

**CASIO®****3139/3456 \* JA****取扱説明書****3139/3456**

このたびは、弊社製品をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。  
末長くご愛用いただくために、この説明書をよくお読みいただき、正しくお取り扱ってくださいようお願い申し上げます。

本機を安全に正しくお使いいただくための注意事項「安全上のご注意」を本書に記載しています。本機をご使用になる前に、必ずお読みください。

なお、この説明書は大切に保管し、必要に応じてご覧ください。


**■ 本機の特長**


- 正確な時刻を表示（電波時計）
- EL バックライト
- ワールドタイム
- タイマー
- ストップウォッチ
- アラーム・時報

## 安全上のご注意

**絵表示について** 本書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するため、色々な絵表示をしています。その表示と意味は次のようになっています。

 **危険** この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。

 **警告** この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が想定される内容を示しています。

 **注意** この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う危険が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

### 絵表示の例



△ 記号は「気をつけるべきこと」(注意)を意味しています(左の例は感電注意)。



⊘ 記号は「してはいけないこと」(禁止)を意味しています(左の例は分解禁止)。



● 記号は「しなければならないこと」(強制)を意味しています(左の例は電源プラグをコンセントから抜く)。

## 警告

### スキューバダイビングには使用しないでください

本機をスキューバダイビングに使用しないでください。

- 本機はダイバーズウォッチではありません。誤って使用すると、事故の原因となります。



### 電池の取り扱いについて

本機で使用しているボタン電池を取り外した場合は、誤ってボタン電池を飲むことがないようにしてください。特に小さなお子様にご注意ください。

電池は小さなお子様の手の届かない所へ置いてください。万一、お子様が飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談してください。

## 注意

### お手入れについて

ケース・バンドは汚れからさびが発生し、衣服の袖口を汚すことがあります。ケース・バンドは常に清潔にしてお使いください。特に、海水に浸した後放置しておくとさび易くなります。

## 注意

### かぶれについて

時計の本体およびバンドは、直接肌に接触していますので、使用状態によってはかぶれを起こす恐れがあります。

- ① 金属・皮革に対するアレルギー
  - ② 時計の本体およびバンドの汚れ・さび・汗等
  - ③ 体調不良等
- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは余裕をもたせてご使用ください。
  - 「抗菌防臭バンド」は汗などによる細菌の繁殖を抑え、においの発生を防ぐもので、皮膚のかぶれを防ぐものではありません。
  - 万一、異常が生じた場合は、ご使用を中止し、医師にご相談ください。

### 分解しないでください

本機を分解しないでください。けがをしたり、本機が故障する原因となることがあります。





## 注意

### ご使用にあたって

時計表示の確認は、思わぬ転倒やけがの予防のため、十分に安全が確認された場所で行ってください。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車等の運転中は事故の原因になることがありますので、十分にご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にも十分にご注意ください。

時計が止まった場合は、速やかに電池を交換してください。

時計着脱の際に、バンドの中留で爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。

思わぬけがやアレルギーによるかぶれを防ぐため、就寝時は時計をはずすなど十分にご注意ください。

幼児を抱いたり、接したりする場合は、幼児のけがやアレルギーによるかぶれを防ぐため、時計をはずすなど十分にご注意ください。

時計本体（裏ぶたを含む）やバンドに製品保護シールが付いている場合は、ご使用になる前に必ずはがしてください。シールをはがさずにご使用になると、「時計本体やバンド」と「シール」との隙間に汚れが付着し、さびやかぶれの原因となることがあります。

# 目次

<b>安全上のご注意</b>	<b>表紙裏面</b>
<b>デモ表示について</b>	<b>5</b>
<b>操作のしくみと表示の見方</b>	<b>6</b>
<b>ライト点灯について</b>	<b>8</b>
<b>操作音について</b>	<b>8</b>
<b>電波時計について</b>	<b>9</b>
電波時計とは	9
標準電波	9
電波の受信範囲の目安	10
使用場所について	11
受信方法について	12
自動受信 ON / OFF の設定	15
受信に関するご注意	16
こんなときには	17
<b>ワールドタイムの使い方</b>	<b>19</b>
都市のサーチ	19
サマータイム (DST) について	20
サマータイムの ON / OFF 設定	20
都市コード一覧	20
<b>タイマーの使い方</b>	<b>22</b>
タイマーのセット	22
タイマーの使い方 (減算計測のしかた)	23

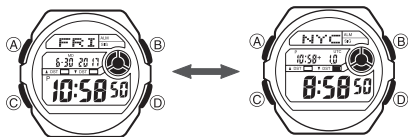
タイムアップになると	23
鳴っている電子音を止めるには	23
<b>ストップウォッチの使い方</b>	<b>24</b>
計測のしかた	24
<b>アラーム・時報の使い方</b>	<b>25</b>
アラーム時刻のセット	25
アラーム・時報の ON / OFF 設定	26
鳴っている電子音を止めるには	26
モニターアラーム	26
<b>ホームタイムデータ (時刻・カレンダー) の合わせ方</b>	<b>27</b>
セットのしかた	27

