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。

カシオ計算機株式会社

MA9810-014001A

P

CASIO

1917＊ＪＡ

取扱説明書

1917

このたびは、弊社製品をお買い上げくださいまして、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。

本機のお取り扱いで、万一、誤ったボタン操作を行なっても、製品に傷害を与えることは一切ありません。本機の特徴、機能を十分に使いこなしていただくためにも、ご納得のゆくまでおためしください。

■本機の特徴

- ●エクササイズに便利なストップウオッチ
  - ・ラップ／スプリットメモリー機能
  - ・カロリー計算機能
  - ・ペースメーカー機能
- ●連続して5種類の時間を計測するタイマー
- ●アラーム機能
- ●オートELバックライト機能

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	分解しないでください
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。	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。

オートライト作動時のご使用について

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。転倒やケガ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。転倒や交通事故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。転倒や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

安全上のご注意
操作のしくみと表示の見方 …… 4
表示照明用ELバックライトについて … 6
　ボタンを押して発光させる …… 6
　時計を傾けて発光させる …… 6
エクササイズストップウオッチの使い方 … 8
　表示の見方 …… 8
　計測範囲 …… 8
　計測中のアニメーションについて … 8
　消費カロリーについて …… 9
　ラップ／スプリットメモリーについて … 10
　計測のしかた …… 11
　メモリーしたデータを見る …… 13
　メモリーのクリアー …… 14
　データのメモリータイミング …… 14
　個人データのセット …… 15
エクササイズタイマーの使い方 … 19
　計測のしかた …… 20
　タイマーのセット …… 21
アラームの使い方 …… 24
時刻・カレンダーの合わせ方 …… 26
　秒の合わせ方 …… 26
　時刻・カレンダーの合わせ方 …… 27
製品仕様 …… 29
ご使用上の注意 …… 30
お手入れについて …… 32
電池交換について …… 32

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。（確認音が鳴ります）

時刻モード



〈表示の見方〉



※曜日表示は20秒ごとにアニメーション表示となります。

曜日表示	
SUN	日
MON	月
TUE	火
WED	水
THU	木
FRI	金
SAT	土

●オートライト切り替え

Ⓢボタンを約1秒間押すごとに、バックライトの自動発光／手動発光が切り替わります。

●12/24時間制表示切り替え

Ⓡボタンを押すごとに、12時間制（午前A／午後P）と24時間制が切り替わります。

※表示内容や使い方については、各機能の項目をご覧ください。

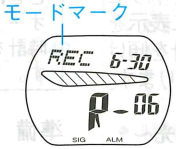
※ストップウオッチモード以外の各モードでボタン操作をした後Ⓜボタンを押すと、直接時刻モードに戻ります。

ストップウオッチモード



P-8

リコールモード



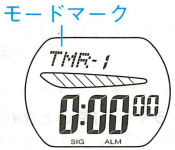
P-13

データモード



P-15

タイマーモード



P-19

アラームモード



P-24

表示照明用 ELバックライトについて

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～

Ⓛボタンを押します

→Ⓛボタンを押すと約1.5秒間文字板が発光します。

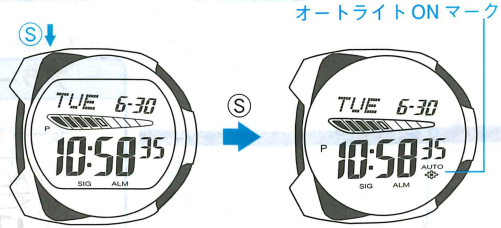


※ オートライトOFFのときもⓁボタンを押すと発光します。

■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。
暗い場所で、時刻やストップウオッチなどを見るときに大変便利です。
オートライト機能では、どのモードのときでも、時計を傾けるだけで文字板が約1.5秒間発光します。

