

ライト点灯について

セット中（表示点滅）以外のどのモードのときでも、**ⓑ** ボタンを押すと、ライトが点灯します。

⇒暗いところでも、表示を見ることができます。



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**ⓑ** ボタン以外のいずれかのボタンを押したり、アラームなどの電子音が鳴ると、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。

■ ライト点灯時間の切替え

1. セット状態にする

時刻モードのとき

Ⓐ ボタンを約1秒間押し続けます

⇒秒が点滅します。



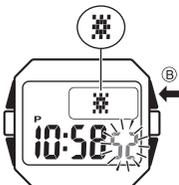
※セット状態で2～3分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。

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

Ⓐ ボタンを押します

⇒点滅が止まり、セット完了です。

操作音について

モード切替え時などに鳴る操作音のON/OFFを切り替えることができます。

■ 操作音の ON / OFF 設定

セット中（表示点滅）以外のどのモードのときでも

ⓐ ボタンを約3秒間押し続けます

⇒確認音が鳴り、操作音のON/OFFが切り替わります。

※操作音をOFFにしているときは、MUTEマークが点灯します。

※操作音がOFFでも、アラーム音、時報音、タイマーのタイムアップ音は鳴ります。

※この操作を行なうと、モードが切り替わってしまいます。操作終了後に、**ⓐ** ボタンを押して使用するモードに切り替えてください。



液晶表示について

製品によって、液晶表示のタイプが異なります。なお、記載しているイラストは、視認性を考慮して「白地に黒」で描写しております。ご使用になる製品によっては、記載しているイラストの黒い部分（「時刻」、「機能がONになっているときに点灯するインジケータやマーク」など）が、「白または他の色で表示される」と置き換えてご覧ください。

※液晶表示のタイプは製品によって決まっているため、1つの製品でタイプを切り替えることはできません。

<Aタイプ>



ON

<Bタイプ>

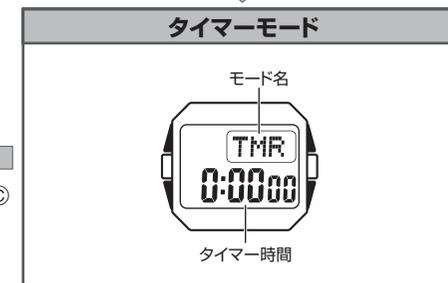
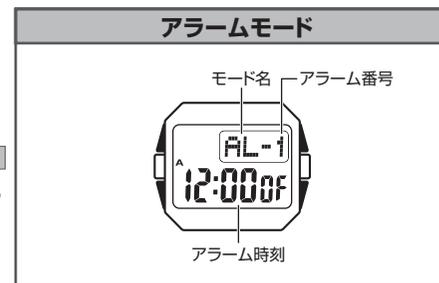
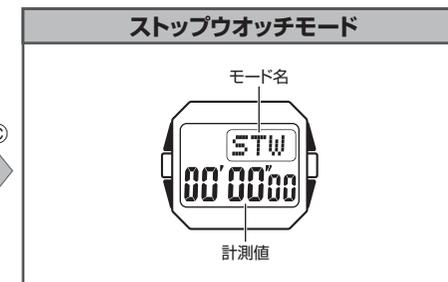
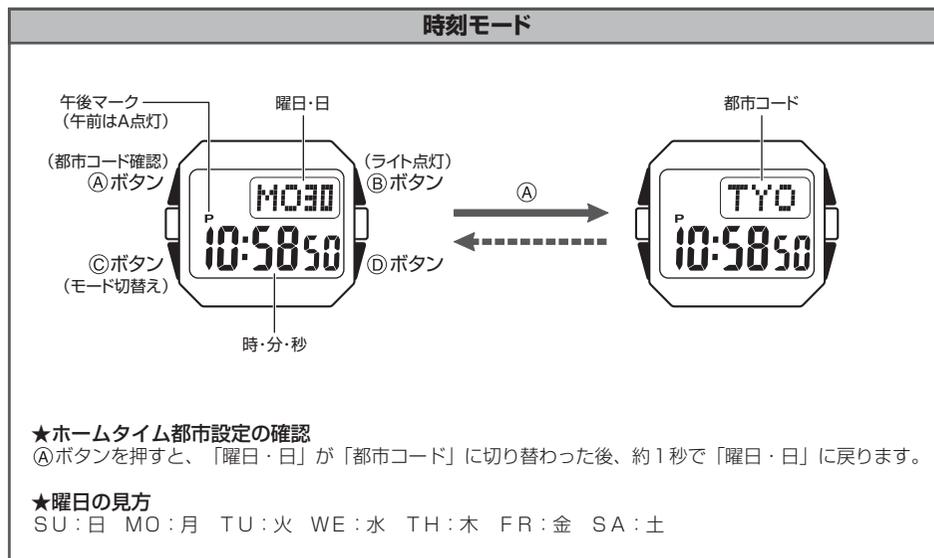