製品仕様	31
ご使用上の注意	38
お手入れについて	41
電池交換について	42
金属バンドの駒詰めについて	42

# デモ表示について

本機は工場出荷時に「デモ表示」に設定してあります。デモ表示では時計の機能の一部を自動的に表示し続けます。

- デモ表示中は通常のボタン操作はできません。また、電波受信も行いません。



## ● デモ表示の解除

①・②・③・④のいずれかのボタンを押します。

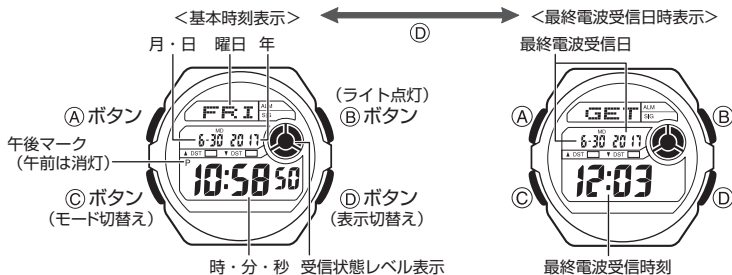
## ● デモ表示の設定

時刻モードの基本時刻表示のとき、②ボタンを押しながら④ボタンを約2秒間(確認音が鳴るまで)押し続けます。

# 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。

## 時刻モード



### ● 表示切替えについて

① ボタンを押すごとに、「基本時刻表示」と「最終電波受信日時表示」とが切り替わります。

### ● 曜日の表記について

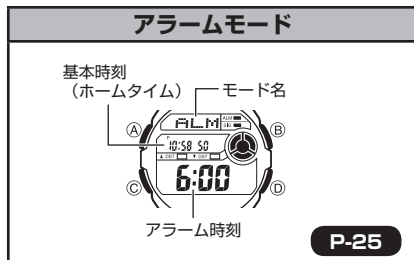
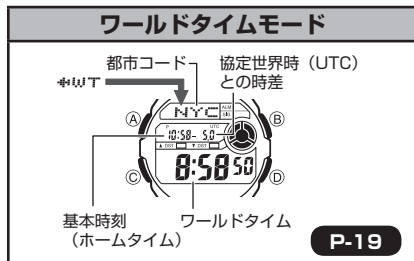
本機の曜日表示は、下記の各言語から選ぶことができます (30 ページ)。

英語            スペイン語    フランス語    ポルトガル語    ドイツ語  
イタリア語    中国語        ロシア語     日本語

### ● 月日の並び順について

本機の月日表示は、「月・日」または「日・月」のどちらかを選ぶことができます (30 ページ)。





- アラームモードで2～3分間何も操作を行わないと、自動的に時刻モードになります。

## 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、**②** ボタンを押すとライトが点灯し、暗いところでも時刻を見ることができます。



- 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。
- 手動受信中はライトは点灯しません。
- 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。

## 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 **③** 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。

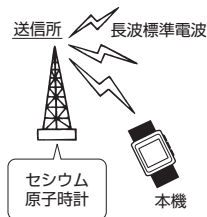
- 操作音を OFF にしているときは、MUTE マークが点灯します。
- 操作音が OFF でも、アラーム音、時報音、タイマーのタイムアップ音は鳴ります。



# 電波時計について

## ■ 電波時計とは

正確な時刻情報をのせた長波標準電波を受信することにより、正しい時刻を表示する時計です。



電波時計は正確な標準時を受信していますが、時計内部の時刻演算処理等により、時刻表示に1秒未満のズレが生じます。

## ■ 標準電波

- 日本の標準電波（JJY）は独立行政法人情報通信研究機構（NICT）が運用しており、福島県の「おたかどや山（40kHz）」および佐賀県と福岡県の境にある「はがね山（60kHz）」から送信されています。
- アメリカの標準電波（WWVB）は National Institute of Standards and Technology（NIST）が運用しており、コロラド州にあるフォートコリンズから送信されています。
- イギリスの標準電波（MSF）は National Physical Laboratory（NPL）が運用しており、イングランド北部のアンソーンから送信されています。
- ドイツの標準電波（DCF77）は Physikalisch-Technische Bundesanstalt（PTB）が運用しており、フランクフルト南東に位置するマインフリンゲンから送信されています。

日本の標準電波はほぼ24時間継続して送信されていますが、保守作業や雷対策等で一時送信が中断されることがあります。

詳しい情報は独立行政法人情報通信研究機構（NICT）日本標準時プロジェクトのホームページをご覧ください。

<http://jjy.nict.go.jp>

- ホームページのアドレスは変更になる場合があります。

## ■ 電波の受信範囲の目安

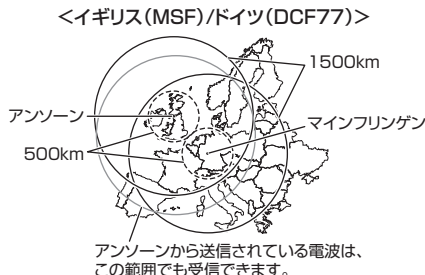
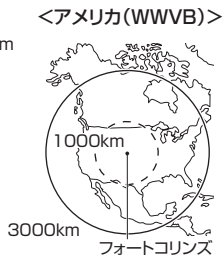
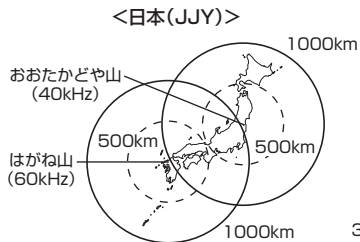
本機は、ホーム都市を下記のように設定すると、その都市に対応した標準電波を受信します。

\* ホーム都市の設定については 27 ページ参照。都市コードについては 20 ページ参照。

ホーム都市（受信機能対応都市）	受信電波
TYO、SEL、TPE、BJS、HKG	日本の標準電波（JJY）
HNL、ANC、YVR、LAX、YEA、DEN、MEX、YWG、CHI、MIA、YTO、NYC、YHZ、YYT	アメリカの標準電波（WWVB）
LIS、LON、MAD、PAR、ROM、BER、STO、ATH、MOW	イギリスの標準電波（MSF）、ドイツの標準電波（DCF77）

