SOMA

取扱説明書

WJ20 [JS020]

この度は弊社製品をお買い上げいただき、
誠にありがとうございました。
この取扱説明書は保証書と一体になっております。
必ず、お買い上げ日、販売店などの記入をお確かめください。
ご使用の前にこの説明書をよくお読みの上、
正しくご愛用くださいますよう、お願い申し上げます。

なお、この説明書はお手元に保管し、必要に応じてご覧ください。

※ 金属バンドの調整は、お買い上げ店にご依頼ください。
ご careful、ご転居などにより、お買い上げ店での調整が受けられない場合は、弊社お客様相談窓口へご依頼ください。お買い上げ店以外では有料もしくはお取扱いいただけない場合があります。
※ 商品に傷防止用の保護シールがはられている場合があります。
必ずはがしてお使いください。はられたままにしておくと、汚れ、汗、ゴミ、水分などが付着してさび発生の原因となります。

保証書
GUARANTEE

本保証書は日本国内でのみ有効です。
This guarantee is valid only in Japan.

製品名（品番）					
個型式番号			製造番号		
お客さま	ご住所	〒　　TEL　　様方			
	ご氏名	様			
お買い上げ日	年　月　日	保証期間	お買い上げ日より 1 年間		
販売店	〒　　TEL				

本保証書は再発行いたしませんので、大切に保管してください。
お客様情報につきましては、アフターサービス目的にのみ使用いたします。

このたびは弊社製品をお買い上げいただきまことにありがとうございます。
お買い上げ後 1 年間の保証期間内に、取扱説明書にそった正常なご使用状態で万一不具合が生じた場合には、下記保証規定により無料で修理・調整いたします。

●保証の対象部分：時計本体（ムーブメント・ケース）および金属バンド
●保証を受けるための手続き：
保証の対象となる修理・調整は、時計とお保証書とをご持参・ご提示のお買い上げ店にご依頼ください。ご贈答・ご転居などにより、お買い上げ店での保証が受けられない場合は「セイコーウオッチ株式会社お客様相談室」にお保証書を添えてご依頼ください。
●保証の適用除外：
上記の保証期間内あるいは保証対象部分であっても、次のような場合には有料修理になります。
・電池交換（取扱説明書をお読みください。）
・誤ったご使用や不注意による故障または損傷、および不当な修理や改造による故障または損傷
・火災・水害または地震など天災地変による故障または損傷
・ご使用中に生じる外観上の変化（ケース・ガラス・バンドの小キズなど）
・本保証書に販売店印およびお買い上げ年月日の記載がない場合、あるいは字句を書き換えられた場合
・本保証書のご提示がない場合

●その他：
・修理の際、ムーブメントを交換したり、ムーブメント・ケース・文字板・針・ガラス・りゅうず・ボタン・バンドなどに外観の異なる代替部品を使用する場合があります。また、ケースごとの一式交換や、修理が困難な場合は同等品との交換になる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

この保証書は、本書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。この保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
弊社製品についての修理その他のご相談は、「お買い上げ店」でうけたまわっております。なお、ご不明の点は下記へお問い合わせください。

セイコーウオッチ株式会社　http://www.seiko-watch.co.jp/

全国共通フリーダイヤル　0120-181-671

お客様相談室
〒100-0005　東京都千代田区丸の内 3-1-1 国際ビル
〒550-0013　大阪市西区新町 1-4-24 大阪四ツ橋新町ビルディング

受付番号	受付年月日	サービス内容	確認印

製品仕様

クロノグラフ機能	1/100 秒、最大 99 時間 59 分 59 秒 99
ラップ/スプリット機能	最大 300 ラップ (最大 100 ラン)
タイマー機能	2 ch リピートタイマー
アラーム機能	3 ch デイリーアラーム
性能防水	10 気圧防水
作動温度範囲	-5℃ ～ +50℃
表示温度範囲	0℃ ～ +50℃
携帯精度	平均月差 ±20 秒 (気温 5℃～ 35℃において)

素材

ケース	プラスチック
ストラップ	ポリウレタン
ガラス	ミネラルガラス

ソーラー駆動 (二次電池内蔵)
持続時間：約 6 ヵ月 (フル充電後に光があたらず、1 日当たりクロノグラフを 1 時間、バックライトを 1 回 (3 秒間)、アラームを 1 回 (20 秒間)、パワーセーブを 6 時間使用した場合)

