



## 時差修正の使いかた(1時間単位の時差)

- 海外旅行など、時差のある地域へ移動した場合、時計を止めることなく現地の時刻に修正することができます。
- アラーム小時計の時差修正も可能です。(「アラーム小時計の時差修正のしかた」を参照)

### 【時差の求めかた】

- 時差修正の前に、修正する「時差」を正確に知っておくことが重要です。
- 単に時計の表示を現地の時刻に合わせるだけでは、午前午後や日付けが連動して修正されないことがありますので、正しい時差を求める必要があります。

### 計算方法

A地域にいる人がB地域へ移動した場合、それぞれの地域のGMTからの時差を使い計算します。

- A地域のGMTからの時差を[a]、B地域のGMTからの時差を[b]とした場合、修正すべき時差は、

[b] - [a] で求められます。

【例】日本からアメリカのニューヨークへ移動した場合、

A地域日本(東京)のGMTからの時差 [a] = (+9)

B地域ニューヨークの " [b] = (-5)

求める時差 = [b] - [a] = (-5) - (+9) = (-14)時間

サマータイムを使う地域では、GMTからの時差の数値に「+1」時間して計算します。

## 都市と時差の比較表

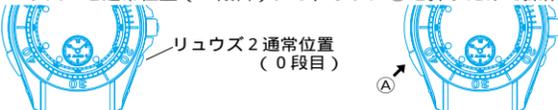
GMTは、グリニッチ標準時を示しています。+はGMTより進み、-は遅れを示しています。

ケースに表示された都市記号	GMTとの時差	都市名	サマータイム有	その他の都市(印はサマータイム有)
GMT	0	LONDON	ロンドン	カサブランカ、ダカール
PAR	+1	PARIS	パリ	アムステルダム、フランクフルト
ROM	+1	ROME	ローマ	ベルリン
CAI	+2	CAIRO	カイロ	アテネ、イスタンブール、キエフ、ケープタウン、トリポリ
MOW	+3	MOSCOW	モスクワ	メッカ、ナイロビ
DXB	+4	DUBAI	デュバイ	タシケント
KHI	+5	KARACHI	カラチ	
DAC	+6	DACCA	ダッカ	
BKK	+7	BANGKOK	バンコック	ブノベン、ジャカルタ
HKG	+8	HONG KONG	ホンコン	マニラ、北京、シンガポール
TYO	+9	TOKYO	東京	ソウル、平壤
SYD	+10	SYDNEY	シドニー	グアム島、ハバロフスク
NOU	+11	NOUMEA	ヌメア(ニューカレドニア)	ソロモン諸島
WLG	+12	WELLINGTON	ウェリントン	フィジー諸島、オークランド
MDY	-11	MIDWAY	ミッドウェイ	
HNL	-10	HONOLULU	ホノルル	
ANC	-9	ANCHORAGE	アンカレッジ	
LAX	-8	LOS ANGELES	ロサンゼルス	サンフランシスコ、バンクーバー、ドーン(カナダ)
DEN	-7	DENVER	デンバー	エドモントン(カナダ)
CHI	-6	CHICAGO	シカゴ	メキシコシティ
NYC	-5	NEW YORK	ニューヨーク	ワシントンDC、モントリオール
CCS	-4	CARACAS	カラカス	サンチャゴ(チリ)
RIO	-3	RIO DE JANEIRO	リオデジャネイロ	アエノスアイレス

サマータイムの各都市における採用は、年毎に変わる可能性がありますのでご注意ください。この表は1992年8月時点の採用状況に基づいて作成してあります。

## ワンタッチアラームの使いかた

- リュウズ2を通常位置(0段目)にし、ボタン(A)を押すだけで操作できます。



リュウズ2を通常位置(0段目)にしてください。アラーム小時計は現在時刻を示します。

ボタン(A)を押すとアラーム小時計の針が1分ずつ進みます。セットしたい時刻に合わせてください。ボタン(A)を押し続けると早く進みます。これでセットは完了です。

セットした時刻になるとアラーム音が約20秒間鳴ります。アラーム小時計はその後現在時刻を示す通常の運針に戻ります。鳴っているアラーム音を止めるには、ボタン(A)(B)(C)のいずれかを押ししてください。

