

## 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。

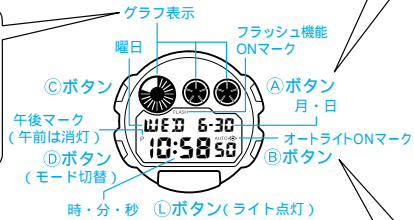
### 時刻・カレンダーモード

#### フラッシュ機能ON / OFF切り替え

①ボタンを約1~2秒間押すごとにフラッシュ機能ON(“FLASH”点灯)/OFFが切り替わります。

「電子音報音に合わせて発光させる~連動発光(フラッシュ機能)~」参照

グラフ表示は現在時刻の秒に連動して点灯/不灯をくりかえします。



(曜日の見方)

SUN	日
MON	月
TUE	火
WED	水
THU	木
FRI	金
SAT	土

#### オートライトON / OFF切り替え

②ボタンを約1~2秒間押すごとにオートライトON(AUTO点灯)/OFFが切り替わります。

「時計を傾けて発光させる~自動発光(オートライト)~」参照

### 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。

#### モードマーク



### タイマーモード

1/10秒単位で最大24時間までの減算計測ができます。

#### モードマーク



### アラームモード

アラーム時刻および時報のON/OFFの設定ができます。

#### モードマーク



## 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。

### 秒の合わせ方 ...30秒以内の遅れ/進みの修正

月に1度くらいこの秒合わせをしていただくと、時刻はいつも正確です。

(1)時刻・カレンダーモードのときに、

①ボタンを1~2秒間押します

→「秒」が点滅します。

<時刻・カレンダーモード>



(2) 時報に合わせて、②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。



(3)秒合わせが終わりましたら、

③ボタンを押して点滅を止めます



秒(時刻・カレンダー)セット状態で表示を点滅させたままにしておくと、2~3分後自動的に点滅が止まり、時刻・カレンダーモードに戻ります。

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。

### 時刻・カレンダーの合わせ方

(1)時刻・カレンダーモードのときに、

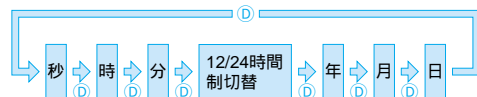
①ボタンを1~2秒間押します

→「秒」が点滅します。

(2)セット箇所を選ぶ

②ボタンを押します

→①ボタンを押すごとにセット箇所(点滅表示)が以下の順で移動します。

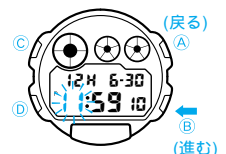
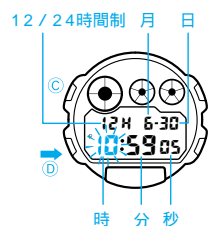


(3)点滅箇所のセット

④または⑤ボタンを押します

→④ボタンを押すと点滅箇所の数字が1つずつ進み、⑤ボタンを押すと1つずつ戻ります。それぞれ押し続けると数字が早送りします。

<時刻・カレンダーモード>



上記(2)~(3)の操作をくりかえし行ない、時刻・カレンダーを合わせてください。

12/24時間制切替のときは、②ボタンを押すごとに12時間制“12H”と24時間制“24H”とが切り替わります。「時」のセットのとき午前/午後(P)、24時間制にご注意ください。「年」は1995~2039年までセットできます。なお、「年」をセットすると自動的に曜日を表示します。

(4)セットが終わりましたら、

③ボタンを押して点滅を止めます

## タイマーの使い方

時刻・カレンダーモードのときに①ボタンを2回押すと、タイマーモードになります。

タイマーは、1/10秒単位で減算計測を行ないます。セットした時間を経過すると10秒間の電子音でタイムアップを知らせます。

### タイマーの使い方

タイマーモードのときに、

③ボタンを押すごとに計測がスタート/ストップします

→減算計測は1/10秒単位で行ないます。計測ストップ後④ボタンを押すと計測前の表示に戻ります。ロスタイムがあるときは、減算計測中③ボタンでストップ後、もう一度③ボタンを押すと、表示タイムに引き続き計測を始めます。



### タイムアップになると

セットした時間を経過すると、10秒間\*電子音が鳴り、タイムアップを知らせます。  
\*オートリピータイマーで、タイマー時間が10秒以下のとき、電子音が鳴るのは1秒間となります。

このとき、フラッシュ機能ON ("FLASH"点灯) にしておくと、電子音の報音に合わせて文字板が発光します。(オートリピータイマーでタイマー時間が10秒以下のときは除く)

