



**5X63**  
ハンディ マニュアル

SEIKO WATCH CORPORATION

<日本語>

「GPS」は、セイコーグループ株式会社の登録商標です。

## 目次

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。  
ご使用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。

詳しくは、セイコーウォッチホームページ内にある  
サポート情報>取扱説明書「5X63」  
[https://www.seikowatches.com/jp-ja/  
customer-service/instruction/  
をダウンロードしてお読みください。](https://www.seikowatches.com/jp-ja/customer-service/instruction/)




1. 特長 .....	2
2. 各部の名称 .....	3
3. エネルギー残量を確認する .....	4
4. タイムゾーンについて .....	6
5. タイムゾーン表示と時差一覧 .....	7
6. GPS 電波受信によりタイムゾーンと時刻を合わせる (タイムゾーン修正) .....	8
7. GPS 電波受信により時刻のみを合わせる(強制時刻修正) .....	9
8. 飛行機内などで目的地の時刻に合わせたいとき (手動タイムゾーン選択) .....	10
9. 基本時計の DST(サマータイム)の設定 .....	11
10. 小時計の手動タイムゾーン選択 .....	12
11. 小時計の DST(サマータイム)の設定 .....	13
12. 基本時計と小時計の入れ替えについて .....	14
13. 飛行機に乗るとき(機内モード(✕))について .....	15
14. うるう秒について(うるう秒自動受信機能) .....	16
15. 受信結果表示 .....	17
16. タイムゾーン情報の制定時期確認方法 .....	18
17. ストップウォッチの使いかた .....	19

※ 金属バンドの調整は、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、お買い上げ店での調整が受けられない場合は、  
弊社お客様相談室へご依頼ください。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。

# 1 特長

この時計は、GPS 衛星からの電波を受信し、地球上のどこにいてもすばやくその場所の正確な時刻を表示します。次のような特長があります。

GPS 衛星電波受信	ソーラー充電	スーパースマートセンサー(自動時刻修正)
<p>世界中どこでも、ボタン操作ひとつで現在地の正しい時刻に合わせることができます。DST(サマータイム)を反映した時刻を表示します。</p> <p>GPS 衛星からの電波を受信し、すばやく時刻を合わせます。世界の全タイムゾーンに対応しています。時計を使う地域、タイムゾーンが変わったときは「タイムゾーン修正」の操作を行ってください。</p> 	<p>ソーラー充電で動きます。文字板に光を当てて充電してください。フル充電で約 6 ヶ月間動きます。</p> <p>エネルギー残量がなくなったとき、フル充電するには時間がかかるため、こまめに充電をするように心がけてください</p> 	<p>ご使用時の行動パターンに合わせて、自動で時刻修正を行います。外出時に明るい太陽光を感知したとき等は、自動で GPS 衛星の電波を受信します。ご使用中にもお客様が意識することなく、常に正しい時刻に合わせられる機能です。</p> <p>※ 充電量が不足しているときは受信を行いません。</p> 

※ この GPS ソーラーウォッチはナビゲーション用機器とは異なり、普段お使いになっているときに常に GPS 衛星の電波を受信する仕様ではありません。GPS 衛星の電波の受信を行うのは、タイムゾーン修正、強制または自動時刻修正等を行うときのみです。

## 充電にかかる時間のめやす

以下の時間をめやすに、充電を行ってください。

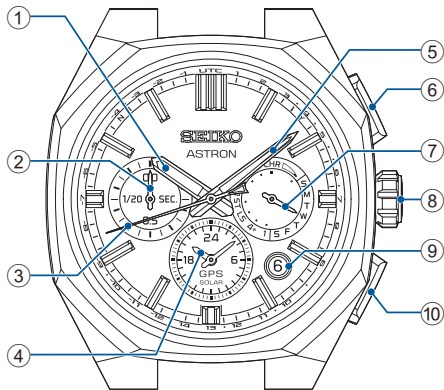
GPS 電波受信を行うと、たくさんのエネルギーを消費します。こまめに光を当て、マルチインジケータ針が曜日表示を継続できるように(エネルギー残量表示が「中くらい」または「十分」になるように)充電することを心がけてください。(エネルギー残量が「少ない」になると、GPS 電波受信の操作をしても受信がはじまりません。)

照度 lx(ルクス)	光源	環境(めやす)	時計が止まっている(充電されていない)状態から		進針している(充電されている)状態まで
			フル充電まで	確実に 1 秒進針になるまで	1 日ぶん動かすには
700	蛍光灯	一般オフィス内	-	-	3.5 時間
3000	蛍光灯	30W 20cm	250 時間	9.5 時間	1 時間
1 万	太陽光 蛍光灯	くもり 30W 5cm	75 時間	3 時間	15 分
10 万	太陽光	快晴(夏の直射日光下)	30 時間	1.5 時間	10 分

