

基本的な操作

以下は、各モードで共通の操作です。お使いになるときに、内容をご確認ください。

モードの切り替え

この時計には、現在の時刻を表示する時刻モードを含め、8つのモード（機能）があります。

(時刻モード)



時刻モード



ストップウォッチモード



リコールモード



ワールドタイムモード



アラームモード



タイマーモード

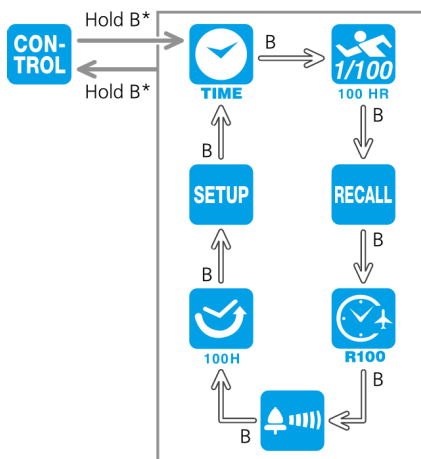


セットアップモード



コントロールモード

モードを切り替えるときはBボタンを押します。下の図はBボタンを押したときのモードの切り替わり順です。



* コントロールモードと他のモードを切り替えるときは、Bボタンを約3秒間押し続けます。コントロールマークが点灯しているときは、この操作を行ってください。



a. コントロールマーク

コントロールモードは、携帯電話と接続しているときだけ切り替えることができます。詳細は、「CASIO WATCH+ アプリケーション設定ガイド」でご確認ください。

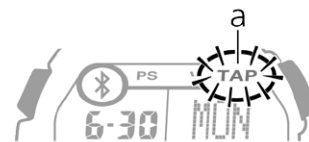
注意

アプリケーションでコントロールモードを使わない設定にしているときは、コントロールモードに切り替えることができません。

タップ操作

アラームやタイマーが音や振動でお知らせしているときに、タップ操作で音や振動を止めることができます。

タップ操作が有効なときには、タップマークが点滅します。



a. タップマーク

このとき時計の画面中央を指の腹で軽く2回たたくと（ダブルタップ）音や振動が止まります。



重要

爪の先や硬いものでタップ操作をすると、時計のパネル面を傷つける恐れがあります。必ず指の腹でタップしてください。

時計の設定

携帯電話と通信しているときは、携帯電話の時刻と日付に自動的に合わせます。携帯電話と通信しないときは、以下の操作で時計の時刻と日付を合わせます。

【準備】

ここでの操作は時刻モードで行います。Bボタンを押して時刻モードに切り替えてください。

参照) 「モードの切り替え」

(時刻モード)



都市を設定する

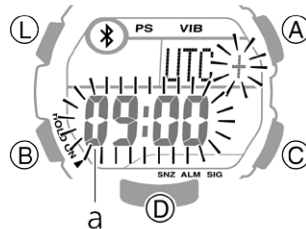
この時計をお使いになる都市の時差を設定します。お使いになる都市がサマータイムを実施しているときは、サマータイムを設定することができます。

