

Zepp E ユーザー ガイド

目次

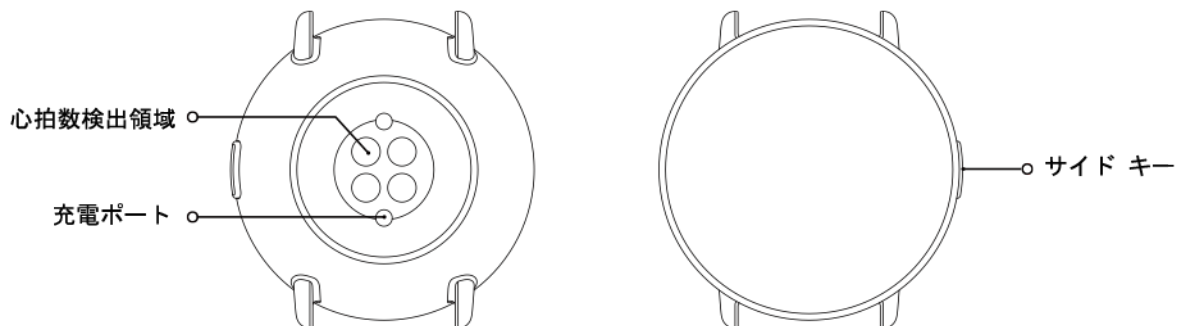
Zepp E ユーザー ガイド	1
はじめに	4
外観	4
オンとオフ	4
充電	5
ストラップの装着と交換	6
接続とペアリング	6
ウォッチのシステムの更新	7
コントロール センター	8
時刻の形式	8
単位変換	8
一般的な操作	9
スマートフォンに接続したときに使用可能な機能	10
スマートフォンからの通知の受信	10
スマートフォンから着信アラートを受信する	10
スマートフォンの音楽プレイヤーをコントロールする	11
スマートフォンを探す	12
ウォッチを探す	12
文字盤	13
文字盤ウィジェット	13
Always On Display	13
文字盤を追加する	14
文字盤を変更する	14
文字盤を削除する	15

機能のショートカット	16
クイック アクセス アプリ	16
側面のボタンを長押し	16
運動	17
運動	17
スマートフォンの GPS を利用した屋外での運動	17
運動のお知らせと設定	18
運動の調整	19
運動レコードの表示	20
アクティビティと健康	21
PAI	21
アクティビティの目標	21
座りすぎアラート	22
心拍数	22
心拍数アラート	22
自動心拍数検出	23
手動測定	23
心拍数測定の注意事項	23
睡眠	24
睡眠アシスタント	24
SpO ₂	25
SpO ₂ 測定の注意事項	25
ウォッチのアプリ	26
アプリ リスト	26
スケジュール	27
天気	27
コンパス	28

アラーム.....	28
ストップウォッチ	29
カウントダウン	29

はじめに

外観



オンとオフ

オンにする:

ウォッチのサイド ボタンを、画面が点灯してスタートアップ画面が表示されるまで長押しします。サイド ボタンを長押ししてもウォッチがオンにならない場合は、ウォッチを充電してから再試行してください。

オフにする:

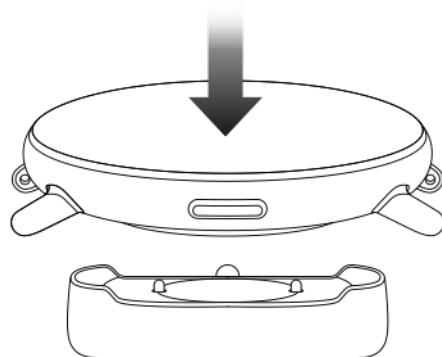
ウォッチのサイド ボタンを 5 秒間長押しして、パワー オフ メニューに移動してから、ウォッチをオフにするか再起動するかを選択します。

強制シャットオフ:

ウォッチのサイド ボタンを 10 秒間長押しして、ウォッチをオフにします。

充電

この製品は、マグネット式充電器を使用して充電します。充電には標準的な充電器を使用してください。ウォッチの画面に充電レベルインジケータが表示されるまで、充電ポートを充電器の金属の接触部に合わせます。



注:

オリジナルの充電器を使用し、充電ポートが乾燥していることを確認します。

USBポートをコンピューターのUSBポートまたは出力電流が1Aを超えるスマートフォン用充電器に接続します。

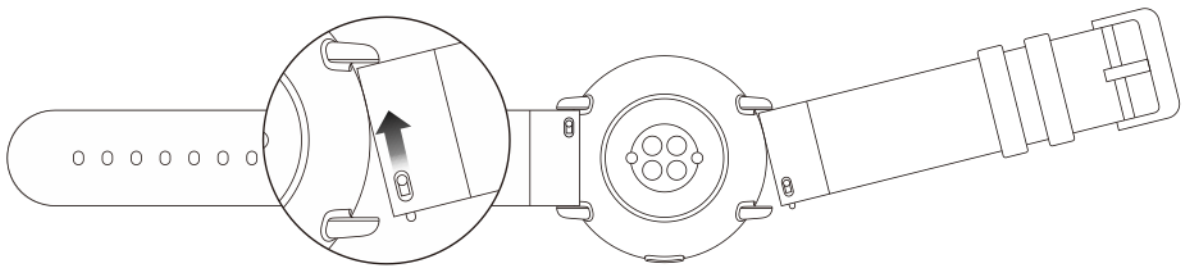
ストラップの装着と交換

皮膚呼吸や、センサーの機能を妨げないように、ストラップを適度な締めつけ感で装着します。

SpO₂ (血液酸素飽和度) を測定する際は、ウォッチが手首関節に当たらないようにし、腕を水平にして、ウォッチと手首の皮膚との間が快適な (適度な緩みがある) 状態になるように維持して、測定中は腕を動かさないようにします。外部要因 (腕の下がり、揺れ、体毛、刺青など) の影響により、測定結果が不正確になる場合や、測定が失敗して出力されない場合があります。

運動中はウォッチのストラップを締めて、運動後に緩めてください。ウォッチが手首で揺れ動く場合や、データが出力されない場合は、ストラップの締め付けを若干強めてください。

ウォッチのストラップを装着/取り外す方法については、下記の図を参照してください。



注:

ストラップを装着したら、適度な力でストラップを引いて、しっかりと固定してください。

革のストラップは防水ではないため、水に濡らさないようにしてください。水泳時など水に濡れることを防げない場合は、フッ素ゴムかシリカゲルのストラップに交換してください。

接続とペアリング

スマートフォンで次の QR コードをスキャンし、Zepp アプリをダウンロードしてインストールします。使用感を改善するため、メッセージに従ってアプリを最新バージョンに更新してください。

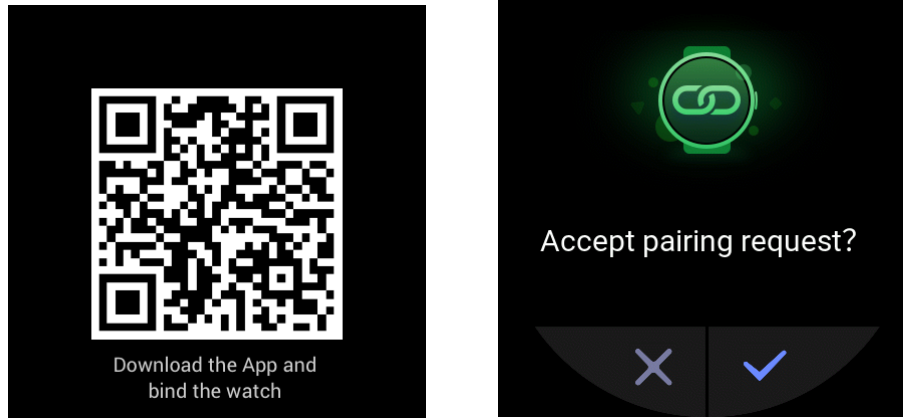
注: スマートフォンのシステムは、Android 5.0 (以上) か iOS 10.0 (以上) が必要です。