- BJS、HKG、HNL、ANC、MOW の各都市は、受信機能対応都市としています。条件が良ければ受信する場合があります。

### 送信所の位置



- 受信環境により、図の範囲内でも電波を受信できない場合があります。内側の円の範囲を越えると電波が弱くなりますので、受信環境の影響はより大きくなります。

- 受信に影響を与える環境…地形、建物、天気、季節、時間帯（昼、夜）、各種ノイズ

## ■ 使用場所について

電波は、以下のような場所では受信しにくくなりますので、このような場所を避けて受信を行ってください。

- 電波受信については、ラジオやテレビと同じようにお考えください。



ビルの中およびその周辺  
(ビルの谷間など)



高圧線、架線の近く



乗り物の中  
(自動車、電車、飛行機など)



家庭電化製品、OA機器のそば  
(テレビ、スピーカー、FAX、  
パソコン、携帯電話など)



電波障害の起きるところ  
(工事現場、空港のそばなど)



山の裏側…など

## ■ 受信方法について

受信方法には、以下の2種類があります。

① 自動受信 1日最大6回（下記の表をご覧ください）

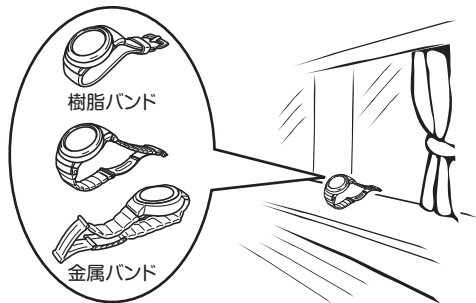
② 手動受信（ボタンを押して手動受信します）

- 1日1回受信が成功すれば、その日の自動受信は行いません。
- 工場出荷時には、自動受信を行うようにセットされていますので、電波を受けるのに適した環境であれば、自動的に受信を行い、正確な時刻を保ちます。  
ただし、BJS、HKG、HNL、ANC、MOWの各都市は自動受信の設定がOFFにセットされています。  
\* 自動受信の設定は15ページを参照。
- 自動受信は、基本時刻（6ページ参照）が下記の自動受信開始時刻になると受信を行います。
- 設定したホーム都市やサマータイム設定によって、自動受信の開始時刻が異なります。

ホーム都市		自動受信開始時刻					
		1	2	3	4	5	6
TYO, SEL, TPE, BJS, HKG	通常時刻	午前12時	午前1時	午前2時	午前3時	午前4時	午前5時
HNL, ANC, YVR, LAX, YEA, DEN, MEX, YWG, CHI, MIA, YTO, NYC, YHZ, YYT	通常時刻 サマータイム	午前12時	午前1時	午前2時	午前3時	午前4時	午前5時
LIS, LON	通常時刻	午前1時	午前2時	午前3時	午前4時	午前5時	翌日午前12時
	サマータイム	午前2時	午前3時	午前4時	午前5時	翌日午前12時	翌日午前1時
MAD, PAR, ROM, BER, STO	通常時刻	午前2時	午前3時	午前4時	午前5時	翌日午前12時	翌日午前1時
	サマータイム	午前3時	午前4時	午前5時	翌日午前12時	翌日午前1時	翌日午前2時
ATH	通常時刻	午前3時	午前4時	午前5時	翌日午前12時	翌日午前1時	翌日午前2時
	サマータイム	午前4時	午前5時	翌日午前12時	翌日午前1時	翌日午前2時	翌日午前3時
MOW	通常時刻	午前4時	午前5時	翌日午前12時	翌日午前1時	翌日午前2時	翌日午前3時
	サマータイム	午前5時	翌日午前12時	翌日午前1時	翌日午前2時	翌日午前3時	翌日午前4時

## ●受信しやすくするために

本機を腕からはずし、金属をさけて下図のように時計上部(12時位置のアンテナ)を外に向けて窓際に置いてください。



- 時計本体を横向きに置くと受信しにくくなります。
- 受信中、時計を動かさないようにしてください。

## ●受信時間は？

受信時間はおよそ2～7分です。

- ただし、周波数を変えて再受信するため、最大14分かかる場合があります。
- \* 自動受信 ON / OFF の設定については15ページ参照。

## ●手動受信

時刻モードのとき

① ボタンを約2秒間押し続けます

→ “RC!” が表示され、受信を開始します。

- 受信中は、受信状態のレベル表示(14ページ参照)が変化します。

### ★受信を中止するときは

② ボタンを押します

- 手動受信中は② ボタン以外の操作はできません。

### ★受信が成功すると

成功した時点で受信を終了し、時刻を修正後、修正日時を表示します。

- 修正日時表示後は、② ボタンを押すか、1～2分間何も操作を行わないと、自動的に時刻表示になります。

### ★受信が失敗すると (ERR 表示)

時刻修正は行われず、“ERR” を表示します。

- “ERR” 表示後は、② ボタンを押すか、1～2分間何も操作を行わないと、自動的に時刻表示になります。



受信状態レベル表示

## ●受信状態のレベル表示

受信中は受信状態によってレベル表示が変化します。

安定状態がなるべく長く保てる場所で受信してください。



受信状態レベル表示



- 受信しやすい場所でも、安定するまで約 10 秒かかります。
- 受信状態のレベル表示は、受信状態の確認および使用場所を決める際の目安としてお使いください。
- 天候、時間、環境等により電波状況は変化します。

## ●受信日時の確認

時刻モードの基本時刻表示のときに ④ ボタンを押します。

→受信により最後に修正した月日と時分を表示します。

- 一度も受信に成功しなかったときは、“— — —”を表示します。
- 基本時刻表示に戻すには、もう一度 ④ ボタンを押します。
- 1～2 分間何も操作を行わないと、自動的に時刻表示になります。

