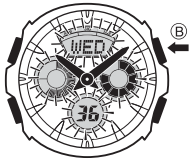


ライト点灯について

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、ライトが約2秒間点灯します。

→ 暗いところでも表示を見ることができます。



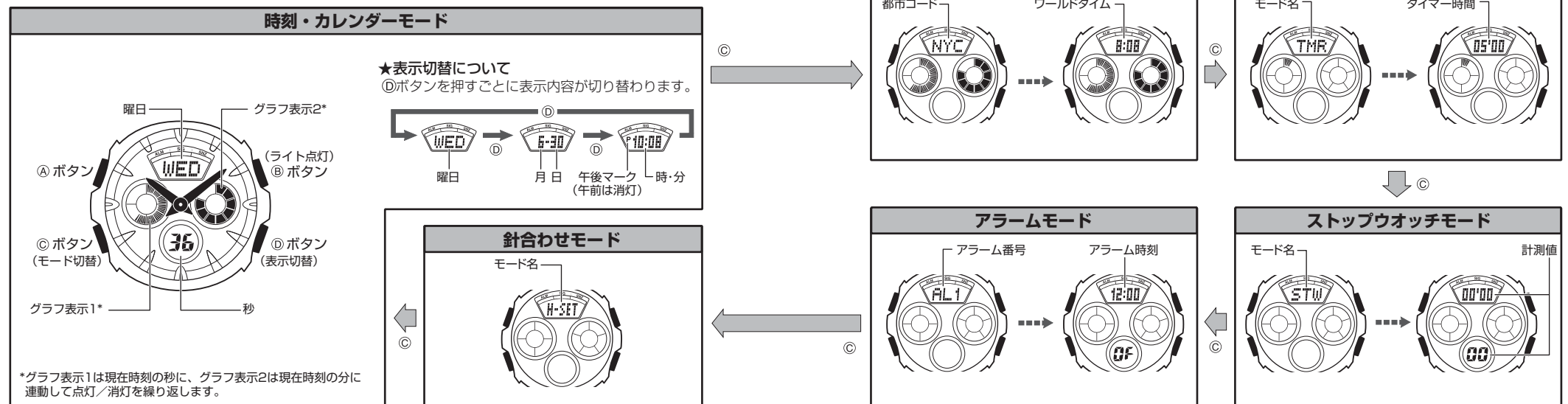
■ ご注意 ■

- 直射日光下では、発光が見えにくくなります。
- 発光中に操作確認音の鳴るボタンを押したり、アラームなどの電子音が鳴ると、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。

操作のしくみと表示の見方

Ⓒ ボタンを押すことに確認音が鳴り、以下の順でモードが切り替わります。

※表示例では、アナログ部（針）を省略する場合があります。



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と、前回選んだ都市コードを表示後、その都市の時刻を表示します。

※時刻・カレンダーモードで基本時刻（ホームタイム）および都市コードをセットすると、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。

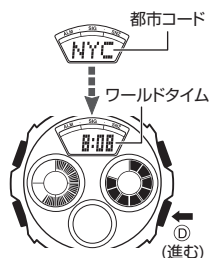
※ワールドタイムの「秒」は基本時刻の「秒」に連動しています。

※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

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。都市コード表示後、その都市の時刻を表示します。
 ※ 押し続けると早送りします。