初期ペアリング:

初めてウォッチの電源をオンにするときに、画面にはバインドに使用する QR コードが表示されま
す。

スマートフォンの Zepp アプリにログインし、プロンプトが表示されたら、ウォッチの画面に表示さ
れた QR コードをスキャンします。



ウォッチと新しいスマートフォンとのペアリング:

1. 古いスマートフォンで Zepp アプリを開き、データをウォッチと同期します。
2. 古いスマートフォンで、[プロフィール] > [マイ デバイス] > [Zepp E] を選択し、一番下までスワイプして、[ペアリング解除] をタップして、ウォッチのバインドを解除します。
3. ウォッチをリセットして再起動します。その後、初期ペアリングの手順と同じ方法で、ウォッチを新しいスマートフォンとペアリングします。

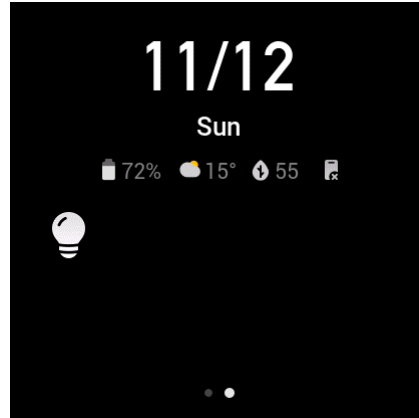
ウォッチのシステムの更新

ウォッチをスマートフォンに接続したまま Zepp アプリを開き、[プロフィール] > [マイ デバイス] > [Zepp E] > [更新の確認] を確認して、ウォッチのシステムを確認または更新します。

ウォッチがシステム更新のプッシュ通知を受信したら、[今すぐ更新] をタップすることをお勧めしま
す。

コントロールセンター

フラッシュライト、画面の明るさ調整、鳴動制限モード、省電力モード、画面ロック、スマートフォンを探す、シアターモード、画面を常にオンなどのシステム機能を使用するには、文字盤で下にスワイプして、コントロールセンターに移動します。



時刻の形式

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。データ同期処理中、ウォッチは自動的にスマートフォンのシステム時刻形式 (12 時間表記または 24 時間表記) を使用します。

単位変換

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール] > [詳細] > [設定] を選択して、距離と重量の単位を設定します。データ同期処理中、ウォッチは自動的にスマートフォンの単位を使用します。

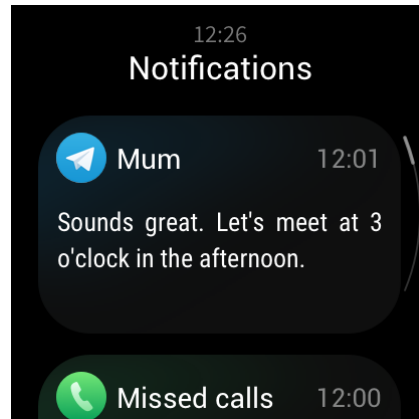
一般的な操作

画面をタップする	現在の機能を使用するには、現在のアイテムを選択するか、次の曲に手順に進みます。
文字盤を長押しする	文字盤のオプションと設定を有効にします。
画面を覆う	画面をオフにします。
画面を上下左右にスワイプ	現在の画面をスクロールまたは切り替えます。特定の画面で右にスワイプすると、前の画面に戻ることができます。
サイド ボタンを押す	ウォッチを起動して、アプリ リストに移動するか、文字盤に戻ります。
サイド ボタンを 1 秒間長押しする	指定したアプリをクイック スタートします。
サイド ボタンを 5 秒間以上長押しする	ウォッチをオンにして、再起動画面に移動するか、ウォッチをオフにします。

