

CASIO®**5478*JA****取扱説明書****5478**

このたびは、本機をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。
ご使用前に本書の「安全上のご注意」をよくお読みの上、正しくお使いください。
本書はお読みになった後も、大切に保管してください。

この時計の特長

この時計は、次の機能を備えています。

◆ストップウォッチとして使えます

経過時間を計測できます。時刻表示からワン
プッシュで計測を開始できます。ターゲット
タイム（目標タイム）を設定できます。

→ P.19

◆タイマーとして使えます

設定時間をカウントダウン計測します。残り
時間が0になると、タイムアップ音でお知ら
せします。

→ P.24

◆ワールドタイムがわかります

世界 48 都市の時刻を表示できます。

→ P.26

◆アラームを設定できます

設定した時刻になると、アラーム音でお知ら
せします。

→ P.28

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

この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。



警告

この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険が想定される内容を示しています。



注意

この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う危険が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例



△記号は「気をつけるべきこと」(注意)を意味しています(左の例は感電注意)。



⊘記号は「してはいけないこと」(禁止)を意味しています(左の例は分解禁止)。



●記号は「しなければならないこと」(強制)を意味しています(左の例は電源プラグをコンセントから抜く)。

警告

スキューバダイビングには使用しないでください

本機をスキューバダイビングに使用しないでください。

- 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。



電池の取り扱いについて

本機で使用しているボタン電池を取り外した場合は、誤ってボタン電池を飲むことがないようにしてください。特に小さなお子様にご注意ください。

電池は小さなお子様の手の届かない所へ置いてください。万一、お子様が飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談してください。

 注意**お手入れについて**

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。ケース・バンドは常に清潔にしてご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとしび易くなります。

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ので、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・汗等
 - ③ 体調不良等
- 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。バンドは余裕をもたせてご使用ください。
 - 「抗菌防臭バンド」は汗などによる細菌の繁殖を抑え、においの発生を防ぐもので、皮膚のかぶれを防ぐものではありません。
 - 万一、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。

注意

分解しないでください

本機を分解しないでください。けがをしたり、本機が故障する原因となることがあります。



ご使用にあたって

時計表示の確認は、思わぬ転倒やけがの予防のため、十分に安全が確認された場所で行ってください。特に、道路でのマラソンやジョギング、自転車やバイク・自動車等の運転中は事故の原因になることがありますので、十分にご注意ください。また、第三者への接触による事故防止にも十分にご注意ください。

時計が止まった場合は、速やかに電池を交換してください。

時計着脱の際に、バンドの中留で爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。特に、長く伸ばした爪では、中留の操作はおやめください。

思わぬけがやアレルギーによるかぶれを防ぐため、就寝時は時計をはずすなど十分にご注意ください。

**ご使用にあたって**

幼児を抱いたり、接したりする場合は、幼児のけがやアレルギーによるかぶれを防ぐため、時計をはずすなど十分にご注意ください。

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してください。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。

目次

この時計の特長	表紙裏面
---------------	------

安全上のご注意	1
---------------	---

本書について	8
--------------	---

本文中の記号について	8
------------------	---

操作部と表示について	8
------------------	---

液晶表示について	9
----------------	---

ご使用になる前に	10
----------------	----

時刻と日付の設定	10
----------------	----

モードの種類と切り替え	11
-------------------	----

各モードでできること	11
------------------	----

モードの切り替え	11
----------------	----

共通機能	13
------------	----

時刻モードの表示を切り替える	15
----------------------	----

時刻を合わせる	16
---------------	----

ホーム都市の設定	16
----------------	----

12/24 時間制、時刻、日付の調整	17
--------------------------	----

ストップウォッチ	19
----------------	----

ストップウォッチモードに切り替える	19
-------------------------	----

計測する	20
------------	----

ターゲットタイム報知機能	21
--------------------	----

タイマー	24
------------	----

計測時間を設定する	24
-----------------	----

計測する	25
------------	----

タイムアップ音を止める	25
-------------------	----

ワールドタイム	26
---------------	----

ワールドタイム都市を選ぶ	26
--------------------	----

サマータイム (DST) の設定	27
------------------------	----

ホーム都市とワールドタイム都市を入れ替える	27
-----------------------------	----

アラーム・時報	28
---------------	----

アラームモードに切り替える	28
---------------------	----

アラーム時刻を設定する	28
-------------------	----

アラーム・時報のオン / オフ	29
-----------------------	----

アラーム音を止める	30
-----------------	----

アラーム音を確認する (モニターアラーム)	30
-----------------------------	----

ライト	31
ボタンを押して点灯させる	31
点灯時間を切り替える	31
針のずれ補正	32
針のずれを補正する	32
ボタン操作音のオン / オフ	34
故障かな?と思ったときは	35
時刻設定	35
ワールドタイムモード	35
主な機能表示	36
製品仕様	37
ご使用上の注意	38
お手入れについて	42
電池交換について	43

金属バンドの駒詰めについて	43
UTC（協定世界時）とタイムゾーン	44
都市コード一覧表	45

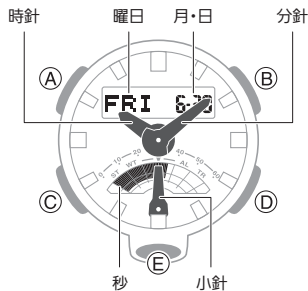
本書について

本文中の記号について

-  **注意**：誤った使用方法によるけがや故障を防ぐための情報を記載しています。
-  **重要**：正しく使用するために必要な情報を記載しています。
-  **参考**：各機能や操作の説明に関する補足情報を記載しています。
-  **：**詳細の説明や関連する項目などの参照ページを案内しています。

