

時計／計測ツール	14-2
時計／計測ツールについて	14-2
ストップウォッチ	14-3
所要時間を計る	14-3
キッチンタイマー	14-4
経過時間をお知らせする	14-4
世界時計	14-5
世界の都市の時刻を表示する	14-5
時報	14-6
時報を利用する	14-6

歩数計	14-7
歩数計を利用する	14-7
簡易方位計	14-9
方位を確認する.....	14-9
S! GPSナビ	14-10
S! GPSナビを利用する.....	14-10
バッテリーメーター	14-12
電池残量を表示する	14-12
便利な機能	14-13

14

時計／計測ツール



時計／計測ツールについて

次の便利なツールを利用して、時間や歩数、位置情報などが確認できます。

開始から終了までの所要時間を計測したり、あらかじめ指定した時間が経過したことをアラームでお知らせすることができます。

ストップウォッチ／キッチンタイマー

世界各国の都市の現在日時を確認できます。普段お使いの都市(国)の日時と、設定した都市の日時を、待受画面に表示することもできます。

世界時計

指定した正時(10時00分00秒のように分や秒の端数が付かない時刻)をアラームでお知らせします。世界時計と連動させることもできます。

時報



1日に歩いた歩数や歩行時間を計測できます。身体情報を登録することで、消費カロリーや移動距離などを表示することもできます。

歩数計

モーションコントロールセンサーやGPS機能を利用して、方位を確認したり、現在地や目的地までのルートを地図で確認できます。

簡易方位計／S! GPSナビ

本機の電池残量や電池が切れるまでの時間を確認できます。画面上部に常に表示することもできます。

バッテリーメーター



所要時間を計る

- 計測中に電池残量が不足すると、ストップウォッチが停止します。

- 「MENU」 | ● ➔ 「ツール」
➔ 選択 「時計/計測」 タブ
➔ 「ストップウォッチ」



ストップウォッチ画面

- 「開始」 | ● ➔ 計測開始

- 「停止」 | ● ➔ 計測終了

- 「再開」 | ● を押すと再開されます。

- 「戻る」 | ● ➔ 「はい」
➔ ストップウォッチ終了

- 計測結果は、ストップウォッチを終了すると消去されます。

ラップタイム（途中までの経過時間）を計測するとき

計測中に「計測」 | ●

計測結果（ラップタイム含む）をメモ帳に登録するとき

●のあと「メニュー」 | ● ➔ 「メモ帳に登録」

計測結果をリセットして計測し直すとき

●で「リセット」 | ● ➔ ●以降

計測中に着信があると

- 着信を受けても、計測は継続します。通話などを終わると、ストップウォッチ画面に戻ります。



経過時間をお知らせする

- 1 「MENU」 | ● → 「ツール」
→ 選択 「時計／計測」 タブ
→ 「キッチンタイマー」



キッチンタイマー設定画面

- 2 分入力 → 秒入力

- 「+10分」、「+1分」、「+30秒」をタップすると、それぞれの時間を加算できます。

- 3 「決定」 | ●



キッチンタイマー画面

- 4 「開始」 | ●

- カウントダウン開始

- 「停止」 | ● を押しと、停止できます。
(再開するときは、「再開」 | ● を押しします。)

- 5 設定時間経過 → アラーム鳴動

- 6 「はい」 | ● → 「はい」
→ キッチンタイマー終了

タイマーをリセットするとき

タイマー停止中に「編集」 | ● → 「リセット」 | ●

キッチンタイマー動作中に着信があると

- 着信を受けても、動作は続きます。通話などを終わると、キッチンタイマー画面に戻ります。

計測履歴について

- キッチンタイマー設定画面の履歴欄には、最近の計測履歴が表示されます。履歴の時間をタップすると、その時間を設定できます。

設定時間の動作

設定時間になると、アラームが動作します。



- アラームを止めるときは、「停止」 | ● を押し、サイドボタンのいずれかを押しします。(一定時間経過すると、自動的に止まります。)

通話中や着信中に設定時間を経過すると

- 通話を終了すると、アラームが動作します。



世界の都市の時刻を表示する

- 1 「MENU」 | ● ➔ 「ツール」
➔ 選択 「時計／計測」 タブ
➔ 「世界時計」



普段お使
いの都市

世界時計
の都市

- 2 「編集」 | ●



タイムゾーン設定画面

- 3 都市選択 ➔ 「決定」 | ●

- 4 「戻る」 | 設定 ➔ 世界時計終了

サマータイムを設定するとき
【タイムゾーン設定画面】「サマータイム」 |
■ サマータイム設定時に「サマータイム」 | を押すと、解除されます。

オリジナルの都市を追加するとき
【タイムゾーン設定画面】「オリジナル」 |
➔ 都市名入力 ➔ 「完了」 | ● ➔ 選択
「+」 / 「-」 ➔ 時差入力 ➔ 「決定」 | ●

