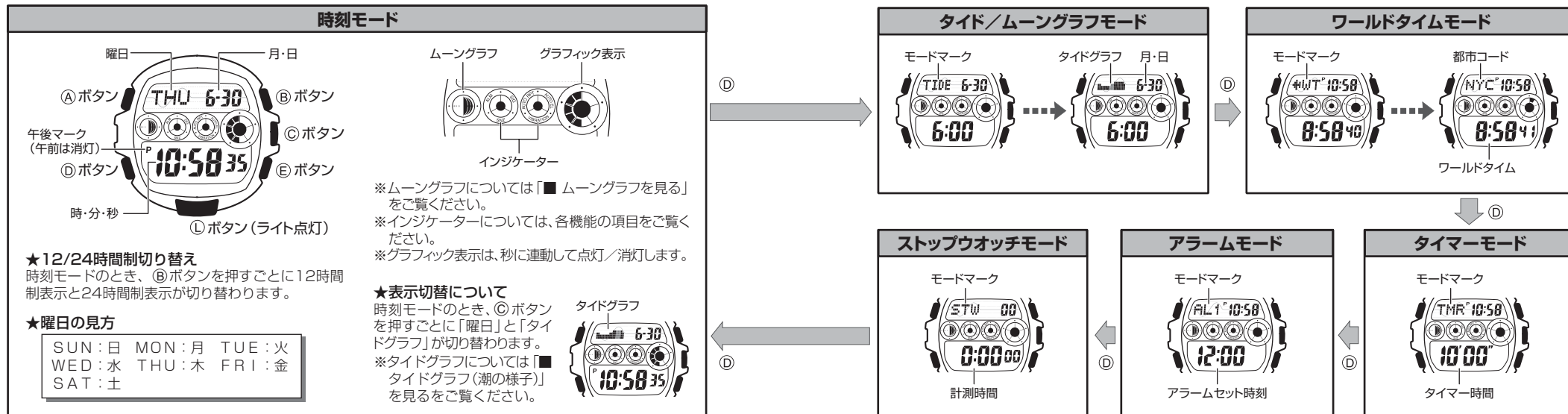


操作のしくみと表示の見方

① ボタンを押すごとに確認音が鳴り、以下の順でモードが切り替わります。



電子音／振動の切り替えについて

アラーム・時報、タイマーの報知方法には以下の2種類があり、切り替えることができます。

- 1 電子音… 電子音でお知らせします。
- 2 振 動… 振動でお知らせします(パイプマークが点灯)。

※振動を選んでいるときは、モード切替などの操作確認音は鳴りません。

■ 電子音／振動を切り替える

時刻モードのとき

② ボタンを約2秒間押し
ます

→電子音／振動が切り替わります。

※確認音が鳴った場合は、電子音の設定になります。

※振動後パイプマークが点灯した場合は、振動の設定になります。



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、暗いときにライトを点灯させて時刻を見ることができます。また、時計を傾けるとライトが点灯するオートライト機能もあります。

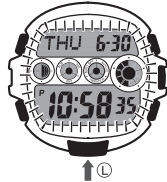
■ ボタンを押して点灯させる ～手動点灯～

どのモードのときでも

① ボタンを押します

⇒ ① ボタンを押すとライトが点灯します。

※点灯時間は約1.5秒間と約3秒間のいずれかを選ぶことができます（「■ ライト点灯時間の切り替え」参照）。



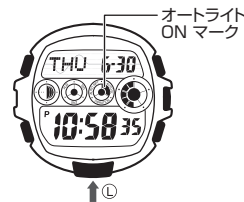
※ オートライトOFFのときも①ボタンを押すと点灯します。

本機を振ると「カラカラ」と音がすることがあります。これはオートライト機能のためのスイッチ（金属球）が内部で動くための音で、故障ではありません。

■ 時計を傾けて点灯させる ～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時計を傾けるだけでライトが点灯する便利な機能です。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、時計を傾げるだけでライトが約1.5秒間または約3秒間点灯します。

