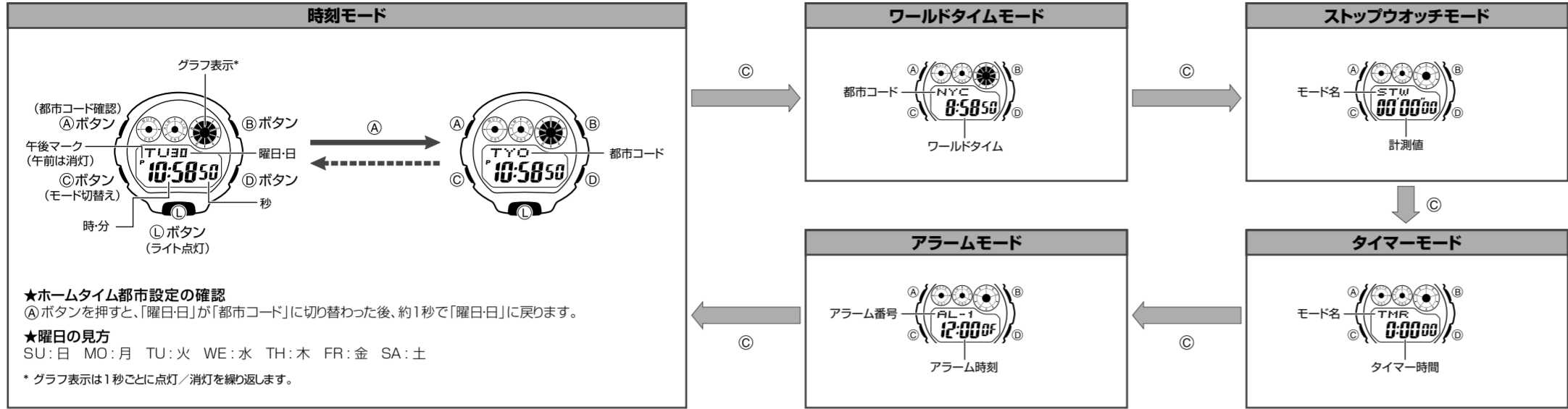




# 操作のしくみと表示の見方

◎ 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分間すると、自動的に時刻モードに戻ります。



- ★ホームタイム都市設定の確認  
 (A) ボタンを押すと、「曜日」が「都市コード」に切り替わった後、約1秒で「曜日」に戻ります。
- ★曜日の見方  
 SU:日 MO:月 TU:火 WE:水 TH:木 FR:金 SA:土
- \* グラフ表示は1秒ごとに点灯/消灯を繰り返します。

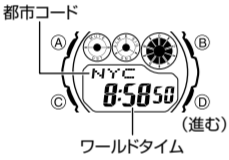
# ワールドタイムの使い方

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・カレンダーの合わせ方」参照。

## ■都市のサーチ

ワールドタイムモードのとき  
 ◎ 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。



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

## ■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。
- ※ 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。

## ■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	JHR	+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	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	ウエリントン

※ この表は2008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。  
 ※ 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。  
 \* 2007年12月にCCS(カラカス)の時差が「-4.5」に変更になっていますが、本機では対応しておりません。「時差-4の地域」としてご使用ください。

# アラーム・時報の使い方

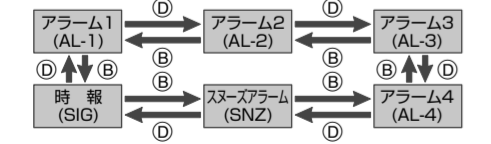
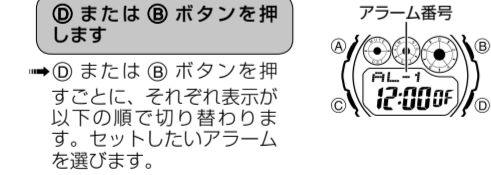
「操作のしくみと表示の見方」にしたい◎ ボタンを押し、アラームモードにします。

## ■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

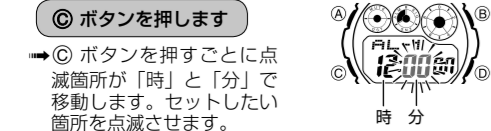


## 2. セット状態にする

◎ 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。

## 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。



## 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/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

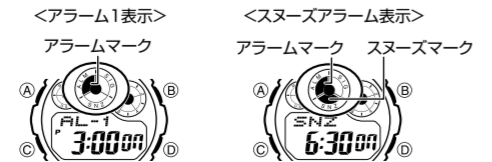
◎ ボタンを押します  
 →点滅が止まり、セット完了です。  
 ※ 点滅表示のまま2〜3分間すると、自動的に点滅が止まります。

## ■アラームの ON / OFF 設定

準備: アラームモードのとき、◎ または ◎ 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が 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。



## ■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わずと、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 に切り替えるとき。  
 ●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、◎ または ◎ 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。

※ 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。  
 ※ 時報マークが点灯しているときが ON となり、時報が鳴ります。



# 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。  
 ※ グラフ表示は計測値に連動して、点灯/消灯を繰り返します。



★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 ストップ リセット  
 解除



●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 リセット  
 (1着タイム表示)

# タイマーの使い方

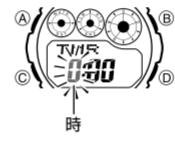
「操作のしくみと表示の見方」にしたい◎ ボタンを押し、タイマーモードにします。

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。



## 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」と「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。  
 ※ 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)。  
 ★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。

## ■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。

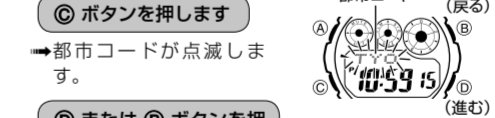
# 時刻・カレンダーの合わせ方

以下の操作は時刻モードで行ないます。

## ■「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、◎ ボタンを約1秒間押し続けます  
 →「秒」が点滅します。

2. ホームタイム都市を選ぶ  
 ◎ ボタンを押します  
 →都市コードが点滅します。



◎ または ◎ 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、◎ ボタンを押すごとに戻ります。「(都市コード一覧)参照」。

※ ◎・◎ ボタンとも、押し続けると早送りします。

## 3. サマータイム (DST) の ON / OFF を選ぶ

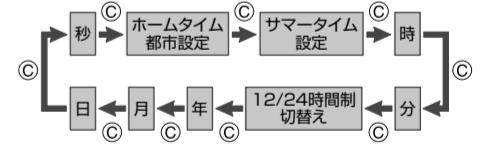
◎ ボタンを押します  
 →DST マークと On または OF が点滅します。

◎ 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)。

## 4. 「時刻・カレンダー」合わせ

a. ◎ 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ので、合わせたい箇所を点滅させます。



b. ◎ 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。

a.~b.の操作を繰り返して、時刻・カレンダーを合わせます。

※ 12/24 時間制切替は、◎ 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/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。

## 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。  
 ※ 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。