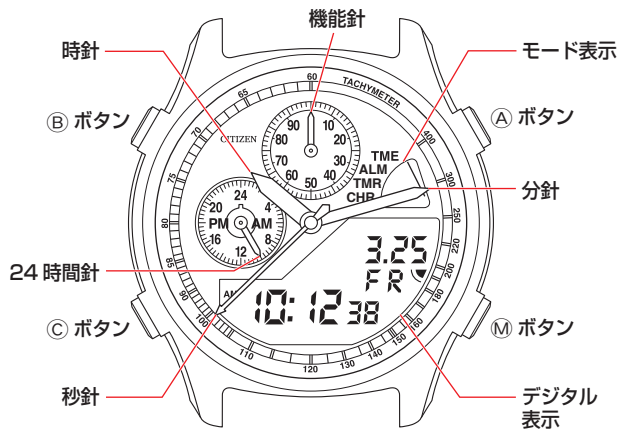


C310 簡易操作ガイド

各部の名称



- ・モデルによってデザインが異なります。
- ・スケールやベゼルについて、詳細は、サイトの外装機能についてのページ (<http://citizen.jp/cs/guide/gaiso/index.html>) などをご参照ください。

デジタル表示や小さな針を見やすくする

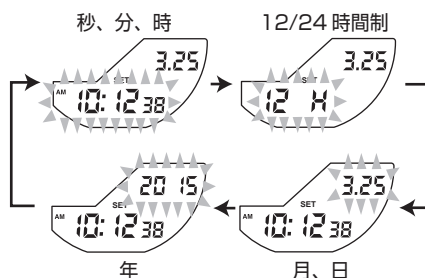
時針と分針を一時的に動かします。

1. (B) ボタンを 2 秒間以上押し続ける
針が動き始めたら、ボタンを離します。
2. 表示が見やすくなったから、(B) ボタンを押す
針が止まります。
3. (B) ボタンを押して、終了する
針が時刻表示に戻ります。

時刻とカレンダーを合わせる

- ・アナログ表示の時刻 (時針 / 分針 / 秒針 / 24 時間針) は、デジタル表示の時刻と連動します。
- ・この時計のカレンダーは、うるう年を含む 2099 年 12 月 31 日まで、修正不要です。(パーペチュアルカレンダー)

1. (M) ボタンをくり返し押して、モード表示が「TME」を指すようにする
2. (M) ボタンを引き出す
秒針が 0 秒を指し、デジタル表示に「SET」が点灯して、「秒」が点滅します。
・点滅している部分が、合わせる対象です。
3. (A) ボタンをくり返し押して、合わせる対象を選ぶ
・(A) ボタンを押すごとに、次のように対象が切り替わります。



4. (C) ボタンを押して、合わせる

選んだ対象の表示が変わります。

- ・「秒」を選んでいるとき: 時報に合わせて (C) ボタンを押します。
- ・(C) ボタンを押し続けると、表示が連続して変わります。
- ・12 時間制表示では、「AM」または「PM」が点灯します。

5. 手順 3、4 をくり返し、他の対象を合わせる

6. (M) ボタンを押し込んで、終了する

各針が、設定された時刻に移動して、動きははじめます。

- ・ローカルタイムの設定時刻が表示されます。
- ・曜は自動で設定されます。

ローカルタイムを設定する

時針 / 分針 / 24 時間針を動かして、他の地域の時刻を 30 分単位で表示させることができます。

1. (M) ボタンをくり返し押して、モード表示が「TME」を指すようにする
2. 表示させたい時刻になるまで、(A) ボタンまたは (C) ボタンを押し続ける

アナログ時刻表示を元に戻すときは

(A) ボタンと (C) ボタンを同時に押します。

アラームを使う

アラーム時刻を設定する

1. (M) ボタンをくり返し押して、モード表示が「ALM」を指すようにする

2. (M) ボタンを引き出す

デジタル表示に「SET」が点灯し、アラーム時刻の「時」が点滅します。

- ・点滅している部分が、合わせる対象です。



3. (A) ボタンを押して、合わせる対象を選ぶ

- ・(A) ボタンを押すごとに、「時」 / 「分」が切り替わります。

4. (C) ボタンを押して、合わせる

- ・(C) ボタンを押し続けると、表示が連続して変わります。

5. 手順 3、4 をくり返し、他の対象を設定する

6. (M) ボタンを押し込む

デジタル表示に「♥ (アラーム表示)」と「ON」が点灯し、アラームがオンになります。

7. モードを「TME」にして、終了する

アラームのオン / オフを切り替えるには

モード表示を「ALM」にして、(C) ボタンを押します。

(C) ボタンを押すごとにオン (ON) とオフ (OF (F)) が切り替わります。

アラーム音をとめるときは

いずれかのボタンを押します。

- ・アラーム音は、約 15 秒間鳴ります。

クロノグラフを使う

1/1000 秒単位（開始 60 分以降は 1/10 秒単位）、最大 100 時間まで計測できます。

・他のモードに切り替えても計測は継続されます。

1. **M** ボタンをくり返し押して、モード表示が「CHR」を指すようにする
クロノグラフが表示されます。
・秒針がクロノグラフ秒針、機能針がクロノグラフ 1/10 秒針として働きます。
2. **クロノグラフを使う**
スタート/ストップ：④ ボタンを押します。
ラップ：計測中に **C** ボタンを押します。ラップタイムは、約 10 秒間表示されます。
リセット：ストップ中に、**C** ボタンを押します。