⚠
水中では絶対にボタンを操作しないでください。浸水により破損する可能性があります。

※上記の製品仕様は、改良のため予告なく変更することがあります。

■使用上のご注意とお手入れについて

●製品取扱上のご注意

⚠警告

●次のような場合、ご使用を中止してください。
・時計本体やバンドが肩食などにより鋭利になった場合
・バンドのピンが飛び出してきた場合
※すぐに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご連絡ください。
●乳幼児の手の届くところに、時計本体や部品を置かないでください。
部品や電池を乳幼児が飲み込んでしまうおそれがあります。
万が一飲み込んだ場合は、身体に害があるため、ただちに医師にご相談ください。
●時計から二次電池を取り出さないでください。
電池の交換には、専門知識・技能が必要ですので、お買い上げ店にご依頼ください。
一般の腕化粧電池が組み込まれると、破裂、発熱、発火などのおそれがあります。
●この時計はスキューバダイビングや飽和潜水には絶対に使用しないでください。
スキューバダイビングや飽和潜水用の時計に必要とされる過酷な環境を想定した様々な厳しい検査を行っていません。専門のダイバーズウオッチをご使用ください。

⚠注意

●以下の場所での携帯・保管は避けてください。
・揮発性の薬品が発散しているところ（除光液などの化粧品、防虫剤、シンナーなど）
・5℃～35℃から外れる温度に長期間なるところ
・高温度なところ
・磁気や静電気の影響があるところ
・ホコリの多いところ
・強い振動があるところ
●アレルギーやかぶれを起こした場合
ただちに時計の使用をやめ、皮膚科など専門医にご相談ください。
●直接口から水をかけることは避けてください。
水道水は非常に水圧が高く、
日常生活用強化防水の時計でも
防水不良になるおそれがあります。
●水分のついたまま、ボタンを操作しないでください。
時計内部に水分が入ることがあります。
※万が一、ガラス内面にくもりや水滴が発生し、長時間消えない場合は防水不良です。お早めに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご相談ください。
●水やり、汚れが付着したまましておくのは避けてください。
防水時計でもガラスの接着面・パッキンの劣化やステンレスがさびることにより、防水不良になるおそれがあります。
●入浴やサウナの際はご使用を避けてください。
蒸気や石けん、温泉の成分などが防水性能の劣化を早めることがあります。
●その他のご注意
・商品の分解・改造はしないでください。
・乳幼児に時計が触れないようにご注意ください。
ケガやアレルギーをひき起こすおそれがあります。
・使用済み電池の処理は自治体の指示に従ってください。
・腰け時計やペンダント時計の場合、ひもやチェーンの取り扱いにご注意ください。
衣類や手、首などを傷つけたり、首を締めたりするおそれがあります。

●お手入れについて

日ごろからこまめにお手入れしてください。
・水分や汗、汚れはこまめに柔らかい布でふき取るように心がけてください。
・海水につけた後は、必ず真水でよく洗ってからふき取ってください。
その際、直接蛇口から水をかけることは避け、容器に水をためるなどして から洗ってください。
※非防水・日常生活防水の場合はおやめください。

●防水性能について

お買い上げいただいた時計の防水性能を裏ぶたでご確認の上ご使用ください。

裏ぶたの表示	防水性能	お取扱方法
防水性能表示なし	非防水です。	水滴がかかったり、汗を多くかく場合には、使用しないで下さい。
WATER RESISTANT	日常生活用防水です。	日常生活での（水がかかる）程度の環境であれば使用できます。 ⚠警告 水泳には使用しないで下さい。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用強化防水で 5 気圧防水です。	水泳などのスポーツに使用できます。
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	日常生活用強化防水で 10 (20) 気圧防水です。	空気ボンベを使用しないスキンダイビングに使用できます。

●バンドについて

バンドは直接肌に触れ、汗やほこりで汚れます。そのため、お手入れが悪いとバンドが早く傷んだり、肌のかぶれ・そで口の汚れなどの原因になります。
長くお使いになるためには、こまめなお手入れが必要です。