ワンタッチアラーム時刻を合わせるためボタン(A)を押し続け、ちょうど12時間後の時刻つまり現時刻と一致すると、針が進まなくなります。この時、ワンタッチアラームはセットされません。一旦ボタン(A)をはなし、もう一度合わせ直してください。12時間以上あとのアラーム時刻をセットすることはできません。

### ワンタッチアラーム時刻の再セットと解除について

- 合わせてあるアラーム時刻はボタン(A)で再セットが可能です。(ただし、進ませる方向のみ)
- 解除したい場合は、ボタン(A)を押し続けて現在時刻に合わせてしまう方法と、リュウズ2を1段目に引きだしもう一度押し込む方法とがあります。

デイリーアラームを使用しない場合は、リュウズ2を通常位置(0段目)に押し込んでおくことをお勧めします。あらかじめセットしたアラーム時刻は、リュウズ2を1段目に引き出すことで何回もご使用いただけます。

## アラーム小時計の時差修正のしかた

- アラーム小時計も基本時計と同じように、時計を止めずにアラーム小時計を単独で修正することができますので、海外旅行時に便利です。
- リュウズ2を2段目まで引き出してください。



警告音が「ビビッ」となりアラーム小時計がリュウズ2を2段目まで引き出した時の時刻を表示して止まります。リュウズ1は必ず通常位置に押し込んでおいてください。

ボタン(A)を押すとアラーム小時計の時針が「+1時間」進みます。押し続けると1時間単位でアラーム小時計の時針が進みます。

アラーム小時計の時差修正は進み方向(時計回り)のみ可能です。この時差修正は進み方向のみ可能で、しかもアラーム小時計は12時間制ですので、基本時計の時差修正の値とは異なる時差修正にもなります。

## 気圧計の使いかた

- この時計には気圧を感知するセンサーが内蔵されています。
- 2本の針を使い1hPa単位で500hPa - 1050hPaの表示が可能です。
- 通常は10分間隔で気圧を計測しています。
- 現在の気圧を知りたい場合は、連続計測機能を使って知ることができます。
- 計測した最低気圧値が自動的にメモリーされていますので、呼び出して見ることができます。
- 気圧値から簡易高度を求めることができます。

### 気圧値の読みかた

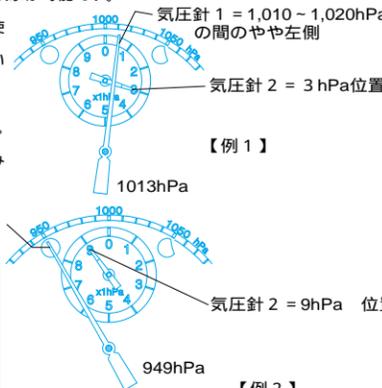
気圧針1で10hPa単位の気圧値を読み取ります。(実際は2hPa単位で動きます) 12時位置の気圧針2で1hPa単位の気圧値を読み取ります。

【例1】1013hPaの場合

【例2】949hPaの場合

気圧針1 = ちょうど950hPaに読み取れるが、940hPa台と読んでください。

気圧針2が9hPaなどのように大きな値になると、気圧針1が次の目盛りに近づいてしまいうので、ここで「959hPa」とは読み取れないようにご注意ください。また、それは逆に950hPaなどのように気圧針2が0hPaを示す場合、気圧針1が目盛りを越え、940hPa台に見えてしまうことがあります。ここで「940hPa」と読み取れないようご注意ください。



(例) 903hPa 約1000m

最低気圧のメモリーとして約700hPa程度のデータが記録されている場合があります。これは工場出荷時のテスト結果ですので、ご使用前に消去してください。(「最低気圧値の消去のしかた」を参照) 連続計測中にボタン(B)を押すと、連続計測を中止し最低気圧値を示します。連続計測を続けたい場合は、もう一度ボタン(C)を押ししてください。

