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

バイオリズム・マルチアラーム・1/100秒ストップウオッチ

946

使用説明書

946

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した。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いたします。

なお、この使用説明書は大切に保存し、必要に応じてご覧ください。

時計のお取り扱いで、万一誤ったボタン操作を行なっても、製品に障害を与えることはありません。この時計の特長、機能を十分使いこなしていただくためにも、ご納得のゆくまでお試しください。

ご使用上の注意

防　水　性●裏蓋にWATER RESISTまたはWATER RESISTANTと表示されているもの。

	BAR/ｍ無し	5BAR/50ｍ	10BAR/100ｍ	20BAR/200ｍ	30BAR/300ｍ
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）	×	×	○	○	○

※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。

●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。

●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。そのときは、お買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。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。

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拭き取り、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な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。

●「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。

温　　度●直射日光が長く当ったり、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来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●磁気の影響はありません。

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、水分などを拭き取り、高温、多湿の場所を避けて保管してください。

蛍光商品のお取り扱いについて

●蛍光色商品のケース／バンドを使用しているものは、以下の点にご注意ください。

●長時間、直射日光に当てますと、色あせする場合があります。

●長時間、濡れたままにしておくと色が落ちるおそれがありますので、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。

●長時間、他の商品と密着させたり、濡れたまま他の商品と一緒にしておくと、他の商品に色が移行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、密着保存を避けてください。

●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。

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）

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。

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デジタル部の表示が切り替わります。
（押すごとに確認音が鳴ります。）
※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。

時刻・カレンダーモード



（曜日の見方）

ＳＵ－日
ＭＯ－月
ＴＵ－火
ＷＥ－水
ＴＨ－木
ＦＲ－金
ＳＡ－土

〈カレンダー表示〉



※Ⓑボタンを押している間時刻表示がカレンダー表示に切り替わります。

★バイオリズムグラフ表示
バイオリズムグラフ表示は、誕生日メモリーモードで選択した誕生日の人のバイオリズムのグラフを表示します。

★12/24時間制表示切替え
Ⓐボタンを押すごとに12時間制表示（午前/午後“P”）と24時間制表示が切り替わります。

Ⓓ⇩　Ⓓ⇧

バイオリズムモード

ストップウオッチモード

Ⓓ⇩　Ⓓ⇧

誕生日メモリーモード

Ⓓ⇨

アラームモード

アラームモードではⒷボタンを押すごとに⇨の順で表示が切り替わります。
※詳しくはアラーム・時報の使い方をご覧ください。

〈アラーム１表示〉

Ⓑ⇨

〈アラーム２表示〉

Ⓑ⇩

〈アラーム３表示〉

Ⓑ⇦

〈時報表示〉

Ⓑ⇧

秒の合わせ方…30秒以内の遅れ進みの修正

月に一度くらいこの「秒合わせ」をしていただくと、時計はいつも正確です。

(1)時刻表示のときに、Ⓒボタンを押すと「秒」が点滅します。



※バイオリズム表示省略

(2)時報に合わせて、Ⓑボタンを押すと「秒」が00秒からスタートします。

秒が00～29秒のときは切り捨てられ、30～59秒のときは１分くりあがって、00秒からスタートします。

※時報は「時報サービス電話117番」が便利です。



(3)秒合わせが終わりましたら、Ⓒボタンを押すと時刻表示に戻ります。



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)時刻表示のときにⒸボタンを押すと「秒」が点滅します。



(2)Ⓓボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動します。
点滅箇所がセット可能ですので、セットしたい箇所を点滅させます。

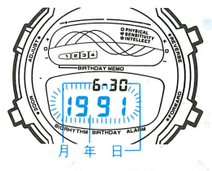


Ⓓ

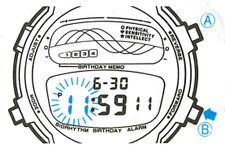
①秒 ⇨ Ⓓ ⇨ ②時 ⇨ Ⓓ ⇨ ③分 ⇨ Ⓓ ⇨ ④年 ⇨ Ⓓ ⇨ ⑤月 ⇨ Ⓓ ⇨ ⑥日

※年は西暦で、1990～2099年までセットできます。
※曜日は年・月・日を合わせれば自動的にセットできます。

〈年・月・日表示〉



(3)点滅箇所が秒以外のときは、Ⓑボタンを押すごとに１つずつ進み、Ⓐボタンを押すごとに１つずつ戻りますので、セットしたい数字を表示させます。
※Ⓑ・Ⓐボタンとも押し続けると早送りができます。



Ⓓボタンでセットしたい箇所を選び、Ⓑ・Ⓐボタンで表示をセットする操作をくりかえし行ない、時刻・カレンダーを合わせてください。
注)「時」のセットのとき午前（不点灯）／午後（P）、24時間制にご注意ください。