⚠警告

金属バンド
・ステンレスバンドも水や汗・汚れをそのままにしておくと、さびやすくなります。
・手入れが悪いと、かぶれやワイシャツのそで口が黄色や金色に汚れる原因になります。
・水や汗・汚れは、早めに柔らかな布でふき取ってください。
・バンドのすき間の汚れは、水で洗い、柔らかな歯ブラシなどで取り除いてください。
(時計本体は水にぬれないように、台所用ラップなどで保護しておきましょう。)
残った水分は柔らかな布でふき取ってください。
・チタンバンドでも、ピン類には強度に優れたステンレスが使用されているものがあり、ステンレスからさびが発生することがあります。
・さびが進行すると、ピンの飛び出しや抜けが発生し、時計を脱落させてしまうことがあります。また、逆に中留が外れなくなることがあります。
・万が一、ピンが飛び出している場合は、怪我をするおそれがありますので、ただちに使用をやめて修理をご依頼ください。

皮革バンド
・水や汗、直射日光に弱く、色落ちや劣化の原因になります。
・水がかかったときや汗をかいた後は、すぐに乾いた布などで、吸い取るようにお拭くふいてください。
・直接日光にあたる場所には放置しないでください。
・色の薄いバンドは、汚れが目立ちやすいので、ご使用の際はご注意ください。
・時計本体が日常生活用強化防水 10 (20) 気圧防水になっているものでも、アクアフリーバンド以外の皮革バンドは、水泳・水仕事などでのご使用はお控えください。

ポリウレタンバンド
・光で色があせたり、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。
・特に半透明や白色・淡い色のバンドは、他の色を吸着しやすく、また変色をおこします。
・汚れたら水で洗い、乾いた布でよくふき取ってください。
(時計本体はこれられないように、台所用ラップなどで保護しておきましょう。)
・弾力性がなくなったら取り換えてください。そのまま使い続けるとひび割れが生じバンドが切れやすくなります。

かぶれやアレルギーについて
バンドによるかぶれは、金属や皮革が原因となるアレルギー反応や、汚れ、もしくはバンドとのすれなどの不快感が原因となる場合など、いろいろな発生原因があります。

バンドサイズのめやすについて
バンドは多少余裕をもたせ、通気性をよくしてご使用ください。
時計をつけた状態で、指一本入る程度が適当です。

■アフターサービスについて

●保証と修理について
・修理や点検調整のための分解掃除（オーバーホール）の際は、お買い上げ店、または弊社お客様相談窓口にご依頼ください。
・保証期間内に不具合が生じた場合は、必ず保証書を添えてお買い上げ店へお持ちください。
・保証内容は保証書に記載したとおりです。
・保証書をよくお読みいただき、大切に保管してください。
・保証期間終了後については、修理によって機能が維持できる場合には、ご要望により有料修理させていただきます。

●補修用性能部品について
・この時計の補修用性能部品の保有期間は通常 7 年を基準としています。補修用性能部品とは、時計の機能を維持するために必要な修理用部品です。
・修理の際、外観の異なる代替部品を使用させていただくことがありますので、あらかじめご了承ください。

●点検調整のための分解掃除（オーバーホール）について
・長くご愛用いただくために、3 年～4 年に 1 度程度の点検調整のための分解掃除（オーバーホール）をおすすめします。
ご使用状況によっては、漏液により表示消えが生じることがあります。
またパッキンなどの部品の劣化が進み、汗や水分の浸入などで防水性能が損なわれる場合があります。
点検調整のための分解掃除（オーバーホール）は、『純正部品』とご指定の上、お買い上げ店にご依頼ください。その際、パッキンやばね棒の交換もあわせてご依頼ください。
・点検調整のための分解掃除（オーバーホール）の際には、ムーブメント交換となる場合もあります。

■使用電源について

この時計には、一般の腕化粧電池とは異なる専用の二次電池を使用しています。
二次電池とは、乾電池やボタン電池のような使い捨ての電池とは異なり、充電と放電をしながら繰り返し使用可能な電池です。
長期的な使用や使用環境により、容量や充電効率が少しずつ低下し持続時間が短くなる場合があります。性能が低下し始めたら修理にお出しください。

⚠警告

●二次電池は取り出さないでください。
二次電池の交換には専門知識・技能が必要ですので、お買い上げ店にご依頼ください。
●一般の腕化粧電池が組み込まれると、破裂、発熱、発火などのおそれがあります。

