

# **SUUNTO KAILASH 2.0**

## ユーザーガイド

1. 安全性.....	4
2. 製品の使用開始.....	5
2.1. 設定を調整.....	5
2.2. ディスプレイとビュー.....	6
2.3. ホームロケーション.....	6
3. 特徴.....	7
3.1. 7R ログブック.....	7
3.2. アラームクロック.....	7
3.3. バッテリー.....	8
3.4. バックライト.....	8
3.5. コンパス.....	9
3.6. カウントダウンタイマー.....	9
3.7. ディスプレイカラー.....	10
3.8. ディスプレイコントラスト.....	10
3.9. アクティビティーモードでの探索.....	10
3.10. ファインドバック.....	11
3.11. フラッシュライト.....	12
3.12. GPS.....	12
3.13. アイコン.....	13
3.14. SuuntoLink でのソフトウェアアップデート.....	13
3.15. 歩数計.....	14
3.16. ストップウォッチ.....	14
3.17. Suunto 7R App.....	14
3.17.1. Suunto 7R App とのペアリング.....	14
3.17.2. Bluetooth.....	15
3.17.3. 通知.....	15
3.18. タイム.....	15
3.18.1. ローカルタイム.....	16
3.18.2. ホームタイム.....	16
3.18.3. ワールドタイム.....	16
3.18.4. タイムビュー.....	17
3.18.5. 日の出 / 日の入り.....	17
3.18.6. 日付.....	17
3.18.7. GPS 時刻.....	17
3.18.8. 夏時間 (DST).....	17
3.19. トーンと振動.....	17
3.20. 単位.....	18
3.21. 天気インジケータ.....	18
4. お手入れとサポート.....	19
4.1. 取扱説明書.....	19

4.2. 防水性.....	19
4.3. サポートの利用.....	19
5. 参照.....	21
5.1. 技術仕様.....	21
5.2. コンプライアンス.....	22
5.2.1. CE.....	22
5.2.2. FCC 準拠.....	22
5.2.3. IC.....	22
5.2.4. NOM-121-SCT1-2009.....	22
5.3. 商標.....	22
5.4. 特許通知.....	22
5.5. 製品に関する国際限定保証.....	22
5.6. Copyright.....	24

# 1. 安全性

## 安全表示の種類

 **警告:** は重傷または死亡につながる可能性がある手順または状況に関連して使用されます。

 **注意:** はこの製品の損傷につながる可能性がある手順または状況に関連して使用されます。

 **メモ:** は重要な情報を強調するために使用されます。

 **ヒント:** はこのデバイスの特徴と機能を活用する方法に関する追加のヒントを提供するために使用されます。

## 安全注意事項

 **警告:** 弊社製品は工業規格に適合していますが、製品が皮膚に接触するとアレルギー反応または皮膚のかぶれが発生する場合があります。そのような場合は、すぐに使用を中断し、医師に相談してください。

 **警告:** レクリエーション専用。

 **警告:** GPS やバッテリーの寿命に完全に依存しないでください。また、安全を確保するため、必ず地図や他の資料・用具をバックアップとして用意してください。

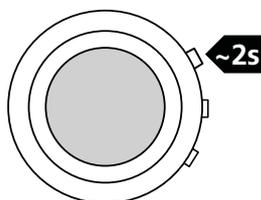
 **注意:** 本製品には、いかなる種類の防虫剤も塗布しないでください。製品の表面を損傷することがあります。

 **注意:** 環境保護のため、この製品は廃棄せず、電子機器廃棄物として取り扱ってください。

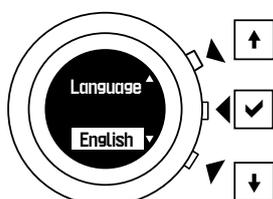
## 2. 製品の使用開始

Suunto Kailash の使用を開始するのはとてもシンプルで簡単です。この時計が GPS 信号を取得すると、時間、日付、場所は自動的に設定されます。

1. この時計を起動させるには、ディスプレイがオンになるまで 7R ボタンを長押しします。



2. 7R ボタンまたは下ボタンで言語を選択して中央ボタンで確認します。



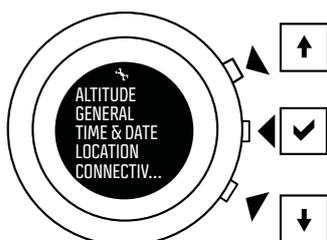
3. 単位と時間形式の設定に進みます。
4. 時計が衛星情報を取得し、時間、日付、場所を更新するまでお待ちください。時計が GPS 信号を取得しない場合は、日付と時間の設定を手動で行ってください。
5. オプション：お使いのスマートフォンとペアリングします。3.17.1. *Suunto 7R App* とのペアリングを参照してください。

### 2.1. 設定を調整

すべての時計設定はオプションメニューから調整することができます。

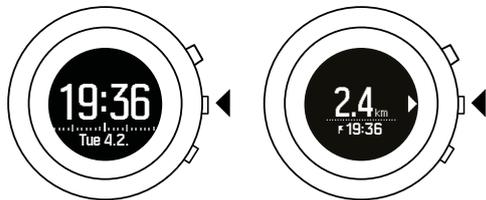
設定を調整するには：

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 7R ボタンと下ボタンを使用して、メニューを上下にスクロールします。
3. 中央ボタンを押して設定に入ります。メニューによっては、中央ボタンを使用して設定をスクロールする必要があることがあります。
4. 7R ボタンと下ボタンを使用して、設定値を調整します。
5. 中央ボタンを押して新しい設定値を確認します。
6. 中央ボタンを長押しして、設定を終了します。