重要

時差を正しく設定しないと、ワールドタイムの時刻が正しく表示されません。

● 時差の設定

1. Cボタンを約2秒間押し続けます。
[SET Hold]を表示し、時差が点滅します。



a.時差

2. DまたはAボタンを押して、時差を設定します。
 - 時差には「都市名一覧」に記載されているタイムゾーンを指定します。

例：

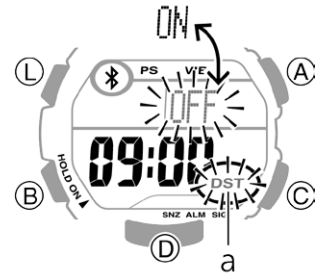
東京で使用する場合は、[+ 09:00]を指定します。

3. Cボタンを押して、設定を終了します。

● サマータイムの設定

1. Cボタンを約2秒間押し続けます。
[SET Hold]を表示し、時差が点滅します。
2. Bボタンを押して、サマータイムの設定画面にします。

3. Dボタンを押して、ON (サマータイム制) またはOFF (通常の時間) を指定します。



a.DSTマーク

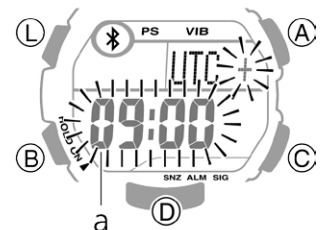
4. Cボタンを押して、設定を終了します。

参考

サマータイムが設定されると、DSTマークが点灯します。

日時を設定する

1. Cボタンを約2秒間押し続けます。
[SET Hold]を表示し、時差が点滅します。



a.時差

2. **B** ボタンを3回押して、秒のリセット画面にします。

- **D** ボタンを押すと00秒にリセットします。

補足：

30秒から59秒の間に**D** ボタンを押すと「分」を1分進めて秒をリセットします。

3. **B** ボタンを押して、日時の設定画面にします。



a.時

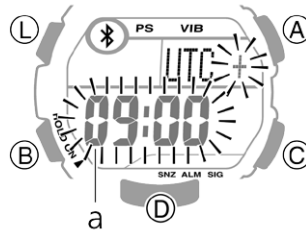
日時の設定：

- **B** ボタンを押すごとに、「時」、「分」、「年」、「月」、「日」の順で点滅します。
- **D** または **A** ボタンを押して、点滅している項目の設定を変更します。

4. **C** ボタンを押して、設定を終了します。

12時間制／24時間制を切り替える

1. **C** ボタンを約2秒間押し続けます。
[SET Hold]を表示し、時差が点滅します。



a.時差

2. **B** ボタンを2回押して、12または24時間制表示を設定する画面にします。

- **D** ボタンを押して、[12H] (12時間制) または [24H] (24時間制) を選択します。



a.午後マーク

補足：

12時間制を選択したときは、正午から午後11:59までは午後マークを表示します。24時間制を選択したときは、午後マークを表示しません。

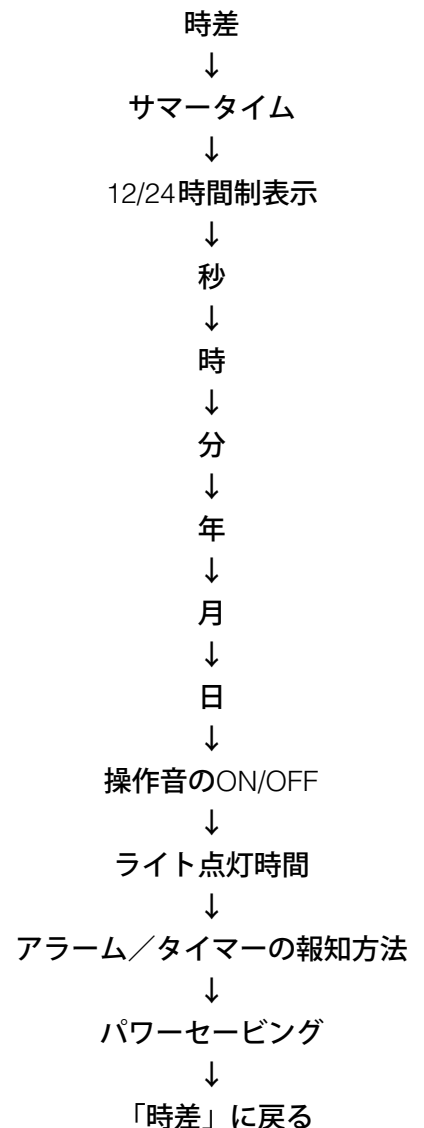
3. **C** ボタンを押して、設定を終了します。

サマータイムについて

サマータイムとは、DST (Daylight Saving Time)とも言い、通常の時刻 (STD:スタンダードタイム) から1時間進める夏時間制度のことです。サマータイムの実施期間や実施地域は、国によって異なります。また、サマータイム制度を採用していない国や地域もあります。