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。

サマータイムの設定

(1) ワールドタイムモードのとき、◎ ボタンを押してサマータイム設定したい都市コードを選びます。

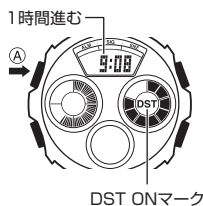
(2) Ⓐ ボタンを約2秒間押しします

⇒ DST ONマークが点灯して、サマータイム設定*になります。

*サマータイム設定時の表示は、通常の時刻より1時間早まります。

※DST ONマークが点灯しているときに、Ⓐ ボタンを約2秒間押しすると通常の時刻に戻ります。

※各都市ごとにサマータイムの設定ができます。ただし、「GMT」表示のときは、サマータイム設定はできません。



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	CAI	カイロ	+2	アテネ、ヘルシンキ、 バイレウト
HNL	ホノルル	-10	パペーテ	JRS	エルサレム		
ANC	アンカレジ	-9	ノーム	JED	ジェッダ	+3	クウェート、モスクワ
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/タコマ	THR	テヘラン	+3.5	
DEN	デンバー	-7	エルバソ、エドモントン	DXB	ドバイ	+4	アブダビ
CHI	シカゴ	-6	ヒューストン、 メキシコシティ	KBL	カブール	+4.5	
NYC	ニューヨーク	-5	モントリオール、 マイアミ、ボストン	KHI	カラチ	+5	
CCS	カラカス	-4	サンティアゴ	DEL	デリー	+5.5	
RIO	リオデジャネイロ	-3	サンパウロ、 ブエノスアイレス	DAC	ダッカ	+6	
---		-2		RGN	ヤンゴン	+6.5	
---		-1	アソレス諸島	BKK	バンコク	+7	ジャカルタ、ハノイ
GMT		±0	<グリニッジ標準時>	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
LON	ロンドン	±0	ダブリン	TYO	東京	+9	ソウル、平壤
PAR	パリ	+1	ローマ、マドリード、 フランクフルト	ADL	アデレード	+9.5	
				SYD	シドニー	+10	グアム
				NOU	ヌーメア	+11	ポートビラ
				WLG	ウェリントン	+12	クライストチャーチ

※この表は2003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。

タイマー時間は分単位で60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、タイムアップ後も自動的に計測を繰り返すオートリピートタイマーとしても使えます。

タイマー方法について

本機のタイマーは以下の2種類があり、使い方に合わせてお好きな方を選ぶことができます。

*タイマー方法の選び方については「■タイマーのセット」参照。

● リピートタイマー（繰り返し計測）

タイムアップすると、タイマー時間を表示して、計測が止まります。同じ時間を何回も計測するときに便利です。

● オートリピートタイマー（自動繰り返し計測）

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。

電子音の報音について

本機のタイマーは以下のように電子音が鳴ります。

*予告音のON / OFF 設定については「■タイマーのセット」参照。

● 予告音 ON に設定したときは

残り時間5分10秒～5分のとき	1秒ごとに電子音が鳴ります。
残り時間4分～1分のとき	1分ごとに電子音が鳴ります。
残り時間30秒	電子音が1秒鳴ります。
残り時間10秒～0秒（タイムアップ）	1秒ごとに電子音が鳴ります。

※セットした時間が5分以下のときは途中から鳴ります。

● 予告音 OFF に設定したときは

セットした時間を経過すると10秒間の電子音でタイムアップを知らせます。

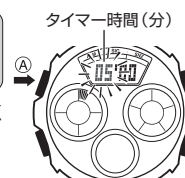
※電子音が鳴っているときに、いずれかのボタンを押すと音が止まります。

タイマーのセット

(1) セット状態にする

タイマーモードのとき、
 Ⓐ ボタンを約2秒間押しします

⇒ タイマー時間の「分」が点滅します。



(2) タイマー時間をセットする

Ⓐ 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。

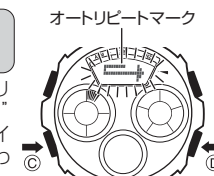
※ タイマー時間は1分（1'00）～60分（60'00）までセットできます。



(3) タイマー方法を選ぶ

◎ ボタンを押してから、
 ◎ ボタンを押します

⇒ ◎ ボタンを押すごとにリピートタイマー「→」とオートリピートタイマー「↺」が切り替わります。

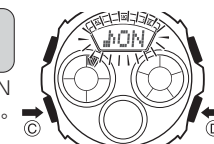


(4) 予告音の ON / OFF を選ぶ

◎ ボタンを押してから、
 ◎ 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 = 予告音 ON
 ♪ OF = 予告音 OFF



(5) セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

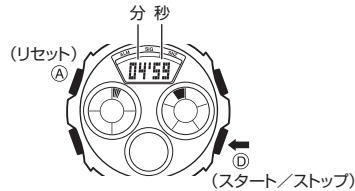
⇒ 点滅が止まり、セット完了です。

※ 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。

■ 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。
- ※ 計測値に連動してグラフ表示が点灯/消灯します。

