

このたびは、本製品をお買い上げいただきましてありがとうございます。
ご使用の前にこの取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いいただきますようお願い申し上げます。

最新情報はこちらから(機種番号:YF05)

QRコードより、この時計の最新情報をご覧いただけます。

citizen.jp/support/guide/html/yf05/yf05.html

- お知らせなどもこちらをご覧ください。
- 外装機能(計算尺、タキメーターなど)の操作方法もご覧いただけます。外装機能の搭載は、モデルによって異なります。



安全にお使いいただくために —必ずお読みください

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを、次のように説明しています。絵表示の意味をよく理解してから、13、14ページを必ずお読みください。

- 表示内容を無視して誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

	危険	この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が高い」内容です。
	警告	この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。
	注意	この表示の欄は、「傷害を負う可能性または物的損害のみが発生する可能性が想定される」内容です。

- お守りいただく内容の種類を、次の絵表示で区分し、説明しています。(下記は、絵表示の一例です。)

	このような絵表示は、してはいけない「禁止」内容です。
	このような絵表示は、気を付けていただきたい「注意喚起」内容です。

この時計の特長



■ 専用アプリでスマートフォンと接続

時刻・カレンダー同期を行います。
専用アプリについては、お使いのスマートフォンのアプリサイトからダウンロードしてください。

■ 活動量計を搭載

時計で記録した活動量データを専用アプリ上に表示させます。

■ 時計のボタンに機能を割り当て

専用アプリ上の操作で、3つの機能を時計のボタンに自由に割り当てることができます。

- [写真を撮る]
- [モード切替]
- [第2タイムゾーン]
- [日付]
- [目標トラッキング]
- [通知]
- [ミュージックコントロール]
- [スマートフォンを鳴らす]
- [音量を上げる]
- [音量を下げる]

もくじ

安全にお使いいただくために.....	1
この時計の特長.....	1
ご使用になる前に.....	2
バンド調整について.....	2
保護シールについて.....	2
各部の名称.....	2
スマートフォンを接続する前に.....	2
接続要件.....	2
スマートフォンをペアリングする.....	2
ペアリングする.....	2
ペアリングできないときは.....	3
ペアリング後に接続できないときは(ペアリングの解除).....	4
同期について.....	4
時刻・カレンダー合わせについて.....	4
加速度センサーについて.....	4
アプリ画面について.....	5
サイドメニュー.....	5
[デバイスを選択]画面.....	5
[マイウォッチ]画面.....	5
[健康]画面.....	5
専用アプリの設定を変更する.....	6
活動の目標値を変更する.....	6
接続中の時計の状態を確認する.....	7
各機能を設定し、時計のボタンに割り当てる.....	8
機能針(小針)について.....	8
アラームを設定する.....	9
通知を設定する.....	10
基準位置を確認・修正する.....	11
電池交換について.....	12
困ったときは.....	12
Bluetooth®について.....	13
防水性能について.....	13
お取り扱いにあたって.....	13
保証とアフターサービスについて.....	14
製品仕様.....	14

ご使用になる前に

バンド調整について

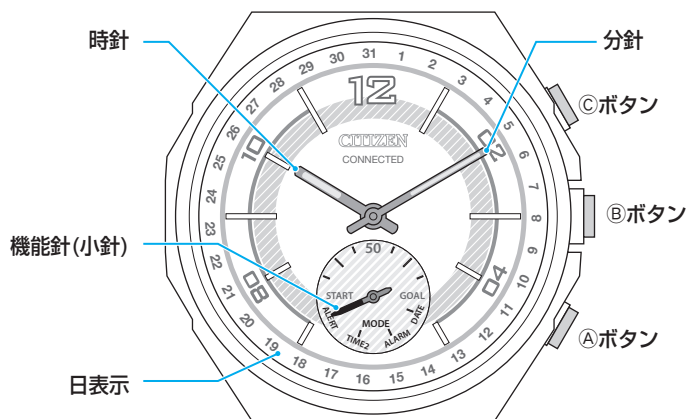
お客様ご自身で時計のバンド(金属やゴム)の長さを調整しないでください。時計が落下したり、調整時にケガをする恐れがあります(製品にバンド調整用の道具が付属している場合は除く)。

バンドの調整は、お買い上げ店または、弊社お問い合わせ窓口にて承っております。その他のお店では有料もしくは取り扱っていない場合があります。

保護シールについて

時計のガラスや金属部分(裏ぶた、バンド、中留め)にシールが貼られているときは、ご使用前に必ずはがしてください。シールのすき間に汗や水分が入り込むと、皮膚のかぶれや金属の腐食の原因となる場合があります。

各部の名称



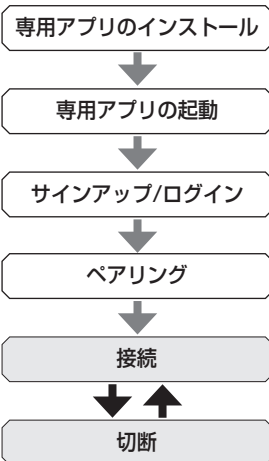
• お買い上げいただいた時計は、イラストと異なる場合があります。

スマートフォンを接続する前に

接続には、スマートフォンに専用アプリ「CITIZEN CONNECTED」をインストールし起動させ、ペアリングする必要があります。

接続までの流れは、次のようになります。

- この時計は、省電力通信技術 Bluetooth® Low Energy を使用し、スマートフォンと接続します。
- The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc.
- Google, Wear OS by Google, Google Play and Google Play logo, Google Fit, Google Assistant, Google Calendar, Gmail, Android and Android Go Edition, Android One, Google Pixel, Google Nest Learning Thermostat are trademarks of Google LLC.
- IOS® is a trademark or registered trademark of Cisco in the U.S. and other countries and is used under license.



接続要件

Android	Android OS 7.0 -
iPhone	iOS 15.0 -
Bluetooth®	Bluetooth smart対応/4.2 Low Energy

- お手持ちのスマートフォンが専用アプリに対応していないときは、アプリをインストールできません。
- お手持ちのスマートフォンが必要な環境を満たしていても、アプリが正しく動作する保証はありません。
- 時計の製造終了後、専用アプリのアップデートは中止される場合があります。

お客様の使用状況やバージョンアップによる仕様変更などによって、専用アプリの画面や表示が、本説明と異なる場合があります。

そのような場合、実際の画面の指示にしたがって操作を進めてください。

スマートフォンをペアリングする

時計とスマートフォンを接続するときは、まずペアリングを行います。

- ペアリングを行うと、固有の情報(ペアリング情報)が時計とスマートフォンにそれぞれ保存されます。
- 専用アプリの起動時に、アカウントを作成します。アカウント作成には、メール受信が可能なメールアドレスが必要です。
- 作成したアカウントのメールアドレスとパスワードは忘れないようご注意ください。

ペアリングする

- ペアリングには、時計とスマートフォンの両方の操作が必要です。
- スマートフォンを十分に充電しておきます。
- あらかじめスマートフォンで、Bluetooth®機能と位置情報機能をオンにしておきます。

