

BSN3X22-A1909

SEIKO

ASTRON



GPS[®]
SOLAR

3X22

ハンディ マニュアル

SEIKO WATCH CORPORATION

Printed in Japan

< 日本語 >

AST-6

「GPS」は、セイコーホールディングス株式会社の登録商標です。

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。
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。

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「3X22」
[https://www.seikowatches.com/jp-ja/
customerservice/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/)

※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。

目次

1. 特長	3
2. 各部の名称	5
3. エネルギー残量を確認する	7
4. タイムゾーンについて	9
5. 世界の時差一覧(参考)	11
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)	13
7. GPS電波受信により時刻のみを合わせる (強制時刻修正)	15
8. 飛行機内などで目的地の時刻に合わせたいとき (手動時差設定)、DST(サマータイム)を設定・ 解除したいとき	17
9. 飛行機に乗るとき(機内モード(✕)について)	19
10. うろうろについて(うろうろ自動受信機能)	21
11. 受信結果表示	23
12. タイムゾーン情報の制定時期確認方法	25

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

世界中どこでも、ボタン操作ひとつで[※]現在の正しい時刻に合わせることができます。
 ※DST (Daylight Saving Time = サマータイム)は手動対応

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。



ソーラー充電

ソーラー充電で動きます。文字板に光を当ててフル充電で約6ヶ月間動きます。

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



スーパースマートセンサー (自動時刻修正)

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。

※充電量が不足しているときは受信を行いません。



※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、普段お使いの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を行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。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。
 なるように充電することを心がけてください。(エネルギー残りません。)

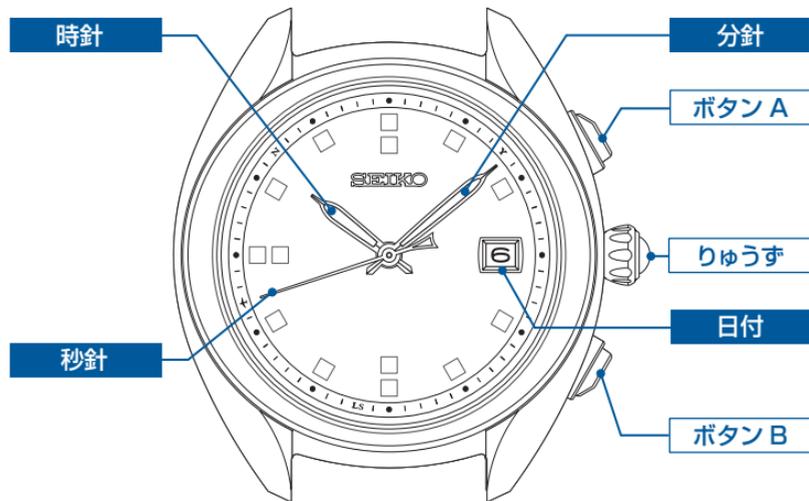
こまめに光を当て、エネルギー残量が「中くらい」または「十分」量が「少ない」になると、GPS電波受信の操作をしても受信がはじま

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		運針している (充電されている) 状態で
			フル充電まで	確実に1秒運針になるまで	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秒運針になるまで」の数値は、止まっていた時計に光をあて時間まで充電しなくても1秒運針になりますが、その状態ですと2
 ※ 充電に必要な時間は、モデルによって若干異なります。

て、確実に1秒運針になるまでに必要な充電時間のめやすです。この
 秒運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。

2 各部の名称



※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



ボタンB
押して
離す

ボタンBを押し離すと、秒針が動いてエネルギー残量をエネルギーが少ない状態にならないよう、普段から「エネル

確認できます。
「エネルギー残量」を確認することをおすすめします。

受信
できる状態

秒針の表示	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。 充電を心がけながらご使用ください。

受信
できない
状態

秒針の表示	エネルギー残量	このようにしてください
	少ない	受信はできませんが、時計を動かすエネルギーはあります。 受信ができるように、少なくともエネルギー残量が「中くらい」になるまで充電をしてください。
時刻表示の 秒針の動き	エネルギー残量	このようにしてください
2秒遅針	ごく「少ない」状態です。 ※エネルギー切れ予告機能は、エネルギー残量が「エネルギー残量」を表示できません。	時計を動かし続けられ、かつ、受信ができるように、少なくともエネルギー残量が「中くらい」になるまで充電を継続してください。
5秒遅針		

