本書は、旧製品の取扱説明書を電子化したものです。
一部見えにくい箇所がございます。

記載されている内容はすべて販売当時のものです。
仕様や価格などは、その後予告なしに変更されることがあります。
あらかじめご了承ください。

CASIO

1626

取扱説明書

◆本機の特長◆

- ●歩数計測
  歩数、距離、歩行時間が計測できます。
- ●温度計測
- ●日の出・日の入時刻表示
- ●ELオートライト
- ●時刻アラーム・時報
- ●タイマー

このたびは弊社製品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。
末長くご愛用いただくために、この説明書をよくお読みいただき、正しくお取り扱いくださいますようお願い申し上げます。
なお、この説明書は大切に保存し、必要に応じてご覧ください。

MA9710-009601A

安全上のご注意

絵表示について

この注意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。

⚠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）



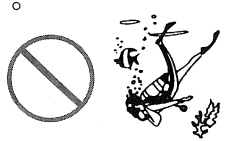
⃠記号は「してはいけないこと」（禁止）を意味しています。（左の例は分解禁止）



●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オ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ところへ置いてください。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

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、皮膚のかぶれをふせ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

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。

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

オートライトのご使用について

本登山やハイキングなどで、暗く足元の不安定な場所で歩きながら時計を見ることは危険ですのでおやめください。転倒やけがの原因となることがあります。

夜間、道路でマラソンやジョギングをしながら時計を見ることは危険ですのでおやめください。転倒、交通事故の原因となることがあります。

夜間、自転車やバイクなどを運転しながら時計を見ることは危険ですのでおやめください。転倒、交通事故の原因となることがあります。

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のでおやめください。交通事故の原因となることがあります。

目　次

操作のしくみと表示の見方‥‥8
ライト点灯について ‥‥‥‥‥10
　ボタンを押して発光させる ‥10
　時計を傾けて発光させる ‥‥11
温度計測について ‥‥‥‥‥‥14
　温度表示にするには ‥‥‥‥14
　温度調整のしかた ‥‥‥‥‥17
歩数計測について ‥‥‥‥‥‥20
　歩数計測に切り替えるには ‥20
　表示の見方 ‥‥‥‥‥‥‥‥21
　操作のしかた ‥‥‥‥‥‥‥21
　歩数計測のご注意 ‥‥‥‥‥22
　歩幅のセットのしかた ‥‥‥23
日の出・日の入時刻について ‥25
　使用場所の設定のしかた ‥‥27
　ご参考 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥31

タイマーの使い方 ‥‥‥‥‥‥34
　タイマーを使うには ‥‥‥‥34
　タイマーの使い方 ‥‥‥‥‥35
　タイマー時間のセット ‥‥‥36
アラーム・時報の使い方 ‥‥38
　アラーム時刻のセット ‥‥‥38
時刻・カレンダーの合わせ方 ‥42
製品仕様 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥46
ご使用上の注意 ‥‥‥‥‥‥‥48
お手入れについて ‥‥‥‥‥‥51
電池交換について ‥‥‥‥‥‥52

操作のしくみと表示の見方

Ⓓボタンを押すごとに、以下の順で表示が切り替わります。

時刻・カレンダーモード



※温度グラフについては15ページをご覧ください。

※各モードで、ボタン操作をした後Ⓓボタンを押すと、直接時刻・カレンダーモードに戻ります。

日の出/日の入モード



25ページ参照

温度計測モード



14ページ参照

歩数計測モード



20ページ参照

タイマーモード



34ページ参照

アラームモード



38ページ参照

ライト点灯について

本機の表示部にはELパネル（エレクトロルミネッセンスパネル）が内蔵されており、暗いときに表示を明るくして見ることができます。また、時計を傾けると文字板が発光するオートライト機能もあります。

■ボタンを押して発光させる ～手動発光～

各モードで

Ⓐボタンを押します

→ボタンを押してから約２秒間文字板が発光します。



※オートライトのオン／オフにかかわらず、Ⓐボタンを押すと発光します。

■時計を傾けて発光させる ～オートライト機能～

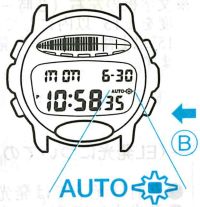
オートライトは、ボタンを押さなくても文字板が発光する便利な機能です。オートライト機能では、どのモード（修正中を除く）でも時計を傾けるだけで文字板が約2秒間発光します。