約1分間最低気圧値を示し、その後自動的に現在の気圧値を示します。

最低気圧値を表示中にもう一度ボタン(B)を押すと、最低気圧値の表示をやめ、現在の気圧値を示します。同じくボタン(C)を押しした場合、最低気圧値の表示をやめ、5秒間隔の連続計測を始めます。

## 時差修正のしかた

「時差の求めかた」で計算した値などで時差修正します。

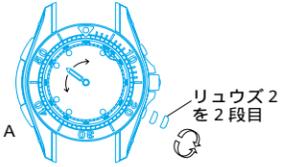
リュウズ2を2段目まで引き出してください。

警告音が「ビビッ」となりアラーム小時計がリュウズ2を2段目まで引き出した時の時刻を表示して止まります。

リュウズ1は必ず通常位置に押し込んでおいてください。

リュウズ2を回転して時差修正をします。

1時間単位の進み方を確認しながら回してください。



右回転すると：マイナス時差修正  
左回転すると：プラス時差修正

時差修正をするときは、午前・午後および日付け等にご注意ください。アラーム小時計の時差修正がボタン(A)を押すことで可能です。(「アラーム小時計の時差修正のしかた」を参照) 修正の際、分針や気圧針などが少し動きませんが機能には差し支えありません。右回転でマイナス時差修正をしてAM 0:00を通過してPM 9:00 - AM 0:00付近に合わせる場合は一旦PM 8:00まで戻し合わせてください。

修正が済みましたらリュウズ2を押し込んでください。

## アラームの使いかた(12時間制で1分単位のアラームセット)

- この時計のアラームにはワンタッチアラームとデイリーアラームの2種類の機能があります。
- アラーム小時計の時差修正もできます。

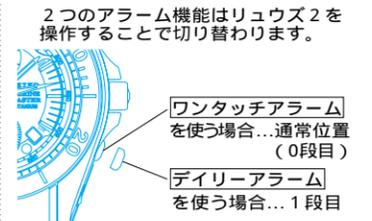
### ワンタッチアラーム

1回アラーム時刻をセットし、1回鳴らするとアラームが解除されるアラーム機能です。アラーム小時計が現在時刻を表示している状態でアラーム時刻をセットしますので、たとえば、15分後の会議時刻をセットするときなどに便利です。

### デイリーアラーム

1回アラーム時刻をセットすると、毎その時刻に鳴らすことができるアラーム機能です。たとえば、毎朝の起床時刻をセットしておき、リュウズ2を1段目に引き出して、アラームを鳴らすことができます。(ただし、12時間制ですので1日2回鳴ることになります。)

ワンタッチアラームとデイリーアラームとは、アラーム時刻に鳴る音が異なります。



【ご注意】この2つのアラームは同時に使用することはできません。リュウズ2の位置で決まりますので、ご注意ください。

## デイリーアラームの使いかた

- リュウズ2を1段目にして、ボタン(A)を押して合わせます。



リュウズ2を1段目に引き出してください。アラーム小時計は以前セットしたデイリーアラーム時刻を示します。アラームセット時刻を変えない場合はこれでセット完了です。現在時刻がアラームセット時刻になるとアラーム音が約20秒間鳴ります。鳴っているアラーム音を止める場合はボタン(A)(B)(C)のいずれかを押ししてください。

アラームセット時刻を合わせ直す場合はリュウズ2を1段目の状態でボタン(A)を押して合わせてください。ボタン(A)を押すと1分ずつアラームセット時刻が進みます。押し続けると早く進みます。これでセットは完了です。