準備　時刻モードのときⓈボタンを1秒間押し続けて、オートライトON(AUTO)にします。



<オートライト作動しません>　<オートライト作動します>

※ オートライトONのとき、Ⓢボタンを1秒間押し続けるとオートライトOFFに戻ります。
※ オートライトON/OFF設定は、時刻モードのときのみ行なえます。

●文字板を発光させる



※ 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時ー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Ⓜボタンを押したり、アラームなどが鳴り出すと発光を中断します。
- 発光中に時計本体より音が聞こえることがありますが、これはELパネルが点灯する際の振動音であり、異常ではありません。

〈オートライトご使用時の注意〉

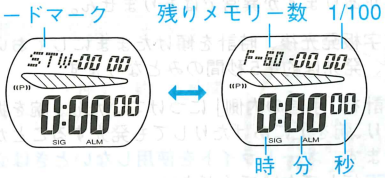
- オートライトが作動するのは、"AUTO"を点灯させてから5～6時間です。それ以降は電池消耗防止のため、自動的に"AUTO"が消えオートライトOFFになります。
  ※ 引き続きオートライトを作動させたいときは、再度Ⓢボタンを1秒間押して"AUTO"を点灯させてください。ただし、オートライトを頻繁に使用すると電池寿命が短くなりますのでご注意ください。(29ページ「製品仕様」参照)
- 時計を傾けたとき、文字板の発光が一瞬遅れることがありますが異常ではありません。
- 文字板発光後、時計を傾けたままにしておいても、発光は約1.5秒間のみとなります。
- 時計を「手首の内側」につけていたり、腕を振ったり、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。

エクササイズストップウオッチの使い方

エクササイズストップウオッチは、一定のペースに合わせて運動した時間から、消費カロリーを計算します。また、ラップ／スプリットタイムをメモリーできますので、運動後に自分のペースを知ることができます。

■表示の見方

ストップウオッチモードに切り替えると、モードマークと残りメモリー数を交互に表示します。



計測中はラップ／スプリットNo.と、30秒ごとに消費カロリーを表示します。

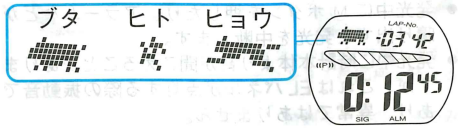


■計測範囲

- ストップウオッチ
  計測単位＝1/100秒
  計測範囲＝99時間59分59秒99
- 消費カロリー
  計測単位＝1kcal
  計測範囲＝9999kcal

■計測中のアニメーションについて

計測中は表示窓左上のドット表示部で、運動量（消費カロリー）に応じて3種類のアニメーションが登場します。



■消費カロリーについて

ストップウオッチモードで計測をすると、自動的に消費カロリーを計算し、30秒ごとに表示します。



消費カロリーを計算するために、あらかじめデータモードでペース、年齢、体重、歩幅をセットすることが必要です。
また、ペース音をオンにして、正確なペースで走るようにしてください。
※セットについては15ページをご覧ください。

本機で計算・表示する消費カロリーは総消費カロリーで、安静状態のときに消費される「安静時代謝」と付加運動（実際に体を動かしたとき）により消費される「純増消費カロリー」との両方を足したもの（一般に言う消費カロリー）です
また、消費カロリーは女性のジョギングを想定して計算していますので、男性がお使いのときは表示数値より5%程度多めに見てください。

●総消費カロリー〈100kcal〉の目安

ジョギング＝約25分
※20～29歳、女性（45kg）がペース120で走った場合。

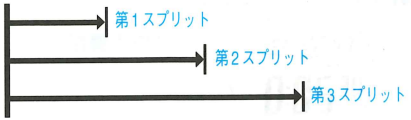
■ラップ／スプリットメモリーについて

運動中のラップタイムまたはスプリットタイムとトータルタイム、ベストラップタイムをメモリーできます。

●ラップタイム
ジョギングなどでは任意の区間ごとのタイムのことです。
周回コースなどでは1周ごとのタイムのことです。



●スプリットタイム
ジョギングなどでは任意の地点までのタイムのことです。
周回コースなどでは、1周目までのタイム、2周目までのタイム…のように、計測時点までの積算タイムのことです。