⚠警告

●過充電防止機能
フル充電までの所要時間を超えて充電しても、時計が破損することはありません。二次電池がフル充電になると、それ以上充電されないように、自動的に過充電防止機能がはたらきます。

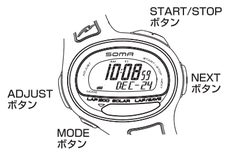
●充電時のご注意
・充電の際、撮影用ライト、スポットライト、白熱ライト（球）などに、近づけ過ぎると、時計が高温になり内部の部品等が損傷を受けるおそれがありますのでおやめください。
・太陽光にて充電する際も、車のダッシュボード等では、かなりの高温となり故障の原因となる場合がありますので、おやめください。
・時計が50℃以上にならないようにしてください。

■システムリセットのしかた

万が一、異常な動きになったときは、システムリセットをすることで正常に機能するようになります。

① ADJUST、MODE、START/STOP、NEXTの4つのボタンを同時に長押しし、表示が消えたら離します。
② システムリセットが実行されます。

表示がない状態から復帰すると、時刻、カレンダーはカウントを始めます。
正しい時刻で使っていただくために、システムリセット後は時刻合わせをおこなってください。

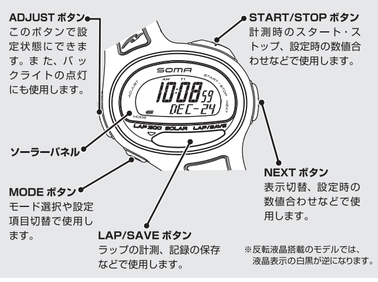


製品の特徴と機能

機能の紹介 (本機でできること)

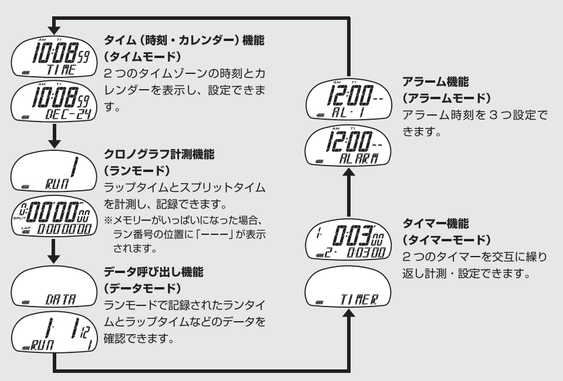
本機は、ソーラー駆動のランニングウオッチです。クロノグラフ計測機能は最大 300 ラップの記録ができ、走行中のラップ / スプリット画面切替などランナーに役立つ機能が搭載されています。

各部の名称と働き



モードの切替と各モードの機能

MODE ボタンを押すたびに、モードがタイム、ラン、データ、タイマー、アラームに切り替わります。表示したいモードに切り替わるまで **MODE** ボタンを繰り返し押します。モードを切り替えたあと、2 秒間はモード名が下段に表示されます。なお、**MODE ボタン**を 1 秒間押し続けると、タイムモードにジャンプします。



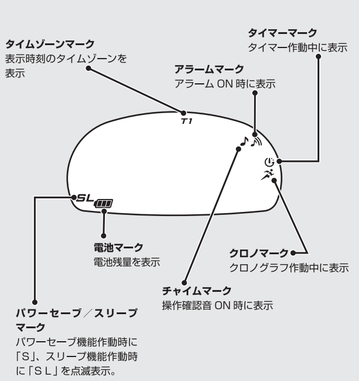
バックライト

ADJUST ボタンを押すとバックライトが 3 秒間点灯します。

電池残量表示、節電機能

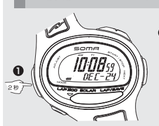
電池マーク ( ) で、電池残量を表示します。
また、光があたらずにボタン操作がない状態が設定した時間続くと表示を消灯させ、消費電力を低減する「パワーセーブ機能 (**S** を点滅表示)」と、3 日間続くと表示が自動的に消灯する「スリープ機能 (**SL** を点滅表示)」が備わっています。

マークの説明



タイム機能 (タイムモード)