1 アプリサイトから、専用アプリ「CITIZEN CONNECTED」をインストールする



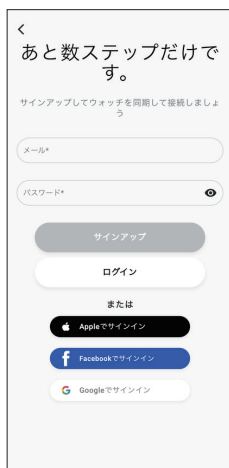
2 専用アプリを起動する

- アプリ画面は、ペアリングが完了するまで表示させたままにしておきます。

3 [ハイブリッド]をタップする



4 アカウントを作成する

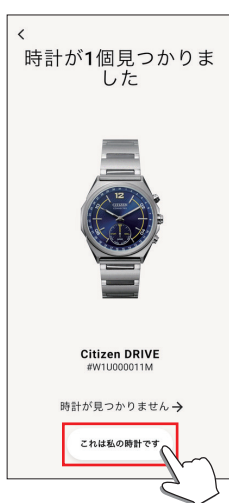


- アカウントを作成したときは、認証手続きに進みます。認証番号は、ここで入力したメールアドレスに届きます。
- アカウント作成後にログアウトしていた場合は、[ログイン]をタップします。
- 一度サインアップすると、アプリを終了してもサインアップ(ログイン)の状態は保たれます。

5 [ペアリングを開始]画面が表示されたら、時計の右中央のⓈボタンを押して、アプリ画面の[続ける]をタップする

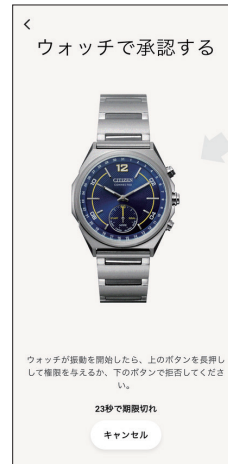


6 [これは私の時計です]をタップする



- 画面に表示される時計が、お使いの時計と異なる場合があります。
- 色合いだけでなく見た目もまったく異なる場合は、[時計が見つかりません]をタップします。
- 時計のアップデートが始まったときは、終わるまで待ちます。

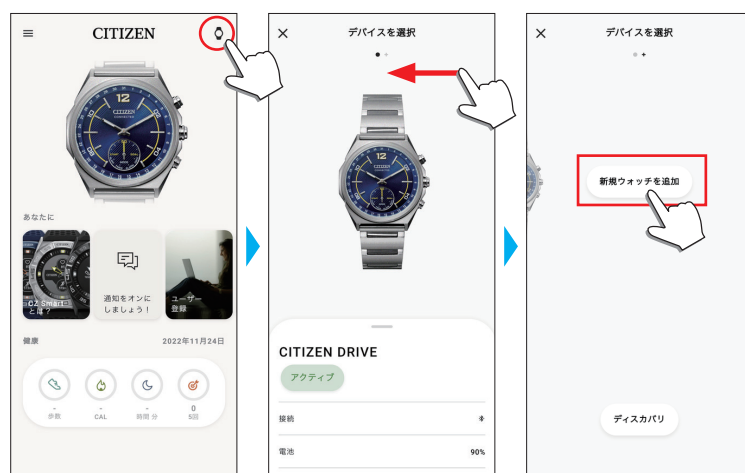
7 制限時間内に、時計の右上のⓈボタンを押し続ける



ペアリングが始まります。

■ アプリ画面内でペアリングを始めるには

ホーム画面右上の時計アイコン(Ⓢ)をタップし、[デバイスを選択]画面で左にスワイプして、[新規ウォッチを追加]をタップします。



ペアリングできないときは

ペアリングに失敗し、専用アプリに時計が表示されないときは、次の手順に従って、ペアリングをやり直します。

- 1 スマートフォンのBluetooth®設定から「Citizen Connected HR」を削除する
- 2 スマートフォンのBluetooth機能を一度オフにして、オンにする
- 3 時計とスマートフォンのペアリングをやり直す

ペアリング後に接続できないときは(ペアリングの解除)

次の手順に従って、ペアリングをやり直します。

- 1 ホーム画面右上の時計アイコン(🕒)をタップする
- 2 [デバイスを選択]画面で左右にスワイプして接続をやり直す時計を表示させる
- 3 [デバイスを選択]画面下部のタブを上へスワイプして、メニューを表示させる



- 4 [時計を削除]をタップする
- 5 スマートフォンのBluetooth®設定から「Citizen Connected HR」を削除する
- 6 スマートフォンのBluetooth機能を一度オフにして、オンにする
- 7 時計とスマートフォンのペアリングをやり直す

同期について

ペアリング後の時計とスマートフォンは、専用アプリが起動したり表示されると、接続とデータの同期が自動で始まります。

- 同期が始まると、時計のすべての針が1回転します。
- 時計の時刻・カレンダーも、スマートフォンに同期します。
- データの同期には時間がかかる場合があります。
- データの同期は、設定の変更などのアプリ操作によっても行われます。
- スマートフォンと時計の距離が10 m以上離れていたたり、障害物などがあると、同期が始まりません。

また、ホーム画面で画面を下方向にスワイプしても同期が始まります。



時刻・カレンダー合わせについて

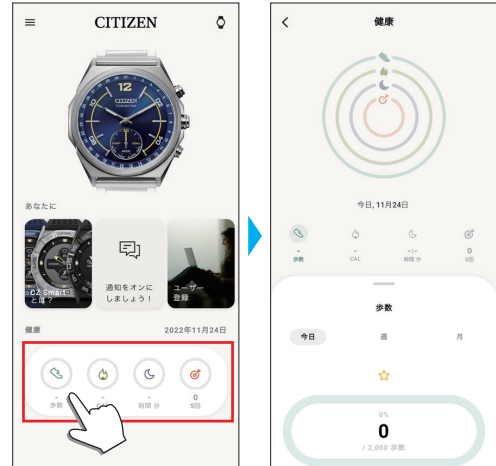
この時計は、スマートフォンと接続することに時刻情報を取得し、自動で時刻・カレンダーを合わせます。

- 時計本体で時刻・カレンダー合わせを行うことはできません。

加速度センサーについて

この時計には、加速度センサーが搭載されていて、時計を身につけている間、常に活動量が計測されています。

専用アプリの[健康]画面では、日/週/月単位の活動量の履歴がグラフとして表示されます。



また、入力された身長と体重などから算出された消費カロリー、睡眠時間などの記録も専用アプリ画面で確認することができます。

- 専用アプリで設定した歩数の目標を達成すると、時計が振動してお知らせします。
- 時計内に記録された活動量データは、時計とスマートフォンのデータの同期によって、専用アプリ内に保存されていきます。
- 時計内には、活動量データはおおよそ40日間分保存されます。
- 本機で収集したデータは、他のアプリに送信し閲覧することができます。
- 本機では、加速度センサーから得られる実際の時計の動きを独自に解釈し、歩数や睡眠などの活動として推定しています。
- よって、実際の活動量との間に若干の誤差が生じることもあります。
- 各データは、編集できません。また、他のデバイスで得られた活動量データなどをこの時計の専用アプリ上に表示させることもできません。