操作部と表示について

この時計の操作は、(A)～(E) ボタンを使用します。



参考

- この取扱説明書では各ボタンの操作を説明するために、図に記載した文字を使用しています。
- この取扱説明書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。

液晶表示について

製品によって、液晶表示のタイプが異なります。本書に記載しているイラストは、視認性を考慮して「白地に黒」で描写しております。

- 液晶表示のタイプは製品によって決まっているため、1つの製品でタイプを切り替えることはできません。



ご使用になる前に

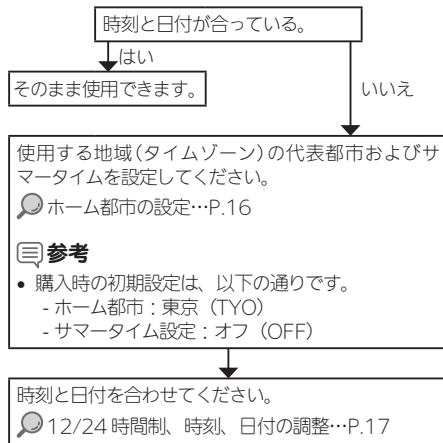
この時計をお使いになるには、「時刻・日付」の設定が必要です。

時刻と日付の表示を合わせたら、「モードの種類と切り替え」と操作したい機能の説明をお読みください。

 モードの種類と切り替え…P.11

時刻と日付の設定

時刻と日付の表示を確認して、チャートに従ってください。



モードの種類と切り替え

この時計には、機能に応じたいくつかのモードがあります。各モードの機能とモード切り替え方法は以下の通りです。また、各モードに共通している機能や操作は、13 ページを参照してください。

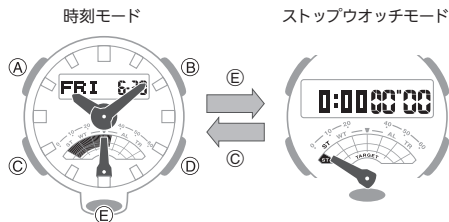
各モードでできること

モード	機能	参照ページ
時刻	- ホーム都市の時刻・曜日・日付表示 - 時刻、日付、サマータイムの設定 - ストップウオッチのワンプッシュ計測スタート - ライト点灯時間の設定 - ボタン操作音の設定	P.15 P.16 P.19 P.31 P.34
ストップウオッチ	- 経過時間の計測 - ターゲットタイム報知機能	P.19 P.21
タイマー	タイマーの設定、計測	P.24
ワールドタイム	- 世界 48 都市 (31 タイムゾーン) の時刻を表示 - 都市の入れ替え	P.26 P.27
アラーム	- アラーム時刻の設定 - 時報のオン / オフ設定	P.28

モードの切り替え

時刻モードから (E) ボタンを押すとストップウオッチモードに切り替わります。

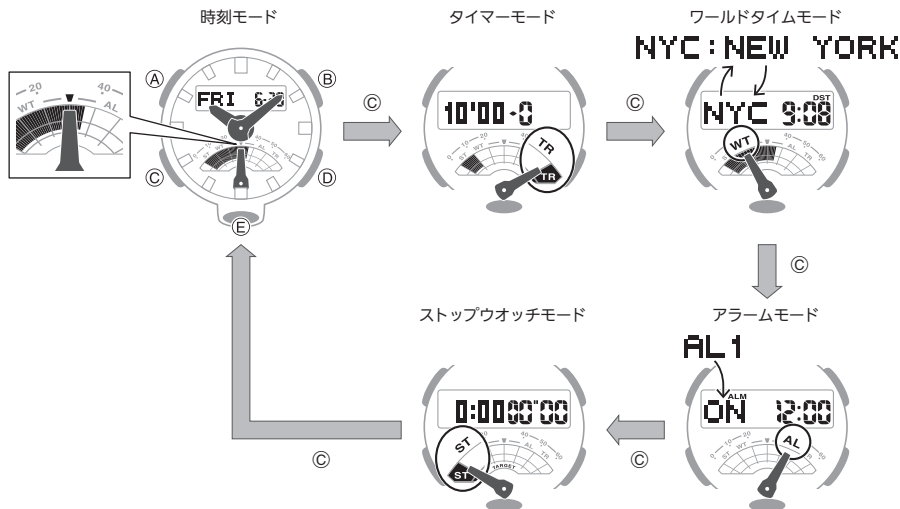
- モードの切り替え後については、「ストップウオッチ」(19 ページ) をご覧ください。



モードの種類と切り替え

◎ ボタンを押すごとに、以下のモードに切り替わります。

- 小針が各モード名（時刻モードは▼）を示します。タイマーモードとストップウォッチモードでは、小針が「TR」や「ST」を示した後、図の位置に移動します。



参考

- どのモードで操作していても、**Ⓒ** ボタンを約 2 秒間押し続けると時刻モードに戻ります。ボタン操作音がオンに設定されていると、このときピピッと 2 回高い音が鳴ります。
- ボタン操作音がオンに設定されているときは、**Ⓒ** ボタンを押すごとに音が鳴ります。時刻モードに戻るときは、高い音が鳴ります。