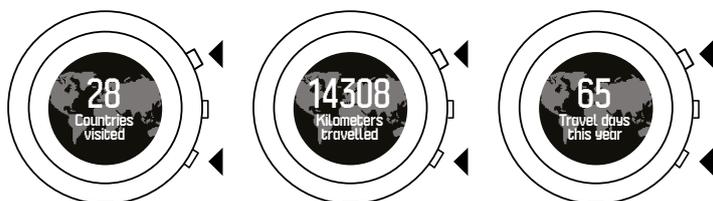


## 2.2. ディスプレイとビュー

Suunto Kailash には次の 3 種類のメインディスプレイがあります：Adventure Timeline™、ナビゲーション、7R ログブック。中央ボタンを押すことによって、タイムラインとナビゲーションを切り替えます。



タイムラインディスプレイ中に 7R ボタンを押すことによって 7R ログブックに入ります。タイムラインに戻るには、中央ボタンを押します。



このタイムラインディスプレイでは一番下の行に複数のビューがあり、下ボタンを使ってそれらのビューをスクロールすることができます。



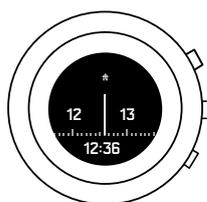
## 2.3. ホームロケーション

Suunto Kailash は、7R の統計情報およびホームタイムを最新の状態に更新するためにホームロケーションを使用します。

この時計を使い始めたら、すぐにホームロケーションを設定することをおすすめします。ホームロケーションを設定していない場合には、7R ログブックに完全な統計情報を記録することができません (2.1. 設定を調整を参照)。

ホームロケーションを設定するには：

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 下ボタンを押し、ロケーション にスクロールして中央ボタンで選択します。
3. 下ボタンを押し、ホームロケーションを設定 にスクロールして中央ボタンで選択します。



## 3. 特徴

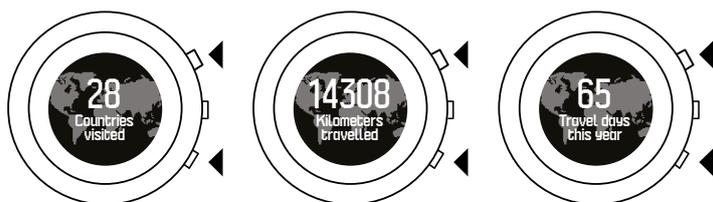
### 3.1. 7R ログブック

7R ボタンを押すと、最新のアドベンチャー統計情報を確認することができます。統計情報の概要には次の情報が含まれます：

- ・ 訪問都市数：訪問した都市での歩数が 1,000 歩に達した都市が対象
- ・ 訪問国数：訪問した国での歩数が 1,000 歩に達した国が対象
- ・ 現在地の都市の合計滞在時間
- ・ 年間の旅行日数\*：ホームロケーションから 75 km (47 マイル) 以上離れた場所で丸一日費やした日が対象
- ・ 総移動距離\*：ホームロケーションからの移動距離が 75 km (47 マイル) 未満の場合を除く総移動距離
- ・ ホームからの最長距離\*
- ・ 1 日の平均歩数：1 日の歩数が 1000 歩を超えた 30 日間の平均歩数

\* ホームロケーションを設定する必要があります。2.3. ホームロケーションを参照。

7R または下ボタンを使用して、統計情報をブラウズします。



訪問した都市と国の合計数に加えて、都市名や国名を見ることができます。

1. 都市名または国名リストを確認するには、訪問都市数または訪問国数を表示している際に 7R ボタンを長押しします。
2. 7R ボタンと下ボタンを使用して、リストを上下にスクロールします。
3. リストを閉じるには中央ボタンを押します。

 **メモ:** Suunto Kailash は、GeoNames 地理情報データベースを Creative Commons Attribution 3.0 license のもとで利用しています。Suunto Kailash 内のデータベースには世界中の 6,000 を超える居住地が含まれています。この選定基準は国によって異なり、各国の面積と人口が考慮されています。

### 3.2. アラームクロック

デイリーアラームを 1 つ設定することができます。このアラームを設定すると、このアラームはタイムラインに表示されます。



アラームを設定するには：

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 中央ボタンを押して時刻と日付に入ります。
3. 中央ボタンを押して、アラーム設定に入ります。
4. アラームをオンにして確認します。
5. 時間および分を設定して確認します。
6. 中央ボタンを長押しして、設定を終了します。

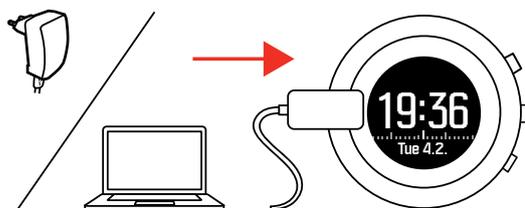
### 3.3. バッテリー

バッテリー残量が 10% になると、ポップアップが表示され、バッテリー残量の低下を知らせます。

バッテリー残量が非常に低下すると、充電通知が表示されます。

この時点で、タイムラインビューの最下部にあるバッテリーアイコンが点滅を開始します。ナビゲーション機能と接続機能は、バッテリーが充電されるまで自動的にオフになります。

付属のケーブルを時計に接続し、その USB 側をコンピュータまたは充電器に差し込むことによって、時計を充電してください。



バッテリーが 1 回のフル充電で Suunto Kailash を駆動できる時間は、時計の使用環境や使用状況などにより異なります。例えば、低温環境では 1 回の充電で駆動できる時間が通常よりも短くなります。一般的に、充電式バッテリーでは時間が経つにつれバッテリー容量が低下します。

