

パワーセービング機能について

本機は工場出荷時に「パワーセービングモード」に設定されております。
 ※パワーセービングモードとは、暗いところで液晶表示を消してスリープ状態にするものです。
 ※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。

●パワーセービングモード

- 暗いところに30～35分置くと
 →液晶表示が消え、「SLEEP」マークが点滅します。
 アラーム・時報の報音は行ないます。



●スリープ状態を解除するには

本機を明るいうちに置か、いずれかのボタンを押すか、オートライト（「■」時計を傾けて発光させる～オートライト機能～）のように傾けたりします。
 ※本機を明るいうちに出した場合は、表示が点灯するまで最大5秒かかる場合があります。

●パワーセービング機能のオン/オフ

パワーセービング機能を動かさなくするには「時刻・カレンダーの合わせ方」をご覧ください、パワーセービング機能をオフにしてください。

机の中などに長期間しまっておく時は、パワーセービング機能をオンにしておけば、節電の効果がります。

電源について

本機は太陽電池で発電し、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、なるべく光に当たるようにしてお使いください。

ご注意

二次電池が消耗して時計機能が停止すると（レベル5）、メモリーされているデータや設定データは消去されます。

■電池容量インジケータの見方

レベル1		通常動作可能
レベル2		通常動作可能
レベル3		通常動作可能
レベル4		アラーム時報の報音不可、EL点灯不可、液晶表示不可、ボタン操作不可
レベル5		時計機能停止



※直射日光下などの強い光で充電した場合、電池容量インジケータ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。このときは、レベル3またはレベル2、レベル1になるまで十分に光をあててから、時刻・カレンダーを合わせてください。
 ※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ますが時刻・カレンダー合わせはできません。

例) レベル3に戻すには、晴れた日などの屋外（50,000ルクス）で約1時間、晴れた日の窓際（10,000ルクス）で約4時間充電します。

●充電必要サイン

レベル4状態でインジケータが点滅しているとき（CHARGE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。



●RECOVERマーク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、RECOVERマークが点滅して、一時的に以下の操作ができなくなります。

- ELバックライトの点灯
- アラーム・時報などの報音



このような場合は、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。

■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。



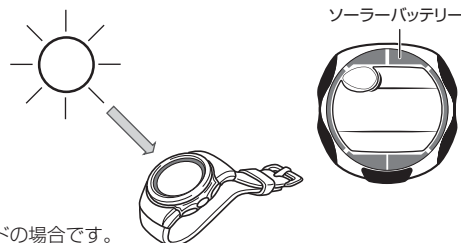
充電の際、光源の条件によっては時計本体が極端に高温になることがありますので、やけどなどをしないようにご注意ください。

●充電のしかた

本機のソーラーバッテリー部を光源に向けます。

※ソーラーバッテリーの一部が隠れていると充電効率が下がりますのでご注意ください。

例) 時計の置き方



※イラストは樹脂バンドの場合です。

●充電の目安（パワーセービング機能使用時）

本機は一度フル充電すると、充電しなくても下記の条件で使用した場合に約1ヶ月動き続けます。

※フル充電からレベル4になるまで。

- 1日あたりの使用量
- ELバックライト：1.5秒間
- アラーム報音：10秒間
- タイマー計測：1回
- 表示点灯：18時間

なお、こまめに充電を行なえば、安定してご使用いただけます。

＜1日あたりの回復充電時間＞

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1
晴れた日の屋外など（50,000ルクス）	約1時間		約14時間		約4時間
晴れた日の窓際など（10,000ルクス）	約4時間		約67時間		約19時間
曇り日の窓際など（5,000ルクス）	約6時間		---	---	---
蛍光灯下の室内など（500ルクス）	約60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。

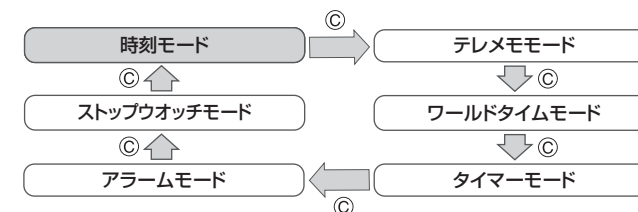
操作のしくみと表示の見方

＜時刻モード＞



■モード切り替えのしかた

※詳しい使い方は、各項目をご覧ください。



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、暗いときには表示を明るくして見ることができます。また、時計を傾けると文字板が発光するオートライト機能もあります。

