

ウォッチ 操作ガイド 3496

CASIO®

目次

注意事項

- 安全上のご注意
- ご使用上の注意
- お手入れについて
- 本製品で使用している電池について
- 金属バンドの駒詰めについて

はじめに

- 各部の名称
- 画面の表示
- モードを切り替える
- 充電する
- 暗い所で時計を見る

時刻合わせについて

- 時刻を合わせる

ワールドタイム

- ワールドタイムを確認する
- ワールドタイム都市を設定する
- ホーム都市の時刻とワールドタイムの時刻表示を入れ替える

アラーム

- アラームをセットする
- 時報をセットする
- アラームや時報を解除する

ストップウォッチ

- 計測する
- スプリット計測する
- 1・2 着を同時に計測する

タイマー

- 時間を設定する
- タイマーを使う

その他の設定

- 日付の表示方法を変更する
- 曜日表示の言語を設定する
- ボタンの操作音を設定する
- パワーセービング機能を設定する

補足

- 都市一覧
- 仕様一覧

困ったときは

注意事項

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	死亡または重傷を負う可能性が大きい内容を示しています。
	警告	死亡または重傷を負う可能性がある内容を示しています。
	注意	軽傷を負う可能性および物的損害が発生する可能性がある内容を示しています。

絵表示の例



分解禁止

❌ 記号は「してはいけないこと」を意味しています (左の例は分解禁止)。



⚠ 記号は「気をつけるべきこと」を意味しています。



❗ 記号は「しなければならないこと」を意味しています。

危険

●二次電池について



本機から二次電池を取り出さない。
発熱、破裂、発火の恐れがあります。やむを得ず二次電池を取り出した場合は、誤って飲み込むことがないように注意してください。特に小さなお子様にご注意ください。万一、飲み込んだ場合は、直ちに医師と相談してください。電池を飲み込むと、短時間で化学やけどや粘膜組織の貫通などを引き起こし、死亡事故の原因になります。



二次電池の交換は、必ず、「修理お申込み先」(「はじめにお読みください」を参照)またはお買い上げの販売店に依頼する。

指定外の電池を使用したり、電池の交換を誤ったりすると、発熱、破裂、発火の恐れがあります。

警告

●スクーバダイビングに使用しない



本機をスクーバダイビングに使用しない。

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。

●分解・改造しない



分解禁止

本機を分解・改造しない。

けがの原因となります。

注意

●お手入れについて



ケース・バンドは常に清潔に使う。

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。特に、海水に浸した後、放置するとさびやすくなります。

●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。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・汗など
3. 体調不良など

バンドは余裕を持たせて使用する。
きつくしめると、汗をかきやすく、空気の通りが悪くなり、かぶれを起こす恐れがあります。

「抗菌防臭バンド」は細菌の繁殖とにおいの発生を抑えます。皮膚のかぶれを防ぐものではありません。

かぶれなど、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。

●ご使用にあたって



時計の表示は、安全な場所で確認する。

思わぬ転倒や、けが、事故の原因となることがあります。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車などの運転中はご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にもご注意ください。



時計の着脱に注意する。

バンドの中留で爪を傷つける恐れがあります。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。



就寝時は時計を外す。

思わぬけがやアレルギーによるかぶれの原因となることがあります。



小さなお子様と接するときは、時計を外す。

お子様のけがやアレルギーによるかぶれの原因となることがあります。



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す。

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。

●オートライト作動時のご使用について



オートライトが作動する状態で、腕につけて自動車などの運転をしない。

不意のライト点灯が運転を妨げて、交通事故の原因となることがあります。

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。

日常生活用防水

時計の表面または裏ぶたに表記	「BAR」表記無し
----------------	-----------

使用例

洗顔、雨	○
水仕事、水泳	×
ウインドサーフィン	×
スキンドайビング(素潜り)	×

日常生活用強化防水

5 気圧防水

時計の表面または裏ぶたに表記	5BAR
----------------	------

使用例

洗顔、雨	○
水仕事、水泳	○
ウインドサーフィン	×
スキンドайビング(素潜り)	×

10 気圧防水

時計の表面または裏ぶたに表記	10BAR
----------------	-------

使用例

洗顔、雨	○
水仕事、水泳	○
ウインドサーフィン	○
スキンドайビング(素潜り)	○

20 気圧防水

時計の表面または裏ぶたに表記	20BAR
----------------	-------

使用例

洗顔、雨	○
水仕事、水泳	○
ウインドサーフィン	○
スキンドайビング(素潜り)	○

- 専門的な潜水=スクーバダイビング(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、もしくは湿気の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」リゅうず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、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「修理お申込み先」(「はじめにお読みください」を参照)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、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「修理お申込み先」(「はじめにお読みください」を参照)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、「修理お申込み先」(「はじめにお読みください」を参照)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）に当てたり、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。
- ときどき、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。
- 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。
- リ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、リゅうずや回転ベゼルの回したり、ボタンを押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「修理お申込み先」(「はじめにお読みください」を参照)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おいたり、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。

