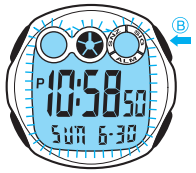
ライト点灯について

どのモードのときでも、Ⓑボタンを押すと約1.5秒間文字板が発光します。
➡暗いところでも表示を見ることができます。



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Ⓑボタン以外のボタンを押したり、アラームなどが鳴る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。

操作のしくみと表示の見方

Ⓒボタンを押すごとに確認音が鳴り、以下の順でモードが切り替わります。
※どのモードのときでも、Ⓒボタンを約２秒間押すと直接時刻・カレンダーモードに戻ります。

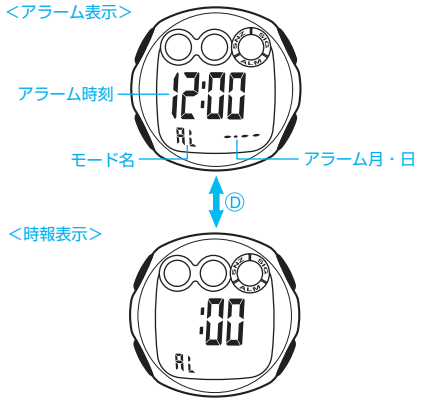
時刻・カレンダーモード



★12/24時間制表示切替について
時刻・カレンダーモードで、Ⓓボタンを押すごとに12時間制表示（午前／午後“Pが点灯”）と24時間制表示とが切り替わります。

★曜日の見方
SUN：日　MON：月　TUE：火　WED：水
THU：木　FRI：金　SAT：土

アラームモード



タイマーモード



ストップウオッチモード



デュアルタイムモード



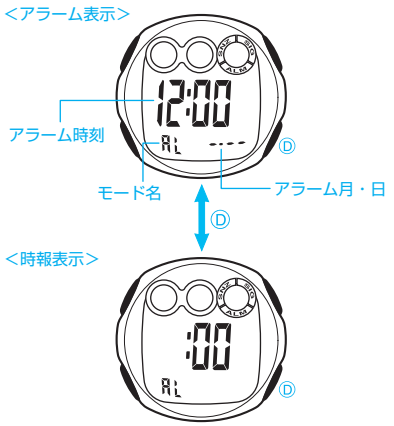
アラーム・時報の使い方

Ⓒ ボタンを押して、アラームモードにします。

■表示切替について

アラームモードのとき、Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに、アラーム表示と時報表示とが切り替わります。



■アラームの使い方

●アラームについて

月・日・時・分を設定でき、以下の２種類から使い方に合わせてお好きな方を選ぶことができます。

★通常アラーム
設定した時刻になると 10 秒間の電子音が鳴ります。
※アラームマークが点灯。

★スヌーズアラーム
設定した時刻になると 10 秒間の電子音が鳴り、5 分おきに合計 7 回報音を繰り返します。なお、ボタンを押して音を止めても、再び鳴り出します。
※アラームマークとスヌーズマークが点灯。

●アラーム時刻のセット

1. アラーム表示を選ぶ

アラームモードのとき、Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押してアラーム表示を選びます。



2. セット状態にする

Ⓐ ボタンを約２秒間押します

➡「時」が点滅します。
※ アラームマークが点灯して、自動的に通常アラームが ON になります。

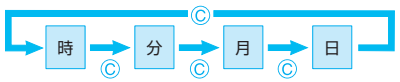


3. セット箇所を選ぶ

Ⓒ ボタンを押します

➡Ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動しますので、合わせたい箇所を点滅させます。





4. 点滅箇所のセット

Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進みます。
※ 押し続けると早送りします。
※「月」をセットしないときは“－”を、「日」をセットしないときは“－－”を表示させます。



3.～4. の操作を繰り返して、「アラーム時刻」をセットします。

※「時」のセットのとき午前／午後（P）、または 24 時間制にご注意ください。
※基本時刻を 24 時間制にしているときは、アラーム時刻も自動的に 24 時間制で表示されます。
※「時・分」に加え、「月・日」をセットすることにより、以下のようにアラームを鳴らすタイミングが選べます。

毎日鳴らす➡「時・分」のみセット
指定月に毎日鳴らす➡「月・時・分」をセット
毎月同じ日に鳴らす➡「日・時・分」をセット
指定月日に鳴らす➡「月・日・時・分」をセット

5. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

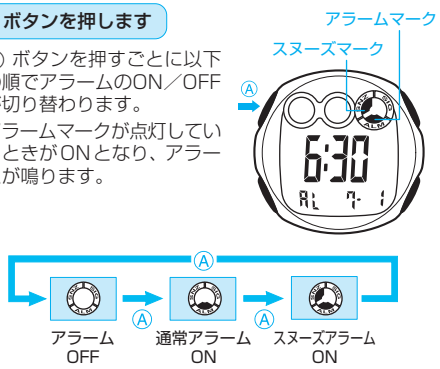
➡点滅が止まり、セット完了です。
※ 点滅表示のまま２～３分間すると、自動的に点滅が止まります。

●アラームの ON／OFF 設定（アラームの種類を選ぶ）

準備：アラームモードのとき、Ⓓ ボタンを押してアラーム表示にします。

Ⓐ ボタンを押します

➡Ⓐ ボタンを押すごとに以下の順でアラームのON／OFFが切り替わります。
※アラームマークが点灯しているときがONとなり、アラームが鳴ります。



■時報の使い方

●時報について

毎正時（00 分）に“ピッピッ”と電子音を鳴らすことができます。

●時報の ON／OFF 設定

準備：アラームモードのとき、Ⓓ ボタンを押して時報表示にします。

Ⓐ ボタンを押します

➡Ⓐ ボタンを押すごとに時報のON／OFFが切り替わります。
※時報マークが点灯しているときがONとなり、時報が鳴ります。



●鳴っているアラーム音を止めるには

いずれかのボタンを押すと、音が止まります。
※スヌーズアラームのときは、再び鳴り出します（スヌーズアラーム機能中はスヌーズマークが点滅します）。
※「●アラームの ON／OFF 設定」の手順でアラームマークとスヌーズマークを消すと、スヌーズアラーム機能が解除され、以後音は鳴りません。

ご注意

●スヌーズマーク点滅中に以下の操作を行なうと、点滅が止まり、次回からの報音を中断します。

・時刻モードでセット状態に入ったとき。
・アラームモードでセット状態に入ったとき。

●基本時刻セット中にスヌーズアラーム時刻と一致した場合は、１回のみ報音を行ないます。

●モニターアラーム

アラームモードのとき、Ⓓ ボタンを押し続けると、アラーム音が鳴ります。

タイマーの使い方 Ⓒ ボタンを押して、タイマーモードにします。

タイマーモードでは、1分単位で24時間までセットでき、1秒単位で減算計測を行ないます。
セットした時間を経過（タイムアップ）すると、10秒間電子音が鳴ります。
タイムアップ後も自動的に計測を繰り返すオートリピートタイマーとしても使えます。

■ タイマー方法について

本機のタイマーは以下の2種類があり、使い方に合わせてお好きな方を選ぶことができます。

* タイマー方法の選び方については「★タイマー方法を選ぶには…」参照。

★リピートタイマー（繰り返し計測）
タイムアップすると、計測が止まります。約10秒後にタイマー時間表示に戻ります。

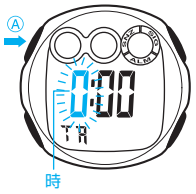
★オートリピートタイマー（自動繰り返し計測）
タイムアップしても、計測ストップするまで自動的に同じ時間を繰り返し計測します。
※“⇆”が点灯。

■ タイマー時間のセット

1. セット状態にする

タイマーモードのとき、Ⓐ ボタンを約2秒間押します

➡「時」が点滅します。

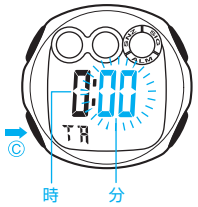


2. セット箇所を選ぶ

Ⓒ ボタンを押します

➡Ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動しますので、合わせたい箇所を点滅させます。

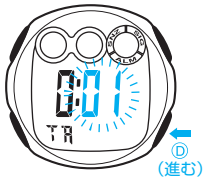
時 ⇔ 分 （Ⓒ）



3. 点滅箇所をセットする

Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進みます。
※ 押し続けると早送りします。



2.～3.の操作を繰り返して、「タイマー時間」を合わせます。

※1分単位で24時間までセットできます。
※タイマー時間を24時間に設定するときは、表示を“0：00”にします。

★タイマー方法を選ぶには…

Ⓑ ボタンを押します

➡表示が点滅しているとき、Ⓑ ボタンを押すごとにリピートタイマーとオートリピートタイマーが切り替わります。
※オートリピートタイマーを選ぶと、“⇆”マークが点灯します。
※Ⓑボタンを押すと、ライトも点灯します。



4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。
※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

■ タイマーの使い方（減算計測のしかた）

タイマーモードのとき、Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに計測がスタート／ストップします。
※計測は1秒単位で行ないます。
※計測値に連動してグラフ表示が点灯／消灯します。