ON

操作のしくみと表示の見方

ⓐ ボタンを押すごとに、以下の順でモードが切り替わります。

※アラームモードのまま2～3分間何も操作を行なわないと、自動的に時刻モードになります。



ワールドタイムの使い方

「操作のしくみと表示の見方」にしたがい **ⓐ** ボタンを押し、ワールドタイムモードにします。

ワールドタイムモードでは、世界48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、前回このモードで最後に見た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。

※ホームタイム（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24時間制で表示されます。

■ご注意

ワールドタイムが合っていないときは、時刻モードの時刻およびホームタイム都市設定を確認し、違っているときは正しくセットしてください。

* 確認については「操作のしくみと表示の見方」参照、セットについては「時刻・カレンダー合わせ」参照。

■都市のサーチ

ワールドタイムモードのとき

ⓐ ボタンを押します

→ **ⓐ** ボタンを押すごとに都市コードが進みます。

※ **ⓐ** ボタンを押し続けると早送ります。



■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

準備：ワールドタイムモードのとき、**ⓐ** ボタンを押して、設定したい都市を選びます。

ⓐ ボタンを約1秒間押し続けます

→ 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す。
※「時刻モードのホームタイム都市」(「操作のしくみと表示の見方」参照) でこの操作を行なった場合、時刻モードでも「ここでの設定にしたがった時刻」になります。



タイマーの使い方

「操作のしくみと表示の見方」にしたがい **ⓐ** ボタンを押し、タイマーモードにします。

タイマーは1分単位で24時間までセットできます。セットした時間を経過（タイムアップ）すると、10秒間電子音が鳴ります。

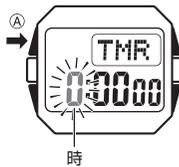
■タイマー時間のセット

1. セット状態にする

タイマーモード（計測リセット状態）のとき

ⓐ ボタンを約1秒間押し続けます

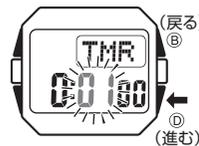
→ 「時」が点滅します。
※ セット状態で2～3分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。



3. 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ます。



手順2.～3.の操作を繰り返して、タイマー時間をセットします。

※タイマー時間を24時間に設定するときは、表示を“0:00”にします。

4. セットを終わる

ⓐ ボタンを押します

→ 点滅が止まり、セット完了です。



■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

ⓐ 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。
※グラフィック表示は計測値に連動して、点灯/消灯を繰り返します。



★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（リセット）。

★計測を、一時、中断したいときは、**ⓑ** ボタンでストップ後、もう一度 **ⓐ** ボタンを押ししてください。そのとき表示されている表示タイムに引き続き計測を始めます。