 ボタン操作音のオン / オフ…P.34

共通機能

以下の機能と操作は各モードに共通しています。

◆ 針を退避させて、他の表示を見やすくする

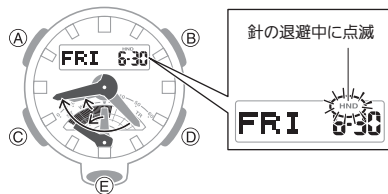
時針と分針を一時的に移動させて、画面など他の表示を見やすくすることができます。

- どのモードでも有効です。ただし各モード中の設定モードでは、この機能を使わなくても針が自動で退避します。

① **Ⓑ** ボタンを押しながら、**Ⓒ** ボタンを押します。

- 時針と分針が、画面に重ならない場所に移動します。

例：8 時 23 分から退避させた場合



- ② もう一度 **Ⓑ** ボタンを押しながら **Ⓒ** ボタンを押すと、針が通常的位置（時刻表示）に戻ります。

参考

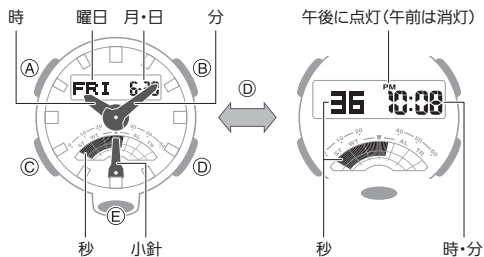
- 針の退避中も、退避させていないときと同じようにボタンの操作ができます。
- モードを変えると、針の退避は解除されます。
 モードの切り替え…P.11
- 何も操作せず約 1 時間経つと、針の退避は解除されます。

◆ 自動復帰機能

- 各モードで設定中（デジタル表示が点滅）に 2 ～ 3 分間何も操作しないと、自動的に設定画面を抜けて通常の画面に戻ります。

時刻モードの表示を切り替える

時刻モードでは、⑤ ボタンを押すごとに表示が切り替わります。



時刻を合わせる

現在の時刻と日付を設定します。

ホーム都市の設定

ホーム都市は、都市コード一覧表の 48 都市(31 タイムゾーン)の中から、この時計を使用する場所と同じタイムゾーンの都市を設定します。また、使用する国や地域に応じてサマータイム (DST) を設定します。ホーム都市を正しく設定しないと、「ワールドタイム都市」の時刻を正しく表示しない原因になります。

 都市コード一覧表…P.45

✓重要

- 日本で使用する場合は、ホーム都市を東京 (TYO) に設定します。

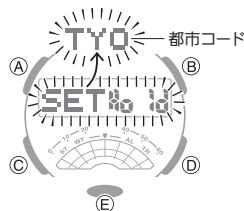
🗨参考

- ① ① ボタンを押すと、ホーム都市の都市コードと都市名 (英語) を確認できます。
- ② サマータイムとは、DST (Daylight Saving Time) とも言い、通常の時刻 (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。

◆ホーム都市、サマータイムを設定する

- ① 時刻モードで ① ボタンを押し続け、表示の [SET] [Hold] の点滅が消え、都市コードが点滅したらボタンから指を離します。

- ホーム都市を設定できる状態になります。

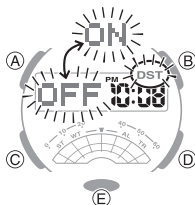


- ② ② または ② ボタンを押して、都市コードを選びます。

- ③ ③ または ③ ボタンを押し続けると早送りまたは早戻しができます。

- ③ ③ ボタンを押して、サマータイム (DST) 設定画面に切り替えます。

- 4 ⑩ ボタンを押して、オン（ON）とオフ（OFF）を切り替えます。



DST OFF	通常の時刻を表示します。
DST ON	サマータイムを表示します。

- 5 ⑪ ボタンを押して、設定を終了します。
サマータイムを設定すると、[DST] を表示します。

参考

- ホーム都市を「UTC」に設定しているときは、サマータイム（DST）のオンとオフを切り替えできません。

12/24 時間制、時刻、日付の調整

デジタルの時刻を合わせると、針も同じ時刻を示します。

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。
- デジタルの時刻表示と針が示す時刻が合っていないときは、針のずれを補正する必要があります。

🔍 ホーム都市の設定…P.16

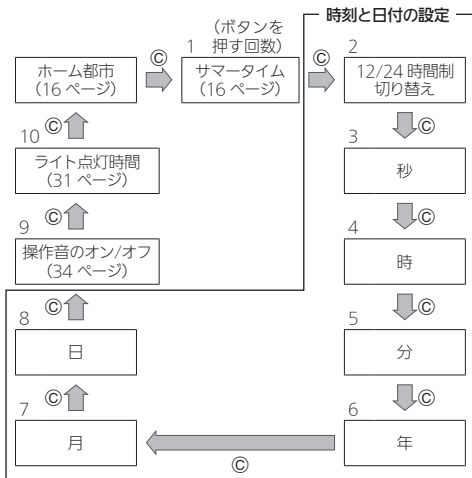
🔍 針のずれ補正…P.32

◆時刻と日付の合わせかた

- 時刻モードで① ボタンを押し続け、表示の[SET] [Hold] の点滅が消え、都市コードが点滅したらボタンから指を離します。
 - ホーム都市を設定できる状態になります。

② ㉔ ボタンを押して、設定する項目を選択します。

㉔ ボタンを押すごとに以下の順序で設定項目が切り替わります。



③ 以下のように設定を変更します。

画面	変更項目	操作
12H	12 時制 (12H) と 24 時制 (24H) の切り替え	㉔ ボタンを押す
36	秒を「00」にリセット - 30 ~ 59 秒のときは 1 分 繰り上がります	㉔ ボタンを押す
PM 10:08	「時」「分」の変更	㉔ または ㉔ ボタンを押す
20 17	「年」の変更	㉔ ボタンを押し続けると 早送りまたは 早戻しが できる
6-30	「月」「日」の変更	