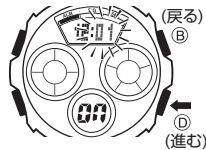


- ★ 計測ストップ後 **ⓐ** ボタンを押すと、計測前の表示に戻ります (リセット)。
- ★ ロスタイムがあるときは、**ⓑ** ボタンでストップ後、もう一度 **ⓐ** ボタンを押すと表示タイムに引き続き計測を始めます。

(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、**ⓑ** ボタンを押すことに戻ります。
- ※ **ⓐ**・**ⓑ** 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。
- ※ 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・時報の使い方

「操作のしくみと表示の見方」にしたがい **ⓐ** ボタンを押して、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 20 秒間の電子音が鳴ります。

● スヌーズアラーム (SNZ)

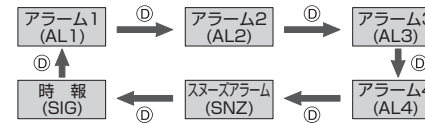
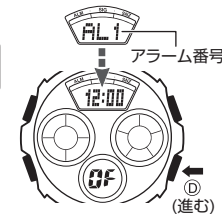
設定した時刻になると 20 秒間の電子音が鳴り、5 分おきに合計 7 回報音を繰り返します。なお、ボタンを押して音を止めても再び鳴り出します。

■ 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

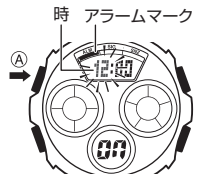
- **ⓐ** ボタンを押すごとに表示が以下の順で切り替わります。セットしたいアラームを選びます。



(2) セット状態にする

ⓐ ボタンを約 1 秒間押します

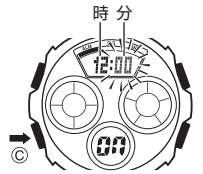
- 「時」が点滅します。
- ※ アラームマークが点灯して、自動的にアラーム ON になります。なお、スヌーズアラームのときはスヌーズマークも点灯します。



(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。



■ アラームの ON/OFF 設定

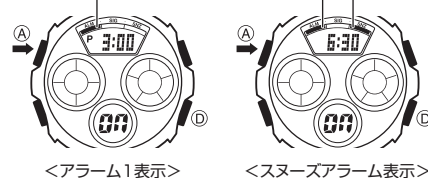
準備：アラームモードのとき、**ⓐ** ボタンを押して、設定したいアラームを選びます。

ⓐ 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。

アラームマーク アラームマーク スヌーズマーク



■ 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・カレンダー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、押し続けている間、電子音が鳴ります。

■ 時報について

毎正時 (00 分のとき) に「ピッピッ」と電子音を鳴らすことができます。

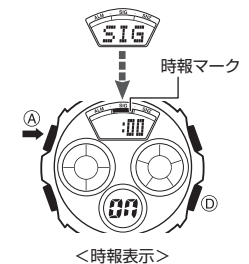
■ 時報の ON/OFF 設定

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が ON となり、時報が鳴ります。



時刻・カレンダーの合わせ方

以下の操作は時刻・カレンダーモードで行ないます。

電池交換後などで、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。

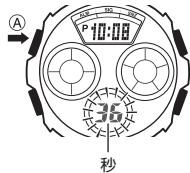
※デジタル部の時刻を修正したときは、必ずアナログ部も修正してください。

■ デジタル部時刻・カレンダーの合わせ方 (ホームタイム都市の設定)

(1) セット状態にする

時刻・カレンダーモードのとき、**A** ボタンを約2秒間押します

→ 「秒」が点滅します。



(2) 秒合わせ…30秒以内の遅れ/進みの修正

時報に合わせて **D** ボタンを押します

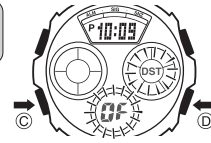
→ 「00秒」からスタートします。
※ 秒が00～29のときは切り捨てられ、30～59のときは1分繰り上がって「00秒」になります(時報は「時報サービス117番」が便利です)。



