

CASIO®

P

5230*JA

取扱説明書

保証書付

5230

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。
ご使用の前に本書の「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。

◆十分に充電してお使いください

ご使用いただく前に、まずは時計の充電状態をご確認ください。



参照 充電量の確認…P.10

この時計の特長

この時計は、次の機能を備えています。

◆光で発電して動きます

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。

→ P.13

◆正確な時刻がわかります

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。

→ P.17

◆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.33

◆ストップウォッチとして使えます

1/100秒単位で60分まで計測できます。

→ P.36

◆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、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。

→ P.38

◆アラームを設定できます

設定した時刻になると、アラーム音を鳴らしてお知らせします。

→ P.40

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

本機をスキューバダイビング（アクアラング）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・バンドは汚れからサビが発生し、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サビ易くなります。

**注意****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・サビ・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。

分解しないでください

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





注意

ご使用にあたって

時計表示の確認は、思わぬ転倒やケガの予防のため、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。

思わぬケガ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。

幼児を抱いたり、接したりする場合は、幼児のケガ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。

オートライト作動時のご使用について

オートライト作動状態のとき、本機を腕につけて自動車などを運転すると、不用意にライトが点灯し、運転の妨げになり危険ですとおやめください。交通事故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
------------------	---

各部の名称について	8
-----------------	---

液晶表示について	9
----------------	---

ご使用になる前に	10
----------------	----

充電量の確認	10
--------------	----

時刻と日付の設定	11
----------------	----

光で充電（ソーラー充電）	13
--------------------	----

充電するには	13
--------------	----

充電不足や充電切れ	14
-----------------	----

充電にかかる時間	15
----------------	----

節電（パワーセービング機能）	15
----------------------	----

自動的に時計を合わせる	17
-------------------	----

電波の受信範囲と条件	18
------------------	----

受信場所	19
------------	----

電波を受信するには	19
-----------------	----

受信のご注意	23
--------------	----

モードの種類と切り替え	24
-------------------	----

各モードでできること	24
------------------	----

モードの切り替え	25
----------------	----

共通機能	26
------------	----

針が液晶表示と重なったら	26
--------------------	----

時刻と日付	28
-------------	----

時刻を合わせる	28
---------------	----

ホーム都市の設定	28
----------------	----

12/24 時間制、時刻、日付の調整	30
--------------------------	----

ワールドタイム	33
---------------	----

他のタイムゾーンの時刻を見る	33
----------------------	----

サマータイム（DST）の設定	34
----------------------	----

ホームタイムとワールドタイムの入れ替え	34	ライト	43
ストップウォッチ	36	ボタンを押して点灯させる	43
ストップウォッチモードを選ぶ	36	自動的に点灯させる（オートライト）	43
計測する	37	ライト点灯時間の切り替え	45
タイマー	38	針のずれ補正	46
計測時間を設定する	38	針のずれを補正する	46
計測する	39	各種の設定	47
タイムアップ音を止める	39	ボタン操作音の ON/OFF	47
アラーム・時報	40	パワーセービング機能の ON/OFF	48
アラームモードを選ぶ	40	故障かな？と思ったときは	49
アラーム時刻を設定する	40	針の動きと表示	49
アラーム・時報の ON/OFF	41	時刻設定	50
アラームのカウントダウン	42	ワールドタイムモード	50
アラーム音を止める	42	充電	50
アラーム音を確認する（モニターアラーム）	42	電波受信	51

主なマークとインジケータ	54
製品仕様	55
ご使用上の注意	59
お手入れについて	62
本製品で使用している電池について	63
金属バンドの駒詰めについて	63
UTC（協定世界時）とタイムゾーン	64
都市コード一覧表	65

本書について

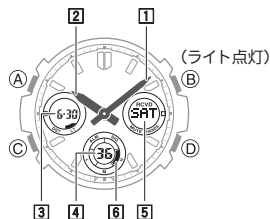
本文中の記号について

-  **注意**：誤った使用方法によるケガ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。

各部の名称について

この時計の操作は、**①**～**④** ボタンを使用します。各部の名称は以下の通りです。

 モードの種類と切り替え…P.24



- ①** 分針
- ②** 時針
- ③** 4 桁デジタル表示部
- ④** 2 桁デジタル表示部
- ⑤** ドット表示部
- ⑥** マーク表示部

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。また、一部を除き、アナログ針を省略しています。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。

なお、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。ご使用になる製品によっては、本書に記載しているイラストの黒い部分（「時刻」、「機能が ON になっているときに点灯するマーク」など）が、「白または他の色で表示される」と置き換えてご覧ください。

※ 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

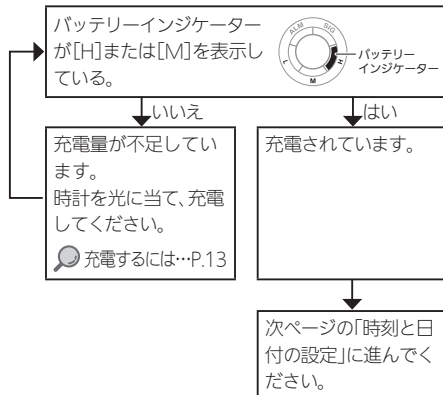
この時計をお使いになるには、「充電」と「時刻と日付の設定」が必要です。

十分に充電し、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.24

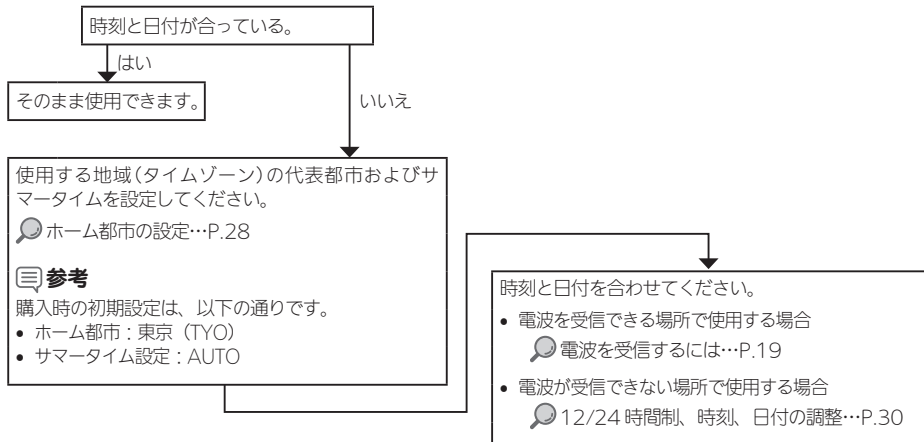
充電量の確認

バッテリーインジケーターの表示で充電の状態を確認してください。



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。



 重要

- この時計を主に日本以外の国で使用する場合は、使用するタイムゾーンを確認してホーム都市およびサマータイム（DST）を設定してください。



UTC（協定世界時）とタイムゾーン…P.64

- ホーム都市とサマータイムを正しく設定しないと、電波を受信しなかったり、受信しても正しい時刻を表示できなくなります。

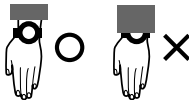
光で充電（ソーラー充電）

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）に充電しながら使用します。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。ご使用の際は、文字板（ソーラーパネル）に光が当たるように心がけてください。