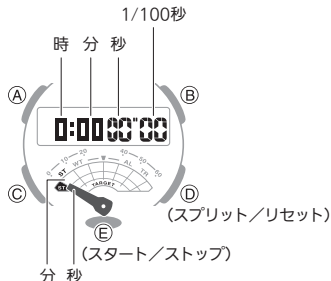
④ ㉔ ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- 日付の設定は、月ごとの日数の違いや、うるう年にも対応しています (フルオートカレンダー)。

ストップウォッチ

ストップウォッチは 1/100 秒単位で 23 時間 59 分 59 秒 99 (24 時間計) まで計測できます。計測範囲を超えた場合、計測が終了します (表示は 0 になります)。



ストップウォッチモードに切り替える

次の方法があります。

◆時刻モードから直接切り替える

事前にストップウォッチがリセットされていれば、すぐに計測を開始できます。

🔍 計測する…P.20

① 時刻モードで **(E)** ボタンを押します。

操作前の状態により、以下のようになります。

- リセット (0 時間 0 分 0 秒 00 で停止) : 計測を開始します (時刻モードからのワンプッシュ計測スタート)
- 計測途中で停止中 : 停止したまま、計測は再開しません
- 計測が進行中※ : 計測を継続します

※ ストップウォッチ計測中に、他のモードへ切り替えると、計測は継続しています。

② 以降の操作は、「計測する」(20 ページ) の手順 2 と同じです。

◆他のモードから切り替える（時刻モードからも切り替えができます）

●◎ ボタンを必要な回数押します。

🔍 モードの切り替え…P.11

- 時刻モードから切り替えるときは、◎ ボタンを 4 回押します。
- 前回、ストップウォッチモードを抜けた（他のモードに切り替えた）ときの状態で、ストップウォッチ画面になります。ただし、スプリットタイムは解除されています。

計測する

① ストップウォッチモードに切り替えます。

② ボタン操作は、以下の通りです。

- 経過時間計測

(E) → (E) → (E) → (E) → (D)
 スタート ストップ (再スタート) (ストップ) リセット

- スプリットタイム（途中経過時間）計測

(E) → (D) → (D) → (E) → (D)
 スタート スプリット スプリット解除 ストップ リセット

- 1・2 着同時計測

(E) → (D) → (E) → (D) → (D)
 スタート スプリット ストップ スプリット解除 リセット
 1 着ゴール 2 着ゴール (2 着のタイム表示)
 (1 着のタイム表示)

🗨️ 参考

- 計測を開始後は、他のモードに切り替えても、計測範囲を超えるまで、計測を継続します。

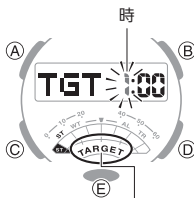
ターゲットタイム報知機能

ターゲットタイム（目標タイム）は1分単位で1分から24時間の間で設定できます。

ストップウォッチの計測時間がターゲットタイムに達すると、音が10秒間鳴ります。

◆ターゲットタイムを設定する

- 1 ストップウォッチをリセットします。
- 2 ① ボタンを押す続け、表示の [SET] [Hold] の点滅が消え、「時」が点滅したらボタンから指を離します。



ターゲットタイム報知機能オンのときに点灯

- 3 ③ または ② ボタンを押して、「時」を設定します。
 - ③ または ② ボタンを押し続けると早送りまたは早戻しができます。
 - 24 時間に設定するときは、00 時 00 分を選びます。
- 4 ④ ボタンを押して、「分」の設定に切り替えます。
- 5 ⑤ または ② ボタンを押して、「分」を設定します。
 - ⑤ または ② ボタンを押し続けると早送りまたは早戻しができます。
- 6 ④ ボタンを押して、オンとオフの設定に切り替えます。
- 7 ⑤ ボタンを押して、ターゲットタイム報知機能のオンとオフを切り替えます。
 - ⑤ ボタンを押すごとにオン（[On] 表示）とオフ（[OFF] 表示）が切り替わります。
 - [TARGET] がオンで点灯、オフで消灯します。
- 8 ① ボタンを押して、設定を終了します。

◆ターゲットタイム報知機能を使う

- ① ストップウォッチをリセットして、**(E)** ボタンを押します。

[TARGET] が点滅します。

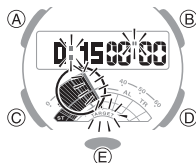
- ② 以降の操作は、「計測する」(20 ページ) の手順 2 と同じです。



- 画面の変化で、ターゲットタイムに対する経過時間の目安を確認できます。

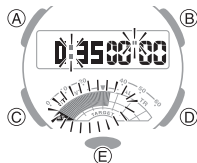
(1) スタートからターゲットタイムの半分まで

- 画面：図のように「分」を示す一番右の表示が点滅します。
- [TARGET] が点滅します。



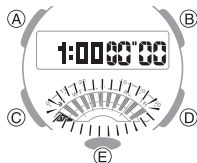
(2) ターゲットタイムの半分経過からターゲットタイム到達まで

- 画面：図のように「分」を示す部分全体が点滅します。
- ターゲットタイムの 1 分前からは [TARGET] が早く点滅します。



(3) ターゲットタイムに到達

- 音が 10 秒鳴ります。
- 画面：図のように変化します。
- [TARGET] が消灯します。



(4) ターゲットタイムの経過後

- 画面：「分」を示す一番右の表示が点滅します（点滅の速度は遅くなります）。
- [TARGET] が消灯したまま、経過時間を計測します。
- 計測を停止してリセットすると、自動的に[TARGET] が点灯します。同じターゲットタイムで再計測が可能です。

