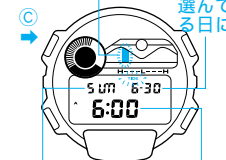


(時刻モード)

「好きな日の潮の様子」を見る

(1) 13ページの「好きな日の月齢」を見る”の手順で、日にちを選びます。

午前6時の潮の様子(点滅) 選んでいる日にち



TIDEマーク 午前6時 (ムーンデータモード)

(2) Cボタンを押します

タイドグラフ表示となり、選んでいる日*の午前6時(6:00 AM)時点の潮の様子をグラフ表示します。

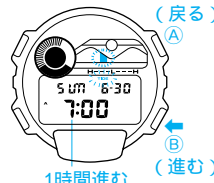
このとき TIDE マークが点滅します。

*「今日の月齢」表示のときは今日の潮の様子を、「好きな日の月齢」表示のときはその日の潮の様子を表示します。

< 同じ日の他の時間帯の「潮の様子」を見るときは >

BボタンまたはAボタンを押します

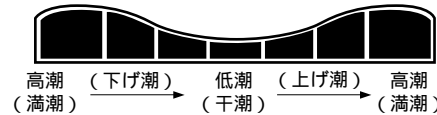
Bボタンを押すごとに1時間ずつ進み、Aボタンを押すごとに1時間ずつ戻りますので、Bボタン、Aボタンで見たい時間帯を選びます。



A・Bボタンとも押し続けると早く進みます。見終わりましたら、Dボタンを押して時刻モードに戻します。

< タイドグラフの見方 >

本機のタイドグラフ表示は、以下のように点滅箇所によって「潮の様子」を表現します。



△注意

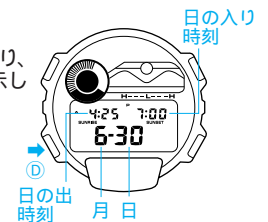
本機のタイドグラフ表示は干潮/満潮時刻を求める「潮汐計」ではありません。本機を航海等で「潮汐計」として使用しないでください。あくまで、潮の満ち干きの様子を見る「目安」としてお使いください。

「日の出・日の入り時刻」の見方

「今日の日の出・日の入り時刻」を見る

時刻モードのとき、Dボタンを2回押します

日の出・日の入りモードに切り替わり、今日の日の出・日の入り時刻を表示します。(右図)



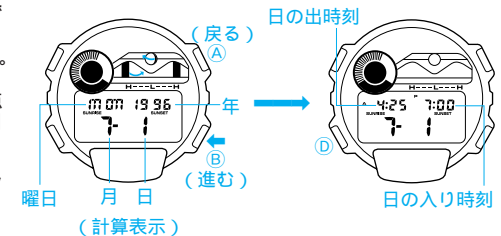
「好きな日の日の出・日の入り時刻」を見る

「今日の日の出・日の入り時刻」表示のとき、AまたはBボタンを押します

Bボタンを押すと1日ずつ進み、Aボタンを押すと1日ずつ戻りますので、Bボタン、Aボタンで見たい日にちを選びます。
A・Bボタンとも押し続けると日にちが早く進みます。

A・Bボタンを押して日にちを選ぶと、グラフ部分が点滅する計算表示(右図)の後、その日の「日の出・日の入り時刻」を表示します。

日の出・日の入り時刻を見終わりましたら、Dボタンを押して時刻モードに戻します。



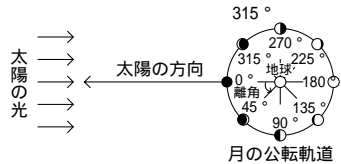
参考

月の満ち欠けと月齢*

月は約29.53日の周期で満ち欠けを繰り返します。これは月の公転により地球と太陽に対する月の位置(月の離角*)が少しずつずれることで、地球から見た月の影の見え方が変わるためです。なお、月の満ち欠けや月相のことを天文用語では「月の盈虚(えいきょ)」といいます。