準備：どのモードのときでも、① ボタンを約2秒間押し続けて、オートライトON（オートライトONマーク点灯）にします。



※オートライトONのとき、① ボタンを約2秒間押し続けるとオートライトOFF（オートライトONマーク消灯）に戻ります。

● ライトを点灯させる



※オートライト機能を使用するときは、時計を「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°以上傾いていると点灯しにくくなります。



〈ご注意〉

- 直射日光下ではライト点灯が見えにくくなります。
- ライト点灯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点灯を中断します。
- ライト点灯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。

〈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、オートライトONしてから約6時間です。それ以降は電池消費防止のため、自動的にオートライト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① ボタンを約2秒間押し続けてオートライトONマーク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、ライトの点灯が一瞬遅れることがありますますが異常ではありません。
- ライト点灯後、時計を傾けたままにしておいても、点灯は約1.5秒間または約3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点灯することがあります。オートライトを使用しないときは必ず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にしてご使用ください。
- 静電気や磁気などでオートライトが動作しにくくなり、点灯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、それでも点灯しにくいときは、腕を下からふりあげてみると点灯しやすくなります。

■ ライト点灯時間の切り替え

1. セット状態にする

時刻モードのとき

Ⓐ ボタンを約1秒間押します

⇒秒が点滅します。

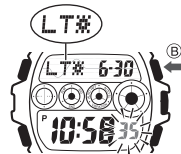


2. 点灯時間を選ぶ

Ⓑ ボタンを押します

⇒ Ⓑ ボタンを押すごとに約1.5秒間と約3秒間が切り替わります。

- ※ ♢ マーク=約1.5秒間
- ※ ♣ マーク=約3秒間



3. セットを終わる

Ⓐ ボタンを2回押します

⇒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。

タイド／ムーングラフの見方

ムーングラフ（月の形）やタイドグラフ表示などは、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のデータ（時差・経度・月潮間隔）をセットしてください。

●使用場所のセットは、一度行なえば再びセットする必要はありません。ただし、電池交換後や引っ越し、旅行などで大きく移動したときは、その場所に合わせセットしなおしてください。

●本機は工場出荷時は「使用場所＝東京（時差＋9.0、経度140E）、月潮間隔＝5:20」にセットされています。

■使用場所のセット

使用場所のセットは時刻モードで行ないます。

1. セット状態にする

Ⓐ ボタンを約1秒間押しします

⇒「秒」が点滅します。



★月潮間隔をセットするときは…

a. 「時」が点滅しているときに

Ⓔ または ⓑ ボタンを押しします

⇒ Ⓔ 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。

※ INT=Lunitidal Interval（月潮間隔）



b. 「分」が点滅しているときに

ⓓ ボタンを押しします

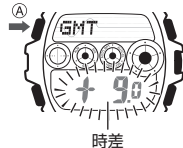
⇒「分」が点滅します。



2. 使用場所のセットに切り替える

Ⓐ ボタンを押しします

⇒「時差」が点滅します。



3. セット箇所を選ぶ

ⓓ ボタンを押しします

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



* 経度をセットするときは「■日本の緯度・経度」および「■時差と緯度・経度」を、月潮間隔をセットするときは「■月潮間隔一覧表」を参照してください。

5. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押して、点滅を止めます

※ 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。



4. 時差、経度、月潮間隔のセット

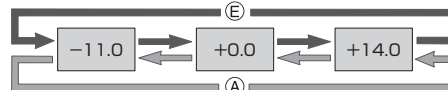
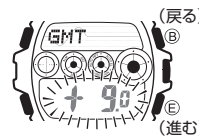
★時差をセットするときは…