本製品で使用している電池について

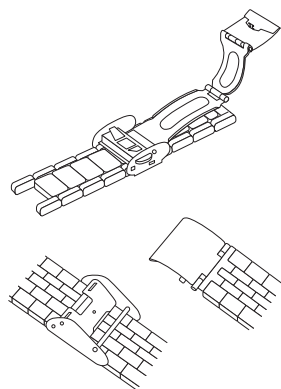
- 専用の二次電池を使用しておりますので、お客様は電池を取り外さないでください。専用の二次電池以外の電池を入れると時計の破損の原因になります。
- 二次電池は、ソーラーパネルが受ける光により充電されますので、一次電池のような定期的な電池交換の必要はありません。ただし、二次電池は長期的なご使用や使用環境により容量や充電効率が低下しますので、充電しても「使用できる時間が短くなった」と感じたときは、「修理に関するお問合せ先」(「はじめにお読みください」を参照)またはお買い上げの販売店にご相談ください。ご希望により保証期間経過後は有料で充電点検調整いたします。

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、「修理お申込み先」(「はじめにお読みください」を参照)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、「修理に関するお問合せ先」(「はじめにお読みください」を参照)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)



はじめに

時計の概要と、便利な使い方を紹介します。

●本製品の特長

●ソーラー充電

太陽や照明の光によって発電し、電気エネルギーを充電しながら動きます。

●ワールドタイム

世界 48 都市と UTC の時刻を表示できます。ワールドタイムモードには、同時に 5 つまでの都市を設定できます。

●アラーム

設定した時刻になると、アラーム音を鳴らしてお知らせします。

●ストップウォッチ

1 秒単位 (1 時間未満は 1/100 秒単位) で 24 時間まで計測できます。

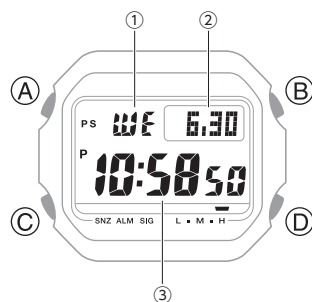
●タイマー

設定時間をカウントダウン計測し、残り時間が 0 になるとタイムアップ音を鳴らしてお知らせします。

参考

- この操作ガイドに記載しているイラストは、視認性を考慮して実際のものとは異なる描写をしているものがあります。ご了承ください。

各部の名称



- ① 曜日
- ② 月・日
- ③ 時・分・秒

A ボタン

各モード表示中に 2 秒以上押し続けると、設定画面に切り替わります。

B ボタン

押すと、ライトが点灯します。

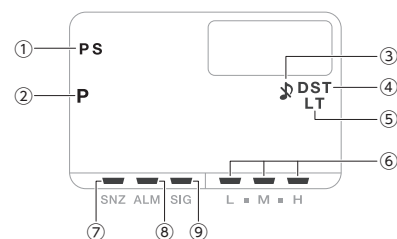
C ボタン

押すたびに、モード (機能) が切り替わります。どのモードからでも、1 秒以上押し続けると、時刻モードに戻ります。

D ボタン

各設定画面を表示中に押すと、設定を変更できます。

画面の表示

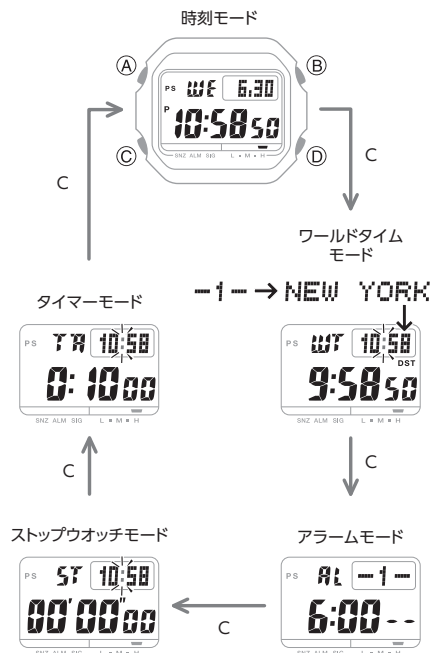


- ① 節電 (パワーセービング) がオンのときに点灯します。
- ② 12 時間制表示で午後のときに点灯します。
- ③ 操作音がオフのときに点灯します。
- ④ サマータイムのときに点灯します。
- ⑤ オートライトがオンのときに点灯します。
- ⑥ 充電量を表示します。
- ⑦ スヌーズアラームがオンのときに点灯します。
- ⑧ アラームがオンのときに点灯します。
- ⑨ 時報がオンのときに点灯します。