### 【例】

基本時計の時差修正	→	アラーム小時計の時差修正
+ 4	→	+ 4
+ 14	→	+ 2
- 6	→	+ 6

修正が済みましたらリュウズ2を押し込んでください。

【ご注意】デイリーアラームは以前セットした時刻がそのまま残りますので、以前セットしたのが「7:00」であれば時差修正した新しいアラーム小時計の時刻の「7:00」にアラームが鳴ります。また、必要があればデイリーアラームのセット時刻を変えてください。

気圧値を今、計測したい場合 5秒間隔計測5分間

通常は10分間隔で計測していますので、表示されている気圧値は最大で10分前の気圧値となります。

- 今、現在の気圧値を計測したいときや、刻々と変わる気圧値を見たい場合などに使用します。
- ボタン(C)を押すだけで、5秒間隔の計測を開始します。5分間連続計測します。

ボタン(C)を押すと、5秒間隔の連続計測がスタートします。

約5分後、通常の10分間隔計測に戻ります。

さらに連続計測が必要な場合は、もう一度ボタン(C)を押ししてください。ボタン(C)は何回押ししても最後に押されてから約5分間連続計測を行います。

### 【連続計測をやめたい場合】

- 連続計測中にボタン(B)を押し、最低気圧メモの呼び出しをした場合、ただちに連続計測を中止します。(詳しくは「最低気圧の呼び出しかた」を参照)
- 最低気圧の呼び出しかた 簡易最高高度の呼び出し
- 計測した最低気圧値を自動的にメモリーしていますので、いつでも呼び出して見ることができます。
- 洋上にいる場合は、遭遇した低気圧の最低気圧値の記録として使えます。
- 最低気圧値の記録は必要に応じて、消すことができます。
- 最低気圧値を呼び出したいときは、ボタン(B)を押ししてください。
- 気圧針(2本)が自走し、メモリーされている最低気圧値を示し、確認音(ビビッ)がします。



ボタン(B)を押ししながらボタン(C)を押す

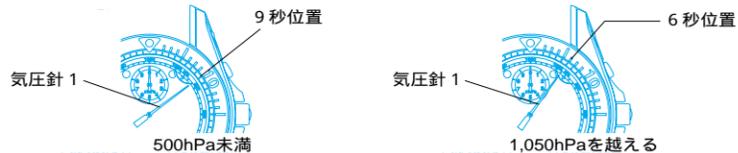
### 最低気圧値の消去のしかた

- 最低気圧値は必要に応じて消すことができます。
- これから記録する「最低気圧値」を知るためには、これまでの最低気圧を消す必要があります。
- ボタン(B)を押ししながら、ボタン(C)を押します。確認音が「ピー」と鳴り、最低気圧値が消去されます。

消去後は現在の気圧が最低気圧値としてメモリーされます。

## 気圧計測に関する注意事項

飛行機内やビル内など圧力調整された場所およびトンネル内を走行中の列車内や自動車内、または温度変化が大きい場所では正しく気圧が計測できない場合があります。気圧計測値が500～1050hPaの範囲を越えた場合、それぞれ範囲外の気圧を感知したことを針で示します。



水中あるいは、水圧がかかった場合などは、気圧が正しく計測できません。1050hPaを越える表示や異常な数値を指す場合があります。水圧の影響がなくなり、次の気圧計測があると元に戻ります。  
電池寿命が近づいて電池寿命切れ予告の「2秒運針」を始めると、気圧針1は「7秒」の位置（気圧計測停止マーク）に、また気圧針2は0hPa位置に移動します。この時には気圧計測を行いませんので早めに電池交換をしてください。（「電池についてのお願い」を参照）  
小秒針が通常の毎秒運針状態で、気圧針が気圧計測停止マークを示した場合は、気圧計測になんらかの故障が考えられますので、お買い上げ店、またはセイコー取扱店へご相談ください。  
10分間隔の気圧計測のタイミングは、時刻合わせをした時（リュウズ1を2段目の位置から1段目または0段目に押し込んだとき）からの10分ごとになります。

