

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

各モードの概略

充電する

暗い所で時計を見る

時刻合わせについて

標準電波で時刻を合わせる

- 概要
- 受信に適した場所
- 標準電波の受信範囲
- 自動で標準電波を受信する
- 自動受信のオン/オフ設定
- 手動で標準電波を受信する
- 受信状態のレベル表示について
- 前回の時刻合わせ結果を確認する
- 受信のご注意

時計を操作して時刻を合わせる

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

アラーム・時報

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

方位計測

方位を計測する

目標方位を記録する(ペアリングメモリー)

方位を補正する

- 方位計測値のずれを補正する
- 北方位を真北に設定する(磁気偏角補正)

方位計測のご注意

高度計測

現在地の高度を確認する

高度計測値を補正(オフセット)する

基準点を設定して高度差を計測する

自動記録データと登山記録データの計測間隔を設定する

画面の表示を切り替える

高度を記録する

高度計測のご注意

気圧/温度計測

気圧と温度を計測する

気圧の変化を確認する

気圧差を確認する(気圧差グラフィック)

気圧の急激な変化を知らせる

気圧計測値と温度計測値を補正(オフセット)する

気圧、温度計測のご注意

高度記録の確認

記録したデータを見る

データを消去する

日の出/日の入り時刻

日の出/日の入り時刻を調べる

日にちを指定して日の出/日の入り時刻を調べる

場所を指定して日の出/日の入り時刻を調べる

ストップウォッチ

計測する

スプリットタイムを計測する

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

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

- 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。
本機はダイブ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

- 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して使う。
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。

●データ保護について

- データは、必ずノートなどに控えを取る。
電池切れや電池交換および故障修理の場合、データ内容はすべて消えます。

●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、もしくは湿気が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/家事などをするとき、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場合があります。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+40℃以上では、表示が見えにくくなる場合があります。

●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

- 時計動作に影響を与えることはありませんが、製品自体が磁気を帯びますと精度に影響を与えますのでお避けください。なお、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むクリーナー、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。
- とくどき、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。

● データ保護について

- 電池切れや電池交換および故障修理の場合、データ内容はすべて消えてしまいますのでご了承ください。また、故障・修理・電池交換等に起因するデータの消失による損害および逸失利益等につきましては、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。なお、大切なデータはノートなどに控えをとっておいてください。

● センサーについて

- 本機のセンサーは精密機器ですので、絶対に分解しないでください。また、センサー部を細い棒などでついたり、ゴミ・ほこりなどが入らないようにご注意ください。なお、海水に浸したときは、必ず真水で洗い流してください。

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分は、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、ボタンを押し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〉

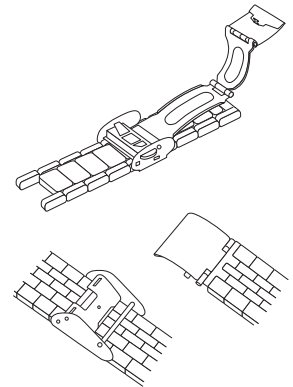
- 皮膚の弱い方や体調により、かぶれたりすることがあります。特に、皮革バンドや樹脂バンドをお使いの方は、こまめにお手入れをしてください。万一、かぶれた場合には、そのバンドの着用を中止し、皮膚科の専門医にご相談ください。

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)



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。

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。

●電波受信

時刻情報を乗せた電波を受信し、正確な時刻を表示します。

●ワールドタイム

世界 48 都市 (31 タイムゾーン) と UTC の時刻を表示できます。

●アラーム・時報

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。

●方位計測

北の方向や目標の方位を調べることができます。

●高度計測

現在地の高度を計測できます。
日時や高度を記録できます。
2 点間の高度差を計測できます。

●気圧/温度計測

気圧傾向の表示、注意すべき気圧変化の通知もできます。
現在の気温を計測できます。

●高度記録の確認

高度計測で記録したデータの確認や削除ができます。

●日の出/日の入り時刻

日付と場所を指定して、日の出/日の入り時刻を調べることができます。

●ストップウォッチ

1/10 秒単位で 999 時間 59 分 59 秒 9 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。

重要

- 専門的な計測器ではありません。計測機能は、目安としてお使いください。
- 方位計を本格的な登山などでご使用になるときは、必ず予備のコンパス (方位磁針) を携帯してください。予備のコンパスと比較して計測した方位が異なる場合は、正しい方位を計測するため、2 点補正をしてください。
 - 永久磁石 (磁気アクセサリなど)、金属類、高圧線、架線、家庭電化製品 (テレビ、パソコン、携帯電話など) の近くのような、強い磁力がある場所では正しく計測や補正ができません。

☉ 方位計測

- 高度計は、計測した気圧を高度に換算した値を表示します (相対高度計)。そのため標高や海拔高度とは異なる値を表示することがあります。こまめに補正しながら計測することをおすすめします。

☉ 高度計測

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



A ボタン

時刻モード表示中に押すと、高度計測モードに切り替わります。

B ボタン

時刻モード表示中に押すと、気圧/温度計測モードに切り替わります。

C ボタン

時刻モード表示中に押すと、方位計測モードに切り替わります。

D ボタン

押すたびに、モード (機能) が切り替わります。どのモードでも、2 秒以上押し続けると、時刻モードに戻ります。

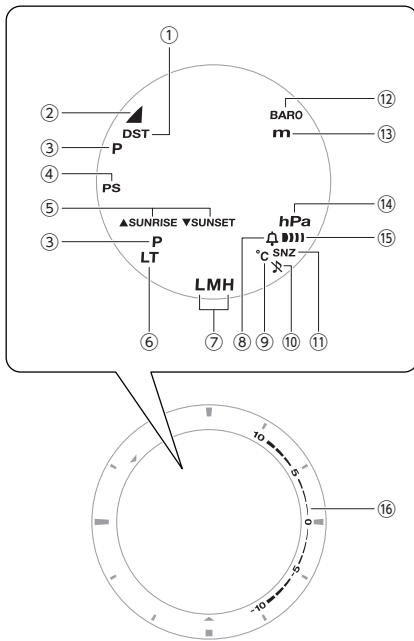
E ボタン

時刻モード表示中に押すと、画面の表示切り替えができます。

L ボタン

押すと、ライトが点灯します。

画面の表示

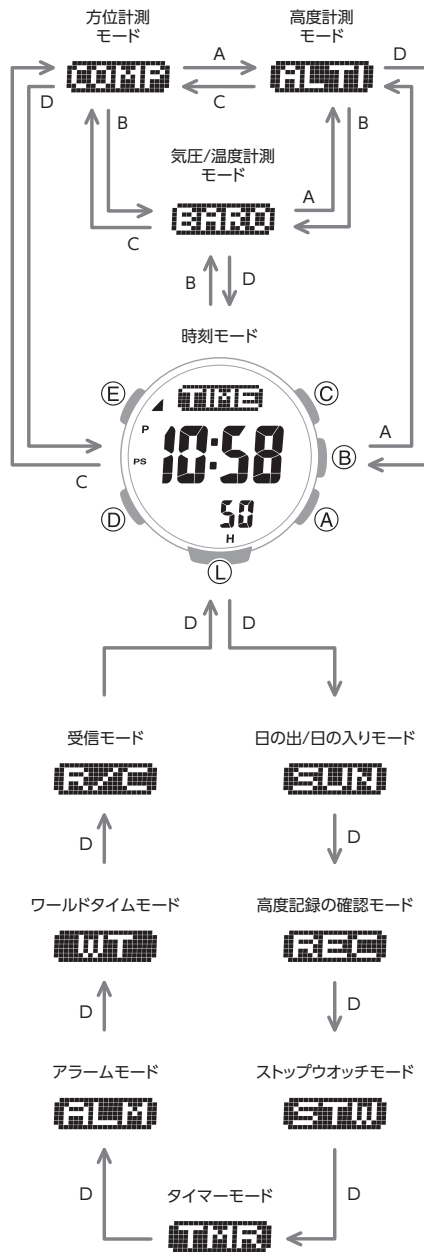


- ① サマータイムのときに点灯します。
- ② 電波受信に成功しているときに点灯します。
- ③ 12時間制表示で午後のときに点灯します。
- ④ 節電(パワーセービング)がオンのときに点灯します。
- ⑤ 日の出/日の入りモードのときに点灯します。
- ⑥ オートライトがオンのときに点灯します。
- ⑦ 充電量を表示します。
- ⑧ 時報をオンにすると点灯します。
- ⑨ 温度の単位が点灯します。
- ⑩ 操作音がオフのときに点灯します。
- ⑪ スヌーズアラームがオンのときに点灯します。
- ⑫ 気圧傾向インフォメーションをオンにすると点灯します。
- ⑬ 高度の単位が点灯します。
- ⑭ 気圧の単位が点灯します。
- ⑮ アラームをオンにすると点灯します。
- ⑯ 高度差/気圧差をグラフィック表示します。