参考

- [TARGET] は他のモードに切り替えても点滅します。

◆音を止める

●いずれかのボタンを押すと音が止まります。

- ⑩ や ⑪ ボタンを押すと、「計測する」（20 ページ）の機能が働きます。

◆ターゲットタイム報知機能を使わないときは

- 「ターゲットタイムを設定する」（21 ページ）の手順 7 でオフに切り替えます。

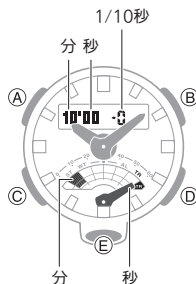
タイマー

タイマーは、1分単位で60分まで設定することができます。タイムアップになると10秒間のタイムアップ音が鳴ります。

計測時間を設定する

- ① 時刻モードで **Ⓒ** ボタンを1回押して、タイマーモードに切り替えます。

 モードの切り替え…P.11



- タイマー計測中の場合は、**Ⓔ** ボタンを押して計測を停止してから **Ⓕ** ボタンを押して計測時間をリセットします。
- タイマー計測が一時停止している場合は、**Ⓕ** ボタンを押して計測時間をリセットします。

- ② **Ⓐ** ボタンを押し続け、表示の [SET] [Hold] の点滅が消え、「分」が点滅したらボタンから指を離します。

- ③ **Ⓓ** または **Ⓑ** ボタンを押して、「分」を設定します。

- **Ⓓ** または **Ⓑ** ボタンを押し続けると早送りまたは早戻しができます。

- ④ **Ⓐ** ボタンを押して、設定を終了します。

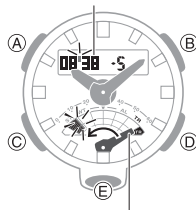
計測する

- タイマー計測のボタン操作は、以下の通りです。

(E) → (E) → (E) → (E) → (D)
 スタート ストップ (再スタート) (ストップ) リセット

カウントダウン中

残り時間を表示します。



小針: 右から左方向に回ります。

参考

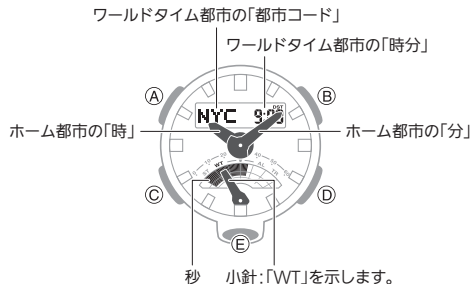
- 他のモードに切り替えていても、タイムアップ音が鳴ります。

タイムアップ音を止める

- いずれかのボタンを押すとタイムアップ音が止まります。

ワールドタイム

世界 48 都市（31 タイムゾーン）の時刻を知ることができます。ワールドタイムモードで選択した都市を「ワールドタイム都市」といいます。



参考

- (A) ボタンを押すと、ワールドタイム都市の都市名（英語）を確認できます。

ワールドタイム都市を選ぶ

① 時刻モードで (C) ボタンを 2 回押して、ワールドタイムモードに切り替えます。

- ワールドタイムモードに切り替えると、都市コードと都市名（英語）を流れるように 1 回表示して、その後は都市コードだけを表示します。都市を変更したときも同様に表示します。

② (D) ボタンを押して、都市コードを切り替えます。



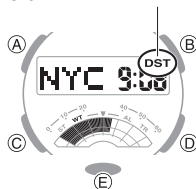
都市コード一覧表…P.45

- (D) ボタンを押し続けると早送りができます。
- 都市コードを UTC（時差 0）にするときは、(B) と (D) ボタンを同時に押します。

サマータイム（DST）の設定

- ワールドタイムモードで、**(A)** ボタンを2秒以上押し続けます。[DST] [On] または [DST] [OFF] が点滅した後、オン/オフが切り替わります。

表示時刻がサマータイムのときに点灯



参考

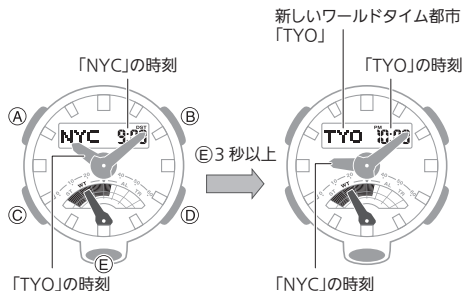
- ワールドタイム都市に UTC を設定した場合、サマータイム設定の切り替えはできません。
- サマータイム設定は、選択している都市にのみ適用します。他の都市には影響しません。

ホーム都市とワールドタイム都市を入れ替える

- ワールドタイムモードで、**(E)** ボタンを3秒以上押し続けます。

[SWAP] [Hold] が点滅した後、ホーム都市とワールドタイム都市が入れ替わります。

例：ホーム都市「TYO」、ワールドタイム都市「NYC」を入れ替えた場合



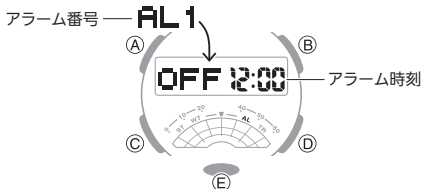
アラーム・時報

アラームは5つの時刻を設定できます。通常のアラームは、設定した時刻になるとアラーム音が10秒間鳴ります。スヌーズアラームは、このアラーム音を5分おきに合計7回繰り返します。また、毎正時(00分)に時報を鳴らすこともできます。

アラームモードに切り替える

- 時刻モードで **③** ボタンを3回押すと、アラームモードに切り替わります。

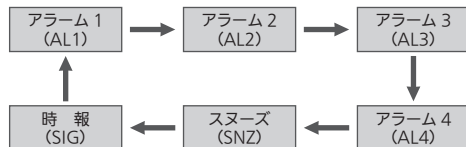
アラーム番号 (AL1、AL2、AL3、AL4、SNZ、SIG) のうち前回表示されたものが表示された後、ON (オン) またはOFF (オフ) が表示されます。



