

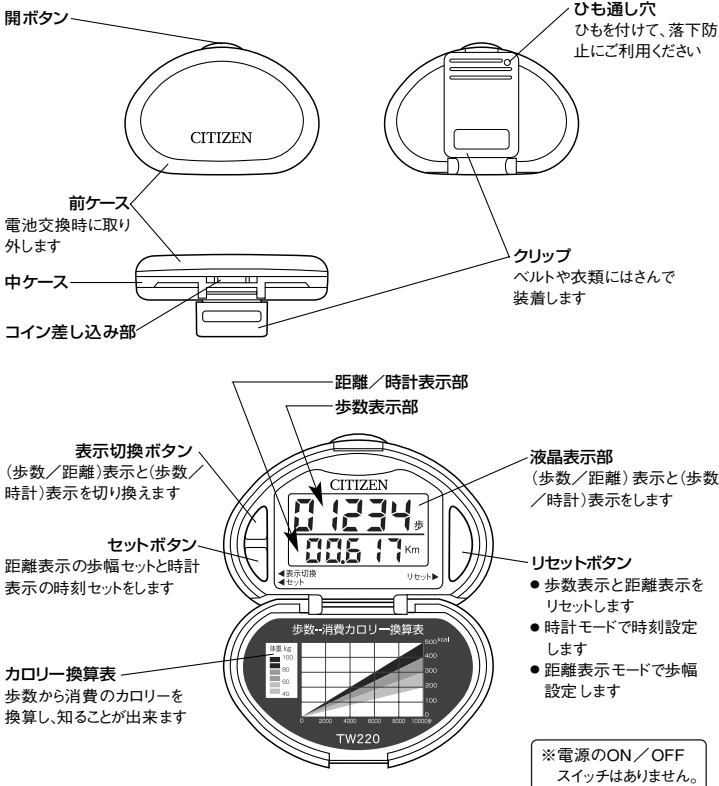
# シチズンデジタル歩数計

○取扱説明書○

TW220

このたびは、シチズンデジタル歩数計をお買い上げいただきまして誠に有難うございます。正しくお使いいただくため、ご使用前に、この『取扱説明書』をお読みください。また保証書を兼ねておりますので、お読みいただきました後も大切に保管しておいてください。

## 各部のなまえとはたらき



## ご使用方法

ご使用前に必ず次の設定を行ってください。

### 1. 歩幅の設定

- 最初に測定者の歩幅を設定します。
  - 表示切換ボタンを押し、表示を「距離表示」画面にしてください。Kmが表示されます。 **図1**
  - セットボタンを押し、表示を「歩幅設定」モードにしてください。cmが表示されます。 **図2**
  - リセットボタンを押して歩幅を入力してください。
  - 初期状態は50cmに設定されています。
  - リセットボタンを押すごとに表示が5cmづつ増加します。設定可能範囲は、30～180cmまでです。
- ※ リセットボタンを2秒以上押し続けることにより、早送り出来ます。180cmを越えると30cmからの設定ができます。
- 設定を終えたら、セットボタンを押して「距離表示」モードに戻ります。

### 2. 時刻の設定(12時間制)

- 次に時計の時刻を設定します。
  - 表示切換ボタンを押し、表示を「時計表示」画面にしてください。 **図3**
  - セットボタンを押し、表示を「時刻設定」モードにします。
  - 「時」設定…… リセットボタンを押して時を入力してください。 **図4**
  - 次にセットボタンを押して決定してください。 **図5**
  - 「分」設定…… リセットボタンを押して分を入力してください。リセットボタンを押し分が変わると同時に秒がスタートします。 **図5**
  - セットボタンを押すと「時計表示」画面に戻ります。 **図6**
- ※ リセットボタンを2秒以上押し続けることにより、早送り出来ます。

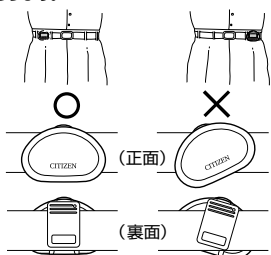
### 3. 歩数の測定

- リセットボタンを押し、表示を「0」にしてください。
- ベルトなどに装着し、歩行またはジョギングを始めると、順次歩数が加算されます。

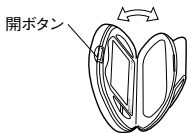


## 正しい装着方法

- ベルトやスラックス、スカート、トレーニングパンツ等に下図の要領で装着してください。
- クリップは十分に深く止めるまで差込んでください。
- 差込み方が浅かったり、かたむいて装着されていると、正確な計測ができないことがあります。