*月齢...新月(朔:さく)からの経過時間を日数で表わしたもの
 例) 6月14日の午前6時が新月(=月齢0日)のとき、1.5日(36時間)後の6月15日午後6時の月齢は1.5日となります。
 *月の離角...地球から見て太陽の見える方向からの角度

月の満ち欠け	月の離角	月齢
新月(朔:さく)	0°	0.0日
上弦	90°	約7.4日
満月(望:ぼう)	180°	約14.7日
下弦	270°	約22.1日



月齢を求めるときは、一般的に「正午」を基準とする方法と「午前0時」を基準とする方法があります。本機では「正午」における月の離角をもとに「正午」の月齢を概算しています。(なお、本機は月の離角より概算しているため、若干の誤差(±1日)により、実際に見える月の形と異なることがありますのでご注意ください)

$$\text{概算式} \sim \text{月齢} = 29.53 \times \frac{\text{月の離角}}{360^\circ} (\text{日})$$

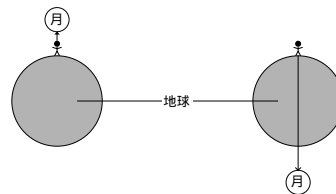
ムーンデータとは

月の日周運動(地球の自転による1日の動き)の中で、使用場所(観測者)に正中する時刻を指します。地球上で観測すると、ほぼ1日に2回月が正中します。頭上に正中するときは「MOON UP」、地球の反対側に正中(極下正中)するときは「MOON DOWN」と呼びます。(下図)

ただし、地球の自転と月の公転の関係により、月の正中周期は24.5時間となるため、日によって、1日に1回しか月が正中しないことがあります。

「MOON UP」と「MOON DOWN」

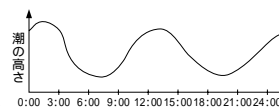
頭上に正中したとき...「MOON UP」
 地球の反対側に正中(極下正中)したとき...「MOON DOWN」



タイドグラフについて

潮汐(タイド)とは

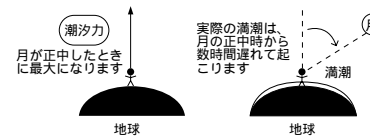
地球上の海面は、約6時間ごとに高くなったり、低くなったりする昇降運動を繰り返しています。これは、潮汐(ちょうせき)と呼ばれ、主に月の引力に作用されて起こる現象です。



月潮間隔とは

理論上では、月が正中したとき(下図左)に高潮(満潮)になり、その約6時間後に低潮(干潮)になるといわれています。ただし、実際の地球上では、海水の粘性や摩擦、海底の地形などの影響によって正中時より若干遅れて高潮になります(下図右)。この時間差を「月潮間隔」と呼びます。

月が正中後、高潮になるまでの時間差を「高潮間隔」、高潮から低潮になるまでの時間差を「低潮間隔」と呼び、この2つを総称して「月潮間隔」といいます。「月潮間隔」は同じ日本国内でも地域により異なります。なお、それぞれの地域(港)で、長期間に渡って調査した「高潮間隔」の平均値を「平均高潮間隔」といいます。

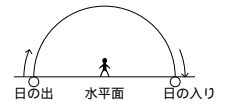


本機のタイドグラフは

本機は、月の正中時間と月潮間隔から潮の満ち干きの様子をグラフ表示(=タイドグラフ)します。地域により月潮間隔は異なるため、あらかじめその時間(=「月潮間隔」)を本機に設定しておく必要があります。地域(港)ごとの月潮間隔は12ページ「月潮間隔一覧表」を参照してください。なお、日本海側および半月(小潮)のときは、潮汐現象がはっきり現れないため誤差が大きくなります。

日の出・日の入りについて

本機でいう「日の出の入り」とは、海拔0mにおける水平面での時刻をさします。そのため、海拔高度や地形により多少の誤差ができます。一般に高度が高くなるほど日の出は早くなり、日の入りは遅くなります。