### タイマー方法を選ぶ

本機のタイマーは以下の2種類があり、使い方に合わせてお好きな方法を選ぶことができます。

リピータイマー (繰り返し計測)  
タイムアップになるとタイマー時間を表示して、減算計測が止まります。同じ時間を何度も計測するときに便利です。

オートリピータイマー (自動繰り返し計測) グラフ表示点灯  
タイムアップになるとタイマー時間に戻り、計測ストップするまで繰り返し減算計測を行ないます。

タイマー方法の選び方  
タイマー時間セットのときに、

①ボタンを押します

→①ボタンを押すごとにグラフ表示が点灯/不点灯を繰り返します。グラフ表示が不点灯のときはリピータイマー、グラフ表示が点灯しているときはオートリピータイマーとなります。

<オートリピータイマー>  
グラフ表示点灯



### 鳴っている電子音を止めるには

タイムアップ報知の電子音、およびこのときの文字板の発光を止めるには、(A)(B)(C)(D)ボタンのうち、いずれか1つを押します。

### タイマー時間のセット

タイマー時間は「1秒(0:00 01)」から「24時間(0:00 00)」まで、1秒単位でセットできます。

(1)タイマーモードのときに、

③ボタンを1~2秒間押します

→タイマー時間の「時」が点滅します。

モードマーク

(2)セット箇所を選ぶ

④ボタンを押します

→④ボタンを押すごとに点滅箇所が「時 分 秒 時...」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。



(3)点滅箇所のセット

②または④ボタンを押します

→②ボタンを押すと点滅箇所の数字が1つずつ進み、④ボタンを押すと1つずつ戻ります。それぞれ押し続けると数字が早送りします。

表示が点滅しているときに①ボタンを押すと、タイマー方法(リピータイマー/オートリピータイマー)が選べます。(詳しくは左記「タイマー方法を選ぶ」参照)



(4)セット後、点滅を止めるには

③ボタンを押します

セット表示のまま2~3分経過すると自動的に点滅が止まります。

## アラームの使い方

時刻・カレンダーモードのときに①ボタンを3回押すと、アラームモードになります。

アラームは時・分を設定できます。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。

### アラーム・時報を鳴らすには

アラームモードのときに、

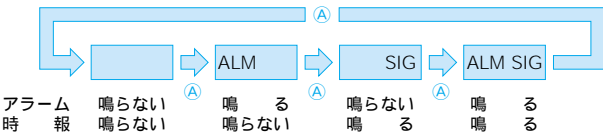
⑤ボタンを押します

→⑤ボタンを押すごとに以下の順でアラームON/OFFおよび時報ON/OFFが切り替わります。

なお、アラーム時刻をセットすると "ALM" が点灯し、自動的にアラームONとなります。

(「アラーム時刻のセット」参照)

<アラームモード>  
アラームマーク 時報マーク



### アラーム・時報の報知方法

アラームONのとき  
セットしたアラーム時刻になると、20秒間電子音が鳴ります。

時報ONのとき  
毎正時(00分)になると、「ピッピッ」と電子音が鳴ります。

このとき、いずれの場合でも、フラッシュ機能ON ("FLASH"点灯) にしておくと、電子音の報音に合わせて文字板が発光します。

### 鳴っている電子音を止めるには

アラーム(時報)音、およびこのときの文字板の発光を止めるには、(A)(B)(C)(D)ボタンのうち、いずれか1つを押します。

### モニターアラーム

アラームモードのときに③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。

<時刻・カレンダーモード>



### アラーム時刻のセット

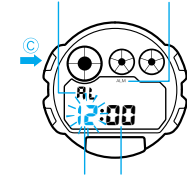
(1)アラームモードのときに、

③ボタンを1~2秒間押します

→アラーム時刻の「時」が点滅します。

このとき "ALM" が点灯し、アラームONとなります。

モードマーク アラームマーク



(2)セット箇所を選ぶ

④ボタンを押します

→④ボタンを押すごとに「時」「分」が交互に点滅します。

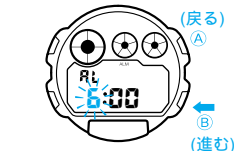


(3)点滅箇所のセット

②または④ボタンを押します

→②ボタンを押すと点滅箇所の数字が1つずつ進み、④ボタンを押すと1つずつ戻ります。

それぞれ押し続けると数字が早送りします。「時」のセットのとき、12時間制では午前/午後(P)にご注意ください。時刻を24時間制にしているときは(24点灯)、アラーム時刻も自動的に24時間制表示となります。