Ⓔ または ⓑ ボタンを押しします

⇒ Ⓔ ボタンを押すごとに0.5時間ずつ進み、ⓑ 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。

※ 本機でいう「時差」とは、「GMT（世界標準時）との差」を意味しています。



★経度をセットするときは…

Ⓔ または ⓑ ボタンを押しします

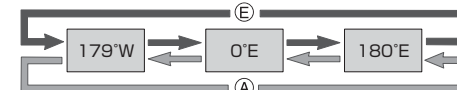
⇒ Ⓔ ボタンを押すごとに1度ずつ進み、ⓑ ボタンを押すごとに戻ります。

※ Ⓔ・ⓑ ボタンとも、押し続けると早送りができます。

※ 経度は1度単位で表示されますので、1度未満の端数は丸めて入力してください。

※ LONG=Longitude（経度）

例) 50° 40' = 51°



■ムーングラフを見る

●現在のムーングラフ（月の形）を見る

どのモードでも表示されます。

※セット中（表示が点滅中）は除く。

ムーングラフが示す月の形は、黒く点灯している部分が「月の影」で、点灯していない部分が「月の形＝見える形」です。



●月の形と月齢

月の形	新月		上弦		満月		下弦					
月 齢	29・0・1	2～4	5・6	7・8	9・10	11～13	14～16	17～19	20・21	22・23	24・25	26～28
表 示												

●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。

※月の左右どちらか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。

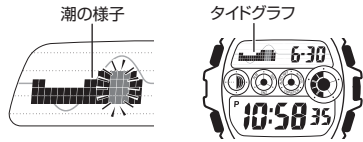
なお、南半球や赤道付近で北寄りに月が見えるときは左右逆に見えます。

●月の形は、時刻・カレンダーおよび使用場所を正しくセットし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。

■ タイドグラフ(潮の様子)を見る

● 現在のタイドグラフ(潮の様子)を見る

時刻モードまたはタイド/ムーングラフモードのとき、グラフ部分に表示されます。
 ※時刻モードでは (A) ボタンを押して、グラフ表示を切り替えることができます。
 ※本機のタイドグラフ表示は下図のように「潮の様子」を表わします。



ご注意
 本機で表示される情報は、航海の用に供するものではありません。航海には必ず海上保安庁刊行の潮汐表を使用してください。本機のタイドグラフ表示は、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。

		干満	満潮		干潮	
表示	大潮					
	中潮					
	小潮					

■ 好きな日のタイドグラフ/ムーングラフを見る

時刻モードから (D) ボタンを押して、タイド/ムーングラフモードに切り替えます。

A. 1日ずつ送り/戻して選ぶ

1. 日にちを選ぶ

(E) または (B) ボタンを押します

→ (E) ボタンを押すごとに1日ずつ進み、(B) ボタンを押すごとに戻ります。

※ (E)・(B) ボタンとも、押し続けると早送りができます。



2. 時間帯を選ぶ

(C) ボタンを押します

→ (C) ボタンを押すごとに1時間ずつ進みます。

※ (C) ボタンは押し続けると早送りができます。

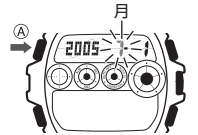


B. 日にちを指定して選ぶ

1. 日にちセット状態にする

(A) ボタンを約1秒間押しします

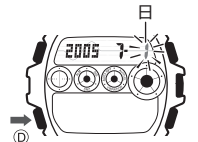
→ 「月」が点滅します。



2. セット箇所を選ぶ

(D) ボタンを押します

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



3. セットする

(E) または (B) ボタンを押します

→ (E) ボタンを押すごとに1日ずつ進み、(B) ボタンを押すごとに戻ります。

※ (E)・(B) ボタンとも、押し続けると早送りができます。



5. 時間帯を選ぶ

(C) ボタンを押します

→ (C) ボタンを押すごとに1時間ずつ進みます。

※ (C) ボタンは押し続けると早送りができます。



(D) ボタンでセットしたい箇所を点滅させ、(E) または (B) ボタンで表示をセットする操作を繰り返して行ない、月・日・年を合わせます。

4. セット状態を解除する

(A) ボタンを押します

→ セットされた日のタイドグラフとムーングラフを表示します。

※ 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。

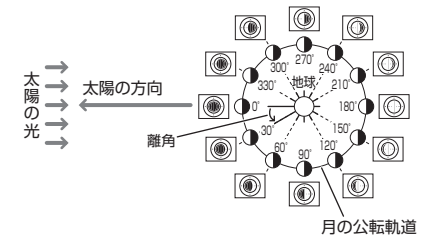


■ 参考

● 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「月のカゲの見え方」がかわるためです。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(えいきよ)」と言います。月齢は、新月(朔:さく)からの経過時間を日数で表したものです。