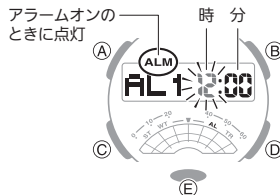
- アラームモードで何もせず約2分から3分が経過すると、時刻モードに自動的に戻ります。

アラーム時刻を設定する

- ① アラームモードで **④** ボタンを押して、設定するアラーム番号を選びます。



- ② **④** ボタンを押し続け、表示の [SET] [Hold] の点滅が消え、アラーム時刻の「時」表示が点滅したらボタンから指を離します。
[ALM] が点灯して、アラーム設定がオンになります。



- ③ ㉓ ボタンを押すごとに、「時」または「分」の点滅が切り替わります。

選んだ方が点滅表示します。

- ④ ㉔ または ㉕ ボタンを押して、「時」または「分」を設定します。

- ㉔ または ㉕ ボタンを押し続けると早送りまたは早戻しができます。
- 12 時間制で表示している場合、午後は [PM] を表示します。

- ⑤ ㉖ ボタンを押して、設定を終了します。

アラーム・時報のオン / オフ

- ① アラームモードで ㉔ ボタンを押して、設定するアラーム番号または時報を選びます。

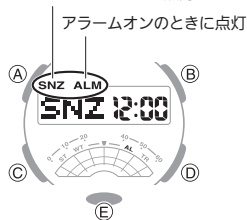
- ② ㉕ ボタンを押して、アラームまたは時報のオン / オフを切り替えます。

- ㉕ ボタンを押すごとにアラームまたは時報のオン ([ON] 表示) とオフ ([OFF] 表示) が切り替わります。

アラームオン

<スヌーズ表示>

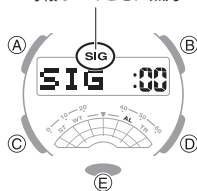
スヌーズオンのときに点灯



時報オン

<時報表示>

時報オンのときに点灯



- スヌーズの場合は、[SNZ] と [ALM] が点灯します。

アラーム音を止める

- いずれかのボタンを押すとアラーム音が止まります。

参考

- スヌーズの場合、7回の繰り返しが終わるまで約5分ごとにアラーム音が鳴ります。
- スヌーズ中は、[SNZ] が点滅しています。
- スヌーズ中に以下の操作をすると、スヌーズ機能が中断されます。
 - スヌーズをオフに切り替えた
 - スヌーズをセット状態にした
 - 時刻モードのセット状態にした
 - ワールドタイムモードでホーム都市のサマータイム設定を変更した

アラーム音を確認する（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、押している間、アラーム音が鳴ります。

ライト

暗いところ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。

ボタンを押して点灯させる

- ⑧ ボタンを押すと、ライトが点灯します。

参考

- ライト点灯中にアラーム音が鳴ると、消灯します。
- 針が早送りまたは早戻しされていると、ライトは点灯しません。

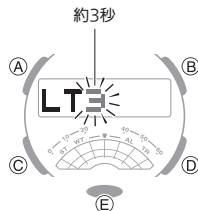
点灯時間を切り替える

- ①時刻モードで、**A** ボタンを押し続け、表示の [SET] [Hold] の点滅が消え、都市コードが点滅したらボタンから指を離します。

- ② ③ ボタンを 10 回押して、ライト点灯時間選択画面に切り替えます。

 参照…P.18

- [1] または [3] が点滅します。



- ③ ④ ボタンを押して、[1] (1.5 秒間点灯) または [3] (3 秒間点灯) を選びます。
- ④ ④ ボタンを押して、設定を終了します。

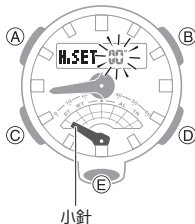
針のずれ補正

強い磁気や衝撃を受けると、針の時刻とデジタル表示の時刻がずれることがあります。そのようなときは、針のずれを補正します。

針のずれを補正する

- ① 時刻モードで、**(A)** ボタンを約 5 秒間押し続け、**[00]** が点滅したらボタンから指を離します。

- 小針を補正できる状態になります。

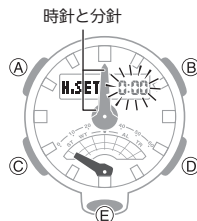


- ② 小針が「0」位置を指していない場合は、**(D)** または **(B)** ボタンを押して「0」位置に合わせます。

- ③ **(C)** ボタンを押します。

- 時針と分針を補正できる状態になります。
- もう 1 回 **(C)** ボタンを押すと※、小針の補正状態に戻ります。

※ 針の移動中は無効。



- ④ 時針と分針が 12 時位置を指していない場合は、**(D)** または **(B)** ボタンを押して 12 時位置に合わせます。

- **(D)** または **(B)** ボタンを押し続けると早送りまたは早戻しができます。

- ⑤ **(A)** ボタンを押すと、時刻モードに戻ります。

 重要

- 針のずれ補正が終了したら、時刻モードで、針の時刻とデジタル表示の時刻が合っているかご確認ください。もしずれている場合は、再度手順 1 から手順 5 を操作してください。

ボタン操作音のオン / オフ

ボタンを押したときに鳴る操作音のオン / オフ設定ができます。

- ① 時刻モードで **Ⓐ** ボタンを押し続け、表示の[SET]
[Hold] の点滅が消え、都市コードが点滅したらボタンから指を離します。
- ② **Ⓒ** ボタンを 9 回押して、操作音のオン / オフ
設定画面に切り替えます。
 参照…P.18
[KEY ♪] または [MUTE] を表示します。
- ③ **Ⓓ** ボタンを押して、[KEY ♪]（操作音オン）
または [MUTE]（操作音オフ）を選びます。
- ④ **Ⓐ** ボタンを押して、設定を終了します。