●オートライト機能のオン／オフ

時刻・カレンダーモードで

Ⓑボタンを1～2秒間押し続けます

→オートライトマーク（AUTO）が点灯します。

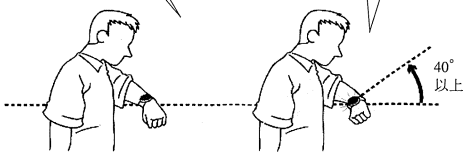


★オートライト機能をオフにするときは、同様にⒷボタンを1～2秒間押し続けて、オートライトマークを消します。

●文字板を発光させる

①
時計を腕にはめ、水平にします

②
水平状態から、表示が見えるように約40°以上傾けます



※オートライト機能を使用するときは、時計を「手首の外側」にくるようにつけてください。
※文字板の左右（3時－9時方向）の角度を±15°以内にしておいてください。15°以上傾いていると発光しにくくなります。



〈EL発光についてのご注意〉

●直射日光下では発光が見えにくくなります。
●発光中にアラームなどの報音が鳴ると発光を中断します。また、操作確認音が鳴るボタンを押しても同様に発光を中断します。
●発光中に音の鳴らないボタンを押すと発光がちらつくことがあります。

〈オートライトご使用時の注意〉

●オートライトが作動するのは、“AUTO”を点灯させてから**約3時間**です。それ以降は電池消耗防止のため、自動的に“AUTO”が消え、オートライトOFFになります。
※引き続きオートライトを作動させたいときは、再度Ⓑボタンを1～2秒間押して“AUTO”を点灯させてください。ただし、オートライトを頻繁に使用すると電池寿命が短くなりますのでご注意ください。（47ページ「製品仕様」参照）

●時計を傾けたとき、文字板の発光が一瞬遅れることがありますが異常ではありません。

●文字板発光後、時計を傾けたままにしておいても、発光は約2秒間のみとなります。

●時計を「手首の内側」につけていたり、腕を振ったり、腕を上にあげたりしても発光することがあります。**オートライトを使用しないときは必ずOFFにしておいてください。**
※時計を「手首の内側」につけるときはできるだけオートライトをOFFにしてご使用ください。

●静電気や磁気などでオートライトが動作しにくくなり、発光しないことがあります。このときはもう一度水平状態から傾けなおしてみてください。なお、それでも発光しにくいときは、腕を下からふりあげてみると発光しやすくなります。

温度計測について

本機内蔵の温度センサーにより、時計内部の温度を計測し、表示します。

■温度表示にするには

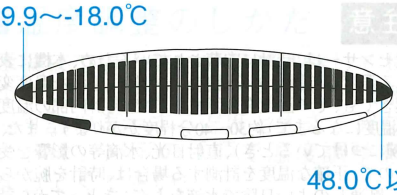
時刻・カレンダーモードからⒹボタンを1回押して〈温度計測モード〉にします。



計測間隔は5分ですが、Ⓑボタンを押すと即時計測を行ないます。

デジタル表示

表示単位：0.1℃
表示範囲：-20.0～60.0℃
計測間隔：5分ごと



温度グラフ

現在温度を1目盛＝2℃でグラフ表示します。

表示単位：2℃（1目盛り）
表示範囲：-19.9～47.9℃

※温度グラフは-20.0℃以下ではすべて消灯し、48.0℃以上ではすべて点灯します。
※温度グラフは各モードで表示します。

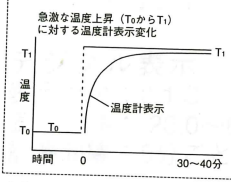
ご注意

温度センサーは、時計に内蔵されているため、本機に表示される温度は時計自体の温度となります。急激な温度変化が起きても、その温度を表示するまで(時計内部の温度がその温度になるまで)約30～40分程度かかります。また、体温(腕につけているとき)、直射日光、水滴等の影響を受けますので、正確な温度を計測する場合は、時計を腕からはずし、風通しのよい日陰で水滴をよくふきとってから計測してください。