※月の離角とは、地球から見て太陽の見える方向からの角度です。



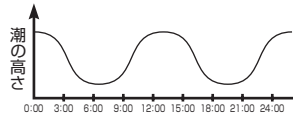
□内は地球から見た月の形(北半球基準)

月の満ち欠け	月の離角	月齢
新月(朔:さく)	0°	0日
上弦	90°	約7日
満月(望:ぼう)	180°	約14日
下弦	270°	約22日

本機では、月齢の周期性を利用し、月齢が0の日を基準として簡易的な計算を行なっています。実際の月齢の周期は平均29.53日ですが、月によっては±1日程度の変動があります。また、本機では月齢を整数で表示しているため、誤差が±2日となることがあります。

●タイド（潮汐）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（ちようせき）と呼ばれ、主に月の引力に作用されて起こる現象です。



●本機のタイドグラフは

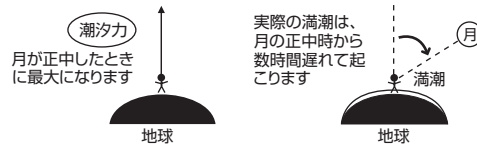
本機は、月の正中時間と月潮間隔から、潮の満ち干きの様子をグラフ表示（＝タイドグラフ）します。地域（港）により月潮間隔が異なるため、あらかじめその時間（＝月潮間隔）を本機に設定しておく必要があります。地域ごとの月潮間隔は「■月潮間隔一覧表」を参照してください。

※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。

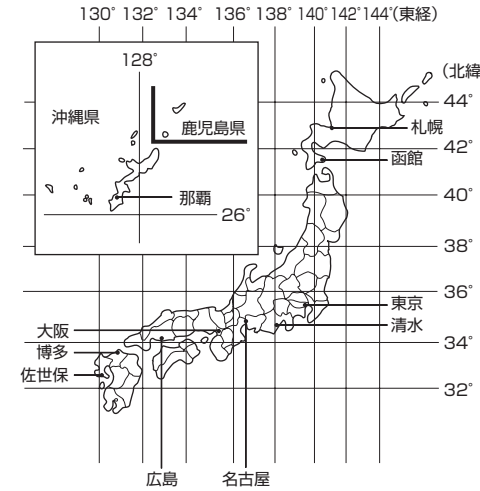
●月潮間隔について

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」、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（港）により異なります。なお、それぞれの地域で長期間にわたって調査した「高潮間隔」の平均値を「平均高潮間隔」といいます。