25

## 気圧調整について

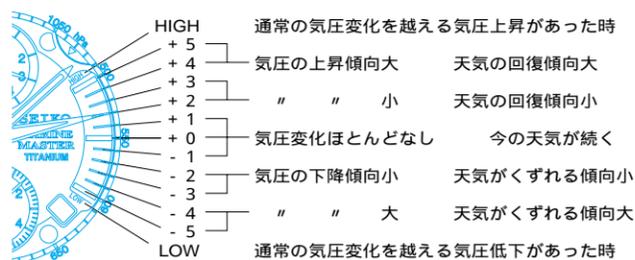
- ・気圧値の調整が必要な場合、ボタン操作で1hPa単位で調整が可能です。
  - ・気圧計として信頼できる他の計測器がある場所以外では、気圧調整を絶対にしないでください。
- [調整のしかた]  
リュウズ1を1段目に引き出します。  
ボタン⑧とボタン⑨を同時に2秒以上押し続けると確認音「ピー」がします。  
ボタン⑧か⑨を押して1hPa単位で合わせます。終わったらリュウズを押し込みます。

合わせ中にボタン⑧と⑨を同時に押しすと調整値がキャンセルされます。  
この調整は、電池交換時にキャンセルされます。

26

## 気圧傾向針の使いかた

- ・この針は気圧の変化傾向を示すもので、約3時間前と比較し変化分を針で表示します。
- ・刻々と変わる気圧傾向を30分ごとに、上昇傾向5段階、下降傾向5段階で示します。
- ・この気圧傾向針の示す値により、一般的に上昇傾向では、天気は回復傾向であること、また下降傾向では、その逆になることが言われており、天気予測の一助となります。



ここで示す数値は3時間前との気圧差です。+2とは、3時間前に比べ約2hPa上昇したことになります。（ただし、移動による気圧差を除く値です）

27

## 注意

- ・この傾向表示は、あくまで気圧変化の傾向を示すものであり、天候の変化をすべて予測できるものではありません。
- ・特に、夏期の夕立（雷雨）や冬期の日本海側を中心とした雪など、気圧変化傾向には、表れない場合や、逆の傾向表示になることもあります。
- ・天気予測に活用するためには、今の天気や新聞等の天気予報を参考に「いつ天気がくずれる」、また「いつ天気が好転する」のかを気圧傾向針から知ることができます。
- ・移動により高度（標高）が変わると気圧も変わります。この気圧変化は極力表示しないようになっていますが、連続して高度が変わった場合など本来の気圧変化と多少異なる場合があります。たとえば、高度が上がることが「LOW」を示したり、高度が下がるとその逆に「HIGH」を示すことがあります。
- ・移動の影響で「HIGH」または「LOW」を示した場合、その後移動が終了し、その場所での気圧傾向を示すまでに約2時間は掛かりますのでご注意ください。
- ・気圧傾向針は30分ごとに新しい計算値を示しますが、そのタイミングは10分の通常気圧計測の3回に1回となります。

28

## デモンストレーションについて（気圧関係の針とアラーム小時計）

- ・この時計には、針のデモンストレーション運針機能があります。
- ・気圧関係の針（気圧針1・気圧針2、気圧傾向針）とアラーム小時計（アラーム時分針）がそれぞれ運針します。
- ・このデモンストレーションをしても、時刻や針の位置はずれません。  
リュウズ1を1段目に引き出してください。  
ボタン⑧を2～3秒押し続けてください。  
デモンストレーション運針が始まります。  
【運針順序】  
・気圧関係の3本の針が0位置に自走。  
・アラーム時分針が12時間分運針します。  
・気圧針1が時計方向に1周、反時計方向に1周します。  
・気圧針2と気圧傾向針は連動しているのと一緒に運針します。  
気圧傾向針の「±0」から「HIGH」へ運針し、その後「LOW」へ再び±0へ戻ります。  
終わりましたら、リュウズ1を押し込んでください。

デモンストレーション中はアラームは鳴りません。  
途中で中止したい場合は、ボタン⑧⑨⑩のいずれかを押すか、またはリュウズ1を押し込んでください。

29