スマートフォンに接続したときに使用可能な機能

スマートフォンからの通知の受信

ウォッチをスマートフォンに接続すると、ウォッチはスマートフォンから通知を受信することができます。文字盤で上にスワイプして通知センターに移動すると、ここに最新の通知 20 件を表示できます。



設定方法:

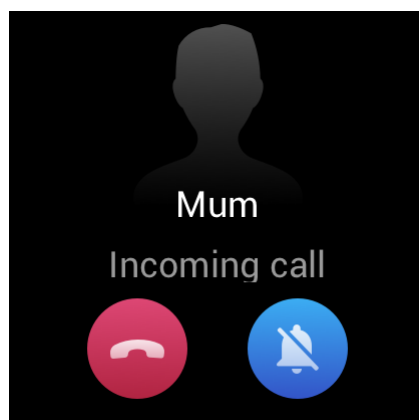
ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール] > [マイ デバイス] > [Zepp E] > [アプリ アラート] を選択してから、通知を受け取るアプリを選択します。

注:

Android システムでこの機能を使用するには、Zepp アプリをスマートフォンのバックグラウンド ホワイトリストか自動スタート リストに追加して、Zepp アプリがバックグラウンドで常に動作するようにします。スマートフォンによってバックグラウンド プロセスがクリアされた場合、ウォッチは Zepp アプリから切断され、アプリの通知を受信できなくなります。

スマートフォンから着信アラートを受信する

ウォッチをスマートフォンに接続すると、ウォッチを使用してスマートフォンから着信アラートを受信できるようになり、スマートフォンで着信に応答するか、ウォッチで着信を無視するかを選択できます。



Android システムでの設定方法:

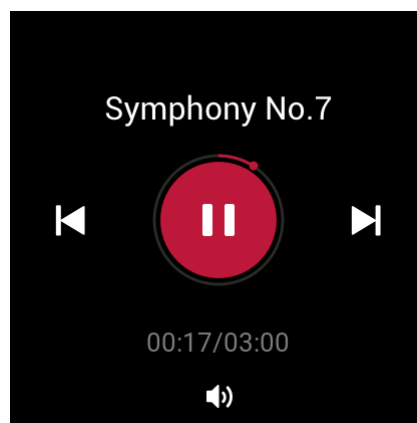
ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイ デバイス]>[Zepp E]>[着信]>[着信アラート]を選択し、上に表示される [設定に移動] プロンプトをタップします。通話許可の認証のダイアログ ボックスが表示された場合は、Zepp アプリに通話許可を付与します。プロンプトが表示されない場合、通話許可は Zepp アプリに付与されています。

注:

Android システムでこの機能を使用するには、Zepp アプリをスマートフォンのバックグラウンド ホワイトリストか自動スタート リストに追加して、Zepp アプリがバックグラウンドで常に動作するようにします。スマートフォンによってバックグラウンド プロセスがクリアされた場合、ウォッチは Zepp アプリから切断され、着信アラートを受信できなくなります。

スマートフォンの音楽プレイヤーをコントロールする

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。スマートフォンで音楽を再生している場合、ウォッチの音楽アプリを使用してスマートフォンの音楽プレイヤーをコントロールできます。たとえば、再生中の曲の一時停止、ボリュームの調節、前の曲や次の曲への切り替えを行うことができます。



Android システムでの設定方法:

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイ デバイス]>[Zepp E]>[アプリ アラート]を選択し、上に表示される [通知にアクセスできません] プロンプトをタップします。通知許可設定の画面が表示されたら、通知読み取り許可を Zepp アプリに付与します。プロンプトが表示されない場合、通知読み取り許可はすでに Zepp アプリに付与されています。

注:

Android システムでこの機能を使用するには、Zepp アプリをスマートフォンのバックグラウンド ホワイトリストか自動スタート リストに追加して、Zepp アプリがバックグラウンドで常に動作するようにします。スマートフォンによってバックグラウンド プロセスがクリアされた場合、ウォッチは Zepp アプリから切断され、スマートフォンの音楽プレイヤーをコントロールできなくなります。

スマートフォンを探す

1. ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。
2. 文字盤で下にスワイプしてコントロールセンターを表示し、スマートフォンの振動のアイコンをタップします。そうすると、スマートフォンが振動し、音が鳴ります。
3. アプリリストで、[ウィジェット]を選択し、[スマートフォンを探す]をタップします。そうすると、スマートフォンが振動し、音が鳴ります。

ウォッチを探す

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイデバイス]>[Zepp E]>[ウォッチを探す]を選択します。そうすると、ウォッチが振動します。

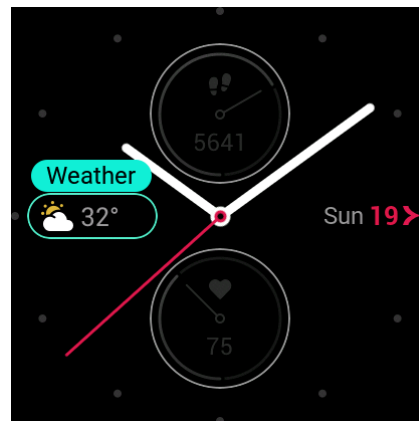
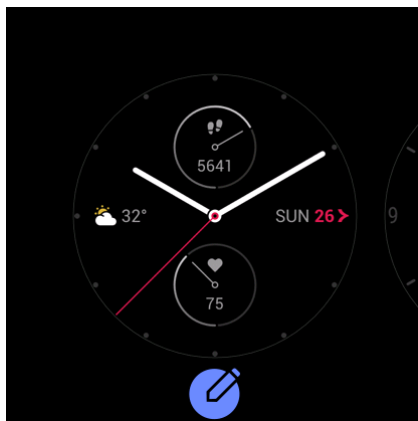
文字盤

文字盤ウィジェット

一部の文字盤は文字盤ウィジェットをサポートしており、歩数、カロリー、天気などを表示できます。ウィジェットをタップして対応するアプリを開くことができます。また、必要に応じて文字盤ウィジェットを編集することもできます。

文字盤ウィジェットは次のように編集します。

1. ウォッチを起動し、文字盤を長押しして、文字盤選択画面に移動します。
2. 画面を左右にスワイプして、ウォッチで使用可能な文字盤をプレビューします。ウィジェットをサポートする場合は、文字盤の下部に [編集] ボタンが表示されます。[編集] をタップして、ウィジェット編集画面に移動します。
3. 編集するウィジェットを選択し、ウィジェットをタップするか、画面を上下にスワイプしてウィジェットを置き換えます。
4. 編集が完了したら、サイド ボタンを押して、新しい文字盤を適用します。



Always On Display

この機能を有効にすると、画面が完全にオフになる代わりに、スタンバイ状態のウォッチにいくつかの情報が表示されています。これによりバッテリー残量の減りが早くなります。

[Always On Display] を次のように設定します。

1. ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、[設定] > [Always On Display] を選択します。
2. 文字盤のスタイルを選択し、[Always On Display] を有効または無効にします。

文字盤を追加する

ウォッチには、内蔵の文字盤がいくつか用意されています。オンラインの文字盤を Zepp アプリの文字盤モールからウォッチに同期するか、Zepp アプリを使用してスマートフォン内の画像をカスタム文字盤として設定することもできます。

オンラインの文字盤は次のように追加します。

1. ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイデバイス]>[Zepp E]>[文字盤モール]を選択します。
2. 1つ以上の文字盤を選択して、ウォッチと同期します。そうすると、ウォッチでさまざまな文字盤に切り替えることができます。

カスタムのバックグラウンド文字盤は次のように追加します。

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイデバイス]>[Zepp E]>[文字盤モール]を選択し、カスタムバックグラウンド文字盤に切り替えます。