故障かな?と思ったときは

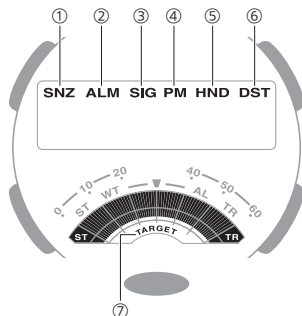
時刻設定

状況	原因と対処
現在時刻の表示が数時間ずれている	ホーム都市の設定が正しくありません。 ホーム都市の設定を確認してください。  ホーム都市、サマータイムを設定する…P.16
現在時刻の表示が1時間ずれている	サマータイムの設定が正しくありません。 サマータイムの設定を確認してください。  ホーム都市、サマータイムを設定する…P.16

ワールドタイムモード

状況	原因と対処
設定したワールドタイム都市の時刻がずれている	サマータイムの設定が正しくありません。  サマータイム (DST) の設定…P.27

主な機能表示



番号	表示内容	参照ページ
①	スヌーズアラームをオンに設定済み	P.29
②	アラームをオンに設定済み	P.29
③	時報をオンに設定済み	P.29
④	午後に点灯（午前は消灯）	P.15
⑤	針が退避中	P.13
⑥	サマータイムを時刻表示中	P.27
⑦	ターゲットタイム報知機能が動作中	P.21

◆グラフィック表示

- 各モードで次のように点滅します。

モード	点滅
時刻	秒単位で時刻に連動
ストップウォッチ	分単位で計測に連動
タイマー	分単位で計測に連動
ワールドタイム	秒単位でワールドタイムの時刻に連動

◆小針の役割

- 各モードで次の役割があります。

モード	役割
時刻	モード名を示す
ストップウォッチ	秒を計測
タイマー	秒を計測
ワールドタイム	モード名を示す
アラーム	モード名を示す

製品仕様

精 度	: 平均月差±15秒	ワールドタイム 機能	: 世界48都市(31タイムゾーン)の時刻を表示、サマータイム設定機能、都市入れ替え機能
基 本 機 能	: アナログ部 時・分 (20 秒運針) デジタル部 時・分・秒・月・日・曜日、 午前/午後(PM)/24時間制表示、 フルオートカレンダー(2000～ 2099年)	アラーム 機能	: 時刻アラーム アラーム数 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 オ ャ チ 機 能	: 計測単位 1/100秒 計測範囲 23時間59分59秒99 (24時間計) 計測機能 通常計測、積算計測、 スプリット計測、 1・2着同時計測 時刻モードからのワンプッシュ計測ス タート ターゲットタイム報知機能	そ の 他	: LED ライト、 ライト点灯時間切り替え、 操作音オン / オフ設定、 針退避機能
タイマー 機能	: 計測単位 1/10秒 計測範囲 60分 セット単位 1分 セット範囲 1～60分	使 用 電 池	: CR2016 1個(電池別途販売)
		電 池 寿 命	: 約3年 (• ストップウオッチ: 40 時間 / 月 • アラーム: 10 秒 / 日 • ライト: 1.5 秒 (1 回) / 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。	

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。

表示	時計の表面または裏ぶたに表記	日常生活防水	日常生活用強化防水		
		「BAR」表記無し	5気圧防水	10気圧防水	20気圧防水
使用例	洗顔、雨	○	○	○	○
	水仕事、水泳	×	○	○	○
	ウインドサーフィン	×	×	○	○
	スキndaイビング(素潜り)	×	×	○	○

- 専門的な潜水=スキューバダイビング(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」り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／家事などをするときに、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「修理サービス窓口」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氣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「修理サービス窓口」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、「修理サービス窓口」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）は腕につけたままでチェ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

- アナログ時計やコンビネーション（アナログとデジタル）時計は、針を動かすために磁石の性質を利用したモーターを駆動させる方式を採用していますが、このモーターは強い磁気（オーディオ機器のスピーカー、磁気ネックレス、携帯電話など）を発生する器具に近づけるとモーターの回転に影響を受け、針の「遅れ・進み・止まり・誤った時刻表示」などの原因となります。
- 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し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ことがあります。

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い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。
- り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、り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「修理サービス窓口」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。

電池交換について

- 電池交換は必ず「修理サービス窓口」またはお買い上げの販売店にお申し付けください。
- 電池は必ず当社指定の専用電池と交換してください。指定以外の電池を使用しますと故障の原因となる場合があります。
- 電池交換の際、防水検査を行います。
- 樹脂（外装）部品は日々のご使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。電池交換ご依頼品の樹脂部分にひびなどの異常がある場合、破損の恐れがありますので作業を行わずにご返却する旨のご案内をさせていただくことがございます。あらかじめご了承ください。

■最初の電池

- お買い上げの時計に組み込まれている電池（モニター用電池）は、工場出荷時点で時計の機能や性能をチェックするために組み込まれたものです。
- お客様がお買い上げになるまでの期間に電池は消耗しますので、モニター用電池は取扱説明書などに記載されている電池寿命に満たない場合があります。また、電池交換は保証期間内でも有料となります。

■電池の消耗

- 電池が消耗しますと「時刻の狂いが目立ったり」「表示が見にくくなったり」「消えたり」します。
- 消耗した電池を使っていると故障の原因になりますので、お早めに交換してください。