時刻・カレンダー・パワーセーブ機能の設定



❶ **ADJUST ボタン**を 2 秒間押し続けると、秒表示が点滅します。

START/STOP ボタンまたは **NEXT ボタン**を押すと 0 秒に戻ります。

❷ **MODE ボタン**を押すと、分表示が点滅します。

❸ **START/STOP ボタン**を押すと、点滅している数値が進み、**NEXT ボタン**を押すと、点滅している数値が戻ります。これらのボタンで数値を合わせます。
※押し続けると数値が早送りできます。

❷から❸を繰り返して、分、時、日、月、年、12/24 時間表示選択、月 / 日表示順選択、コントラスト調整、パワーセーブ機能を設定します。

❹ **ADJUST ボタン**を 1 秒間以上押し続けると、点滅状態が終了し、すべての設定が保存されます。
※操作を行わない状態が 2 ～ 3 分間続くと、自動的にすべての設定が保存されます。

❺ タイムゾーンは 2 つ (T1、T2) 設定できます。
LAP/SAVE ボタンを 2 秒間押し続けると、タイムゾーンが切り替わります。❶から❹を繰り返してください。

●コントラスト
ディスプレイ表示の濃淡を調整します。
2 (濃い) ⇄ 0 ⇄ −2 (薄い)

●パワーセーブ機能
光が当たらずにボタン操作がない状態で、あらかじめ設定した時間 (30 分、1・2・4 時間) が経過すると、表示を消灯させて電池の消耗を防ぐ機能です。
※パワーセーブ機能を使用しない場合は「OFF」に設定します。時計はパワーセーブ状態に移行しません。
※パワーセーブ機能を解除するには、光をあてるか、いずれかのボタンを押せば、表示が現れます。
※**パワーセーブ機能は、クロノグラフが計測中の場合使用しません。**

[パワーセーブ OFF の時]

[パワーセーブ 1 時間の時]

操作確認音の ON/OFF

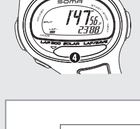
START/STOP ボタンを押すごとに、チャイムマーク「♪」がついたり消えたりします。チャイムマーク「♪」がついているときに、操作確認音が鳴ります。

アラーム音の確認

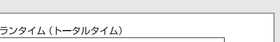
START/STOP ボタンと **NEXT ボタン**を同時に押すと、アラーム音を確認できます。

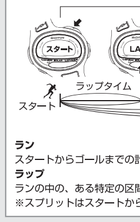
クロノグラフ計測機能 (ランモード)

表示の切替



●**NEXT ボタン**を押すごとに、ラップタイム (LAP) とスプリットタイム (SPLIT) の表示位置が切り替わります。走行中にメインで表示させたい画面にします。
※クロノグラフが作動している状態 (走行中) でも LAP/SPLIT 表示の切替ができます。

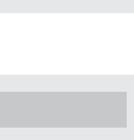




●**LAP/SAVE ボタン**を押している間、記録できるラップ残数が表示されます。
※クロノグラフがリセットされていないと、ラップ残数は表示されません。

計測の開始・停止・保存・リセット

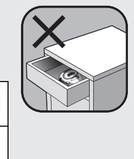
❶ **START/STOP ボタン**を押すと、ランの計測が開始されます。
※画面は上段 : SPLIT、下段 : LAP の表示の場合です。



❷ **LAP/SAVE ボタン**を押すとラップタイムが記録され、ラップ番号が 7 秒間点滅します。
このあと **LAP/SAVE ボタン**を押すごとに、その区間のラップタイムが記録され、次のラップ計測が開始されます。ただし、ラップ計測後、約 3 秒間は次のラップの計測ができません。

※ラップの計測後メモリーがいっぱいになると、FULL 表示になります。その後の計測は、記録することができません。計測を記録するためには、クロノグラフをリセット後、データモードの「データの削除」を参照し、不要なデータを削除してください。

❸ **START/STOP ボタン**を押すと、計測が停止し、ひとつのランが終了します。
再び **START/STOP ボタン**を押すと、計測が再開されます。



❹ **LAP/SAVE** を押すと、ランが保存され、リセット状態に表示が切り替わります。

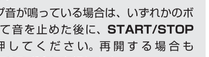
ラン
スタートからゴールまでの計測で、1 つのランは各ラップの合計となります。
ラップ
ランの中の、ある特定の区間を通過するのに要した時間です。
※スプリットはスタートから特定の区間までの途中経過時間です。

データ呼び出し機能 (データモード)