充電するには



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ください。1 ヶ月に 1 回、半日ほど日光に当てて充電すると、より安定した状態で使用できます。



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。

注意

- 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ることがありますので、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。

充電不足や充電切れ

バッテリー（二次電池）の充電状態はバッテリーインジケーターで確認します。充電量が低下してインジケーターの表示が [L] 以下になったときは、使用できる機能が制限されるため、明るい場所に置いて充電してください。

インジケータ表示		充電状態	時計の状態
		良好	通常
		充電不足	[L] および [LOW] が点滅し、以下の機能が使用できなくなります。 ● 電波受信 ● ライト点灯 ● 音（アラームなど） ● 時刻モード以外の機能
			針は 12 時位置のまま、[CHG] のみ表示します。
		充電切れ	機能停止（すべての設定が消去されます。）

✓ 重要

充電切れになると機能が停止し、すべての設定は初期設定（工場出荷時）の状態に戻ります。時刻や日付等、各種設定をする場合は、インジケーターの表示が [M] または [H] になるまで充電してください。

🗨 参考

直射日光や強い光が当たる場所で充電すると、バッテリーインジケーターが一時的に実際の充電量よりも高いレベルを表示することがあります。しばらく充電を続けてから、再び充電状態を確認してください。

充電にかかる時間

充電の目安として、下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

環境（照度）	充電時間
晴れた日の屋外など（50,000 lx）	8 分
晴れた日の窓際など（10,000 lx）	30 分
曇りの日の窓際など（5,000 lx）	48 分
蛍光灯下の室内など（500 lx）	8 時間

◆充電量の回復に必要な時間

環境（照度）	時計が動くまでの充電時間	充電が完了するまでの時間
晴れた日の屋外など（50,000 lx）	3 時間	28 時間
晴れた日の窓際など（10,000 lx）	7 時間	106 時間
曇りの日の窓際など（5,000 lx）	10 時間	170 時間
蛍光灯下の室内など（500 lx）	128 時間	—

☞ 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）

パワーセービング機能とは、午後 10 時から午前 6 時の間に、時計を暗い場所に置いておくと自動的に節電状態になる仕組みです。

節電状態には、レベル 1 とレベル 2 の 2 段階あり、以下の条件によって切り替わります。

節電レベル	節電開始までの所要時間	表示と機能の状態
レベル 1	暗い場所に置いてから約 1 時間	液晶表示以外のすべての機能は作動しています。
レベル 2	レベル 1 の状態が 6 ～ 7 日間継続	節電を解除するまで、針は 12 時位置のまま、すべての機能が停止します。

参考

- 節電状態は、以下の方法で解除します。
 - 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
- 節電状態を解除すると、針は現在時刻を示し、すべての機能が通常通り作動します。
- 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。
- ストップウォッチモードまたはタイマーモードのときは節電状態になりません。
- パワーセービング機能は ON/OFF の切り替えができません。

 パワーセービング機能の ON/OFF…P.48

自動的に時計を合わせる

この時計は、時刻情報をのせた標準電波（以降、電波）を受信することで、正確な時刻と日付を表示します。電波を受信するためには、使用する地域（タイムゾーン）の代表都市をホーム都市として設定しておく必要があります。

参考

- 日本で使用する場合は、購入時の初期設定から変更する必要はありません。購入時の初期設定は以下の通りです。
 - ホーム都市：東京（TYO）
 - サマータイム設定：AUTO
- ホーム都市を設定する
 -  ホーム都市の設定…P.28
- 使用する地域（タイムゾーン）の代表都市を確認する。
 -  UTC（協定世界時）とタイムゾーン…P.64

受信機能に対応している地域の代表都市

ホーム都市	受信する電波
TYO/SEL/TPE	日本の標準電波（JJY）
HKG/BJS	中国の標準電波（BPC）
HNL/ANC/YVR/LAX/YEA/DEN/MEX/CHI/NYC/YHZ/YYT	アメリカの標準電波（WWVB）
LIS/LON/MAD/PAR/ROM/BER/STO/ATH/MOW	イギリスの標準電波（MSF） ドイツの標準電波（DCF77）

重要

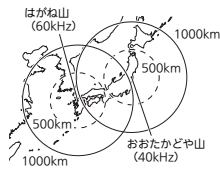
電波を受信できない地域や都市で使用するときは、手動で時刻を設定してください。

-  ホーム都市の設定…P.28
-  12/24 時間制、時刻、日付の調整…P.30
-  都市コード一覧表…P.65

電波の受信範囲と条件

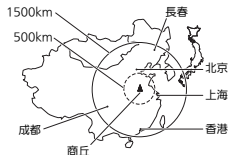
送信所の位置

<日本 (JJY) >

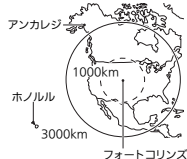


台湾エリアでは、条件が良ければ受信することができます。

<中国 (BPC) >

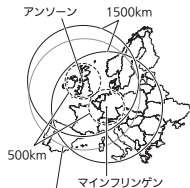


<アメリカ (WWVB) >



ホノルルおよびアンカレッジの地域(タイムゾーン)は電波の受信範囲外ですが、条件が良いときは受信できます。

<イギリス (MSF) /
ドイツ (DCF77) >



アンソーンから送信されている電波は、この範囲でも受信できます。

参考

- 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。内側の円の範囲を越えると電波が弱くなりますので、それらの影響はより大きくなります。
- この時計を使用する国と電波を送信している国で、サマータイム制度の有無や実施期間などが異なる場合は、正しい時刻を表示しないことがあります。
- 中国は2010年12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、正しい時刻を表示しないことがあります。

受信場所

- 金属を避けて、時計の 12 時位置を窓に向けて置いてください。電波を受信させている間は、時計を動かしたり、操作をしたりしないでください。通常、夜間の方が電波を受信しやすくなります。
- 以下の場所では、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



電波を受信するには

受信方法には、決まった時刻に自動的に受信する自動受信と、ボタン操作で受信する手動受信があります。受信には 3 ～ 8 分かかりますが、状況によっては最大で 16 分かかる場合もあります。