最終電波受信日



最終電波受信時刻



## ■ 自動受信 ON / OFF の設定

自動受信を OFF にすると、電波の自動受信をさせなくすることができます。

- ホーム都市を受信機能対応都市に設定していると、自動受信 ON / OFF の設定を行うことができます。
- \* 受信機能対応都市については、10 ページ参照。

### 1. 最終電波受信日時表示にする

時刻モードの基本時刻表示のとき

④ ボタンを押します

- 受信日時を表示します。
- 1～2 分間何も操作を行わないと、自動的に時刻表示になります。



### 2. セット状態にする

① ボタンを約 2 秒間押し続けます

- ONまたはOFFが点滅します。
- セット状態で 2～3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。



### 3. セットする

④ ボタンを押します

→ONとOFFが切り替わります。

### 4. セットを終わる

① ボタンを押します

→点滅が止まり、時刻モードの表示に戻ります。



## 自動受信を ON にすると…

● **ホーム都市が TYO、SEL、TPE、BJS、HKG の場合**  
自動受信は ON になり、「おおたかどや山 (40kHz)」と「はがね山 (60kHz)」からの電波のうち、受信しやすい方を自動的に選びます (自動選局)。

- 前回受信に成功した方の電波を優先的に受信します。

● **ホーム都市が HNL、ANC、YVR、LAX、YEA、DEN、MEX、YWG、CHI、MIA、YTO、NYC、YHZ、YYT の場合**

自動受信は ON になり、アメリカのフォートコリンズからの電波を受信します。

● **ホーム都市が LIS、LON、MAD、PAR、ROM、BER、STO、ATH、MOW の場合**

自動受信は ON になり、イギリスのアンソーンとドイツのメインフリンゲンからの電波のうち、受信しやすい方を自動的に選びます (自動選局)。

- 前回受信に成功した方の電波を優先的に受信します。

## ■ 受信に関するご注意

- 自動受信は時刻モードとワールドタイムモードでのみ行われます。
- 以下のときは、電波受信を行いません。
  - タイマー計測中のとき。
- 自動受信中にボタン操作を行うと、受信を中断します。
- 受信は送信されている電波の届く範囲内で行ってください。ただし、電波の届く範囲内でも、地形や建物の影響を受けたり、季節や時間帯 (昼・夜) などによってうまく受信できないことがあります。
- 電波障害により、誤った信号を受信することがあります。そのときは、再度受信を行ってください。
- 電波が届かない地域では通常の時計としてご使用ください。
- 電波受信を行わないときは、製品仕様に記載の精度範囲で動きます。
- 極度の静電気により、誤った時刻を表示することがあります。
- 受信中にアラームが鳴ると、受信を中断します。
- 本機のカレンダー機能は 2099 年までですので、2100 年以降は受信してもエラーとなります。

## ■ こんなときには

### 1. 電波が受信できないのですが？

- 電波の送信が中断していませんか。  
保守作業や雷対策等で一時的に送信が中断されることがあります。
- 電波が受信できない地域にいませんか。  
電波受信ができる地域は、10ページの「電波の受信範囲の目安」をご覧ください。
- 電波受信環境が悪い場所にいませんか。  
電波受信できる地域であっても電波が遮断されたり、発生するノイズにより受信しにくくなります。受信はこのような場所を避けて行ってください(11ページの「使用場所について」参照)。
- ホーム都市が間違っていて設定されていませんか。  
ホーム都市の設定が10ページの「電波の受信範囲の目安」に記載されている都市以外の場合は、電波受信を行いません。27ページの「セットのしかた」をご覧ください、ホーム都市を正しく設定してください。
- 自動受信設定が OFF になっていませんか。  
15ページの「自動受信 ON / OFF の設定」をご覧ください、自動受信設定を ON に設定してください。
- 自動受信を行う時間帯に、時刻モードまたはワールドタイムモード以外になっていませんか。  
自動受信は時刻モードまたはワールドタイムモードでしか行われませんので、自動受信時間帯は他のモードに切り替えないでください。

### 2. 電波を受信したのに、時報と時計の表示が若干ずれるのですが？

- 電波時計は標準電波を受信して時刻修正を行います。時計内部の演算処理等により若干(1秒未満)のずれが発生します。

### 3. 電波を受信したのに、時刻がちょうど1時間進んでいるのですが？

- サマータイムの設定が ON になっていませんか。27ページの「セットのしかた」をご覧ください、サマータイムの設定を OFF または AUTO にしてください。

### 4. 電波を受信したのに、時刻がずれているのですが？

- ホーム都市が正しく設定されていますか。27ページの「セットのしかた」をご覧ください、ホーム都市を正しく設定してください。

### 5. 自動受信 ON / OFF の設定ができないのですが？

- ホーム都市の設定が10ページの「電波の受信範囲の目安」に記載されている都市以外の場合は、自動受信 ON / OFF の設定を行うことができません。27ページの「セットのしかた」をご覧ください、ホーム都市を正しく設定してください。

## 6. 自動受信は何時頃行われるのですか？

- 自動受信は電波状況の良い夜間に行われます。夜間にお休みのときは、電波送信所方向の窓際に時計の12時位置（受信アンテナ部）を外に向けて置いてください。

## 7. 手動受信のしかたは？

- 時刻モードのときに **⓪** ボタン（右下）を約2秒間押し続けます。“RC!”が表示され手動受信が開始されますので、電波送信所方向の窓際に時計の12時位置（受信アンテナ部）を外に向けて置いてください。