世界時計を待受画面に表示する

- 1 「MENU」 | ● ➔ 「設定」
➔ 本体設定画面で
「ディスプレイ設定」

- 2 「待受設定」



- 3 「時計／カレンダー表示」
- 4 「世界時計 (大)」 など



時報を利用する

時報を設定する

指定した時刻に時報を鳴らす方法を例に説明します。

- 1 「MENU」 | ● → 「ツール」
→ 選択 「時計／計測」 タブ
→ 「時報」



時報画面

- 2 「On／Off設定」 → 「On」
- 3 「時刻選択」



- 4 時刻決定 (「□」 ⇄ 「☑」)
→ 時刻指定完了
→ 「確定」 | \Y/
- 5 「保存」 | \Y/ → 登録完了
- 6 「☑」 | ☺ → 時報設定終了

時報音量を変更するとき

②で「詳細設定」 → 「時報音量：」 → 音量決定 → 「確定」 | \Y/ → ③以降

鳴動時間を変更するとき

②で「詳細設定」 → 「鳴動時間：」 → 時間決定 → 「確定」 | \Y/ → ③以降

- 時間選択時に「その他」を選ぶと、任意の時間を指定できます。

時刻をすべて指定／解除するとき

④で「メニュー」 | ☑/ → 「全チェック」 / 「全解除」

時報設定時刻の動作

時報設定時刻になると、時報が動作します。



- 時報を止めるときは、「停止」 | ●を押すか、いずれかのボタンを押します。

他の機能の動作中に時報設定時刻になると

- 時報は動作しません。
- 時報動作中に着信があると
- 時報は停止します。

時報を解除する

- 1 時報画面で「On／Off設定」
→ 「Off」 → 「保存」 | \Y/

使いこなしチェック！

- 便利 ● 時報音を変えたい ● 時報設定時刻にパイプレータを動作させたい ● マナーモード設定時に時報を鳴らしたい ● 世界時計の時刻で時報を設定したい (☺ P.14-13)



歩数計を利用する

歩数計をご利用になる前に

- 平地での一定した歩行動作が基本となります。(1分間に100歩程度の速度)
- 歩行場所や歩行動作などによっては、正しく計測できないことがあります。
- ポケットやカバンに入れたり、市販のネックストラップ、キャリングケースを利用してください。
 - 本機が不規則に動かないようにしてください。
- 次のときは、カウントされません。
 - 電源を切っているとき
 - 歩行開始後の数歩
 - パイプ動作中
- 操作中は、正しく計測できないことがあります。
- 歩数計機能で算出される各数値は、あくまでも目安としてご活用ください。

うまく計測できないとき

- 次の操作で歩行感度を変更してください。
「MENU」|●|「ツール」|●|「時計/計測」タブ|●|「歩数計」|●|「設定」|●|「歩行感度」|●|感度決定
 - カウント数が実際よりも多いと感じるときは「低感度」に、少ないと感じるときは「高感度」に設定してみてください。

身体情報を設定する

- 体重と歩幅を両方設定しないと、表示される情報が限られます。

- 1 「MENU」|●|「ツール」|●|「時計/計測」タブ|●|「歩数計」



歩数計画面

- 2 「設定」|●|「身体情報」

- 3 操作用暗証番号入力

- 「OK」|●



身体情報画面

- 4 「身長」|●|身長入力|●|「決定」|●

- 5 「体重」|●|体重入力|●|「決定」|●

- 6 「歩幅」|●|「はい」/「いいえ」
 - 「はい」を選んだときは、あらかじめ身長から算出された歩幅が入力されています。

- 7 歩幅入力|●|「決定」|●|「保存」|●|

設定済の項目を編集するとき

- 【身体情報画面】編集項目決定|●|数値入力|●|「決定」|●|「保存」|●|
- 「歩幅」を選んだときは、自動計算の確認画面が表示されます。(身長設定時)

歩数計を有効にする

- 1 歩数計画面で「On/Off設定」

- 2 「On」

歩数計を無効にするとき
●で「Off」



歩数計を有効にしているときの待受画面表示

歩数計を有効にすると、待受画面で本日の歩数が確認できるようになります。



●表示されていないときは、 | を押します。

歩行状況を確認する

1 待受画面の歩数計表示をタップ

●本日および前日の歩行状況が表示されます。

2 「履歴」 | ●



歩行履歴画面

●「時間別」 / 「日別」タブをタップするか、 で時間別履歴 / 日別履歴の画面が切り替わります。また「」 | を押すと前の、「」 | を押すと次の履歴が表示されます。