(4)セットが終わりましたら、Ⓒボタンを押して点滅を止めます。

※時刻セットのときに表示を点滅させたままにしておくと、２～３分後自動的に点滅が止まります。
※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。

カシオ計算機株式会社

RE09505101A

バイオリズム機能の使い方

バイオリズム機能は、「生物リズム」の一つである「バイオリズム」に基づき、身体・感情・知性の3つの周期リズムを表示する機能です。

＜各リズムの周期＞

略称	表示	リズム	周期	日数表示	(＋)期間	要注意日	(－)期間
P	○	身体リズム (Physical Rhythm)	23日	0～22日	1～10日	0,11日	12～22日
S	♥	感情リズム (Sensitivity Rhythm)	28日	0～27日	1～13日	0,14日	15～27日
I	★	知性リズム (Intellectual Rhythm)	33日	0～32日	1～15日	0,16日	17～32日

※日数表示は、各1周期の始まりからの日数を0から数えています。

■誕生日のセット（ご使用前にセットしてください。）

バイオリズムを見るために、まず誕生日をセットしてください。
※誕生日のセットは誕生日メモリーモードで行ないます。
誕生日は4つ（4人）までセットできますので、本人だけでなく友人や家族などのバイオリズムを見ることもでき、誕生日メモとしても利用できます。

(1)誕生日メモリーモードで、ⒷボタンまたはⒶボタンを押して、セットしたい誕生日番号(1～4)を選びます。



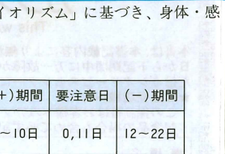
(2)Ⓒボタンを押すと「年」が点滅して、セット状態となります。
セット状態のとき、Ⓓボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動しますので、セットしたい箇所を点滅させます。



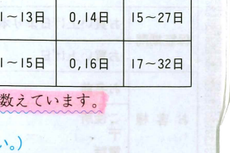


※誕生日は1900年1月1日～2099年12月31日までセットできます。

(3)点滅箇所がⒷボタンを押すごとに1つずつ進み、Ⓐボタンを押すごとに1つずつ戻りますので、セットしたい数字を表示させます。
※Ⓑ・Ⓐボタンは押し続けると早送りができます。



(4)「年」を表示させた後に、Ⓓボタンを押すと「月」が点滅します。「月」も「年」と同様にⒷ・Ⓐボタンでセットしたい数字を表示させます。



(5)「月」を表示させた後に、Ⓓボタンを押すと「日」が点滅します。「日」も同様にⒷ・Ⓐボタンでセットしたい数字を表示させます。

(6)年・月・日のセットが終わりましたら、Ⓒボタンを押すと点滅が止まり、セット完了です。

続けて他の誕生日をセットするときは、上記(1)~(6)の操作をくりかえします。

■誕生日の選択（確認）

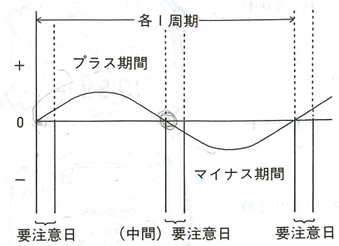
バイオリズムを見たい誕生日は、誕生日メモリーモードで選択します。
誕生日メモリーモードでⒶボタンまたはⒷボタンを押すごとに誕生日番号（1～4）が移動しますので、バイオリズムを見たい誕生日を選びます。
以後、時刻・カレンダーモードまたはバイオリズムモードで表示されるバイオリズムは誕生日メモリーモードで最後に選んだ誕生日を基に計算され、表示されます。



■バイオリズムグラフ表示の見方

バイオリズムグラフ表示は、誕生日メモリーモードでセットされた誕生日を基にして計算し、時刻・カレンダーモードとバイオリズムモード、誕生日メモリーモードで見ることができます。

時刻・カレンダーモードでは、表示窓上部に当日の3つの周期をグラフ表示します。
バイオリズムモードでは、月・日を進めたり／戻したりして、任意の日の3つの周期をグラフ表示します。また、同時に3つの周期の経過日数も表示します。
※経過日数とは、各1周期の始まり（0線と交わる日）からの経過日数です。
※誕生日は4つまでセットでき、バイオリズムグラフを見たい誕生日を選んで表示させます。



★各リズムの要注意日は各マーク（○、♥、★）が点滅します。

●バイオリズムの意味

リズム	プラス期間	要注意日	マイナス期間
P(身体)23日周期	スタミナ充実	体調不安定	スタミナ欠乏
S(感情)28日周期	気力旺盛	感情不安定	気力減退
I(知性)33日周期	思考力好調	知力不安定	思考力衰退