アプリ画面について

本書では、アプリ起動直後の以下の画面をホーム画面と呼びます。



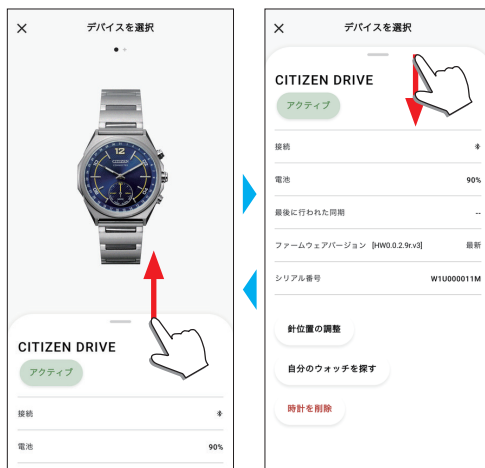
サイドメニュー

アカウントの管理、活動の目標設定、専用アプリの設定を行います。



[デバイスを選択]画面

時計の追加や接続の管理、時計の針の基準位置の調整などを行います。



[マイウォッチ]画面

時計のボタンに機能を割り当てます。また、通知やアラームなどを設定します。



■ [環境設定]画面

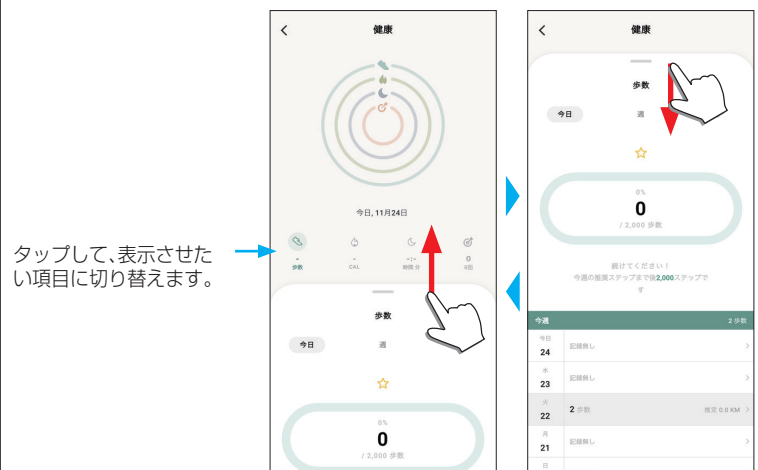
アラーム、通知、単位などの設定を行います。



[健康]画面

時計の活動量計のデータを表示する画面です。

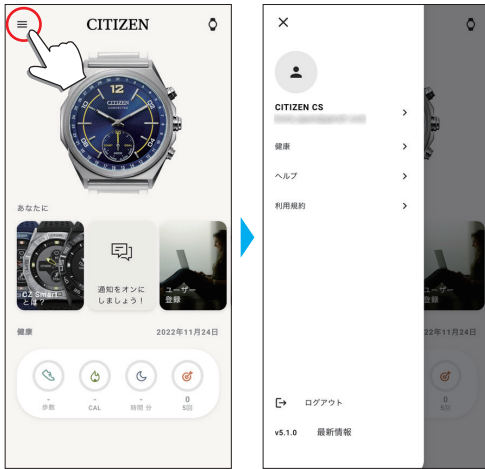
[歩数][消費カロリー(CAL)][睡眠(時間 分)][目標トラッキング]の4つのサブメニューがあります。



- 活動量は、設定した目標値を100%として表示されます。円グラフの場合は1周が100%です。棒グラフでは、画面内に100%の線が表示されます。
- 目標値について詳しくは、「活動の目標値を変更する」(6 ページ)をご覧ください。

専用アプリの設定を変更する

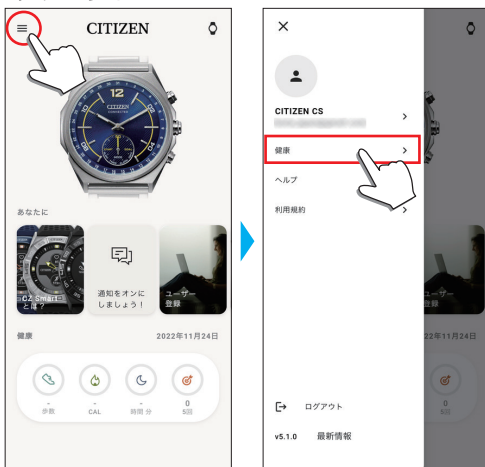
- 専用アプリを起動する**
時計とスマートフォンが接続されます。
 ・サインアップ前の場合は、サインアップします。
 ・時計とスマートフォンの同期が始まったら、完了するまで待ちます。
- ホーム画面左上のメニューアイコン(≡)をタップする**
サイドメニューが開きます。



アカウント名	アカウントの名称とパスワードを変更します。
[健康]	連携するアプリ、身長/体重/性別、活動の目標設定を変更します。
[ヘルプ]	よくある質問や弊社への問い合わせを行います。
[利用規約]	改善のためのデータ共有などの設定や、利用規約、プライバシーポリシーなどを閲覧できます。アカウントの削除もここでいきます。
[ログアウト]	専用アプリからログアウトします。アカウントは削除されません。
バージョン表示	この専用アプリのバージョン表記です。
[最新情報]	この専用アプリなどの最新情報にリンクします。

活動の目標値を変更する

- 専用アプリを起動する**
時計とスマートフォンが接続されます。
 ・サインアップ前の場合は、サインアップします。
 ・時計とスマートフォンの同期が始まったら、完了するまで待ちます。
- ホーム画面左上のメニューアイコン(≡)、サイドメニューの[健康]を順番にタップする**



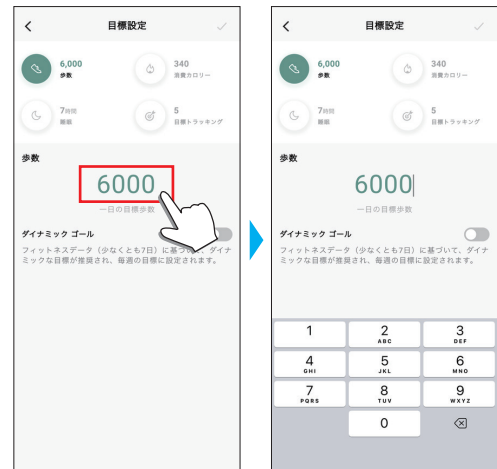
[健康]画面が開きます。

- [健康]画面の[目標設定]をタップする**
[目標設定]画面が開きます。



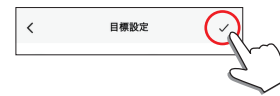
現在の設定値が表示されます。
変更したい項目を切り替えます。

- 画面上部で目標値を変更したい項目を選び、数値をタップする**
キーボードが表示されます。



- ・[歩数]で[ダイナミック ゴール]がオンのときは、目標値は過去の活動状況(少なくとも7日間以上の記録が必要です)から自動で設定されるため、変更できません。

- [目標設定]画面右上のチェックアイコン(✓)をタップして、変更を終了する**



接続中の時計の状態を確認する

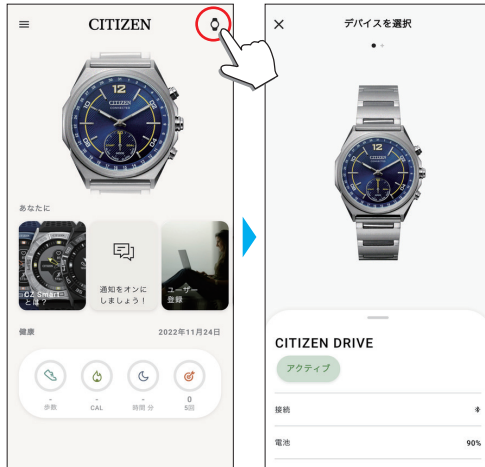
1 専用アプリを起動する

時計とスマートフォンが接続されます。

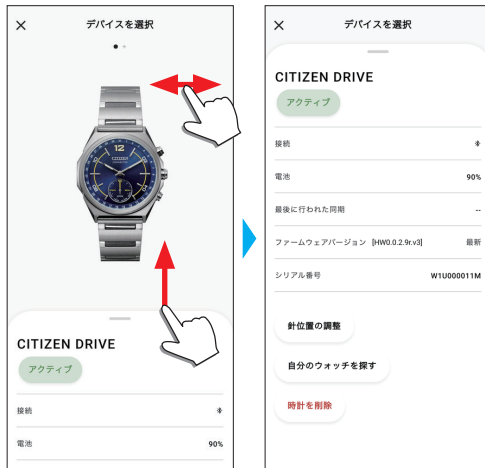
- サインアップ前の場合は、サインアップします。
- 時計とスマートフォンの同期が始まったら、完了するまで待ちます。