★計測ストップ後、Ⓐ ボタンを押すと、計測前の表示に戻ります（リセット）。
★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タイムに引き続き計測を始めます。

■ タイムアップになると

セットした時間を経過すると、10秒間電子音が鳴り、タイムアップを知らせます。

■ 鳴っている電子音を止めるには

いずれかのボタンを押すと、音が止まります。

ストップウオッチの使い方 Ⓒボタンを押して、ストップウオッチモードにします。

ストップウオッチは1/100秒単位で23時間59分59秒99（24時間計）まで計測できます。計測範囲を超えると、自動的に0に戻って計測し続けます。

■ 計測のしかた

ストップウオッチモードのとき、Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに計測がスタート／ストップします。
※計測は1/100秒単位で行ないます。
※計測値に連動してグラフ表示が点灯／消灯します。



●通常計測

Ⓓ スタート → Ⓓ ストップ → Ⓐ リセット

積算計測… ロスタイムのあるときは、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。

●スプリットタイム（途中経過時間）の計測

Ⓓ スタート → Ⓐ スプリット → Ⓐ スプリット解除（スプリットタイム表示） → Ⓓ ストップ → Ⓐ リセット

●1・2着同時計測

Ⓓ スタート → Ⓐ 1着ゴール（1着タイム表示） → Ⓓ 2着ゴール → Ⓐ 2着タイム表示 → Ⓐ リセット

★計測中にⒶ ボタンを押すと、表示は止まりますが、内部では計測を続ける**スプリット計測**となります。（SPL表示）
※スプリット計測中にモードを切り替えると、スプリットは解除されます。
★計測終了後 Ⓐ ボタンを押すと、計測値が0に戻ります。（リセット）

デュアルタイムの使い方

Ⓒ ボタンを押して、デュアルタイムモードにします。

デュアルタイムとは、現在時刻とは別に海外時刻などもう1つの時刻をセットできる機能です。

※デュアルタイムの「秒」は基本時刻の「秒」と連動しています。

※基本時刻を24時間制にしているときは、デュアルタイムも自動的に24時間制で表示されます。

■デュアルタイムのセット

1.

デュアルタイムモードのとき、Ⓐ ボタンを約2秒間押します

➡「時」が点滅します。



2. セット箇所を選ぶ

Ⓒ ボタンを押します

➡Ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動しますので、合わせたい箇所を点滅させます。

時 ⇔ 分 (Ⓒ)



3. 点滅箇所のセット

Ⓓ ボタンを押します

➡Ⓓ ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進みます。

※ 押し続けると早送りします。



2.～3. の操作を繰り返して、「デュアルタイム」を合わせます。

※「時」のセットのとき午前／午後（P）、または24時間制にご注意ください。

4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

時刻・カレンダーの合わせ方

以下の操作は、時刻・カレンダーモードで行ないます。

電池交換後などで、時刻やカレンダーが合っていないときは、以下の方法でセットします。

■時刻・カレンダーのセット

1. セット状態にする

時刻・カレンダーモードのとき、Ⓐ ボタンを約2秒間押します

➡「秒」が点滅します。



2.「秒」合わせ…30秒以内の遅れ／進みの修正

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「時報サービス117番」が便利です）



a.～b. の操作を繰り返して、「時刻・カレンダー」を合わせます。

※「時」のセットのとき午前／午後（P）、または24時間制にご注意ください。

※「年」は2000～2099年の範囲内でセットできます。正しくセットすると、自動的に曜日が算出されます。なお、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、電池交換時以外の修正は不要です。

4. セットを終わる

Ⓐ ボタンを押します

➡点滅が止まり、セット完了です。

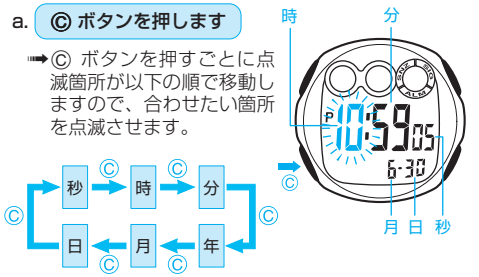
※ 点滅表示のまま2～3分間すると、自動的に点滅が止まります。

3.「時刻・カレンダー」合わせ

a. **Ⓒ ボタンを押します**

➡Ⓒ ボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動しますので、合わせたい箇所を点滅させます。

秒 → (Ⓒ) 時 → (Ⓒ) 分 → (Ⓒ) 年 → (Ⓒ) 月 → (Ⓒ) 日 → (Ⓒ) 秒



b. **Ⓓ ボタンを押します**

➡Ⓓ ボタンを押すごとに点滅箇所の数字が進みます。

※ 押し続けると早送りします。