モードを切り替える

この時計には、以下のモード(機能)があります。

- どのモードで操作していても、D ボタンを2秒以上押し続けると、時刻モードに戻ります。



モードは、上記イラスト内に記載のボタンで切り替えます。

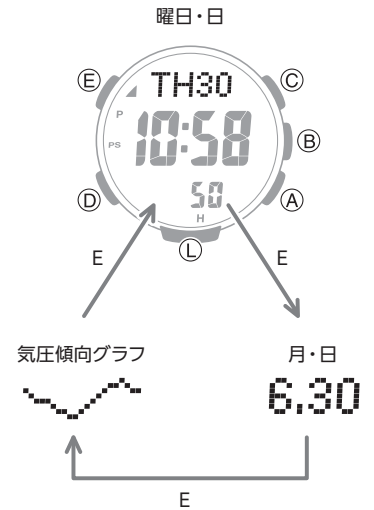
各モードの概略

●時刻モード

現在の日時を表示します。

E ボタンを押して、以下の項目を画面の上段に表示することもできます。

- 月・日
- 気圧傾向グラフ



●高度計測モード

現在地の高度を計測します。

🔍高度計測



- ① 高度傾向グラフ/高度差
- ② 高度
- ③ 現在時刻

●方位計測モード

方位や角度を計測します。

🕒 方位計測



- ① 12時方向の方位
- ② 北方位を示すグラフィック表示
- ③ 12時方向の方位角

●気圧/温度計測モード

現在地の気圧と温度を計測します。

🕒 気圧/温度計測



- ① 気圧傾向グラフ
- ② 気圧
- ③ 温度
- ④ 気圧差グラフィック

●高度記録の確認モード

計測した高度記録を確認できます。

🕒 高度記録の確認



- ① データ番号
- ② 高度
- ③ 記録した日付

●ストップウォッチモード

経過時間を計測します。

🕒 ストップウォッチ



- ① ストップウォッチ時
- ② ストップウォッチ分
- ③ ストップウォッチ秒
- ④ ストップウォッチ 1/10 秒

●タイマーモード

タイマーを計測します。

🕒 タイマー



- ① タイマー時
- ② タイマー分
- ③ タイマー秒

●アラームモード

指定した時刻に音でお知らせします。

🕒 アラーム・時報

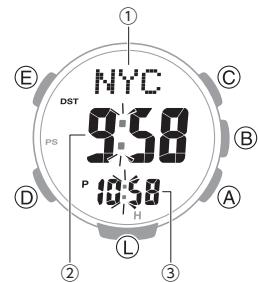


- ① アラーム・時報のオン/オフ
- ② アラーム番号
- ③ アラーム時
- ④ アラーム分

●ワールドタイムモード

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

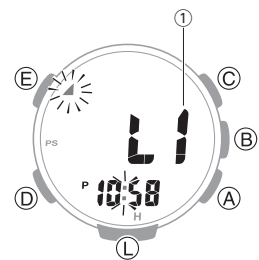


- ① 都市コード (ワールドタイム都市)
- ② ワールドタイム都市の時刻
- ③ ホーム都市の時刻

●受信モード

手動で電波を受信します。

🕒 標準電波で時刻を合わせる



- ① 受信状態レベル

充電する

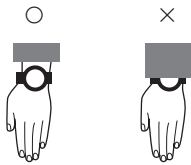
この時計は、ソーラーパネルで発電した電気をバッテリー(二次電池)に充電しながら動作します。ソーラーパネルは文字板と一体になっており、文字板に光が当たっているときは常に発電し充電しています。

●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

- 充電の際、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り、火傷を負ったり、時計内部の部品が破損する原因となります。以下のような 60°C 以上になる可能性がある場所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、撮影用ライト、ハロゲンランプ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(液晶タイプによっては白く)なることがあります。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。

LMH

充電レベル 2 : 良好

すべての機能を使えます。

LMH

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。

- 電波受信
- 方位計測、高度計測、気圧/温度計測
- ライト点灯
- 音(アラームなど)



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。
⊙ [H]、[M]、[L] がすべて点滅している

●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	5 分
10,000	24 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	2 時間
充電量:中 → 充電量:高	13 時間
充電量:高 → 満充電	4 時間

- 晴れた日の窓際など(10,000 ルクス)

充電切れ → 充電量:中	5 時間
充電量:中 → 充電量:高	64 時間
充電量:高 → 満充電	18 時間

- 曇りの日の窓際など(5,000 ルクス)

充電切れ → 充電量:中	10 時間
充電量:中 → 充電量:高	131 時間
充電量:高 → 満充電	35 時間

- 蛍光灯下の室内など(500 ルクス)

充電切れ → 充電量:中	123 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
 - 気圧傾向インフォメーションを設定しているとき
- 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](#)
- 時計を装着している場合でも、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、ライトを点灯することができます。

●手でライトを点灯させる

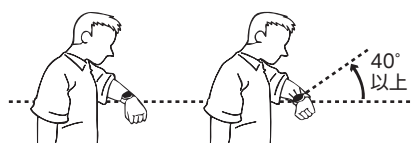
L ボタンを押すと、ライトが点灯します。

- ライト点灯中にアラーム音が鳴ると、消灯します。
- 電波受信中は、ライトが点灯しません。また、センサー計測中もタイミングにより点灯しません。



●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。



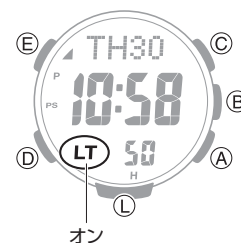
- 静電気や磁気の影響でオートライトが作動しないことがあります。その場合、もう一度時計を水平状態にしてから傾けてください。
- 時計を傾けたとき、内部から「カラカラ」と音がする場合があります。これは、オートライトスイッチの作動音で、故障ではありません。

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
 - 方位計測モードのとき
 - 電波を受信しているとき
 - 日の出/日の入り時刻を計算しているとき

●オートライト機能を設定する

1. 時刻モードにします。
🔗 [モードを切り替える](#)
2. L 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。



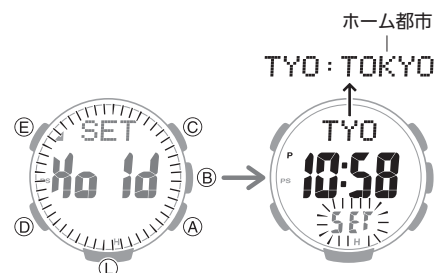
参考

- [CHG] を表示すると、オートライト機能がオフになります。

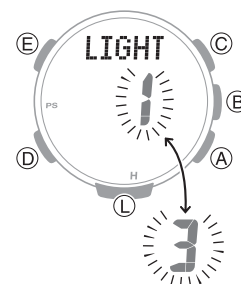
●点灯時間を設定する

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. E 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。



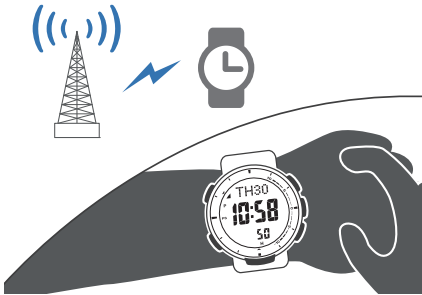
3. D ボタンを 10 回押します。
[LIGHT] が点灯し、[1] または [3] が点滅します。
4. A ボタンを押して、点灯時間を選びます。
[1]: 1.5 秒点灯します。
[3]: 3 秒点灯します。



5. E ボタンを 2 回押して、設定を終了します。

時刻合わせについて

この時計は、電波を受信して日付や時刻を合わせることができます。



標準電波で時刻を合わせる

概要

標準電波を受信すると、時計の時刻や日付を合わせることができます。

重要

- 電波を受信して正しい時刻を表示するには、ホーム都市を使用する地域に設定する必要があります。
[🔍 ホーム都市を設定する](#)

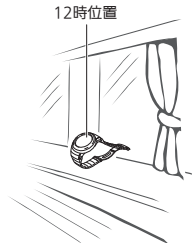
参考

- 標準電波は、受信できる地域に限られています。標準電波を受信できない地域で使う場合は、手動で時刻を合わせてください。
[🔍 時計を操作して時刻を合わせる](#)

受信に適した場所

窓際で電波を受信できます。

- 時計の 12 時位置を窓に向けて置いてください。
- 金属は避けてください。
- 時計を動かさないでください。
- 時計を操作しないでください。



参考

- 以下の場所では、標準電波を受信しにくくなります。
 - ビルの中およびその周辺
 - 乗り物の中
 - 家庭電化製品、OA 機器、携帯電話などの近く
 - 工事現場、飛行場など電波障害が起きる場所
 - 高圧線の近く
 - 山間部、山の裏側

標準電波の受信範囲

●日本 (JJY)

日本の標準電波送信所は、福島県のおおたかどや山と福岡県/佐賀県のはがね山に位置します。
 標準電波の受信範囲は、各送信所を中心として約 1,000km 以内です。

●中国 (BPC)

中国の標準電波送信所は、中国河南省の商丘市に位置します。
 標準電波の受信範囲は、商丘送信所を中心として約 1,500km 以内です。

●アメリカ (WWVB)

アメリカの標準電波送信所は、コロラド州フォートコリンズに位置します。
 標準電波の受信範囲は、フォートコリンズ送信所を中心として約 3,000km 以内です。

●イギリス (MSF)/ドイツ (DCF77)

イギリスの標準電波送信所は、カンブリア州アンソーンに位置します。
 ドイツの標準電波送信所は、フランクフルト南東のメインフリンゲンに位置します。
 標準電波の受信範囲は、各送信所を中心として約 1,500km 以内です。

参考

- 標準電波の受信範囲内でも地形、天候、時期(季節)、時刻、無線ノイズの影響により受信できないことがあります。
- ホーム都市が電波受信に対応していない都市の場合、標準電波の受信はできません。

自動で標準電波を受信する

午前 12 時(深夜 12 時)から午前 5 時の間に標準電波を受信して、自動で時刻や日付を合わせます。1 日 1 回受信に成功すれば、その日は自動受信をしません。

- 窓際のような受信に適した場所に時計を置きます。
 - 標準電波を受信中は、[▲]が点滅します。
 - 受信に成功すると、自動的に時計の時刻と日付が合い、時刻モードに戻ります。

参考

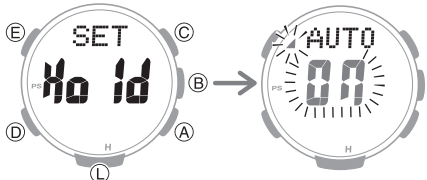
- 受信には約 2 分から約 10 分かかります。最大で約 20 分かかる場合もあります。

自動受信のオン/オフ設定

自動受信の設定をオフにして自動受信機能を停止させることができます。

参考

- 電波の受信に対応している都市をホーム都市に設定している場合は、自動受信のオン/オフ設定ができます。
[標準電波の受信範囲](#)

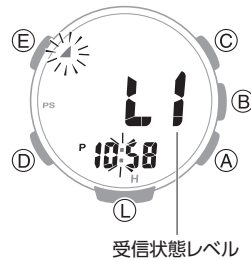
- 受信モードにします。
[モードを切り替える](#)
 - E ボタンを 2 秒以上押し続け、[AUTO]が表示されたら指を離します。
 [On]または[OFF]が点滅します。
- 
- A ボタンを押して、自動受信をオンまたはオフに設定します。
 [On]:自動受信機能がオンになります。
 [OFF]:自動受信機能がオフになります。
 - E ボタンを押して、設定を終了します。

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。

手で標準電波を受信する

- 窓際のような受信に適した場所に時計を置きます。
- 受信モードにします。
[モードを切り替える](#)
- A ボタンを 2 秒以上押し続け、[▲]が点滅したら指を離します。
 標準電波の受信が始まります。標準電波を受信すると、時計の時刻と日付が合います。