■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
ハノイ	-11	-10	107°E	14°N	ハンガール	+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
パペーテ	-10	-9	150°W	18°S	フランクフルト	+1	+2	9°E	48°N
アンカレッジ	-9	-8	150°W	61°N	ウィーン	+1	+2	16°E	
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	ペイレルト	+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
エルバノ	-7	-6	106°W	32°N	クウェート	+3	+4	48°E	29°N
ヒューストン	-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	アディスアベバ	+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	25°N
ニューオーリンズ	-6	-5	90°W	30°N	ドバイ	+4	+5	55°E	25°N
メキシコシティ	-6	-5	99°W	19°N	アテネ	+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	タック	+6	+7	90°E	24°N
トロント	-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	フランクフルト	+7	+8	105°E	12°N
パナマ	-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
サンティアゴ	-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	台北	+8	+9	122°E	25°N
サンパウロ	-3	-2	47°W	24°S	マニラ	+8	+9	121°E	15°N
ブラジリア	-3	-2	48°W	16°S	バース	+8	+9	116°E	32°S
フエンスアイレス	-3	-2	58°W	35°S	東京	+9	+10	140°E	35°N
アリススル	-1	-0	25°W	38°N	ソウル	+9	+10	127°E	38°N
アリススル	-1	-0	25°W	38°N	平壤	+9	+10	126°E	39°N
ロンドン	+0	+1	0°E	51°N	シドニー	+10	+11	151°E	34°S
ダカール	+0	+1	6°W	53°N	メルボルン	+10	+11	145°E	38°S
リスボン	+0	+1	9°W	39°N	グアム	+10	+11	145°E	13°N
パリ	+1	+2	2°E	49°N	ヌメア	+11	+12	166°E	22°S
ミラノ	+1	+2	9°E	45°N	ポートビラ	+11	+12	168°E	18°S
ローマ	+1	+2	12°E	42°N	クアロロン	+12	+13	175°E	41°S
モントリオール	+1	+2	44°W	40°N	クラリスチャーチ	+12	+13	173°E	43°S
アムステルダム	+1	+2	5°E	52°N	ナウル	+12	+13	166°E	1°S

※この表は2004年6月現在作成のもので、
 ※時差は協定世界時(UTC)を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せんのでご確認ください。

■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	南方諸島	八丈島/神湊	5:28	本州北西岸	浜田	12:11
北海道西岸	稚内*	3:59		父島/二見	6:27		境	2:20
	留萌*	4:23	四国南岸	高知	5:59		舞鶴/第1区	2:27
	小樽*	4:10	瀬戸内海	和歌山	6:29		富山	2:50
北海道南岸	函館	3:46		小松島	6:13		新潟/西区	3:02
	室蘭	3:37		大阪	7:25		秋田	3:16
	苫小牧	3:39		神戸	7:28	九州北岸	博多/東浜新頭	9:36
	浦河	3:41		姫路/飾磨*	11:08		唐津	9:22
	釧路	3:39		宇野	11:10		対馬/厳原	8:42
本州北岸	青森	3:32		高松	11:15	九州西岸	佐世保	8:17
	大湊	3:44		水島	11:18		長崎/松ヶ枝	7:55
本州東岸	八戸	3:37		尾道	11:03		三池	8:50
	釜石	3:53		新居浜	11:01		三角	8:42
	塩釜/港橋	4:04		広島	9:36	九州南岸	鹿児島	7:05
	小名浜	4:15		呉	9:38	九州東岸	油津	6:01
	鹿島	4:23		松山	9:07		細島	6:06
東京湾	千葉灯標	5:15		大分/鶴崎	8:22	南西諸島	奄美大島/名瀬	6:49
	東京/芝浦	5:18		刈田	8:53		那覇	6:50
	横浜/新山下	5:18		徳山	8:41			
	横須賀	5:15		宇部	8:49			
本州南岸	南伊豆(小箱)	5:36		下関/壇の浦	8:58			
	清水	5:47		門司/旧門司	8:57			
	衣浦/武豊	6:04		八幡	9:52			
	名古屋	6:09		豊後水道	7:15			
	四日市	6:05						
	尾鷲	5:54						
	串本	6:02						
	田辺	5:58						

※上記の表は、高潮と低潮が1日2回ずつおきく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10年 潮汐表 第1巻 日本及びその付近」
 水路図誌利用「海上保安庁図誌利用 第100043号」

ワールドタイムの使い方

時刻モードから**Ⓔ**ボタンを2回押して、ワールドタイムモードに切り替えます。

ワールドタイムモードでは、世界28都市(29タイムゾーン)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と、前回選んだ都市の時刻を表示します。

※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。

都市のサーチ

Ⓔまたは**Ⓕ**ボタンを押します



⇒ **Ⓔ**または**Ⓕ**ボタンを押すごとに各都市の時刻を表示します。

※ **Ⓔ**・**Ⓕ**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、ある1つ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。