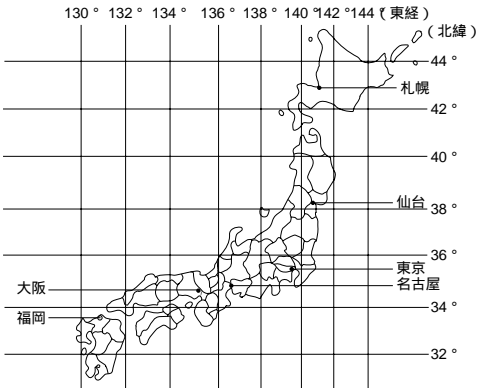
日の出・日の入り時刻の計算

日の出・日の入り時刻は日付による視赤経、恒星時と視赤緯(季節による変わる太陽高度)、場所によるGMTとの時差と緯度/経度によって決まります。本機では、これらのデータを簡略化した推算式により概算していますので、地域によっては多少の誤差が出る場合があります。

日の出・日の入り時刻の予測誤差...

低~中緯度のとき = 約5分以内
 高緯度のとき = 約5~10分以内

日本の緯度・経度



時差と緯度・経度

都市名	標準時差	DST	経度	緯度	都市名	標準時差	DST	経度	緯度
ハコビコ	-11	-10	171°W	14°S	ハンブルグ	+1	+2	10°E	54°N
ホノルル	-10	-9	158°W	21°N	ストックホルム	+1	+2	18°E	59°N
ハワイ	-10	-9	150°W	18°S	フランクフルト	+1	+2	9°E	50°N
アウカモウツ	-9	-8	150°W	61°N	ウィーン	+1	+2	16°E	48°N
ロサンゼルス	-8	-7	118°W	34°N	カイロ	+2	+3	31°E	30°N
サンフランシスコ	-8	-7	122°W	38°N	アテネ	+2	+3	24°E	38°N
ラスベガス	-8	-7	115°W	36°N	ヘルシンキ	+2	+3	25°E	60°N
バンクーバー	-8	-7	123°W	49°N	イスタンブール	+2	+3	29°E	41°N
シアトル	-8	-7	122°W	48°N	ペイリート	+2	+3	36°E	34°N
デンバー	-7	-6	105°W	40°N	ダマスカス	+2	+3	36°E	33°N
エルバソ	-7	-6	106°W	32°N	クアエート	+3	+4	48°E	29°N
エドモントン	-7	-6	114°W	54°N	ジェッダ	+3	+4	39°E	21°N
シカゴ	-6	-5	88°W	42°N	アデイスアベバ	+3	+4	39°E	9°N
ヒューストン	-6	-5	95°W	30°N	ナイロビ	+3	+4	37°E	1°S
ダラス	-6	-5	97°W	33°N	ハーレーン	+3	+4	50°E	26°N
ニューオーリンズ	-6	-5	90°W	30°N	トバイ	+4	+5	55°E	25°N
スエジコシティ	-6	-5	99°W	19°N	アブダビ	+4	+5	54°E	24°N
ニューヨーク	-5	-4	74°W	41°N	カラチ	+5	+6	67°E	25°N
モントリオール	-5	-4	74°W	45°N	ダッカ	+6	+7	90°E	23°N
デトロイト	-5	-4	83°W	42°N	バンコク	+7	+8	100°E	14°N
マイアミ	-5	-4	80°W	26°N	ジャカルタ	+7	+8	107°E	6°S
ボストン	-5	-4	71°W	42°N	プノンペン	+7	+8	105°E	12°N
パナマシティ	-5	-4	80°W	9°N	ハノイ	+7	+8	106°E	21°N
リマ	-5	-4	77°W	12°S	香港	+8	+9	114°E	22°N
カラカス	-4	-3	67°W	10°N	シンガポール	+8	+9	104°E	1°N
サンチアゴ	-4	-3	71°W	33°S	クアラルンプール	+8	+9	102°E	3°N
リオデジャネイロ	-3	-2	43°W	23°S	上海	+8	+9	121°E	31°N
サンパウロ	-3	-2	47°W	24°S	台北	+8	+9	122°E	25°N
ブラジリア	-3	-2	48°W	16°S	マニラ	+8	+9	121°E	15°N
プエルトアレイレス	-3	-2	58°W	35°S	バース	+8	+9	116°E	32°S
アダレス諸島	-1	-0	25°W	38°N	東京	+9	+10	140°E	35°N
ロンドン	+0	+1	0°E	51°N	ソウル	+9	+10	127°E	38°N
ダブリン	+0	+1	6°W	53°N	平壤	+9	+10	126°E	39°N
カサブランカ	+0	+1	6°W	34°N	シドニー	+10	+11	151°E	34°S
ダカール	+0	+1	17°W	15°N	メルボルン	+10	+11	145°E	38°S
パリ	+1	+2	2°E	49°N	クアム	+10	+11	145°E	13°N
リスボン	+1	+2	9°W	39°N	ヌメア	+11	+12	168°E	22°S
モントロ	+1	+2	9°E	45°N	ポートヴィラ	+11	+12	168°E	18°S
ローマ	+1	+2	12°E	42°N	ウェリントン	+12	+13	175°E	41°S
マドリード	+1	+2	4°W	40°N	クワイストチャーチ	+12	+13	173°E	43°S
アムステルダム	+1	+2	5°E	52°N	アウライランド	+12	+13	168°E	1°S