＜参考＞　以下の場合、正確な温度を表示しないことがあります。
それぞれのグラフを参考にして温度の目安にしてください。

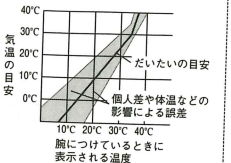
●急激な温度変化があった場合

時計自体の温度が実際の温度と同じになり、正確な温度を表示するまで約30～40分程度かかります。



●腕につけたままで温度(気温)を計測する場合

本機を腕につけているときは、体温などの影響により正確な温度を計測できないことがあります。



■温度調整のしかた

本機は工場出荷時に温度調整してありますが、本機の表示する温度が正確な温度計の表示する温度と大きく異なるときは、以下の手順で温度調整を行なってください。

温度調整は〈温度計測モード〉で行ないます。

1 時刻・カレンダーモードのときに

Ⓓボタンを押します

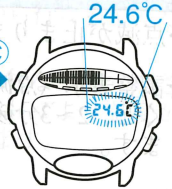
→温度計測モードになります。



2

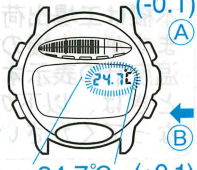
Ⓒボタンを1～2秒間押し続けます

→温度が点滅します。



3

Ⓐボタンまたは Ⓑボタンを押します



→Ⓐボタンを押すごとに0.1℃ずつ戻り、Ⓑボタンを押すごとに0.1℃ずつ進みます。

※Ⓐ・Ⓑボタンとも押し続けると早送りができます。

※調整できる範囲は-20.0～60.0℃の間で、現在表示している温度（初期調整温度）に対して±9.9℃までです。

4 調整が終わりましたら

Ⓒボタンを押します

→点滅が止まります。

★調整表示（点滅状態）のままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まります。

誤って調整してしまったら

温度が点滅しているとき（17ページの手順２の後）に

Ⓐ・Ⓑボタンを同時に押します



→工場出荷時に調整してある基準温度に戻ります。

温度調整のご注意

1. 信頼できる正確な温度計と比較して行なってください。
2. 本機を腕からはずし、30分以上放置して温度を安定させてから行なってください。
3. セット操作は速やかに行なってください。持っている手の体温により温度が変化することがあります。

歩数計測について

本機内蔵のセンサーにより、歩数を計測し、セットしてある歩幅から歩行距離を計算します。また、歩行した時間も同時に計測できます。

■歩数計測に切り替えるには

時刻・カレンダーモードからⒹボタンを2回押して〈歩数計測モード〉にします。



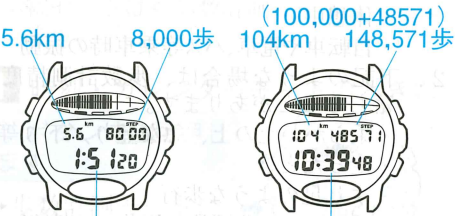
	計測単位	計測範囲
距離	0.1km (または1km)	99.9km (または999km)
歩数	1歩	99,999歩
時間	1秒	23時間59分59秒

※計測範囲を越えたときは、自動的に0に戻って計測を続けます。

■表示の見方

歩行距離は0.0km～99.9kmまでは0.1km単位で表示し、100～999kmは自動的に1km単位で表示します。

＜0.0km～99.9km＞　＜100km～999km＞



■操作のしかた

Ⓑボタンを押すごとにスタートとストップを繰り返します。計測をやり直すときはストップしているときにⒸボタンを押します。



■歩数計測のご注意

1．センサーが不用意に歩数をカウントすることがありますので、計測しないときはストップしてください。
・ジャンプや屈伸等の運動
・休憩中
・自転車や電車、バス等乗車時の振動
2．下記のような場合は、歩数計測精度が落ちることがあります。
・柔らかい土の上、急な登り／下り等
・走ったとき
・すり足のような歩行
・サンダルや草履等の履物での歩行
・歩幅を乱した歩行
3．強い磁気の影響により、歩数計測精度の低下、または計測不能となることがありますのでご注意ください。
4．本機は腕にはめると正確な計測ができません。必ず腰などにぶら下げてお使いください。
5．バンドグリップは必ず時計本体の6時側に取付けてください。
6．歩行中に本機がはずれて落ちないようにご注意ください。