3 時間 / 日決定

●時間別履歴 / 日別履歴が表示されます。

4 「CLEAR/BACK」 |

➔ 「CLEAR/BACK」 |

➔ 確認終了

本日の歩行をリセットするとき

で「メニュー」 | ➔ 「本日の歩行リセット」 ➔ 「はい」

歩行履歴をリセットするとき

【歩行履歴画面】「メニュー」 | ➔ 「歩行履歴リセット」 ➔ 操作用暗証番号入力 ➔ 「OK」 | ● ➔ 「はい」
 ■本日の歩行もリセットされます。

目標を設定する

目標数値を設定しておく、達成時にインフォメーションなどで知らせてくれます。

●次の項目を設定できます。

- 歩数
- 歩行時間
- エクササイズ
- 消費カロリー
- 移動距離
- 脂肪燃焼量

1 歩数計画面で「設定」 ➔ 「目標」

2 「目標設定 / 編集」

3 項目決定 ➔ 数値 / 時間入力

➔ 「決定」 | ●

●設定した項目によっては、他の目標値を自動で算出します。

設定済みの項目を編集するとき

【歩数計画面】「設定」 ➔ 「目標」 ➔ 「目標設定 / 編集」 ➔ 項目選択 ➔ 「編集」 | ➔ 数値 / 時間入力 ➔ 「決定」 | ●

目標を達成すると

●目標達成音が鳴り、インフォメーションが表示されます。(達成項目を選び●を押すと、歩数計カレンダーが表示されます。) 次の操作を行うと、目標達成音が鳴らないようにすることもできます。

【歩数計画面】「設定」 ➔ 「目標」 ➔ 「目標達成アナウンス」 ➔ 「Off」

エクササイズ (Ex) について

●エクササイズ (Ex) とは、身体活動の量を表す単位です。歩行時の身体活動強度は3メッツなので、身体活動強度 (3メッツ) × 歩行時間 (時) で算出します。

使いこなしチェック!

- 待受画面の歩数計表示を変更したい ●歩数計カレンダーを確認したい ●累積歩行を確認したい ●累積歩行をリセットしたい ●目標達成アナウンスを変更したい (🔍 P.14-13)



方位を確認する

方位計を表示する

- 1 「MENU」 | ● ➡ 「ツール」
- 2 **選択** 「時計／計測」 タブ
➡ 「簡易方位計」



簡易方位計画面

- 方位計が表示されます。目安としてご確認ください。

方位を補正する

- 1 簡易方位計画面で「補正」 | ●
➡ 「次へ」 | ●
- 以降は、画面の指示に従って操作してください。

方位計アイコンについて

- 地図利用時には画面上部に方位計アイコンが表示されます。次の操作を行うと、表示しないようにすることもできます。
「MENU」 | ● ➡ 「ツール」 ➡ **選択** 「時計／計測」 タブ ➡ 「S! GPSナビ」 ➡ 「ナビ設定」 ➡ 「方位計アイコン表示」 ➡ 「Off」



S! GPSナビを利用する

GPS衛星からの位置情報をもとに、現在地を地図で確認したり、目的地までのルートを調べるなど、いろいろな位置情報サービスが利用できます。

S! GPSナビ利用時のご注意

- GPS衛星や基地局の信号の受信状況が悪いときは、位置情報の精度が落ちることがあります。上空の見晴らしのよい場所で利用してください。
- 提供した位置情報に起因する障害については、当社は一切の責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。

位置情報測位について

- 位置情報測位とは、GPS機能を利用して、現在地を確認することです。

位置情報精度について

- 位置情報測位の精度は、実際の位置との推定誤差により「位置情報精度1」（精度：低）～「位置情報精度3」（精度：高）に分かれています。
- 位置情報精度1や2のときは、再取得の確認画面が表示されます。このときは、次の操作を行います。
「はい」 / 「いいえ」

ナビアプリを起動する

- ① 「MENU」 | ● → 「ツール」
→ 選択 「時計／計測」タブ
→ 「S! GPSナビ」



S! GPSナビ画面

② 「ナビアプリ」

- 次回から確認画面を表示しないときは、このあと「チェック」| [☑] を押して③へ進みます。

③ 「はい」

ナビアプリの一覧を表示するとき

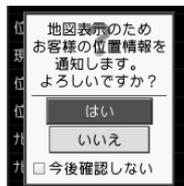
- 【S! GPSナビ画面】「ナビアプリ一覧」
- ナビアプリを決定すると、起動します。