■ ボタンを押して発光させる ～手動発光～

どのモードのときでも

① ボタンを押します

- ① ボタンを押すと約1.5秒間文字板が発光します。
- ※ オートライトオフのときも① ボタンを押すと発光します。



■ 時計を傾けて発光させる ～オートライト機能～

オートライトは、ボタンを押さなくても暗いときに文字板が自動発光する便利なフルオートライト機能です。

※ 明るいときは、自動発光しません。

暗い場所で、時刻などを見るときに大変便利です。

オートライト機能では、どのモードのときでも、時計を傾けるだけで文字板が約1.5秒間発光します。

時刻モードのときに

② ボタンを約2秒間押します

オートライトオンマークが点灯します。

- ※ オートライトをオフにするときも、② ボタンを約2秒間押してオートライトオンマークを消します。

オートライトオンマーク



● 発光のしかた



- オートライト機能を使用するときは、時計が「手首の外側」にくるようにつけてください。
- 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。



◀EL 発光についてのご注意

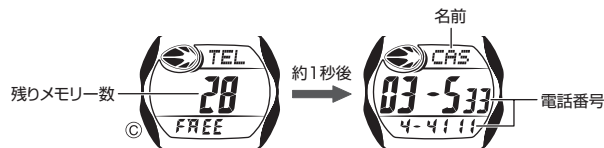
- 直射日光下では発光が見えにくくなります。
- 発光中にアラームなどが鳴り出すと発光を中断します。
- 発光中に時計本体より音が聞こえることがありますが、これはELパネルが点灯する際の振動音であり、異常ではありません。

テレメモ機能の使い方

テレメモモードでは、名前（8文字）と電話番号（12桁）のデータを30件メモリーできます。

※ テレメモモードに切り替えるには、時刻モードのときに③ ボタンを1回押します。

テレメモモードに切り替えると、前回このモードで最後に見たデータを表示します。



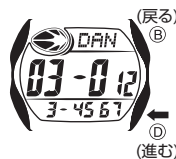
■ データを見る

① または ② ボタンを押します

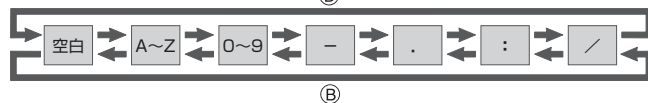
① ボタンを押すごとに名前のアルファベット順に進み、② ボタンを押すごとに戻ります。

※ ①・② ボタンとも押し続けると早送りができます。

※ 名前が4文字以上のときは、右から左に流れて表示されます。（名前の最後に「<」マークがつきます）



◀アルファベット順▶



■ データを入力する

1. 空ページを選ぶ

① または ② ボタンを押します

空ページは入力してあるデータの最後にあります。

※ ①・② ボタンとも押し続けると早送りができます。

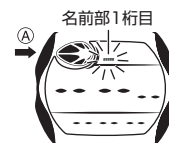
※ データがすでに30件メモリーされているときは、「FULL」と表示されますので、「■ データの修正/消去」をご覧ください。



2. セット状態に切り替える

① ボタンを約1秒間押します

名前部1桁目が点滅します。

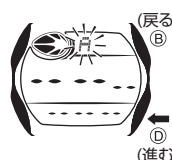


3. 点滅箇所をセットする

① または ② ボタンを押します

① ボタンを押すごとに1つずつ進み、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。

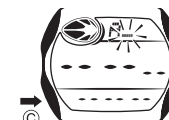
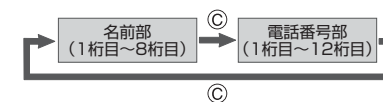