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(2019年1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。

欧米を中心に世界の約80ヶ国で実施されています。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。

※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 世界の時差一覧(参考)

世界の時差一覧です。
手動時差設定(選択)のとき、りゅうすの回転方向の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。

代表都市名……………世界の全タイムゾーン
UTCからの時差……+14～-12時間

※各地域の時差(タイムゾーン)およびDST(サマータイム)の導入については2019年1月時点のものです。

代表都市名	UTCからの時差
★ロンドン/UTC	0時間
★パリ/★ベルリン	+1時間
カイロ	+2時間
ジッダ	+3時間
★テヘラン	+3.5時間
ドバイ	+4時間
カブール	+4.5時間
カラチ	+5時間
デリー	+5.5時間
カトマンズ	+5.75時間
ダッカ	+6時間
ヤンゴン	+6.5時間
バンコク	+7時間

代表都市名	UTCからの時差
北京	+8時間
ユークラ	+8.75時間
東京	+9時間
★アデレード	+9.5時間
★シドニー	+10時間
☆ロード・ハウ島	+10.5時間
ヌーメア	+11時間
★ウェリントン	+12時間
★チャタム諸島	+12.75時間
ヌクアロファ	+13時間
キリスイマスイ島	+14時間
ベーカー島	-12時間
ミッドウェー島	-11時間

手動時差設定時のりゅうす操作



代表都市名	UTCからの時差
ホノルル	-10時間
マルケサス諸島	-9.5時間
★アンカレッジ	-9時間
★ロサンゼルス	-8時間
★デンバー	-7時間
★シカゴ	-6時間
★ニューヨーク	-5時間
サントドミンゴ	-4時間
★セント・ジョンズ	-3.5時間
★リオデジャネイロ	-3時間
フェルナンド・デ・ノローニャ諸島	-2時間
★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
ます。

※ DST (Daylight Saving Time = サマータイム) は手動対応

■ 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

最初に秒針が30秒位置に動き、続いて時・分針が6時位置に移動します。
※すべての針 (3本) が6時位置に集まります。



ボタンB
3秒押す

※エネルギー残量が「少ない」場合は受信操作をしても受信が始まりません。光をあてて充電してください。

※秒針が  を指しているときは、受信操作をしても受信が始まりません。機内モード () を解除してください。

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

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
押す

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・日付が合います。秒針が受信結果を表示後、時・分・秒針は通常表示に戻ります。

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。	

※ 時分針・日付が動いている間は、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、隣接するこれはしくみ上起こりうること、故障ではありません。その場合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た、タイムゾーン境界線付近で使用するときは、必ず時刻を確認し、必要に

時差 (タイムゾーン) の時刻が表示されることがあります。には手動で時差を設定 (選択) をしてください。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。に応じて手動で時差を設定 (選択) してください。

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(選択)されている時差の、正確な現在時刻に合わせるすることができます。
(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

最初に秒針が0秒位置に動き、続いて時・分針が12時位置に移動します。
※すべての針(3本)が12時位置に集まります。



※エネルギー残量が「少ない」場合は受信操作をしても受信が始まりません。光をあてて充電してください。

※秒針が✕を指しているときは、受信操作をしても受信が始まりません。機内モード(✕)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。

※受信をキャンセルさせるときは、ボタンBを押してください。



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・日付が合います。秒針が受信結果を表示後、時・分・秒針は通常表示に戻ります。

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)の設定が今いる場所と合っていない可能性があります。必要に応じて手動で設定(選択)を行ってください。

※時分針・日付が動いている間は、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(手動時差設定)、DST(サマータイム)を設定・解除したいとき