ナビアプリを設定するとき

- 【S! GPSナビ画面】「ナビ設定」 → 「ナビアプリ選択」 → ナビアプリ決定

現在地を確認する

- ① S! GPSナビ画面で「現在地地図」



- 次回から確認画面を表示しないときは、このあと「チェック」| [☑] を押して②へ進みます。

② 「はい」 → 情報取得開始

- 情報取得が完了すると現在地が表示されます。

位置履歴を確認する

- ① S! GPSナビ画面で「位置履歴」

② 位置履歴決定

- 詳細画面が表示されます。

- ③ 「CLEAR/BACK」 | [CLEAR BACK] → 確認終了



使いこなしチェック！

- 便利 ● 現在地をメールで送信したい ● 位置情報を送信するURLを変更したい ● 位置情報測位を禁止したい (P.14-14)

位置メモを利用する

位置情報を登録する

- 現在地を新規登録する方法を例に説明します。

1 S! GPSナビ画面で「位置メモリスト」



位置メモリスト画面

2 「新規登録」

3 「名称」▶名称入力 ▶「完了」| ●

4 「位置情報」

5 「現在地から取得」 ▶情報取得完了

6 「OK」| ●

- 位置情報精度1や2のときは、「いいえ」を押して▶へ進みます。

7 「登録」| [送信]

自宅を登録するとき

▶で「自宅」▶▶以降

履歴から登録するとき

▶で「位置履歴から取得」▶履歴決定▶「登録」| [送信]

位置メモを確認する

1 位置メモリスト画面で位置メモ決定

2 「位置情報」



3 「CLEAR/BACK」| [CLEAR/BACK]

▶確認終了

位置メモを削除する

1 位置メモリスト画面で位置メモ選択

2 「メニュー」| [送信]▶「削除」 ▶「はい」

位置ナビを利用する

ほかの人が現在どこにいるのかを検索したり、本機を紛失したときにおおよその位置を検索できます。

- 位置ナビの利用には、別途お申し込みなどが必要です。
- ダブルナンバー利用中は、モードにかかわらずA回線でのご利用となります。
- 「位置ナビ」について詳しくは、「ソフトバンクホームページ」(P.19-18)を参照してください。

1 S! GPSナビ画面で「位置ナビ」

- インターネットに接続されます。以降は、画面の指示に従って操作してください。

使いこなしチェック！

- 位置情報の送信方法を設定したい ●位置メモ/位置履歴を利用したい ●位置履歴を位置メモに登録したい ●位置履歴を削除したい (P.14-14)



電池残量を表示する

- 1 「MENU」 | ● ➔ 「ツール」
- 2 **選択** 「時計／計測」タブ
➔ 「バッテリーメーター」



バッテリーメーター画面

- 電池残量の目安が表示されます。

画面上部の電池残量表示を変更するとき
【バッテリーメーター画面】「ミニ電池」

 / ➔ 表示形式決定

- 表示される残り時間は、現在使用中の機能を使い続けたときに電池レベルが1になるまでの目安の時間です。

時報

時報音を変更したい 【時報音】	<p>【共通操作】「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「時報」⇒「詳細設定」⇒「時報音／ムービー：」⇒下記の操作</p> <p>きせかえアレンジ以外に変更する 種類決定⇒時報音決定⇒「確定」 \y⇒「保存」 \y</p> <p>●ファイルによっては、再生開始ポイントを選ぶ必要があります。</p> <p>きせかえアレンジに変更する 「きせかえアレンジ」⇒「確定」 \y⇒「保存」 \y</p>
時報設定時刻にパイプ レータを動作させたい 【パイプ】	<p>「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「時報」⇒「詳細設定」⇒「パイプ：」⇒「On」／「音連動」⇒「確定」 \y⇒「保存」 \y</p> <p>●「音連動」にすると、メロディ（SMAFファイル）に設定されている内容に従って、パイプレータが動作します。</p>
マナーモード設定時に 時報を鳴らしたい 【マナーモード時設定】	<p>「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「時報」⇒「詳細設定」⇒「マナーモード時設定：」⇒「鳴らす」⇒「はい」⇒「確定」 \y⇒「保存」 \y</p>
世界時計の時刻で時報 を設定したい 【世界時計連動設定】	<p>「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「時報」⇒「詳細設定」⇒「世界時計連動設定：」⇒「On」⇒「確定」 \y⇒「保存」 \y</p>