1. 都市コードを選ぶ

Ⓔまたは**Ⓕ**ボタンを押します

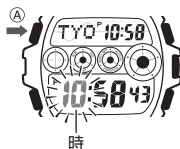
例) 都市コード
"TYO" (東京)
をセットする



⇒ **Ⓔ**または**Ⓕ**ボタンを押して、セットしたい都市コードを選びます。

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。

3. 「時」のセット

Ⓔまたは**Ⓕ**ボタンを押します



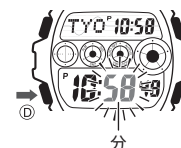
⇒ **Ⓔ**ボタンを押すごとに1つずつ進み、**Ⓕ**ボタンを押すごとに戻ります。

※ **Ⓔ**・**Ⓕ**ボタンとも、押し続けると早送りができます。

※ 「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。

4. 「分」のセット

Ⓔボタンを押します



⇒ 「分」が点滅します。「時」のセットと同様に**Ⓔ**または**Ⓕ**ボタンでセットします。

※ **Ⓕ**ボタンを押すごとに点滅箇所が「時」と「分」で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。

サマータイム (DST) について

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。

サマータイムのON/OFF設定

2. ON/OFFを切り替える

Ⓕボタンを約1秒間押します



⇒ **Ⓕ**ボタンを約1秒間押すごとにサマータイムのON/OFFが切り替わります。

※ サマータイムがONのときは、DSTマークが点灯して、通常の時刻より1時間進みます。

※ 各都市ごとにサマータイムを設定することができません。ただし、「GMT」表示のときはサマータイムの設定はできません。

1. 設定したい都市を選ぶ

Ⓔまたは**Ⓕ**ボタンを押します



⇒ **Ⓔ**または**Ⓕ**ボタンを押して、設定したい都市コードを選びます。

都市コード一覧

コード	都市名	時差
PPG	パゴパゴ	-11
HNL	ホノルル	-10
ANC	アンカレジ	-9
LAX	ロサンゼルス	-8
DEN	デンバー	-7
CHI	シカゴ	-6
NYC	ニューヨーク	-5
CCS	カラカス	-4
RIO	リオデジャネイロ	-3
-2		-2
-1		-1
GMT	<グリニッジ標準時>	+0
LON	ロンドン	+0
PAR	パリ	+1
CAI	カイロ	+2
JRS	エルサレム	+2

5. セットを終わる

A ボタンを押して、点滅を止めます

※ 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。

コード	都市名	時差
JED	ジェッダ	+3
THR	テヘラン	+3.5
DXB	ドバイ	+4
KBL	カブール	+4.5
KHI	カラチ	+5
DEL	デリー	+5.5
DAC	ダッカ	+6
RGN	ヤンゴン	+6.5
BKK	バンコク	+7
HKG	香港	+8
TYO	東京	+9
ADL	アデレード	+9.5
SYD	シドニー	+10
NOU	ヌーメア	+11
WLG	ウェリントン	+12

※この表は2004年6月現在作成のもので、

※時差は協定世界時 (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

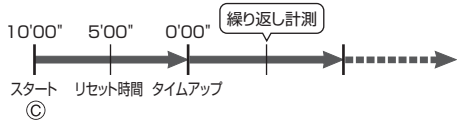
本機のタイマーは2種類あり、以下のように計測を行ないます。本機はヨットやサーフィンのレースに使用すると大変便利です。

●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。

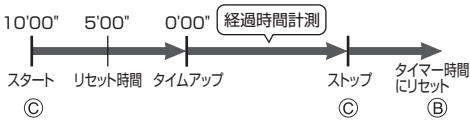
例) タイマー時間 = 10分、リセット時間 = 5分



●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。

★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。

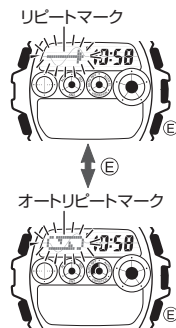
※予告音・タイムアップ音とも、振動を選んでいるときは電子音は鳴らず、振動でお知らせします。