設定の補足

時刻モードの設定画面では、**B** ボタンを押すごとに以下の順で項目が切り替わります。



ストップウォッチ

最長99時間59分59.99秒まで計測できます。

通常の計測の他に、ラップタイムやスプリットタイムの計測もできます。

計測した結果は120本までメモリーに記録されるので、後で記録を確認できます。

参照：

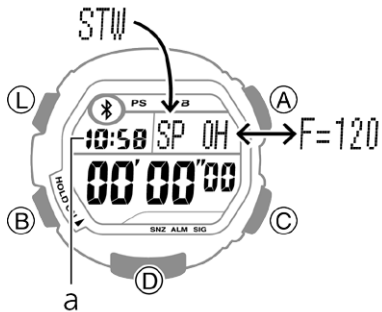
記録を呼び出す -リコール-

【準備】

ここでの操作はストップウォッチモードで行います。Bボタンを押してストップウォッチモードに切り替えてください。

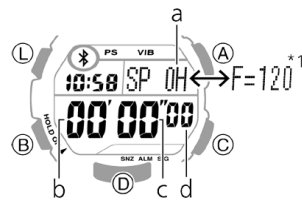
参照) 「モードの切り替え」

(ストップウォッチモード)



a. 現在時刻

計測する



- a. 時間
- b. 分
- c. 秒
- d. 1/100秒

*1 残りのメモリー数

現在記録できるメモリーの本数を表します。

1. 次のボタン操作で計測を行います。

D スタート



A ストップ



D 再スタート



A ストップ

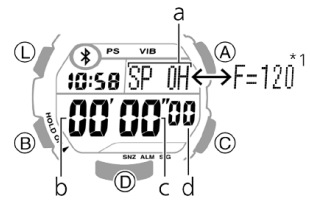
2. Aボタンを押して、表示をリセットします。

3. Bボタンを6回押して、時刻モードに戻ります。

参考

残りのメモリー数が0になったときは、一番古い記録を消して、新たな計測結果を記録します。

スプリットを計測する



- a. 時間
- b. 分
- c. 秒
- d. 1/100秒

*1 残りのメモリー数

現在記録できるメモリーの本数を表します。

1. 画面に[SP OH]を表示していることを確認してください。

- もし[LP OH]を表示しているときは、Cボタンを押して[SP OH]に切り替えてください。

2. 次のボタン操作で計測を行います。

D スタート

計測を開始します。



D 1回目のスプリット

1回目のスプリットタイムを8秒間表示した後、計測に戻ります。



D 2回目のスプリット

2回目のスプリットタイムを8秒間表示した後、計測に戻ります。



A ゴール

積算タイムを表示して、計測がストップします。

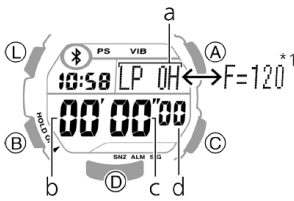
3. Aボタンを押して、表示をリセットします。

4. Bボタンを6回押して、時刻モードに戻ります。

参考

残りのメモリー数が0になったときは、一番古い記録を消して、新たな計測結果を記録します。

ラップを計測する



- a. 時間
- b. 分
- c. 秒
- d. 1/100秒

*1 残りのメモリー数

現在記録できるメモリーの本数を表示します。

1. 画面に[LP 0H]を表示していることを確認してください。
 - もし[SP 0H]を表示しているときは、Cボタンを押して[LP 0H]に切り替えてください。

2. 次のボタン操作で計測を行います。

D スタート

計測を開始します。



D 1回目のラップ

1回目のラップタイムを8秒間表示した後、次のラップ計測に戻ります。



D 2回目のラップ

2回目のラップタイムを8秒間表示した後、次のラップ計測に戻ります。



A ゴール

最後のラップタイムを表示して、計測がストップします。

3. Aボタンを押して、表示をリセットします。
4. Bボタンを6回押して、時刻モードに戻ります。

参考

残りのメモリー数が0になったときは、一番古い記録を消して、新たな計測結果を記録します。

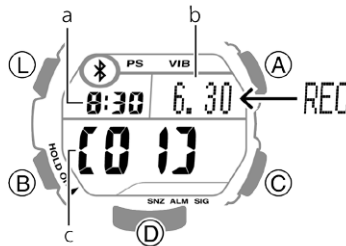
記録を呼び出す

— リコール —

記録された計測タイムを確認することができます。

1. Bボタンを押して、リコールモードに切り替えます。
参照) 「モードの切り替え」

(リコールモード)