この表は1995年11月現在作成のものです。
 時差はグリニッジ標準時 協定世界時: UTC 差基準としたものです。
 DSTとはサマータイムのことで、Daylight Saving Timeの略です。
 また、DSTの採用時期は各都市により異なりますし、採用していない都市もありますのでご確認ください。

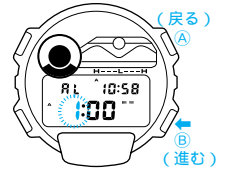
アラームの使い方 ...時刻モードのときに①ボタンを3回押すと、アラームモードになります。

アラームは分単位でセットでき、セットした時刻になると20秒間の電子音で知らせます。また、毎正時00分に時報を鳴らすこともできます。

(2) 数値セット
 セットしたい箇所が点滅しているとき、

②または③ボタンを押します

②ボタンを押すごとに数字が進み、③ボタンを押すごとに数字が戻ります。いずれも押し続けると早く進みます。

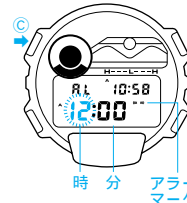


アラーム時刻のセットのしかた

(1) セット表示にする
 アラームモードのときに、

④ボタンを約1秒間押します

<アラームモード>



アラーム時刻の「時」が点滅し、「III」が点灯します。

このとき、①ボタンを押すごとに点滅箇所が「時」「分」で移動しますので、セットしたい箇所を点滅させます。

点滅表示のまま、2~3分経過すると自動的に点滅が止まります。

「時」のセットのとき午前(A)/午後(P)にご注意ください。基本時刻を24時間制表示にしているときは、アラーム時刻も自動的に24時間制表示となります。



(3) セット終了後、④ボタンを押すと、点滅が止まります。



アラーム・時報のON/OFF設定

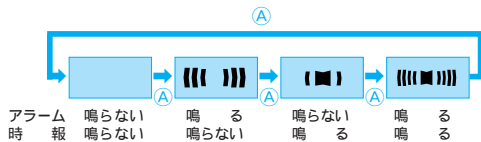
～アラーム・時報を鳴らしたいとき、鳴らしたくないときの設定方法～

アラームモードのときに、

①ボタンを押します

①ボタンを押すごとにアラームマーク(), 時報マーク()が点灯/消灯をくりかえします。

アラームを鳴らしたいときは“  ”、時報を鳴らしたいときは“  ”を点灯させます。それぞれのマークを消しておくと、アラーム・時報は鳴りません。



鳴っている電子音を止めるには

②③④⑤いずれかのボタンを押します。

モニターアラーム

②ボタンを押し続けるとアラーム音が鳴ります。

ストップウォッチの使い方

...時刻モードのときに②ボタンを4回押すと、ストップウォッチモードになります。

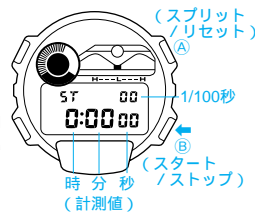
ストップウォッチは、1/100秒単位で23時間59分59秒99(24時間計)まで計測でき、以後、自動的に0に戻って計測し続けます。

計測のしかた

②ボタンを押すごとに計測がスタート/ストップします

計測中①ボタンを押すと、スプリット計測となり、もう一度①ボタンを押すとスプリットが解除されます。(スプリット計測中は表示は止まりますが内部では計測を続けています。)