メモリーの数え方

メモリーは全部で60本あり、計測を分けて使うことができます。

7月1日
60本

7月1日		7月2日		7月3日		合計
20本	＋	20本	＋	20本	＝	60本

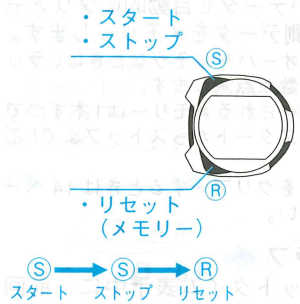
なお、1回の計測で日付データとベストラップ（ラップ／スプリットタイム計測時）の2本が使われますので、差し引いた分だけラップ／スプリットがメモリーできます。

7月1日
60本 (58+2)

7月1日		7月2日		7月3日		合計
20本	＋	20本	＋	20本	＝	60本
(18+2)		(18+2)		(18+2)		(54+6)

■計測のしかた

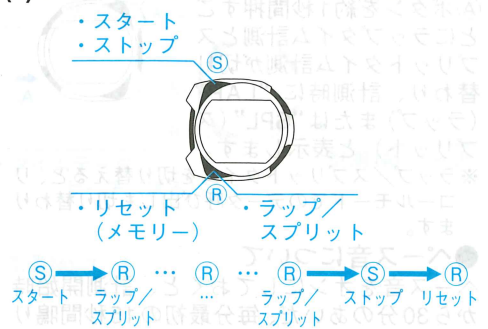
(1)通常計測



計測がストップしているときにⓇボタンを押すと計測がリセットされ、同時に計測タイムと日付データがメモリーされます。

●積算計測
ロスタイムのある場合は、ストップ後リセットせずにⓈボタンを押して再スタートすれば、表示タイムに引き続き計測を始めます。

(2)ラップ／スプリットタイム計測



計測中にⓇボタンを押すと、7秒間ラップタイムまたはスプリットタイムを表示し、ラップタイムまたはスプリットタイムがメモリーされます。

〈ラップ表示〉



〈スプリット表示〉



●ラップ／スプリットタイム切り替え



ストップウオッチモードでⒶボタンを約1秒間押すごとにラップタイム計測とスプリットタイム計測が切り替わり、計測時に“LAP”（ラップ）または“SPL”（スプリット）と表示します。