歩数計

待受画面の歩数計表示 を変更したい 【歩数計表示】	<p>「MENU」 ○⇒「設定」⇒本体設定画面で「ディスプレイ設定」⇒「待受設定」⇒「歩数計表示」 ⇒表示項目決定</p>
歩数計カレンダーを確 認したい 【歩数計カレンダー】	<p>「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「歩数計」⇒「歩数計カレンダー」⇒日付決定</p> <p>●目標の達成度が表示されます。</p> <p>●「▲」／「▼」 ☑／☒を押すと、前／次の月のカレンダーが表示されます。</p>
累積歩行を確認したい 【累積歩行】	<p>「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「歩数計」⇒「累積歩行」</p> <p>●身体情報を変更したときは、変更した身体情報をもとに関連する数値が更新されます。</p>
累積歩行をリセットし たい 【累積歩行リセット】	<p>「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「歩数計」⇒「累積歩行」⇒「メニュー」 ☑⇒「累積歩行リセット」⇒操作用暗証番号入力⇒「OK」 ○⇒「はい」</p>
目標達成アナウンスを 変更したい 【目標達成アナウンス】	<p>【共通操作】「MENU」 ○⇒「ツール」⇒選「時計／計測」タブ⇒「歩数計」⇒「設定」⇒「目標」⇒「目標達成アナウンス」⇒「On」⇒下記の操作</p> <p>目標達成音を変更する 「目標達成音」⇒音決定</p> <p>音量を変更する 「目標達成音量」⇒音量決定</p> <p>パイプレータの動作を変更する 「パイプ」⇒動作決定</p> <p>鳴動時間を変更する 「鳴動時間」⇒時間決定</p> <p>●時間選択時に「その他」を選ぶと、任意の時間を指定できます。</p>



S! GPSナビ

現在地をメールで送信したい 【現在地メール】	「MENU」 ◎ →「ツール」→ 選 「時計／計測」タブ→「S! GPSナビ」→「現在地メール」→情報取得完了→「OK」 ◎ →メール作成→「送信」 ▽ ●位置情報精度1や2のときは、情報取得完了後に「いいえ」を押して、メールを作成します。
位置情報を送信するURLを変更したい 【地図URL設定】	共通操作 「MENU」 ◎ →「ツール」→ 選 「時計／計測」タブ→「S! GPSナビ」→「ナビ設定」→「地図URL設定」→下記の操作 URLを追加する 「<未設定>」→URL入力→「完了」 ◎ 通信先のURLを変更する URL決定 URLを表示／編集／削除する URL選択→「メニュー」 ☐ →「表示」／「編集」／「削除」 ●以降は、画面の指示に従って操作してください。
位置情報測位を禁止したい 【測位機能ロック】	「MENU」 ◎ →「ツール」→ 選 「時計／計測」タブ→「S! GPSナビ」→「ナビ設定」→「測位機能ロック」→「On」→操作暗証番号入力→「OK」 ◎
位置情報の送信方法を設定したい 【位置情報送信設定】	「MENU」 ◎ →「ツール」→ 選 「時計／計測」タブ→「S! GPSナビ」→「ナビ設定」→「位置情報送信設定」→送信方法決定→操作暗証番号入力→「OK」 ◎

位置メモ／位置履歴を利用したい 【位置メモ利用／位置履歴利用】	共通操作 「MENU」 ◎ →「ツール」→ 選 「時計／計測」タブ→「S! GPSナビ」→「位置メモリスト」／「位置履歴」→位置メモ／位置履歴選択→下記の操作 地図を表示する 「地図」 ▽ →「はい」 ナビアプリで経路を表示する 「メニュー」 ☐ →「ここへ行く」→「はい」 ●以降は、画面の指示に従って操作してください。 メール本文に挿入する 「メニュー」 ☐ →「メール本文に挿入」→メール作成→「送信」 ▽ 電話帳に登録する 「メニュー」 ☐ →「電話帳に登録」→「新規登録」→必要項目入力完了→「保存」 ▽ ●「追加登録」を薦むと、既存の電話帳に追加できます。
位置履歴を位置メモに登録したい 【位置メモ登録】	「MENU」 ◎ →「ツール」→ 選 「時計／計測」タブ→「S! GPSナビ」→「位置履歴」→位置履歴選択→「メニュー」 ☐ →「位置メモへ登録」→「名称」→名称入力→「完了」 ◎ →「登録」 ☐ ／
位置履歴を削除したい 【削除／全件削除】	「MENU」 ◎ →「ツール」→ 選 「時計／計測」タブ→「S! GPSナビ」→「位置履歴」→削除する履歴選択→「メニュー」 ☐ →「削除」／「全件削除」→「はい」 ●全件削除するときは、削除する履歴を選ぶ必要はありません。