■都市コード一覧

コード	時差	都市名	コード	時差	都市名
PPG	-11	パゴパゴ	IST	+2	イスタンブール
HNL	-10	ホノルル	CAI	+2	カイロ
ANC	-9	アンカレジ	JRS	+2	エルサレム
YVR	-8	バンクーバー	MOW	+3	モスクワ
SFO	-8	サンフランシスコ	JED	+3	ジェッダ
LAX	-8	ロサンゼルス	THR	+3.5	テヘラン
DEN	-7	デンバー	DXB	+4	ドバイ
MEX	-6	メキシコシティ	KBL	+4.5	カブール
CHI	-6	シカゴ	KHI	+5	カラチ
MIA	-5	マイアミ	MLE	+5	マレー
NYC	-5	ニューヨーク	DEL	+5.5	デリー
CCS	-4	カラカス	DAC	+6	ダッカ
YYT	-3.5	セントジョンズ	RGN	+6.5	ヤンゴン
RIO	-3	リオデジャネイロ	BKK	+7	バンコク
RAI	-1	ブライア	SIN	+8	シンガポール
LIS	+0	リスボン	HKG	+8	香港
LON	+0	ロンドン	BJS	+8	北京
BCN	+1	バルセロナ	SEL	+9	ソウル
PAR	+1	パリ	TYO	+9	東京
MIL	+1	ミラノ	ADL	+9.5	アデレード
ROM	+1	ローマ	GUM	+10	グアム
BER	+1	ベルリン	SYD	+10	シドニー
ATH	+2	アテネ	NOU	+11	ヌーメア
JNB	+2	ヨハネスブルグ	WLG	+12	ウェリントン

※この表は2006年12月現在作成のものです。
※この表の時差は協定世界時(UTC)を基準としたものです。

■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。

■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。

アラーム・時報の使い方

「操作のしくみと表示の見方」にしたがい **ⓐ** ボタンを押し、アラームモードにします。

■ アラームについて

● 通常アラーム (AL1 ~ AL4)

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)

設定した時刻になると 10 秒間の電子音が鳴り、5 分おきに合計 7 回報音を繰り返します。
なお、ボタンを押して音を止めても再び鳴り出します。

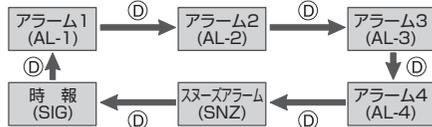
■ アラーム時刻のセット

1. アラームを選ぶ

アラームモードのとき

ⓐ ボタンを押します

→ **ⓐ** ボタンを押すご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。



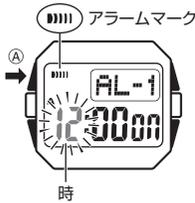
2. セット状態にする

ⓐ ボタンを約 1 秒間押し続けます

→ 「時」が点滅します。

※ アラームマークが点灯して、自動的にアラーム ON になります。なお、スヌーズアラームのときはスヌーズマークも点灯します。

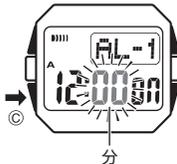
※ セット状態で 2~3 分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。



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。



■ 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。

※ スヌーズアラームのときは、約 5 分後に再び鳴り出します (スヌーズアラーム機能中はスヌーズ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。

- スヌーズアラームを OFF に切り替えたとき。
- 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、押ししている間、電子音が鳴ります。