2 ホーム画面右上の時計アイコン(🕒)をタップする

[デバイスを選択]画面が開きます。



3 画面を左右にスワイプして接続中の時計を表示させ、画面下部のタブを上へスワイプする



[アクティブ]	現在接続中の時計は、[アクティブ]と表示され ます。 • 複数の時計をご利用の場合、[アクティブにす る]をタップすると、接続する時計が切り替わ ります。
[接続]	現在の接続状況が表示されます。 📶:接続中 📵:接続していない
[電池]	接続中の時計の電池残量が表示されます。
[最後に行われた同期]	前回の接続からのおよその経過時間が表示され ます。
[ファームウェアバージョン]	現在の時計のファームウェアのバージョンが表 示されます。
[シリアル番号]	時計のシリアルナンバーが表示されます。
[針位置の調整]	基準位置を確認・修正します。 詳しくは、「基準位置を確認・修正する」(11 ページ)をご覧ください。
[自分のウォッチを探す]	時計を探します。地図上に、最後に時計と同期し たときのおよその位置を表示させることもでき ます。 • スマートフォンの位置情報へのアクセス許可 が必要です。
[時計を削除]	時計とスマートフォンのペアリングを解除し、 時計をリセットします。 • 時計とスマートフォンが接続できる範囲内に あることが必要です。

各機能を設定し、時計のボタンに割り当てる

時計の3つのボタンに、自由に機能を割り当てることができます。専用アプリ上での設定が必要な機能もあります。

1 専用アプリを起動する

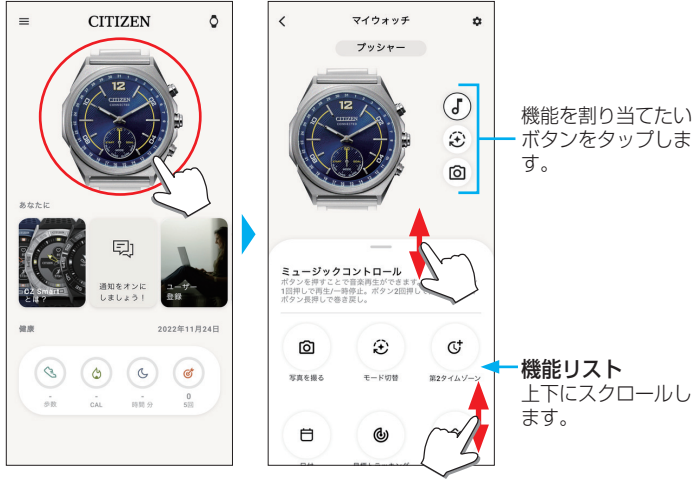
時計とスマートフォンが接続されます。

- サインアップ前の場合は、サインアップします。
- 時計とスマートフォンの同期が始まったら、完了するまで待ちます。

2 ホーム画面で接続中の時計イメージをタップする

[マイウォッチ]画面が開きます。

画面下部のタブに、機能リストが表示されます。



機能を割り当てたいボタンをタップします。

機能リスト
上下にスクロールします。

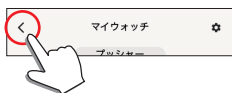
- 上の例は、右上の◎ボタンへの割り当てをタップした場合です。

3 割り当てたいボタンをタップし、画面下部で機能をタップする

[写真を撮る]	カメラアプリ使用中にボタンを押すと、写真が撮れます。
[モード切替]	ボタンを押すごとに、時計の表示が、通知(ALERT)、第2タイムゾーン(TIME2)、アラーム時刻(ALARM)、日表示(DATE)に、順番に切り替わります。機能針(小針)の表示も切り替わります。
[第2タイムゾーン]	ボタンを押すと、時計が第2タイムゾーンを表示します。割り当ての際に、表示させたい地域を選びます。機能針(小針)がTIME2を指します。
[日付]	ボタンを押すと、分針と時針が現在の日を表示します。機能針(小針)がDATEを指します。
[目標トラッキング]	ボタンを押した回数と時刻が記録されます。
[通知]	ボタンを押すと、分針と時針が最後に受け取った通知を表示します。機能針(小針)がALERTを指します。
[ミュージックコントロール]	音楽アプリ使用中に、再生/一時停止/前に戻る/次に進むをコントロールすることができます。 再生/一時停止: ボタンを一度押す 前の曲に戻る: 再生中に押し続ける 次の曲に進む: 再生中に連続して2回押す
[スマートフォンを鳴らす]	ボタンを押すと、スマートフォンが鳴ります。鳴らす音を選ぶことができます。音を止めるときは、同じボタンを再度押します。
[音量を上げる]	ボタンを押すと、スマートフォンの音量が上がります。
[音量を下げる]	ボタンを押すと、スマートフォンの音量下がります。

4 [マイウォッチ]画面左上の戻るアイコン(◀)をタップして、終了する

- 画面の指示に従います。

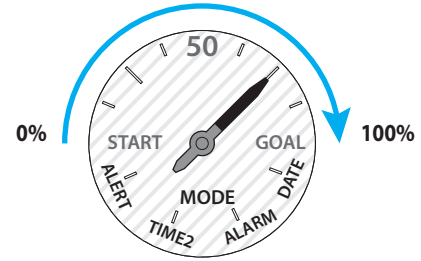


機能がボタンに割り当てられます。

機能針(小針)について

■ 歩数の達成度表示

この時計の機能針(小針)は、通常は、活動量計の歩数の1日の達成度を表示します。



- 上の例は、歩数の達成度が75%の場合です。
- 達成度は、時計が午前0時になることにリセットされ、表示が0%に戻ります。

■ モード表示

時計のボタンに機能を割り当てるなどして、次の機能が呼び出されると、時計の表示が10秒間切り替わり、機能針(小針)も対応するモードを表示します。

機能針(小針)の表示	時計と分針の表示
	ALERT 前回の通知内容が表示されます。通知がない場合は、何も表示されません。
	TIME2 [第2タイムゾーン]で設定した地域の時刻が表示されます。
	ALARM [アラーム]で設定したアラーム時刻が表示されます。
	DATE 日表示が表示されます。

- ALERT**、**TIME2**、**DATE**は、時計のボタンに[通知][第2タイムゾーン][日付]を割り当て、それらのボタンを押したとき表示されます。時計のボタンに[モード切替]を割り当てたときも、表示されます。
- ALARM**は、時計のボタンに[モード切替]を割り当てたとき、ボタンをくり返し押して表示させます。アラームを設定していない場合、**ALARM**はスキップされます。