4. セット箇所を選ぶ

③ ボタンを押します

③ 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、合わせたい箇所を点滅させます。

※ 押し続けると点滅箇所が早く移動します。



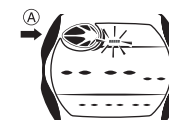
手順3と4の操作を繰り返して、データを入力します。

5. セットを終わる

① ボタンを押します

入力したデータがセットされ、新規入力状態になります。

※ このまま次のデータが入力できます。



6. 入力を終わる

続けて ① ボタンを押します

点滅が止まり、セット完了です。

※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

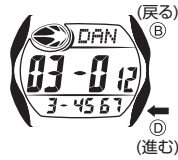


■データの修正/消去

1. 名前を選ぶ

① または ② ボタンを押します

修正または消去したいデータを表示させます。
※ ①・② ボタンとも押し続けると早送りができます。



2. セット状態に切り替える

③ ボタンを押します

名前部 1 桁目が点滅します。

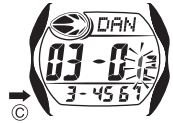


3-A. 修正するときは

a. 修正箇所を選ぶ

④ ボタンを押します

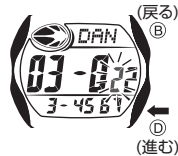
修正したい箇所を点滅させます。
※ 押し続けると点滅箇所が早く移動します。



b. 点滅箇所を修正する

⑤ または ⑥ ボタンを押します

⑤ ボタンを押すごとに 1 つずつ進み、⑥ ボタンを押すごとに戻ります。
※ ⑤・⑥ ボタンとも押し続けると早送りができます。

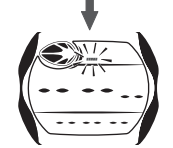


3-B. 消去するとき

⑦ ボタンを押しながら ⑧ ボタンを同時に押します

“CLR” と点滅表示され、さらに押し続けると“ピッ”と鳴り、表示されていたデータが消去され、新規入力状態になります。

※ このまま次のデータが入力できます。
※ “CLR” が点滅中にボタンを離すと、消去されません。



4. 修正または消去を終わる

⑨ ボタンを押します

点滅が止まります。
※ 点滅表示のまま 2 ~ 3 分間すると、自動的に点滅が止まります。



ワールドタイムの使い方

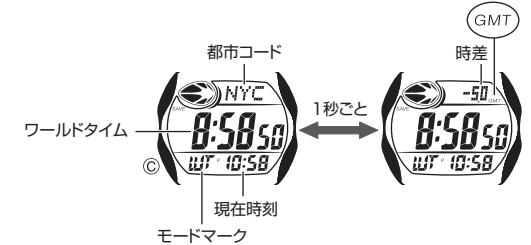
ワールドタイムモードでは、世界 29 タイムゾーン (27 都市) の時刻および世界標準時 (GMT) の時刻を簡単に知ることができます。

※ ワールドタイムモードに切り替えるには、時刻モードのときに ⑩ ボタンを 2 回押しします。

※ ワールドタイムの「秒」は基本時刻の「秒」に連動しています。

※ 基本時刻を 24 時間制にしているときは、ワールドタイムも自動的に 24 時間制で表示されます。

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データを表示します。



■都市のサーチ

① または ② ボタンを押します

① ボタンを押すごとに時差順に進み、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。



■ワールドタイムの合わせ方

ワールドタイムの時刻は、表示される都市のうち 1 つの都市の時刻を合わせると、時差にしたがい他の都市の時刻も自動的にセットされます。

※ ワールドタイム合わせは、ワールドタイムモードで行ないます。

1. 合わせたい都市を選ぶ

① または ② ボタンを押します

合わせたい都市の都市コードを表示させます。
※ ①・② ボタンとも押し続けると早送りができます。



2. セット状態にする

③ ボタンを約 1 秒間押します

「時」が点滅します。



3. セット箇所を切り替える

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」と「分」を移動します。点滅箇所がセットできます。



4. セットする

⑤ または ⑥ ボタンを押します

⑤ ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が 1 つ進み、⑥ ボタンを押すごとに戻ります。
※ ⑤・⑥ ボタンとも押し続けると早送りができます。