**メモ:** バッテリー不良が原因でバッテリー駆動時間が極端に短くなった場合、製品購入から 1 年以内または充電回数が 300 回以内であれば Suunto の製品保証範囲内としてバッテリーを無償で交換いたします。

### 3.4. バックライト

Suunto Kailash は次の 2 種類のライトを搭載しています：通常のバックライト、フラッシュライトとして使用できる超高輝度のバックライト (3.11. フラッシュライト を参照)。

バックライトを起動するには、バックライトが点灯するまで下ボタンを長押しします。

このバックライトには 3 種類のモードがあり、これらは 一般設定 » ディスプレイ » バックライトモード 下のオプションメニューで変更することができます。

- 夜間：任意のボタンを押すと、バックライトが起動して 8 秒間点灯します。
- ノーマル (初期設定)：ボタンを長押しすると、バックライトが起動して 8 秒間点灯します。
- トグル：ボタンを長押しすると、バックライトが起動して、下ボタンが再度押されるまで点灯したままになります。
- Off：バックライトなし。

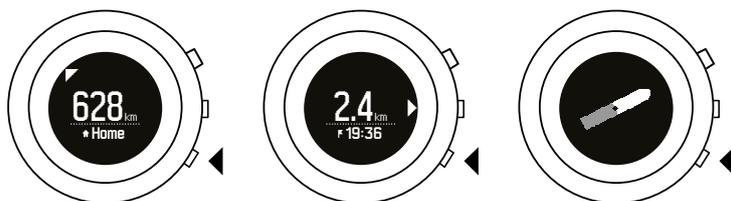
バックライトの明るさは、**一般設定 » ディスプレイ » バックライトの明るさ** 下のオプションメニューで調整することができます。

### 3.5. コンパス

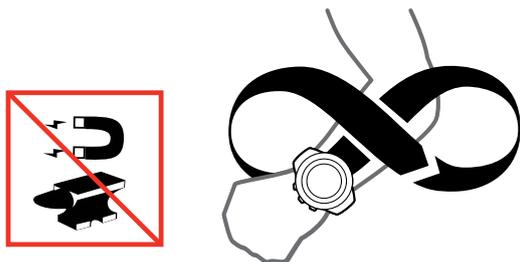
Suunto Kailash には、地上や海でオリエンテーリングに使用できるデジタルコンパスが搭載されています。このコンパスは傾斜補正機能を搭載しているため、時計を水平に保持しなくても磁針が北を指します。

このコンパスビューは初期設定でオフになっています。このコンパスビューは **ロケーション » コンパス** 下のオプションメニューでオンにすることができます。

このビューを起動させると、保存した POI の数に応じて、下ボタンを一度または二度押すことによってナビゲーションビューからコンパスにアクセスできます。



コンパスの校正はその精度を確保します。このコンパスは、初回使用前またはソフトウェアアップデート後に校正する必要があります。このコンパスを校正するには、腕を8の字を描くように動かします。



このコンパスは、ナビゲーションディスプレイ中に下ボタンを長押しすることによって、随時再校正することができます。

### 3.6. カウントダウンタイマー

カウントダウンタイマーは **時刻と日付 » カウントダウン** 下のオプションメニューで起動することができます。このカウントダウンタイマーの時間を設定した時点で、その設定時間とカウントダウンバーが時計に表示されます。



カウントダウンタイマーを起動するには：

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 中央ボタンを押して **時刻と日付** に入ります。

3. カウントダウン にスクロールして、中央ボタンを押します。
4. 時と分を設定して確認します。
5. 中央ボタンを長押しして、設定を終了します。

このタイマーは 7R ボタンを押すことによって開始 / 停止することができます。タイマーが起動中に、下ボタンを押すことによって次の分にスキップすることができます (秒はゼロにリセットされます)。

このタイマーは、7R ボタンを長押しすることによってリセットすることができます。タイマーが終了したら、下ボタンを押してメインタイムディスプレイへ戻ることができます。

### 3.7. ディスプレイカラー

初期設定で、ディスプレイは暗い背景に設定されています。ディスプレイを反転して背景を明るい色に変えることができます。これは **一般設定 » ディスプレイ » 液晶画面を反転** 下のオプションメニューで行うことができます。

### 3.8. ディスプレイコントラスト

このディスプレイのコントラストは初期設定で 50% です。この数値は、**一般設定 » ディスプレイ » ディスプレイコントラスト** 下で 0% ~ 100% の範囲で調整することができます。

### 3.9. アクティビティモードでの探索

Suunto Kailash は 10 分ごとに現在地を確認し、現在時刻と現在地、7R の統計情報を更新します。日常的な使用では、この更新間隔によりバッテリー寿命を最大限に延ばしながら、移動や旅行に関する情報を十分に記録することができます。

しかし、初めて訪れる街で朝ジョギングに出かける場合や、現地の国立公園でハイキングを楽しむ場合など、さらに詳細な情報を記録したい場合もあることでしょう。

探索モードは、公園や市街地の移動経路を追跡し、詳細な情報を記録するためにハイパワー GPS ( GPS と GLONASS を併用、補正間隔 1 秒 ) を使用します。もちろん、7R の統計情報の精度もいっそう高まります。

 **メモ:** GLONASS はアクティビティモードでのみ使用します。7R の統計情報の追跡には GPS を使用します。

探索モードを開始するには、7R ボタンを 2 秒以上長押しします。

アクティビティモードでは以下が表示されます :

- 上段 : クロノグラフ
- 中段 : 距離
- 下段 : 速度、ペース、平均ペース、時刻、高度、バッテリーレベル



下ボタンを押すと、下段に表示される情報を切り替えることができます。特定の場所にナビゲートするには中央ボタンを押します ( 3.10. ファインドバックを参照してください ) 。