モードを切り替える

C ボタンを押すごとに、時計のモードが切り替わります。

- どのモードからでも、C ボタンを 1 秒以上押し続けると、時刻モードに戻ります。

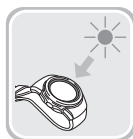


充電する

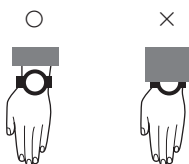
この時計は、ソーラーパネルで発電した電気をバッテリー (二次電池) に充電しながら動作します。ソーラーパネルは文字板と一体になっており、文字板に光が当たっているときは常に発電し充電しています。

●充電する

時計を腕から外しているときは、光が当たる明るい場所に置いて充電してください。



腕につけているときは、文字板 (ソーラーパネル) に衣類の袖がかからないように心がけてください。文字板 (ソーラーパネル) が一部でも隠れていると発電効率が低下します。

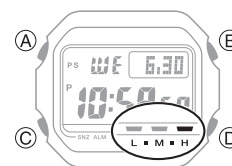


重要

- 充電時に、光源の条件や環境によっては時計本体が非常に高温になることがあります。火傷をしないように注意してください。また、以下のような高温下での充電は避けてください。
 - 炎天下に駐車している車のダッシュボードの上
 - 白熱灯などの発熱体に近い所
 - 直射日光が長時間当たり、高温になる所
- 極端な高温下では液晶/パネルが黒くなることがありますが、温度が下がれば正常に戻ります。

●充電量を確認する

画面の表示で、充電量を確認できます。



充電レベル 1: 良好

すべての機能を使えます。



充電レベル 2: 良好

すべての機能を使えます。



充電レベル 3: 充電不足

[L] および [LOW] が点滅し、以下の機能が使えなくなります。

- ライト点灯
- 音 (アラームなど)
- 時刻モード以外の機能



充電レベル 4: 充電不足

レベル 3 よりも充電量が減ると [CHG] が点滅し、すべての機能が使えなくなります。



充電レベル 5: 充電切れ

液晶画面の表示が消灯します。また、データがすべて消去され、設定がお買い上げ時の状態に戻ります。

重要

- 充電不足や充電切れになったときは、文字板 (ソーラーパネル) に光を当てて速やかに充電してください。

参考

- [H]、[M]、[L] がすべて点滅しているときは、一時的な電池消耗により、すべての機能が使用できなくなります。

●充電時間の目安

充電時間の目安として、下の表をご活用ください。

1 日、使用するために必要な充電時間

光量 (ルクス)	充電時間
50,000	8 分
10,000	30 分
5,000	48 分
500	8 時間

充電量の回復に必要な時間

●晴れた日の屋外など (50,000 ルクス)

充電切れ → 充電量: 中	4 時間
充電量: 中 → 充電量: 高	40 時間
充電量: 高 → 満充電	11 時間

●晴れた日の窓際など (10,000 ルクス)

充電切れ → 充電量: 中	12 時間
充電量: 中 → 充電量: 高	150 時間
充電量: 高 → 満充電	41 時間

●曇りの日の窓際など (5,000 ルクス)

充電切れ → 充電量: 中	18 時間
充電量: 中 → 充電量: 高	243 時間
充電量: 高 → 満充電	65 時間

●蛍光灯下の室内など (500 ルクス)

充電切れ → 充電量: 中	256 時間
充電量: 中 → 充電量: 高	—
充電量: 高 → 満充電	—

参考

- 実際の充電時間は環境によって異なります。

●節電 (パワーセービング機能)

午後 10 時から午前 6 時の間に、時計を暗い場所に約 1 時間置いておくと画面の表示が消えて、レベル 1 の節電状態になります。この状態が 6~7 日続くと、レベル 2 の節電状態になります。

節電レベル 1:

画面表示を消して節電します。

節電レベル 2:

画面表示を消して節電します。すべての機能を使用できません。

節電状態を解除する

以下の方法で、節電状態を解除します。

- いずれかのボタンを押す
- 時計を明るい場所に置く
- 時計を傾けてオートライト機能を作動させる

参考

- 時計が以下のときは、節電状態になりません。
 - ストップウォッチモード
 - タイマーモード
- パワーセービング機能のオン/オフを切り替えることができます。
[🔗 パワーセービング機能を設定する](#)
- 時計を着用している場合でも、ソーラーパネルが袖などに隠れていると節電状態になることがあります。

