

EPSON

GPS Sports Monitor

WristableGPS

J-300B/T/W

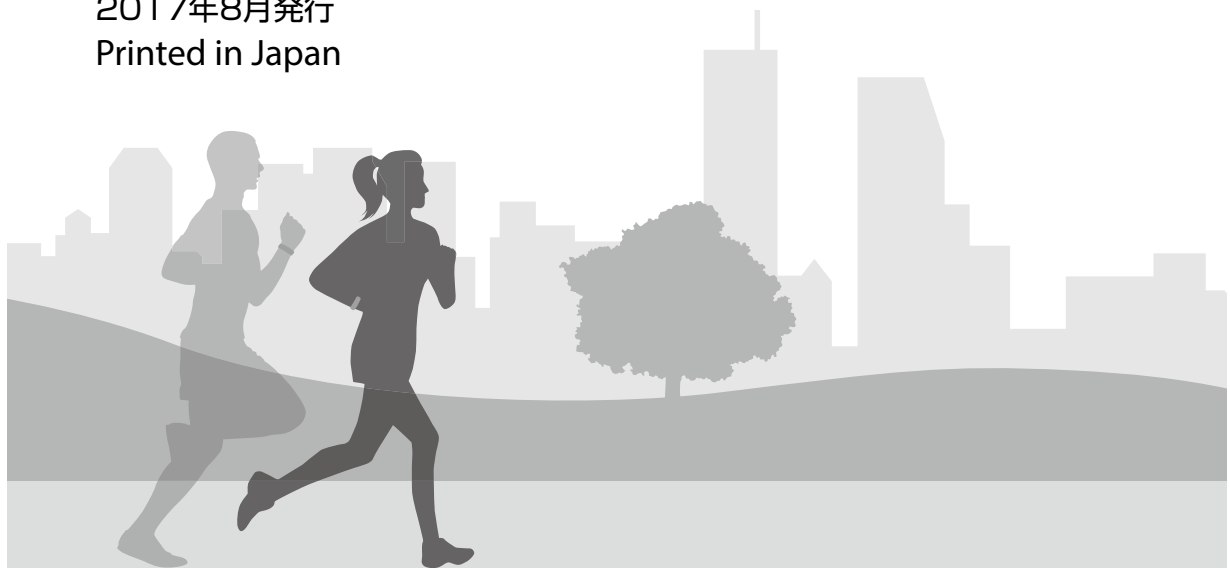
スタートアップガイド

©2017 Seiko Epson Corporation.

All rights reserved.

2017年8月発行

Printed in Japan



本製品を国外に持ち出して使用する際には、その国 / 地域の法規制などをご確認ください。

なお、本製品に搭載されている Bluetooth[®] は、北米・中国・台湾の無線通信規制等に準拠しています。

安全にお使いいただくために、「使用上のご注意」
(別紙) をご使用前に必ずお読みください。

はじめに

WristableGPS ができること



EasyView Display の特長

電子ペーパー採用により、直射日光下、暗い木立の中、夕暮れ時でもくっきり見え、また浅い角度から見ても、偏光サングラスを通して見やすい特長を持っています。

※電子ペーパーは液晶と比べると表示切替えがやや遅く、白・黒の反転動作が入ります。多少の残像が生じることがありますが、ご使用上問題ありません。

ワークアウトの計測

ランニングやジョギングなどの距離、ペース、時間、脈拍数などを計測できます。

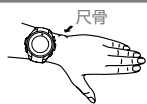
ワークアウトデータの記録 / 保存

計測したデータをワークアウトデータとして、機器本体に記録 / 保存できます。

ワークアウトデータの確認

機器本体に記録 / 保存したデータを確認します。また、専用アプリケーションと連携して、軌跡の確認やデータの管理・分析ができます。

機器本体の装着方法



正しく脈拍を計測するために、尺骨にかからない位置で腕に密着するように装着してください。

活動量の記録

脈拍数、歩数、移動距離、消費カロリー、エクササイズ、睡眠時間、こころバランスを記録できます。

また、専用アプリケーションと連携して、詳細データの確認や管理・分析ができます。

スマートフォンからの通知を表示

スマートフォンにかかってきた電話や受信したメールなどの着信通知を表示できます。

ミュージックコントロール

スマートフォンに保存されている音楽の再生 / 停止 / 曲送り / 曲戻り / 音量の調整ができます。

できることについて、詳しくは以下に記載の Web マニュアルをご覧ください。

マニュアルの構成

●スタートアップガイド (本紙)

機器本体を使用するための準備や基本操作を記載しています。

●Web マニュアル

Web サイト「Epson View」に、操作方法や設定など機器本体に関する詳しい説明を記載しています。また、専用アプリケーションのダウンロードやアカウントの作成などの詳しい説明も記載しています。