- a. 計測時刻
- b. 計測日 (月・日)
- c. 計測ナンバー

補足：

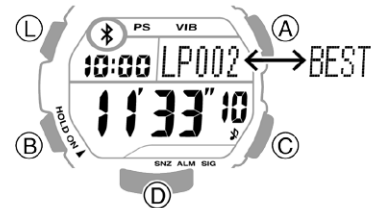
最後に記録した日付、時刻、計測ナンバーを表示します (計測ナンバーとは、記録したデータを管理するための番号です)。

2. Cボタンを押して、計測ナンバーを選びます。
 - 計測ナンバーが分からないときは、計測日や計測時刻で選びます。



3. Dボタンを押すごとに、記録された計測タイムを保存された順に表示します。

- 一番速いラップタイムには[BEST]の表示が出ます。



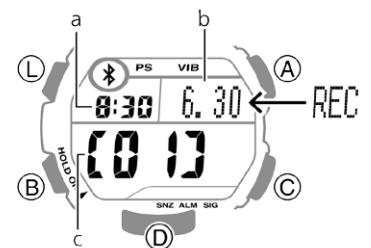
4. Bボタンを5回押して、時刻モードに戻ります。

記録を消す

- 指定した記録を消す

1. Bボタンを押して、リコールモードに切り替えます。
参照) 「モードの切り替え」

(リコールモード)



- a. 計測時刻
- b. 計測日 (月・日)
- c. 計測ナンバー

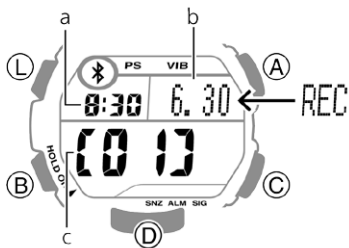
2. Cボタンを押して、消したい計測ナンバーを選びます。
3. Aボタンを約2秒間押し続けます。
[Hold CLEAR]と表示して、指定した記録を消去します。

4. **B**ボタンを5回押して、時刻モードに戻ります。

• 全ての記録を消す

1. **B**ボタンを押して、リコールモードに切り替えます。
参照) 「モードの切り替え」

(リコールモード)



- a. 計測時刻
- b. 計測日 (月・日)
- c. 計測ナンバー

2. **A**ボタンを5秒間押し続けます。
[Hold A-CLR]と表示し、すべての記録を消去します。

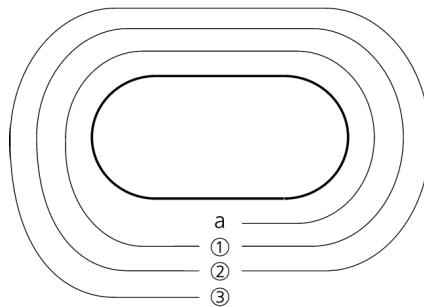


3. **B**ボタンを5回押して、時刻モードに戻ります。

ラップとスプリットについて

• ラップ

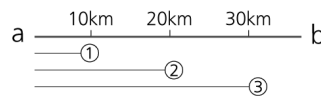
たとえばトラック周回競技での1周ごとのタイムのように、一定の区間を進むのに要したタイムをラップと呼びます。



- a. スタート
- ① ラップ 1
- ② ラップ 2
- ③ ラップ 3

• スプリット

たとえばマラソンの10km、20km、30km地点でのそれぞれのタイムのように、スタート地点から任意の地点ごとの経過時間をスプリットと呼びます。



- a. スタート
- b. ストップ
- ① スプリット 1
- ② スプリット 2
- ③ スプリット 3

ワールドタイム

世界100都市の時刻を知ることができます。

【準備】

ここでの操作はワールドタイムモードで行います。**B**ボタンを押してワールドタイムモードに切り替えてください。

参照) 「モードの切り替え」

(ワールドタイムモード)



