■製品の説明

●この時計には、デモンストレーションの機能が付いています。
・「時刻・カレンダーモード」状態のとき、ボタンEを約２～３秒間押し続けると、「曜日」表示から「都市名」に替わり「デモンストレーション」状態になり、各モードの操作説明をします。止めたい場合はボタンA B C D Eいずれかのボタン押してください。
・「メニュー画面」から各モードへ切り替えるとき、ランダムに「アニメーショングラフィック」が表示されるときがありますので、楽しみにしてください。

ボタンの名称とモードの切り替え

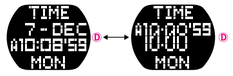
ボタン	モード	表示
ボタンA	時刻・カレンダーモード	TM
ボタンB	アラームモード	AL
ボタンC	ストップウオッチモード	SMPT
ボタンD	メトロノームモード	BPM
ボタンE	ワールドタイムモード	WTM
ボタンF	内部照明の点灯	EL

※表示中のモードから他のモードへ切り替えるときは、一度ボタンAを押して、一旦メニュー表示に戻してから各モードへ切り替えてください。

※メニュー表示から各モードのボタンを押すと、オープニングアニメーションから各モードの表示になります。
※メニュー表示のときにSMPT表示が点滅している場合は、ストップウオッチが計測中であることを示しています。

各モード表示のSMALL（小）表示とLARGE（大）表示
・各モード表示のとき、ボタンDを押すごとにSMALL表示または、LARGE表示に切り替えることができます。（メトロノーム（BPM）表示は除く。）

１．時刻・カレンダー表示



（SMALL表示）

（LARGE表示）

４．メトロノーム（BPM）表示

（SMALL表示）

（LARGE表示）

メトロノーム（BPM）表示のときは、　LARGE表示はありません。

２．アラーム表示

（SMALL表示）

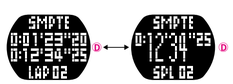
（LARGE表示）

５．ワールドタイム表示

（SMALL表示）

（LARGE表示）

３．ストップウオッチ表示



（SMALL表示）

（LARGE表示）

■製品仕様

（１）水晶振動数・・・・・・・・・・32,768Hz（Hz＝１秒間の振動数）
（２）精度・・・・・・・・・・・・・平均月差±20秒（気温＋５℃～＋35℃において腕につけた場合）
（３）作動温度範囲・・・・・・・・・－10℃～＋50℃
（４）表示内容
①時刻・カレンダーモード
タイムモード表示
時、分、秒、A/P（12時間制のとき表示）
月、日、曜
（アラーム、報時、オートパネライト、サマータイムマーク）
都市名
②アラームモード
アラームモード表示
時刻（時、分）、A/P（12時間制のとき表示）
アラームセット時刻（時、分）、A/P（12時間制のとき表示）
ON/OFF（セット／解除）、使用チャンネル
（アラーム、報時、オートパネライト、サマータイムマーク）
③ストップウオッチモード
SMPTE表示
リセットのとき　：時刻（時、分）、A/P（12時間制のとき表示）、[0:00'00"00]　RESET表示
計測のとき　　：時刻（時、分）、A/P（12時間制のとき表示）、計測時間、RUN表示（LARGE表示のとき：SPL表示）
ラップ計測のとき：ラップタイム時間、スプリットタイム時間値、ラップ回数
（LARGE表示のとき：SPL表示）
リコールのとき　：RECALL表示、ラップタイム時間、スプリットタイム時間、ラップ回数
（LARGE表示のとき：SPL表示）
（アラーム、報時、オートパネライト、サマータイムマーク）
④メトロノーム（BPM）モード
BPMモード表示
BEAT表示、STOP表示、グラフィック表示
BPM数値、BEAT数値
（アラーム、報時、オートパネライト、サマータイムマーク）
⑤ワールドタイムモード
WORLD表示
時刻（時、分、秒）、A/P（12時間制のとき表示）
CC表示、国コード番号、都市名
（アラーム、報時、オートパネライト、サマータイムマーク）
（５）表示体・・・・・・・・・・・・ＦＥ型マチマック液晶
（６）使用電池・・・・・・・・・・・小型リチウム電池　ＳＢ－Ｔ１４
（７）電池寿命・・・・・・・・・・・約２年
（８）電子回路・・・・・・・・・・・C-MOS-LSI　１個　　バイポーラＩＣ　１個