「確実に 1 秒進針になるまで」の数値は、止まっていた時計に光をあてて、確実に 1 秒進針になるまでに必要な充電時間のめやすです。この時間まで充電しなくても 1 秒進針になりますが、その状態ですぐに 2 秒進針になることがあります。この時間をめやすに充電してください。

※ 充電に必要な時間は、モデルによって若干異なります。

## 2 各部の名称



- ① 時針
- ② ストップウォッチ 1/20 秒針  
(ストップウォッチ秒針)
- ③ 秒針  
(ストップウォッチ秒針)
- ④ 小時計(24 時間制)  
(ストップウォッチ時分針)
- ⑤ 分針
- ⑥ ボタン A
- ⑦ マルチインジケータ針  
(通常は曜日を表示)
- ⑧ りゅうず
- ⑨ 日付
- ⑩ ボタン B

※各表示の位置は、モデル(デザイン)によって異なる場合があります。

### 3 エネルギー残量を確認する

マルチインジケータ針の位置で、この時計が GPS 電波受信ができる状態が確認できます。  
また、エネルギーが少ない状態については、秒針の動きによって、より詳しくエネルギー不足の程度を確認することができます。

#### ○ 受信できる状態

マルチインジケータ針が曜日表示を継続している場合は、受信ができる状態です。  
エネルギー残量は以下の操作で確認できます。

#### 1 ボタン B を押して、離す

曜日表示からエネルギー残量表示に切り替わります。(5 秒間)



※ストップウォッチモードに切り替えている間は、マルチインジケータ針は「CHR」表示を継続します。  
エネルギー残量を確認する場合は、ストップウォッチモードを解除してください。  
→ ストップウォッチモードを解除する P.19

#### 2 エネルギー残量を確認する





※エネルギー残量は 4 段階で表示されます。

マルチインジケータ表示	エネルギー残量	このようにしてください
	十分	受信できる状態です。 このままご使用ください。
	中くらい	受信できる状態です。 充電を心げながらご使用ください。

※5 秒経過、またはボタン B を押すと時刻表示に戻ります。


## ✕ 受信できない状態

エネルギー残量が少ないと曜日表示はされず、エネルギー残量表示を継続して充電を促します。

マルチインジケータ表示	秒針の動き	エネルギー残量	このようにしてください
	1秒運針 	少ない	受信ができるように、マルチインジケータ針が曜日表示に戻るまで充電をしてください。 曜日表示に戻ると、エネルギー残量は「中くらい」または「十分」となります。
	2秒運針 	-	時計を動かし続けられ、かつ、受信ができるように、マルチインジケータ針が曜日表示に戻るまで充電を継続してください。
	5秒運針 		

※エネルギー残量表示中にボタンBを押すと曜日表示を確認できます。(5秒間)

機内モード(✕)状態になっている場合は、エネルギー残量にかかわらず受信ができません。

マルチインジケータ表示	秒針の動き	エネルギー残量	このようにしてください
	-	機内モード(✕)のため、エネルギー残量は表示されません。	機内モード(✕)を解除できる環境であれば、機内モード(✕)を解除してください。 マルチインジケータ針が「少ない」を指している場合には、充電を行ってください。

# 4 タイムゾーンについて

## ■ タイムゾーン

世界各地には協定世界時(UTC)を基準にして、その国や地域で共通して使用する標準時があります。

標準時は国や地域により決められており、同じ標準時を使う地域全体をタイムゾーンと言い、現在 38 のタイムゾーンに分かれています(2025 年 10 月時点)。

## ■ DST(サマータイム): Daylight Saving Time = デイライト セイビングタイム

地域によっては個別に【DST(サマータイム)】が設定されています。サマータイムとは、夏時間のことです。

夏の日照時間の長いときに、時刻を通常 1 時間進めて昼間の時間を長くする制度です。

DST(サマータイム)の実施期間は、実施地域や国によって様々です。

タイムゾーン修正が成功すると、受信した地域の DST(サマータイム)の実施情報を反映した時刻を表示します。

※各地域の DST(サマータイム)は、国または地域の都合により変更される場合があります。

## ■ 協定世界時(UTC): Coordinated Universal

### Time = コーディネイテッド ユニバーサルタイム

UTC は国際協定により定められた世界共通の標準時です。全世界で時刻を記録する際に公式な時刻として使われています。天文学的に定められた世界時(UT)とのずれを補正するため、世界中にある原子時計を元に決められた「国際原子時(TAI)」にうるう秒を加えて、調整をした時刻が UTC となります。

# 5 タイムゾーン表示と時差一覧

ベゼルやダイヤルリングなどの表示は UTC からの時差の関係を表しています。

手動タイムゾーン選択をするときに参考にしてください。

★ の地域では DST(サマータイム)が導入されています。

☆ オーストラリア領のロード・ハウ島ではサマータイム実施時、30 分時刻を進めています。この時計はロード・ハウ島のサマータイムに対応しています。

タイムゾーン表示または時差表示

代表都市名:

世界の全タイムゾーンのうちの 28 都市

時差:

+14〜-12 時間



※都市表示と UTC 時差表示はモデルによって異なる場合があります。

※表示の間にある「●」は、その位置にタイムゾーンが存在することを示しています。

※各地域のタイムゾーンおよび DST(サマータイム)の導入については 2025 年 10 月時点のものです。

都市表示	時差表示	代表都市名 (タイムゾーン)	UTC からの 時差
LON	UTC	★ ロンドン/UTC	0 時間
PAR	1	★ パリ / ★ ベルリン	+ 1 時間
CAI	2	★ カイロ	+ 2 時間
JED	3	ジッダ	+ 3 時間
•	•	テヘラン	+3.5 時間
DXB	4	ドバイ	+ 4 時間
•	•	カブール	+4.5 時間
KHI	5	カラチ	+ 5 時間
DEL	•	デリー	+5.5 時間
•	•	カトマンズ	+5.75 時間
DAC	6	ダッカ	+ 6 時間
•	•	ヤンゴン	+6.5 時間
BKK	7	バンコク	+ 7 時間

都市表示	時差表示	代表都市名 (タイムゾーン)	UTC からの 時差
BJS	8	北京	+ 8 時間
•	•	ユークラ	+8.75 時間
TYO	9	東京	+ 9 時間
ADL	•	★ アデレード	+9.5 時間
SYD	10	★ シドニー	+10 時間
•	•	☆ ロード・ハウ島	+10.5 時間
NOU	11	ヌーメア	+ 11 時間
WLG	12	★ ウェリントン	+ 12 時間
•	•	★ チャタム諸島	+12.75 時間
TBU	13	ヌクアロファ	+ 13 時間
CXI	14	クリスマス島	+14 時間
•	-12	ペーカー島	-12 時間

都市表示	時差表示	代表都市名 (タイムゾーン)	UTC からの 時差
MDY	-11	ミッドウェー島	-11 時間
HNL	-10	ホノルル	-10 時間
•	•	マルケサス諸島	-9.5 時間
ANC	-9	★ アンカレッジ	-9 時間
LAX	-8	★ ロサンゼルス	-8 時間
DEN	-7	★ デンバー	-7 時間
CHI	-6	★ シカゴ	-6 時間
NYC	-5	★ ニューヨーク	-5 時間
SDQ	-4	サントドミンゴ	-4 時間
•	•	★ セント・ジョンズ	-3.5 時間
RIO	-3	リオデジャネイロ	-3 時間
FEN	-2	フェルナンド・デ・ノ ローニャ諸島	-2 時間
PDL	-1	★ アゾレス諸島	-1 時間

# 6 GPS 電波受信によりタイムゾーンと時刻を合わせる(タイムゾーン修正)

## ■ タイムゾーン修正について



世界中どこにいても、ボタン操作ひとつで今いる場所のタイムゾーンを特定し、現在地の正しい時刻に合わせることができます。受信した地域の DST(サマータイム)の実施情報を反映します。DST(サマータイム)実施地域の場合、DST(サマータイム)実施時期に合わせ時刻が自動で切り替わります。DST(サマータイム)を実施しない地域の場合は、つねに「通常時刻」を表示します。

## ■ タイムゾーン修正のしかた

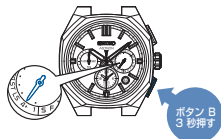
### 1 受信しやすい場所へ行く

空が見えて視界が広い屋外などへ移動します。



### 2 ボタン B を押し続けて(3 秒)秒針が 30 秒位置に移動したら離す

秒針が 30 秒位置に移動して受信がはじまります。マルチインジケータ針は「4+」を指します。



ボタン B  
3 秒押す

- ※ マルチインジケータ針が「少ない」、✕ または「CHR」を指しているときは受信の操作をしても受信が始まりません。
- ※ 「少ない」を指しているときは、光をあてて充電してください。
- ※ ✕ を指しているときは、機内モード(✕)を解除してください。
- ※ 「CHR」を指しているときは、ストップウォッチモードを解除してください。