- 電波の受信中は、受信状態レベル([L1]、[L2]、[L3])を表示します。
[受信状態のレベル表示について](#)

参考

- 受信には約 2 分から約 10 分かかります。最大で約 20 分かかる場合もあります。
- 昼間よりも夜間のほうが標準電波を受信しやすくなります。
- ホーム都市が電波受信に対応していない都市の場合、標準電波の受信はできません。

受信状態のレベル表示について

電波を受信しているとき、受信状態を以下のように表示します。レベル表示を確認し、電波の受信状態が最も安定する所に時計を置いてください。



参考

- 受信の条件が良好な場合でも、受信状態が安定するまで約 10 秒かかります。
- 天候、時間、環境などの影響で受信状態は変化します。

前回の時刻合わせ結果を確認する

- 受信モードにします。
[モードを切り替える](#)
 最後に受信した日付と時刻を表示します。



受信のご注意

- 電波の受信による時刻合わせができないときは、平均月差±15秒の精度で動きます。
- 電波を受信して時刻合わせをするときに、時計内部の演算処理などにより若干(1秒未満)のずれが発生します。
- 時計が以下の状態のときは、標準電波を受信できません。
 - 充電不足のとき
 - 時刻モード、ワールドタイムモード以外のモードのとき
 - 節電状態レベル2のとき
 - 方位計測、気圧/温度計測、または、高度計測をしているとき
 - 気圧傾向インフォメーションが作動しているとき
 - 登山記録データを計測しているとき
 - タイマーで計測中
 - 電波受信に対応していない都市をホーム都市の地域に設定しているとき
 - 電波の受信範囲外でお使いのとき
- 受信に成功すると、自動的に時計の時刻や日付が合います。ただし、以下のような場合は、サマータイムが正しく反映されません。
 - サマータイム開始日時、終了日時の規定が変わった
- 中国は2021年7月の時点でサマータイム制度を導入していません。今後この制度を導入した場合は、正しい時刻が表示されないことがあります。

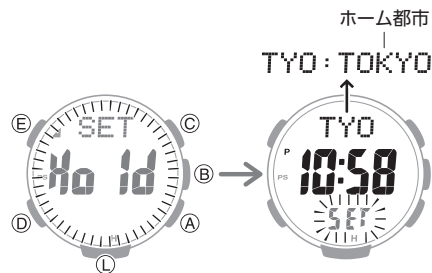
時計を操作して時刻を合わせる

電波の受信による時刻合わせができないときは、時計を操作して日付、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することができます。

1. 時刻モードにします。
 ◯ [モードを切り替える](#)
2. E 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. A または C ボタンを押して、ホーム都市を変更します。
 - A または C 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. D ボタンを押します。
5. A ボタンを押して、サマータイムの設定を変更します。
 A ボタンを押すたびに、以下の順で設定が切り替わります。
 - [AUTO]
 スタンダードタイムとサマータイムが自動で切り替わります。
 - [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. E ボタンを2回押して、設定を終了します。

参考

- サマータイム [AUTO] の設定は、電波を受信可能な都市をホーム都市に設定しているときに有効です。
- 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ず。

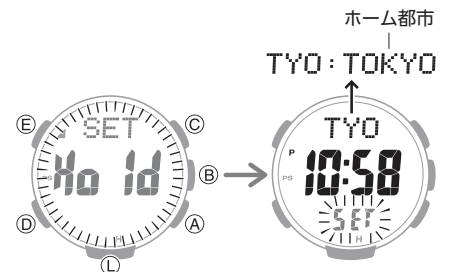
● 日時を設定する

電波を受信できない地域で使用するときは、時刻と日付を手動で合わせます。

重要

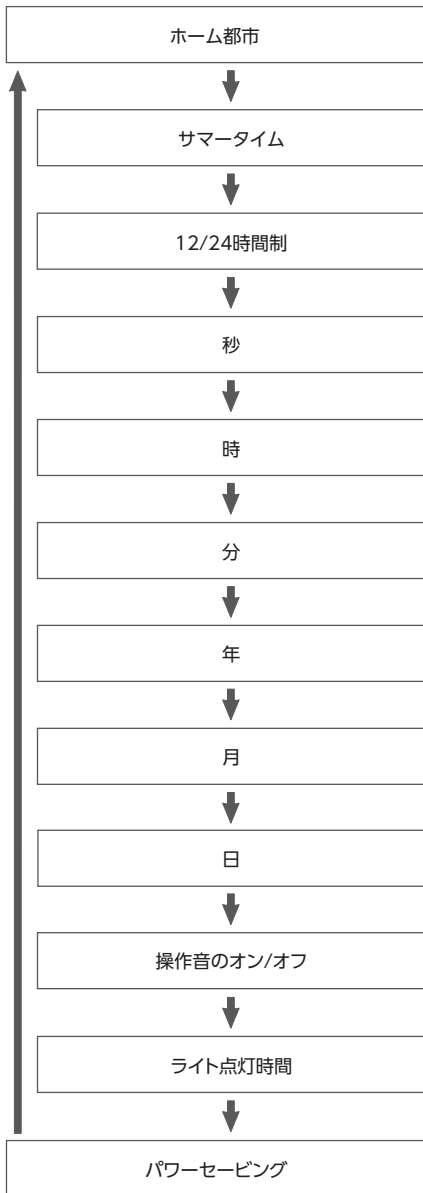
- 電波を受信できる地域で使用しているときは、受信による時刻と日付の修正をおすすめします。
- 時刻と日付を合わせる前に、ホーム都市を設定してください。
 ◯ [ホーム都市を設定する](#)

1. 時刻モードにします。
 ◯ [モードを切り替える](#)
2. E 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. D ボタンを押して、変更したい値を点滅させます。

- D ボタンを押すたびに、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: A 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: A または C ボタンで値を変更します。A または C 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. E ボタンを 2 回押して、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。

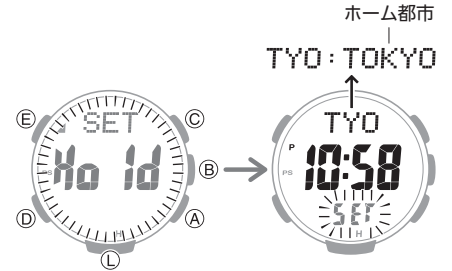
●12 時間制/24 時間制を切り替える

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. E 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。

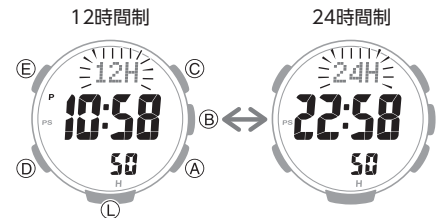


3. D ボタンを 2 回押します。

[12H] または [24H] が点滅します。



4. A 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. E ボタンを 2 回押して、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。

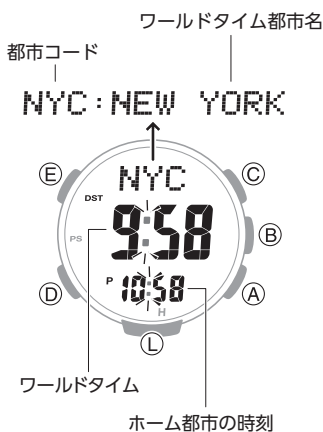


ワールドタイムを確認する

1. ワールドタイムモードにします。

☉ モードを切り替える

[WT] を表示し、1 秒後に現在選択しているワールドタイム都市の都市コードと都市名を示します。



ワールドタイム都市を設定する

ワールドタイムを表示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することができます。

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. A または C ボタンを押して、設定する都市を表示します。

- A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。

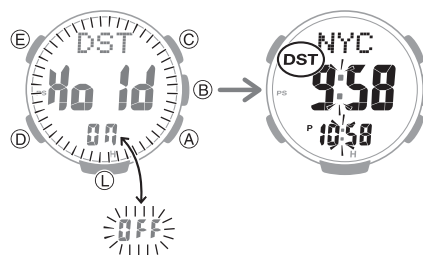
NYC:NEW YORK



3. サマータイムの設定を変更する場合は、E ボタンを 2 秒以上押し続けます。

[DST] [Hold] [On] または [DST] [Hold] [OFF] が点滅した後、設定が切り替わります。

- [DST] [Hold] [On] が点滅するとサマータイムで表示します。
- [DST] [Hold] [OFF] が点滅するとスタンダードタイムで表示します。
- サマータイムの設定をすると、[DST] が点灯します。



参考

- 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。

アラーム・時報

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)

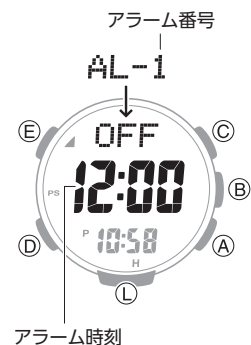


アラームをセットする

1. アラームモードにします。

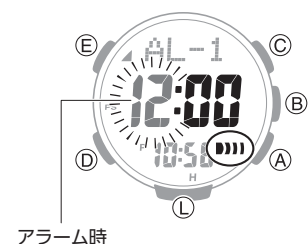
☉ モードを切り替える

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



3. E ボタンを 2 秒以上押し続け、「時」が点滅したら指を離します。

- アラームの設定状態に入ると、■■■■ (アラーム) が点灯します。



アラーム時

4. A または C ボタンを押して「時」を合わせます。

- A または C 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. D ボタンを押します。

「分」が点滅します。



6. A または C ボタンを押して「分」を合わせます。

7. E ボタンを押して、設定を終了します。

参考

- アラームモードのとき、何も操作せず約 3 分間経過すると、自動的に時刻モードに戻ります。

●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

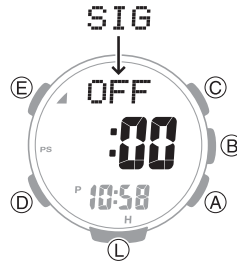
- 設定した時刻になると、音を 10 秒間鳴らしてお知らせします。

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. A または C ボタンを押して、時報 ([SIG]) を表示させます。



3. B ボタンを押して、時報のオン/オフを切り替えます。

- 時報をオンにすると、🔔 (時報) が点灯します。



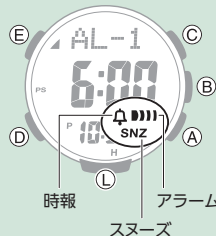
アラームや時報を解除する

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. A または C ボタンを押して、設定をオフにしたいアラームの番号 ([AL-1] ~ [AL-4]、[SNZ]) または時報 (🔔) を表示させます。