■ 時報について

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。

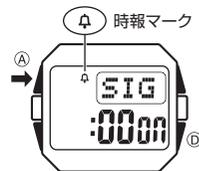
■ 時報の ON / OFF 設定

準備: アラームモードのとき、**ⓐ** ボタンを押して、時報表示を選びます。

ⓐ ボタンを押します

→ **ⓐ** ボタンを押すごとに、時報の ON / OFF が切り替わります。

※ 時報マークが点灯しているときに ON となり、時報が鳴ります。

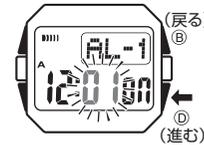


4. 点滅箇所のセット

ⓐ 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します。



手順 3~4 の操作を繰り返して、アラーム時刻をセットします。

※ 「時」のセットのとき午前 (A) / 午後 (P)、または 24 時間制にご注意ください。

※ ホームタイム (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。

5. セットを終わる

ⓐ ボタンを押します

→ 点滅が止まり、セット完了です。

■ アラームの ON / OFF 設定

準備: アラームモードのとき、**ⓐ** ボタンを押して、設定したいアラームを選びます。

ⓐ ボタンを押します

→ **ⓐ** ボタンを押すごとに、アラームの ON / OFF が切り替わります。

※ アラームマークが点灯しているときに ON となり、アラームが鳴ります。なお、スヌーズアラームのときはスヌーズマークも点灯します。

<アラーム1表示>



アラームマーク

<スヌーズアラーム表示>



スヌーズマーク

ストップウォッチの使い方

「操作のしくみと表示の見方」にしたがい **ⓐ** ボタンを押し、ストップウォッチモードにします。

ストップウォッチは 1/100 秒単位で 59 分 59 秒 99 (60 分計) 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

ストップウォッチモードのとき

ⓐ 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。
※ グラフィック表示は計測値に連動して、点灯/消灯を繰り返します。



(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 ("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)。

● 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 スプリット解除 ストップ リセット

<スプリット表示中>



● 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)

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。

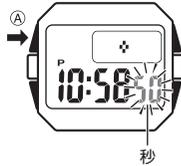
電池交換などで、時刻やカレンダーが合っていないときは、以下の方法でセットします。

■「秒」合わせ

1. セット状態にする

時刻モードのとき、**A** ボタンを約1秒間押し続けます

- 「秒」が点滅します。
- ※ セット状態で2~3分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。



2. 時報に合わせて **D** 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)。



3. 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。

■「時刻・カレンダー」合わせ

1. セット状態にする

時刻モードのとき、**A** ボタンを約1秒間押し続けます

- 「秒」が点滅します。
- ※ セット状態で2~3分間何も操作を行なわないと、自動的にセット状態が解除されます。



2. ホームタイム都市を選ぶ

C ボタンを押します

- 都市コードが点滅します。

D または **B** ボタンを押します

- **D** ボタンを押すごとに都市コードが進み、**B** ボタンを押すごとに戻ります(「都市コード一覧」参照)。
- ※ **D**・**B** ボタンとも、押し続けると早送りします。



例) 東京(日本)の時刻に合わせるときは、都市コードを「TYO」に設定します。

3. サマータイム(DST)のON/OFFを選ぶ

C ボタンを押します

- DSTマークとOnまたはOFが点滅します。

D ボタンを押します

- ON/OFFが切り替わります。
- ※ OF = サマータイム OFF (通常時間)
On = サマータイム ON (夏時間)

- ※ サマータイムをONにすると、通常の時刻より1時間早まり、時刻モードとアラームモードでDSTマークが点灯します(サマータイムについては「サマータイム(DST)について」参照)。

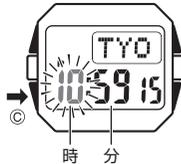
- ※ 「ホームタイム都市」(2.で選んだ都市)をワールドタイムモード(「ワールドタイムの使い方」参照)で表示したとき、時刻は「ここでの設定にしたがった時刻」になります。



4. 「時刻・カレンダー」合わせ

a. **C** ボタンを押します

- **C** 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。



- ※ 12/24時間制切替えは、**D** ボタンを押すごとに12時間制表示(12H)と24時間制表示(24H)が切り替わります。

- ※ 「時」のセットのとき、午前(A)/午後(P)、または24時間制にご注意ください。

- ※ 「年」は2000~2099年の範囲内でセットできます。正しくセットすると、自動的に曜日が出されます。なお、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、電池交換時以外の修正は不要です。

a.~b.の操作を繰り返して、時刻・カレンダーを合わせます。

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。

b. **D** または **B** ボタンを押します

- **D** ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進み、**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します。