海外の時刻を調べる

1. **D**または**A**ボタンを押して、都市を選びます。
その都市の時刻を表示します。

- **D**または**A**ボタンを押し続けると、都市名を早送りします。



- a. 都市名
- b. 選択した都市の時刻

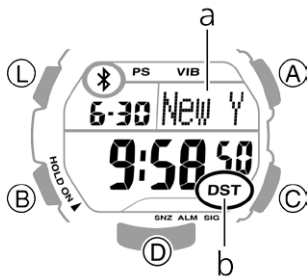
2. **B**ボタンを4回押して、時刻モードに戻ります。

サマータイムを設定する

海外の都市がサマータイムを採用している場合は、その都市にサマータイムを設定することができます。

1. **C** ボタンを約2秒間押し続けます。
[DST Hold]を表示した後、サマータイムのONとOFFが切り替わります。

- サマータイムが設定されると、DSTマークが点灯します。



- a. 都市名
- b. DSTマーク

2. **B** ボタンを4回押して、時刻モードに戻ります。

アラーム

指定した時刻に音や振動でお知らせします。

【準備】

ここでの操作はアラームモードで行います。**B** ボタンを押してアラームモードに切り替えてください。

参照) 「モードの切り替え」

(アラームモード)

ALARM → AL 1



a. 現在時刻

アラームをセットする

1. **D** ボタンを押して、セットしたいアラームの画面を選択します。



a. アラーム番号

選択できるアラームは時報も含め6本です。

画面に表示されるアラーム番号で、セットしたいアラームを確認してください。

- - 1 ~ - 4
通常のアラームです。
- - 5
スヌーズアラームです。
指定した時刻にお知らせします。お知らせは5分おきに7回繰り返します。
- :00
時報です。
毎時00分になるとお知らせします。

アラームの切り替え:

- **D** ボタンを押すごとに、通常のアラーム (- 1 ~ - 4)、スヌーズアラーム、時報の順で切り替わります。

2. **A** ボタンを押して、アラームや時報の動作を指定します。

それぞれのアラーム番号には、次の動作が指定できます。

- - 1 ~ - 4 および - 5
OFF : アラームは鳴りません。
- 1 TIME : 設定した時刻に1回だけ鳴ります。
- DAYLY : 設定した時刻に毎日鳴ります。

- **:00**
OFF : 時報は鳴りませ
ん。
- ON : 毎時00分に時報
が鳴ります。

3. **C**ボタンを約2秒間押し続けます。
[SET Hold]を表示し、「時」が点滅します。



a. 時

アラーム時刻の設定：

- **B**ボタンを押すごとに、「時」と「分」が交互に点滅します。
 - **D**または**A**ボタンを押して、点滅している項目の設定を変更します。
4. **C**ボタンを押して、設定を終了します。
5. **B**ボタンを3回押して、時刻モードに戻ります。

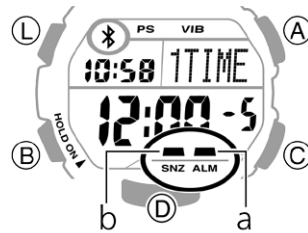
アラームマークについて：
アラームや時報をONに設定すると、該当するマークが点灯します。

アラームをONにセットした場合



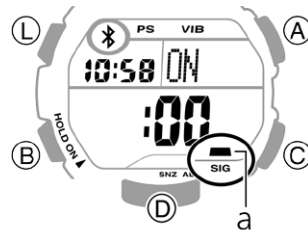
a. アラームマーク

スヌーズアラームをONにセットした場合



- a. アラームマーク
- b. スヌーズマーク

時報をONにセットした場合



a. 時報マーク

アラームをOFFにする

1. **D**ボタンを押して、設定を変更したいアラームの画面を選択します。



2. **A**ボタンを押して、アラームや時報の動作をOFFに設定します。
3. **B**ボタンを3回押して、時刻モードに戻ります。

アラームを止める

アラームの音が鳴っているときや振動しているときに、いずれかのボタンを押すか、時計の画面中央をダブルタップします。

重要

スヌーズアラームは、いずれかのボタンを押したり、ダブルタップで音や振動を止めても、5分おきに7回アラームを繰り返します。途中で止めたいときは、スヌーズアラームの動作をOFFに設定してください。