3. B ボタンを押して、アラームまたは時報をオフにします。

- B 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、🔔 (アラーム) または 🔔 (時報) が消灯します。



参考

- 🔔 (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、🔔 (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。

方位計測

北の方向や目標の方位を調べることができます。



重要

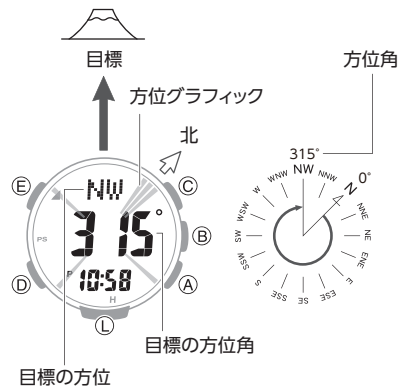
- 正確な計測のために、以下をご覧ください。
- 🕒 方位計測値のずれを補正する
- 🕒 方位計測のご注意

方位を計測する

1. 方位計測モードにします。
🕒 **モードを切り替える**
 - 方位計測モードに切り替えると、計測が始まります。
2. 計測したい目標に時計の12時位置を向けて、水平に保ちます。
目標の16方位と方位角を表示します。
 - 再計測するときは、C ボタンを押します。

方位の見方

方位：N(北)、E(東)、W(西)、S(南)

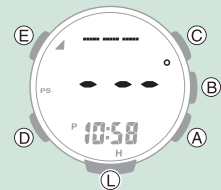


- 方位グラフィックで東西南北を表示します。北方位は3本のグラフィックで表示されます。



参考

- 計測によって示す北方位は磁北です。北方位を真北に変更することもできます。
- 🕒 **北方位を真北に設定する(磁気偏角補正)**
- 🕒 **磁北と真北**
- 最初の計測結果を表示後、約1秒ごとに約60秒間計測が続きます。計測が終わると、方位グラフィックの表示が消えて、目標の方位と方位角の表示が[- -]に変わります。



- C ボタンを押しても、4方位(東西南北)と目標の方位が画面に表示されないときは、4方位の代わりに、ペアリングメモリーに登録した方位が表示されている可能性があります。
- E ボタンを押して、記録した方位を消去してください。
- 🕒 **目標方位を記録する(ペアリングメモリー)**
- 計測中は、オートライト機能でライトを点灯することができません。
- 方位計測中にアラームなどの音が鳴ったときやL ボタンを押してライトを点灯させたときは、一時的に計測が中止します。アラーム音が止まった後、またはライトが消灯した後に計測が再開します。
- 方位計測モードのとき、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。

- 地図の方向と実際の風景を合わせる(整置)
「整置」とは、地図の北方位をコンパス(方位磁針)の北方位に合わせることで、地図の北方位を、この時計で計測した北方位に合わせてください。「整置」をしたら、地図の方向と周囲の風景を見比べて現在地や目的地をご確認ください。
- 現在地や目的地を確認するには、地図を読むための知識と経験が必要です。

目標方位を記録する(ベアリングメモリー)

目標の方位を記録できます。記録した方位を画面に表示すれば、視界がよくないときも目標の方位に進むことができます。

1. 方位計測モードにします。
☞ [モードを切り替える](#)
2. 記録したい目標に時計の12時位置を向けて、水平に保ちます。
3. E ボタンを押します。
時計の12時位置の方向を目標の方位として記録し、方位グラフィックで表示します。



- 記録した方位を消去する場合は、E ボタンを押します。

方位を補正する

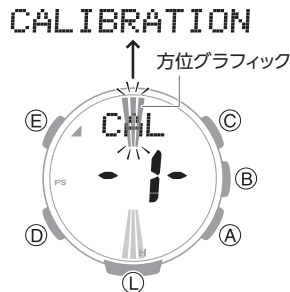
方位計測値のずれを補正する

正確なコンパス(方位磁針)と比較して計測値がずれている場合や登山前に、正しい方位を計測するため、2点補正をしてください。

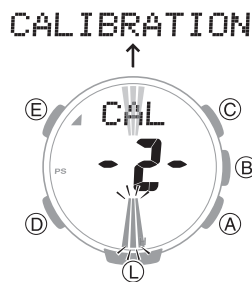
- 強い磁力がある場所では正しく計測や補正ができません。
☞ [方位計測のご注意](#)

2点補正

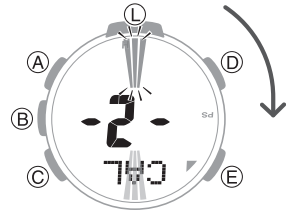
1. 方位計測モードにします。
☞ [モードを切り替える](#)
2. E ボタンを2秒以上押し続け、12時位置で3本の方位グラフィックが点滅し、[CALIBRATION] [-1-] を表示したら指を離します。



3. 時計を水平に保ちながら、C ボタンを押します。
1点目の補正計測が始まり、[- -]が表示されます。補正計測が成功すると、[Turn 180°]が表示され、6時位置で3本の方位グラフィックが点滅します。また、1秒後に[CALIBRATION] [-2-]が表示されます。



4. できるだけ正確に時計を180度回します。



5. C ボタンを押します。
● 2点目の補正計測が始まり、[- -]が表示されます。
● 補正計測が成功すると、[OK]を表示して、方位計測に切り替わります。

参考

- 補正に失敗すると、[ERR] [-1-]が表示されます。その場合は、手順3から補正をやり直してください。

北方位を真北に設定する(磁気偏角補正)

表示される北方位を磁北ではなく真北にする場合は、磁気偏角の方角(東偏または西偏)と角度を設定します。

磁北と真北

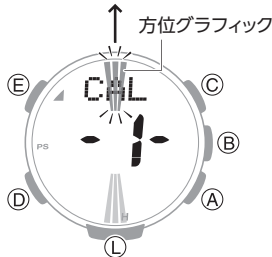
- 磁気偏角は1°(度)単位で、近い方の値を設定してください。
例「7.4°(度)」の場合:「7°(度)」に設定
例「7°40'(7度40分)」の場合:「8°(度)」に設定

参考

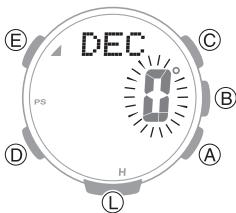
- 「磁気偏角の方角(東偏または西偏)と角度」は、地形図や登山地図のような等高線が描かれた地図に記載されています。また、国土地理院のホームページなどで調べることができます。

- 方位計測モードにします。
モードを切り替える
- E ボタンを2秒以上押し続け、12時位置で3本の方位グラフィックが点滅し、[CALIBRATION] [-1-]を表示したら指を離します。

CALIBRATION



- D ボタンを押します。
[DEC] [0°]が表示されます。



- A (East:東) ボタンまたは C (West:西) ボタンを押して、磁気偏角の方角と角度を設定します。

- A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。

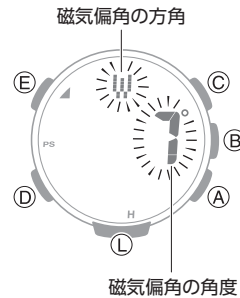
設定範囲:西偏 90°~東偏 90°

[OFF]:磁北

[E]:磁北が真北よりも東(東偏)

[W]:磁北が真北よりも西(西偏)

- 設定を[OFF]に戻すには、A ボタンと C ボタンを同時に押します。



- E ボタンを押して、設定を終了します。

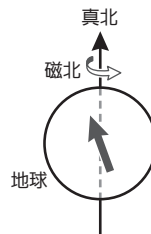
●磁北と真北

北を示す地理用語には磁北と真北の2種類があります。

磁北:コンパス(方位磁針)が示す北

真北:北極点の方向

下図のように、磁北と真北は一致していません。



参考

- 一般に市販されている地図の「北」は真北のことです。

方位計測のご注意

使用場所

強い磁力の近くで計測すると、計測値に誤差が発生します。以下の物から離れてご使用ください。

永久磁石(磁気アクセサリなど)、金属類、高圧線、架線、家庭電化製品(テレビ、パソコン、携帯電話など)

- 室内、特に鉄筋コンクリート構造の建物内では正確な計測はできません。
- 電車、船、飛行機などの乗り物の中では、正確な計測はできません。

保管場所

時計本体が磁気を帯びた場合、方位計測の精度に影響を及ぼす恐れがあります。以下の物の近くには置かないでください。

永久磁石(磁気アクセサリなど)、金属類、家庭電化製品(テレビ、パソコン、携帯電話など)

高度計測

気圧の変化量を計測して、高度を表示します。



重要

- 時計に内蔵の圧力センサーで計測した気圧の変化量を高度に換算します(相対高度計)。そのため、同じ場所で計測しても、気圧が変化すると表示する値も変化します。また、標高や海拔高度とは異なる値を表示することがあります。登山などで使用する場合は、実際に使用する場所の高度(標高)にこまめに補正してから計測することをおすすめします。
 - 高度計測値を補正(オフセット)する
- 標高や海拔高度と計測値の差を少なくするために、以下をご覧ください。
 - 高度計測値を補正(オフセット)する
 - 高度計測のご注意

現在地の高度を確認する

1. 高度計測モードにします。

☞ モードを切り替える

- 高度計測モードの表示方式は、2つのタイプから選ぶことができます。

☞ 画面の表示を切り替える

高度傾向グラフ表示



高度差表示



高度計測モードに切り替えると計測が始まり、現在地の高度が表示されます。

- 最初の約3分間は1秒ごとに、それ以降は設定した間隔で一定時間高度が計測されます(自動計測)。
- 自動計測の間隔を設定する方法は、以下をご覧ください。
 - 自動記録データと登山記録データの計測間隔を設定する
- 再計測する場合は、A ボタンを押します。
- 時刻モードに戻るには、D ボタンを押します。

参考

- 計測範囲:-700m~10,000m(計測単位:1m)
ただし、高度計測値を補正すると、計測範囲は変わります。
- 計測範囲を超えたときは、[- -]が表示されます。