■歩幅セットのしかた

歩行距離を算出するためには、歩幅をセットしてください。

歩幅セットは＜歩数計測モード＞で行ないます。

1 時刻・カレンダーモードのときに

Ⓓボタンを2回押します

→歩数計測モードになりなす



2

Ⓒボタンを1～2秒間押し続けます

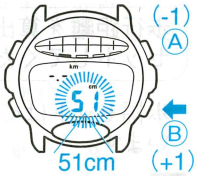
→歩幅が点滅します。

※単位はcm（センチメートル）



3

Ⓐボタンまたは Ⓑボタンを押します



→Ⓐボタンを押すごとに1cmずつ戻り、Ⓑボタンを押すごとに1cmずつ進みます。

※Ⓐ・Ⓑボタンとも押し続けると早送りができます。

※調整できる範囲は10～250cmまでです。

4 セットが終わりましたら、

Ⓒボタンを押します

→点滅が止ります。

★計測中に歩幅のセットを行なうと、計測は自動的にリセット（0に戻る）されます。

★セット表示（点滅状態）のままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まります。

日の出・日の入時刻について

●今日の日の出・日の入時刻を見る

時刻・カレンダーモードからⒹボタンを5回押して〈日の出・日の入モード〉にします。

※計算中はグラフ表示が点滅し、約2秒後に日の出・日の入時刻が表示されます。



●好きな日の日の出・日の入時刻を見る

日の出・日の入モードでⒷボタンを押すごとに１日ずつ進みます。



※１日ずつ戻すことはできません。

●今日の日の出・日の入時刻に戻す

Ⓑボタンを約1秒以上押し続けます。



日の出・日の入時刻が違っているときは

1. カレンダーの年・月・日が合っているか確認してください。
   ※もし、合っていないときは42ページの「時刻・カレンダーの合わせ方」をご覧になり、合わせてください。
2. 日の出・日の入り時刻は使用場所により異なります。
   ※もし、使用場所が合っていないときは27ページの「使用場所の設定のしかた」をご覧になり、設定してください。

■使用場所の設定のしかた

本機の表示する「日の出・日の入時刻」は使用場所により異なります。ご使用前にあらかじめ使用場所の設定を行なってください。

使用場所の設定は〈日の出・日の入モード〉で行ないます。

1 時刻・カレンダーモードのときに

Ⓓボタンを5回押します

→日の出・日の入モードになります。



2

Ⓒボタンを1~2秒間押し続けます

→時差が点滅します。



※日本の時差は+9時間ですので、日本で使用するときは時差を+9とします。
※“GMT”とは「世界標準時」のことです。
※サマータイムにより時差がかわったときは、時差も+1時間してください。

3 時差を設定します

Ⓑボタンを押します

→Ⓑボタンを押すごとに0.5時間ずつ進みます。



※Ⓑボタンは押し続けると早送りができます。
※設定できる範囲は-11.0～13.0時間までです。

4 緯度・経度の設定に切り替えます

Ⓓボタンを押します

→緯度と経度が点滅します。

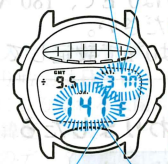


5 緯度・経度を設定します

ⒶボタンまたはⒷボタンを押します

→Ⓐボタンを押すごとに緯度（LAT）が1°ずつ進み、Ⓑボタンを押すごとに経度（LON）が1°ずつ進みます。

Ⓐ
→65° s→0° n→65° n
（n：北緯／s：南緯）



Ⓑ
→179° W→0° E→179° E
（E：東経／W：西経）

※Ⓐ・Ⓑボタンとも押し続けると早送りができます。

※日本国内の緯度／経度は32ページの「日本の緯度・経度」をご覧ください。また、海外などは33ページの「時差と緯度・経度」をご覧ください。
※使用場所の設定は、一度行なえば再び設定する必要はありません。ただし、引っ越しや旅行などで大きく移動したときは設定しなおしてください。
※緯度・経度は1度単位で表示されますので、小数点があるときは丸めて設定してください。
（例：50° 40′ → 51°）
※経度の0°Wは0°Eで、180°Wは180°Eで設定してください。
※緯度の0°sは0°nで設定してください。