タイマー

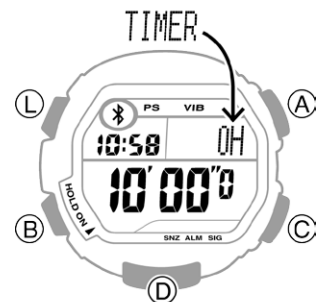
設定した時間のカウントダウンを行います。残り時間がゼロになると、音や振動でお知らせします。

【準備】

ここでの操作はタイマーモードで行います。**B**ボタンを押してタイマーモードに切り替えてください。

参照) 「モードの切り替え」

(タイマーモード)



時間を設定する

1. **C**ボタンを約2秒間押し続けます。
[Set Hold]を表示し、「時間」が点滅します。



- a. 時間
- b. 分
- c. 秒

時間の設定：

- **B**ボタンを押すごとに、「時間」、「分」、「秒」の順で点滅します。
 - **D**または**A**ボタンを押して、点滅している項目の設定を変更します。
2. **C**ボタンを押して、設定を完了します。
 3. **B**ボタンを2回押して、時刻モードに戻ります。

参考

「0H00'00"」を指定すると、100時間のカウントダウンタイマーを設定できます。

タイマーを使う



- a. 時
- b. 分
- c. 秒
- d. 1/10秒

1. 次のボタン操作でタイマーを操作します。

D スタート

タイマーがスタートします。



D 停止

タイマーが停止します。



D 再スタート

タイマーが再スタートします。



残り時間ゼロ (タイムアップ)
音または振動でお知らせします。

タイマーを中断するときは、**D**ボタンでカウントダウンを停止してから、**A**ボタンを押して残り時間をリセットしてください。

音や振動を止めるときは、いずれかのボタンを押すか、時計の画面中央をダブルタップしてください。

2. **B**ボタンを2回押して、時刻モードに戻ります。

ライト

暗い所で時計の表示を見るときに、ライトを点灯させて画面を明るくすることができます。また、時計の傾きによってライトを自動的に点灯させることもできます。

ライトを点灯させる



すべてのモードで**L**ボタンを押すと、ライトが点灯します。

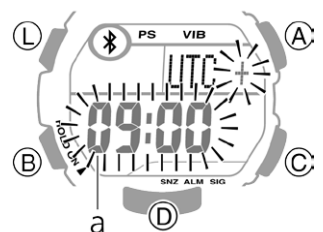
補足

点灯中にアラームや着信通知などのお知らせがあった場合は、消灯します。

- 点灯時間を変える

ライトの点灯時間は、1.5秒と3秒の2種類を設定できます。

1. **B**ボタンを押して、時刻モードに切り替えます。
参照) 「モードの切り替え」
2. **C**ボタンを約2秒間押し続けます。
[SET Hold]を表示し、時差が点滅します。



- a. 時差

3. **B**ボタンを10回押して、ライト点灯時間の設定画面にします。

4. **D**ボタンを押して、[LT1](1.5秒)または[LT3](3秒)を選択します。



5. **C**ボタンを押して、設定を終了します。

自動的にライトを点灯させる — オートライト機能 —

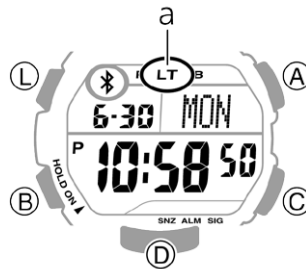
腕を傾ければ自動的にライトが点灯するように設定できます。

重要

オートライトがONになっていると、時計を見なくても腕を傾げるだけでライトが点灯するので、電池寿命が短くなることがあります。

• オートライト機能の設定

1. **B**ボタンを押して、時刻モードに切り替えます。
参照) 「モードの切り替え」
2. **L**ボタンを約3秒押し続けます。
オートライトONマークが点灯します。