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。

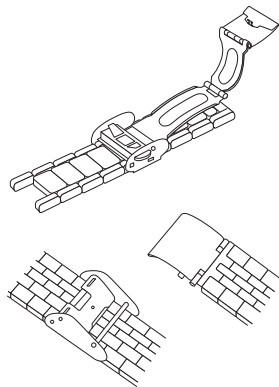
お取り扱いによる、部品の変形や破損、またはけが等を予防するためにも、お買い上げの販売店にご相談ください。

なお、「持込修理サービス受付窓口」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、「持込修理サービス受付窓口」または「修理に関するお問い合わせ窓口」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。

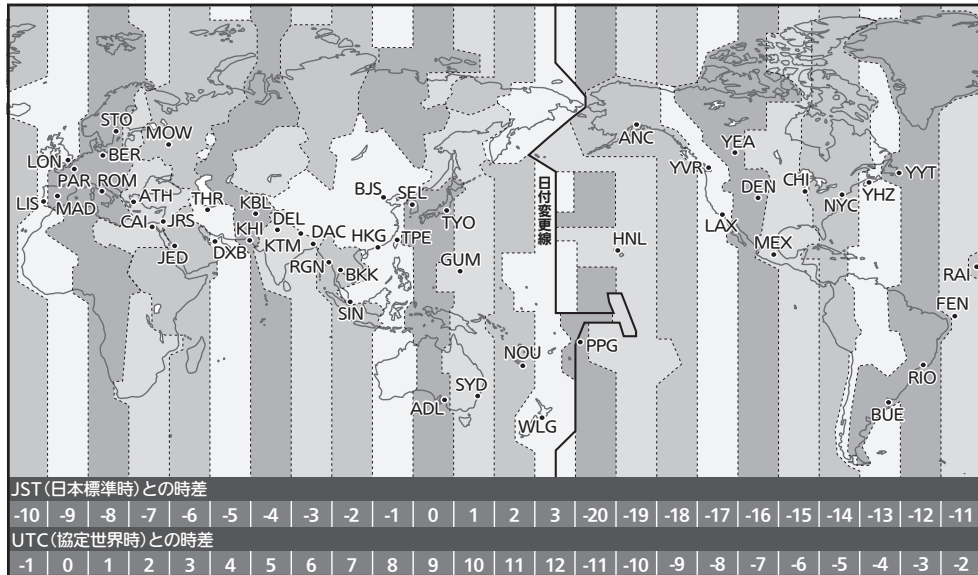
（例）



UTC（協定世界時）とタイムゾーン

地図から目的地のタイムゾーンをご確認ください。

TZ-003



都市コード一覧表

コード		タイムゾーン	都市名
UTC (協定世界時)		0	
LISBON	LIS	0	リスボン
LONDON	LON	0	ロンドン
MADRID	MAD	+ 1	マドリード
PARIS	PAR	+ 1	パリ
ROME	ROM	+ 1	ローマ
BERLIN	BER	+ 1	ベルリン
STOCKHOLM	STO	+ 1	ストックホルム
ATHENS	ATH	+ 2	アテネ
CAIRO	CAI	+ 2	カイロ
JERUSALEM	JRS	+ 2	エルサレム
MOSCOW	MOW	+ 3	モスクワ
JEDDAH	JED	+ 3	ジェッダ
TEHRAN	THR	+ 3.5	テヘラン
DUBAI	DXB	+ 4	ドバイ
KABUL	KBL	+ 4.5	カブール
KARACHI	KHI	+ 5	カラチ
DELHI	DEL	+ 5.5	デリー

コード		タイムゾーン	都市名
KATHMANDU	KTM	+ 5.75	カトマンズ
DHAKA	DAC	+ 6	ダッカ
YANGON	RGN	+ 6.5	ヤンゴン
BANGKOK	BKK	+ 7	バンコク
SINGAPORE	SIN	+ 8	シンガポール
HONG KONG	HKG	+ 8	香港
BEIJING	BJS	+ 8	北京
TAIPEI	TPE	+ 8	台北
SEOUL	SEL	+ 9	ソウル
TOKYO	TYO	+ 9	東京
ADELAIDE	ADL	+ 9.5	アデレード
GUAM	GUM	+ 10	グアム
SYDNEY	SYD	+ 10	シドニー
NOUMEA	NOU	+ 11	ヌーメア
WELLINGTON	WLG	+ 12	ウェリントン
PAGO PAGO	PPG	- 11	パゴパゴ
HONOLULU	HNL	- 10	ホノルル
ANCHORAGE	ANC	- 9	アンカレッジ

都市コード一覧表

コード		タイムゾーン	都市名
VANCOUVER	YVR	− 8	バンクーバー
LOS ANGELES	LAX	− 8	ロサンゼルス
EDMONTON	YEA	− 7	エドモントン
DENVER	DEN	− 7	デンバー
MEXICO CITY	MEX	− 6	メキシコシティ
CHICAGO	CHI	− 6	シカゴ
NEW YORK	NYC	− 5	ニューヨーク
HALIFAX	YHZ	− 4	ハリファックス
SAINT JOHN'S	YYT	− 3.5	セントジョンズ
BUENOS AIRES	BUE	− 3	ブエノスアイレス
RIO DE JANEIRO	RIO	− 3	リオデジャネイロ
F. DE NORONHA	FEN	− 2	フェルナンド・デ・ノローニャ
PRAIA	RAI	− 1	プライア

参考

- この表は 2016 年 1 月現在作成のものです。
- 設定する都市コードがわからないときは、使用場所の時差を確認し、時差が一致する都市コードを選択してください。
- 時差は協定世界時（UTC）を基準にしています。