※ラップ／スプリットタイムを切り替えると、リコールモードでのデータ呼び出しも切り替わります。

●ペース音について

ペース音をオンにしておくと、計測開始時から30分のあいだ、毎分最初の15秒間鳴ります。

※30分経過後は、計測を一時ストップし、再スタートしたときの1回だけ鳴ります。

※ペース音のオン／オフはデータモードで行ないます。

●計測値自動照明

次の場合、自動的に1.5秒間バックライトが点灯します。

Ⓢボタン：ストップ

Ⓡボタン：ラップ／スプリット、リセット

●メモリー容量をオーバーしたときは

計測中にメモリー容量をオーバーしたときは、もっとも古いデータを自動的にクリアーして、新たな計測データをメモリーします。

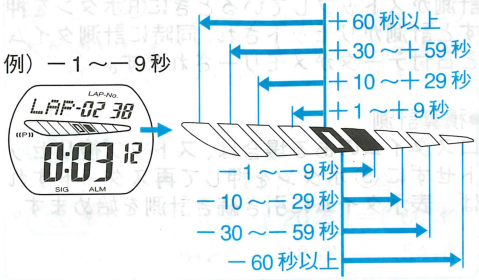
※メモリー容量をオーバーしそうなときは、ラップ・スプリット数が点滅します。

※自動的にクリアーされるメモリーは1本ずつではなく、1計測（スタートからストップまで）ごとです。

※任意のメモリーをクリアーするときは14ページをご覧ください。

●ラップ差グラフ

ラップ／スプリットタイム表示中に、前回ラップと今回ラップの差をグラフ表示します。

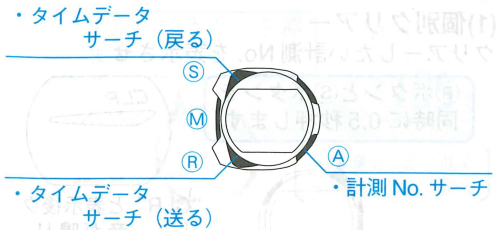


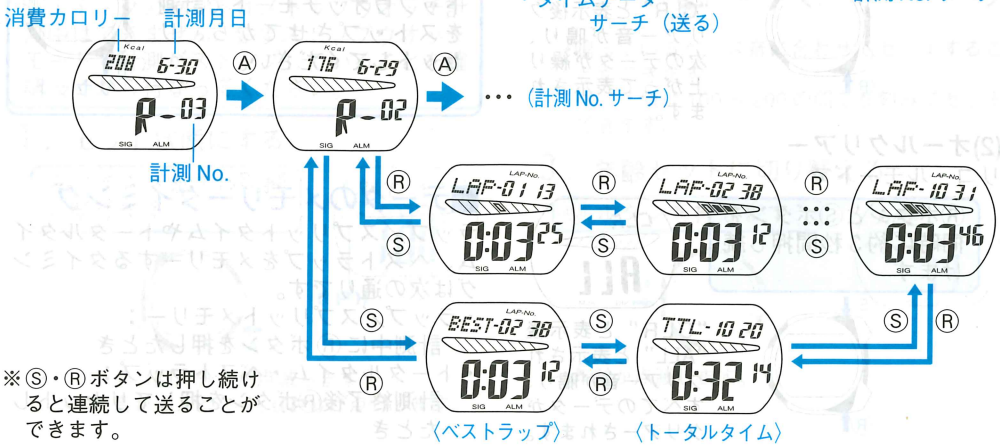
■メモリーしたデータを見る

メモリーしたデータは、リコールモードで呼び出します。

※リコールモードにするには、時刻モードからⓂボタンを2回押します。（ストップウオッチモードからはⓂボタンを1回押します）

リコールモードにすると、最新の計測データNo.を表示します。





※Ⓢ・Ⓡボタンは押し続けると連続して送ることができます。

■メモリーのクリアー

(1)個別クリアー

クリアーしたい計測 No. を表示させ

ⓇボタンとⓈボタンを同時に 0.5 秒押します



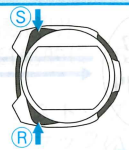


“CLR” と表示後クリアー音が鳴り、次のデータが繰り上がって表示されます。

(2)オールクリアー

リコールモードで

ⓇボタンとⓈボタンを同時に約 3 秒間押し続けます





“CLR” と表示後 “ALL” と表示されクリアー音が鳴り、すべてのデータがクリアーされます。

メモリーがクリアーできないときは

計測中の（リセットしていない）データはクリアーできません。
また、計測中のデータがあるときはオールクリアーができません。
個別クリアーおよびオールクリアーができないときは、ストップウオッチモードで計測をストップさせてから、リセットしてください。



■データのメモリータイミング

ラップ／スプリットタイムやトータルタイム、ベストラップをメモリーするタイミングは次の通りです。

- ラップ／スプリットメモリー：
  計測中にⓇボタンを押したとき
- トータルタイム・ベストラップ：
  計測終了後Ⓡボタンを押してリセットしたとき

■個人データのセット

個人データのセットはデータモードで行ないます。

※データモードにするには、時刻モードからⓂボタンを 3 回押します。
※個人データをセットしなくてもストップウオッチは計測できますが、表示される消費カロリー値は正しい数値ではありません。