暗い所で時計を見る

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できます。

●手でライトを点灯させる

B ボタンを押すと、ライトが点灯します。

- ライト点灯中にアラーム音が鳴ると、消灯します。



重要

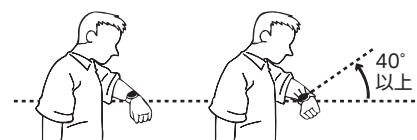
- ライトを頻繁に使用するとバッテリーの持続時間が短くなります。

参考

- 以下の状態のとき、ライトは点灯しません。
 - アラーム音やタイマー音などが鳴っているとき

●自動的にライトを点灯させる

オートライト機能がオンのときは、時計を 40° 以上傾けると、ライトが点灯します。



重要

- 以下の図のように、時計が水平状態から 15° 以上傾いていると、点灯しにくくなります。



- 時計が袖などに隠れていると、ライトが頻繁に点灯して充電量が低下します。
- 静電気や磁気の影響でオートライトが作動しないことがあります。その場合、もう一度時計を水平状態にしてから傾けてください。
- 時計を傾けたとき、内部から「カラカラ」と音がする場合があります。これは、オートライトスイッチの作動音で、故障ではありません。

参考

- 以下の状態のとき、オートライト機能は作動しません。
 - アラーム音やタイマー音などが鳴っているとき

●オートライト機能を設定する

- 時刻モードにします。
[🔗 モードを切り替える](#)
- B ボタンを 3 秒以上押し続け、オートライト機能をオンまたはオフに設定します。
 - オートライト機能をオンにすると、[LT] が点灯します。



参考

- [CHG] を表示すると、オートライト機能がオフになります。

●点灯時間を設定する

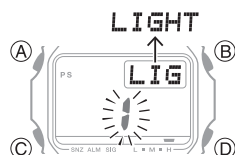
ライトの点灯時間は、1.5 秒と 3 秒のどちらかを選ぶことができます。

1. 時刻モードにします。
🔗 [モードを切り替える](#)

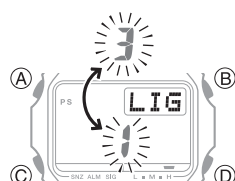
2. A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



3. C ボタンを 12 回押します。
[1] または [3] を表示します。



4. D ボタンを押して、点灯時間を選びます。
[1] : 1.5 秒点灯します。
[3] : 3 秒点灯します。



5. A ボタンを押して、設定を終了します。

時刻合わせについて

日付や時刻を合わせます。



時刻を合わせる

日付、時刻、ホーム都市を合わせます。

●ホーム都市を設定する

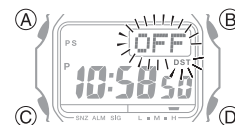
この時計を使用する都市を設定します。サマータイムを実施している地域の場合は、サマータイムを設定できます。

1. 時刻モードにします。
🔗 [モードを切り替える](#)
2. A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



3. B または D ボタンを押して、ホーム都市を変更します。
 - B または D ボタンを押し続けると、早送りできます。
 - ホーム都市については、下記をご覧ください。
🔗 [都市一覧](#)

4. C ボタンを押します。
5. D ボタンを押して、サマータイムの設定を変更します。
 - [OFF]
常にスタンダードタイムで表示します。
 - [ON]
常にサマータイムで表示します。



6. A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 設定画面で、何も操作せず 2～3 分間経過すると、セット状態が解除されます。

●日時を設定する

重要

- 時刻と日付を合わせる前に、ホーム都市を設定してください。
🔗 [ホーム都市を設定する](#)

1. 時刻モードにします。
🔗 [モードを切り替える](#)
2. A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



3. C ボタンを押して、変更したい値を点滅させます。

- C ボタンを押すごとに、以下の順番で点滅する値が切り替わります。



4. 日時を変更します。

- 「秒」を設定する場合: D ボタンを押すと 00 秒にリセットされます。30~59 秒のときは、1 分繰り上がります。
- それ以外の値を設定する場合: B または D ボタンで値を変更します。B または D ボタンを押し続けると、早送りできます。

5. 手順 3、4 を繰り返して、日時を設定します。

6. A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 設定画面で、何も操作せず 2~3 分間経過すると、セット状態が解除されます。

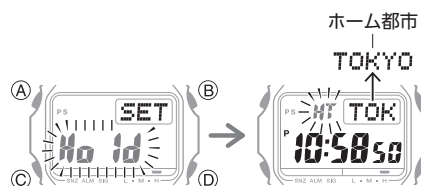
●12 時間制/24 時間制を切り替える

時刻の表示方法を、12 時間制または 24 時間制に設定できます。

1. 時刻モードにします。

○モードを切り替える

2. A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。

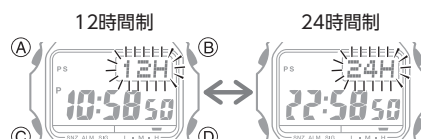


3. C ボタンを 8 回押します。

[12H] または [24H] が点滅します。



4. D ボタンを押して、[12H] (12 時間制) または [24H] (24 時間制) を選びます。



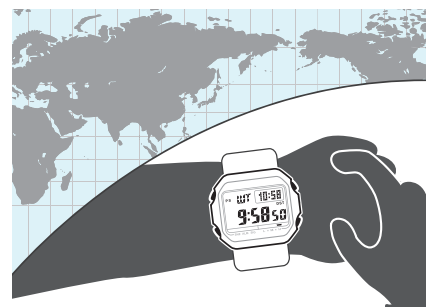
5. A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 設定画面で、何も操作せず 2~3 分間経過すると、セット状態が解除されます。