✓ 重要

使用する地域に応じたホーム都市を設定していないと電波を受信できません。

 ホーム都市の設定…P.28

◆自動的に電波を受信する

① 時計を受信しやすい場所に置いてください。

午前 12 時から午前 5 時の間に、1 日最大 6 回（中国は 1 日最大 5 回）自動で受信します。ただし 1 日 1 回受信に成功すれば、その日は自動受信しません。

② 受信が成功すると自動的に時刻を修正し、時刻モードに戻ります。

受信に失敗した場合は、時刻を修正しません。

◆自動受信の ON/OFF 設定

自動受信の設定を OFF にして自動受信機能を停止させることができます。

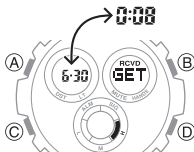
参考

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 ON/OFF 設定ができます。

🔍 都市コード一覧表…P.65

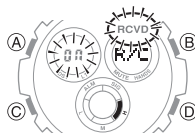
① 時刻モードで ④ ボタンを押して、受信日時表示に切り替えます。

🔍 モードの切り替え…P.25



② ④ ボタンを約 2 秒間押し続けて、自動受信設定に切り替えます。

- [ON] または [OFF] が点滅します。
- セット状態に入ると、針が自動で退避します。



③ ④ ボタンを押して、ON または OFF に設定します。

④ ④ ボタンを押して設定を終了します。

- 受信日時表示に戻ります。
- 設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

◆手動で電波を受信する

① 時刻モードで ④ ボタンを約 2 秒間押し続けます。

- [RC!] を表示し、受信を開始します。
- 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…P.22

受信成功インジケータ



受信状態レベル表示

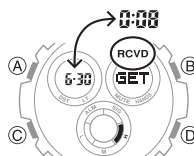
参考

- 受信の状況が安定するまで、約 10 秒かかる場合があります。
- 受信を中止したいときは、いずれかのボタンを押します。

② 受信が終了すると受信結果を表示します。

受信に失敗すると [ERR] を表示します。

受信成功



参考

受信に失敗した場合でも、前回の受信 (24 時間以内) が成功しているときは、受信成功インジケータが点灯します。

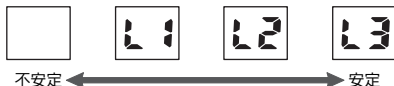
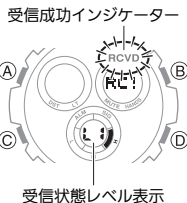
③ ④ ボタンを押す、または何も操作をしないまま 2 分以上経過すると時刻モードに戻ります。

参考

受信を失敗した場合は、周辺の受信環境をご確認になり、再度受信操作をしてください。

◆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。



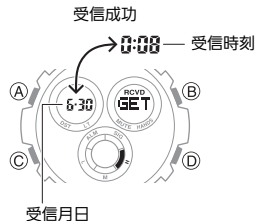
参考

- 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。

◆最終受信の日時確認

① 時刻モードで ④ ボタンを押します。

最後に受信した日付と時刻を表示します。



参考

時刻や日付を手動で設定した場合、受信成功インジケータは点灯しません。

② ④ ボタンを押すと時刻モードに戻ります。

受信のご注意

- 時刻モードおよびワールドタイムモードのときに自動受信ができます。
- 正確な標準時を受信して時刻を修正しても、表示時刻に 1 秒未満の誤差を生じることがあります。
- 以下の状態では、電波を受信することができません。
 - 充電不足のとき（バッテリーインジケーターの表示が [L] 以下）
 - 節電レベル 2 のとき
 - タイマー計測しているとき
 - 針が退避しているとき
- 受信中にアラーム音が鳴ったときは、受信を中止します。
- 日付を自動で設定できる 2099 年 12 月 31 日までは電波を受信しますが、2100 年 1 月以降は受信できなくなります。
- 電波障害により誤った信号を受信したときは、再度電波を受信してください。
- 電波を受信しても時刻の修正ができないときは、平均月差 ± 15 秒以内の精度で動きます。

モードの種類と切り替え

この時計には、機能に応じた 5 種類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、以下を参照してください。

 共通機能…P.26

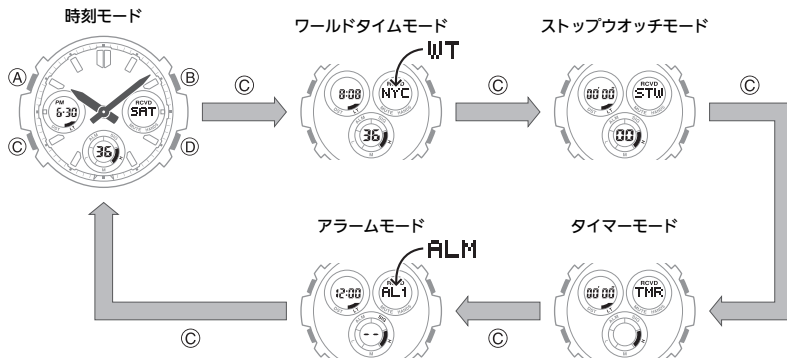
各モードでできること

モード	機能	参照ページ
時刻	- ホーム都市の時刻表示 - 時刻、日付、サマータイムの設定 - 電波受信 - 受信結果の確認 - 自動受信の ON/OFF 設定 - アラームのカウントダウン表示 12/24 時間制切り替え	P.28
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	P.33
ストップウォッチ	- 経過時間の計測 - スプリットタイムの計測	P.36
タイマー	タイマーの設定、計測	P.38
アラーム	- アラーム時刻の設定 - 時報の ON/OFF 設定	P.40

モードの切り替え

© ボタンを押すごとに、以下のモードに切り替わります。

どのモードからでも © ボタンを約 4 秒間押し続けると、時刻モードに変わります。



参考

ボタン操作音を ON に設定していると、モードを切り替える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 ON/OFF…P.47

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。

◆自動表示切り替え

時刻などを設定しているとき（デジタル表示部が点滅中）に何も操作せず 2 ～ 3 分間経過するとセット状態が解除されます。

◆早送り

各モードで設定をするとき、**Ⓑ** および **Ⓓ** ボタンを押して設定内容を変更します。**Ⓑ** および **Ⓓ** ボタンを押し続けると、設定値を早送りできます。