## 8. 受信日時の確認のしかたは？

- 時刻モードのときに **⓪** ボタンを押します。受信が成功して、時刻修正された月日と時分が表示されます。

電波受信ができないときや受信しても時刻が合わないときなどは、設定を確認してください。

- 本機は工場出荷時および電池交換後には、以下の内容でセットされています。

自動受信	<b>ON</b>	自動受信する
ホーム都市	<b>TYO</b>	東京
サマータイム	<b>AUTO</b>	電波受信による自動切替え

# 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 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。

- ワールドタイムは、基本時刻との時差にしたがい他の都市の時刻が自動的にセットされます。
- 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都市の時刻を表示します。

## ■ 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。

\* セットについては 27 ページ参照。

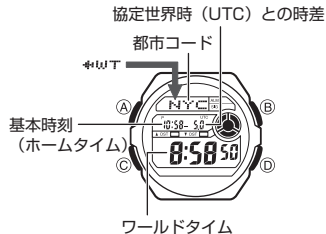
6 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい  
◎ ボタンを押し、ワールドタイムモードにします。

## ■ 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切り替わります。
- ◎ 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 2 秒間押し  
続けます

→上記の操作を行うごとに  
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す。
- ホームタイムで設定している都市をサマータイム ON にしたときは、ホームタイム（基本時刻）もサマータイム ON になります。



DSTマーク

## ■ 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	STO	+1	ストックホルム
HNL	-10	ホノルル	ATH	+2	アテネ
ANC	-9	アンカレジ	CAI	+2	カイロ
YVR	-8	バンクーバー	JRS	+2	エルサレム
LAX	-8	ロサンゼルス	MOW	+3	モスクワ
YEA	-7	エドモントン	JED	+3	ジェッダ
DEN	-7	デンバー	THR	+3.5	テヘラン
MEX	-6	メキシコシティ	DXB	+4	ドバイ
YWG	-6	ウィニペグ	KBL	+4.5	カブール
CHI	-6	シカゴ	KHI	+5	カラチ
MIA	-5	マイアミ	DEL	+5.5	デリー
YTO	-5	トロント	DAC	+6	ダッカ
NYC	-5	ニューヨーク	RGN	+6.5	ヤンゴン
CCS	-4	カラカス	BKK	+7	バンコク
YHZ	-4	ハリファックス	HKG	+8	香港
YYT	-3.5	セントジョンズ	BJS	+8	北京
RIO	-3	リオデジャネイロ	TPE	+8	台北
RAI	-1	ブライア	SEL	+9	ソウル
LIS	0	リスボン	TYO	+9	東京
LON	0	ロンドン	ADL	+9.5	アデレード
MAD	+1	マドリード	GUM	+10	グアム
PAR	+1	パリ	SYD	+10	シドニー
ROM	+1	ローマ	NOU	+11	ヌーメア
BER	+1	ベルリン	WLG	+12	ウエリントン

- この表は 2016 年 7 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。
- 各国の時差およびサマータイムは国の都合により変更されることがあります。

# タイマーの使い方

6 ページの「操作のしくみと表示の見方」にしたがい  
③ 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60分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秒間の電子音が鳴ります。  
タイムアップすると、計測が止まります。約10秒後にタイマー時間表示（計測リセット状態）に戻ります。

## ■ タイマーのセット

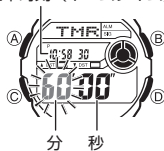
### 1. セット状態にする

タイマーモード（計測リセット状態）のとき

① ボタンを約2秒間押し続けます

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

基本時刻（ホームタイム）



### 2. セットする

④ または ② ボタンを押します

- ⇒ ④ 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。
- ④・② ボタンとも押し続けると早送りができます。

### 3. セットを終わる

① ボタンを押します

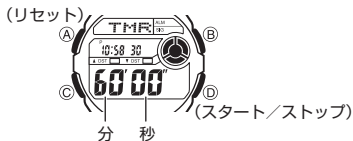
- ⇒ 点滅が止まり、セット完了です。



## ■ タイマーの使い方(減算計測のしかた)

### ④ ボタンを押します

- ④ ボタンを押すごとに計測がスタート/ストップします。
- 計測は 1 秒単位で行います。



- 計測ストップ後 (A) 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、(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。

## ■ 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。

# ストップウォッチの使い方

6 ページの「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 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。

(スプリット/リセット)



- 計測中に (A) 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"  
が表示されます)。
  - 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。
- 計測ストップ後 (A) 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

◎ → ◎ → (A)  
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

◎ → (A) → (A) → ◎ → (A)  
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: SPL

### ● 1・2 着同時計測

◎ → (A) → ◎ → (A) → (A)  
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着ゴール表示)

# アラーム・時報の使い方

6 ページの「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。

アラームモードでは、時分を設定でき、設定した時刻になると 10 秒間電子音が鳴ります。  
また、毎正時 (00 分) に時報を鳴らすこともできます。

## ■ アラーム時刻のセット

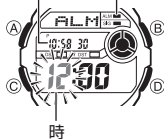
### 1. セット状態にする

アラームモードのとき

◎ ボタンを約 2 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。
  - セット状態で 2～3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。

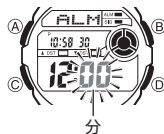
基本時刻 (ホームタイム)  
アラームマーク



### 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「時」⇄「分」で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。



### 3. 点滅箇所をセットする

◎ 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。
  - 「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 24 時間制で表示されます。

4. 2.～3.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

Ⓐ ボタンを押します

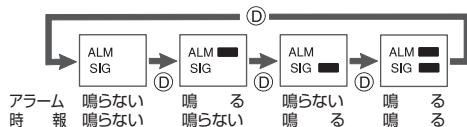
⇒点滅が止まり、セット完了です。

## ■ アラーム・時報の ON / OFF 設定

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アラームマークと時報マークが点灯／消灯を繰り返します。
- 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。