ワールドタイム

世界 48 都市 (31 タイムゾーン) と UTC (協定世界時) の時刻を知ることができます。



ワールドタイムを確認する

1. ワールドタイムモードにします。

○モードを切り替える

ワールドタイムモードに切り替えると、ワールドタイム番号と都市を表示した後、以下の表示になります。

ワールドタイム番号

→ NEW YORK



ホーム都市の時刻

- D ボタンを押すと、設定している都市が切り替わります。

ワールドタイム都市を設定する

お気に入りの都市を5つ設定できます。サマータイムを実施している地域の場合は、サマータイムを設定できます。

1. ワールドタイムモードにします。

☞ **モードを切り替える**

2. D ボタンを押して、設定するワールドタイム番号を表示します。



3. A ボタンを2秒以上押し続けます。

[WT] が点滅します。



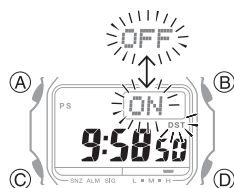
4. B または D ボタンを押して、設定する都市を表示します。

- B または D ボタンを押し続けると、早送りできます。

5. サマータイムの設定を変更する場合は、C ボタンを押します。

6. D ボタンを押して、サマータイムの設定を変更します。

- [OFF]
常にスタンダードタイムで表示します。
- [ON]
常にサマータイムで表示します。



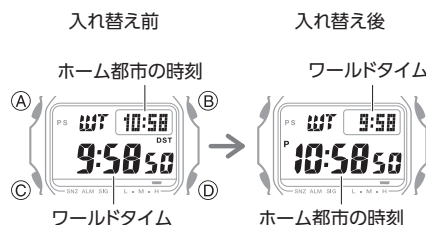
7. A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 設定画面で、何も操作せず2～3分間経過すると、セット状態が解除されます。
- 都市に [UTC] を選んだ場合、サマータイムの設定を確認したり、切り替えたりすることはできません。
- サマータイム設定は、選択している都市に適用します。他の都市には影響しません。

ホーム都市の時刻とワールドタイムの時刻表示を入れ替える

ワールドタイムモードで A ボタンと B ボタンを同時に押すと、ホーム都市の時刻とワールドタイムの時刻が入れ替わります。



アラーム

指定した時刻に音でお知らせします。通常のアラームを4つ、スヌーズ機能が付いたアラームを1つ設定できます。また、毎正時(00分)に時報を鳴らすこともできます。

- スヌーズは、5分おきに7回音が鳴ります。

- 以下のときは音が鳴りません。

- 充電不足のとき
- 節電状態レベル2のとき

☞ **節電 (パワーセービング機能)**



アラームをセットする

1. アラームモードにします。

☞ **モードを切り替える**

2. D ボタンを押して、セットしたいアラームの番号 ([1]～[4]、[SNZ]) を表示させます。



3. A ボタンを2秒以上押し続けます。

「時」が点滅します。

- 設定画面で、何も操作せず2～3分間経過すると、セット状態が解除されます。



4. B または D ボタンを押して「時」を合わせます。

- B または D ボタンを押し続けると、早送りできます。

- 12時間制で表示している場合、午後は [P] が表示されます。



5. C ボタンを押します。

「分」が点滅します。



6. B または D ボタンを押して「分」を合わせます。

7. A ボタンを押して、設定を終了します。

●アラームを止めるには

設定した時刻に音が鳴ったら、いずれかのボタンを押すと、音が止まります。

スヌーズは、5分おきに7回音が鳴ります。スヌーズを止めるには、[SNZ]を解除してください。

🔗 [アラームや時報を解除する](#)

参考

- セットした時刻になると、音を10秒間鳴らしてお知らせします。
- アラームモードのとき、何も操作せず2〜3分間経過すると自動的に時刻モードに戻ります。

時報をセットする

1. アラームモードにします。

🔗 [モードを切り替える](#)