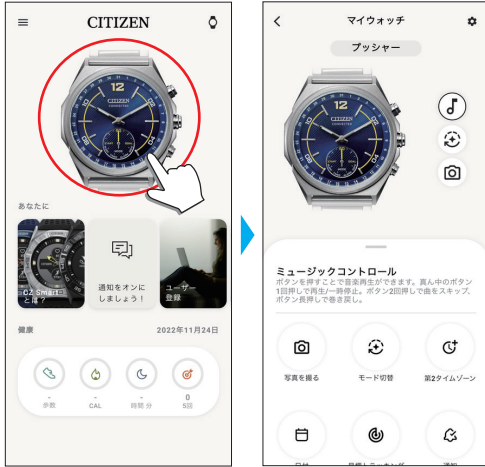
アラームを設定する

1 専用アプリを起動する

- 時計とスマートフォンが接続されます。
- サインアップ前は、サインアップします。
 - 時計とスマートフォンの同期が始まったら、完了するまで待ちます。

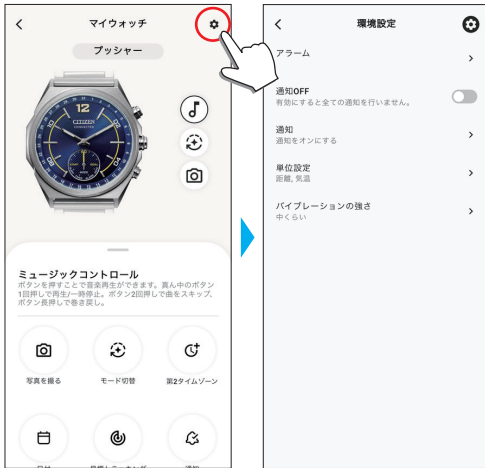
2 ホーム画面で接続中の時計イメージをタップする

[マイウォッチ]画面が開きます。



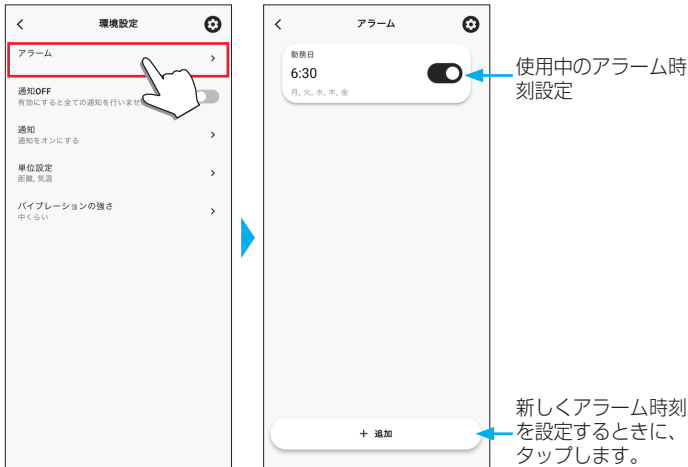
3 [マイウォッチ]画面右上の設定アイコン(⚙)をタップする

[環境設定]画面が開きます。



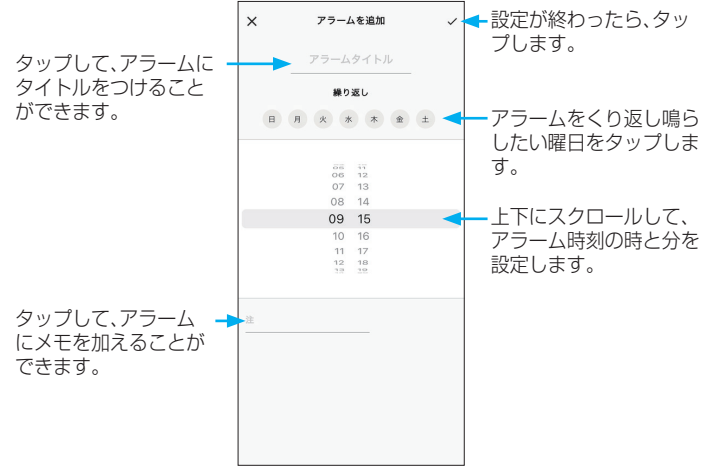
4 [環境設定]画面の[アラーム]をタップする

[アラーム]画面が開きます。



5 [アラーム]画面下部の[+追加]をタップする

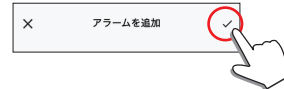
[アラームを追加]画面が開きます。



- [繰り返し]の曜日をタップして、アラームをくり返したい曜日を選択します。下の例では、月曜日～金曜日が選ばれています。



6 アラーム時刻の設定が終わったら、[アラームを追加]画面右上のチェックアイコン(✓)をタップして、終了する



新しく設定したアラーム時刻が、アラームオンになって表示されます。

■ アラーム時刻になると

時計と分針が上下に小刻みに動き、時計が振動します。

- 機能針(小針)はALARMを指します。
- いずれかのボタンを押すと、アラームは止まります。

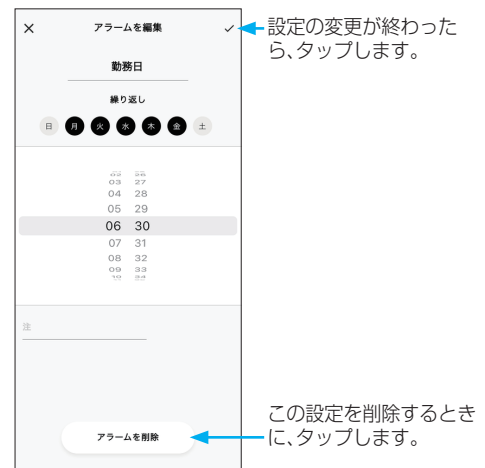
■ アラームをオン/オフするときは

[アラーム]画面で、アラーム設定のスイッチをタップしてオン/オフします。



■ アラームの設定を変更するときは

[アラーム]画面で、アラーム設定をタップして、[アラームを編集]画面を開きます。



通知を設定する

通知は、時計の分針と時計が、通知内容に応じて、あらかじめ設定された場所を指すことで行われます。通知の際、時計は振動します。

- ・スマートフォンと時計の距離が10 m以上離れていたり、障害物などがあると、通知が届かない場合があります。
- ・通知の回数は、時計の電池寿命に影響します。

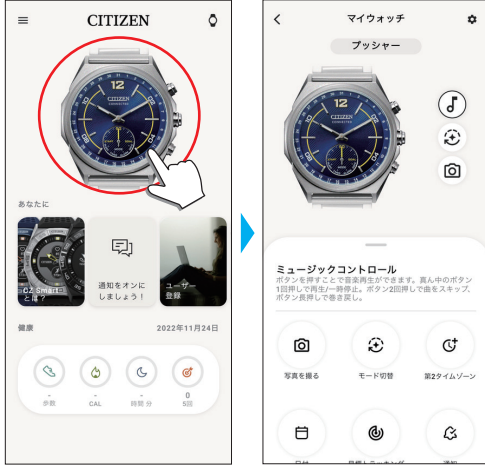
1 専用アプリを起動する

時計とスマートフォンが接続されます。

- ・サインアップ前の場合は、サインアップします。
- ・時計とスマートフォンの同期が始まったら、完了するまで待ちます。

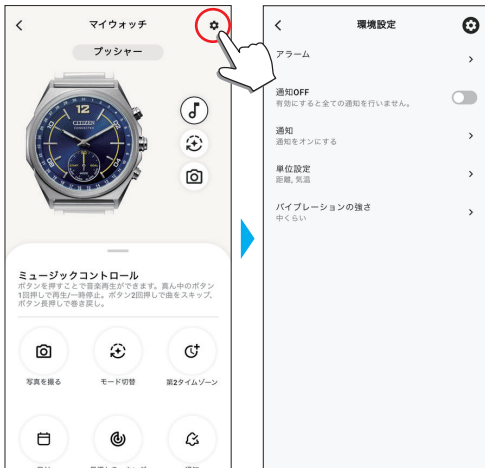
2 ホーム画面で接続中の時計イメージをタップする

[マイウォッチ]画面が開きます。



3 [マイウォッチ]画面右上の設定アイコン(⚙)をタップする

[環境設定]画面が開きます。



4 [環境設定]画面の[通知]をタップする

[通知]画面が開きます。



5 通知の場所をタップし、画面下部のタブを上にもスワイプする

アプリの一覧または連絡先の一覧が表示されます。



- ・スマートフォンの住所管理アプリにアクセスする際には、アクセス権の設定が必要です。
Android OSで「L」の付いた項目は、タップしてアクセス権を設定することができます。