■ 手動時差設定(選択)について

タイムゾーン修正ができない場所では、手動で時差を設定(選「世界の時差一覧(参考)」P.11をめやすに、時差(日付)をとができます。

■ 手動時差設定(選択)のしかた

1 りゅうずを1段引きだす

秒針が0秒位置に移動します。



※機内モードに設定してある場合は、秒針が42秒位置に移動します。

2 りゅうずを回して目的地の時刻に合わせる

りゅうずを回すごとに1時間単位で時刻が変わります。

※りゅうずを回す方向に注意してください。

1時間単位で時刻合わせができた場合は、操作4へ



※目的地の時刻に合わせるには、日付も含む時刻に合わせる必要があります。回す方向が間違った場合は、回す方向を変えて、日付と時刻を合わせ直してください。

※日付は最大約2週間先(または前)までの表示が可能です。行き過ぎると2週間前(または先)の日付になりますのでご注意ください。

択)できます。

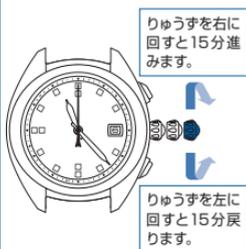
含む)を設定することで、その場所の時刻・日付に合わせるこ

3 りゅうずを2段引きだす

1時間単位の時刻合わせでは合わない場合は、続いて「15分単位」の時刻合わせを行ってください。

※りゅうずを回す方向に注意してください。

※4回の修正をすると、「1時間分」の修正ができます。

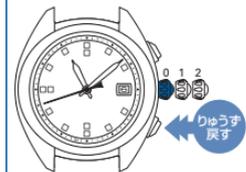


※機内モードに設定してある場合は、秒針が0秒位置に移動します。

4 りゅうずを押し戻す

秒針が時刻表示に戻ります。

※時分針・日付が動いている間は、ボタンの操作はできません。



9 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(✕)状態になると、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)がはたらかないようになります。

＜機内モード(✕)状態＞
りゅうすを1段引き出すと表示します。



機内モード(✕)状態にする

1 りゅうすを1段引き出す

秒針が動いて、現在設定されている「機内モード」の状態(42秒)／解除(0秒)を表示します。



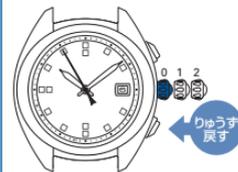
※このとき、りゅうすを回転すると「手動時差設定」になりますので、ご注意ください。

2 ボタンBを押し続ける(3秒)

秒針が ✕ (42秒) 位置に動きます。



3 りゅうすを押し戻す



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してください。

解除しないとGPS電波受信が
1～**2**の操作を行ってください
操作**2**において、秒針が「0秒位置」を示すと、機内モード(✕)が解除されます。

機内モードを解除
行えません。
いい。
位置」を示すと、機



※ 操作**2**において、秒針が「0秒位置」を示して、機内モード(✕)が解除されたことが分かります。

10 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)

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、うるう秒情報受信を行う場合があります。

※特に操作をしていただく必要はありません。

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。「うるう秒情報」の結果(成否)を確認してください。

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。

11 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）やうろう 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。



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「うろう秒情報受信結果」（成否）を示します。分針は32分位置（LS）に移動し、「うろう秒情報受信結果」であることを示します。

うろう秒情報受信の結果がY（成功）になったときは

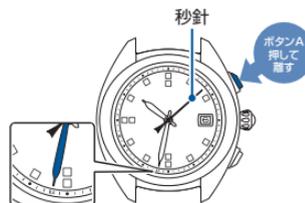
- ・うろう秒情報受信ができています。そのままお使いください。

うろ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「うろう秒情報受信」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。

※「うろう秒情報」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。

※「うろう秒情報受信」ができていない状態でも、「うろう秒の挿入（削除）」が実施されるまでは、時刻は正確です。



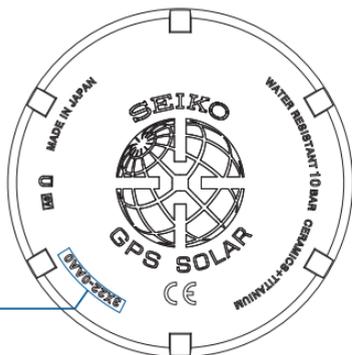
秒針：受信結果（成否）

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。

12 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/customer-service/gpstimezonedatainfo>

お客様がお持ちの時計のタイムゾーン情報の制定時期以降にタイムゾーン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ようお願いいたします。

<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. 手動時差設定（選択）によって、該当地域の最新の時刻を選択します。
このとき、DST（サマータイム）を実施中の場合はそれを含む時刻を選択してください。
→ 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（手動時差設定）、DST（サマータイム）を設定・解除したいとき」 P.17
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.15
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。

製品仕様

1. 基本機能 ……基本時計(時・分・秒針)、日付表示
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)、日付
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オーツの精度で動く
9. 電子回路 ……発振、分周、駆動、受信回路:IC 4個

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

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

セイコーウオッチ株式会社

<https://www.seikowatches.com/>

※仕様は改良のため予告なく変更することがあります。