7R ボタンを押すと、アクティビティモードを一時停止 / 再開させることができます。探索モードを終了するには、7R ボタンを長押しします。バッテリーがフル充電の場合、アクティビティモードで約 7 時間記録することができます。

以下に該当する場合、アクティビティモードは自動的に無効になります：

- GPS 信号を 30 分間取得することができない場合
- バッテリーレベルが 10% 以下の場合

アクティビティモードが自動的に無効になると、時計画面に「GPS ノーマルモードを再開中」のメッセージが表示されます。

上記以外の場合でも、7R ボタンを長押しするだけでいつでもアクティビティモードを無効にすることができます。ハイキングの途中で休憩したり、ピクニックを楽しむなど、現在地からしばらく移動しない場合は、バッテリー消費を抑えるためにアクティビティモードを無効にすることをお勧めします。

## ログ

アクティビティモードを使用して記録されたログは、時計本体のログブックに保存されます。記録日時に加えて、各ログには距離、継続時間、平均速度、最大速度および平均ペースが表示されます。

アクティビティログにアクセスするには：

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 下ボタンを使って アクティビティログ ヘスクロールし、中央ボタンで選択します。
3. 上下ボタンを使ってログのリストをスクロールし、中央ボタンを押して表示したいログを選択します。
4. 中央ボタンを長押ししてログを終了します。

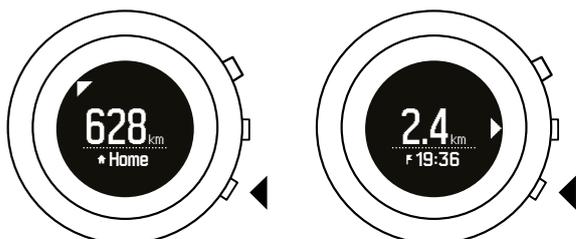
ログブックには最大 100 件のログを保存することができます。ログブックの容量がいっぱいになると、最も古いログから順に上書きされるようになります。

### 3.10. ファインドバック

中央ボタンを押すと、ファインドバック（スタート地点に真っすぐ戻るナビゲーション）機能があるナビゲーションビューへ移動できます。ファインドバックは、所与のポイントオブインタレストやホームロケーションへの方向と距離を表示します。

ファインドバックは GPS とデジタルコンパスの両方を利用します。このコンパスは、以前に使用していない場合、ナビゲーションビューが表示される前に校正する必要があります。

この機能により、ホーム（ホームロケーションが設定されている場合。2.3. ホームロケーションを参照）または現在地に基づいて定義したポイントオブインタレストにナビゲートすることができます。



ポイントオブインタレストを変更、またはコンパスビューを表示するには、下ボタンを押します。

## ポイントオブインタレスト (POI)

Suunto Kailash は 2 種類のポイントオブインタレスト (POI) を保存することができます。その一つはホームロケーションで、他の一つは現在地を用いて随時保存することができる POI です。

初めて訪れている都市内のホテルなどを POI として保存するには：

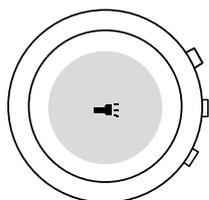
1. 中央ボタンを押して、ナビゲーションディスプレイに切り替えます。
2. POI として保存したい場所において 7R ボタンを押します。
3. 時計が GPS 信号を取得するまで待ち、その場所が保存されたことを確認します。

その POI を保存した時刻がナビゲーションディスプレイ内の POI アイコンの横に表示されます。

## 3.11. フラッシュライト

Suunto Kailash は、通常のバックライトに加えて、フラッシュライトとして使用できる超高輝度のバックライトを搭載しています。

フラッシュライトを起動するには、下ボタンを押し、フラッシュライトの明るさが増してそのアイコンが表示されるまで数秒間押し続けます。



フラッシュライトは約 4 分間点灯します。これを消灯するには、もう一度下ボタンを押します。

## 3.12. GPS

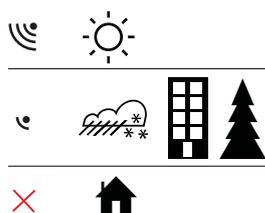
Suunto Kailash は GPS ナビゲーション衛星システムを利用しています。

GPS は初期設定でオンになっており、時間やロケーションの更新、7R ログブックなど、Suunto Kailash の多くの主な機能で使用されます。しかし、必要に応じて GPS はロケーション » **GPS** 下のオプションメニューでオフにすることができます。

GPS 信号の受信状況は、現在地とその周囲環境に応じて大幅に変わる可能性があります。

最高の信号は、空がはっきり見える広い場所で受信できます。

しかし、建物や繁茂した草木などの障害物、曇り空は GPS 信号の受信品質を低下させます。周回軌道衛星からの信号は弱いので、固体構造や水を貫通することはできません。したがって、自宅やオフィス、その他の建物内にいる間は、通常この時計の GPS 受信機能は動作しません。



### 3.13. アイコン

Suunto Kailash は次のアイコンを使用します：

アイコン	説明
	デイリーアラーム
	バッテリーの充電レベル
	Bluetooth アクティビティ
	押しボタンインジケータ
	クロノグラフ
	ダウン / 減少
	フラッシュライト
	GPS 信号強度
	着信
	メッセージ / 通知
	不在着信
	次 / 確認
	一時停止状態 / 停止状態
	ポイントオブインタレスト
	設定
	ストームアラーム
	日の出
	日の入り
	アップ / 増加

### 3.14. SuuntoLink でのソフトウェアアップデート

付属の USB ケーブルと PC または Mac を利用して、Suunto Kailash をアップデートすることができます。アップデートは公開され次第、インストールすることを強くお勧めします。アップデートは、今後の使用において重要な改善点を提供します。