■ 振動の強さを変更するときは

[環境設定]画面の[バイブレーションの強さ]から行います。

■ 通知を止めたいときは

[環境設定]画面の[通知OFF]のスイッチをオンにします。

基準位置を確認・修正する

基準位置の確認と修正は、専用アプリから行います。

スマートフォンと接続しても時刻・カレンダーが正しく表示されないなどの場合、時計の針の基準位置が正しいかどうか確認します。

・針が正しい基準位置からずれていると、時刻が正しく表示されません。

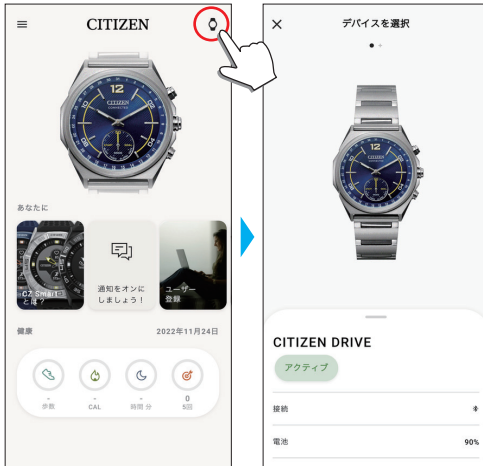
1 専用アプリを起動する

時計とスマートフォンが接続されます。

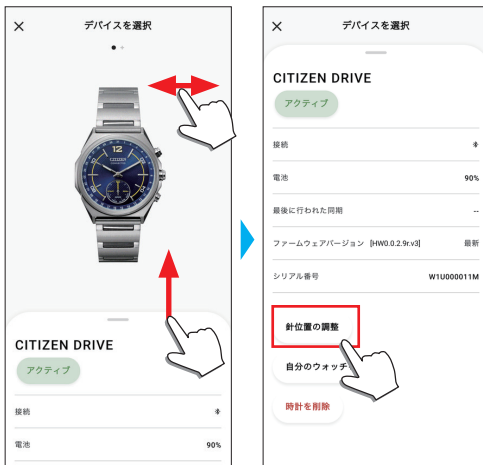
- ・サインアップ前の場合は、サインアップします。
- ・時計とスマートフォンの同期が始まったら、完了するまで待ちます。

2 ホーム画面右上の時計アイコン(🕒)をタップする

[デバイスを選択]画面が開きます。



3 画面を左右にスワイプして接続中の時計を表示させ、画面下部のタブを上へスワイプする



4 [針位置の調整]をタップする

時計の基準位置が修正できるようになります。

すべての針の基準位置の修正が終わったら、タップします。



これらのボタンをタップして、針ごとに、基準位置を修正します。

5 画面の指示に従って、時計の時針の基準位置を修正する

- ・時計のイラストの両側のボタンを押すと、時計の針が動きます。

6 時針の修正が終わったら左にスワイプする

分針の基準位置が修正できるようになります。

7 同じように、分針、機能針(小針)の基準位置を修正する

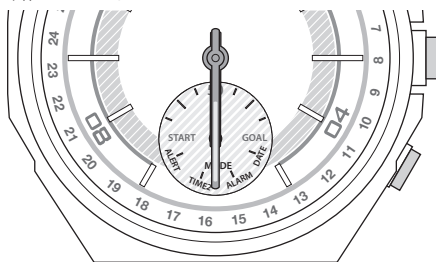
8 画面右上のチェックアイコン(✓)をタップして、終了する



- ・チェックアイコン(✓)は、機能針(小針)の基準位置を修正する画面に表示されます。

電池交換について

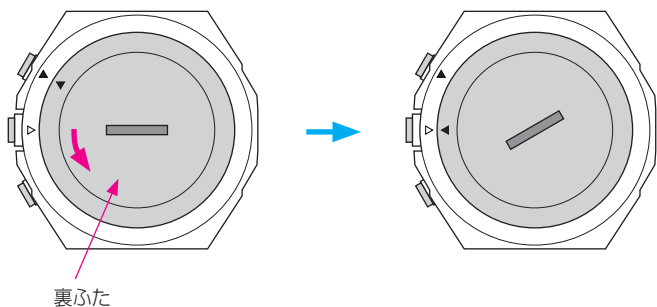
この時計は、電池の電圧が低下すると、すべての針が6時(真下)を指して停止し、電池交換の時期をお知らせします。



- 時計のいずれかのボタンを押すと解除されますが、早めに電池交換を行ってください。
- 時計の電池残量は、専用アプリの[デバイスを選択]画面で確認することができます。

■ 電池を交換するときは

1 硬貨などを使用し、時計の裏ふたを反時計回りに回す



裏ふた

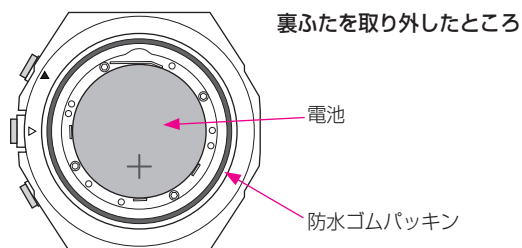
- 裏ふたの刻印(▲)が、△の位置にくるまで回します。

2 時計をひっくり返して、電池を取り出す

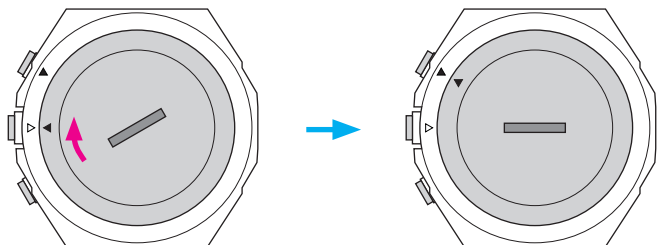
3 新しい電池を時計に取り付ける

- 電池上面のプラス(+)マークが見えるように取り付けます。

4 防水ゴムパッキンが、正しい位置に組み込まれているか確認する



5 裏ふたの刻印(▲)が△の位置にくるように裏ふたを取り付けて、裏ふたを時計回りに回す



- 裏ふたの刻印(▲)が、▲の位置にくるまで回します。
- 糸くずなどを挟み込まないよう注意します。
- 溝が真横になるまで確実に回します。
- 電池交換が終わったら、専用アプリを起動して、時計とスマートフォンを同期させます。