※上記製品仕様は、改良のため予告なく変更することがあります。

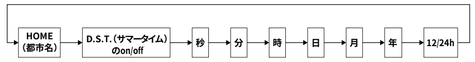
■時刻・カレンダーの合わせかた

（１）ボタンの名称とはたらき
・ボタンAを押して「時刻・カレンダーモード」状態にしてください。
※他のモードになっている場合は、一度ボタンAを押して、メニュー表示にしてからボタンAを押し、「時刻・カレンダーモード」状態にしてください。

ボタンA：時刻・カレンダーモードへの切り替え
　　メニュー表示への切り替え
ボタンB：時刻・カレンダー修正状態の呼び出し／解除
ボタンC：報時のセット／解除
　　修正箇所の合わせ（進み）
ボタンD：SMALL／LARGE表示の切り替え・修正箇所の選択
ボタンE：現在時刻の都市名呼び出し（スクロール）
　　修正箇所の合わせ（戻り）
ボタンF：内部照明の点灯
　　オートパネライトのセット／解除

TIMEモード表示

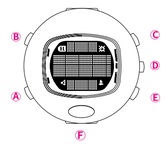
※ボタンEを１回押すと、「曜日」表示から「都市名」（現在設定されてある都市名）表示に替わりスクロール（右から左へ）表示し、また、もとの「曜日」表示に戻ります。
※ボタンEを約３秒間押し続けると、「曜日」表示から「都市名」に替わり「SPOON専用デモンストレーション画面」状態になり、各モードの操作説明を繰り返しおこないます。止める場合はボタンA B C D Eいずれかのボタン押してください。
（２）時刻・カレンダーの合わせかた
①ボタンBを２～３秒間押し続けると、「ADJUST」が点滅し「時刻・カレンダー合わせ」状態になります。
②ボタンDを１回押すごとに合わせたいところ（点滅部）を選ぶことができます。
※年月日をセットすると「曜日」は自動的に設定されます。
ボタンDを押すたびに修正個所が替わります。



③ボタンDを押して「秒」点滅状態にし、時報と同時にボタンCまたはボタンEを押すと「00」に合います。
※秒表示が30～59秒のとき、ボタンCまたはボタンEを押すと１分繰り上がって「00」に合います。
※時刻合わせは、電話の時報サービス（TEL117）が便利です。
④合わせたいところを選択したあと、ボタンCを１回押すごとに点滅している数字・都市名および月が１つずつ進みます。（反対に、ボタンEを押すごとに１つずつ戻ります。）
（「秒」「12/24h」「D.S.T.」を除く。）
※ボタンCまたはボタンEを押し続けると、早送りできます。
⑤「時刻・カレンダー合わせ」が終わりましたら、ボタンBを１回押して「時刻・カレンダーモード」に戻してください。押し忘れた場合でも２～３分後には「時刻・カレンダー表示」へ自動的に戻ります。

※カレンダーは1999年から2048年までの年・月・日・曜がプログラムされていますので、この間、月の大小や、うるう年でも修正する必要はありません。
※時刻修正の途中で「全点灯表示」になるのは、故障ではありません。ボタンCとボタンDが同時に押された状態です。その場合は、ボタンA B C D Eいずれか１つのボタンを押して、「時刻・カレンダーモード」に戻してください。つぎにあらためて、上記の①から合わせ直してください。