### 3 時計を真上に向けたまま待つ

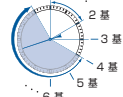
※ 移動中は受信しにくくなる可能性がありますのでご注意ください。



受信終了までにかかる時間は、最長 2 分です。  
※ 受信の状況によります。

<受信中の表示(捕捉衛星数)>

秒針が受信のしやすさ(受信中の GPS 衛星の数)を示します。

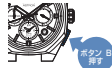


※ 捕捉衛星数が多いほど、受信しやすい状態です。

衛星数	受信のしやすさ
4 基以上	受信しやすい
3 基	受信できる可能性がある
2~0 基	受信できない

※ 表示が 4 基以上を示していても、受信できない場合があります。

※ 受信をキャンセルさせるときは、ボタン B を押してください。



ボタン B

### 4 秒針が「Y」または「N」を指したら、受信終了

受信結果が 5 秒間表示されます。受信に成功の場合は、時刻・日付などが合います。タイムゾーンと DST(サマータイム)の設定を反映した時刻を表示します。

受信結果表示	Y: 成功 (8 秒位置)	N: 失敗 (52 秒位置)
表示		
状況	そのままお使いください。	

※ 時計針・マルチインジケータ針・日付・小時計が動いている間は、ボタンの操作はできません。

### タイムゾーン修正に関する注意事項

タイムゾーンの境界線付近でタイムゾーン修正を行うと、隣接するタイムゾーンの時刻が表示されることがあります。これはしくみ上起こりうることで、故障ではありません。その場合には手動タイムゾーン選択でタイムゾーンの設定をしてください。陸路の移動途中でタイムゾーン修正を行う際はタイムゾーン境界付近を避け、できるだけそのタイムゾーンの代表的な都市で行うようにしてください。また、タイムゾーン境界線付近で使用するときは、必ずタイムゾーンの設定を確認し、必要に応じて手動でタイムゾーンの設定を行ってください。

# 7 GPS 電波受信により時刻のみを合わせる(強制時刻修正)

## 強制時刻修正について



設定されている**タイムゾーン**の、正確な現在時刻に合わせることができます。  
(タイムゾーンの変更は行いません。)

## 強制時刻修正のしかた

### 1 受信しやすい場所へ行く

空が見えて視界が広い屋外などへ移動します。



### 2 ボタン A を押し続けて(3 秒)秒針が 0 秒位置に移動したら離す

秒針が 0 秒位置に移動して受信が始まります。  
マルチインジケータ針は「1」を指します。



- ※ マルチインジケータ針が「少ない」、✕ または「CHR」を指しているときは受信の操作をしても受信が始まりません。
- ※ 「少ない」を指しているときは、光をあてて充電してください。
- ※ ✕ を指しているときは、機内モード(✕)を解除してください。
- ※ 「CHR」を指しているときは、ストップウォッチモードを解除してください。

### 3 時計を真上に向けたままで待つ



受信にかかる時間は、最長 1 分です。  
※ 受信時間は受信の状況によります。

<受信中の表示(捕捉衛星数)>  
秒針が受信のしやすさ(受信中の GPS 衛星の数)を示します。  
※ 時刻情報のみを取得するため、受信に必要な衛星の数は 1 基です。

捕捉衛星数	1 基	0 基
表示		
状況	受信しやすい	受信できない

※ 受信をキャンセルさせるときは、ボタン B を押し続けてください。



### 4 秒針が「Y」または「N」を指したら、受信終了

受信結果が 5 秒間表示されます。  
受信が成功すると、時刻・日付・曜日が合います。

受信結果表示	Y: 成功 (8 秒位置)	N: 失敗 (52 秒位置)
表示		
状況	そのままお使いください。	

時刻表示に戻ったあとに受信ができたか確認する

「Y」と表示されても時刻が合わないときは、タイムゾーンや DST (サマータイム) の設定が今の場所と合っていない可能性があります。タイムゾーンや DST の設定を確認してください。

※ 時分針・マルチインジケータ針・日付・小時計が動いている間は、ボタンの操作はできません。

# 8 飛行機内などで目的地の時刻に合わせたいとき(手動タイムゾーン選択)

## 基本時計の手動タイムゾーン選択について

タイムゾーン修正ができない場所では、手動でタイムゾーンを設定できます。

## 基本時計の手動タイムゾーン選択のしかた

### 1 りゅうずを1段引きだす

秒針が動いて、現在設定されている基本時計のタイムゾーンを表示します。



### 2 りゅうずを回して秒針を目的地のタイムゾーンに合わせる

りゅうずを回すと秒針が動き、となりのタイムゾーンに移動します。



<マルチインジケータ針の表示> DST(サマータイム)の設定または解除を表示しています。

針の位置	AT (自動)	ST (解除)	DST (設定)
表示			

※タイムゾーン選択の前に「AT(自動)」の場合も、新たなタイムゾーンを選択したときに、DST(設定)またはST(解除)に切り替わります。

### 3 りゅうずを押し戻す

秒針が時刻表示に戻ります。マルチインジケータ針は、曜日表示に戻ります。

※エネルギー残量が少ない場合は、曜日表示ではなくエネルギー残量表示「少ない」に戻ります。

※時分針・マルチインジケータ針・日付・小時計が動いている間は、ボタンの操作はできません。



# 9 基本時計のDST(サマータイム)の設定

## ■ 基本時計のDST(サマータイム)の設定をする

手で基本時計をDST(サマータイム)に設定することができます。

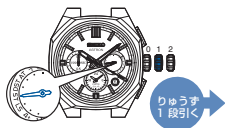
次の場合には、必ず設定してください。

- ・ 手動タイムゾーン選択で、基本時計を合わせ、DST(サマータイム)が実施されている場合。
- ・ 同じタイムゾーンであるが、DST(サマータイム)の設定が異なるエリアに移動した場合。