データの見方

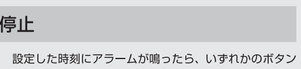
❶ **NEXT ボタン**を押すごとに、保存されたラン番号が切り替わります。見たいラン番号が表示されるまで、繰り返し **NEXT ボタン**を押してください。
❷ **START/STOP ボタン**を押すごとに、選択したラン番号のデータ (トータルタイム、各ラップ・スプリットタイム、ベストラップタイム、平均ラップタイム) 表示が切り替わります。

●ラップタイムまたはスプリットタイム表示中に、**LAP/SAVE ボタン**を押している間、表示を互いに切り替えることができます。

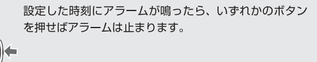


データの削除

●選択したランのデータのみ削除する場合
❶ **NEXT ボタン**を押し、削除したいラン番号を選択します。
❷ **ADJUST ボタン**を押し続けると「CLR」が点滅表示されます。さらに押し続け、「ALL CLR」が表示されたら **ADJUST ボタン**を離します。選択したラン番号のデータが削除されます。

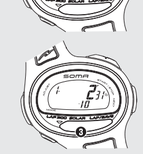


●すべてのランのデータを削除する場合
ADJUST ボタンを押し続けます。表示が「CLR」⇒「ALL CLR」⇒「300 FREE」と変わり、すべてのデータが削除されます。



タイマー機能 (タイマーモード)

タイマーの設定



❶ **ADJUST ボタン**を 2 秒間押し続けると、タイマー 1 の秒表示が点滅します。
※タイマーがリセットされていないと、表示は切り替わりません。リセット方法は「タイマーの開始・停止・リセット」をご参照ください。
❷ **START/STOP ボタン**を押すと、点滅している数値が進み、**NEXT ボタン**を押すと、点滅している数値が戻ります。これらのボタンで数値を合わせてください。
※押し続けると数値が早送りできます。
❸ **MODE ボタン**を押すごとに、点滅している表示が切り替わります。
❷から❹を繰り返して、タイマー 1 の秒・分・時、タイマー 2 の秒・分・時、リピート回数を設定します。タイマー 2 を 0 秒に設定するとタイマー 1 のシングルタイマーになります。
※タイマーを設定できる時間は 10 秒～ 9 時間 59 分 59 秒です。
※リピート回数は 1 ～ 99 回まで設定できます。
❹ **ADJUST ボタン**を 1 秒間以上押し続けると、点滅状態が終了し、タイマーの設定が保存されます。
※操作を行わない状態が 2 ～ 3 分間続くと、自動的に設定が保存されます。

タイマーの開始・停止・リセット

❶ **START/STOP ボタン**を押すと、タイマーが開始されます。タイマー 1 のタイムアップ後、タイマー 2 が開始されます。リピート回数を 2 回以上に設定している場合はタイマー 2 のタイムアップ後、引き続きタイマー 1 が開始されます。
各タイマーはタイムアップ 3 秒前から予告音が鳴り、その後タイムアップ音が 3 秒間鳴ります。**いずれかのボタン**を押せば、タイムアップ音は止まります。**タイマー 1 とタイマー 2 を交互に繰り返すダブルリピートタイマーです。**
※タイマー 1 とタイマー 2 では、タイムアップ音が異なります。
※タイマー開始前、**LAP/SAVE ボタン**を押している間、リピート回数を確認することができます。
❷ 途中でタイマーを止めるには、**START/STOP ボタン**を押します。
※タイムアップ音が鳴っている場合は、いずれかのボタンを押して音を止めた後に、**START/STOP ボタン**を押してください。再開する場合も **START/STOP ボタン**を押します。
❸ タイマー終了後、自動的に設定したタイマー時間にリセットされます。途中でリセットする場合はタイマーをストップした後に **LAP/SAVE ボタン**を押します。

アラーム機能 (アラームモード)