＝全点灯表示＝



（３）アラーム音の試し聴き（サウンドデモンストレーション）と報時ならびに操作確認音のセットと解除
※「時刻・カレンダーモード」でボタンCを押すごとに、報時・操作確認音のセットと解除ができます。また、ボタンCとDを同時に押し続けると「アラーム音の試し聴き」ができます。

報時します。

報時マーク点灯

報時しません。

報時マーク消灯

（４）オートパネライトのセットと解除
ボタンFを２～３秒間押しつづけるごとにオートパネライトのセット（ マーク点灯）と解除（ マーク消灯）ができます。
※オートパネライトのセット後、約11～12時間後に自動的に解除されます。

■アラームの使いかた

・設定した時刻（時・分）で毎日報知する５チャンネルのデイリーアラーム機能付です。
・各チャンネルは、アラームのON/OFF（セット／解除）切り替えができます。

（１）ボタンの名称とはたらき
・ボタンBを押して「アラームモード」状態にしてください。
※他のモードになっている場合は、一度ボタンAを押して、メニュー表示にしてからボタンBを押し、「アラームモード」状態にしてください。

ボタンA：メニュー表示への切り替え
ボタンB：アラームモードへの切り替え
　　アラーム時刻修正状態の呼び出し／解除
ボタンC：アラームのセット／解除
　　修正箇所の合わせ（進み）
ボタンD：SMALL／LARGE表示の切り替え
　　修正箇所の選択
ボタンE：アラームチャンネルの選択
　　修正箇所の合わせ（戻り）
ボタンF：内部照明の点灯
　　オートパネライトのセット／解除

Ch－１～５の内で１つでもアラームをセット（ON）してあると、アラームマークが点灯します。
（２）アラームのせかた
例：「Ch－１」のところでアラーム時刻を「午前６時30分」にセットする場合

①ボタンEを押して「Ch－１」を呼び出します。ボタンBを２～３秒押し続けると、「ADJUST」文字が点滅、次に、「時」が点滅し、「アラーム時刻合わせ状態」になります。

②ボタンDを押しますと、押すたびに「時」と「分」が交互に点滅表示します。修正する箇所を選択してください。

③合わせたいところを点滅させたあと、ボタンCを１回押すごとに点滅している数字が１つずつ進みます。（反対に、ボタンEを押すごとに、１つずつ戻ります。）
※ボタンCまたはボタンEを押し続けると、早送りできます。

④セットが終わりましたら、ボタンBを押して「アラームモード」にもどしてください。「ON」と「アラームマーク」が点灯します。押し忘れた場合でも、２～３分後には「アラームモード」へ戻ります。

（３）アラームを鳴らしたい場合、鳴らしたくない場合
※「アラームモード」でボタンCを押すごとにセット（ON）と解除（OFF）ができます。

（アラームが鳴ります。）

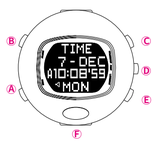
アラームON

（アラームが鳴りません。）

アラームOFF

アラームマーク点灯

アラームマーク消灯

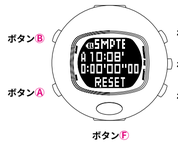


（４）鳴っているアラームを止めるには
※アラームはセットした時間になると、20秒間鳴り続けます。鳴っているアラームを止めたい場合はボタンA B C D E Fいずれかのボタン押してください。

■ストップウオッチの使いかた

・計測単位：SMPTE＝1/30秒単位、最大計測時間は、９時間59分59秒29です。
・ラップ回数は、199回まで表示し、ボタン無操作で100時間以上放置された場合は自動的にストップされます。

（１）ボタンの名称とはたらき



ボタンA：メニュー表示への切り替え
ボタンB：リコール表示への切り替え
ボタンC：ストップウオッチモードへの切り替え
　　スタート／ストップ
ボタンD：SMALL／LARGE表示の切り替え
ボタンE：ラップ／リセット
ボタンF：内部照明の点灯
　　オートライトセット／解除