困ったときは

状態	対処方法
ペアリング	
ペアリング	時計をスマートフォンの近くに置きます。
ペアリング、同期、アップデートができない	スマートフォンや専用アプリのBluetooth設定や位置情報設定を確認します。 一度ペアリングしている場合は、ペアリングを解除し、再度ペアリングを行います。
時計のすべての針が6時(真下)を指して停止している	時計のすべての針が6時(真下)を指して停止することがあるときは、電池を交換してください。
ペアリングを解除したい	専用アプリの[デバイスを選択]画面でご利用中の時計を表示させ、画面下部のタブを上へスワイプして、[時計を削除]をタップすると、ペアリングが解消されます。 その後、スマートフォンのBluetooth設定で、ご利用中の時計の名前を削除します。
時刻・カレンダー	
時刻・カレンダー合わせができない	この時計は、手で時刻・カレンダー合わせを行うことはできません。専用アプリを使用してスマートフォンと接続することで、スマートフォンの時刻・カレンダーと同期します。
時刻・カレンダーが正しくない	スマートフォンの時刻・カレンダーを確認し、専用アプリを起動して時計と同期させます。 時計の基準位置を修正します。専用アプリの[デバイスを選択]画面でご利用中の時計を表示させ、画面下部のタブを上へスワイプして、[針位置の調整]をタップします。
活動量計	
活動量計の睡眠が記録されない	睡眠時に時計を装着していると、自動で記録されます。
名前を修正したい	専用アプリのサイドメニューで、アカウント名をタップします。
身長、体重を修正したい	専用アプリのサイドメニューで、[健康]→[プロフィール]をタップします。
専用アプリの単位(長さ、温度)の表示を変更したい	専用アプリの[環境設定]画面で、[単位設定]をタップします。
活動量計のデータが専用アプリに反映されていない	時計の電池残量が少ないときは、電池を交換します。 時計を手首に正しく装着します。
通知・アラーム	
通知がこない	専用アプリの[環境設定]画面で、通知の設定を確認します。 専用アプリの[環境設定]画面で、[通知OFF]のスイッチがオフになっているか確認します。
アラームが動かない	専用アプリの[環境設定]画面→[アラーム]画面で、設定したアラームについて、アラームのオン/オフ、アラーム時刻、くり返しの設定を確認します。
その他	
電池残量を確認したい	専用アプリの[デバイスを選択]画面でご利用中の時計を表示させ、画面下部のタブを上へスワイプして、[電池]の値を確認します。
機能針(小針)が何を指しているのかわからない	この時計の機能針(小針)は、上半分の領域で活動量を表示し、下半分の領域で各機能を表示しています。
針が止まっている	時計のすべての針が6時(真下)を指して止まっているときは、時計の電池残量が不足しています。早めに電池を交換してください。
CITIZEN CONNECTEDのアカウントを削除したい	以下のリンク先をご覧ください。 「CITIZEN CONNECTEDのアカウントを削除するには」 https://citizenwatch-global.com/support/im/hsw-cb/delete-account/j.html

- 上記の方法で解決しない場合、時計から電池を外し、もう一度電池を組み込みます。

Bluetooth®について

Bluetooth®関連の法規制(使用可能な地域について)

国または地域によっては、Bluetooth®の使用が法的に許可されていない場合があります。

- 使用許可のない国でこの時計を利用すると、法的に罰せられる場合があります。
- Bluetooth®通信は、第三者によって故意または偶然に傍受される場合があります。重要な通信や人命にかかわる通信には、この時計を使用しないでください。

Bluetooth®について詳しくは、以下をご覧ください。

citizen.jp/support/guide/html/yf05/bt_info_01_yf05.html



防水性能について

警告 防水性能について

- 時計の文字板もしくは裏ぶたの防水性能表示をご確認の上、下表を参照して正しくご使用ください。(1barは約1気圧に相当します)
- WATER RESIST(AWT)xx barはW.R.xx barと表示している場合があります。
- 非防水時計は、水中や水に触れる環境での使用はできません。
- 日常生活用防水時計(3気圧防水)は、洗顔などには使用できませんが、水中での使用はできません。
- 日常生活用強化防水時計(5気圧防水)は、水泳などには使用できませんが、素潜り(スキンドイビング)やスクーバ潜水などには使用できません。
- 日常生活用強化防水時計(10/20気圧防水)は、素潜りには使用できませんが、スクーバ潜水・ヘリウムガスを使う飽和潜水には使用できません。

名称	表示	仕様	使用例					
	文字板または裏ぶた		水がかか る程度 の使用。(洗 顔、雨な ど)	水仕事や 一般水泳 に使用。	スキング イピン グ、マリ ンスポ ーツに 使用。	空気ボン ベ使用 のスク ーバ潜 水に 使用。	ヘリウム ガスを使 用する 飽和潜 水に 使用。	濡れたま まのりゅ うずやボ タンの操 作。
非防水時計	—	非防水	×	×	×	×	×	×
日常生活用 防水時計	WATER RESIST	3気圧防水	○	×	×	×	×	×
	W. R. 5 bar	5気圧防水	○	○	×	×	×	×
日常生活用 強化防水時計	W. R. 10 bar	10気圧防水、 20気圧防水	○	○	○	×	×	×
	W. R. 20 bar							

お取り扱いにあたって

注意 電池交換について

- 使用済みの電池を充電しないでください。
- 使用済みの電池を火中に投げしないでください。
- 電池は子供の手の届かないところに保管してください。
- 誤って電池を飲み込んだ場合には、ただちに医師と相談して治療を受けてください。
- 電池を分解・改造・加熱しないでください。事故につながる恐れがあります。
- 電池寿命切れの電池をそのままにしておくと、漏液等により故障の原因となることがあります。早めに電池交換をしてください。
- 電池交換の際は、必ず指定電池をご使用ください。

注意 人への危害を防ぐために

- 幼児を抱くときなどは、幼児のけがや事故防止のため、あらかじめ時計を外すなど十分ご注意ください。
- 激しい運動や作業などを行うときは、ご自身や第三者へのけがや事故防止のため、十分ご注意ください。
- サウナなど時計が高温になる場所では、やけどの恐れがあるため絶対に使用しないでください。
- バンドの中留め構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。

注意 使用上の注意

- りゅうずは常に押し込んだ状態(通常位置)でご使用ください。りゅうずがねじ締めタイプであれば、しっかり固定されているか確認してください。
- 水分のついたまま時計の操作(りゅうず、ボタンなどの使用)をしないでください。時計内部に水分が入り防水不良となる場合があります。
- 万一、時計内部に水が入ったり、またガラスの内面にクモリが発生し長時間消えないときは、そのまま放置せず、お買い上げ店または、弊社お問い合わせ窓口へ修理、点検を依頼してください。
- 時計の防水性能が高い場合でも、次のことにご注意ください。
 - 海水に浸したときは、真水で洗い乾いた布で良くふきとる。
 - 水道水を蛇口から直接時計にかけない。
 - 入浴するときは時計をはずす。
- 時計内部に海水が入った場合には、箱やビニール袋に入れてすぐに修理依頼をしてください。時計内部の圧力が高まり、部品(ガラス、りゅうず、プッシュボタンなど)が外れる危険があります。