個人データのセットはストップウオッチ計測中はできません。必ずストップウオッチモードで計測がストップしていることを確認してから行なってください。

1．セット状態にする

Ⓐボタンを約 1 秒間押し続けます

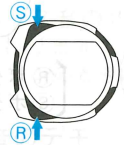




→ペース値（回／分）が点滅します。
ペース音がオンとなり、((P)) が点灯します。

2．ペース値をセットする

ⓇまたはⓈボタンを押します





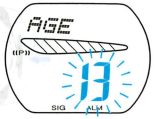
（Ⓡボタン：5つ進む
Ⓢボタン：5つ戻る）

→鳴っているペース音に合わせてセットすることができます。
ペース値は 100 ～ 200 の間で 5 刻みにセットできます。

3．年齢セットに切り替える

Ⓜボタンを押します

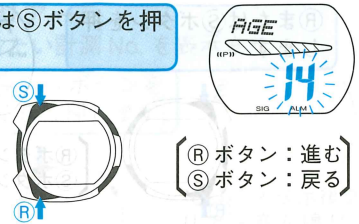




→年齢が点滅します。

4．年齢をセットする

Ⓡまたは Ⓢボタンを押します



〔Ⓡボタン：進む
Ⓢボタン：戻る〕

→年齢は、13～19歳までは1刻みで、20～70までは10刻みでセットできます。

5．体重セットに切り替える

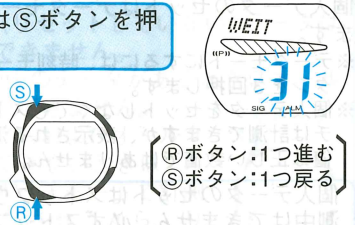
Ⓜボタンを押します



→“WEIT”と“Kg”が交互に表示され、体重が点滅します。

6．体重をセットする

Ⓡまたは Ⓢボタンを押します

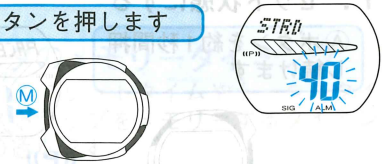


〔Ⓡボタン:1つ進む
Ⓢボタン:1つ戻る〕

→体重は30～150Kgの間でセットできます。

7．歩幅セットに切り替える

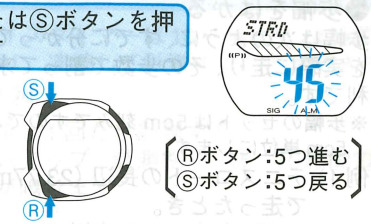
Ⓜボタンを押します



→“STRD”と“cm”が交互に表示され、歩幅が点滅します。

8．歩幅をセットする

Ⓡまたは Ⓢボタンを押します



〔Ⓡボタン:5つ進む
Ⓢボタン:5つ戻る〕

→歩幅は40～190cmの間でセットできます。

9．セットを終わる

Ⓐボタンを押します



→点滅が止まります。

※個人データのセットで表示を点滅させたまま2～3分すると、自動的に点滅が止まります。

●ペース音のオン／オフ

ストップウオッチモードで計測中に鳴るペース音をオン／オフすることができます。
データモードでⓈボタンを押すごとにペース音のオンとオフが切り替わります。
※ペース音がオンのときは《P》が点灯します



●ペース音のデモ

データモードでⓇボタンを押すと、15秒間ペース音が鳴ります。
※鳴っているペース音を止めるには、いずれかのボタンを押します。



〈ご参考〉

●ペースを決める

1．ペース音を鳴らさずに、ジョギングなどの運動をします。
2．データモードでⒶボタンを約1秒間押し続けてセット状態にし、ペース音を鳴らします。
3．ⓇボタンまたはⓈボタンを押して運動する早さにペース音を合わせます。
4．セットを終わるときはⒶボタンを押します。

●年齢のセットデータを決める

年齢は13～79歳（70歳台）までセットできます。セット単位は13～19歳までは1歳刻みで、20歳以上は20歳台、30歳台、…70歳台と10歳刻みでセットします。