ストップウオッチ（SMPTE）
SMPTモード表示

RESET表示

●ボタンCを押して「ストップウオッチモード」にしてください。
※他のモードになっている場合は、一度ボタンAを押して、メニュー表示にしてからボタンCを押し、「ストップウオッチモード」状態にしてください。
（２）普通の使いかた（ボタンを押す順序：C→C→E）

スタート後「RUN」表示に切り替わります。
例：８秒25
この数値は25/30秒です
(00秒に戻ります。)

（３）時間計測を積算でおこなう場合［中断がある作業時間の計測］（ボタンを押す順序：C→C→C……→C→E）

スタート後「RUN」表示に切り替わります。
例：１分50秒15
10分00秒00

※途中のストップ・再スタートは、何回でも繰り返すことができます。
（４）ラップ計測とスプリット計測をおこなう場合（ボタンを押す順序：C→E→E……→C→E）

スタート後「RUN」表示に切り替わります。
※ラップ／スプリット計測後、約10秒間表示をホールドし、ラップ回数が点滅します。その後自動的にストップウオッチ計測表示にもどります。ラップ回数は、次のラップ回数を表示します。
※途中のラップは、何回でも繰り返すことができます。ラップ回数は、199回まで表示します。以降は200（表示：00）、201（表示：01）、202（表示：02）と順次表示します。
●計測中に他の表示（モード）に切り替えても計測は正常に継続されます。しかしこの場合、通常よりも多くの電池を消耗しますので、必要な時以外は計測を停止させて下さい。
（５）リコールのしかた
・計測途中、リセット状態のどちらでもメモリーの呼び出しができます。
・計測後リセットしても新しく計測しない限り、メモリーは削除されません。
このストップウオッチは、最初の（１）～（199）区間までのラップタイムを自動的にメモリー（記憶）しています。メモリーしているラップタイムのリコール（呼び出し）は、次の順序でおこないます。

例：リコール（呼び出し）状態（計測終了後）

ボタンA：メニューモードへの切り替え
ボタンB：リコール表示への切り替え
ボタンC：リコール区間の選択（進み）
ボタンD：SMALL／LARGE表示の切り替え
ボタンE：リコール区間の選択（戻り）
ボタンF：内部照明の点灯
　　オートパネライトのセット／解除

（計測を終了してからリコールする場合）
・ボタンBを押してリコール表示にします。最初の［１］区間のラップタイムが表示されます。
（計測中にリコールする場合）
・ボタンBを押してリコール表示にします。最新区間のラップタイムが表示されます。
※ボタンCを１回押すと次のデータを参照できます。また、ボタンEを１回押すと前のデータが参照できます。
※SMALL表示のときは、最下段にはラップ数が表示されます。
※LARGE表示のときは、スプリットタイムが表示され、スプリット数が表示されます。
※測定結果がないときには「NO DATA」と表示されます。

■ワールドタイムの使いかた

・世界38都市の国番号と現在時刻を表示します。
・LARGE表示でもSMALL表示と同様に最下段に世界の都市名が右から左へスクロール表示されます。

（１）ボタンの名称とはたらき

ボタンA：メニューモードへの切り替え
ボタンB：サマータイム有／無の選択
ボタンC：都市選択
ボタンD：SMALL／LARGE表示の選択
ボタンE：都市選択
ボタンF：内部照明の点灯
　　オートパネライトのON／OFF