<https://view.epson.com/>

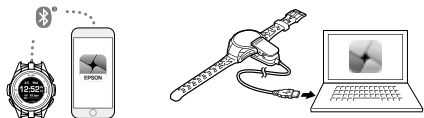


スマートフォンやタブレット、PC などでご覧いただけます。

専用アプリケーションについて

「Epson View」

スマートフォンや PC で、ワークアウトデータや活動量の振り返りができます。また、機器本体の設定もできます。



「Epson View」のダウンロードやアカウントの作成、アプリケーションの使いかたは、Web マニュアルをご覧ください。

<https://view.epson.com/>

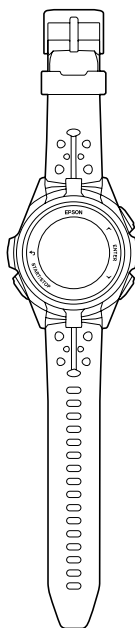


専用アプリケーションの対応 OS は、下記 URL にてご確認ください。

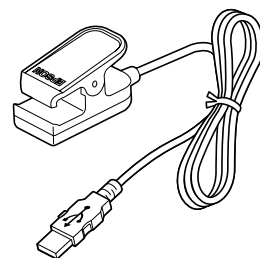
<http://www.epson.jp/support/wgps/os.htm>

同梱品

機器本体



USB 充電用クリップ



- スタートアップガイド (本紙)
- 使用上のご注意
- 保証書
- MyEPSON

オプション販売

- AC アダプター (型番:SFAC01)
- USB 充電用クリップ (型番:WPCLP01)

同梱品に不足や不良がある場合や、オプション販売品について詳しくは、ご購入時の販売店までお問い合わせください。

ボタンの名称



- ⬅ BACK (バック)
- ⏸ START/STOP (スタート/ストップ)
- ⬆ UP (アップ)
- ➡ ENTER (エンター)
- ⬇ DOWN (ダウン)

本紙では、機器本体のボタンを上記の名称とアイコンで表示します。

脈拍センサーの LED ライト



以下のときに点灯あるいは点滅します。

- ワークアウト計測中：点灯
- 活動量の記録中：点滅

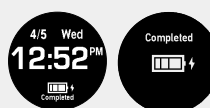
ここからは、本製品を使って説明します。

1 充電する

同梱の USB 充電用クリップで、機器本体を充電します。図のようにセットし、USB コネクタを PC または AC アダプター (オプション) に接続します。



本体背面の位置合わせ溝に合わせ、クリップをセットします。



充電が始まります。

*周囲の温度が 5℃～35℃の場所で充電してください。

電池アイコンが Completed と表示されたら、充電完了です。

ワンポイント!

PC に「Epson View」がインストールされていると、USB 充電用クリップで接続したときに起動します。「Epson View」で初期設定をおこなうときは、Web マニュアルをご覧ください。

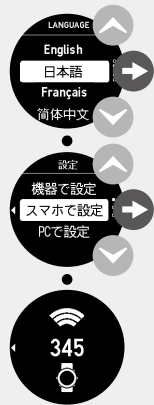
2 初期設定をする

充電後に機器本体から USB 充電用クリップを外すと、設定の画面が表示されます。

接続の準備をする

ワンポイント！

- 初期設定をする前に、「Epson View」をスマートフォンにインストールしてください。
- スマートフォンの Bluetooth® 機能を ON にしてください。位置情報を求められることがあります。スマートフォンで位置情報をオンにしてください。



言語を選択し、ENTER(➡)を押します。

[スマホで設定] を選択し、ENTER(➡)を押します。

「アプリを起動してください」が表示されたら、スマートフォンで「Epson View」を起動します。

※表示されている識別番号はペアリング時に使用します。

初期設定の項目を入力する

[アカウントを作成] をタップし、画面に従ってアカウントを作成します。初期設定の画面が表示されるので、初期設定の項目を入力してください。

ワンポイント！

すでに Epson Global ID をお持ちの場合は、[ログイン] をタップして、Epson Global ID を入力し、初期設定をおこなってください。



※Bluetooth® のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、セイコーエプソン株式会社はこれらのマークをライセンスに基づいて使用しています。

機器本体と接続する

初期設定が終わったら、画面に従ってスマートフォンと機器本体をペアリングします。機器本体との接続が開始されます。



機器本体に時計画面が表示されたら設定完了です。

ワンポイント！

- 機器本体や、PC でも初期設定できます。
- 初期設定で設定した内容は、あとから変更できます。詳しくは Web マニュアルをご覧ください。

3 ワークアウトを計測する

種目を選択する

頭上の開けた屋外で、操作してください。

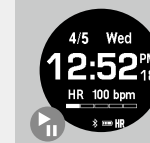


時計画面で DOWN(▼) を押して、種目選択の画面を表示します。

UP(▲)/DOWN(▼) を押して種目を選択し、START/STOP(⏸) を押します。

トレッドミルなど屋内の種目を選択したときは、GPS 測位をせずに計測画面が表示されます。

ワンポイント！



「Epson View」を使って、計測したい種目の追加・削除・並び替えができます。START/STOP(⏸) ボタンには、お買い上げ時はランが割り当てられています。他の種目に変更可能です。詳しくは、Web マニュアルをご覧ください。

計測の準備をする



GPS 測位が始まります。画面が切り替わるまで待ちます。

START/STOP(⏸) を押して、GPS 測位完了をスキップ⁽¹⁾することもできます。



計測画面が表示されたら、ワークアウトを始めましょう。初めて使用するときは、この画面のまま15分ほど待つと、より精度よく計測できます。

こんなときには ...