5. セット終わる

⑦ ボタンを押します

点滅が止まり、セット完了です。
※ 点滅表示のまま 2 ~ 3 分間すると、自動的に点滅が止まります。

■サマータイム (DST) の ON/OFF

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。

1. 設定したい都市を選ぶ

① または ② ボタンを押します

サマータイムの ON/OFF 設定をしたい都市の都市コードを表示させます。

※ ①・② ボタンとも押し続けると早送りができます。



2. セット状態にする

③ ボタンを約 1 秒間押します

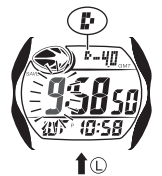
「時」が点滅します。



3. 設定を切り替える

④ ボタンを押します

④ ボタンを押すごとに、サマータイム設定の ON と OFF が切り替わります。



時差のところに「B」マークが点灯しているときにサマータイム設定ONです。



4. 設定を終わる

A ボタンを押します

点滅が止まり、設定完了です。

※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

■都市コード一覧

都市コード	都市名	時差	同一標準時の他の都市	都市コード	都市名	時差	同一標準時の他の都市
---		-11	パゴパゴ	CCS	カラカス	-4	サンティアゴ
HNL	ホノルル	-10	ハバーク	RIO	リオデジャネイロ	-3	サンパウロ、 ブエノスアイレス
ANC	アンカレジ	-9	ノーム	---		-2	
LAX	ロサンゼルス	-8	サンフランシスコ、 ラスベガス、シアトル	---		-1	アソレス諸島
DEN	デンバー	-7	エルバソ、エドモントン	GMT		±0	<グリニッジ標準時>
CHI	シカゴ	-6	ヒューストン、 メキシコシティ	LON	ロンドン	±0	ダブリン
NYC	ニューヨーク	-5	モントリオール、 マイアミ、ボストン	PAR	パリ	+1	ローマ、マドリッド、 フランクフルト

都市コード	都市名	時差	同一標準時の他の都市	都市コード	都市名	時差	同一標準時の他の都市
CAI	カイロ	+2	アテネ、ヘルシンキ、 ペイルート	BKK	バンコク	+7	ジャカルタ、ハノイ
JRS	エルサレム			HKG	ホンコン (香港)	+8	シンガポール、 クアラルンプール、 北京、台北、マニラ
JED	ジェッダ	+3	クウェート、モスクワ	TYO	東京	+9	ソウル、平壤
THR	テヘラン	+3.5		ADL	アデレード	+9.5	
DXB	ドバイ	+4	アブダビ	SYD	シドニー	+10	グアム
KBL	カブール	+4.5		NOU	ヌーメア	+11	ポートビラ
KHI	カラチ	+5		WLG	ウェリントン	+12	クライストチャーチ
DEL	デリー	+5.5					
DAC	ダッカ	+6					
RGN	ヤンゴン	+6.5					

※この表は2003年12月現在作成のものです。

※この表の時差はグリニッジ標準時(協定世界時:UTC)を基準としたものです。

タイマーの使い方

時刻モードから◎ボタンを3回押ししてタイマーモードに切り替えます。タイマー時間は分単位で60分まで(リセット時間は1分から5分まで)セットすることができ、1秒単位で減算計測を行ないます。また、本機ではリセット時間から計測を簡単にやり直すこともできます。

■タイマーの種類

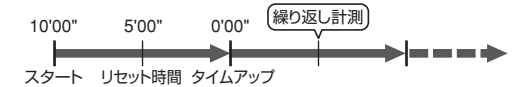
本機のタイマーは2種類あり、以下のように計測を行ないます。本機はヨットレースに使用すると大変便利です。

●オートリピートタイマー

タイムアップしても、計測ストップするまで自動的にタイマー時間に戻り、繰り返し計測を行ないます。

※繰り返し計測は合計8回行なうと、自動的に計測がストップします。

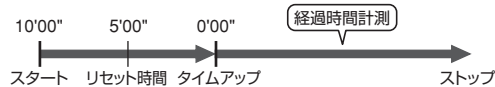
例) タイマー時間 = 10分、リセット時間 = 5分



●リピートタイマー (経過時間自動計測)

タイムアップすると自動的に経過時間計測を行ないます。

例) タイマー時間 = 10分、リセット時間 = 5分



★予告音について

リセット時間の10秒前から1秒ごとに電子音が鳴ります。リセット時間を経過すると、1分ごとに電子音が鳴ります。タイムアップの30秒前に電子音が鳴ります。
※予告音はON/OFFの切り替えができます。