針が液晶表示と重なったら

液晶表示の上に針が重なって見づらいときは、針を液晶表示の上から一時的に退避させることができます。

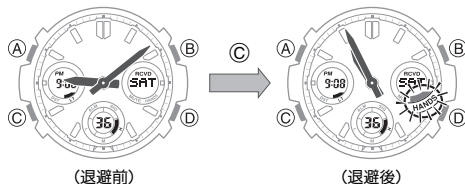
✓重要

- 針の退避中は、電波の受信を行いません。
- バッテリーの充電量が [LOW] のときは、針の退避を行いません。

◆針を退避する

Ⓒ ボタンを約 2 秒間押し続け、[HAND] を表示したらボタンを放します。

HANDS マークが点滅し、針が退避します。



◆退避を終了する（針を現在時刻の位置に戻す）

- © ボタンを約 2 秒間押し続け、[HAND] を表示したらボタンを放します。

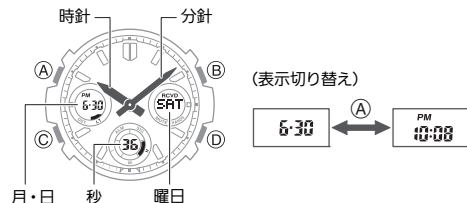
☞ 参考

- 針が退避している状態で何も操作をしないまま約 1 時間すると、針は現在時刻の位置に戻ります。
- 時刻モード / タイマーモード / アラームモードでは、セット状態に入ると自動的に針が退避し、セット状態を抜けると自動的に現在時刻の位置に戻ります。ただし、セット状態に入る前に針を退避していたときは、針の退避は継続します。

時刻と日付

時刻モードでは、ホーム都市の時刻を知ることができます。4桁デジタル表示部は月日・時分を切り替えて表示できます。ドット表示部ではアラームのカウントダウンも表示します。

🔍 アラームのカウントダウン…P.42



時刻を合わせる

ホーム都市を設定して電波を受信すれば、自動的に正しい時刻と日付を表示することができます。

📌 重要

電波を受信できない地域や都市で使用するときは、手動で時刻を設定してください。

🔍 12/24 時間制、時刻、日付の調整…P.30

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選びます。また、使用する国や地域に応じてスタンダードタイムまたはサマータイム (DST) を設定します。ホーム都市が正しくないと、「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.65

📌 重要

この時計を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。

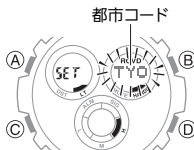
📖 参考

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 時刻モードのとき (A) ボタンを約2秒間押し続け、
[AD] を表示したら (A) ボタンを放します。

- 都市コードと都市名を表示し、ホーム都市のセット状態に入ります。
- セット状態に入ると、針が自動で退避します。
- 都市コードと都市名はスクロールしながら表示します。



② (B) または (D) ボタンを押して都市コードを選択します。

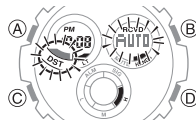
- 設定したい都市コードを表示するまで、(B) または (D) ボタンを押します。
- (B) または (D) ボタンを押し続けると早送りできます。

TYO:TOKYO



③ (C) ボタンを押して、サマータイム (DST) 設定に切り替えます。

④ (D) ボタンを押してサマータイム (DST) の設定を選択します。



⑩ ボタンを押すごとに以下の設定が切り替わります。

DST AUTO	電波を受信すると自動的にスタンダードタイム / サマータイム (DST) を切り替えます。
DST OFF	スタンダードタイムを表示します。
DST ON	サマータイムを表示します。

5 ⑨ 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 マークが点灯します。
- 設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

参考

- AUTO DST の設定は、電波を受信可能な都市コードをホーム都市に設定しているときのみ有効です。
- 電波の受信に対応していない地域は、DST OFF または DST ON のいずれかを選択します。
- ホーム都市を「UTC」に設定しているときは、DST OFF/ON の切り替えはできません。

12/24 時間制、時刻、日付の調整

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。

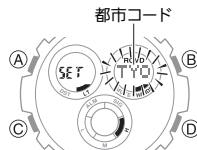
重要

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。

◆時刻と日付の合わせかた

1 時刻モードのとき ⑨ ボタンを約2秒間押し続け、[AD] を表示したら ⑨ ボタンを放します。

- 都市コードと都市名を表示し、ホーム都市のセット状態に入ります。
- セット状態に入ると、針が自動で退避します。
- 都市コードと都市名はスクロールしながら表示します。



② ③ または ④ ボタンを押して都市コードを選択します。

- 設定したい都市コードを表示するまで、③ または ④ ボタンを押します。
- ③ または ④ ボタンを押し続けると早送りできます。

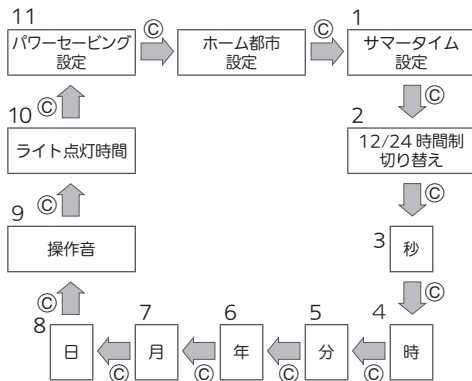
🔍 都市コード一覧表…P.65

✔ 重要

ホーム都市を設定する前に他の設定をしないでください。

③ ④ ボタンを押して、設定する項目を選択します。

④ 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。



🗨️ 参考

- 上図の数字は、④ ボタンを押す回数を示します。
- ④ ボタンを約 4 秒間押し続けると、セット状態を抜けて時刻モードに戻ります。

④ ⑧ または ⑩ ボタンを押して以下の設定を変更します。

画面	変更項目	操作
TYO:TOKYO	都市コード変更	⑧ または ⑩ ボタンを押す
AUTO	AUTO DST/ サマータイム / スタンダードタイムを切り替え	⑩ ボタンを押す
12H	12 時間制 (12H) と 24 時間制 (24H) の切り替え	⑩ 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	⑩ ボタンを押す
PM 10:08	「時」「分」の変更	⑧ または ⑩ ボタンを押す
20 12 6:30	「年」「月」「日」の変更	⑧ または ⑩ ボタンを押す

⑤ ① ボタンを押して、設定を終了します。

設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

 参考

- 12 時間制に設定したときは、正午から午後 11 : 59 までは PM (午後) マークを表示します。24 時間制の場合は、PM (午後) マークを表示しません。
- 日付の設定は、異なる月の長さや、うるう年にも対応しています (フルオートカレンダー)。
- デジタル表示の時刻を修正すると、アナログ針も連動して修正されます。