2. D ボタンを押して、時報([SIG])を表示させます。



3. A ボタンを押して、時報のオン/オフを切り替えます。

- オンにすると、[SIG] (時報) が点灯します。



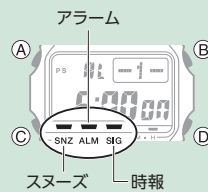
アラームや時報を解除する

アラームや時報の音が鳴らないようにするには、以下の操作で設定をオフにしてください。

- 再度アラームや時報の音を鳴らすには、アラームや時報の設定をオンにしてください。

参考

- 1つ以上のアラームまたは時報をオンにすると、該当する表示が点灯します。
- すべてのアラームまたは時報をオフにすると、該当する表示が消灯します。



1. アラームモードにします。

🔗 [モードを切り替える](#)

2. D ボタンを押して、セットしたいアラームの番号([1]〜[4]、[SNZ])または時報([SIG])を表示させます。



3. A ボタンを押して、アラームまたは時報をオフにします。

- A ボタンを押すたびに、オンとオフが切り替わります。
- オフにすると[ALM] (アラーム) または[SIG] (時報) が消灯します。



参考

- [ALM] (アラーム) が消灯しないときは、他のアラームがオンになっています。すべてのアラームを解除したいときは、[ALM] (アラーム) が消灯するまで手順2、3を繰り返してください。

ストップウォッチ

最大で23時間59分59秒(24時間計)計測できます。

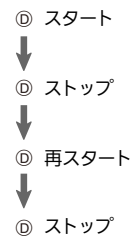


計測する

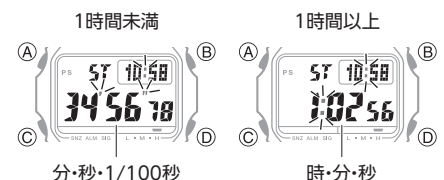
1. ストップウォッチモードにします。

🔗 [モードを切り替える](#)

2. 以下の操作で計測します。



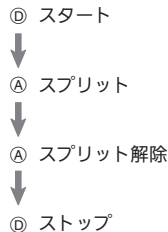
- 計測開始から1時間までは、1/100秒単位で経過時間を表示します。1時間以降は、1秒単位で表示します。



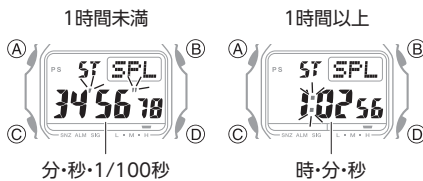
3. A ボタンを押して、計測をリセットします。

スプリット計測する

- ストップウォッチモードにします。
🔍 **モードを切り替える**
- 以下の操作で計測します。
 - A ボタンを押すと、その時点までの経過時間(スプリットタイム)が表示されます。



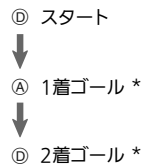
- 計測開始から1時間までは、1/100 秒単位で経過時間を表示します。1時間以降は、1 秒単位で表示します。



- A ボタンを押して、計測をリセットします。

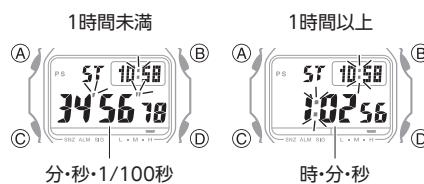
1・2 着を同時に計測する

- ストップウォッチモードにします。
🔍 **モードを切り替える**
- 以下の操作で計測します。



* 1 着の計測値が表示されます。

- 計測開始から1時間までは、1/100 秒単位で経過時間を表示します。1時間以降は、1 秒単位で表示します。



- A ボタンを押して、2 着の計測値を表示します。
- A ボタンを押して、計測をリセットします。

タイマー

設定した時間をカウントダウンします。残り時間がゼロになると音でお知らせします。

- 充電不足のときは音が鳴りません。

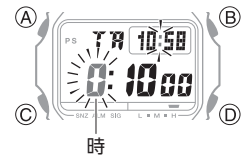


時間を設定する

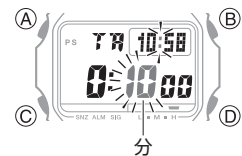
タイマーは、1 秒単位で 24 時間まで設定できます。

- タイマーで計測中の場合は、タイマーをリセットしてください。
🔍 **タイマーを使う**

- タイマーモードにします。
🔍 **モードを切り替える**
- A ボタンを 2 秒以上押し続けます。
「時」が点滅します。



- B または D ボタンを押して、タイマーの「時」を設定します。
 - B または D ボタンを押し続けると、早送りできます。
- C ボタンを押します。
「分」が点滅します。



- B または D ボタンを押して、タイマーの「分」を設定します。
- C ボタンを押します。
「秒」が点滅します。



- B または D ボタンを押して、タイマーの「秒」を設定します。
- A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