6 設定が終わりましたら

©ボタンを押します

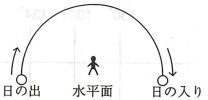
→グラフ表示が点滅して計算後、日の出・日の入り時刻が表示されます。

★設定表示（点滅状態）のままにすると、2～3分後自動的に点滅が止まります。

■ご参考

●日の出・日の入りについて

●本機でいう「日の出・日の入り」とは、海抜0mにおける水平面での時刻をさします。そのため、海抜高度や地形により多少の誤差ができます。一般に高度が高くなるほど日の出は早くなり、日の入りは遅くなります。



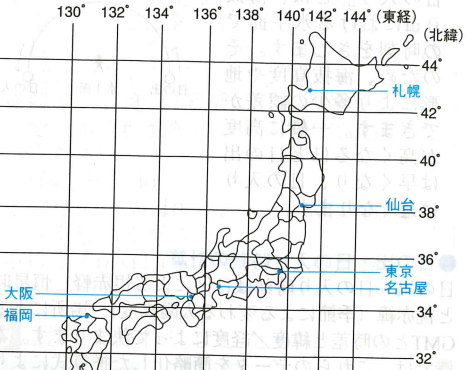
●日の出・日の入り時刻の計算

日の出・日の入り時刻は日付による視赤軽、恒星時と視赤緯（季節による変わる太陽高度）、場所によるGMTとの時差と緯度／経度によって決まります。本機では、これらのデータを簡略化した推算式により概算していますので、地域によっては多少の誤差が出ることがあります。

●日の出・日の入り時刻の予測誤差…

低～中緯度のとき＝約5分以内
高緯度のとき　＝約5～10分以内

●日本の緯度・経度



●時差と緯度・経度

都市名	標準時差	DST	経度	緯度
パゴパゴ	−11	−10	171° W	14° S
ホノルル	−10	− 9	158° W	21° N
パペーテ	−10	− 9	150° W	18° S
アンカレッジ	− 9	− 8	150° W	61° N
ロサンゼルス	− 8	− 7	118° W	34° N
サンフランシスコ	− 8	− 7	122° W	38° N
ラスベガス	− 8	− 7	115° W	36° N
バンクーバー	− 8	− 7	123° W	49° N
シアトル	− 8	− 7	122° W	48° N
デンバー	− 7	− 6	105° W	40° N
エルパソ	− 7	− 6	106° W	32° N
エドモントン	− 7	− 6	114° W	54° N
シカゴ	− 6	− 5	88° W	42° N
ヒューストン	− 6	− 5	95° W	30° N
ダラス	− 6	− 5	97° W	33° N
ニューオリンズ	− 6	− 5	90° W	30° N
メキシコシティ	− 6	− 5	99° W	19° N
ニューヨーク	− 5	− 4	74° W	41° N
モントリオール	− 5	− 4	74° W	45° N
デトロイト	− 5	− 4	83° W	42° N
マイアミ	− 5	− 4	80° W	26° N
ボストン	− 5	− 4	71° W	42° N
パナマシティ	− 5	− 4	80° W	9° N
リマ	− 5	− 4	77° W	12° S
カラカス	− 4	− 3	67° W	10° N
サンチアゴ	− 4	− 3	71° W	33° S
リオデジャネイロ	− 3	− 2	43° W	23° S
サンパウロ	− 3	− 2	47° W	24° S
ブラジリア	− 3	− 2	48° W	16° S
ブエノスアイレス	− 3	− 2	58° W	35° S
アゾレス諸島	− 1	− 0	25° W	38° N
ロンドン	＋0	＋1	0° E	51° N
ダブリン	＋0	＋1	6° W	53° N
カサブランカ	＋0	＋1	8° W	34° N
ダカール	＋0	＋1	17° W	15° N
リスボン	＋0	＋1	9° W	39° N
パリ	＋1	＋2	2° E	49° N
ミラノ	＋1	＋2	9° E	45° N
ローマ	＋1	＋2	12° E	42° N
マドリード	＋1	＋2	4° W	40° N
アムステルダム	＋1	＋2	5° E	52° N