ワールドタイム

ワールドタイムモードでは、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。

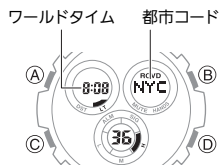
他のタイムゾーンの時刻を見る

① 時刻モードで ③ ボタンを押し、ワールドタイムモードに切り替えます。

- [WT] を約 1 秒間表示した後、都市コードと都市名を表示します。
- 都市コードと都市名はスクロール表示後、都市コードの表示になります。
- 都市コード表示で ④ ボタンを押すと、都市コードと都市名をスクロール表示します。

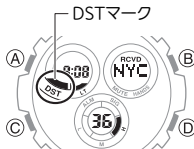
② ④ ボタンを押して都市コードを選択します。

- 選択した都市の現在時刻を表示します。
- ④ ボタンを押し続けると早送りできます。
- 都市コードを UTC (時差 0) にするときは、③ ボタンと ④ ボタンを同時に押します。



サマータイム (DST) の設定

- 1 ワールドタイムモードで、**④** ボタンを押して都市コードを選択します。
- 2 **④** ボタンを約 2 秒間押し続けます。
 - **④** ボタンを約 2 秒間押し続けるごとにサマータイムの設定が切り替わります。
 - 表示時刻がサマータイムのときは、DST マークが点灯します。



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、選択しているタイムゾーンのみ適用します。他のタイムゾーンには影響しません。

ホームタイムとワールドタイムの入れ替え

ホームタイムとワールドタイムを入れ替えることができます。

例：ホームタイム (TYO) とワールドタイム (NYC) を入れ替える。

	ホームタイム	ワールドタイム
操作前	東京 (TYO) 午後 10 時 08 分 (スタンダードタイム)	ニューヨーク (NYC) 午前 9 時 08 分 (サマータイム)
操作後	ニューヨーク (NYC) 午前 9 時 08 分 (サマータイム)	東京 (TYO) 午後 10 時 08 分 (スタンダードタイム)

- 1 ワールドタイムモードで、**④** ボタンを押して都市コードを選択します。

ワールドタイム 都市コード

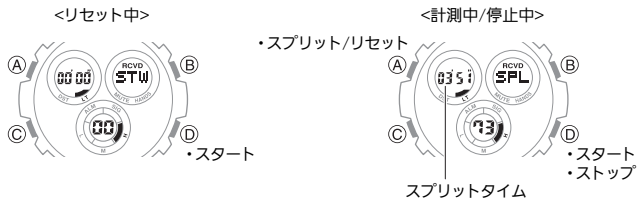


② ① ボタンと ② ボタンを確認音が鳴るまで同時に押します。

- 手順1 で選んだ都市（ニューヨーク）がホーム都市になります。
- 操作を行う前のホーム都市（東京）がワールドタイムモードの選択都市になり、ワールドタイムモードの時刻が修正されます。

ストップウォッチ

ストップウォッチは、1/100 秒単位で 59 分 59 秒 99 まで計測できます。計測範囲を超えた場合は、0 に戻って計測を続けます。



ストップウォッチモードを選ぶ

- 時刻モードで © ボタンを 2 回押すと、ストップウォッチモードに切り替わります。
[STW] を約 1 秒間表示します。

計測する

● ストップウォッチ計測のボタン操作は、以下の通りです。

- 経過時間計測



- スプリットタイム（途中経過時間）計測



- 1・2 着同時計測



参考

- 計測を開始後は、他のモードに切り替えたり、計測範囲を超えても (A) ボタンでリセットするまで計測を継続します。
- スプリット計測中に他のモードへ切り替えると、スプリットが解除されて経過時間を計測します。

タイマー

タイマーは、1 秒単位で 100 分まで設定することができます。

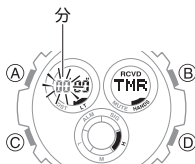
計測時間を設定する

- ① 時刻モードで ㉓ ボタンを 3 回押すと、タイマーモードに切り替わります。

[TMR] を表示します。

- ② ㉑ ボタンをタイマーの「分」表示が点滅するまで（約 2 秒間）押し続けます。

セット状態に入ると、針が自動で退避します。



- タイマー計測中の場合は、㉔ ボタンを押して計測を停止してから ㉑ 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、㉑ ボタンを押して計測時間をリセットします。

- ③ ㉓ ボタンを押すごとに「分」と「秒」が切り替わります。

- ④ ㉒ または ㉔ ボタンを押して、「分」または「秒」を設定します。

- ㉒ または ㉔ ボタンを押し続けると早送りできます。
- 0 分 0 秒に設定した場合は、100 分計測になります。

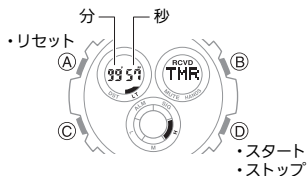
- ⑤ ㉑ ボタンを押して設定を終了します。

設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

計測する

- タイマー計測のボタン操作は、以下の通りです。

① → ② → ③ → ④ → ⑤
 スタート ストップ (再スタート) (ストップ) リセット



参考

- 残り時間が0になると10秒間のタイムアップ音が鳴ります。
- 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。

アラーム・時報

アラームは5つの時刻を設定できます。設定した時刻になるとアラーム音が10秒間鳴ります。また、毎正時(00分)に時報を鳴らすこともできます。

アラームモードを選ぶ

- 時刻モードで ③ ボタンを4回押すと、アラームモードに切り替わります。

[ALM] を約1秒間表示したあと、アラーム番号[AL1]～[AL5]または[SIG]を表示します。

アラーム時刻 アラーム番号

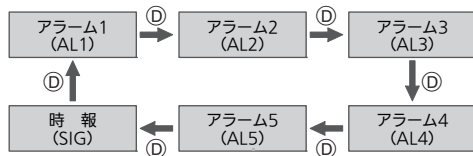


参考

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。

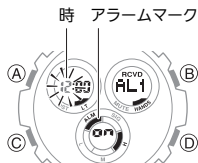
アラーム時刻を設定する

- 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択します。



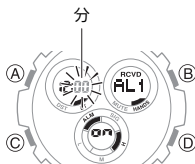
- ② ④ ボタンをアラーム時刻の「時」表示が点滅するまで(約2秒間)押し続けます。

アラームマークが点灯し、アラーム設定がONになります。セット状態に入ると、針が自動で退避します。



- ③ ③ ボタンを押すごとに、「時」または「分」の選択が切り替わります。

選択している方が点滅表示します。



- ④ ② または ④ ボタンを押して「時」または「分」を設定します。

- ② または ④ 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 PM マークを表示します。

- ⑤ ① ボタンを押して設定を終了します。

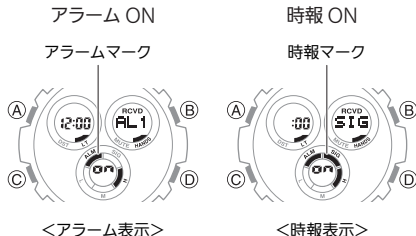
設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