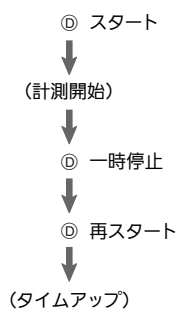
- 設定画面で、何も操作せず 2~3 分間経過すると、セット状態が解除されます。
- 「0:00 00」に設定した場合は 24 時間計測になります。

タイマーを使う

1. タイマーモードにします。
 ④ モードを切り替える



2. 以下の操作で計測します。



- 残り時間がゼロになると、音を 10 秒間鳴らしてお知らせします。
 - 一時停止中に A ボタンを押すと、タイマーをリセットできます。
3. いずれかのボタンを押して、音を止めます。

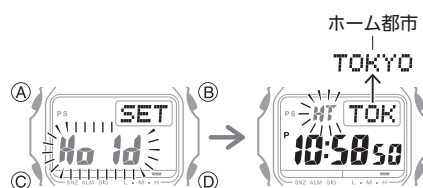
その他の設定

時計の各種設定を変更できます。

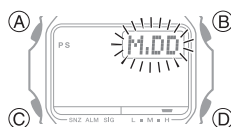
日付の表示方法を変更する

日付の表示を「月・日」または「日・月」のいずれかに設定できます。

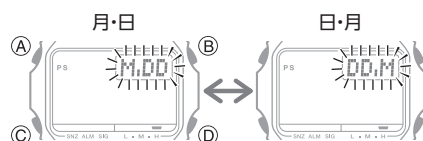
1. 時刻モードにします。
 ④ モードを切り替える
2. A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



3. C ボタンを 9 回押します。
 日付の表示方法を切り替えることができますようになります。



4. D ボタンを押して、日付の表示方法を選びます。
 M: 月
 DD: 日



5. A ボタンを押して、設定を終了します。

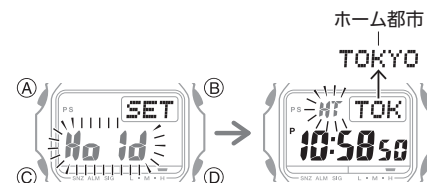
参考

- 設定画面で、何も操作せず 2~3 分間経過すると、セット状態が解除されます。

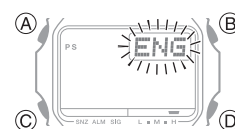
曜日表示の言語を設定する

時刻モードで表示される曜日の言語を 6 か国語から選ぶことができます。

1. 時刻モードにします。
 ④ モードを切り替える
2. A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



3. C ボタンを 10 回押します。
 言語表示が点滅します。



4. D ボタンを押して、言語を選びます。

[ENG]: 英語
 [ESP]: スペイン語
 [FRA]: フランス語
 [DEU]: ドイツ語
 [ITA]: イタリア語
 [PyC]: ロシア語

5. A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 設定画面で、何も操作せず 2~3 分間経過すると、セット状態が解除されます。

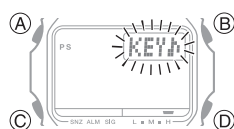
ボタンの操作音を設定する

ボタンを押したときに音が鳴る/鳴らないを設定できます。

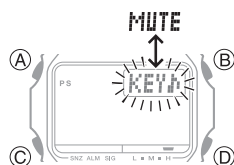
- 時刻モードにします。
🔄 モードを切り替える
- A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



- C ボタンを 11 回押します。
[KEY ♪] または [MUTE] が点滅します。



- D ボタンを押して、[KEY ♪] または [MUTE] を選びます。
[KEY ♪]: 操作音が鳴ります。
[MUTE]: 操作音は鳴りません。



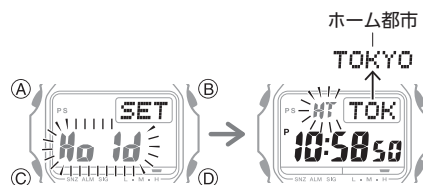
- A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

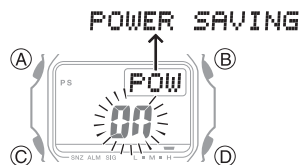
- 設定画面で、何も操作せず 2~3 分間経過すると、セット状態が解除されます。
- 操作音が鳴らないように設定しても、アラームやタイマーの音は鳴ります。

パワーセービング機能を設定する

- 時刻モードにします。
🔄 モードを切り替える
- A ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



- C ボタンを 13 回押します。
[POWER SAVING] が表示されます。



- D ボタンを押して、オンとオフを切り替えます。
[On]: パワーセービング機能がオンになります。
[Off]: パワーセービング機能がオフになります。

- A ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 設定画面で、何も操作せず 2~3 分間経過すると、セット状態が解除されます。
- パワーセービング機能については、下記を参照してください。
🔄 節電 (パワーセービング機能)