★タイムアップ音について

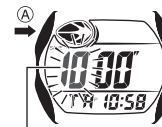
タイムアップの10秒前から1秒ごとに電子音が鳴ります。

■タイマーのセット

1. タイマーモードのときに、

A ボタンを約1秒間押します

タイマー時間の「分」が点滅します。

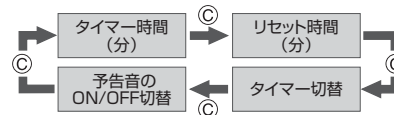


タイマー時間(分)

2. セット箇所を選ぶには、

C ボタンを押します

◎ボタンを押すごとにセット箇所(点滅表示)が以下の順に移動します。



リセット時間(分)

3. 点滅箇所のセット

★「タイマー時間」「リセット時間」セットのときは…

D または E ボタンを押します

◎ボタンを押すごとに数字が1つずつ進み、◎ボタンを押すごとに1つずつ戻ります。



※それぞれ押し続けると早送りします。

※タイマー時間は1分(1'00)～60分(60'00)までセットできます。

※リセット時間は1分(1'00)～5分(5'00)までセットできます。リセット時間はタイマー時間を超過してセットすることはできません。

★「タイマー切替」のときは…

D ボタンを押します

◎ボタンを押すごとにオートリピートタイマーとリピートタイマーが切り替わります。

※ONにすると、オートリピートタイマーになり、オートリピートマーク「B」が点灯します。



オートリピートマーク

★「予告音のON/OFF切替」のときは…

D ボタンを押します

◎ボタンを押すごとにON/OFFが切り替わります。

※ONにすると、予告音マーク「♪」が点灯します。



予告音マーク

4. セット後、点滅を止めるには、

A ボタンを押します

※タイマーの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ます。

■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に、**D ボタンを押します**

計測がスタート/ストップします。
※計測は1秒単位で行ないます。



- 計測ストップ後 **B** 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、**D** ボタンでストップ後、もう一度 **D** ボタンを押すと表示タイムに引き続き計測を始めます。
- 計測中に **B** ボタンを押すと、リセット時間を表示して計測がストップします。その後、**D** ボタンを押すと、リセット時間から計測を再開します。

4. 点滅箇所をセットする

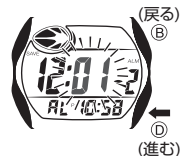
D または B ボタンを押します

D ボタンを押すごとに1つずつ進み、**B** ボタンを押すごとに戻ります。

※ **D**・**B** ボタンとも押し続けると早送りができます。

※「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。

※時刻モードの現在時刻を24時間制表示にしているときは、アラームのセット時刻も24時間制表示になります。



手順 3 と 4. の操作を繰り返して、アラーム時刻をセットします。

5. セットを終わる

A ボタンを押します

点滅が止まり、セット完了です。

※点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

- アラーム1がスヌーズアラームのときにセット操作を行ないますと、スヌーズ機能はOFFになります。

アラーム・時報の使い方

時刻モードから **C** ボタンを4回押してアラームモードに切り替えます。

■アラームについて

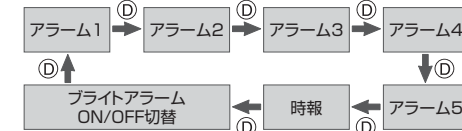
- 通常アラーム（アラーム1～アラーム5）
設定した時刻になると約10秒間の電子音が鳴ります。
- スヌーズアラーム（アラーム1のみ）
スヌーズ機能をONにすると、設定した時刻に約10秒間の電子音が鳴り、5分おきに合計7回（約30分間）報音を繰り返します。なお、スヌーズアラームのときは、ボタンを押して音を止めても再び鳴り出します。
- ブライタラーム
暗いところに約30～35分以上置いたあと、明るい所で約15～20分経過すると、約10秒間の電子音が鳴ります。
ブライタラームは報音した後、自動的にオフになります。
- 時報
毎正時（00分のとき）に“ビッピッ”と電子音を鳴らすことができます。