高度傾向グラフ表示の場合



高度差表示の場合

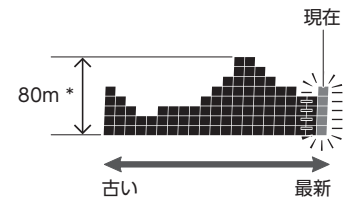


① 現在地の高度

② 高度傾向グラフ

③ 基準点と現在地の高度差

高度傾向グラフの見方



* 1つの■が10m

高度計測値を補正(オフセット)する

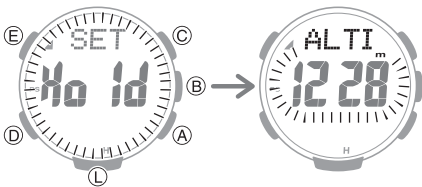
標高と計測値の差を少なくするため、登山の直前など計測の前に高度を補正(オフセット)することをおすすめします。

また、登山の途中でも標高の標識などと照らし合わせてこまめに補正すると、より正確な計測ができます。

参考

- 現在地の標高は、標識、地図、インターネットなどを使って調べることができます。
- 標高と計測値の差が発生する原因には、以下のものがあります。
 - 気圧の変化
 - 大気や標高差による温度変化
- 補正しないで計測すると、標高と計測値の差が大きくなる可能性があります。

1. 高度計測モードにします。
 ◯ **モードを切り替える**
2. E ボタンを2秒以上押し続け、[ALTI]が表示されたら指を離します。
 現在地の高度が表示され、高度オフセットモードになります。



3. A または C ボタンを押して、高度の値を標高や海拔高度に合わせます。
 セット範囲:-10,000~10,000m
 セット単位:1m
 - A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。
 - 高度の設定値を初期設定(工場出荷時)に戻すには、A ボタンと C ボタンを同時に押します。
 - [OFF]が表示されます。
4. E 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。

基準点を設定して高度差を計測する

基準とする場所と移動後の高度差を表示できます。登山やトレッキングのとき、高度基準点を設定すると、基準点からの高度差を表示できます。

画面を高度差表示にしてください。

◯ **画面の表示を切り替える**

1. 地図の等高線を使って、現在地と目的地の高度差を調べます。
2. 現在地の高度を計測します。
 ◯ **現在地の高度を確認する**
3. E ボタンを押して、現在地を高度基準点に設定します。
 高度差が±0mになります。



4. 地図で調べた高度差と画面に表示されている高度差を比較しながら、目的地に向かって進みます。



- 地図で調べた高度差と画面に表示されている高度差が、同じになる地点が目的地付近です。

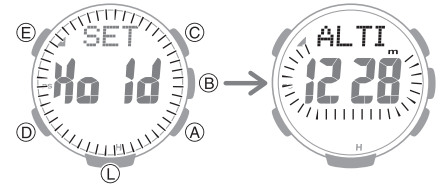
参考

- 高度差の計測範囲(±3,000m)を超えたときは、[-- --]が表示されます。

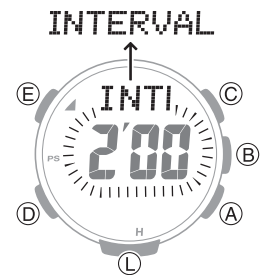
自動記録データと登山記録データの計測間隔を設定する

自動計測の間隔は、5秒または2分から選ぶことができます。

1. 高度計測モードにします。
 ◯ **モードを切り替える**
2. E ボタンを2秒以上押し続け、[ALTI]が表示されたら指を離します。
 現在地の高度が表示されます。



3. D ボタンを押します。
 自動計測の間隔が表示されます。



4. A ボタンを押して、自動計測の間隔を[0'05]または[2'00]から選びます。
 [0'05]:1秒おきに3分間計測後、5秒おきに約1時間計測
 [2'00]:1秒おきに3分間計測後、2分おきに約12時間計測
5. E ボタンを押して、設定を終了します。

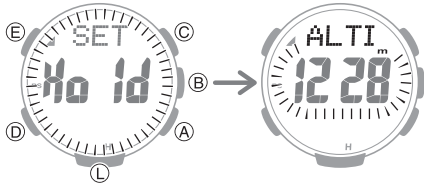
参考

- 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。
- 高度計測モードで、[0'05]に設定したときは約1時間、[2'00]に設定したときは約12時間何も操作しないと時刻モードに戻ります。

画面の表示を切り替える

高度計測モードにしたときに、高度傾向グラフと高度差の表示を切り替えることができます。

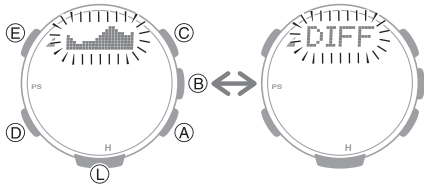
1. 高度計測モードにします。
 ◯ **モードを切り替える**
2. E ボタンを 2 秒以上押し続け、[ALTI] が表示されたら指を離します。
 現在地の高度が表示されます。



3. D ボタンを 2 回押します。
 [DISP] を表示した後、高度傾向グラフまたは [DIFF] (高度差) が点滅します。
4. A ボタンを押して、表示を切り替えます。
 A ボタンを押すたびに、高度傾向グラフと高度差の表示が切り替わります。

高度傾向グラフ表示

高度差表示



5. E 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。

高度を記録する

計測した高度データを記録することができます。

高度データには、手動記録データ、自動記録データ、登山記録データの 3 種類があります。

- 記録したデータの確認や削除は、高度記録の確認モードでできます。
 ◯ **高度記録の確認**

●手動記録データ

計測した高度とともに日付、時刻を記録します。計測データは 30 本まで記録でき、記録した順に [-01-] から [-30-] の番号がつけます。

1. 高度計測モードにします。
 ◯ **モードを切り替える**
2. [REC] が点滅から点灯に変わるまで 2 秒以上、A ボタンを押し続けます。
 高度と日時が記録されます。
 • 指を離さずに A ボタンを押し続けると、登山記録のオン/オフに進みますのでご注意ください。



参考

- 31 本目のデータを記録すると、一番古いデータが消去されます。

●自動記録データ

高度計測モードにすると、一定間隔で高度データを自動記録します。自動記録データのメモリーは 1 つです。データには、計測したときの月日・時刻と高度 (最高/最低高度、積算上昇/下降高度) を記録します。

- ◯ **自動記録データと登山記録データの内容**
- 計測間隔は選ぶことができます。
 ◯ **自動記録データと登山記録データの計測間隔を設定する**

参考

- 高度計測モード以外のモードに切り替えると、自動計測が終了します。高度計測モードに再び切り替えると、その時点から前回の記録に引き続き積算計測が再開します。

●登山記録データ

登山記録を開始すると、高度計測モードから他のモードに切り替えても、一定間隔で高度データを自動的に記録します。データには、計測した月日・時刻、高度 (最高/最低高度、積算上昇/下降高度) を記録します。

計測データは、14 本まで記録でき、記録した順に [Mt.1] から [Mt.14] の番号がつけます。
 ◯ **自動記録データと登山記録データの内容**

- 計測開始から最大 12 時間、他のモードに切り替えても一定間隔で高度を計測し、自動的に記録を更新します。
- 計測間隔は選ぶことができます。
 ◯ **自動記録データと登山記録データの計測間隔を設定する**
- 充電不足になると、自動的に記録を停止します。

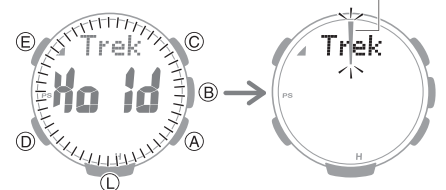
参考

- 登山記録データは、最大 14 本分の登山について、最高地点、最低地点、積算での上昇/下降高度の計測を記録することができます。

●計測を開始する

1. 高度計測モードにします。
 ◯ **モードを切り替える**
2. A ボタンを 5 秒以上押し続け、[Trek] と登山グラフィックが表示されたら指を離します。
 高度 (最高/最低高度、積算上昇/下降高度) の記録を開始します。

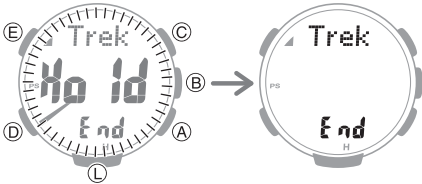
登山グラフィック



- 記録中は外周の登山グラフィックが点滅または点灯します。1 つのグラフィックは 12 分、一周で 12 時間を表します。

●計測を停止する

1. 高度計測モードにします。
 ① **モードを切り替える**
2. A ボタンを 5 秒以上押し続け、[Trek]
 [END]が表示されたら指を離します。
 高度(最高/最低高度、積算上昇/下降高度)
 の記録を停止します。

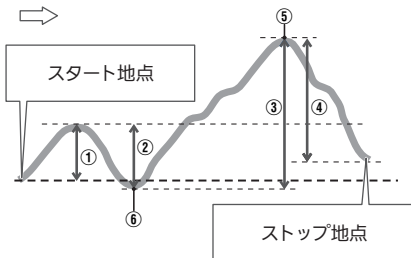


参考

- 15 本目のデータを記録したいときは、記録済みのデータを消去してください。
 ① **特定のデータを消去する**

●自動記録データと登山記録データの内容

自動記録データと登山記録データでは、以下の高度データが記録されます。



最高高度 (MAX) : ⑤

最低高度 (MIN) : ⑥

積算上昇高度 (ASC) : ①+③*

積算下降高度 (DSC) : ②+④*

* 計測値に 15m 以上の高度差が生じたときに記録されます。

参考

- 自動記録データは、高度計測モード以外のモードに切り替えると、自動計測が終了します。高度計測モードに再び切り替えると、その時点から前回の記録に引き続き積算計測が再開します。
- 登山記録データは、高度計測モード以外のモードに切り替えても、そのまま自動計測を続けます。

高度計測のご注意

温度の影響について

高度を計測するときは、以下のように、できるだけ時計自体の温度を一定に保ってください。温度変化の影響を受けると多少の誤差が出ることがあります。

- 腕につけたままで計測する
- 温度が安定した場所で計測する

高度計測について

- スカイダイビング、ハンググライダー、パラグライダーをしているとき、またはジャイロコプター、グライダーのように短時間で高度が変化する場合は、使用しないでください。
- この時計で計測した高度を、専門的または産業レベルで利用しないでください。
- 航空機内では、機内の気圧で高度を計測するため、機内でアナウンスされる高度と一致しません。

高度計測のしくみ(相対高度)

この時計では、国際民間航空機関 (ICAO) が定めている国際標準大気 (ISA) の定義をもとに、「相対高度」を表示します。一般的には、高度が上がると気圧は低くなります。