a. オートライトONマーク

補足

オートライトをONにした場合、電池の消耗を防ぐため、約6時間経過すると自動的にOFFになります。

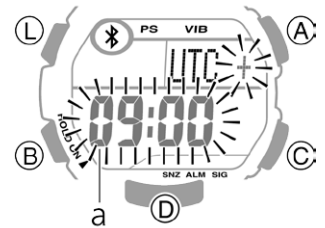
その他の設定

ボタン操作音の設定

ボタンを押したときに音を鳴らす、または鳴らさない設定ができます。

1. **B**ボタンを押して、時刻モードに切り替えます。
参照) 「モードの切り替え」

2. **C**ボタンを約2秒間押し続けます。
[SET Hold]を表示し、時差が点滅します。



a. 時差

3. **B**ボタンを9回押して、ボタン操作音の設定画面にします。
4. **D**ボタンを押して、[KEY♪]または[MUTE]を選択します。

- [MUTE]を選択すると、ミュートマークが点灯し、ボタン操作音は鳴りません。



a. ミュートマーク

5. **C**ボタンを押して、設定を終了します。

お知らせ方法の設定

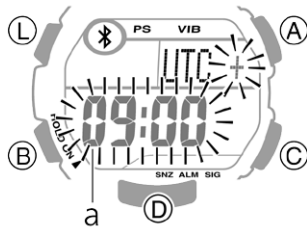
アラームやタイマーなどのお知らせを、音または振動に切り替えることができます。

1. **B**ボタンを押して、時刻モードに切り替えます。

参照) 「モードの切り替え」

2. **C**ボタンを約2秒間押し続けます。

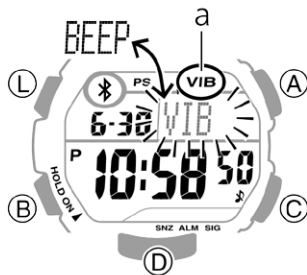
[SET Hold]を表示し、時差が点滅します。



a.時差

3. **B**ボタンを11回押して、お知らせ方法の設定画面にします。

4. **D**ボタンを押して、[BEEP]または[VIB]を選択します。
 - [VIB]を選択すると、バイブマークが点灯し、振動によるお知らせになります。



a.バイブマーク

5. **C**ボタンを押して、設定を終了します。

電池の交換時期

電池の交換時期について

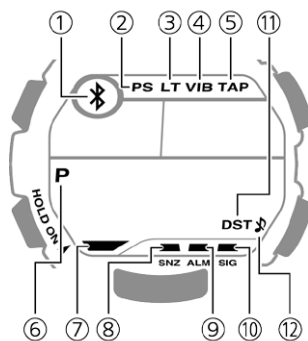
電池の電圧が低下すると、バッテリーマークを画面に表示します。バッテリーマークが表示されると、使用できる機能が制限されます。常にバッテリーマークを表示する場合は、電池を交換してください。



a.バッテリーマーク

表示部の見方

画面に表示されるマーク



- ① Bluetoothマーク
意味：モバイルリンク機能が使用できます。
- ② パワーセービングマーク
意味：節電のためにモバイルリンクの機能を制限します。
- ③ オートライトONマーク
意味：自動でライトが点灯します。

- ④ バイブマーク
意味：アラームやタイマーを振動でお知らせします。
- ⑤ タップマーク
意味：ダブルタップ操作ができます。
- ⑥ 午後マーク
意味：時計が12時間制表示の時の午後です。
- ⑦ コントロールマーク
意味：コントロールモードが使用できます。
- ⑧ スヌーズマーク
意味：スヌーズアラームが鳴ります。
- ⑨ アラームマーク
意味：アラームが鳴ります。
- ⑩ 時報マーク
意味：時報が鳴ります。
- ⑪ DSTマーク
意味：時刻が夏時間です。
- ⑫ ミュートマーク
意味：操作音が鳴りません。