このメッセージが表示されたら、いずれかを選択してください。

[もう一度] 別の頭上の開けた場所に移動してから、BACK(←) を押すともう一度 GPS 測位を始めます。

(1)[スキップ] START/STOP(⏸) を押すと、GPS 測位完了を待たずに計測を始めることができます。

※軌跡は、GPS測位完了後から記録します。

計測をスタートする



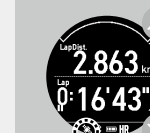
START/STOP(⏸) を押して計測をスタートします。

ワンポイント！



計測中に ENTER(➡) を押すと、ラップ (区間計測) を記録します。

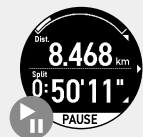
ランは 1.0km のオートラップが、お買い上げ時に設定されています。



計測中に UP(▲)/DOWN(▼) を押すと、表示する項目が切り替わります。詳しくは、Web マニュアルをご覧ください。

点灯...GPS測位完了している状態
点滅...GPS測位完了していない状態

計測をストップする



START/STOP(⏸)を押して計測をストップします。

ボタン操作のない状態で、3秒経つと次の画面に切り替わります。



UP(↑)/DOWN(↓)を押して[終了・保存]を選択し、ENTER(→)を押します。

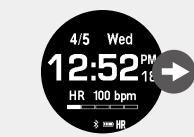


ワークアウトの結果が表示されます。UP(↑)/DOWN(↓)を押すと項目が切り替わります。

ENTER(→)を押すと時計画面に切り替わります。(15秒間ボタン操作がないと、自動で時計画面に切り替わります)

4 履歴を振り返る

時計本体で確認する



時計画面で、ENTER(→)を押します。



UP(↑)/DOWN(↓)を押して[履歴]を選択し、ENTER(→)を押します。



確認したい履歴を選択し ENTER(→)を押します。

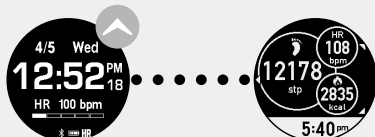


履歴が表示されます。UP(↑)/DOWN(↓)を押すと項目が切り替わります。

時計画面に戻る場合は、BACK(←)を2秒以上長押しします。

活動量を確認する

時計画面でUP(↑)を押すと、当日の歩数や消費カロリーなどの活動量がサマリーで表示されます。



さらに、「Epson View」から設定することで、詳細な活動量画面を追加で表示することができます。詳しくは、Webマニュアルをご覧ください。

詳細活動量画面の一例



Epson View で確認する

ワークアウト・活動量データは、アップロードしてEpson Viewで振り返りましょう。

機器本体に保存できるデータは上限があります。スマートフォンと接続していると、データは自動でアップロードされます。

こまったときは

システムリセットする

動作が不安定なときは、下図の4つのボタンを押して、システムリセットしてください。画面の表示が消えて、再起動します。



▲▲ システムリセットすると、以下のデータは削除されます。

- ワークアウト中のデータ
- 当日の活動量データ

画面の残像を消す

画面の残像が気になるときは、BACK(←)とENTER(→)を2秒以上同時に長押しします。

画面の表示が白黒反転して、残像が消えます。

脈拍センサーのLEDライトを消す

機器本体を装着していないときでも、脈拍センサーのLEDライトは点滅し続けます。消灯するには、時計画面でENTER(→)を押し、→ [設定] → [活動量] → [活動量計測] → [オフ] の順に選択します。

ファームウェアを更新する

機器本体のファームウェアは、PCアプリケーション「Epson View Uploader」で更新することができます。詳しくは、Webマニュアルをご確認ください。

<https://view.epson.com/>

機器本体のファームウェアのバージョンを確認するには、時計画面でENTER(→)を押し、[設定] → [システム] → [バージョン情報] の順に選択します。

こんなときには ...

ファームウェアを更新しても製品のトラブルが解決しないときは、以下のWebサイトからご使用の機種を選んでご確認ください。

http://www.epson.jp/support/support_menu/ks/121.htm

電源のオン / オフ

START/STOP(⏸)を2秒以上長押しします。

本製品に関するお問い合わせ先

- 電話でのお問い合わせ
インフォメーションセンター
【電話番号】050-3155-8280
- 修理品送付先
ウォッチ・ウェアラブル修理センター
【所在地】
〒191-8501
東京都日野市日野 421-8
セイコーエプソン(株)
【電話番号】042-847-3378
受付時間など最新の情報は、エプソンのホームページをご確認ください。
<http://www.epson.jp/support/>

- エプソンのホームページ
<http://www.epson.jp>

各種製品情報・ソフトウェア類の提供、サポート案内等の情報を案内しています。