※プラス期間：各リズムの1周期の前半部で、プラスに高調安定している期間。
一般に、活動的で活力が旺盛な好調な期間。
マイナス期間：各リズムの1周期の後半部で、マイナスに低調安定している期間。
一般に、活力が減少する休息期間。
要注意日：各リズムがプラスからマイナスへ、またマイナスからプラスへ変化する0線に交差する日。
一般に、リズムが急激に性質を変えるため、心身が不安定でストレスの多い危険の潜在する日にあたると見る。

■任意の日のバイオリズムを見る

任意の日のバイオリズムは、バイオリズムモードで「日ごと」または「月ごと」にサーチ（送り／戻し）して見ることができます。「日ごと」のサーチを続けて行なえば、月も送り／戻しできますが、近い日のバイオリズムを見るときは「日ごと」のサーチで選び、遠い日のバイオリズムを見るときは「月ごと」のサーチで月を選んでから、「日ごと」のサーチに切り替えて日を選ぶと便利です。
※「日ごと」のサーチと「月ごと」のサーチは、Ⓒボタンを押すごとに切り替わります。
※任意の日は1990年1月1日～2099年12月31日まで見ることができます。

★任意の日のバイオリズムを見る前に、誕生日メモリーモードで誕生日をセットし、見たい誕生日を選んでから行なってください。

●日ごとのサーチ

バイオリズムモードでは最初は日ごとのサーチになります。
日ごとのサーチは、時刻・カレンダーモードの当日からⒷボタンを押すごとに1日ずつ進み、Ⓐボタンを押すごとに1日ずつ戻りますので、サーチしたい日を選ぶとその日のバイオリズムと各リズムの経過日数を表示します。
※Ⓑ・Ⓐボタンは押し続けると早送りができます。



●月ごとのサーチ

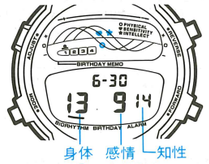
月ごとのサーチは、バイオリズムモードでⒸボタンを押すごとに日ごとのサーチと月ごとのサーチ（表示窓下部が年・月・日表示）が切り替わりますので、月ごとのサーチにしてから行ないます。
月ごとのサーチは、時刻・カレンダーモードの当日からⒷボタンを押すごとに1月ずつ進み、Ⓐボタンを押すごとに1月ずつ戻りますので、サーチしたい月を選ぶとその月の1日のバイオリズムを表示します。
※Ⓑ・Ⓐボタンは押し続けると早送りができます。



＜時刻・カレンダーモード＞
バイオリズムグラフ表示



＜バイオリズムモード＞



★バイオリズムモードおよび誕生日メモリーモードでは、最後にサーチした年月日のバイオリズムグラフを表示しますが、時刻・カレンダーモードに戻すと当日のバイオリズムの表示に戻ります。

＜サーチの応用＞

●任意の日のバイオリズムを、誕生日を変えて見る。
バイオリズムモードで任意の日をサーチした後、誕生日メモリーモードに切り替えてもサーチした日は変わりませんので、ⒷボタンまたはⒶボタンを押して誕生日を変えてバイオリズムを見ることができます。

バイオリズムの利用上の注意

●バイオリズムは単純に「プラス期間は何をやっても良い」、「マイナス期間は悪い」、「要注意日は危ない」などと、占いのように考えるものではありません。
●「プラス期間」と「マイナス期間」は互に相反しているというだけで、どちらが良い・悪いというものではありません。また、そのリズムも1日の昼夜のリズムほど影響を与えるものではありません。
●「要注意日」は、必ず危険や悪いことの起こる「厄日」のようなものではなく、「注意をはらうことにより、心身のストレスを克服すべき日」と考えます。
●バイオリズムはあくまでも統計を基にした仮説ですので、誰にでもすべて当てはまるものではありません。

アラーム・時報の使い方…操作のしくみにしたがってⒹボタンを押し、アラームモードにします。

アラームは分単位で月・日・時・分がセットできるアラームが3つあり、セットした時刻になると20秒間の電子ブザーで知らせてくれます。
月・日を指定するとその月日のセット時刻に、月・日を指定しないときは毎日セット時刻に鳴ります。
なお、3つのアラームはいずれも同じ使い方ができ、同時に3つの時刻をセットすることができます。
また、毎正時（00分のとき）を“ピッピッ”と電子ブザーで知らせる時報もセットすることができます。



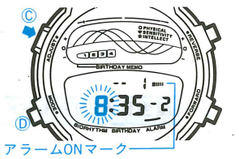
※バイオリズムグラフ部省略

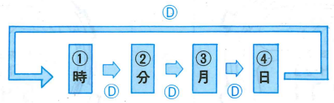
●アラームのセットの仕方

(1)アラームモードでⒷボタンを押してセットしたいアラーム番号を選びます。

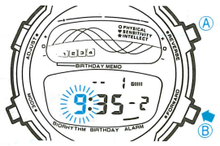


(2)Ⓒボタンを押すと「時」が点滅します。
※該当するアラームONマーク（ ▯▯▯ または ▯▯▯ または ▯▯▯ ）が点灯します。
このときⒹボタンを押すごとに点滅箇所が以下の順で移動します。点滅箇所がセット可能ですのでⒹボタンを押してセットしたい箇所を点滅させます。