クロノグラフ終了後は

必ずリセットを行い、モードを「TME」にします。

レーシングクロノグラフを使う

1/1000 秒単位（開始 60 分以降は 1/10 秒単位）、最大 100 時間まで計測できます。

・他のモードに切り替えても計測は継続されます。

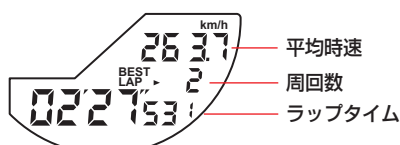
距離を設定する

1. **M** ボタンをくり返し押して、モード表示が「CHR」を指すようにする
クロノグラフが表示されます。
・秒針がクロノグラフ秒針、機能針がクロノグラフ 1/10 秒針として働きます。
2. **C** ボタンを押して、クロノグラフをリセットする
・計測中は、④ ボタンを押してストップさせてから行います。
3. **A** ボタンを 2 秒間以上押す
デジタル表示に「SET」が点灯して、距離の 10 km の桁が、設定できるようになります。
・99.999 km まで、0.001 km (1 m) 単位で設定することができます。
4. **C** ボタンを押して、合わせる
5. **A** ボタンを押して、次の桁に進む
6. 手順 4、5 をくり返し、すべての桁を合わせる
最後の桁で、④ ボタンを押すと距離の設定は終了します。



同一距離の複数周回を計測する

1. **M** ボタンをくり返し押して、モード表示が「CHR」を指すようにする
クロノグラフが表示されます。
2. **A** ボタンを押す
計測がスタートします。
3. 計測対象の周回ごとに **C** ボタンを押す
・**C** ボタンを押すごとに、その周回のラップタイムと平均時速が表示され、周回数が更新されます。



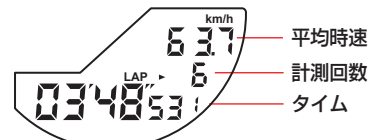
- ・最速ラップタイムでは、「BEST LAP」が点灯します。
- ・ラップタイムと平均時速は、約 10 秒間表示されます。
- ・周回数は最大 99 まで表示され、それ以降は 0 からのくり返しになります。

4. ④ ボタンを押して、計測を終了する

- ・クロノグラフの使用後は、必ずリセットを行い、モードを「TME」にします。

同一距離を複数回計測する

1. **M** ボタンをくり返し押して、モード表示が「CHR」を指すようにする
クロノグラフが表示されます。
2. **A** ボタンを押す
計測がスタートします。
3. 計測対象がゴールしたら **A** ボタンを押す
タイム、平均時速、計測回数が表示され、計測がストップします。



- ・最速タイムでは、「BEST LAP」が点灯します。
- ・計測回数は最大 99 まで表示され、それ以降は 0 からのくり返しになります。

4. すべての計測が終了するまで、手順 2、3 をくり返す

- ・クロノグラフの使用後は、必ずリセットを行い、モードを「TME」にします。

計測記録を見る

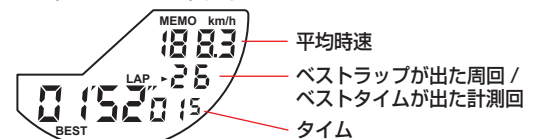
一番最近に行った計測について、リセット後に記録を呼び出すことができます。

- ・計測中の記録を見ることはできません。
- ・クロノグラフの使用後は、モードを「TME」にします。

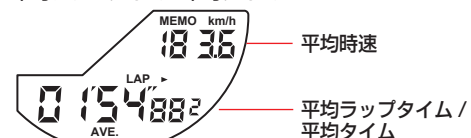
1. **M** ボタンをくり返し押して、モード表示が「CHR」を指すようにする
クロノグラフが表示されます。

2. **C** ボタンを押す
デジタル表示に「MEMO」が点灯し、計測記録が表示されます。
・**C** ボタンを押すごとに、以下の順で表示が切り替わります。
「BEST」(ベストラップ/ベストタイム) →
「AVE」(平均ラップタイム/平均タイム) →
「TOTAL」(トータルタイム) → (クロノグラフ計測画面)