都市名	標準時差	DST	経度	緯度
ハンブルグ	＋1	＋2	10° E	54° N
ストックホルム	＋1	＋2	18° E	59° N
フランクフルト	＋1	＋2	9° E	50° N
ウィーン	＋1	＋2	16° E	48° N
カイロ	＋2	＋3	31° E	30° N
アテネ	＋2	＋3	24° E	38° N
ヘルシンキ	＋2	＋3	25° E	60° N
イスタンブール	＋2	＋3	29° E	41° N
ベイルート	＋2	＋3	35° E	34° N
ダマスカス	＋2	＋3	36° E	33° N
クウェート	＋3	＋4	48° E	29° N
ジェッダ	＋3	＋4	39° E	21° N
アディスアベバ	＋3	＋4	39° E	9° N
ナイロビ	＋3	＋4	37° E	1° S
ドバイ	＋4	＋5	55° E	25° N
アブダビ	＋4	＋5	54° E	24° N
カラチ	＋5	＋6	67° E	25° N
ダッカ	＋6	＋7	90° E	24° N
バンコク	＋7	＋8	100° E	14° N
ジャカルタ	＋7	＋8	107° E	6° S
プノンペン	＋7	＋8	105° E	12° N
ハノイ	＋7	＋8	106° E	21° N
香港	＋8	＋9	114° E	22° N
シンガポール	＋8	＋9	104° E	1° N
クアラルンプール	＋8	＋9	102° E	3° N
上海	＋8	＋9	121° E	31° N
台北	＋8	＋9	122° E	25° N
マニラ	＋8	＋9	121° E	15° N
パース	＋8	＋9	116° E	32° S
東京	＋9	＋10	140° E	36° N
ソウル	＋9	＋10	127° E	38° N
平壌	＋9	＋10	126° E	39° N
シドニー	＋10	＋11	151° E	34° S
メルボルン	＋10	＋11	145° E	38° S
グアム	＋10	＋11	145° E	13° N
ヌメア	＋11	＋12	166° E	22° S
ポートヴィラ	＋11	＋12	168° E	18° S
ウェリントン	＋12	＋13	175° E	41° S
クライストチャーチ	＋12	＋13	173° E	43° S
ナウルアイランド	＋12	＋13	166° E	1° S

※この表は1996年6月現在作成のものです。
※時差はグリニッジ標準時(協定世界時：UTC)を基準としたものです。
※DSTとはサマータイムのことで、Daylight Saving Timeの略です。
　また、DSTの採用時期は各都市により異なりますし、採用していない
　都市もありますのでご確認ください。

タイマーの使い方

タイマーは1分単位で60分までセットでき、セットした時間を経過すると10秒間の電子音で知らせてくれます。

■タイマーを使うには

タイマーを使うには、時刻・カレンダーモードからⒹボタンを3回押して〈タイマーモード〉にします。



セット単位：1分
セット範囲：60分
計測単位：1秒

■タイマーの使い方

- Ⓑボタンを押すごとに計測がスタート／ストップします。
- ロスタイムがあるときは、Ⓑボタンでストップ後、もう一度Ⓑボタンを押すと、表示時間に引き続き計測を始めます。
- 計測を最初からやりなおすには、計測がストップしているときにⒸボタンを押します。セット時間に戻ります。