以下の条件下では、正しい計測ができない場合があります。

- 気象条件により、大気圧に変化が生じたとき
- 気温の変化が大きいとき
- 時計が強い衝撃を受けたとき

気圧/温度計測

現在地の気圧と温度を確認できます。



重要

- 正確な計測のために、以下をご覧ください。
 ① **気圧計測値と温度計測値を補正(オフセット)する**
 ② **気圧、温度計測のご注意**

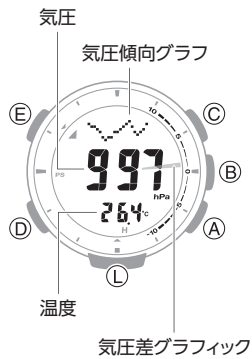
気圧と温度を計測する

1. 気圧/温度計測モードにします。

モードを切り替える

気圧/温度計測モードに切り替えると計測が始まり、現在の気圧と気圧傾向グラフ、温度が表示されます。

- 気圧/温度計測モードに切り替えてから3分間は約5秒ごとに計測されます。それ以降は、約2分ごとに計測されます。



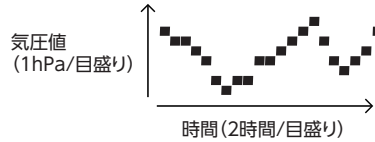
- 再計測する場合は、B ボタンを押します。
- 時刻モードに戻るには、D ボタンを押します。

参考

- 気圧/温度計測モードで、約1時間何も操作しないと時刻モードに戻ります。
- 計測範囲は以下の通りです。計測範囲を超えた場合は、[- -]が表示されます。
気圧計測: 260hPa~1,100hPa
温度計測: -10.0°C~60.0°C

気圧の変化を確認する

この時計は、2時間ごとの気圧をグラフで表示します。過去42時間分の気圧の変化をグラフで見ることができます。グラフ右端の■が最新の気圧値です。



●今後の天気を予想する

表示	意味
	グラフが上昇しているときは、気圧が上がり傾向(天気がよくなる)という目安になります。
	グラフが下降しているときは、気圧が下がり傾向(天気が悪くなる)という目安になります。

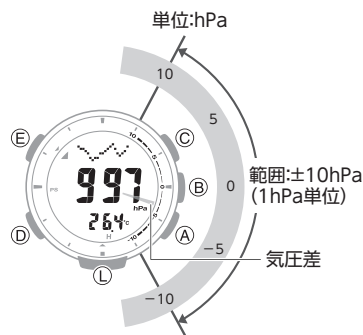
参考

- 気圧や高度が大きく変化すると、過去のデータがグラフ表示領域から外れて見えなくなることがあります(見えなくてもデータは存在しています)。

気圧差を確認する(気圧差グラフィック)

気圧/温度計測モードで計測された現在の値と、2時間ごとに自動計測された最新の値の差をグラフィックで表示します。

例: 気圧差が-3hPaの場合



参考

- 気圧差が±10hPaを超えた場合や、気圧の計測値が計測範囲を超えたときは、気圧差グラフィックは表示しません。

気圧の急激な変化を知らせる

注意すべき気圧の変化(急降下、急上昇、低気圧通過、高気圧通過)を時計が検知したときに、音でお知らせすることができます。また、気圧/温度計測モードや、時刻モードで気圧傾向グラフを表示しているときは、画面に矢印が点滅で表示されます。このような告知を気圧傾向インフォメーションと呼びます。

表示	意味
	気圧が急激に下降した
	気圧が急激に上昇した
	気圧が上昇を続けた後、下降に転じた
	気圧が下降を続けた後、上昇に転じた

重要

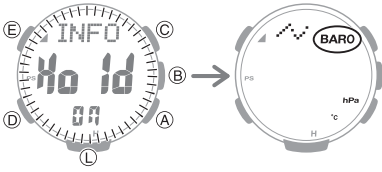
- 正しく計測するため、高度に変化がない場所で、気圧傾向インフォメーションをオンにしてください(例: 山小屋やテント滞在時、海上)。
- 高度に変化があると、気圧も変化します。そのため、正しい計測ができません。登山などで昇降するときは計測しないでください。

1. 気圧/温度計測モードにします。

☉ **モードを切り替える**

2. B ボタンを 2 秒以上押し続けます。

気圧傾向インフォメーションがオンになると、[INFO] [Hold] [On] が点滅した後、[BARO] が点灯します。



3. 気圧傾向インフォメーションをオフにする場合は、再度 B ボタンを 2 秒以上押し続けます。

[INFO] [Hold] [OFF] が点滅した後、[BARO] が消灯します。

参考

- 気圧傾向インフォメーションをオンにすると、気圧/温度計測モード以外のモードのときでも 2 分ごとに気圧を計測します。
- 気圧傾向インフォメーションをオンにしてから 24 時間経過すると、自動でオフに戻ります。
- 気圧傾向インフォメーションがオンのときは、電波を受信しません。また、パワーセービング機能が動きません。
☉ **節電 (パワーセービング機能)**
- 充電不足のときは、気圧傾向インフォメーションをオンにすることはできません。
- 充電不足になると、気圧傾向インフォメーションは自動的にオフになります。

気圧計測値と温度計測値を補正 (オフセット) する

内蔵の圧力センサーと温度センサーは、工場出荷時に調整されているため、通常は補正の必要がありません。ただし、計測値に大きなずれが発生したときは、表示を補正できます。

重要

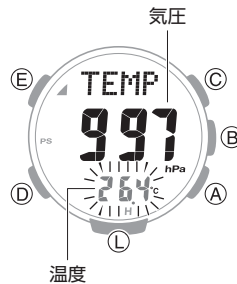
- 補正を誤ると正しい計測結果が得られません。正確な気圧計、正確な温度計と照らし合わせて正しい数値に補正してください。
- 温度センサーを調整する場合は、時計を腕から外し、時計本体が周囲の温度になじむまで 20~30 分待ってから補正してください。

1. 気圧/温度計測モードにします。

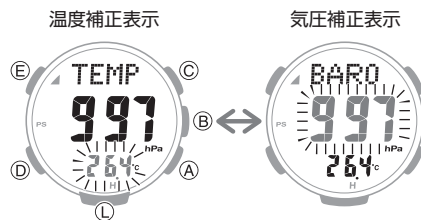
☉ **モードを切り替える**

2. E ボタンを 2 秒以上押し続け、[TEMP] を表示したら指を離します。

温度が点滅します。



3. D ボタンを押して、温度補正または気圧補正の表示を選びます。



4. A または C ボタンを押して、値を変更します。

温度セット単位: 0.1°C

気圧セット単位: 1hPa

- A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。
- 工場出荷時の値に戻すには、A ボタンと C ボタンを同時に押します。

5. E 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。

気圧、温度計測のご注意

●気圧計測のご注意

- この時計で計測した気圧傾向グラフは、天候を予測する際の目安として使用できます。ただし、公式の天気予報や報道活動では、精密機器として使用しないでください。
- 圧力センサーは、急激な温度の変化に影響を受ける場合があります。その結果、計測した数値に多少の誤差が出ることがあります。

●温度計測のご注意

- 温度計測は体温、直射日光、湿気の影響を受けます。正確な温度を計測するためには、腕から時計を外して水分を拭き取り、換気が良く直射日光の当たらない所に置いてください。約 20～30 分で周囲の温度を計測できます。

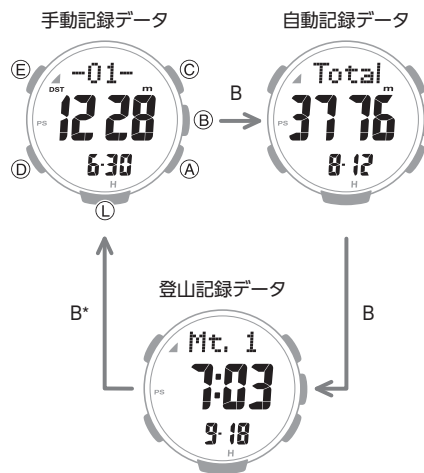
高度記録の確認

高度記録の確認モードでは、高度計測で記録した手動記録/自動記録/登山記録のデータを見ることができます。

☉ **高度を記録する**

記録したデータを見る

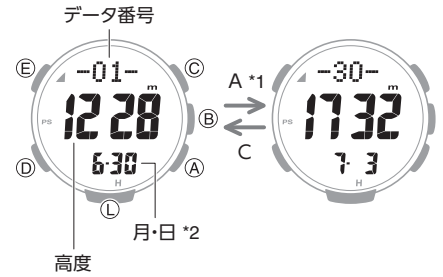
1. 高度記録の確認モードにします。
☉ **モードを切り替える**
高度計測モードで記録したデータの 1 つが表示されます。
2. B ボタンを押して、手動記録データ、自動記録データ、または登山記録データを選びます。



* 登山記録データは、B ボタンを押すごとに、1 ([Mt.1]) から最大で 14 ([Mt.14]) まで選ぶことができます。

3. A または C ボタンを押して、表示するデータを切り替えます。
 - A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。

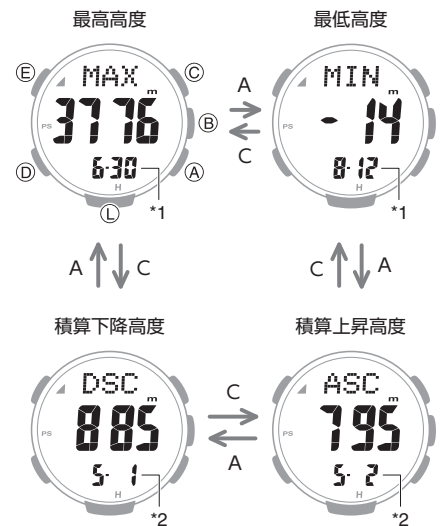
●手動記録データ ([-01-]～[-30-])



*1 手動記録データは、ボタンを押すごとに 1 ([-01-]) から最大で 30 ([-30-]) まで選ぶことができます。

*2 月日と時刻の表示が 1 秒ごとに切り替わります。

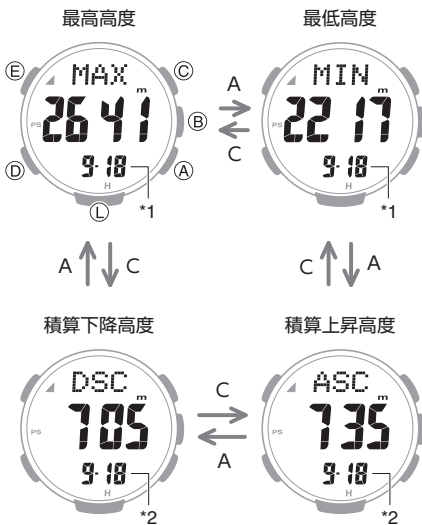
●自動記録データ



*1 記録した日付と時刻の表示が 1 秒ごとに切り替わります。

*2 積算を開始した日付と年の表示が 1 秒ごとに切り替わります。

●登山記録データ ([Mt.1]～[Mt.14])