※13歳未満の方は13歳で、80歳以上の方は70歳台でセットしてください。

●歩幅をはかる

歩幅は次のように、すでに分かっている長さを実際に走り、その歩数で割って求めると便利です。

※歩幅のセットは5cm刻みですので、計測値も5cm単位にします。

例1）テニスコートの長辺（23.77m）を25歩で走ったとき。

23.77（m）÷25（歩）＝0.9508（m）
≒95cm

例2）300mトラック1周を239歩で走ったとき。

2300（m）÷239（歩）＝1.255（m）
≒126cm → 125cm

エクササイズタイマーの使い方

エクササイズタイマーは10秒単位で24時間までセットできるタイマーが5種類あり、単独で計測したり、連続して計測することができます。

●単独計測

例）3分間を1回だけ計測する。
タイムアップ（計測終了）後、10秒間電子音が鳴ります。

・セット
タイマー1のみを3分にセットする。
オートリピートはオフにする。

例）5分間を繰り返して計測する。
タイムアップ後、2秒間電子音が鳴ります。
※ストップするまで計測は止まりません。

・セット
タイマー1のみを5分にセットする。
オートリピートはオンにする。



●連続計測

オートリピートをオンにしたタイマーを順番に繰り返し計測します。
各タイマーがタイムアップ後、2秒間鳴ります。

例）5分トレーニング、1分休憩、10分トレーニング、2分休憩を繰り返す。
※ストップするまで計測は止まりません。

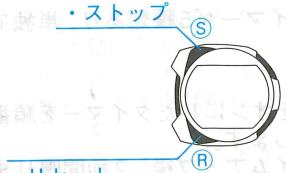
・セット
タイマー1に5分、タイマー2に1分、タイマー3に10分、タイマー4に2分をセットし、それぞれオートリピートをオンにする。



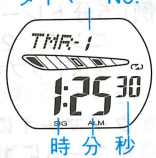
繰り返して計測をする場合、使わないタイマーのオートリピートは必ずオフにしてください。

■計測のしかた

・スタート
・ストップ



・リセット
・タイマーサーチ



計測中はドット表示部にアニメーションを表示します。

計測がストップしているときにⓇボタンを押すと計測がリセットされ、セットした時間を表示します。

※ロスタイムがあるときは、計測中にⓈボタンを押してストップ後、もう一度Ⓢボタンを押します。

●タイマーサーチ

リセットされているときにⓇボタンを押すと、最初にスタートするタイマーを選べます。

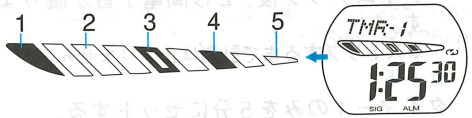
●鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押します。