ファームウェアをアップデートする前に、必ずケーブルがしっかりと接続されていることを確認してください。

Suunto Kailash のソフトウェアをアップデートするには：

1. SuuntoLink をまだインストールしていない場合は、インストールします。詳細については、[suunto.com/support](https://suunto.com/support) をご覧ください。
2. 付属の USB ケーブルを使って Suunto Kailash をコンピュータに接続します。
3. アップデートが公開されている場合、ウォッチをアップデートするように求められます。アップデートが完了するまで USB ケーブルを取り外さないでください。

## 3.15. 歩数計

歩数計はメインタイムディスプレイ時にビューとして表示可能で、一日の歩数を表示します。歩数計は **一般設定** » **表示** » **ステップ** 下のオプションメニューでオン / オフにすることができます。

さらに、Suunto Kailash は過去 30 日間の平均歩数を計算し、7R ログブックにその平均値を表示します (3.1. 7R ログブックを参照)。

この計算には歩数が 1,000 歩以上の日だけが考慮されます。

 **メモ:** 歩数カウントは、時計本体に内蔵されたセンサーにより感知・測定された動きに基づいています。表示される数値は推定概算値であり、医療目的で使用されることを意図していません。アクティブで健康的な生活を送るための参考としてご利用ください。

## 3.16. ストップウォッチ

ストップウォッチ機能は **時刻と日付** » **ストップウォッチ** 下のオプションメニューから起動することができます。ストップウォッチ機能を起動すると、タイマーが表示されます。



このタイマーは 7R ボタンを押すことによって開始 / 停止することができます。

このタイマーは、7R ボタンを長押しすることによってリセットすることができます。

タイマーが終了したら、下ボタンを押してメインタイムディスプレイへ戻ることができます。

## 3.17. Suunto 7R App

この Suunto Kailash を Suunto 7R App とペアリングすれば、時計で通知を受け取ったり、時計をカスタマイズしたり、アドベンチャーを共有することもできます。

### 3.17.1. Suunto 7R App とのペアリング

この時計をまだ Suunto 7R App とペアリングしていない場合、初めて **接続 設定メニュー** に入るとペアリングを促す画面が表示されます。

時計とアプリをペアリングするには：

1. iTunes App Store から Suunto 7R App をダウンロードし、それを対応 Apple デバイスにインストールします。
2. このアプリを起動し、Bluetooth がオンになっていなければオンにします。このアプリは、お使いのモバイルデバイスのフォアグラウンドで実行させます。
3. この時計で、中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。

4. 下ボタンを使って **接続** にスクロールして中央ボタンで選択します。
5. **モバイルアプリをペア設定しますか?** という質問が表示されたら、**はい** を選択します。
6. 時計の画面に表示されるパスキーをモバイルデバイスのペア設定リクエスト画面に入力し、**ペア** をタップします。

### 3.17.2. Bluetooth

Suunto Kailash では、初期設定で Bluetooth がオンになっています。この時計を Suunto 7R App とペアリングすると、Bluetooth はお使いのモバイルデバイスと情報の送受信を行うために自動的に起動します。

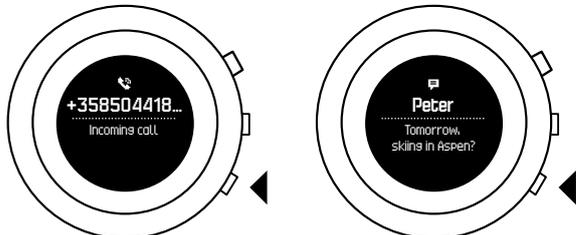
本アプリを使用しない場合や Bluetooth を使用しない場合は、Bluetooth をオフにすることができます。Bluetooth の設定は、お使いの携帯電話と時計をペアリングしている場合に限り表示されることに注意してください。

Bluetooth をオン / オフにするには :

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 下ボタンを使って **接続** にスクロールして中央ボタンで選択します。
3. 下ボタンを使って **Bluetooth** にスクロールして中央ボタンで選択します。
4. 7R または下ボタンでオン / オフにして、中央ボタンで確定します。
5. 中央ボタンを長押しして設定を終了します。

### 3.17.3. 通知

お使いの Suunto Kailash を Suunto 7R App とペアリングすると、電話、メッセージ、プッシュ通知を受信することができます。



通知は、それをお使いのスマートフォン上で表示すると、自動的に消えます。

通知をオン / オフにするには :

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 下ボタンを使って **接続** にスクロールして中央ボタンで選択します。
3. 下ボタンを使って **通知** にスクロールして中央ボタンで選択します。
4. 7R ボタンまたは下ボタンでトグルをオンまたはオフにして、中央ボタンで確定します。
5. 中央ボタンを長押しして設定を終了します。

## 3.18. タイム

Suunto Kailash を使用して、次の 3 種類の時間を常に把握することができます : ローカルタイム、ホームタイム、ワールドタイム。

ローカルタイムは現在地の時間です。3.18.1. **ローカルタイム** を参照。

ホームタイムは主な居住地の時間で、ホームロケーションの設定で定義することができます。3.18.2. **ホームタイム** を参照。

ワールドタイムは、セカンドオフィスやお気に入りの休暇先などを含む、お好みの場所の時間です。3.18.3. ワールドタイム を参照。

### 3.18.1. ローカルタイム

ローカルタイムまたはメインタイムは現在地の時間です。これは、GPS 時刻と DST がオンになっている限り自動的に設定され、継続的に更新されます。この時間は、ローカルタイムを手動で設定した場合でも、GPS 時刻がオフでない限り自動更新されます (3.18.7. GPS 時刻を参照)。