(4)セット後、点滅を止めるには、

③ボタンを押します

セット表示のまま2~3分経過すると自動的に点滅が止まります。

## 表示照明用ELバックライトについて

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ことができます。また、時計を傾けるだけで文字板が発光するオートライト機能や、電子音報音に合わせて文字板が発光するフラッシュ機能もあります。

### ボタンを押して発光させる～手動発光～

#### ① ボタンを押します

文字板にあるELパネルが約2秒間発光します。なお、フラッシュ機能ON（“FLASH”点灯）のときは約5秒間発光します。オートライトOFF（“AUTO”点灯）のときも①ボタンを押すと発光します。



### 時計を傾けて発光させる～自動発光（オートライト）～

オートライトは、ボタンを押さなくても文字板が発光する便利な機能です。暗い場所で時刻やストップウォッチの計測値などを見るときに大変便利です。

**準備** 時刻・カレンダーモードのときに②ボタンを約1～2秒間押し、“AUTO”を点灯させて「オートライトON」にします。もう一度②ボタンを約1～2秒間押し“AUTO”が消え、「オートライトOFF」になります。

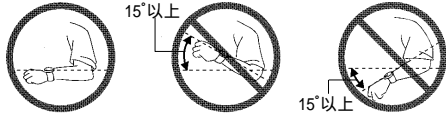


オートライトONマーク

#### 文字板を発光させる



オートライト機能を使用するときには、時計が「手首の外側」にくるようにつけてください。このとき、文字板の左右（3時・9時方向）の角度を±15°以内にしておいてください。15°以上傾いていると発光しにくくなります。



### < オートライトご使用時の注意 >

オートライトが作動するのは、“AUTO”を点灯させてから約3時間です。それ以降は電池消費防止のため、自動的に“AUTO”が消え、オートライトOFFになります。

引き続きオートライトを作動させたいときは、再度②ボタンを約1～2秒間押し、“AUTO”を点灯させてください。ただし、オートライトを頻繁に使用すると電池寿命が短くなりますのでご注意ください。

時計を傾けたとき、文字板の発光が一瞬遅れることがあります。これは異常ではありません。

文字板発光後、時計を傾けたままにしておいても、発光は約2秒間のみとなります。時計を「手首の内側」につけていたり、腕を振ったり、腕を上にあげたりしても発光することがあります。オートライトを使用しないときはOFFにしておいてください。

時計を「手首の内側」につけるときはできるだけオートライトをOFFにご使用ください。

静電気や磁気などでオートライトが動作しにくくなり、発光しないことがあります。このときはもう一度水平状態から傾けなおしてみてください。なお、それでも発光しにくいときは、腕を下からふりあげてみると、発光しやすくなります。

### 電子音報音に合わせて発光させる～連動発光（フラッシュ機能）～

フラッシュ機能は、電子音報音のタイミングに合わせて自動的に文字板が発光する機能です。また、フラッシュ機能ON（“FLASH”点灯）にすると、手動発光での文字板の発光が5秒間になります。

電子音報音（発光）のタイミングについては各機能の項目をご覧ください。

時刻・カレンダーモードのとき

#### ③ ボタンを約1～2秒間押し

③ボタンを約1～2秒間押しごとにフラッシュ機能ON（“FLASH”点灯）/OFFが切り替わります。

#### フラッシュ機能ONマーク



### < EL発光についての注意事項 >

直射日光下では、発光が見えにくくなります。

発光中にいずれかのボタンを押したり、アラームなどが鳴り出すと発光を中断します。

発光中に時計本体より音が聞こえることがありますが、これはELパネルが点灯する際の振動音であり、異常ではありません。

## ストップウォッチの使い方

時刻・カレンダーモードのときに④ボタンを1回押しすると、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

ストップウォッチモードのときに、

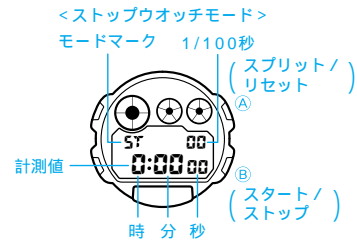
④ボタンを押すごとに計測がスタート/ストップします

計測中に⑤ボタンを押すと、スプリット計測となります（“SPL”点灯）。もう一度⑤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。）

計測終了後⑤ボタンを押すと計測値が0に戻ります。

⑥・⑦ボタンともそれぞれ押しすと操作確認音が鳴ります。

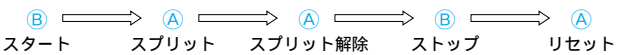


### 通常計測



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（⑥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