(3)点滅箇所の表示数字がⒷボタンを押すごとに1つずつ進み、Ⓐボタンを押すごとに1つずつ戻りますので、時・分・月・日をセットします。
※Ⓑ・Ⓐボタンは、押し続けると早送りができます。
※「月」または「日」をセットしないときは、数字を表示させずに“－－”または“－－－－”にしてください。
※「時」のセットのとき午前/午後にご注意ください。
※基本時刻を24時間制表示にしているときは、アラーム時刻のセットも自動的に24時間制表示となります。



(4)セットが終わりましたら、Ⓒボタンを押すと点滅が止まりセット完了です。



※アラーム時刻セット状態で表示を点滅させたままにしておくと、2～3分後自動的に点滅が止まります。

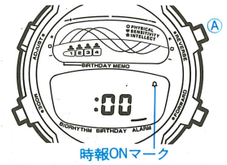
★アラームセット後、時刻・カレンダーモードに戻すには、Ⓓボタンを2回押します。

●月日のセット

月日のセット内容により、次のようにアラームの鳴る日がかわります。
月・日・時・分セット→指定月日の指定時刻に鳴る。
月・時・分のみセット→指定月の1ヵ月間、毎日指定時刻に鳴る。
日・時・分のみセット→月1回、指定日の指定時刻に鳴る。
時・分のみセット　→毎日指定時刻に鳴る。

●アラーム・時報を鳴らすには

各アラーム表示（1～3）、時報表示のとき、Ⓐボタンを押すごとにアラームONマーク（ ▯▯▯ / ▯▯▯ / ▯▯▯ ）、時報ONマーク（🔔）が点灯・不点灯をくりかえします。各マークとも点灯しているときがONで、アラーム・時報が鳴ります。
※アラームおよび時報を鳴らさないときは、Ⓐボタンを押して（ ▯▯▯ / ▯▯▯ / ▯▯▯ ）または（🔔）が点灯していない状態にします。



●鳴っている電子ブザーを止めるには

鳴っている電子ブザーを止めるには、いずれのモードでもⒶⒷⒹボタンのいずれかのボタンを押します。

●モニターアラーム

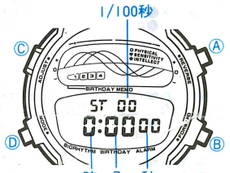
アラームモードでⒷボタンを1～2秒以上押し続けると、押している間のみ、表示しているアラームまたは時報の鳴りかたで電子ブザーが鳴ります。

ストップウオッチの使い方…操作のしくみにしたがってⒹボタンを押し、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、以後自動的に0に戻って計測し続けます。

★計測のしかた

Ⓑボタンを押すごとに計測がスタート／ストップします。
計測中Ⓐ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。
（表示が“ST”から“SP”にかわります）
Ⓑ・Ⓐボタンともそれぞれ押すと操作確認音が鳴ります。



※バイオリズムグラフ部省略

●通常の計測

Ⓑ（スタート）→Ⓑ（ストップ）→Ⓐ（リセット）

※積算計測…ロスタイムのある場合は、ストップ後リセットせずに再スタート（Ⓑボタンを押す）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）→Ⓐ（スプリット計測）→Ⓐ（スプリット解除）→Ⓑ（ストップ）→Ⓐ（リセット）

●1着・2着のタイム同時計測

Ⓑ（スタート）→Ⓐ（1着がゴール（1着タイム表示））→Ⓑ（2着がゴール）→Ⓐ（2着タイム表示）→Ⓐ（リセット）

製品仕様

水晶発振周波数：32,768Hz
常温携帯精度：平均月差±15秒以内
基本機能：時刻表示　時・分・秒・午前／午後（P）／24時間制表示
カレンダー表示　年・月・日・曜日
フルオートカレンダー（1990～2099年）
バイオリズム機能：バイオリズムグラフ表示　日送り・月送り機能つき
誕生日メモリー4つ
アラーム機能：時刻アラーム3つ　セット単位＝分　セット内容＝月・日・時・分
電子ブザー＝20秒間
時報　毎正時に2回電子ブザーで報時
ストップウオッチ機能：計測単位＝1/100秒　計測範囲＝23時間59分59秒99（24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
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、誕生日セット機能
その他：自動復帰機能、モニターアラーム、12/24時間制表示切替え
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）
※電池はカシオ製電池またはカシオ指定電池をお使いください。
電池寿命：約3年　（1日当り、電子ブザーを20秒間使用した場合）