★「タイマー切替」のときは…

ⓔ 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が点灯します。

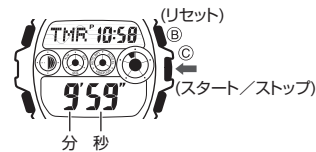


タイマーの使い方(減算計測のしかた)

ⓐ ボタンを押します

→ ⓐ ボタンを押すごとに計測がスタート/ストップします。

※計測は1秒単位で行ないます。



- 計測ストップ後 ⓑ ボタンを押すと、計測前の表示に戻ります（タイマー時間にリセット）。
- ロスタイムがあるときは、ⓒ ボタンでストップ後、もう一度 ⓐ 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 ⓑ 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、ⓒ ボタンを押すと、リセット時間から計測を再開します。
- リセット時間表示状態で ⓑ ボタンを押すと、タイマー時間にリセットされます。
- 予告音が鳴っているときはボタン操作はできません。
- リピートタイマーで、経過時間計測中に ⓒ ボタンを押すと、計測がストップします。ストップ後 ⓑ ボタンを押すと、タイマー時間表示に戻ります。

4. セットを終わる

ⓐ ボタンを押して、点滅を止めます

※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。

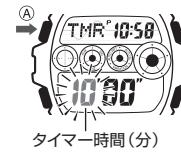
タイマーのセット

1. セット状態にする

ⓐ 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。

※計測ストップ状態およびリセット時間からは、セット状態に切り替わりません。このようなときは、ⓑ ボタンを押してタイマー時間にリセットしてから、ⓐ ボタンを約1秒間押すとセット状態になります。



タイマー時間(分)

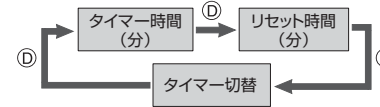
2. セット箇所を選ぶ

ⓓ 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。セットしたい箇所を点滅させます。



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…

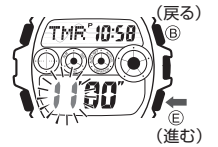
ⓔ または ⓑ ボタンを押します

→ ⓔ 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。

※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えてセットすることはできません。



(戻る)
(進む)

アラーム・時報の使い方

時刻モードから**ⓐ**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・時報について

● **通常アラーム (アラーム1～アラーム3)**
設定した時刻になると10秒間の電子音が鳴ります。

● **スヌーズアラーム (SNZ)**
設定した時刻に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、スヌーズアラームは、ボタンを押して音を止めても再び鳴り出します。

● **時報**
毎正時(00分のとき)に“ピッピッ”と電子音を鳴らすことができます。

アラーム・時報とも、振動を選んでいるときは電子音は鳴らず、振動でお知らせします。
※「電子音/振動の切り替えについて」参照。

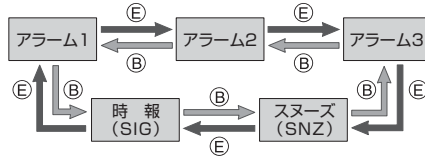
■ アラーム時刻のセット

1. アラームを選ぶ

ⓔ または ⓑ ボタンを押します



→ ⓔ または ⓑ ボタンを押すことに表示が以下の順で切り替わります。セットしたいアラームを選びます。



■ アラーム・時報のON/OFF 設定

準備: ⓔ または ⓑ ボタンを押して、設定したいアラームまたは時報 (SIG) 表示を選びます。

ⓐ ボタンを押します

→ ⓐ ボタンを押すことに、アラーム・時報のON/OFFが切り替わります。
※それぞれのマークが点灯しているときにONとなり、アラーム・時報が鳴ります。



アラームONマーク



スヌーズONマーク
アラームONマーク



時報ONマーク

■ 電子音/振動を止めるには

いずれかのボタンを押します。

- ※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(スヌーズ中はスヌーズONマークが点滅します)。
- ※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。
 - アラームモードでスヌーズアラームをOFFにしたとき。
 - アラームモードでスヌーズアラーム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。