## ■ 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。

## ■ モニターアラーム

アラームモードのとき、Ⓓ 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。

# ホームタイムデータ(時刻・カレンダー)の合わせ方

ホームタイムデータのセットとは、お使いになる地域(都市)や時刻・カレンダー等を合わせることで、

- ホームタイムデータのセットや修正は時刻モードの時刻表示で行います。

## ■ セットのしかた

### 1. セット状態にする

時刻モードの基本時刻表示のとき

**A** ボタンを約2秒間押し続けます

⇒都市コードが点滅します。

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

都市コード



### 2. ホーム都市を選ぶ

**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。本機をお使いになる地域(都市)を選びます。

\* 20ページ「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ができます。

TYO=東京



### 3. 「サマータイム設定」にする

**C** ボタンを押します

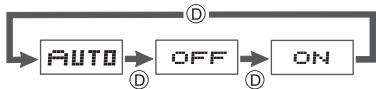
⇒サマータイムの切り替えになります。



## 4. サマータイムを設定する

### ⓓ ボタンを押します

→ ⓓ ボタンを押すごとにサマータイムの設定が切り替わります。



### ● AUTO

電波受信により、自動的にサマータイムの ON / OFF が切り替わります。

### ● OFF

サマータイムは OFF になります（通常時間）。

### ● ON

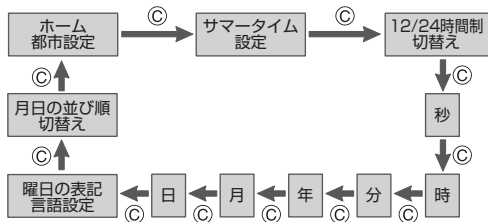
サマータイムは ON になります（夏時間）。

- セット完了後、DST マークが点灯して、通常の時刻より 1 時間進みます。
- ホーム都市が受信機能対応都市（10 ページ参照）以外  
のときは、「OFF」⇔「ON」で表示が切り替わります。

## 5. 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以下の順で点滅箇所が移動します。設定したい箇所を点滅させます。



## 6. 点滅箇所をセットする

### ⓓ または ⓑ ボタンを押します

→ ⓓ または ⓑ ボタンで点滅箇所をセットします。

### a. 「12/24 時間制切替え」のときは…

① 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。



### b. 「秒」セットのときは…

① ボタンを押すと「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)。



### c. 「時」「分」「年」「月」「日」セットのときは…

① ボタンを押すごとに点滅箇所が数字が進み、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。
- 「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 '00 (2000 年) ~ '99 (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。



#### d. 「曜日の表記言語設定」のときは…

ⓐ ボタンを押すごとに言語が切り替わります。

- 押し続けると早送りができます。



#### e. 「月日の並び順切替え」のときは…

ⓐ ボタンを押すごとに「M / D (月 - 日)」と「D / M (日 - 月)」が切り替わります。



	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
ENG : 英語	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
ESP : スペイン語	DOM	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB
FRA : フランス語	DIM	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
POR : ポルトガル語	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
DEU : ドイツ語	SON	MON	DIE	MIT	DON	FRE	SAM
ITA : イタリア語	DOM	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
CHN : 中国語	日	一	二	三	四	五	六
RUS : ロシア語	BC	ПН	Вт	СР	ЧТ	ПТ	СБ
JPN : 日本語	日	月	火	水	木	金	土

## 7. 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。



# 製品仕様

水晶発振周波数：32,768Hz  
精度：電波受信による時刻修正が行えない場合は、  
平均月差±20秒以内

基本機能：時・分・秒、  
午前/午後(P) / 24時間制表示、  
月・日・曜日  
フルオートカレンダー(2000～2099年)

電波時計機能：自動受信・手動受信  
受信日時確認機能  
サマータイム自動切替え  
受信局自動選択機能(JJY、MSF /  
DCF77で対応)  
受信電波  
コールサイン：JJY(40kHz/60kHz)、  
WWVB(60kHz)、  
MSF(60kHz)、  
DCF77(77.5kHz)

ワールドタイム機能：世界48都市(29タイムゾーン)の時刻/  
UTCとの時差を表示、サマータイム設定機能

タイマー機能：セット単位 1分  
計測範囲 60分  
計測単位 1秒  
電子音 10秒

ストップウォッチ機能：計測単位 1/100秒  
計測範囲 59分59秒99  
計測機能 通常計測、積算計測、  
スプリット計測、  
1・2着同時計測

アラーム機能：時刻アラーム  
セット単位 時・分  
電子音 10秒間  
時報 毎正時に2回電子音で報知

その他：自動復帰機能、12/24時間制表示切替え、  
曜日の表記言語切替え、月日並び順切替え、  
操作確認音 ON/OFF切替え、ELバックラ  
イト、モニターアラーム

主要回路素子：音叉型高性能水晶振動子  
ワンチップCMOS-LSI

使用電池：CR1620 1個(電池別途販売)  
電池寿命：約3年

(電子音10秒間/日、ライト3秒間/日、  
電波受信6分間/日使用した場合)

改良などのため、仕様は予告なく変更されることがあります。



*memo*



*memo*



*memo*

# ご使用上の注意

## ■ 防水性

- 防水時計は時計の表面または裏ぶたに「WATER RESIST」または「WATER RESISTANT」と表示されているもので、次のように分類されます。

表示	時計の表面または裏ぶたに表記	日常生活用防水 「BAR」表記無し	日常生活用強化防水		
			5気圧防水	10気圧防水	20気圧防水
			5BAR	10BAR	20BAR
使用例	洗顔、雨	○	○	○	○
	水仕事、水泳	×	○	○	○
	ウインドサーフィン	×	×	○	○
	スキューバダイビング(素潜り)	×	×	○	○