ストップウォッチモード



計測終了後①ボタンを押すと計測値が0に戻ります。

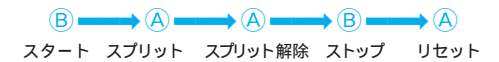
②・①ボタンともそれぞれ押すと操作確認音が鳴ります。

通常計測

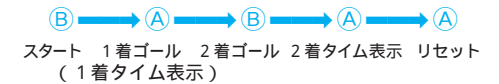


積算計測...ロスタイムがある場合は、ストップ後リセットせずに再スタート(②ボタンを押す)すれば、表示タイムに引き続き計測を始めます。

スプリットタイム(途中経過時間)の計測



1・2着同時計測



時刻・カレンダーの合わせ方

電池交換後などで時刻やカレンダーが合っていない場合は、以下の方法で合わせてください。なお、月に1度くらい秒合わせをしていただくと、時刻はいつも正確です。

時刻・カレンダーを合わせる

準備：セット表示にする

時刻モード<カレンダー表示>のときに、

◎ボタンを約1秒間
押します

「秒」が点滅します。時刻モード
<カレンダー表示>

このとき、◎ボタンを2回押すと点滅が止まります。

点滅表示のまま、2~3分経過すると自動的に点滅が止まります。



秒を合わせる

秒のセット... ±30秒以内の遅れ/進みの調整
「秒」が点滅しているとき、

時報に合わせて◎ボタン
を押します

秒が00~29のときは切り捨てられ、30~59のときは1分くりあがって「00」秒になります。

時報は「時報サービス電話117番」が便利です。

秒合わせ後、◎ボタンを2回押すと点滅が止まります。

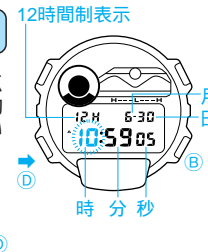


時・分・年・月・日・曜日のセット

(1) 「秒」が点滅しているとき、

◎ボタンを押します

◎ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動しますので、セットしたい箇所を点滅させます。



12/24時間制表示切り替え
“12H”または“24H”が点滅しているときに◎ボタンを押すと、12時間制表示(A/P)と24時間制表示(24)が切り替わります

(2) 数値セット

セットしたい箇所が点滅しているとき、

◎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1つずつ進み、◎ボタンを押すごとに数字が1つずつ戻ります。



(1)~(2)の操作をくりかえし、時・分・年・月・日・曜日を合わせます。

「時」のセットのとき、午前(A)/午後(P)、24時間制(24)にご注意ください。
「年」は西暦で1995~2039年までセットできます。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ので、電池交換時以外は修正不要です。

(3)すべてのセット終了後、◎ボタンを2回押します。計算表示の後、点滅が止まります。