ローカルタイムは 時刻と日付 » 時刻と日付 下のオプションメニューで手動で調整することができます。

### 3.18.2. ホームタイム

ホームロケーション (2.3. ホームロケーション を参照) を設定した時点で利用可能になるホームタイムが、第二の把握可能な時間オプションです。ホームタイムは GPS 時刻と DST に基づいて最新の時間に更新されます。

ホームタイムは、例えば、旅行中のためメインタイム (ローカルタイム) がホームタイムと異なる場合にタイムラインディスプレイに表示されます。下ボタンを押してビューを変更すると、ホームタイムを表示することができます。



### 3.18.3. ワールドタイム

ワールドタイムはオプションとして使用できる時間設定であり、例えば、海外にあるセカンドオフィスの時間を把握するのに役立ちます。これは世界中の主要都市で設定することができます。

ワールドタイムを設定するには：

1. 中央ボタンを長押ししてオプションメニューに入ります。
2. 下ボタンを押し、時刻と日付 にスクロールして中央ボタンで選択します。
3. 下ボタンを押し、世界時刻 にスクロールして中央ボタンで選択します。
4. 7R ボタンで 世界時刻 を On に設定します。
5. 下ボタンを押して大陸リストをスクロールし、中央ボタンで 大陸 を選択します。
6. 同様の操作を繰り返し、国 で国を選択し、次に 都市 で都市を選択します。



### 3.18.4. タイムビュー

追加情報がメインタイムディスプレイの最下部にあるビューに表示されます。下ボタンを押すことによって、ビューを繰り返し表示できます。初期設定ビューはバッテリー、高度、日の出 / 日の入り、歩数計、秒数および日付です。



上記ビューの大部分はオプションであり、必要に応じて **一般設定** » **表示** 下のオプションメニューでオフにすることができます。

### 3.18.5. 日の出 / 日の入り

日の出 / 日の入りの時間は現在地に基づいて表示されます。これらの時間はタイムラインのディスプレイ時に表示可能で、**一般設定** » **表示** 下のオプションメニューでオン / オフにすることができます。

### 3.18.6. 日付

タイムラインディスプレイの日付は、現在地に基づいています。このビューは **一般設定** » **表示** 下のオプションメニューでオン / オフにすることができます。

この日付は GPS 時刻がオンになっている場合は自動的に更新されます。日付は **時刻と日付** » **時刻と日付** 下のオプションメニューで手動で変更することができます。

### 3.18.7. GPS 時刻

GPS 時刻を使用して複数の時間を最新の時間に更新することができます。別の時間帯へ移動すると、この時計は自動的に現地の時間をチェックして時間を更新します。

GPS 時刻は初期設定でオンになっています。これは **時刻と日付** » **時刻と日付** 下のオプションメニューでオフにすることができます。

### 3.18.8. 夏時間 (DST)

GPS 時刻 (3.18.7. *GPS 時刻* を参照) を利用する場合は、時間を夏時間 (DST) に自動的に調整することもできます。DST の設定には、次の 3 つのオプションがあります：

- 自動切り替えモード – GPS ロケーションに基づいた DST への自動調整
- 冬時間 – 常に冬時間を使用 (DST なし)
- 夏時間 – 常に夏時間を使用

DST 設定は **時刻と日付** » **時刻と日付** 下で変更することができます。この設定画面は GPS 時刻をオンにしている場合に限り表示されることに注意してください。

## 3.19. トーンと振動

トーンと振動によるアラートは、通知、アラームおよびその他の重要なイベントに使用されます。両方の設定は **一般設定** » **警報音と振動** 下のオプションメニューで別々に調整することができます。

それぞれのアラートタイプについて、以下のオプションから選択することができます：

- ・ オール ON : すべてのイベントがトーン / 振動をトリガーする
- ・ オール OFF : いかなるイベントもトーン / 振動をトリガーしない
- ・ ボタン OFF : ボタンを押すこと以外のすべてのイベントがトーン / 振動をトリガーする

## 3.20. 単位

単位はメートル法またはヤードポンド法で表示されます。この単位系は「一般設定」表示形式「使用単位」下のオプションメニューで変更することができます。

## 3.21. 天気インジケータ

Suunto Kailash には次の 2 種類の天気インジケータがあります：天気の傾向とストームアラーム。

天気の傾向インジケータは、タイムディスプレイのビューとして表示され、天気の変化を簡単にチェックすることができます。



天気の傾向インジケータは、矢印を形成する 2 つのラインで構成されています。各ラインは 3 時間を表しています。3 時間以内に 2 hPa (0.59 Hg) 以上大気圧が変化すると、矢印の方向変化がトリガーします。例：

↘	過去 6 時間に大気圧が急激に低下した場合
↗	安定していた大気圧が過去 3 時間に急激に上昇した場合
↘	急激に上昇していた大気圧が過去 3 時間に急激に低下した場合

## ストームアラーム

大気圧の大幅な低下は、一般に嵐が迫っていることを意味するため、避難する必要があります。ストームアラームが有効になっている場合、大気圧が 3 時間に 4 hPa (0.12 Hg) 以上低下すると、Suunto Kailash がアラーム音を発し、ストームシンボルが点滅します。

ストームアラーム音が鳴った場合、任意のボタンを押すとアラームは停止します。ボタンが押されない場合は、5 分に一度の頻度でアラーム音が鳴ります。ストームシンボルは、気象条件が安定する (気圧の低下率が小さくなる) までディスプレイ上に表示されます。

## 4. お手入れとサポート

### 4.1. 取扱説明書

ユニットは慎重に取り扱い、叩いたり落としたりしないでください。

一般的な環境では、この時計の保守・点検は必要ありません。この時計は定期的に真水でリンスし、低刺激性石鹸で洗浄し、そのハウジング（ケース）は湿らせた柔らかい布またはセーム革で注意深く掃除します。