- 専門的な潜水=スキューバダイビング(空気ボンベ使用)でのご使用はお避けください。
- 時計の表面または裏ぶたに「WATER RESIST」または「WATER RESISTANT」と表示されていないものは防汗構造になっておりませんので、多量の汗を発する場合、もしくは湿気が多い場所でのご使用や直接水に触れるようなご使用はお避けください。
- 防水構造の機種でも、以下のご使用はお避けください。
  - 防水性能の低下や、ガラスの内側が曇る原因になります。
  - 「水中で」および「時計に水分がついた状態で」りゅうすやボタンを操作すること
  - 入浴のときに使用すること
  - 温水プールやサウナなどの高温多湿な環境で使用すること
  - 時計を手につけたまま手洗い/洗顔/家事などをするとともに、石鹸や洗剤を使うこと

- 海水に浸したときは真水で洗い、塩分や汚れを拭き取ってください。
- 防水性を保つために定期的(2~3年を目安)なパッキン交換をおすすめします。
- 電池交換の際、防水検査を行いますので、必ず「修理サービス窓口」またはお買い上げの販売店にお申し付けください(特殊な工具を必要とします)。
- 防水時計の一部にデザイン上、皮革バンドを使用しているモデルがありますが、皮革バンド付の状態での水仕事・水泳など直接水のかかるご使用はお避けください。
- 時計が急冷された場合など、ガラスの内側が曇ることがありますが、すぐに曇りが無くなるようであれば特に問題はありません。夏季に高温の室外から室内に入りエアコンの吹き出し口付近で冷気にさらされたり、冬季に暖かい室内から出て屋外の冷気や雪に触れた場合など、外気と時計内部の温度差が大きくなることによって曇る時間が長くなることがあります。なお、曇りが消えなかったり、時計内部に水が残っている場合は、ただちにご使用をやめて、修理を「修理サービス窓口」またはお買い上げの販売店にお申し付けください。

## ■ バンド

- バンドをきつくしめると、汗をかきやすくなり、空気の通りが悪くなりますのでかぶれ易くなります。バンドは指一本が入る程度の余裕をもたせてご使用ください。
- バンドは、劣化やさびなどにより、切れたり外れたりすること、接合部のピンが飛び出したり抜け落ちたりすることがあります。これらは、時計の落下や紛失、けがの原因となります。バンドは常にお手入れをして清潔な状態でご使用ください。



- バンドに弾力性がなくなる、ひび割れ、変色、緩み、接合部のピンの飛び出しや抜け落ちなどの異常がある場合は、ご使用をやめてください。点検・修理（有償）や新しいバンドとの交換を、「修理サービス窓口」またはお買い上げの販売店にお申し付けください。

## ■ 温度

- 自動車のダッシュボードや暖房器具の近く等の高温になる場所に放置しないでください。また、寒い所に長く放置しないでください。遅れ、進みが生じたり、止まったり、故障の原因となります。
- +60℃以上の所に長時間放置すると液晶パネルに支障をきたすことがありますのでご注意ください。液晶表示は、0℃以下や+40℃以上では、表示が見えにくくなることがあります。

## ■ ショック

- 通常の使用状態でのショックや軽い運動（キャッチボール、テニスなど）には十分耐えますが、落としたり、強くぶつけたりすると、故障の原因になります。ただし、耐衝撃構造の時計の場合（G-SHOCK/BABY-G/G-ms）は腕につけたままでチェーンソーなどの強い振動や、激しいスポーツ（モトクロスなど）でのショックを受けても時計には影響ありません。

## ■ 磁気

- 通常、磁気の影響はありませんが、極度に強い磁気（医療機器など）は誤動作や電子部品を破損する恐れがありますのでお避けください。

## ■ 静電気

- 静電気により誤った時刻を表示したりします。また、極度に強い静電気は、電子部品を破損する恐れがあります。
- 静電気により、一時的に液晶の点灯していない部分ににじみ現象が発生することがあります。

## ■ 薬品類

- シンナー、ガソリン、各種溶剤、油脂またはそれらを含有しているクリーナー、接着剤、塗料、薬剤、化粧品類等が付着すると、樹脂ケース、樹脂バンド、皮革などに変色や破損を生ずることがありますのでご注意ください。

## ■ 保管

- 長期間ご利用にならないときは汚れ、汗、水分などを拭き取り、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

## ■ 樹脂部品について

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が樹脂部品に移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに水分を拭き取り、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当たったり、汚れが付着したまま放置すると色あせする場合があります。
- 塗装部品は、使用状況（過度の外力、連続したこすれ、衝撃等）により磨耗し色落ちしたりすることがあります。

- バンドにプリントがしてある場合は、プリント部分を強くこすると他の部分に色がつくことがあります。
- 蛍光商品は、長時間濡れたままにしておくと色が落ちる恐れがありますので、濡れているときはすぐに水分を拭き取って、乾かしてください。
- スケルトン（透明）仕様の部品は、汗や汚れ等の吸収や高温多湿への放置により変色を起こすことがあります。
- ご使用状態や保管環境により異なりますが、日々のご使用や長期保管によって劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

## ■ 皮革バンドについて

- 長時間、他の製品と密着させたり、濡れたまま他の製品と一緒にしておくと、他の製品に色が移行したり、他の製品の色が皮革バンドに移行したりすることがありますので、濡れているときはすぐに柔らかい布などで軽く拭いて、他の製品に密着させたままにしないでください。
- 長時間、直射日光（紫外線）に当てたり、汚れが付着したまま長時間放置すると色あせする場合があります。  
ご注意：皮革バンドは、摩擦・汚れにより色を移したり、色落ちすることがあります。