■ モニターアラーム

アラームモードで ⓔ ボタンを押し続けると、押し続けている間、電子音または振動のモニターができます。

2. セット状態にする

ⓐ ボタンを約1秒間押します

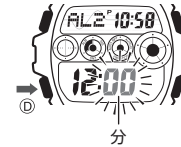
→ 「時」が点滅します。
※アラームONマークが点灯し、自動的にアラームONになります。



3. セット箇所を選ぶ

ⓑ ボタンを押します

→ ⓑ ボタンを押すことに点滅箇所が「時」と「分」で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。



4. 点滅箇所のセット

ⓔ または ⓑ ボタンを押します

→ ⓔ ボタンを押すごとに1つつづき進み、ⓑ 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。
- ※「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。
- ※基本時刻を24時間制にしているときは、アラーム時刻も自動的に24時間制で表示されます。

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

ⓐ ボタンを押して、点滅を止めます

※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。

ストップウォッチの使い方

時刻モードから**ⓐ**ボタンを5回押して、ストップウォッチモードに切り替えます。

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)まで計測できます。計測範囲を超えると、自動的に0に戻って計測し続けます。

■ 計測のしかた

ⓐ ボタンを押します

→ ⓐ ボタンを押すごとに計測がスタート/ストップします。



● 通常計測

ⓐ → ⓑ → ⓐ
スタート ストップ リセット

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

ⓐ → ⓑ → ⓐ → ⓑ → ⓐ → ⓑ
スタート スプリット計測 スプリット解除 ストップ リセット
「スプリットタイム表示」

● 1・2着同時計測

ⓐ → ⓑ → ⓐ → ⓑ → ⓐ → ⓑ
スタート 1着ゴール 2着ゴール 2着タイム表示 リセット
(1着タイム表示)

- 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(「SPL」表示)。
※スプリット計測中にモードを切り替えると、スプリットは解除されます。
- 計測終了後 ⓐ ボタンを押すと、計測値が0に戻ります(リセット)。

時刻・カレンダーの合わせ方

以下の操作は時刻モードで行ないます。

電池切れなどで、時刻やカレンダーが合っていないときは、以下の方法でセットします。

時刻・カレンダーのセット

1. セット状態にする

Ⓐ ボタンを約1秒間押しします

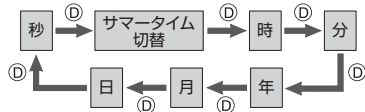
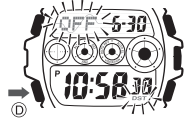
⇒「秒」が点滅します。



2. セット箇所を選ぶ

ⓓ 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。セットしたい箇所を点滅させます。



3. 点滅箇所のセット

★「秒」セットのときは…

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分繰り上がって「00秒」になります(時報は「時報サービス117番」が便利です)。

※ 秒が点滅しているときに ⓓ ボタンを押すと、ライトの点灯時間を切り替えることができます(「■ ライト点灯時間の切り替え」参照)。



★「サマータイム切替」のときは…

ⓔ ボタンを押します

⇒サマータイムのON/OFFが切り替わります。



※ ON = サマータイム ON (夏時間)
OFF = サマータイム OFF (通常時間)

※ サマータイムをONにすると、DSTマークが点灯して、通常の時刻より1時間早まります。

* サマータイム (DST) については「■ サマータイム (DST) について」参照。

★「時」「分」「年」「月」「日」セットのときは…

ⓔ 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。

※「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。

※「年」は2000～2039年の範囲内でセットできます。

※ 正しく年月日をセットすると、自動的に曜日が算出されます。

※ 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。

4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを2回押しして、点滅を止めます

※ 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。

★12/24時間制切り替え

時刻モードのとき、ⓔ ボタンを押すごとに12時間制表示と24時間制表示が切り替わります。