スント純正アクセサリーのみを使用してください。非純正アクセサリーに起因する損傷は保証適用範囲外となります。

### 4.2. 防水性

Suunto Kailash は最大 100m (330 フィート) の防水機能を搭載しています。この数値は実際のダイビングの深さに関連して、スント防水テスト過程で使用する水圧でテストされています。これは、この時計がスイミングやシュノーケリングに使用可能であり、ダイビングには使用すべきでないことを意味します。

 **メモ:** 防水性は実用的な行動水深とは異なります。この防水表示は、シャワー、入浴、スイミング、プールサイドダイビング、シュノーケリングでの使用に耐える静的気密性・水密性に関連します。

防水性を維持するには、以下のことをおすすめします：

- このデバイスを用途目的以外には絶対に使用しない。
- 修理が必要な場合は、スントの認定サービスセンター、正規代理店または正規販売店に連絡する。
- 砂やちり、ほこりなどの汚れからこのデバイスを保護する。
- 時計ケースを開けることは絶対にトライしない。
- このデバイスを急激な気温変化または水温変化にさらさないようにする。
- このデバイスを塩水にさらした場合は、必ず真水で洗う。
- このデバイスを叩いたり、落としたりしない。

### 4.3. サポートの利用

追加のサポートが必要な場合は、[www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support) にアクセスしてください。このサイトでは、Q&A や使用説明ビデオを含む包括的なサポートをご提供しています。また、スントに直接質問を送ったり、スントサポート専門スタッフに E メール / 電話することができます。

他にも、スントの YouTube チャンネル ([www.youtube.com/user/MovesCountrybySuunto](http://www.youtube.com/user/MovesCountrybySuunto)) には、様々なハウツービデオがあります。

スントのサポートを受けるには：

1. ユーザー登録を完了していない場合は、[www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register)。
2. Suunto.com ([www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)) では、製品に関する（よくある質問やその回答）などをご覧いただけます（一部英語）。
3. スントに連絡にアクセスして質問を送信するか、記載されているサポートの電話番号までご連絡ください。あるいは、[support@suunto.com](mailto:support@suunto.com) までメールでお問い合わせください。お問い合わせの際には、製品名、シリアルナンバー、問題の詳細をお知らせくださ

い。コンタクトセンターではスントの認定カスタマーサポートスタッフが対応いたします。必要に応じて、お電話中に製品のトラブルシューティングを行います。

## 5. 参照

### 5.1. 技術仕様

#### 全般

- 動作温度：-20°C ~ +60°C/-5°F ~ +140°F
- バッテリー充電温度：0°C ~ +35°C/+32°F ~ +95°F
- 保管温度：-30°C ~ +60°C/-22°F ~ +140°F
- 重量：71 g
- 耐水性能：100 m/328 ft
- ガラス材料：サファイアクリスタル
- ベゼル：チタン Gr5 (宇宙規格)
- 出力：充電式リチウムイオンバッテリー
- バッテリー駆動時間：使用状況に応じて約 4 ~ 10 日間

#### 無線送受信機

- Bluetooth® Smart 互換
- 通信周波数：2402 ~ 2480 MHz
- 最大送信出力：< 0 dBm (伝導性)
- 範囲：~ 3 m/9.8 ft

#### 高度計

- 表示範囲：-500 m ~ 9999 m (-1640 ft ~ 32805 ft)
- 解像度：1 m (3 ft)

#### コンパス

- 解像度：1° (18 mils)

#### GPS

- 技術：SiRF star V
- 解像度：1 m/3 ft
- 周波数帯域：1,575.42 MHz

#### メーカー

Suunto Oy

Tammiston Kauppatie 7 A

FI-01510 Vantaa

FINLAND

## 5.2. コンプライアンス

### 5.2.1. CE

Suunto Oy は、この製品が 1999/5/EC 指令の必須要件およびその他の関連条項に準拠していることをここに宣言します。

### 5.2.2. FCC 準拠

このデバイスは FCC 規則のパート 15 に準拠しています。動作は以下の 2 つの条件を満たす必要があります：

- (1) このデバイスが有害な干渉を引き起こすことがないこと。および
- (2) 望ましくない動作の原因となることがある干渉を含め、いかなる干渉も許容し、受け入れなければならないこと。この製品は FCC 基準に準拠して試験されており、自宅または会社での使用を目的としています。

ソフトウェアによって明示的に承認されていない変更、改変が本デバイスになされた場合は、FCC 規則に基づいてこのデバイスを使用するお客様の権限が無効になる可能性があります。

### 5.2.3. IC

このデバイスはカナダ産業省ライセンス免除 RSS 基準に準拠しています。動作は以下の 2 つの条件を満たす必要があります：

- (1) このデバイスが干渉を引き起こす可能性のないこと。および
- (2) 望ましくない動作の原因となることがある干渉を含め、いかなる干渉も許容し、受け入れなければならないこと。

### 5.2.4. NOM-121-SCT1-2009

The operation of this equipment is subject to the following two conditions: (1) it is possible that this equipment or device may not cause harmful interference, and (2) this equipment or device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the equipment or device.