WORLDモード表示

※サマータイムを採用している国は、ボタンBを押し、「DST」表示をしてください。
※表示をLARGEに設定したときは、「DST」は表示されません。

都市名と国コード一覧　　1998年４月現在

都市略号	都市名	都市名（日本語）	国名 または地域名	国名または 地域名（日本語）	国コード	GMTとの時差	サマータイム有
GMT	GREENWICH	グリニッジ	UNITED KINGDOM	イギリス	44	+0	
LON	LONDON	ロンドン	UNITED KINGDOM	イギリス	44	+0	●
PAR	PARIS	パリ	FRANCE	フランス	33	+1	●
ROM	ROME	ローマ	ITALY	イタリア	39	+1	●
BER	BERLIN	ベルリン	GERMANY	ドイツ	49	+1	●
ATH	ATHENS	アテネ	GREECE	ギリシャ	30	+2	●
CAI	CAIRO	カイロ	EGYPT	エジプト	20	+2	●
JRS	JERUSALEM	エルサレム	ISRAEL	イスラエル	972	+2	●
MOW	MOSCOW	モスクワ	RUSSIAN FEDERATION	ロシア連邦	7	+3	●
JED	JEDDAH	ジェッダ	SAUDI ARABIA	サウジアラビア	966	+3	
RUH	RIYADH	リヤド	SAUDI ARABIA	サウジアラビア	966	+3	

■メトロノーム（BPM）の使いかた

・30～250BPM（テンポ）の設定ができます。
・７種類のBEAT（拍子）から選択できます。

（１）ボタンの名称とはたらき

ボタンA：メニューモードへの切り替え
ボタンB：メトロノーム（BPM）報音の
　　スタート／ストップ
ボタンC：テンポ／拍子の合わせ（進み）
ボタンD：メトロノーム（BPM）への切り替え
　　テンポ／拍子の切り替え
ボタンE：テンポ／拍子の合わせ（戻り）
ボタンF：内部照明の選択
　　オートパネライトのセット／解除

●ボタンDを押して「メトロノーム（BPM）モード」状態にしてください。
※他のモードになっていた場合は、一度ボタンAを押して、メニュー表示にしてからボタンDを押し、「メトロノーム（BPM）モード」状態にしてください。
（２）メトロノーム（BPM）の使いかた
ボタンDを押すごとにBPMとBEAT表示が交互に切り替わります。
※「BPMとBEAT設定」は、PLAY中でも設定できます。
例：BPM（テンポ）を120にセット、BEAT（拍子）を４拍子にセットした場合

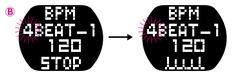
①メニュー表示からボタンDを押して「メトロノーム（BPM）モード」状態にしてください。

②ボタンCまたはEを１回押すごとに点滅している数字が１つずつ進み（戻り）ます。
※ボタンCまたはEを押し続けると、早送りできます。

③ボタンDを押して、BEAT表示にしてください。

④ボタンCまたはEを１回押すごとに点滅している数字が１つずつ進み（戻り）ます。
※ボタンCまたはEを押し続けると、早送りできます。

⑤セットが終わりましたらボタンBを押してスタートします。



※メトロノームPLAY中に内部照明を点灯したときは、約３秒間昔がでません。

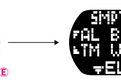
（２）ワールドタイムの使いかた
・ボタンEを押して「ワールドタイムモード」状態にしてください。
※他のモードになっている場合は、一度ボタンAを押してメニュー表示にしてからボタンEを押し、「ワールドタイムモード」状態にしてください。

例：東京が午前10時８分のときロサンゼルスの国番号と現在時刻を調べる場合

①現在時刻を確認します。

東京
午前10時８分

②メニュー表示にします。



③ボタンEを押して、「ワールドタイムモード」状態にします。
ボタンCまたはボタンEを押して都市名「ロサンゼルス」に合わせてください。

ロサンゼルス
午後５時８分
国コード：１

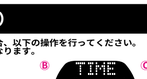
※時差およびサマータイムについては、「都市名と国コード一覧」をご参照ください。
※サマータイム期間中は、ボタンBを押し、DST（サマータイム）に設定してください。