アラーム・時報の ON/OFF

- ① アラームモードで ④ ボタンを押し、設定するアラーム番号または時報を選択します。

- ② ① ボタンを押してアラームまたは時報の ON/OFF を切り替えます。

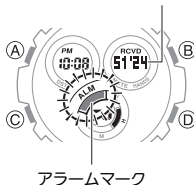
アラームを ON にするとアラームマークが、時報を ON にするとアラームマークと時報マークが点灯します。



アラームのカウントダウン

設定した時刻の 60 分前から、アラームマークが点滅し、時刻モードでカウントダウンを表示します。

アラームカウントダウン



参考

- (A) ボタンを押すと、カウントダウン表示は曜日表示に戻りますが、2 秒後にはカウントダウン表示になります。
- 他のモードから時刻モードに切り替えたときは、曜日を 2 秒間表示した後、カウントダウン表示になります。
- カウントダウン表示中に、別のアラームが 60 分前になった場合は、最初のカウントダウンが終了した後、別のアラームのカウントダウン表示になります。

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。

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 (D) 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。また、暗いところで時計の傾きによってライトを点灯させるオートライト機能を設定できます。

ボタンを押して点灯させる

● ② 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。
- 電波受信中は、ライトが点灯しません。
- ライト点灯時間は約 1.5 秒間と約 3 秒間のいずれかを選ぶことができます。

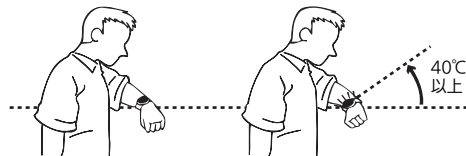
🔍 ライト点灯時間の切り替え…P.45

◆ ライト使用に関する注意事項

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。

自動的に点灯させる（オートライト）

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



参考

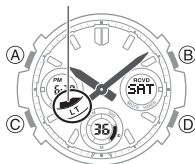
- 明るいところでは点灯しません。
- 以下の状態のとき、オートライト機能は作動しません。
 - アラーム音が鳴っているとき
 - 電波を受信しているとき

◆オートライトの ON/OFF 設定

- 時刻モードで (B) ボタンを約 3 秒間押し続けて、オートライト機能の ON/OFF を切り替えます。

オートライト ON のときは LT マークが点灯します。

オートライトONマーク



参考

[CHG] を表示すると、オートライト機能が OFF になります。

◆オートライトに関する注意事項

- 以下の図のように、時計が水平状態から 15 度以上傾いていると、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。

ライト点灯時間の切り替え

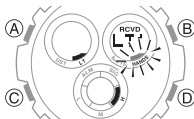
① 時刻モードで ④ ボタンを約 2 秒間押し続け、ホーム都市設定に切り替えます。

- 都市コードと都市名を表示し、ホーム都市のセット状態に入ります。
- セット状態に入ると、針が自動で退避します。
- 都市コードと都市名はスクロールしながら表示します。

② ③ ボタンを 10 回押してライト点灯時間設定に切り替えます。

 参照…P.31

[LT1] または [LT3] を表示します。



③ ④ ボタンを押して、ライト点灯時間を [LT1] (約 1.5 秒間) または [LT3] (約 3 秒間) に設定します。

④ ④ ボタンを押してライト点灯時間設定を終了します。

設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

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。

✓重要

針の時刻とデジタル表示の時刻が合っている場合は、この操作を行う必要はありません。

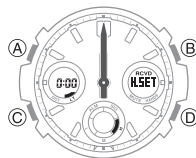
針のずれを補正する

① ① ボタンを約 5 秒間押し続け、[H.SET] を表示したらボタンを放します。

時・分針が 12 時位置に移動し、[0:00] が点滅します。

- ① ボタンを押し続けると約 2 秒後に [ADJ] と表示されますが、[H.SET] を表示するまでそのまま押し続けてください。
- ① ボタンを約 8 秒間以上押し続けた場合は、時刻モードに戻ります。
- 補正のセット状態で 3 分間何も操作を行わないと、自動的にセット状態が解除されます。それまでに行った変更は反映されます。

- 時・分針が 12 時位置にある場合は、手順 3. に進みます。



② ② ボタンまたは ④ ボタンを押して、針を 12 時位置に合わせます。

- ② ボタンまたは ④ ボタンを押し続けると、針を早送りすることができます。
- ② ボタンの早送りは 1 回転、④ ボタンの早送りは 12 回転すると、針は止まります。

③ ① 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、再度針のずれ補正を行ってください。

各種の設定

ボタン操作音の ON/OFF

ボタンを押したときに鳴る操作音の ON/OFF 設定ができます。

① 時刻モードのとき ① ボタンを約2秒間押し続け、[ADJ] を表示したら ② ボタンを放します。

- 都市コードと都市名を表示し、ホーム都市のセット状態に入ります。
- セット状態に入ると、針が自動で退避します。
- 都市コードと都市名はスクロールしながら表示します。

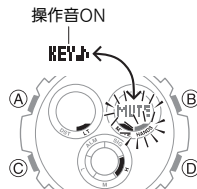
② ③ ボタンを9回押して操作音の ON/OFF 設定に切り替えます。

 参照…P.31

[KEY♪] または [MUTE] を表示します。

③ ④ ボタンを押して、操作音を ON [KEY♪] または OFF [MUTE] に設定します。

操作音が OFF のときは、MUTE マークが点灯しています。



参考

操作音の設定が OFF の場合でも、アラーム音、時報、タイムアップ音は鳴ります。

④ ① ボタンを押して操作音の ON/OFF 設定を終了します。

設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

パワーセービング機能の ON/OFF

- ① 時刻モードのとき ① ボタンを約2秒間押し続け、
[AD] を表示したら ① ボタンを放します。

- 都市コードと都市名を表示し、ホーム都市のセット状態に入ります。
- セット状態に入ると、針が自動で退避します。
- 都市コードと都市名はスクロールしながら表示します。

- ② ③ ボタンを 11 回押してパワーセービング機能の ON/OFF 設定に切り替えます。

 参照…P.31

- ③ ④ ボタンを押して、パワーセービング機能を ON または OFF に設定します。

パワーセービング機能が ON のときは、ドット表示部に [PSON] を表示します。

パワーセービング機能が OFF のときは、ドット表示部に [PSOF] を表示します。



- ④ ① ボタンを押してパワーセービング設定を終了します。

設定を終了すると、アナログ針は現在時刻の位置に戻ります。

故障かな?と思ったときは

針の動きと表示

状況	原因と対処
すべての針が 12 時位置で停止し、ボタン操作ができない	充電切れです。充電が回復するまで光を当ててください。  充電にかかる時間…P.15
突然、針の動きが速くなった	以下が原因の場合は故障ではありません。通常の動きに戻るまでお待ちください。 • パワーセービング機能を解除し、復帰している。  節電（パワーセービング機能）…P.15 • 電波の自動受信により、時刻修正をしている。  電波を受信するには…P.19