●セット時間が経過すると

10秒間電子音が鳴り、セットした時間に戻ります。

●鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押します。

■タイマー時間のセット

タイマー時間のセットは〈タイマーモード〉で行ないます。

1 時刻・カレンダーモードのときに

Ⓓボタンを3回押します

→タイマーモードになります。



2

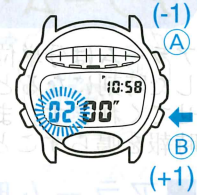
Ⓒボタンを1～2秒間押し続けます

→セット時間（分）が点滅します。



3

ⒶボタンまたはⒷボタンを押します



→Ⓐボタンを押すごとに1分ずつ戻り、Ⓑボタンを押すごとに1分ずつ進みます。

※Ⓐ・Ⓑボタンとも押し続けると早送りができます。

※セットできる範囲は60分までです。

4 セットが終わりましたら

Ⓒボタンを押します

→点滅が止まります。

★セット表示（点滅状態）のままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まります。

アラーム・時報の使い方

アラームは分単位でセットでき、セットした時刻になると20秒間の電子音で知らせてくれます。また、毎正時（00分）に時報を鳴らすこともできます。

■アラーム時刻のセット

アラーム時刻のセットは〈アラームモード〉で行ないます。

1 時刻・カレンダーモードのときに

Ⓓボタンを4回押します

→アラームモードになります。



2

Ⓒボタンを1～2秒間押し続けます

→時が点滅します。アラームマーク（▮▮▮）が点灯します。



3 時をセットします

ⒶボタンまたはⒷボタンを押します

→Ⓐボタンを押すごとに1時間ずつ戻り、Ⓑボタンを押すごとに1時間ずつ進みます。



※Ⓐ・Ⓑボタンとも押し続けると早送りができます。

※「時」のセットのとき午前(A)／午後(P)にご注意ください。

※基本時刻を24時間制表示にすると、アラーム時刻も24時間制表示となります。

4 分のセットに切り替えます

Ⓓボタンを押します

→分が点滅します。



5 分をセットします

Ⓐボタンまたは Ⓑボタンを押します

→Ⓐボタンを押すごとに1分ずつ戻り、Ⓑボタンを押すごとに1分ずつ進みます。



※Ⓐ・Ⓑボタンとも押し続けると早送りができます。

6 設定が終わりましたら

Ⓒボタンを押します

→点滅が止まります。

★セット表示（点滅状態）のままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まります。

●鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押します。

●モニターアラーム

アラームモードのときにⒷボタンを押している間、アラーム音が鳴ります。

●アラーム・時報のオン／オフ

アラームモードでⒷボタンを押すごとに、アラームマーク（ ▮▮▮ ）と時報マーク（🔔）が点灯／不点灯を繰り返します。それぞれのマークが点灯しているときがオンとなり、アラーム・時報が鳴ります。





アラーム	鳴らない	鳴る	鳴らない	鳴る
時報	鳴らない	鳴らない	鳴る	鳴る

時刻・カレンダーの合わせ方

●「秒」合わせ
～±30秒以内の遅れ／進みの調整～

1 時刻・カレンダーモードのときに

Ⓒボタンを1～2秒間押し続けます



→秒が点滅します。

2

時報に合わせて、Ⓑボタンを押します



→「00」秒からスタートします。

秒が00～29のときは切り捨てられ、30～59のときは1分繰り上がって「00」秒になります。
（時報は「電話117番」が便利です）

3

Ⓒボタンを押します

→点滅が止まります。

●時刻・カレンダーの合わせ方
電池交換後などで、時刻・カレンダーが合っていないときは、以下の手順で合わせてください。

1 時刻・カレンダーモードのときに

Ⓒボタンを1～2秒間押し続けます



→秒が点滅します。

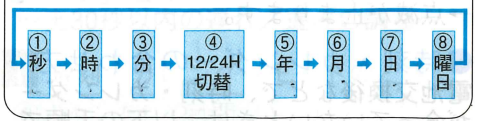
2 セット箇所を切り替えます

Ⓓボタンを押します



→時が点滅します

Ⓓボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順に移動しますので、セットしたいところを点滅させます。



3 セットします

Ⓐボタンまたは Ⓑボタンを押します



→Ⓐボタンを押すごとに1ずつ戻り、Ⓑボタンを押すごとに1ずつ進みます。

※Ⓐ·Ⓑボタンとも押し続けると早送りができます。

※「12/24時間制切り替え」のときは、Ⓑボタンを押すごとに「12H」⟷「24H」が切り替わります。

※曜日は日曜（SUN）～土曜（SAT）を繰り返します。

- 「時」のセットのとき午前(A)／午後(P)にご注意ください。
- 年は西暦で1995～2039年までセットできます。
- カレンダーはうるう年および大の月、小の月を自動判別するフルオートカレンダーですので、電池交換時以外は直す必要はありません。

手順2と3の操作を繰り返し、時・分・12/24時間制表示・年・月・日・曜日をセットしてください。

4 セットが終わりましたら

Ⓒボタンを押します

→点滅が止まります。

★セット表示（点滅状態）のままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まります。

製品仕様

水晶発振周波数：３２,７６８Hz
精　　度：平均月差±15秒以内
基本機能：時・分・秒、月・日・曜日
午前(A)／午後(P)／24時間制表示
フルオートカレンダー（1995～2039年）

温度計測機能：表示範囲＝-20.0～60.0℃
表示単位＝0.1℃
即時温度計測、常時温度計測（5分毎）、温度調整機能

温度計測精度：±2℃以内（10～40℃のとき）
±3℃以内
(-20～9℃および41～60℃のとき)