(3) サマータイム (DST) のON/OFFを選ぶ

C ボタンを押してから、**D** ボタンを押します

→ **D** ボタンを押すことに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 (DST) については「■ サマータイム (DST) について」参照。

(4) ホームタイム都市を選ぶ

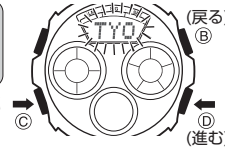
C ボタンを押してから、**D** または **B** ボタンを押します

→ **D** ボタンを押すことに「都市コード」が進み、**B** ボタンを押すことに戻ります。

* 「■ 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。

※ ホームタイム都市を設定してから、時刻セットを行なってください。



■ アナログ部 (針) の合わせ方

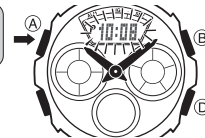
アナログ部とデジタル部の時刻が合っていないときは、以下の操作で合わせてください。

準備: 「操作のしくみと表示の見方」にしたがい **C** ボタンを押して、針合わせモードにします。

(1) セット状態にする

A ボタンを約2秒間押します

→ 現在時刻が点滅して、セット状態になります。



(2) アナログ部を合わせる

D ボタンを押します

→ **D** ボタンを押すごとに時計回りに1/3分 (20秒) ずつ進みますので、デジタル部の「時・分」丁度にアナログ針を合わせます。

※ 押し続けると早く進みます(針は逆方向には進みません)。

★ 針の自動早送り

D ボタンを押し続けている間、**B** ボタンを押すと、針が自動的に早く進みます。

※ いずれかのボタンを押すと針が止まります。

※ 時針が一回りすると早送りが止まります。

(3) セットを終わる

A ボタンを押します

→ 点滅が止まり、分針はそのときの「秒」に合わせて自動的に修正されます。

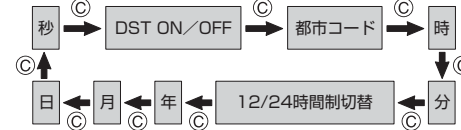
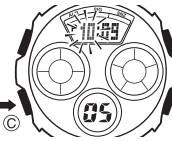
※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

※ 操作のタイミングにより、針が少し遅れることがあります。このようなときは、もう一度セット状態にしてから針を1ステップか2ステップ進めてください。

(5) 「時刻・カレンダー」合わせ

a. **C** ボタンを押します

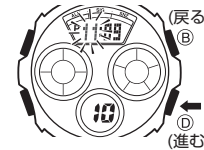
→ **C** ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動します。セットしたい箇所を点滅させます。



b. **D** または **B** ボタンを押します

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

※ **D**・**B** ボタンとも、押し続けると早送りします。



手順 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」のときは、**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」とが切り替わります。

※ 「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年～2039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。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。

(6) 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。

ストップウォッチの使い方

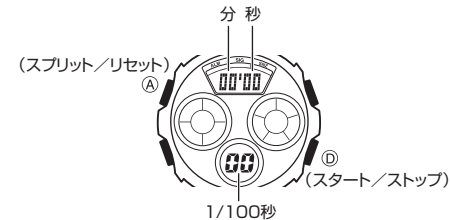
「操作のしくみと表示の見方」にしたがい **C** ボタンを押して、ストップウォッチモードにします。

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、**D** ボタンを押します

→ **D** ボタンを押すごとに、計測がスタート/ストップします。
※ 計測値に連動してグラフ表示が点灯/消灯します。



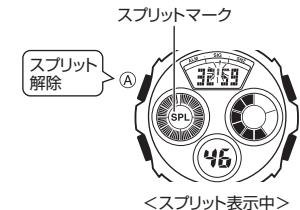
★ 計測中に **A** ボタンを押すと、表示は止まりますが、内部では計測を続けるスプリット計測となります (スプリットマーク「SPL」点灯)。
※ スプリット計測中にモードを切り替えると、スプリットは解除されます。
★ 計測終了後 **A** ボタンを押すと、計測値が0に戻ります (リセット)。

● 通常計測



<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 **D** 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