アラームの設定

❶ **NEXT ボタン**を押すごとに、アラーム番号が切り替わります。
設定したいアラーム番号に合わせます。
❷ **ADJUST ボタン**を 2 秒間押し続けると、分表示が点滅します。
❸ **START/STOP ボタン**を押すと点滅している数値が進み、**NEXT ボタン**を押すと数値が戻ります。
これらのボタンで数値を合わせます。
※押し続けると数値が早送りできます。
❹ **MODE ボタン**を押すと、時表示が点滅します。
❸から❹を繰り返して、分・時の設定、タイムゾーンの選択 (T1、T2) をします。
アラームは選択したタイムゾーンの時刻に連動します。
❺ **ADJUST ボタン**を 1 秒間以上押し続けると、点滅状態が終了し、すべての設定が保存されアラームが ON になります。
設定した時刻にアラーム音が 20 秒間鳴ります。

アラームの ON/OFF

❶ **NEXT ボタン**を押すごとに、アラーム番号が切り替わります。
ON/OFF させたいアラーム番号を表示させてください。
❷ **START/STOP ボタン**を押すごとに、アラームの ON と OFF が切り替わります。

アラーム音の停止

設定した時刻にアラームが鳴ったら、いずれかのボタンを押せばアラームは止まります。

充電について

充電のしかた

●ソーラーパネルに光をあてて充電してください。

快適にご使用いただくために、十分な充電をすることを心がけましょう。以下の状況では充電不足によりエネルギーが切れ、時計が止まる可能性が高くなります。
・時計が衣類のそでの中に隠れている。
・光のあたりにくい環境での使用や保管が続く。
※ 充電の際は、時計が高温にならないようにご注意ください。
(作動温度範囲は−5℃～+50℃です。)
※ 使いはじめ、または充電不足で停止していた時計を駆動させるときは、下の表を目安に十分な充電をしてください。

1) 充電にかかる時間の目安
下記の時間を参考に、充電を行ってください。

LCD 表示						一日分の充電時間
晴れた日の屋外 10万ルクス	約1時間			約7時間	約4時間	約3分
環境2 晴れた日の窓際 1万ルクス	約9時間			約72時間	約37時間	約28分
環境3 くもりの日の窓際 5000ルクス	約18時間			約144時間	約74時間	約56分
環境4 蛍光灯下の屋内 500ルクス	約178時間					約9.4時間

この時計は一度フル充電すると、以下の状況で使用した場合、その後充電されなくても約6 ヶ月間動き続けます。
・バックライト点灯…… 1 回 (3秒間) /1日
・アラーム音…… 20秒間/1日
・パワーセーブ…… 6時間/1日
・クロノグラフ…… 1時間/1日
※バックライト (内部照明) をたくさん使うと、電池が早く減りますのでご注意ください。
※使い始め、充電不足で停止している時計を動かすときは、左記の表を参考に十分な充電をしてください。

2) 表示と電池残量について
液晶パネルの表示で、おおまかな電池残量がわかります。

		電池残量	操作・機能の制限	そのときは
①		十分	ありません	そのままお使いください
②		中くらい	ありません	充電を心がけてください →充電のしかた
③		極少	バックライト点灯不可 アラーム音・報音停止	①の状態になるまで、十分な充電をしてください 充電後は、そのままお使いください →充電のしかた
④			動作中のクロノグラフ、タイマーはリセットされます。	①の状態になるまで十分な充電をしてください。 ※万が一、異常な動きになったときは、システムリセットをしてください →システムリセットのしかた
⑤			①の状態なるまで十分な充電をしてください。 ※万が一、異常な動きになったときは、システムリセットをしてください →システムリセットのしかた	

※この状態になると、保存してある計測タイムのデータが消去されます。または正しく表示されないことがあります。

3) パワーセーブ・スリープについて

●パワーセーブ中の表示と機能
光が当らず、かつボタン操作がない状態が設定した時間以上続くとパワーセーブ機能 (節電機能) がはたらきます。

●スリープ中の表示と機能
光が当らず、かつボタン操作がない状態が約3日間続くとスリープ機能 (節電機能) がはたらきます。

●パワーセーブの注意点
・「時刻・カレンダー合わせ」で OFF または ON の時間設定を行います。時間設定は 30 分、1 時間、2 時間、4 時間から選べます。「時刻・カレンダー合わせ」を参照してください。
・暗いところでクロノグラフ、またはタイマーを使うときは、パワーセーブを OFF または使用時間より長い時間設定にしていただくことをおすすめします。通常はパワーセーブを ON にしてお使いください。
・電池残量が十分 ( ) の時にはパワーセーブ及びスリープに入りません。また、クロノグラフが計測中の場合は、パワーセーブに入りません。