### 1 りゅうずを1段引きだす

マルチインジケータ針が、基本時計のDST(サマータイム)の設定を表示します。秒針は現在の基本時計のタイムゾーンを表示します。

< DST(サマータイム)の設定が解除の状態 >



### 2 ボタンAを押し続ける(3秒)

マルチインジケータ針が動いて「DST」を指し、基本時計の時分針が1時間進みます。

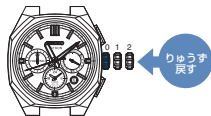


※ オーストラリア領のロード・ハウ島ではサマータイム実施時、30分時刻を進めています。

### 3 りゅうずを押し戻す

秒針が時刻表示に戻ります。マルチインジケータ針は、曜日表示に戻ります。

※ エネルギー残量が少ない場合は、曜日表示ではなくエネルギー残量表示「少ない」に戻ります。



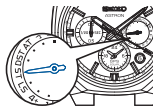
※ 手動タイムゾーン選択をした場合は、DST(サマータイム)がAT(自動)にはなりません。

サマータイムの実行/解除の状況に応じて、手動でDST(サマータイム)の設定/解除を行ってください。

## ■ 基本時計のDST(サマータイム)の設定を解除する

DST(サマータイム)が設定されているとき **1**~**3** の操作を行ってください。

**2** の操作ではマルチインジケータ針を図の位置「ST(解除)」に合わせてください。時分針が1時間戻ります。



# 10 小時計の手動タイムゾーン選択

## ■ 小時計の手動タイムゾーン選択について

小時計を任意の時刻に設定することができます。

小時計は、タイムゾーンの中から選択して合わせます。

※タイムゾーンにない時刻には合わせられません。

## ■ 小時計の手動タイムゾーン選択のしかた

### 1 りゅうずを2段引きだす

秒針が動いて、現在設定されている小時計のタイムゾーンを表示します。



### 2 りゅうずを回して秒針を目的地のタイムゾーンに合わせる

りゅうずを回すと秒針が動き、となりのタイムゾーンに移動します。



<マルチインジケータ針の表示>  
DST(サマータイム)の設定または解除を表示しています。

針の位置	AT (自動)	ST (解除)	DST (設定)
表示			

※タイムゾーン選択の前に「AT(自動)」の場合も、新たなタイムゾーンを選択したときに、DST(設定)またはST(解除)に切り替わりません。

### 3 りゅうずを押し戻す

秒針が時刻表示に戻ります。マルチインジケータ針は、曜日表示に戻ります。

※エネルギー残量が少ない場合は、曜日表示ではなくエネルギー残量表示「少ない」に戻ります。  
※時分針・マルチインジケータ針・日付・小時計が動いている間は、ボタンの操作はできません。



# 11 小時計のDST(サマータイム)の設定

## ■ 小時計のDST(サマータイム)の設定をする

手動で小時計をDST(サマータイム)に設定することができます。

※通常、手動タイムゾーン選択で合わせる小時計は、DST(サマータイム)がAT(自動)にはなりません。サマータイムの実行/解除の状況に応じて、手動でDST(サマータイム)の設定/解除を行ってください。

※基本時計と小時計の時刻を入れ替えた際にDST = AT(自動)が小時計に反映している場合は、DST(サマータイム)の設定をする必要はありません。

### 1 りゅうずを2段引きだす

マルチインジケータ針が小時計のDST(サマータイム)の設定を表示します。  
秒針は現在の小時計のタイムゾーンを表示します。

< DST(サマータイム)の設定が解除の状態 >



### 2 ボタンAを押し続ける(3秒)

マルチインジケータ針が動いて「DST」を指し、小時計の時分針が1時間進みます。

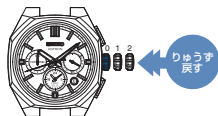


※オーストラリア領のロード・ハウ島ではサマータイム実施時、30分時刻を進めています。

### 3 りゅうずを押し戻す

秒針が時刻表示に戻ります。  
マルチインジケータ針は、曜日表示に戻ります。

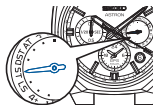
※エネルギー残量が少ない場合は、曜日表示ではなくエネルギー残量表示「少ない」に戻ります。