### 装着しているときのご使用方法



ベルト等に装着している状態で測定値をご覧になるときは、図のように前ケースの凸部に親指をあて、押すように開けてください。

## 注意

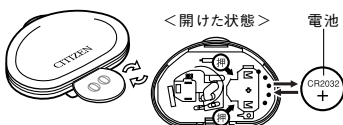
- 電池は火中に投げないでください。破裂する恐れがあります。
- 電池は、幼児の手の届かないところに保管してください。万一飲み込んだ場合、ただちに医師にご相談ください。

## ご使用上の注意

1. 背筋を伸ばしリズムカルに一定の歩幅で歩行することで、より正確な計測ができます。
2. 次のような歩行の場合、正しい計測ができないことがあります。
  - ・ スリ足のような歩行。
  - ・ 急斜面／階段などの昇り降り。
  - ・ 早く走ったり、歩幅の乱れた歩行。
  - ・ サンドルや草履等の履物での歩行。
3. 歩行以外の上下運動や振動でも計測することがあります。
  - ・ 立ったり座ったり、ジャンプや屈伸等の運動。
  - ・ 乗物（自転車、バス、電車等）での上下運動及び横揺れの振動等。
4. 病院や工場でのご使用は機器、機械等の電磁波、静電気、ノイズが本機の誤作動や故障の原因となりますのでお避けてください。

## 電池交換

1. 電池は、3年に1回新しい電池 (CR2032) とお取りかえください。  
(購入時に歩数計に組み込まれている電池は、工場出荷時のモニター用電池ですので寿命が3年に満たない場合があります。)
2. 前ケースと中ケースのすき間にコイン等を差し込み、左または右に回してこじ開けてください。



3. 次に古い電池を取り出し、電池の⊕側が上になるように新しい電池を入れてください。電池交換が終わりましたら、前ケースを中ケースに押し込みしっかりと止めてください。

電池交換後、及び表示切換ボタン、セットボタン、リセットボタンを同時に押した場合は、設定値が初期状態に戻りますので、時刻、歩幅の設定をやり直してください。

## 製品仕様

表示	上段…歩数 [1~99,999歩] 下段…距離 [0.001~99.999Km] 歩幅設定 [30~180cm/5cm単位] 時計 [12時間制/時分表示]
歩数計数精度	±10%以内 (弊社試験機による)
表示方法	液晶デジタル表示
表示リセット	1プッシュ
使用電池	DC3V (CR2032) 1個
電池寿命	約3年
筐体材質	ABS樹脂
製品寸法	58 × 42.5 × 14.8mm (クリップ部は除く)
製品重量	約28g
付属品	リチウム電池 (CR2032) 1個 (内蔵) 取扱説明書 (保証書付)

\* 本製品の外観及び仕様は改良のため予告なく変更することがあります。

### ◎交換サービス

保証期間中、お客様に迅速にサービスさせていただくため、修理の他、必要に応じて同一機種または同程度の仕様機種と交換させていただく場合があります。

## 保証規定

この製品は当社の厳しい品質テストに合格した商品である事を証明いたします。お客様の正しい使用状態で万一故障した場合は保証規定に従って1年間無料で修理いたします。購入されたお店にお預けになるか当社に直接ご郵送ください。

● つぎのような場合には、保証期間内でも有料修理になります。

- ① 本書のご提示がない場合。
- ② 本書に必要な記入事項 (お買い上げ日、お買い上げの店名、同捺印) がない場合。
- ③ ご使用上の誤り (落下・水中使用など)、および不当な修理や改造による故障、損傷。
- ④ 火災又は天災による故障の場合。
- ⑤ 本書は日本国内においてのみ有効です。  
This warranty is valid only in Japan.

商品に関するご相談、お問い合わせは、弊社お客様相談室でお受けいたします。

受付時間：10～17時

月～金 (祝祭日、年末年始を除く)

☎ 0120-88-6295

通話料金は無料です。



E-mail: support@systems.citizen.co.jp  
http://www.citizen-systems.co.jp

## 保証書 持込修理

本書は、お客様のご取扱説明書による正しい使用状態で、万一故障した場合に、保証規定に従ってお買い上げ後1年間は無料修理を行うことをお約束するものです。お客様にご記入いただきました本保証書は、保証期間内のサービス活動およびその後の安全点検のために記載内容を利用させていただく場合がございますので、ご了承ください。

お買い上げ日	年	月	日
ご芳名	ご住所		
		TEL	( )
お買い上げ店 店名/住所	(印)		

発売元 シチズン・システムズ株式会社

〒188-8511 東京都西東京市田無町6-1-12 Tel. 042-468-4607