*1 記録した日付と時刻の表示が1秒ごとに切り替わります。

*2 積算を開始した日付と年の表示が1秒ごとに切り替わります。

参考

- データ消去後やエラーなどでデータがない場合は、[- - -]または[0]が表示されます。
- 積算上昇高度(ASC)または積算下降高度(DSC)が99,999mを超えると、0から積算します。
- 高度記録の確認モードのとき、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。

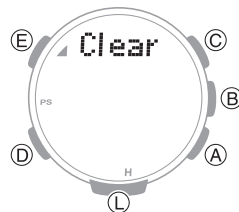
データを消去する

参考

- 登山記録データを計測中のときは、データを消去できません。

●特定のデータを消去する

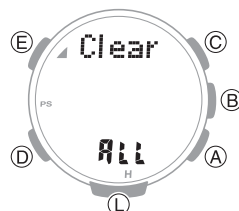
1. 高度記録の確認モードにします。
 ○モードを切り替える
2. B ボタンを押して、消去するデータを選びます。
 ●手動記録データを選んだ場合は、さらに A または C ボタンを押して消去するデータを選びます。
3. E ボタンを2秒以上押し続け、[Clear]が点滅から点灯に変わったら指を離します。
 選んだデータが消去されます。



- 手動記録データを選んだ場合、E ボタンを5秒以上押し続けると、すべての手動記録データが消去されますので、ご注意ください。

●すべての手動記録データを消去する

1. 高度記録の確認モードにします。
 ○モードを切り替える
2. B ボタンを押して、手動記録データを選びます。
3. E ボタンを5秒以上押し続け、[Clear] [ALL]が点滅から点灯に変わったら指を離します。
 すべての手動記録データが消去されます。



日の出/日の入り時刻

設定した日にち(年、月、日)、場所の日の出と日の入り時刻を確認できます。



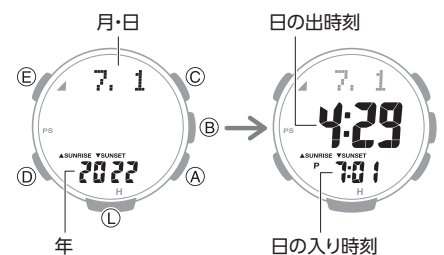
日の出/日の入り時刻を調べる

1. 日の出/日の入りモードにします。
 ○モードを切り替える
 ホーム都市の今日の日の出と日の入り時刻を表示します。



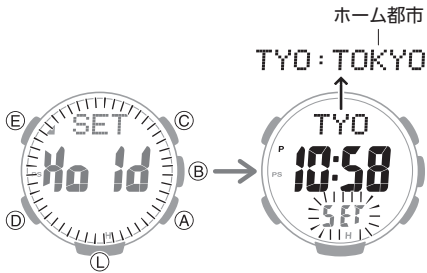
日にちを指定して日の出/日の入り時刻を調べる

1. 日の出/日の入りモードにします。
 ○モードを切り替える
2. A または C ボタンを押して、日にちを設定します。
 設定した日にちの日の出と日の入り時刻が表示されます。
 ●A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。



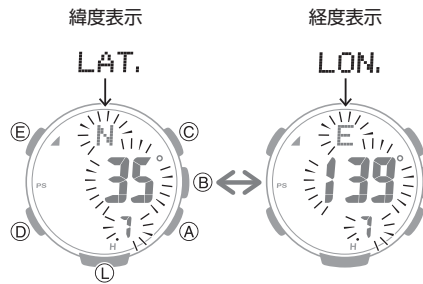
場所を指定して日の出/日の入り時刻を調べる

1. 時刻モードにします。
 ① モードを切り替える
2. E 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. A または C ボタンを押して、日の出/日の入り時刻を調べたい場所の都市を設定します。
 - A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。
 - 緯度や経度を設定する必要がない場合は、E ボタンを 2 回押しして、手順 8 に進みます。
4. E ボタンを押します。
 緯度または経度の設定画面が表示されます。

5. D ボタンを押して、緯度表示または経度表示の設定画面を選びます。



6. A または C ボタンを押して、角度を設定します。
 設定範囲は以下のとおりです。
 緯度: 65.0°S (南緯 65.0 度) ~ 0.0°N ~ 65.0°N (北緯 65.0 度)
 経度: 179.9°W (西経 179.9 度) ~ 0.0°E ~ 180.0°E (東経 180.0 度)
 - 0.1°単位で設定できます。
 - A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。
7. E ボタンを押して、時刻モードに戻ります。
8. D ボタンを押します。
 設定した場所の日の出/日の入り時刻を表示します。

重要

- 日の出/日の入り時刻を調べる場所にホーム都市以外の都市を設定した場合は、操作終了後にホーム都市を設定し直してください。そのまま使用すると、正しい時刻が表示されません。
 ① ホーム都市を設定する

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。

ストップウォッチ

1/10 秒単位で 999 時間 59 分 59 秒 9 まで計測できます。

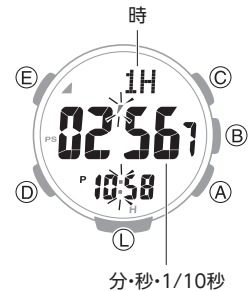
通常の計測のほかに、スプリットタイムも計測できます。



計測する

1. ストップウォッチモードにします。
 ① モードを切り替える
2. 以下の操作で計測します。

- ① スタート
- ↓
- ① ストップ
- ↓
- ① 再スタート
- ↓
- ① ストップ



3. C ボタンを押して、計測をリセットします。

スプリットタイムを計測する

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。

- ① スタート
- ↓
- ② スプリット
- ↓
- ③ スプリット解除
- ↓
- ④ ストップ



3. C 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

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。

- ① スタート
- ↓
- ② 1着ゴール*
- ↓
- ③ 2着ゴール*

* 1 着の計測値が表示されます。



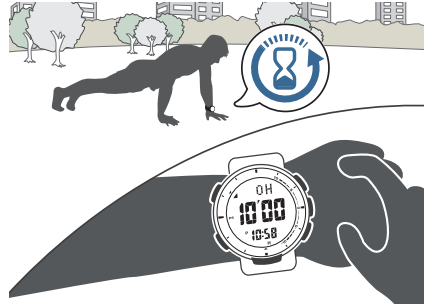
3. C ボタンを押して、2 着の計測値を表示します。

4. C 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 分単位で 24 時間まで設定できます。

1. タイマーモードにします。
🔄 **モードを切り替える**
2. E ボタンを 2 秒以上押し続け、「時」が点滅したら指を離します。



3. A または C ボタンを押して、タイマーの「時」を設定します。

- A または C ボタンを押し続けると、早送りできます。

4. D ボタンを押します。

「分」が点滅します。



5. A または C ボタンを押して、タイマーの「分」を設定します。

6. E 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。
- 「0H00'00」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。
🔄 **モードを切り替える**



2. 以下の操作で計測します。

- ① スタート
- ↓
- (計測開始)
- ↓
- ② 一時停止
- ↓
- ③ 再スタート
- ↓
- (タイムアップ)

- 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 C 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。

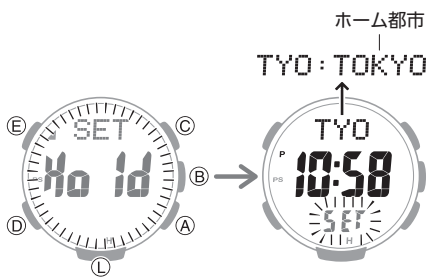
その他の設定

時計の各種設定を変更できます。

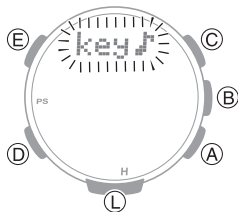
ボタンの操作音を設定する

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。

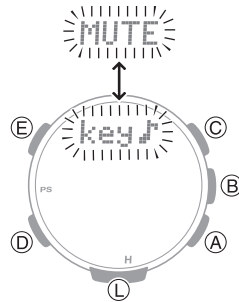
1. 時刻モードにします。
🔄 [モードを切り替える](#)
2. E ボタンを 2 秒以上押し続け、現在設定しているホーム都市が表示されたら指を離します。



3. D ボタンを 9 回押します。
 [key ♪] または [MUTE] が点滅します。



4. A 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。



5. E ボタンを 2 回押して、設定を終了します。
 • 操作音が鳴らないように設定すると、 が表示されます。

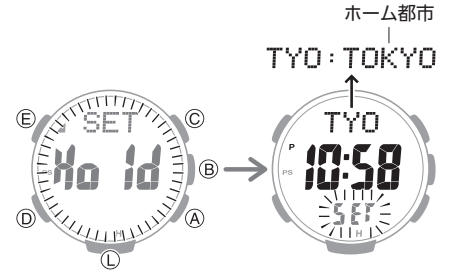


参考

- 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。

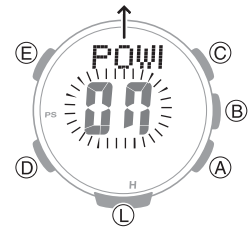
パワーセービング機能を設定する

1. 時刻モードにします。
🔄 [モードを切り替える](#)
2. E 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. D ボタンを 11 回押します。
 [POWER SAVING] が表示されます。

POWER SAVING



4. A 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。
5. E ボタンを 2 回押して、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	
LIS: LISBON *	リスボン	0
LON: LONDON *	ロンドン	
MAD: MADRID *	マドリード	
PAR: PARIS *	パリ	
ROM: ROME *	ローマ	+1
BER: BERLIN *	ベルリン	
STO: STOCKHOLM *	ストックホルム	
ATH: ATHENS *	アテネ	
CAI: CAIRO	カイロ	+2
JRS: JERUSALEM	エルサレム	
MOW: MOSCOW *	モスクワ	+3
JED: JEDDAH	ジェッダ	
THR: TEHRAN	テヘラン	+3.5
DXB: DUBAI	ドバイ	+4
KBL: KABUL	カブール	+4.5
KHI: KARACHI	カラチ	+5
DEL: DELHI	デリー	+5.5
KTM: KATHMANDU	カトマンズ	+5.75
DAC: DHAKA	ダッカ	+6
RGN: YANGON	ヤンゴン	+6.5
BKK: BANGKOK	バンコク	+7
SIN: SINGAPORE	シンガポール	
HKG: HONG KONG *	香港	
BJS: BEIJING *	北京	+8
TPE: TAIPEI *	台北	