## ■ 小時計のDST(サマータイム)の設定を解除する

DST(サマータイム)が設定されているとき **1**~**3** の操作を行ってください。

**2** の操作ではマルチインジケータ針を図の位置「ST(解除)」に合わせてください。時分針が1時間戻ります。



# 12 基本時計と小時計の入れ替えについて

基本時計と小時計の入れ替えができます。

基本時計および小時計に設定されていた DST(サマータイム)の状態も一緒に入れ替わります。

こんなときに使用すると便利です。

- ・ 小時計に設定されているタイムゾーンの時刻に基本時計を合わせる
- ・ 基本時計を現地の時刻に合わせ使用し帰国後、小時計の日本時間に基本時計を戻す

## ■ 基本時計と小時計の入れ替え方法

### 1 ボタン A・B を同時に押し続ける(1 秒)



秒針が切り替わった基本時刻のタイムゾーンを示し、マルチインジケータ針が切り替わった基本時刻の DST(サマータイム)の設定状態を示します。

その後、基本時計の時分針、小時計、日付が切り替わります。

最終的に、秒針が時刻表示に、またマルチインジケータ針が曜日表示(またはエネルギー残量表示)に戻ります。

※時分針・マルチインジケータ針・日付・小時計が動いている間は、ボタンの操作はできません。

# 13 飛行機に乗るとき(機内モード(✕)について)

## ■ 機内モード(✕)について

飛行機内など他の電子機器の動作に影響を与える可能性がある場所では、機内モード(✕)状態にしてください。

機内モード(✕)状態にすると、GPS 電波受信(タイムゾーン修正・強制時刻修正、自動時刻修正)がはたらかなくなります。

<機内モード(✕)状態>  
マルチインジケータ針が ✕ を示します。



※機内モード(✕)が解除されると、マルチインジケータ針は曜日(またはエネルギー残量)を示します。

## ■ 機内モード(✕)状態にする

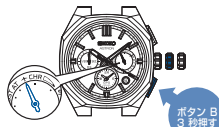
### 1 りゅうずを1段引きだす

秒針が動いて、現在設定されている基本時計のタイムゾーンを表示します。  
マルチインジケータ針は基本時計のDST(サマータイム)の状態を表示します。



### 2 ボタンBを押し続ける(3秒)

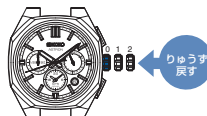
マルチインジケータ針が機内モード(✕)を表示します。(5秒間)  
その後、DST(サマータイム)の状態を表示します。



※1、2の操作後にりゅうずを回転すると、タイムゾーンが切り替わるのでご注意ください。

### 3 りゅうずを押し戻す

マルチインジケータ針は、機内モード(✕)表示に戻ります。



機内モード(✕)状態になると、マルチインジケータ針は曜日を示しません。

## ■ 機内モード(✕)状態を解除する

飛行機から降りた場合などは機内モードを解除してください。  
解除しないとGPS電波受信が行えません。

1~3の操作を行ってください。

2の操作で、マルチインジケータ針が機内モード解除を示す「+」を指します。(5秒間)  
その後、DST(サマータイム)の状態を示します。

3の操作で、マルチインジケータ針が曜日表示すると、機内モード(✕)が解除されます。

※エネルギー残量が少ない場合は、曜日表示ではなくエネルギー残量表示「少ない」に戻ります。

# 14 うるう秒について(うるう秒自動受信機能)

## □ うるう秒について

うるう秒は天文学的に決められた世界時(UT)と国際原子時(TAI)とのずれを補正するためのものです。  
毎年～数年に1度、「1秒」挿入(削除)されることがあります。

## □ うるう秒自動受信機能について

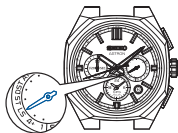
「うるう秒情報」を GPS 衛星から電波を受信することにより、うるう秒の実施時刻になったときに、自動的にうるう秒が挿入(削除)されます。

※「うるう秒情報」には、今後のうるう秒実施の有無の情報と、現在のうるう秒情報が含まれています。

## □ うるう秒情報の受信について(うるう秒情報受信)

<うるう秒情報受信中>

6月1日と12月1日以降にGPS電波受信(自動時刻修正、強制時刻修正またはタイムゾーン修正)を行うと、マルチインジケータ針が図のような表示になることがあります。



うるう秒情報の受信が終了するとマルチインジケータ針が曜日表示(またはエネルギー残量表示)に戻りますので、そのままお使いください。

※うるう秒情報の受信は、うるう秒の実施に関わらず半年ごとに行います。

うるう秒情報の受信が終了するまで、時刻修正(自動時刻修正または強制時刻修正)終了後、最大18分かかります。

以下の状況でGPS電波受信をしたときも、うるう秒情報の受信をはじめます。

- ・ 長期間、GPS電波受信をしなかったとき
  - ・ うるう秒情報の受信に失敗したとき
- 次のGPS電波受信で再度うるう秒情報の受信を行います。うるう秒情報の受信が成功するまで行います。「うるう秒情報」の結果(成否)を確認してください。