●タイマーインジケーター

タイマーのオートリピートがオンかオフかを表示します。

例）タイマー1、3、4がオートリピートオンの場合



■タイマーのセット

タイマーのセット方法はいずれも同じです。

1．タイマーを選ぶ

Ⓡボタンを押します





2．セット状態にする

Ⓐボタンを約1秒間押し続けます

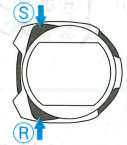




→「時」が点滅します。

3．「時」をセットする

ⓇまたはⓈボタンを押します





（Ⓡボタン：1つ進む
Ⓢボタン：1つ戻る）

4．「分」のセットに切り替える

Ⓜボタンを押します

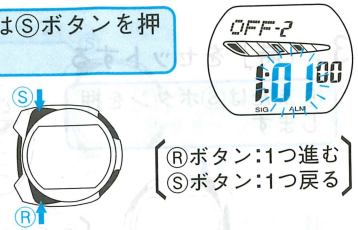




→「分」が点滅します。

5．「分」をセットする

Ⓡまたは Ⓢボタンを押します



〔Ⓡボタン：1つ進む
Ⓢボタン：1つ戻る〕

6．「秒」のセットに切り替える

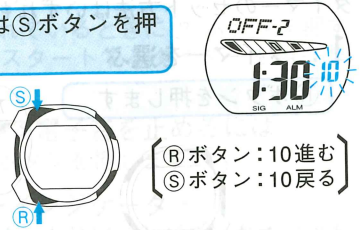
Ⓜ ボタンを押します



→「秒」が点滅します。

7．「秒」をセットする

Ⓡまたは Ⓢボタンを押します



〔Ⓡボタン：10進む
Ⓢボタン：10戻る〕

8．オートリピートのセットに切り替える

Ⓜ ボタンを押します



→ “ON” または “OFF” が点滅します。

9．オートリピートをセットする

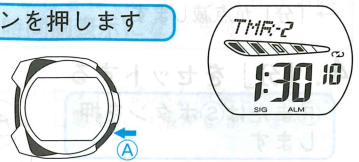
Ⓡまたは Ⓢボタンを押します



→ “ON” と “OFF” が切り替わり、“ON” のときはオートリピートマーク（↻）が点灯します。

10．セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します



→点滅が止まります。

※24時間をセットするときは、「0:00 00」に合わせます。

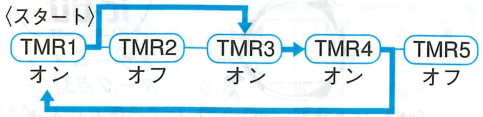
※タイマー時間のセットで表示を点滅させたまま2～3分すると、自動的に点滅が止まります。

〈ご注意〉

●オートリピートのオン／オフ

スタートするタイマーのオートリピートがオンかオフかにより、計測内容がかわります。

- スタートするタイマーのオートリピートがオンの場合
  →オートリピートがオンになっているタイマーを順番に繰り返します。
  ※計測はストップさせるまで止まりません。



- スタートするタイマーのオートリピートがオフの場合
  →スタートしたタイマーがタイムアップすると、計測は終了します。



アラームの使い方

アラームは1分単位でセットでき、セット時刻になると20秒間の電子音で知らせてくれます。
また、毎正時（00分のとき）に“ピッピッ”と時報を鳴らすこともできます。

■アラーム時刻のセット

1．セット状態にする

Ⓐボタンを約1秒間押し続けます



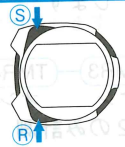


アラームオンマーク点灯

→「時」が点滅し、アラームがオンになります。

2．「時」をセットする

ⓇまたはⓈボタンを押します



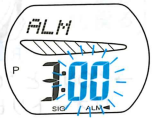


〔Ⓡボタン:1つ進む
Ⓢボタン:1つ戻る〕

3．「分」のセットに切り替える

Ⓜボタンを押します





→「分」が点滅します。

4．「分」をセットする

ⓇまたはⓈボタンを押します





〔Ⓡボタン:1つ進む
Ⓢボタン:1つ戻る〕

5．セットを終わる

Ⓐボタンを押します





→点滅が止まります。

- 時のセットのとき、午前（A）／午後（P）にご注意ください。
- 時刻モードの現在時刻を24時間制表示にしているときは、アラームのセット時刻も24時間制表示になります。

※アラーム時刻のセットで表示を点滅させたまま2～3分すると、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。

●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、以下のようにアラーム・時報のオン／オフが切り替わります。