状況	原因と対処
アナログ針が示す時刻が正しくない	強い磁気や衝撃の影響で針の位置にずれが生じることがあります。ずれを補正してください。  針のずれ補正…P.46 針が退避しています。 ◎ ボタンを約 4 秒間押し続け、針退避を解除してください。  針が液晶表示と重なったら…P.26
針の動きが止まり、ボタン操作ができなくなった	充電回復モードの状態です。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。  参考 電波受信を短時間に連続使用すると充電が急激に減少するため、一時的に針の動きを停止して充電回復モードに切り替わります。充電回復モードのときは、すべての機能が使用できなくなります。が、回復すると通常の状態に戻ります。

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.29
現在時刻の表示が1時間ずれている	電波を受信できる地域で使用している場合、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.29
	電波を受信できない地域で使用している場合、手動でサマータイムに対応した時刻設定をする必要があります。  ホーム都市、サマータイムを設定する…P.29

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。  サマータイム(DST)の設定…P.34

充電

状況	原因と対処
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。バッテリーインジケータの表示が[H] または [M] になるまで充電してください。  光で充電(ソーラー充電) …P.13

状況	原因と対処
バッテリーインジケーターがすべて点滅している 	充電回復モードの状態です。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。 参考 - 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。充電回復モード中はバッテリーインジケーター表示(H、M、L)が点滅します。「充電不足」と同じ状態になり、使用できる機能が制限されますが、復帰後は通常の状態に戻ります。  充電不足や充電切れ…P.14 - すべてのバッテリーインジケーター表示(H、M、L)が点滅、あるいは[CHG]を表示しているときは、充電量が著しく低下しています。すぐに、光に当てて充電をしてください。

電波受信

以下の都市をホーム都市に設定している場合に該当します。

リスボン (LIS), ロンドン (LON), マドリード (MAD), パリ (PAR), ローマ (ROM), ベルリン (BER), スtockホルム (STO), アテネ (ATH), モスクワ (MOW), 香港 (HKG), 北京 (BJS), 台北 (TPE), ホノルル (HNL), アンカレジ (ANC), バンクーバー (YVR), ロサンゼルス (LAX), エドモントン (YEA), デンバー (DEN), メキシコシティ (MEX), シカゴ (CHI), ニューヨーク (NYC), ハリファックス (YHZ), セントジョンズ (YYT), ソウル (SEL), 東京 (TYO)

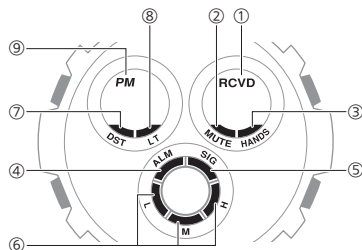
故障かな?と思ったときは

状況	原因と対処
電波の受信が成功しない (受信結果が[ERR]になる)	電波の受信中に時計を動かしたり、ボタンを操作した。 - 電波を受信しているときは、時計を動かしたり、ボタンを操作すると受信を中断します。  電波を受信するには…P.19 電波の受信中にアラームが鳴った。 - 受信中にアラームが鳴ると受信をキャンセルします。 電波障害による受信の失敗。 - 周辺の環境を確認し、電波障害のない所で受信してください。  電波の受信範囲と条件…P.18 送信所から電波が送信されていない。 - 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。  電波の受信範囲と条件…P.18

状況	原因と対処
電波が受信できない	針が退避している。 - 針の退避中は電波の受信ができません。 ◎ ボタンを約4秒間押し続け、針退避を解除してから受信してください。  針が液晶表示と重なったら…P.26 時刻モードまたはワールドタイムモードになっていない。 - 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。  モードの切り替え…P.25 ホーム都市の設定が正しくない。 - ホーム都市の設定を確認してください。  ホーム都市の設定…P.28 充電量が不足しています。 - 充電量が低いと受信できません。充電量が回復するまで光を当ててください。  充電するには…P.13 タイマーが計測中になっている。 - タイマーを停止してください。  計測する…P.39

状況	原因と対処
電波の受信は成功したが、日付または時刻が正しくない	ホーム都市の設定が正しくない。 ホーム都市の設定を確認してください。  ホーム都市の設定…P.28

主なマークとインジケーター



番号	名称	参照ページ
①	受信成功インジケーター	P.21
②	操作音 OFF マーク	P.47
③	針退避マーク	P.26
④	アラームマーク	P.40
⑤	時報マーク	P.41
⑥	バッテリーインジケーター	P.14
⑦	DST マーク	P.34
⑧	オートライト ON マーク	P.44
⑨	PM マーク	P.32

製品仕様

精 度 : 電波受信による時刻修正ができない場合は、平均月差±15秒以内

基 本 機 能 : 時・分・秒・月・日、曜日／年、午前／午後(PM)／24時間制表示、フルオートカレンダー(2000～2099年)

電波時計機能 : 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)、
WWWB(60kHz)、
MSF(60kHz)、
DCF77(77.5kHz)、
BPC(68.5kHz)

ストップウォッチ機能 : 計測単位＝1/100 秒
計測範囲＝59分59秒99(60分計)

タイマー機能 : セット単位＝1 秒
計測範囲＝100 分
計測単位＝1 秒
タイムアップを10 秒間の電子音で報知

ワールドタイム機能 : 世界48都市(31タイムゾーン)の時刻を表示、サマータイム設定機能

アラーム機能 : 時刻アラーム
アラーム数＝5本
セット単位＝時・分
時報 毎正時に電子音で報知

そ の 他 : 自動復帰機能、12/24時間制表示切り替え、フルオートLEDライト、ライト点灯時間切り替え、モニターアラーム、パワーセービング機能、バッテリーインジケータ表示、操作音ON/OFF設定、針退避機能、アラームのカウントダウン

使 用 電 池 : 二次電池

持 続 時 間 : 約6ヵ月

(アラーム 10 秒 / 日、ライト 1.5 秒 / 日、表示点灯 18 時間 / 日、針退避 1 回 / 日、電波受信 約 4 分 / 日)