# 15 受信結果表示

## ■ 受信ができていないか確認する

GPS 電波受信(時刻修正またはタイムゾーン修正)やうるう秒情報受信の結果(成否)を5秒間表示します。

### 1 ボタン A を押して、離す

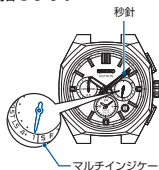
秒針とマルチインジケータ針が受信結果を表示します。



※ボタン A を押し続けると強制時刻修正の動作に入ります。

### 2 受信の結果が表示される

秒針が GPS 電波受信(時刻修正またはタイムゾーン修正)の結果を表示します。マルチインジケータ針は、その時の受信方法(「1」または「4+」)を指します。



※タイムゾーン修正の場合は「4+」を指します。

秒針: 受信結果(成否)

結果	成功	失敗
表示		
位置	Y:8 秒位置	N:52 秒位置

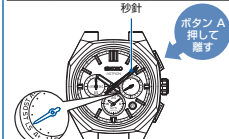
※5秒経過、またはボタン B を押すと時刻表示に戻ります。

### 3 2の「受信の結果」が表示されている(5秒)間に再度ボタン A を押して、離す

秒針が「うるう秒情報受信結果」(成否)を示します。マルチインジケータ針は、「うるう秒情報受信」の下の様な位置を指します。

秒針: 受信結果(成否)

結果	成功	失敗
表示		
位置	Y:8 秒位置	N:52 秒位置



※5秒経過、またはボタン B を押すと時刻表示に戻ります。

うるう秒情報受信の結果が Y (成功) になったときは

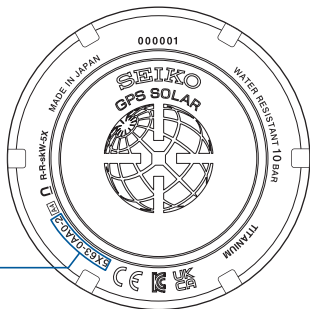
- うるう秒情報受信ができています。そのままお使いください。

うるう秒情報受信の結果が N (失敗) になったときは

- 定期的に行なう「うるう秒情報受信」がまだできていない状態です。次の GPS 電波受信(自動時刻修正、強制時刻修正またはタイムゾーン修正)のタイミングで自動的に行ないますので、そのままお使いいただけます。
- ※「うるう秒情報」は、6月1日と12月1日以降に情報を受信するしくみになっています。
- ※「うるう秒情報受信」ができていない状態でも、「うるう秒の挿入(削除)」が実施されるまでは、時刻は正確です。

# 16 タイムゾーン情報の制定時期確認方法

時計の裏ぶたで型式の確認ができます。



型式番号  
お客様の時計の  
種類を示す番号

※表示内容は、モデルによって異なる場合があります。

この商品のタイムゾーン情報の制定時期は、裏ぶたの型式番号でご確認いただくことができます。

詳しくは、下記 URL にてご確認ください。  
<https://www.seikowatches.com/jp-ja/customerservice/gpstimezonedatainfo/>

お客様がお持ちの時計のタイムゾーンや DST(サマータイム)情報の制定時期以降にタイムゾーン等が変更された地域では、GPS電波受信によるタイムゾーン修正操作を行っても、正しい時刻を表示することができません。正しい時刻表示のためには下記の操作を行ってくださいますようお願いいたします。

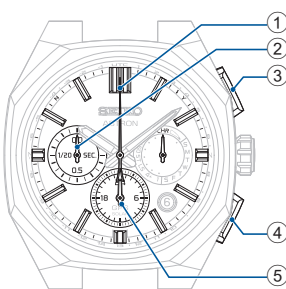
## ＜タイムゾーンや DST(タイムゾーン)が変更された地域で、この商品の時刻合わせをする場合＞

1. 手動タイムゾーン選択によって該当地域の最新の時間帯に適したタイムゾーンを選択、および必要に応じて DST(サマータイム)の設定を行ってください。詳しくは「8 飛行機内などで目的地の時刻に合わせたいとき(手動タイムゾーン選択)」 P.10、「9 基本時計の DST(サマータイム)の設定」 P.11 をご参照ください。
2. 次に、強制時刻修正により時刻合わせを行ってください。  
→ 詳しくは「7 GPS 電波受信により時刻のみを合わせる(強制時刻修正)」 P.9 をご参照ください。
3. 同じタイムゾーン内でお使いいただく場合は、そのままのタイムゾーン設定にしておけば、その後も自動時刻修正または強制時刻修正により、常に正確な時刻が表示されます。
4. また、タイムゾーンが変更された地域から別のタイムゾーンの地域に移動してタイムゾーン修正を行った後に、タイムゾーンが変更された当該地域に戻ってきた場合にも、正しい時刻表示のためには上記 1.~3. と同様の操作をしてください。