THR	TEHRAN	テヘラン	IRAN	イラン	98	+3.5	●
DXB	DUBAI	ドバイ	UNITED ARAB EMIRATES	アラブ首長国連邦	971	+4	
KBL	KABUL	カブール	AFGHANISTAN	アフガニスタン	93	+4.5	
KHI	KARACHI	カラチ	PAKISTAN	パキスタン	92	+5	
DEL	DELHI	デリー	INDIA	インド	91	+5.5	
DAC	DHAKA	ダッカ	BANGLADESH	バングラディシュ	880	+6	
RGN	YANGON	ヤンゴン	MYANMAR	ミャンマー	95	+6.5	
BKK	BANGKOK	バンコク	THAILAND	タイ	66	+7	
HKG	HONG KONG	香港	HONG KONG	香港	852	+8	
BJS	BEIJING	北京	CHINA	中国	86	+8	
TYO	TOKYO	東京	JAPAN	日本	81	+9	
ADL	ADELAIDE	アデレード	AUSTRALIA	オーストラリア	61	+9.5	●
SYD	SYDNEY	シドニー	AUSTRALIA	オーストラリア	61	+10	●
NOU	NOUMEA	ヌメア	NEW CALEDONIA	ニューカレドニア	687	+11	
WLG	WELLINGTON	ウェリントン	NEW ZEALAND	ニュージーランド	64	+12	●
HNL	HONOLULU	ホノルル	UNITED STATES	アメリカ	1	−10	
ANC	ANCHORAGE	アンカレッジ	UNITED STATES	アメリカ	1	−9	●
YVR	VANCOUVER	バンクーバー	CANADA	カナダ	1	−8	●
LAX	LOS ANGELES	ロサンゼルス	UNITED STATES	アメリカ	1	−8	●
DEN	DENVER	デンバー	UNITED STATES	アメリカ	1	−7	●
CHI	CHICAGO	シカゴ	UNITED STATES	アメリカ	1	−6	●
NYC	NEW YORK	ニューヨーク	UNITED STATES	アメリカ	1	−5	●
YMQ	MONTREAL	モントリオール	CANADA	カナダ	1	−5	●
CCS	CARACAS	カラカス	VENEZUELA	ベネズエラ	58	−4	
BUE	BUENOS AIRES	ブエノスアイレス	ARGENTINA	アルゼンチン	54	−3	
RIO	RIO DE JANEIRO	リオデジャネイロ	BRAZIL	ブラジル	55	−3	●
PDL	AZORES IS	アゾレス諸島	AZORES ISLANDS	アゾレス諸島	351	−1	●

※各国の時差、およびサマータイムは国の都合により変更する場合があります。

■電池交換後のお願い（システムリセット）

・電池交換後や万一異常な表示（読めない表示など）をした場合、以下の操作を行ってください。
時計内部のシステムがリセットされ、正常に機能するようになります。
●システムリセットのしかた
＊A B C E ４つのボタンを同時に２～３秒間押し続けてください。表示が消え、ボタンを離すと、メニュー表示になります。ボタンAを押すと「TIME 1-JAN A12:00'00FRI」の表示になります。
ご使用前に下記の順番に操作してください。
①時刻・カレンダーの合わせ
②アラームの設定等
それぞれの項目を参照ください。



■コントラストの調節のしかた

・表示のコントラスト（明暗）の調節ができます。
①「時刻・カレンダーモード」のとき、ボタンEを約５～６秒間押し続けると、「コントラスト調節」状態になります。
コントラストは0から15まで設定でき、数字が増えるごとにコントラストが強くなります。数字が減るごとにコントラストは弱くなり、「0」に設定すると表示が読めなくなります。
②ボタンCまたはEを押してコントラストを調節します。
ボタンCを押すごとにコントラストのレベルが１つずつ増えます。（「15」の次は「0」になります。「0」のとき、表示が読めなくなりますが、故障ではありません。）ボタンEを押すごとにコントラストのレベルが１つずつ減ります。
③調節がおわりましたら、ボタンBを押して、「時刻・カレンダーモード」に戻してください。

コントラストレベル「10」
＊初期値は「10」に設定されています。