Bluetooth® は、Bluetooth SIG, Inc. USA の商標または登録商標です。

資料
都市名一覧

都市名		タイムゾーン
(UTC)	(協定世界時)	0
Reykjavik	レイキャヴィーク	
Lisbon	リスボン	
Casablanca	カサブランカ	
London	ロンドン	

Madrid	マドリード	+1
Paris	パリ	
Algiers	アルジェ	
Brussels	ブリュッセル	
Amsterdam	アムステルダム	
Zurich	チューリッヒ	
Frankfurt	フランクフルト	
Oslo	オスロ	
Rome	ローマ	
Copenhagen	コペンハーゲン	
Berlin	ベルリン	
Stockholm	ストックホルム	
Budapest	ブダペスト	
Warsaw	ワルシャワ	

Cape Town	ケープタウン	+2
Sofia	ソフィア	
Athens	アテネ	
Helsinki	ヘルシンキ	
Istanbul	イスタンブール	
Kyiv	キエフ	
Cairo	カイロ	+1
Jerusalem	エルサレム	
Moscow*	モスクワ	
Addis Ababa	アディスアベバ	+3
Jeddah	ジェッダ	+3.5
Tehran	テヘラン	
Dubai	ドバイ	+4
Kabul	カブール	+4.5
Karachi	カラチ	+5
Delhi	デリー	+5.5
Kathmandu	カトマンズ	+5.75
Novosibirsk*	ノヴォシビルスク	+6
Dhaka	ダッカ	

Yangon	ヤンゴン	+6.5
Bangkok	バンコク	+7
Hanoi	ハノイ	
Jakarta	ジャカルタ	
Kuala Lumpur	クアラルンプール	
Singapore	シンガポール	+8
Hong Kong	香港	
Perth	パース	
Beijing	北京	
Manila	マニラ	
Shanghai	上海	
Taipei	台北	
Seoul	ソウル	+9
Tokyo	東京	+9.5
Adelaide	アデレード	
Vladivostok*	ウラジオストク	+10
Guam	グアム	
Sydney	シドニー	
Noumea	ヌーメア	+11

Wellington	ウェリントン	+12
Suva	スバ	+12.75
Chatham Islands	チャタム諸島	
Nukualofa	ヌクアロファ	+13
Kiritimati	キリスマス島	+14
Pago Pago	パゴパゴ	-11
Honolulu	ホノルル	-10
Anchorage	アンカレジ	-9
Vancouver	バンクーバー	-8
San Francisco	サンフランシスコ	
Seattle	シアトル	
Los Angeles	ロサンゼルス	
Tijuana	ティファナ	

Edmonton	エドモントン	-7
Phoenix	フェニックス	
Chihuahua	チワワ	
Denver	デンバー	-6
Mexico City	メキシコシティ	
Winnipeg	ウィニペグ	
Dallas	ダラス	
Houston	ヒューストン	
Guatemala City	グアテマラシティ	
Chicago	シカゴ	

Atlanta	アト ラン タ	-5
Havana	ハバ ナ	
Toronto	トロ ント	
Lima	リマ	
Washington DC	ワシ ント ンDC	
Kingston	キング ストン	
Philadelphia	フィラ デル フィア	
Bogota	ボゴ タ	
New York	ニュー ヨーク	
Boston	ボス トン	
Caracas	カラ カ ス	-4.5
Santiago	サン ティア ゴ	-4
La Paz	ラパ ス	
San Juan	サン フ アン	
Halifax	ハリ ファ ック ス	

St. John's	セント ジョン ズ	-3.5
Buenos Aires	ブエ ノ スアイ レス	-3
Montevideo	モン テ ビデ オ	
Rio de Janeiro	リオ デ ジャ ネイ ロ	
Fernando de Noronha	フェ ル ナン ド・ デ・ノ ロー ニヤ	-2
Praia	プ ライ ア	-1

*2014年6月現在、下記の都市の時差がプラス1時間変更になっていますが、この時計では対応していません。

サマータイム設定をONにして、1時間進めてご使用ください。

Moscow (モスクワ)
Novosibirsk (ノヴォシビルスク)
Vladivostok (ウラジオストク)