# 17 ストップウォッチの使いかた

## ■ ストップウォッチの基本機能について

- ・ 1/20 秒単位で最大 23 時間 59 分 59 秒 95 まで計測および読み取りができます。
- ・ 4 本の針で表示します。  
24 時間経過後、ストップ・リセットします。
- ・ ストップウォッチ 1/20 秒針は、最大 1 分間作動後、0 秒位置で止まります。  
スプリットまたは、ストップ操作があると、その秒を表示します。



- ① ストップウォッチ秒針
- ② ストップウォッチ 1/20 秒針
- ③ ボタン A
- ④ ボタン B
- ⑤ ストップウォッチ時分針

## ■ ストップウォッチモードに切り替える

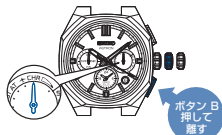
### 1 りゅうずを 1 段引きだす

秒針が動いて、現在設定されている基本時計のタイムゾーンを表示します。  
マルチインジケータ針は基本時計の DST(サマータイム)の状態を表示します。



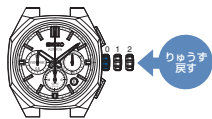
### 2 ボタン B を押して、離す

マルチインジケータ針が「CHR」を表示します。



### 3 りゅうずを押し戻す

ストップウォッチモードになります。  
ストップウォッチ針(1/20 秒、秒、時・分)が 0 秒位置に戻ります。  
※ 1/20 秒針は一周回ります。  
マルチインジケータ針は、「CHR」表示を継続します。



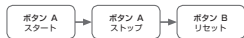
※ 1/20 秒針、秒針が 0 秒位置に戻ってから計測を開始してください。  
ストップウォッチ時分針が早送り中でも計測は開始します。

## ■ ストップウォッチモードを解除する

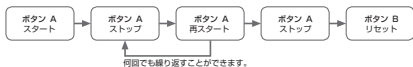
りゅうずを引き出して押し戻すと、ストップウォッチモードを解除します。  
マルチインジケータ針は、曜日表示に戻ります。

※ エネルギー残量が少ない場合は、曜日表示ではなくエネルギー残量表示「少ない」に戻ります。

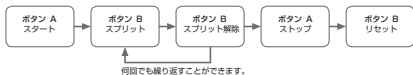
## □ 通常の使用方法



## □ 時間計測を積算で行なう場合

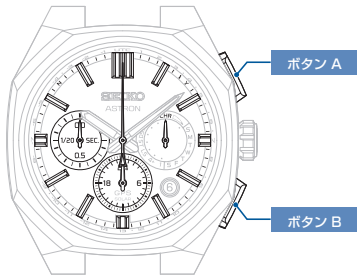


## □ 途中経過(スプリットタイム)を計測する場合



※「スプリット」状態で、計測時間が 24 時間になると、自動停止はたります。スプリットは解除され、「0 時間 0 分 0 秒」に戻ります。

## □ 2 人のタイムを測定する場合



## □ ストップウオッチのリセット方法

### ● ストップウオッチ針が動いている場合

1. ボタン A でストップ
2. ボタン B でリセット

### ● ストップウオッチ針が止まっている場合、以下の 3 つの場合があります。

【ストップ状態で止まっている】

1. ボタン B でリセット

【スプリット表示でストップウオッチが計測中】

1. ボタン B でストップウオッチ針が早送りし、その後計測状態になる。
2. ボタン A でストップ
3. ボタン B でリセット

【スプリット表示でストップ状態】

1. ボタン B でストップウオッチ針が早送りし、その後止まる。
2. ボタン B でリセット

## 製品仕様

1. 基本機能	基本時計(時・分・秒針)、日付表示、曜日表示、インジケータ機能、デュアルタイム表示機能、ワールドタイム機能(38タイムゾーン)、ストップウォッチ(時・分・1/20秒)
2. 水晶振動数	32,768 Hz(Hz=1秒間の振動数)
3. 精度	平均月差 ±15 秒以内(電波受信による時刻修正が行なわれない場合、かつ気温 5℃~35℃において腕に着けた場合)
4. 作動温度範囲	-10℃~+60℃
5. 駆動方式	ステップモーター式:基本時計(時針、分針、秒針)、マルチインジケータ針、日付、小時計(時・分針)、ストップウォッチ 1/20 秒針
6. 使用電源	専用二次電池:1個
7. 持続時間	約6ヶ月(フル充電で、パワーセーブが作動しない場合) ※フル充電をした状態からパワーセーブが作動した場合は最大約2年
8.GPS 電波受信機能	タイムゾーン修正、強制時刻修正、自動時刻修正 ※受信から次の受信までは上記クォーツの精度で動く
9. 電子回路	発振、分周、駆動、受信回路:IC 4個

※仕様は改良のため予告なく変更することがあります。

お客様相談室

通話料無料 **0120-612-911**  
< ONLY IN JAPAN >

セイコーウォッチ株式会社  
<https://www.seikowatches.com/>