補足

操作説明以外に必要な情報はここにまとめています。必要に応じてご覧ください。

都市一覧

都市	UTC からの時差
UTC	協定世界時
LISBON	リスボン
LONDON	ロンドン
MADRID	マドリード
PARIS	パリ
ROME	ローマ
BERLIN	ベルリン
STOCKHOLM	ストックホルム
ATHENS	アテネ
CAIRO	カイロ
JERUSALEM	エルサレム
MOSCOW	モスクワ
JEDDAH	ジェッダ
TEHRAN	テヘラン
DUBAI	ドバイ
KABUL	カブール
KARACHI	カラチ
DELHI	デリー
KATHMANDU	カトマンズ
DHAKA	ダッカ
YANGON	ヤンゴン
BANGKOK	バンコク
SINGAPORE	シンガポール
HONG KONG	香港
BEIJING	北京
TAIPEI	台北
SEOUL	ソウル
TOKYO	東京
ADELAIDE	アデレード
GUAM	グアム
SYDNEY	シドニー
NOUMEA	ヌーメア
WELLINGTON	ウェリントン
PAGO PAGO	パゴパゴ
HONOLULU	ホノルル
ANCHORAGE	アンカレジ
VANCOUVER	バンクーバー
LOS ANGELES	ロサンゼルス
EDMONTON	エドモントン
DENVER	デンバー
MEXICO CITY	メキシコシティ
CHICAGO	シカゴ
NEW YORK	ニューヨーク
HALIFAX	ハリファックス

都市		UTC からの時差
ST. JOHN'S	セントジョンズ	-3.5
BUENOS AIRES	ブエノスアイレス	-3
RIO DE JANEIRO	リオデジャネイロ	
F. DE NORONHA	フェルナンド・デ・ノローニャ	-2
PRAIA	プライア	-1

- この表は 2020 年 7 月現在のものです。
- タイムゾーンの変更により、UTC からの時差は上表と異なる可能性があります。

仕様一覧

精度：

平均月差±15 秒

基本機能：

時・分・秒・年・月・日・曜日
午前/午後 (P) /24 時間制表示
フルオートカレンダー (2000~2099 年) *
* 年は設定時のみ表示

ワールドタイム機能：

世界 48 都市 (31 タイムゾーン) と協定世界時 (UTC) の時刻を表示
サマータイム設定機能
ホームタイム都市入れ替え機能

アラーム機能：

時刻アラーム 5 本 (うち、スヌーズ 1 本)
セット単位 時・分
アラーム報音時間 10 秒間
時報 毎正時に電子音で報知

ストップウォッチ機能：

計測単位
1/100 秒 (1 時間未満)、1 秒 (1 時間以上)
計測範囲
23 時間 59 分 59 秒 (24 時間)
計測機能
通常計測、スプリット計測、1・2 着同時計測

タイマー機能：

計測単位 1 秒
計測範囲 24 時間
時間セット単位 1 秒
タイムアップを 10 秒間の電子音で報知

その他：

フルオート LED ライト、ライト点灯時間切り替え、パワーセービング機能、充電量表示、操作音オン/オフ、月日順設定機能、曜日言語設定機能

使用電池：

二次電池
持続時間 約 12 か月
使用条件：
光に当てないで、以下を使用
アラーム 1 回 (10 秒間)/日
ライト点灯 1 回 (1.5 秒)/日
パワーセービング 6 時間/日

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。

困ったときは

ワールドタイム

Q1 設定したワールドタイム都市の時刻がずれている

サマータイム設定 (スタンダードタイム/サマータイム) が正しくありません。

🔗 [ワールドタイム都市を設定する](#)

アラーム

Q1 アラームが鳴らない

アラームの設定がオンになっていますか？ オフになっている場合は、アラームの設定をオンにしてください。

🔗 [アラームをセットする](#)

充電

Q1 光に当てても操作できない

充電切れになると操作できなくなります。充電量が回復するまで光を当ててください。

🔗 [充電量を確認する](#)

Q2 [H]、[M]、[L] がすべて点滅している

充電回復モードです。回復するまで (約 15 分) お待ちください。明るい場所に置いて充電すると早く回復します。

- アラーム・時報、ライトの点灯などを短時間に連続使用すると充電量が急激に減少し、充電回復モードに切り替わります。一時的に使用できる機能が制限されますが、復帰後は制限が解除されます。

🔗 [充電量を確認する](#)



Q3 [CHG] が点滅している

充電量が著しく低下しています。すぐに、光に当てて充電してください。

🔗 [充電量を確認する](#)

その他

Q1 「困ったときは」には知りたい情報がない

以下のウェブサイトをご確認ください。

<https://casio.jp/support/wat/>