ご使用上の注意

■防水性

- 防水時計は時計の表面または裏蓋に「WATER RESIST」「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蓋に表記	日常生活用防水	日常生活用強化防水		
			5気圧防水	10気圧防水	20気圧防水
使用例	「BAR」表記無し	5BAR	10BAR	20BAR	
	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蓋に 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水中や、水分のついたまま、りゅうずやボタンの操作をしないでください。
- 防水構造の機種でも、時計をつけたままの入浴、洗剤等（石鹸・シャンプーなど）のご使用をお避けください。防水性能を低下させる原因となります。
- 海水に浸したときは真水で洗い、塩分や汚れをふきとってください。

- 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、防水試験を行いますので、必ずお買い上げの販売店あるいは「修理サービス窓口」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、皮バンドを使用しているモデルがありますが、皮バンド付の状態での水仕事・水泳など直接水に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。曇りが消えなかったり、水が時計内部に浸入した場合は、そのままご使用にならず、ただちに修理することが必要です。
- 時計内部に浸入した水は、電子部品や機械、文字板などを破損する原因となります。

■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（錆）などにより切れたり外れたりする場合があります、時計の落下や紛失の原因となります。バンドは、常にお手入れしていただき、清潔にご使用ください。バンドに弾力性がなくなったり、ひび割れ・変色・緩みなどがある場合は、お早めに点検・修理（有償）または新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にバンド交換（有償）をお申し付けください。

ご使用上の注意

■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。
- 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。

■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、水分などをふきとり、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

■樹脂製品について

- 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製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ふきとり、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ふきとって、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。
- 樹脂部品の交換は、「修理サービス窓口」にお申し付けください。有償にて申し受けます。

■天然皮革・合成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、他の製品の色が天然皮革や合成皮革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ふきとり、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）に当たったり、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：天然皮革・合成皮革は、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。

■金属製品について

- 金属を使用した製品・バンドは、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（錆）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良く拭き取った後に、通気性の良い場所に保管し、良く乾燥させてください。

- バンドは、時々、柔らかい歯ブラシなどにより、中性洗剤を水で薄めた液や石鹸水でバンドを洗って、良く手入れをしてください。このとき、時計の本体にかからないようご注意ください。

■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、水分等は吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、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

- ケース・バンドは汚れからさびが発生し、衣服の袖口を汚したり、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。ケース・バンドは常に清潔にご使用ください。特に、海水に浸した後放置しておくとしび易くなります。
- 樹脂バンドの表面にシミ状の模様が発生することがありますが、人体および衣服への影響はありません。また布等で簡単にふきとることができます。
- 皮革バンドは乾いた布で軽く拭くなどして常に清潔にご使用ください。樹脂バンドも皮バンド同様、日々の使用により劣化し、切れたり折れたりする場合があります。
- バンドにヒビなどの異常がある場合は、必ず新しいバンドと交換してください。そのときは、お買い上げの販売店または「修理サービス窓口」にバンド交換をお申し付けください。保証期間内であっても有償にて申し受けます。
- 時計も衣服同様、直接身につけるものです。本体ケースやバンドの汚れ、汗・水分などは吸湿性のよい柔らかい布でふきとり、常に清潔にご使用ください。

■お手入れを怠ると

〈さび（錆）〉

- 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。
- 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。
- 二次電池は長年の充電と放電を繰り返すことにより性能が劣化して、充電しても使用時間が短くなることがあります。その場合は、お買い上げの販売店または「修理に関するお問い合わせ窓口」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。

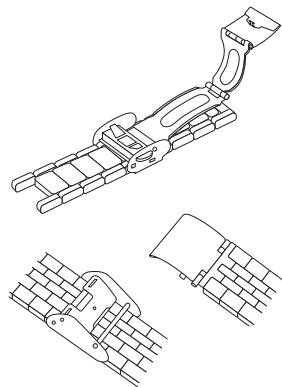
お取り扱いによる、部品の変形や破損、またはケガ等を予防するためにも、お買い上げの販売店にご相談ください。

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。

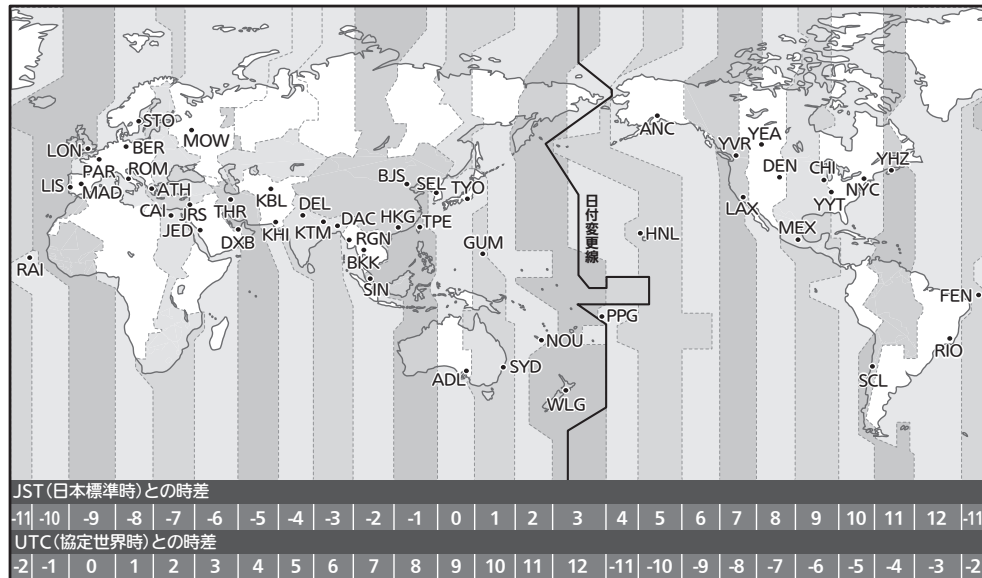
※ 中留をスライドさせて長さ調整するフリータイプのバンドでは、駒の取り外しはできません。

(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。



都市コード一覧表

コード		タイムゾーン	都市名
UTC		0	協定世界時
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
KATHMANDU	KTM	+ 5.75	カトマンズ
DHAKA	DAC	+ 6	ダッカ

コード		タイムゾーン	都市名
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
VANCOUVER	YVR	- 8	バンクーバー

都市コード一覧表

コード		タイムゾーン	都市名
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
SANTIAGO	SCL	− 4	サンティアゴ
HALIFAX	YHZ	− 4	ハリファックス
SAINT JOHN'S	YYT	− 3.5	セントジョンズ
RIO DE JANEIRO	RIO	− 3	リオデジャネイロ
FERNANDO DE NORONHA	FEN	− 2	フェルナンドデノ ロニャ
PRAIA	RAI	− 1	プライア

参考

- この表は 2010 年 12 月現在のものです。
- 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。