## 5.3. 商標

Suunto Kailash、そのロゴ、およびその他のスントブランドの商標と製造名は Suunto Oy の登録商標または商標です。無断複写・転載を禁じます。

## 5.4. 特許通知

この製品は以下の係属中の特許出願およびそれに対応する国権により保護されています：FI 20155573、US 7,271,774、US 13/794,468、US 14/195,670。

追加の特許出願が申請されています。

## 5.5. 製品に関する国際限定保証

Suunto は、保証期間内において、Suunto または Suunto サービスセンターにより、保証対象と判断された場合に限り、素材または作業における不具合の改善・修理を無償で行うことを保証します。その内容は、本国際限定保証の条件に従って、a) 製品または部品の修理、b) 製品または部品の交換のいずれかになります。本国際限定保証は、現地法がそれ以外を規定

する場合を除き、購入国に関わらず法的強制力を持ちますが、消費財の販売を統制する適用国内法に基づいて消費者が保有する法的権利に何ら影響を与えることはありません。

## 保証期間

本国際限定保証が適用される保証期間は、最初の購入者であるお客様が製品を購入された日から開始します。

スマートウォッチ、ダイブコンピュータ、心拍数送信機、ダイブ送信機、ダイブ機械器具、および機械精密機器の保証期間は、特に記載の無い限り2年間となります。

Suunto チェストストラップ、ウォッチストラップ、充電器、ケーブル、充電式バッテリー、プレスレット、ホースなどを含むがこれに限定されないアクセサリーの保証期間は、1年間となります。

Suunto ダイブコンピュータに内蔵の深度測定(圧力)センサーに起因する故障および損傷については、保証期間は5年間となります。

## 除外・制限条項

以下の場合、本国際限定保証の対象となりません：

- 傷、摩耗、または非金属ストラップの変色および / または材質の変化などの通常の使用損耗、
  - 不適切な取り扱いに起因する欠陥・不具合、c) 使用目的または推奨されている使用方法に反した使用、不適切なケア、過失、および落下または衝突などの事故に起因する欠陥または損傷
- 印刷物およびパッケージ
- Suunto によって製造または提供されていないすべての製品、付属品・アクセサリー、ソフトウェアの使用に起因する欠陥または欠陥の疑い
- Suunto は、非充電式バッテリーに起因する製品または付属品・アクセサリーの動作の中断、またはエラーがないことを保証せず、さらには、第三者によって提供されたハードウェアまたはソフトウェアを使用した場合に製品またはアクセサリーが動作することを保証しません。製品またはアクセサリーが以下に該当する場合、本国際限定保証は法的拘束力を失います：
  - 使用目的を超えて分解された場合
  - 不正な補修部品を使用して修理された場合、かつ非公認のサービスセンターによって改造または修理された場合
  - シリアルナンバーが除去、改変された、または判読不能になったと、Suunto がその自由裁量で判断した場合
  - 日焼け止め剤、防虫剤やこれに限定されない化学薬品にさらされた場合

## Suunto 保証サービスの利用

Suunto 保証サービスを利用するには、購入証明書の提出が必要になります。本国際限定保証に基づく国際的な保証サービスの利用には、[www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register) にてオンラインで製品を登録していることが条件となります。保証サービスを受ける方法に関する説明については、[www.suunto.com/warranty](http://www.suunto.com/warranty) をご覧になるか、最寄りの Suunto 正規販売店へ連絡、または Suunto サービスセンターへお電話にてお問い合わせください。

## 責任制限

適用される強制法により許される最大限の範囲内において、本国際限定保証はお客様の唯一かつ排他的な救済手段であり、明示または黙示を問わず、すべての他の保証に代わるものです。Suuntoは、見込まれる便益の喪失、データの喪失、使用不能による損失、資本コスト、任意の代替機器または施設に関する費用、サードパーティによるクレーム、製品の購入や利用、または保証違反による資産への損傷、契約違反、不注意、不正行為、または任意の法理あるいは公理を含むがこれに限定されない特殊損害、偶発的損害、懲罰的損害または間接的損害については、Suuntoがかかる損傷の可能性を予期できていた場合であっても、その責任を負わないものとします。Suuntoは保証サービスの提供における遅延において責任を負わないものとします。

## 5.6. Copyright

© Suunto Oy 9/2015. All Rights reserved. Suunto、Suunto 製品名、ロゴおよびその他の Suunto ブランド商標および名称は Suunto Oy の登録商標または未登録商標です。本文書およびその内容は Suunto Oy に帰属し、Suunto 製品の操作に関する知識および情報をユーザーに提供する目的にのみ作成されています。Suunto Oy の書面による同意なしに、上記以外の目的のために本文書の内容を使用または配布、伝達、公開あるいは複製することはできません。Suunto は本文書に含まれる情報が包括的かつ正確であることに十分な配慮を行っていますが、明示的または黙示的を問わずその正確性に対する保証はありません。本文書の内容は予告なく変更されることがあります。本文書の最新版は [www.suunto.com](http://www.suunto.com) からダウンロードできます。

# インデックス

7R 統計情報.....	7	フラッシュライト.....	8
GLONASS.....	10	ペアリング.....	14
GPS.....	11	ポイントオブインタレスト (POI).....	11
アクティビティモード.....	10	ローカルタイム.....	15
コントラスト.....	10	ログブック.....	7
コンパスを校正.....	9	ロケーション.....	12
サポート.....	19	ワールドタイム、ホームタイム.....	15
スタートアップ.....	5	夏時間.....	17
ストームアラーム.....	18	時間.....	17
ソフトウェア.....	13	時刻.....	17
タイマー.....	9	振動.....	17
タイム.....	16, 17	接続性.....	14, 15
ディスプレイ.....	6, 10	設定.....	5
トーン.....	17	天気.....	18
バージョン.....	13	天気の傾向.....	18
バッテリーの充電.....	8	反転.....	10
ビュー.....	6, 17		



# SUUNTO CUSTOMER SUPPORT

[www.suunto.com/support](http://www.suunto.com/support)

[www.suunto.com/register](http://www.suunto.com/register)

**Manufacturer:**

Suunto Oy  
Tammiston kauppatie 7 A,  
FI-01510 Vantaa FINLAND



© Suunto Oy 05/2021

Suunto is a registered trademark of Suunto Oy. All Rights reserved.