注意 携帯時の注意

<バンドについて>

- 皮革バンドやウレタンバンド(ゴムバンド)は、汗や汚れにより劣化します。また皮革バンドは自然素材のため磨耗や変形、変色などの経年劣化があります。定期的に交換してください。
- 皮革バンドは材質の特性上、水に濡れると耐久性に影響がでる場合があります。(脱色、接着はがれ)また、かぶれの原因にもなります。
- 皮革バンドに揮発性薬品、漂白剤、アルコール成分が含まれる物質(化粧品など)が付着しないようにしてください。色落ち、早期劣化の原因となります。また、直射日光などの紫外線も変色や変形の原因となります。
- 皮革バンドの時計は防水時計であっても、水を使うときは時計を外すことをおすすめします。
- バンドは多少余裕を持たせ、通気性を良くしてご使用ください。
- ウレタンバンド(ゴムバンド)は、衣類等の染料や汚れが付着し、除去できなくなることがあります。色落ちするもの(衣類、バッグ等)と一緒に使用する場合はご注意ください。また、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。弾力性がなくなり、ひび割れを生じたらお取替ください。
- 以下の場合は、速やかにバンドの調整・修理をご依頼ください。
 - 腐食により、バンドに異常が認められたとき
 - バンドのピンが飛び出しているとき
- お客様ご自身で時計のバンド(金属やゴム)の長さを調整しないでください。時計が落下したり、調整時にケガをする恐れがあります(製品にバンド調整用の道具が付属している場合は除く)。バンドの調整は、お買い上げ店または、弊社お問い合わせ窓口にて承っております。その他のお店では有料もしくは取り扱っていない場合があります。

<温度について>

- 極端な高温/低温の環境下では、時計が停止したり、機能が低下する場合があります。

<磁気について>

- アナログ式クォーツ時計は、磁石を利用した「ステップモーター」で動いており、外部から強い磁気を受けるとモーターの動きがみだされて、正しい時刻を表示しなくなる場合があります。磁気の強い健康器具(磁気ネックレス・磁気健康腹巻など)、冷蔵庫のマグネットドア、バッグの留め具、携帯電話のスピーカー部、電磁調理器などに近づけないでください。

<ショックについて>

- 床面に落とすなどの激しいショックは与えないでください。外装・バンドなどの損傷だけでなく機能、性能に異常を生じる場合があります。

<静電気について>

- クォーツ時計に使われているICは、静電気に弱い性質を持っています。強い静電気を受けると正しい時刻を表示しない場合がありますので、ご注意ください。

<化学薬品・ガス・水銀について>

- 化学薬品・ガスの中での使用はお避けください。シンナー・ベンジン等の各種溶剤およびそれらを含むもの(ガソリン・マニキュア・クレンジング剤・トイレ用洗剤・接着剤・撥水剤など)が時計に付着しやすくと、変色・溶解・ひび割れ等を起こす場合があります。薬品類には十分注意してください。また、体温計などに使用されている水銀に触れたりすると、ケース・バンド等が変色することがありますのでご注意ください。

<保護シールについて>

- 時計のガラス部分や金属部分(裏ぶた、バンド、中留め)にシールが貼られているときは、ご使用前に必ずはがしてください。シールのすき間に汗や水分が入り込むと、皮膚のかぶれや金属の腐食の原因となる場合があります。

⚠ 注意 時計は常に清潔に

- ・りゅうずやプッシュボタンを長期間動かさないままにしていると、付着しているゴミや汚れが固まり、操作できなくなる場合がありますので、ときどきりゅうずを空回りさせたり、プッシュボタンを押してください。また、ゴミ、汚れを落としてください。
- ・ケースやバンドは、直接肌に接しています。金属の腐食や汗、汚れ、ほこりなどの気づかない汚れで衣類の袖口などを汚す場合があります。常に清潔にしてご使用ください。
- ・ケースやバンドは直接肌に接しています。ケースやバンドに発生したサビ、汚れ、付着した汗、または金属、皮革アレルギーなどにより皮膚にかゆみ・かぶれを生じる場合があります。異常を感じたらすぐに使用を中止して医師に相談してください。
- ・汗や汚れが付着した場合は、金属材質のバンドやケースは、はけなどを使い中性洗剤で汚れを除去してください。皮革材質のバンドは、乾いた布などで拭き、汚れを除去してください。
- ・皮革バンドは汗や汚れにより「色落ち」を起こすことがあります。乾いた布で拭くなどして常に清潔にご使用ください。

時計のお手入れ方法

- ・ケース・ガラスの汚れや汗などの水分は、柔らかい布で拭き取ってください。
- ・金属バンド・プラスチックバンド・ウレタンバンド(ゴムバンド)は水で汚れを洗い落としてください。金属バンドのすき間につまったゴミや汚れは柔らかいハケなどで除去してください。
- ・皮革バンドは乾いた布などで拭いて汚れを除去してください。
- ・時計を長時間ご使用にならないときは、汗・汚れ・水分などを良く拭き取り、高温・低温・多湿の場所を避けて保管してください。

夜光付き時計の場合は

時計の文字板や針には、放射線物質などの有害物質を一切含まない、人体や環境に安全な物質を使用した蓄光塗料が使用されています。

この塗料は太陽光や室内照明(白熱灯を除く)などの光を蓄え、暗い所で発光します。

- ・蓄えた光を放出させるため、時間の経過とともに少しずつ明るさ(輝度)は落ちていきます。
- ・光を蓄えるときの光の明るさや光源からの距離、光の照射時間や蓄光塗料の量などによって、発光する時間に差異が生じます。
- ・光が十分に蓄えられていないと、暗い場所で発光しなかったり、発光してもすぐに暗くなってしまふ場合がありますのでご注意ください。

保証とアフターサービスについて**<保証について>**

正常なご使用で、保証期間内に万一故障が生じた場合には、保証書に従い、無料修理いたします。

<修理用部品の保有期間について>

弊社は時計の機能を維持するための修理用部品を、通常7年間を基準に保有しております。ただし、ケース・ガラス・文字板・針・りゅうず・プッシュボタン・バンドなどの外装部品には、外觀の異なる代替部品を使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。

<修理可能期間について>

弊社の修理用部品の保有期間中は修理が可能です。ただし、ご使用の状態・環境でこの期間は著しく異なります。修理の可否については、現品ご持参の上販売店でご相談ください。なお、長期間のご使用による精度の劣化は、修理によっても初期精度の復元が困難な場合があります。

<ご購入・ご贈答品の場合>

保証期間中にご転居されたり、ご贈答品のためにご使用の時計がお買い上げ店のアフターサービスを受けられない場合には、弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。

<定期点検(有償)について>**・防水性能について**

防水時計の防水性能は経年劣化しますので、安全に永くご使用いただくために2~3年に一度防水検査を行なっていただくことをお勧めします。防水性能を維持するためには、部品の交換が必要ですので、バッキンなどの交換をご依頼ください。

・分解掃除(内装修理)について

腕時計を永くご愛用いただくには分解掃除(内装修理)が必要です。歯車などの部品は永くご使用いただくことにより磨耗してしまいますが、これを抑えるために潤滑油を使用しております。しかし経年劣化により潤滑油の汚れなどで部品の磨耗が進み、故障に至ることがあります。目安として5年に一度の分解掃除のご依頼をお勧めします。

<修理について>

時計の品質を維持するために、この時計はバンドを除く全ての修理は「メーカー修理」となります。これは、修理、点検、調整等に特殊技術、設備を必要とするためです。修理等の際は弊社お問い合わせ窓口へご依頼ください。

<その他お問い合わせについて>

保証や修理、その他不明な点がございましたら、お買い上げ店または弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。

製品仕様

機種	YF05	
型式	アナログクォーツウォッチ	
表示機能	時刻	時、分
持続時間	およそ1年 (ご使用状況によっては、持続時間が短くなる場合があります。)	
使用電池	一次電池(二酸化マンガンリチウム電池 CR2430) 1個	
付加機能	<ul style="list-style-type: none"> ・電池寿命予告機能 ・アラーム機能(振動による) ・振動機能(専用アプリにて設定) 	

「持続時間」は、次の場合を想定しています。

スマートフォンとの接続時間	19時間/1日
自動再接続	14回/1日
データ同期	20回/1日
通知	2回/1日

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。