■アラーム時刻のセット

1. アラームを選ぶ

D ボタンを押します

D 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、セットしたいアラームを選びます。



2. セット状態にする

A ボタンを約1秒間押します

「時」が点滅します。

※アラームマーク“ALM”が点灯し、自動的にアラームONになります。



3. セット箇所を選ぶ

C ボタンを押します

C ボタンを押すごとに、点滅箇所が「時」と「分」を移動しますので、セットしたい箇所を点滅させます。



■アラームのON/OFF設定

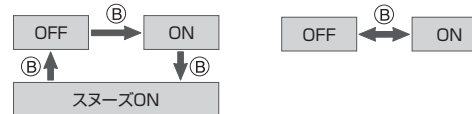
アラームモードで **D** ボタンを押して、設定したいアラームを選びます。

B ボタンを押します

B ボタンを押すごとに、以下のようにアラームのON/OFFが切り替わります。



- アラーム1
- アラーム2～5、時報、ブライタラーム



＜スヌーズアラーム＞



スヌーズONマーク

＜時報＞



時報ONマーク

＜ブライタラーム＞



ブライタラームONマーク

●モニターアラーム

アラームモードで **D** ボタンを押し続けると、押ししている間電子音が鳴ります。

●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。

※スヌーズアラーム機能中のときは、約5分後に再び鳴り出します。（スヌーズ中は“SNZ”が点滅します）

※スヌーズアラーム機能中のときに以下の操作を行ないますと、スヌーズアラーム機能が中断されます。

- アラームモードでアラーム1をOFFにしたり、通常のアラームに切り替えたとき。
- アラームモードでアラーム1をセット状態にしたとき。
- 時刻モードで時刻セット状態にしたとき。

ストップウォッチの使い方

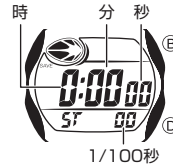
ストップウォッチは1/100秒単位で99時間59分59秒99(100時間計)まで計測でき、以後、自動的に0に戻って計測を続けます。

※ストップウォッチモードに切り替えるには、時刻モードのときにⒸ ボタンを5回押しします。

■計測のしかた

- Ⓐ ボタン：スタート/ストップ
- Ⓑ ボタン：スプリット/リセット

※計測中にⒷ ボタンを押すと、表示は止まりますが内部では計測を続けるスプリット計測となります。



●通常計測



積算計測：ロスタイムのあるときは、ストップ後リセットせずにⒶ 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。

●スプリットタイム(途中経過時間)の計測



●1・2着同時計測



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、時計はいつも正確です。

1. 時刻モードのときに、

Ⓐ ボタンを約1秒間押しします

「秒」が点滅します。



2. 時報に合わせて、

Ⓒ ボタンを押します

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分くりあがって、00秒からスタートします。

※時報は「時報サービス電話117番」が便利です。

3. 秒セット後は、

Ⓐ ボタンを押します

点滅が止まります。



- ・秒(時刻)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、時刻モードに戻ります。

時刻・カレンダーの合わせ方

二次電池が完全に空になった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。

1. 時刻モードのときに、

Ⓐ ボタンを約1秒間押しします

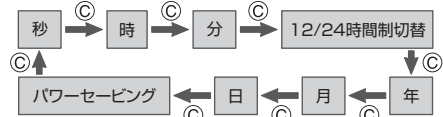
「秒」が点滅します。



2. セット箇所を選ぶには、

Ⓒ ボタンを押します

Ⓒ ボタンを押すごとにセット箇所(点滅表示)が以下の順に移動します。



※「年」は2000年～2039年までセットできます。
※曜日 は年月日を合わせると自動的にセットされます。

3. 点滅箇所のセットは、

Ⓐ または Ⓑ ボタンを押します

Ⓐ ボタンを押すごとに1つずつ進み、Ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

※ Ⓐ・Ⓑ ボタンとも押し続けると早送りができます。



Ⓒ ボタンでセットしたい箇所を選び、Ⓐ または Ⓑ ボタンで表示をセットする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。

※「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。

※12/24時間制切替およびパワーセービング機能のオン/オフはⒸ ボタンを押すごとに切り替わります。

4. セット後、点滅を止めるには、

Ⓐ ボタンを押します

- ・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。