## ■ 金属部品について

- 金属は、ステンレスやメッキ品でも汚れたままご使用になりますと、さびが発生することがあります。汗をかいたときや水に濡らしたときは、柔らかい吸湿性の良い布などでよく拭き取った後に、通気性の良い場所に保管し、よく乾燥させてください。
- とくとき、柔らかい歯ブラシに中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水をつけて、こすり洗いをしてください。その後、洗剤成分を水でよく洗い流し、柔らかい吸湿性の良い布などで水分を拭き取ってください。なお、洗うときは「調理用ラップを巻く」などして、時計本体に洗剤や石鹸水がかからないようにしてください。

## ■ 抗菌防臭バンドについて

- 抗菌防臭バンドは汗などによる細菌の増殖を抑え、においの発生を防ぎ、常に清潔で快適な装着感が得られます。抗菌・防臭の効果を上げるために、バンドの汚れ、汗、水分等は吸湿性の良い柔らかい布で拭き取り、常に清潔にしてご使用ください。抗菌防臭バンドは微生物や細菌の増殖を抑えるためのもので、アレルギー等による皮膚のかぶれ等を抑えるものではありません。

## ■ 液晶表示について

- 液晶表示は、見る方向によって表示が見えにくくなる場合があります。

万一、本機使用や故障により生じた損害、逸失利益または第三者からのいかなる請求についても、当社では一切その責任を負えませんのであらかじめご了承ください。

# お手入れについて

## ■ お手入れのしかた

時計も衣類同様、直接身につけるものです。長くお使いいただくために、汚れ・汗・水分などは柔らかい布などでこまめに拭き取り、常に清潔な状態でご使用ください。

- 海水や泥がついた場合は、真水でよく洗い流してください。
- 金属バンドおよび樹脂バンドの金属部品は、柔らかい歯ブラシに中性洗剤を水で薄めた液や石鹼水をつけて、こすり洗いをしてください。その後、洗剤成分を水でよく洗い流し、柔らかい吸湿性の良い布などで水分を拭き取ってください。なお、洗うときは「調理用ラップを巻く」などして、時計本体に洗剤や石鹼水がかからないようにしてください。
- 樹脂バンドは、水で洗い、柔らかい布などで水分を拭き取ってください。また、樹脂バンドの表面にシミのような模様が発生することがありますが、人体および衣類への影響はありません。布などで拭き取ってください。
- 皮革バンドは、水や汗がついた場合には、柔らかい布などで軽く拭いてください。
- りゅうずやボタンや回転ベゼルは、長期間操作しないと動きが悪くなる場合があります。ときどき、りゅうずや回転ベゼルの回したり、ボタンを押ししたりしてください。

## ■ お手入れを怠ると

### 〈さび〉

- 時計で使用している金属はさびにくい性質ですが、汚れによりさびが発生します。
  - 汚れにより酸素が絶たれると、表面の酸化皮膜が維持できなくなり、さびが発生します。
- さびが発生すると、金属部分に鋭利な箇所ができたり、接合部のピンが飛び出したり抜け落ちたりすることがあります。異常に気がついた場合は、ご使用をやめて、修理（有償）を「修理サービス窓口」またはお買い上げの販売店にお申し付けください。
- 表面はきれいでも、すきまに付着した汚れやさびがしみ出して、衣類の袖を汚したり、皮膚がかぶれたり、時計の性能が劣化することがあります。

### 〈劣化〉

- 樹脂バンドや樹脂ベゼルは、汗などの水分で濡れたままにしていたり、湿気の多い場所に放置すると経年劣化し、切れたり、折れたりすることがあります。

### 〈かぶれ〉

- 皮膚の弱い方や体調により、かぶれたりすることがあります。特に、皮革バンドや樹脂バンドをお使いの方は、こまめにお手入れをしてください。万一、かぶれた場合には、そのバンドの着用を中止し、皮膚科の専門医にご相談ください。

## 電池交換について

- 電池交換は必ず「修理サービス窓口」またはお買い上げの販売店にお申し付けください。
- 電池は必ず当社指定の専用電池と交換してください。指定以外の電池を使用しますと故障の原因となります場合があります。
- 電池交換の際、防水検査を行います。
- 樹脂（外装）部品は日々のご使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。電池交換ご依頼品の樹脂部分にひびなどの異常がある場合、破損の恐れがありますので作業を行わずにご返却する旨のご案内をさせていただいております。あらかじめご了承ください。

### ■ 最初の電池

- お買い上げの時計に組み込まれている電池（モニター用電池）は、工場出荷時点で時計の機能や性能をチェックするために組み込まれたものです。
- お客様がお買い上げになるまでの期間に電池は消耗しますので、モニター用電池は取扱説明書などに記載されている電池寿命に満たない場合があります。また、電池交換は保証期間内でも有料となります。

### ■ 電池の消耗

- 電池が消耗しますと「時刻の狂いが目立ったり」「表示が見にくくなったり」「消えたり」します。
- 消耗した電池を使っていると故障の原因になりますので、お早めに交換してください。

## 金属バンドの駒詰めについて

金属バンド（フリータイプの中留構造バンド※を除く）の駒詰めには専用の工具が必要となります。お取り扱いによる、部品の変形や破損、またはけが等を予防するためにも、お買い上げの販売店にご相談ください。なお、「持込修理サービス受付窓口」においても保証期間内は無償、保証期間経過後は有償にて承っております。詳しくは、「持込修理サービス受付窓口」または「修理に関するお問い合わせ窓口」へお問い合わせください。

※ 中留をスライドさせて長さ調整するフリータイプのバンドでは、駒の取り外しはできません。

（例）