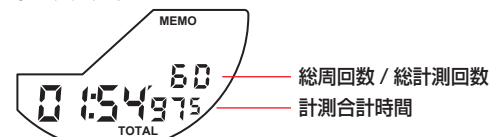
ベストラップ/ベストタイム



平均ラップタイム/平均タイム



トータルタイム



タイマーを使う

- 1 分単位、最大 60 分のタイマーを設定することができます。
- ・他のモードに切り替えてもタイマーは継続されます。

タイマー時刻を設定する

1. **Ⓜ ボタンをくり返し押して、モード表示が「TMR」を指すようにする**
デジタル表示に、タイマーが表示されます。
2. **Ⓜ ボタンを引き出す**
デジタル表示に「SET」が点灯し、タイマーの時間が点滅します。
3. **Ⓒ ボタンを押して、タイマーの時間を設定する**
 - ・Ⓒ ボタンを押し続けると、表示が連続して変わります。
 - ・タイマーがアナログ表示のときは、機能針も同時に動きます。
4. **Ⓜ ボタンを押し込んで、終了する**



タイマーをアナログ表示にする

- ・タイマーのスタート前に行います。
1. **Ⓜ ボタンをくり返し押して、モード表示が「TMR」を指すようにする**
デジタル表示に、タイマーが表示されます。
 2. **Ⓒ ボタンを押す**
機能針（タイマー分）がタイマーの設定時刻を表示し、デジタル表示が時刻表示に戻ります。
 - ・もう一度 Ⓒ ボタンを押すと、元に戻ります。

タイマーを使う

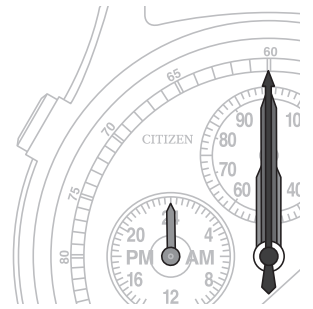
1. **Ⓜ ボタンをくり返し押して、モード表示が「TMR」を指すようにする**
デジタル表示に、タイマーが表示されます。
2. **タイマーを使う**
スタート/ストップ：Ⓐ ボタンを押します。
 - ・タイマー作動中に Ⓒ ボタンを押すと、設定した時間から改めてカウントダウンを始めます。
 リセット：ストップ中に、Ⓒ ボタンを押します。

設定時間が過ぎると

- タイムアップ音が約 5 秒間鳴ります。
- 音をとめるには、いずれかのボタンを押します。
- ・タイマー終了後は、モードを「TME」にします。

針の基準位置を修正する

1. **Ⓜ ボタンをくり返し押して、モード表示が「CHR」を指すようにする**
2. **Ⓜ ボタンを引き出す**
機能針、24 時間針、時針、分針、秒針が、現在の基準位置に移動します。
正しい基準位置：
すべての針が 12 時の位置
3. **Ⓑ ボタンをくり返し押して、修正する対象を選ぶ**
 - ・Ⓑ ボタンを押すごとに、次のように対象が切り替わり、デジタル表示に表示されます。
「F.H」(機能針) → 「HR」(時針、分針、24 時間針) → 「SEC」(秒針) → (始めに戻る)
4. **Ⓐ ボタンまたは Ⓒ ボタンを押して、修正する**
 - ・ボタンを押し続けると、針が連続して回転します。
5. 手順 3、4 をくり返し、他の対象を修正する
6. **Ⓜ ボタンを押し込む**
7. モードを「TME」にして、終了する



基準位置を修正したあとは

基準位置を修正したあとは、時刻とカレンダーを合わせてください。

オールリセットを行う

- ・動作中のクロノグラフやタイマーはリセットされます。

1. **Ⓜ ボタンを引き出す**
2. **Ⓐ、Ⓑ、Ⓒ ボタンを同時に押す**
ボタンを離すと、液晶表示がすべて点灯します。
・次の手順から、針の基準位置の修正をします。
3. **Ⓑ ボタンを押す**
デジタル表示に「F.H」と表示されて、針の基準位置が修正できるようになります。
正しい基準位置：すべての針が 12 時の位置
4. **Ⓑ ボタンをくり返し押して、修正する対象を選ぶ**
 - ・Ⓑ ボタンを押すごとに、次のように対象が切り替わり、デジタル表示に表示されます。
「F.H」(機能針) → 「HR」(時針、分針、24 時間針) → 「SEC」(秒針) → (始めに戻る)
5. **Ⓐ ボタンまたは Ⓒ ボタンを押して、修正する**
 - ・ボタンを押し続けると、針が連続して回転します。
6. 手順 4、5 をくり返し、他の対象を修正する
7. **Ⓜ ボタンを押し込んで、終了する**
 - ・確認音が鳴ります。

オールリセットのあとは

オールリセットのあとは、時刻とカレンダーを合わせ、アラームの設定を行ってください。