時報
アラーム



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

●デモアラーム

アラームモードでⓇボタンを1秒以上押すと、アラーム音が鳴ります。



時刻・カレンダーの合わせ方

時刻・カレンダー合わせは時刻モードで行ないます。

■秒の合わせ方　～30秒以内の遅れ／進みの修正～

月に1度くらいこの「秒合わせ」をしていただくと、時計はいつも正確です。

1．セット状態にする

Ⓐボタンを約1秒間押し続けます



→「秒」が点滅します。

2．秒を合わせる

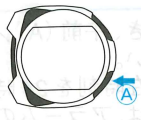
Ⓡボタンを押します





3．セットを終わる

Ⓐボタンを押します





→点滅が止まります。

秒が00～29秒のときは切り捨てられ、30～59秒のときは1分繰り上がって「00秒」になります。
※時報は「時報サービス　電話117番」が便利です。

※秒合わせのときに表示を点滅させたまま2～3分すると、自動的に点滅が止まります。

■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場合は、以下の方法で合わせてください。

1．セット状態にする

Ⓐボタンを約1秒間押し続けます

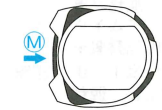




→「秒」が点滅します。

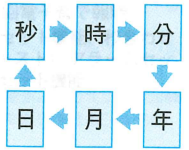
2．セット箇所を切り替える

Ⓜボタンを押します



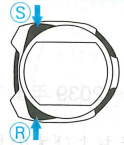


→Ⓜボタンを押すごとにセット箇所（点滅箇所）が右図の順に移動します。



3．「分」をセットする

ⓇまたはⓈボタンを押します





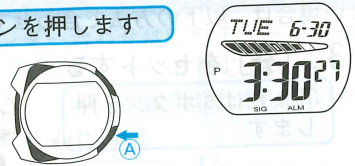
（Ⓡボタン：1つ進む
Ⓢボタン：1つ戻る）

- Ⓡ・Ⓢ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)および24時間制にご注意ください。
- 曜日は年月日を合わせると自動的にセットされます。

Ⓜボタンを押してセットしたい箇所を点滅させ、Ⓡ・Ⓢボタンでセットする操作を繰り返し、セットしてください。

4．セットを終わる

Ⓐボタンを押します



→点滅が止まります。

※「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、電池交換時以外は修正不要です。
※時刻・カレンダーのセットで表示を点滅させたまま2～3分すると、自動的に点滅が止まります。

●12時間制／24時間制表示切り替え

12時間制表示と24時間制表示は、時刻モードでⓇボタンを押すごとに切り替わります。

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：月・日・曜日・時・分・秒・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）
ストップウオッチ機能：計測単位＝1/100秒
計測範囲＝99時間59分59秒99
（100時間計）
データメモリー機能（60本　ただし、ラップ／スプリットメモリーは最大58本）
消費カロリー計算＝0～9999kcal
個人データセット、ペース音付
タイマー機能：減算タイマー（5メモリー）
計測単位＝1秒　計測範囲＝24時間
セット単位＝10秒
計測機能＝通常計測、ロスタイム計測、単独計測／連続計測（オートリピート）
タイムアップ電子音＝10秒間
※連続計測中は2秒間
アラーム機能：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
セット機能：時刻・カレンダーセット機能、秒合わせ機能（±30秒アジャスト）、アラームセット機能、タイマーセット機能
その他：自動復帰機能、モニターアラーム、12/24時間制表示切り替え、アニメ表示、ELバックライト、ELオートライト
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-1620（電池別途販売）
電池寿命：約1.5年
（1日あたり
ライト4回（6秒）、電子音20秒、
ストップウオッチ計測1回（ペース音450秒）使用した場合）
※ただし、使用条件により電池寿命が短くなります。
1日あたり
ライト9回（13.5秒）、電子音20秒、ストップウオッチ計測2回（ペース音900秒）使用した場合　約1年

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。
●防水構造の機種はシャワー程度の温水では使用できますが、入浴等で長時間使用することはお避けください。
●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テクノ・サービスステーション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テクノ・サービスステーション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。
●低温下で使用し、ボタン部分が凍結した場合、ボタン操作ができなくなることがあります。常温に戻ればボタンは正常に作動します。
●低温下でアラームを使用すると表示が見えにくくなったり、消えたりすることがあります。常温に戻れば正常に作動します。

■ショック

●腕につけたままでモトクロス、チェーンソー、削岩機などの強い衝撃を受けても時計には影響ありません。
●腕につけたままで激しいスポーツなどのショックが加わっても時計には影響ありません。

■磁気

●時計機能に影響はありませんが、本機自体が磁気を帯びますと、オートライトが作動しにくくなったりしますのでご注意ください。

■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テクノ・サービスステーションに交換をお申し付けください。実費にて申し受けます。

■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テクノ・サービスステーションに交換をお申し付けください。実費にて申し受けます。

■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、匂いの発生を防ぎ、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。

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テクノ・サービスステーションにお申し付けください。
●電池は必ず当社指定の専用電池と交換してください。指定以外の電池を使用しますと故障の原因となる場合があります。
●電池交換の際、防水検査を行ないます。(防水検査は別途有料となります)

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。