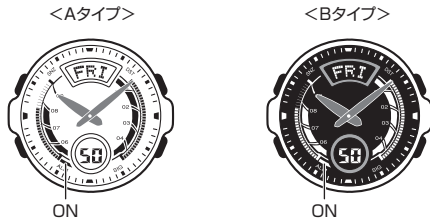


液晶表示について

Aタイプの液晶表示で説明しております。
Bタイプ（反転液晶）をお使いの方は、Aタイプで各インジケーター（マーク）がオンのときに点灯するところが白くなると置き換えてご覧ください。



ライト点灯について

セッティング中（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。
→ 暗いところでもデジタル部の表示を見ることができます。



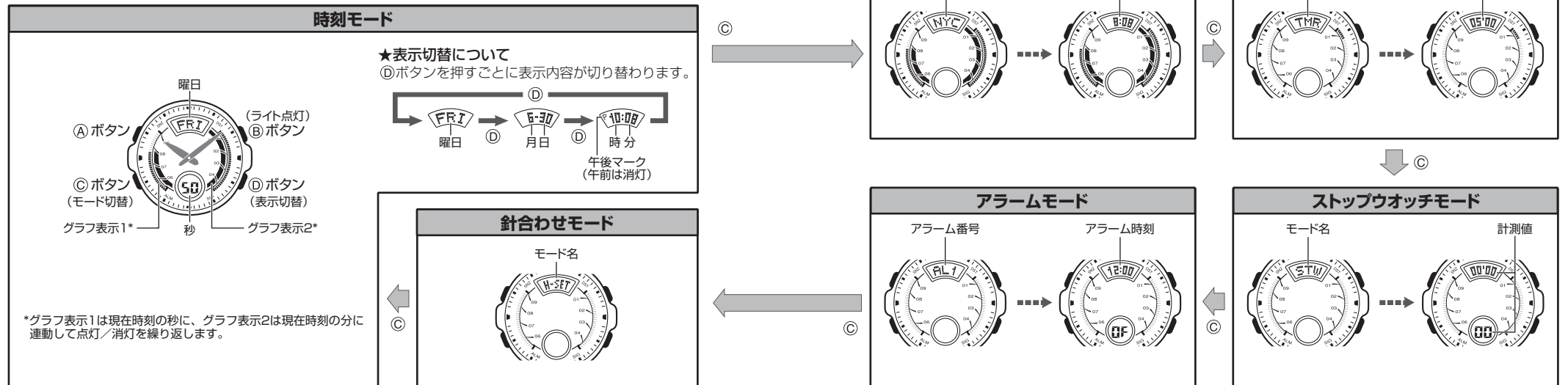
■ご注意■

- 直射日光下では、発光が見えにくくなります。
- 発光中に **ⓑ** ボタン以外のいずれかのボタンを押したり、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

Ⓒ ボタンを押すごとに確認音が鳴り、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（針）部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**ⓐ** ボタンを押して、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。

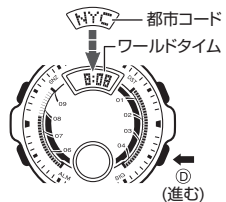
※ワールドタイムの「秒」は基本時刻の「秒」に連動しています。

※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。

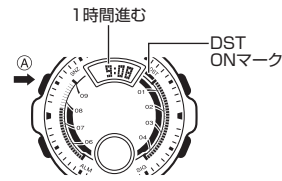
サマータイムの設定

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秒間押す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。

※「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、 バイルート
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	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2005年6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。

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**ⓐ** ボタンを押して、ストップウォッチモードにします。

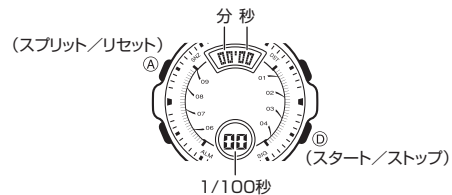
ストップウォッチは1/100秒単位で59分59秒99（60分計）まで計測できます。計測範囲を超えると、自動的に0に戻って計測し続けます。

計測のしかた

ストップウォッチモードのとき、**ⓐ** 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。

※計測値に連動してグラフ表示が点灯/消灯します。



● 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**ⓐ** 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



スプリット <スプリット表示中>



● 1・2 着同時計測



★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（スプリットマーク点灯）。

※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**ⓐ** ボタンを押すと、計測値が0に戻ります（リセット）。

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④ボタンを押して、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。

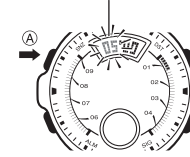
■ タイマーのセット

1. セット状態にする

タイマーモードのとき、**④** 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。

タイマー時間(分)