都市		UTC からの時差
SEL: SEOUL *	ソウル	
TYO: TOKYO *	東京	+9
ADL: ADELAIDE	アデレード	+9.5
GUM: GUAM	グアム	
SYD: SYDNEY	シドニー	+10
NOU: NOUMEA	ヌーメア	+11
WLG: WELLINGTON	ウェリントン	+12
PPG: PAGO PAGO	パゴパゴ	-11
HNL: HONOLULU *	ホノルル	-10
ANC: ANCHORAGE *	アンカレジ	-9
YVR: VANCOUVER *	バンクーバー	
LAX: LOS ANGELES *	ロサンゼルス	-8
YEA: EDMONTON *	エドモントン	
DEN: DENVER *	デンバー	-7
MEX: MEXICO CITY *	メキシコシティ	
CHI: CHICAGO *	シカゴ	-6
NYC: NEW YORK *	ニューヨーク	-5
SCL: SANTIAGO	サンティアゴ	
YHZ: HALIFAX *	ハリファックス	-4
YYT: ST. JOHN'S *	セントジョンズ	-3.5
RIO: RIO DE JANEIRO	リオデジャネイロ	-3
FEN: F. DE NORONHA	フェルナンド・デ・ノローニャ	-2
RAI: PRAIA	プライア	-1

* 標準電波を受信できる都市です。

- この表は 2022 年 1 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:

電波受信による時刻合わせができない場合は、平均月差±15 秒

基本機能:

時・分・秒・月・日・曜日
気圧傾向グラフ
午前/午後 (P) /24 時間制表示
フルオートカレンダー (2000~2099 年)

電波受信機能:

自動受信・手動受信
受信日時確認機能
サマータイム自動切り替え
受信局自動選択機能 (JJY、MSF/DCF77 で対応)
受信電波 コールサイン:
JJY (40kHz/60kHz)、WWVB (60kHz)、
MSF (60kHz)、DCF77 (77.5kHz)、BPC (68.5kHz)
自動受信オン/オフ切り替え機能

方位計測機能:

計測範囲 0°~359°
計測単位 1°
方位連続計測 (1 分)
方位補正機能 (2 点補正、磁気偏角補正)
東西南北を表示 (4 方位グラフィック)
ペアリングメモリー機能

高度計測機能 (相対高度計):

計測範囲 -700m~10,000m
表示範囲 -10,000m~10,000m
(高度補正により、上記の範囲内で、任意の 10,700m の表示が可能)
計測単位 1m
計測間隔 2 分/5 秒
高度補正機能
高度傾向グラフ
高度差計測機能 -3,000m~+3,000m
基準高度設定機能
高度メモリー機能
手動記録データ
ボタン操作で高度、月日、および時刻を最大 30 本メモリー
自動記録データ
最高高度、最低高度、積算上昇高度、積算下降高度を 1 本メモリー
登山記録データ
最高高度、最低高度、積算上昇高度、積算下降高度を最大 14 本メモリー

気圧計測機能:

計測範囲 260hPa~1,100hPa
表示範囲 260hPa~1,100hPa
計測単位 1hPa
気圧調整機能
気圧傾向グラフ
気圧差グラフィック
気圧傾向インフォメーション

温度計測機能:

計測範囲 -10.0°C~60.0°C
表示範囲 -10.0°C~60.0°C
計測単位 0.1°C
温度調整機能

センサー精度:

方位
計測精度 ±10°以内
精度保証温度範囲 10°C~40°C
方位グラフでは±2 目盛以内
圧力
計測精度 ±3hPa 以内
(高度計測精度 ±75m 以内)
精度保証温度範囲 -10°C~40°C

- 強い衝撃を与えたり、極端な温度環境下に放置したりすると、精度に対して悪影響を与えることがあります。

温度
計測精度 ±2°C 以内
精度保証温度範囲 -10°C~60°C

日の出/日の入り機能:

日の出/日の入り時刻表示
日付セレクト機能

ストップウォッチ機能:

計測単位 1/10 秒
計測範囲
999 時間 59 分 59 秒 9(1000 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

タイマー機能:

セット単位 1 分
計測範囲 24 時間
計測単位 1 秒
タイマー報音時間 10 秒間

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

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

その他:

高輝度 LED ライト (フルオートライト、残照機能、残照時間切り替え (1.5 秒/3 秒))、パワーセービング機能、充電量の表示 (バッテリーインジケーター)、操作音オン/オフ

使用電池:

二次電池
持続時間 約 6 か月
使用条件:
ライト点灯 1.5 秒/日
電子音 10 秒/日
方位計測 20 回/月
登山 1 回/月 (高度計測 約 1 時間、気圧傾向インフォメーション計測 約 24 時間)
気圧傾向グラフ 2 時間おきに計測
電波受信 4 分/日
表示点灯 18 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

電波受信 (標準電波)

Q1 電波を受信できない

時計は充電されていますか?

充電不足の場合は、電波を受信できません。充電量が回復するまで光を当ててください。

↓ [充電する](#)

時計は時刻モードまたはワールドタイムモードになっていますか?

時刻モードまたはワールドタイムモード以外のモードのときは電波を受信できません。時刻モードまたはワールドタイムモードに切り替えてください。

↓ [モードを切り替える](#)

ホーム都市は正しく設定されていますか?

ホーム都市が間違っていると、正しい時刻を表示しません。ホーム都市を正しく設定してください。

↓ [ホーム都市を設定する](#)

それでも電波を受信できない

時計が以下の状態のときは、標準電波を受信できません。

- 節電状態レベル 2 のとき
- タイマー計測中

受信に成功しないときは、時刻や日付を手動で合わせてください。

Q2 電波の受信が成功しない

受信に適した場所ですか？

周辺の環境を確認し、電波を受信しやすい所で受信してください。

☞ [受信に適した場所](#)

受信中は時計に触れるのを控えていますか？

受信中はできるだけ時計を動かしたり、操作したりしないでください。

受信中はアラームが鳴らない設定ですか？

受信中にアラームが鳴ると受信が中止します。アラームをオフにしてください。

☞ [アラームや時報を解除する](#)

送信所から電波が送信されていますか？

送信所から標準電波が送信されていない可能性があります。
独立行政法人情報通信研究機構 (NICT) 日本標準時グループのホームページ等をご確認ください。

Q3 受信に成功したはずなのに、時刻や日付が合わない

時刻や日付を手動で合わせてください。

☞ [時計を操作して時刻を合わせる](#)

高度計測

Q1 同じ場所なのに計測値が異なる 標高や海拔高度と計測値に差がある 正確な高度計測ができない

時計に内蔵されている圧力センサーで計測した気圧の変化量を、高度に換算しています。そのため、同じ場所で計測しても、気圧が変化すると表示される値が変わります。また、標高や海拔高度とは異なる値が表示されることがあります。登山などで使用する場合は、実際に使用する場所の高度(標高)に、こまめに補正してから計測されることをおすすめします。

☞ [高度計測値を補正\(オフセット\)する](#)

Q2 計測中に [ERR] が表示された

センサーの異常の可能性があります。再度計測してください。

何回か計測しても [ERR] が表示される場合は、「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)にご相談ください。

方位計測

Q1 画面の表示全体が点滅している

異常磁気を検出しました。強い磁力がある場所から離れて、再計測してください。

☞ [方位計測のご注意](#)

- 再計測しても画面の表示が点滅する場合は、時計本体が磁気を帯びている可能性があります。強い磁力がある場所から離れてから2点補正をした後、計測してください。

☞ [方位計測値のずれを補正する](#)

Q2 計測中に [ERR] が表示された

センサー異常時、または強い磁力の近くで計測したときに表示されます。強い磁力がある場所から離れて、再度計測してください。何回か計測しても [ERR] が表示される場合は、「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)にご相談ください。

☞ [方位計測のご注意](#)

Q3 2点補正実施後、[ERR] が表示された

[ERR] が表示された場合、センサーの異常が考えられます。

- [ERR] 表示が約1秒後に消えた場合、もう一度補正してください。
- 何回か操作しても、[ERR] が表示される場合は、「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)にご相談ください。

Q4 予備のコンパス(方位磁針)と比較して、計測した方位が異なる

強い磁力がある場所から離れて、2点補正をした後、計測してください。

☞ [方位計測値のずれを補正する](#)

☞ [方位計測のご注意](#)

Q5 同じ場所で計測結果が異なる 室内で方位を計測できない

強い磁力がある場所から離れて、計測してください。

☞ [方位計測のご注意](#)

気圧計測

Q1 気圧差を計測したとき、気圧差グラフィックが表示されない

気圧計測値が計測範囲内 (260hPa～1,100hPa) を超えた場合や気圧差が±10hPaを超えたときは、気圧差グラフィックを表示しません。[ERR]が表示されたときは、センサーの異常の可能性があります。
 ☞ [気圧差を確認する \(気圧差グラフィック\)](#)

Q2 計測中に [ERR] が表示された

センサーの異常の可能性があります。再度計測してください。何回か計測しても [ERR] が表示される場合は、「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) にご相談ください。

温度計測

Q1 計測中に [ERR] が表示された

センサーの異常の可能性があります。再度計測してください。何回か計測しても [ERR] が表示される場合は、「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) にご相談ください。

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) が正しくない可能性があります。
 ☞ [ワールドタイム都市を設定する](#)

アラーム・時報

Q1 アラームが鳴らない

時計は充電されていますか？

充電量が回復するまで光を当ててください。
 ☞ [充電する](#)

上記以外

アラームがセットされていない可能性があります。アラームをセットしてください。
 ☞ [アラームをセットする](#)

Q2 時報が鳴らない

時計は充電されていますか？

充電量が回復するまで光を当ててください。
 ☞ [充電する](#)

上記以外

時報がセットされていない可能性があります。時報をセットしてください。
 ☞ [時報をセットする](#)

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。

- 電波受信やアラーム・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、回復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/>