歩数計測機能：表示範囲
距離＝999km
歩数＝99999歩
時間＝23時間59分59秒
表示単位
距離＝0.1km
歩数＝1歩
時間＝1秒
歩幅セット機能
歩数計測精度＝±15％
（当社試験器による）

日の出・日の入機能：日の出・日の入時刻表示、日付順送り表示機能

アラーム機能：時刻アラーム
セット単位＝分
電子音＝20秒間
時報
毎正時に2回電子音で報時

タイマー機能：計測範囲＝60分
計測単位＝1秒
設定単位＝1分

その他：自動復帰機能、12/24時間制表示切り替え、EL（エレクトロルミネッセンス）バックライト

主要回路素子：音叉型高性能水晶振動子、ワンチップCMOS-LSI

使用電池：CR-2016（電池別途販売）
※電池はカシオ指定のものをご使用ください。

電池寿命：約2年
※1日あたり、電子音を20秒間、ライトを5秒間使用した場合

ご使用上の注意

■防　水　性

●表面または裏蓋にWATER RESISTまたはWATER RESISTANTと表示されているもの。

	BAR無し	5BAR	10BAR	20BAR
洗顔、雨	○	○	○	○
水仕事、水泳	×	○	○	○
ウインドサーフィン	×	×	○	○
スキンダイビング（素潜り）	×	×	○	○

※「BAR」は気圧の意味で、防水性の高さを表わします。
※専門的な潜水＝スキューバダイビング（アクアラング）でのご使用はお避けください。

●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。
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、水中でのボタン操作は行なわないでください。

●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年を目安に）なパッキン交換をおすすめします。

●電池交換の際、防水検査を行ないますので、必ずお買い上げの店あるいは最寄りのカシオサービスセンターにお申し付けください。（特殊な治具を必要とします）

●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、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。

■バ　ン　ド

●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。

●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、お買い上げ店または最寄りのカシオサービスセンター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実費にて申し受けます。

●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、布等で簡単に拭き取ることができます。

■温　度

●自動車のダッシュボード等の高温になる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、止まったりすることがあります。

●＋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。

■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。

■磁　気

●本機自体が磁気を帯びたり、強い磁気を発するものの近くで本機を使用すると、オートライトが作動しにくくなることがあります。

●強い磁気の影響により、歩数計測精度の低下、または計測不能となることがあります。

■薬　品　類

●水銀や化学薬品（シンナー、ガソリン、各種溶剤、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）が付着すると、ケース、バンド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。

■液晶パネルの交換について

液晶パネルは約７年を過ぎますと、数字や文字が読みにくくなる場合があります。そのときはお買い上げ店またはカシオサービスセンターに交換をお申し付けください。実費にて申し受けます。

万一、本機使用により生じた損害、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。

●金属バンドは、時々、部分洗いすることをおすすめします。部分洗いの際、時計本体に水がかからないようにしてください。非防水時計の場合は故障の原因となり、また防水時計でも石けん水により防水性が損われることがあります。

■お手入れを怠ると

●「サビ」

・ステンレススチールはサビにくい性質ですが、汚れによりサビが発生します。

※汚れにより酸素が断たれると、表面の酸化被膜が維持できなくなり、サビが発生します。

・表面はきれいでも、すきまに付着した汚れやサビがしみ出して、衣類の袖を汚すことがあります。

●「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、湿気の多い場所に保管すると、劣化が早くなり、切れたり、折れたりすることがあります。

●「かぶれ」

・皮膚の弱い方やアレルギー体質の方は、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するか、金属バンドのご使用をおすすめします。

・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

■最初の電池

●工場出荷時にモニター用電池が組み込まれておりますので、記載された電池寿命に満たないうちに切れることがあります。

※モニター用電池とは時計の機能や性能をチェックするための電池のことで、時計本体価格に電池代は含まれておりません。

※電池交換の場合は保証期間内でも有料となります。

■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。

■電池交換

●電池交換は必ずお買い上げ店または最寄りのカシオサービスセンターにお申しつけください。

●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、防水検査を行ないます。（防水検査は別途有料となります）

ELパネル（表示照明部）の交換について

表示照明用として使用としているELパネル（エレクトロルミネッセンスパネル）は、長期間使用しますと明るさが弱くなり、光が暗く見えることがあります。このようなときにはお買い上げ店またはカシオサービスセンターに交換をお申しつけください。実費にて申し受けます。