2. タイマー時間をセットする

⑩ または **⑧** ボタンを押します

→ **⑩** ボタンを押すごとに1つずつ進み、**⑧** ボタンを押すごとに戻ります。



※ **⑩**・**⑧** 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。

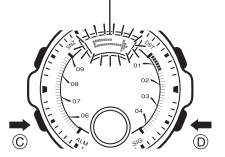


3. タイマー方法を選ぶ

④ ボタンを押してから、**⑩** ボタンを押します

→ **⑩** 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。

オートリピートマーク



4. 予告音のON/OFFを選ぶ

④ ボタンを押してから、**⑩** ボタンを押します

→ **⑩** 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

④ 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。

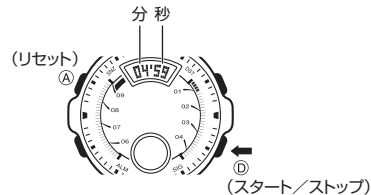
■ タイマーの使い方(減算計測のしかた)

タイマーモードのとき、**⑩** ボタンを押します

→ **⑩** 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 **④** 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、**⑩** ボタンでストップ後、もう一度 **⑩** ボタンを押すと表示タイムに引き続き計測を始めます。

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)

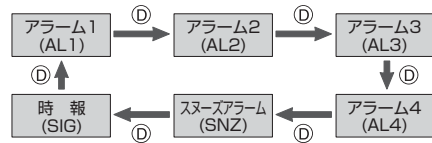
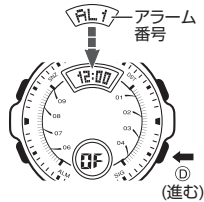
設定した時刻になると20秒間の電子音が鳴り、5分おきに合計7回音を繰り返します。
なお、ボタンを押して音を止めても再び鳴り出します。

■ 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。

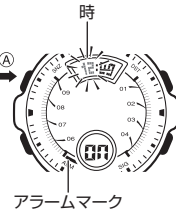


2. セット状態にする

◎ボタンを約1秒間押します

⇒ 「時」が点滅します。

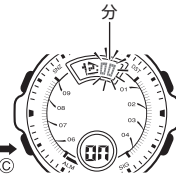
※アラームマークが点灯して、自動的にアラームONになります。なお、スヌーズアラームのときはスヌーズマークも点灯します。



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。

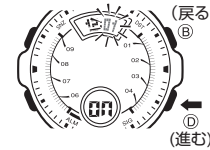


4. 点滅箇所のセット

◎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。

※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

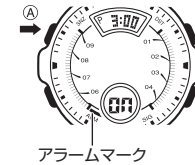
準備: アラームモードのとき、◎ボタンを押して、設定したいアラームを選びます。

◎ボタンを押します

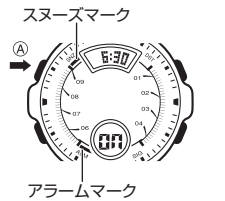
⇒ ◎ボタンを押すごとに、アラームのON/OFFが切り替わります。

※アラームマークが点灯しているときに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1表示>



<スヌーズアラーム表示>



■ 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「ピッピッ」と電子音を鳴らすことができます。

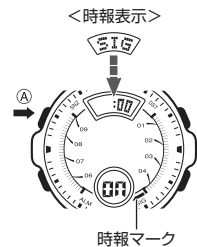
■ 時報のON/OFF設定

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に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。

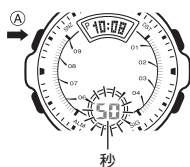
※デジタル部の時刻を修正したときは、必ずアナログ部も修正してください。

■ 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

時刻モードのとき、**(A)** ボタンを約2秒間押しします

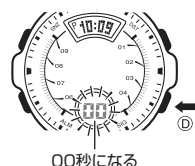
→ 「秒」が点滅します。



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)** ボタンを押しします

→ **(D)** ボタンを押すごとに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

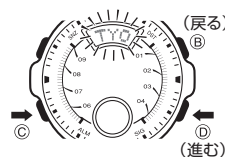
(C) ボタンを押してから、**(D)** または **(B)** ボタンを押しします

→ **(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。

* 「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。

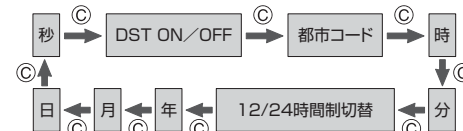
※ ホームタイム都市を設定してから、時刻セットを行なってください。



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)** ボタンを押すごとに戻ります。

※ **(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。

■ アナログ (針) 部の合わせ方

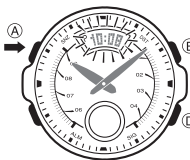
アナログ部とデジタル部の時刻が合っていないときは、以下の操作で合わせてください。

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。

※ 時計針が一回りする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。