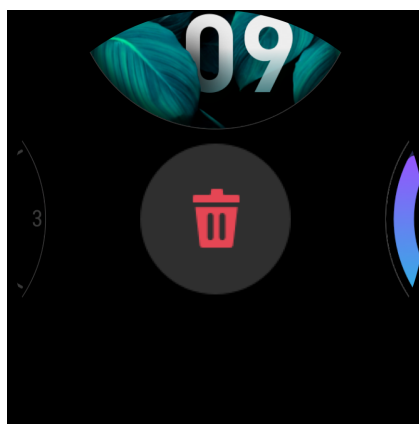
文字盤を変更する

1. ウォッチを起動してから、文字盤を長押しして、文字盤選択画面に移動します。
2. 画面を左右にスワイプして、内蔵の文字盤、同期したオンライン文字盤、カスタム文字盤など、ウォッチで利用可能な文字盤をプレビューします。
3. 目的の文字盤をタップして適用します。

文字盤を削除する

ウォッチと同期した文字盤の数が保存上限数に達している場合、文字盤を追加するには、いくつか文字盤を削除する必要があります。内蔵の文字盤は削除できません。

1. ウォッチを起動してから、文字盤を長押しして、文字盤選択画面に移動します。
2. 画面を左右にスワイプして、内蔵の文字盤、同期したオンライン文字盤、カスタム文字盤など、ウォッチで利用可能な文字盤をプレビューします。
3. 削除する文字盤を見つけて、画面を上をスワイプします。この文字盤が削除できる場合は [削除] ボタンが表示されます。次に、[削除] をタップして文字盤を削除します。



機能のショートカット

クイック アクセス アプリ

文字盤の右と左に、クイック アクセス アプリが表示されます。また、運動など、よく使用するアプリと機能をショート アクセス アプリに追加することもできます。

クイック アクセス アプリは次のように変更します。

1. ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、[設定] > [クイック アクセス アプリ] を選択します。画面を上下にスワイプして、クイック アクセス アプリに追加できるアプリを表示します。
2. [現在のアプリ] セクションのアプリが最大数に達したら、それ以上のアプリをクイック アクセス アプリに追加することはできません。このような場合は、一部のアプリを [現在のアプリ] から削除します。

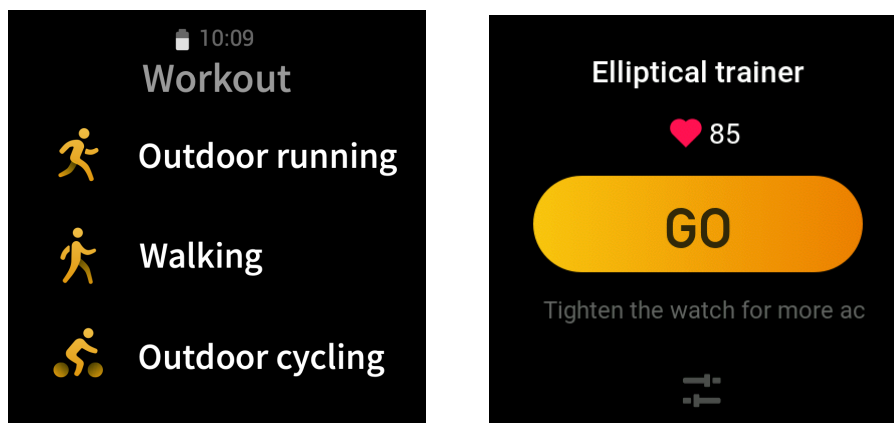
側面のボタンを長押し

文字盤でサイド ボタンを 1 秒間長押しすると、アプリが素早く開きます。デフォルトでは運動アプリが開きます。[設定] 画面に移動して、よく使用するアプリをデフォルトで開くアプリとして設定することができます。

運動

運動

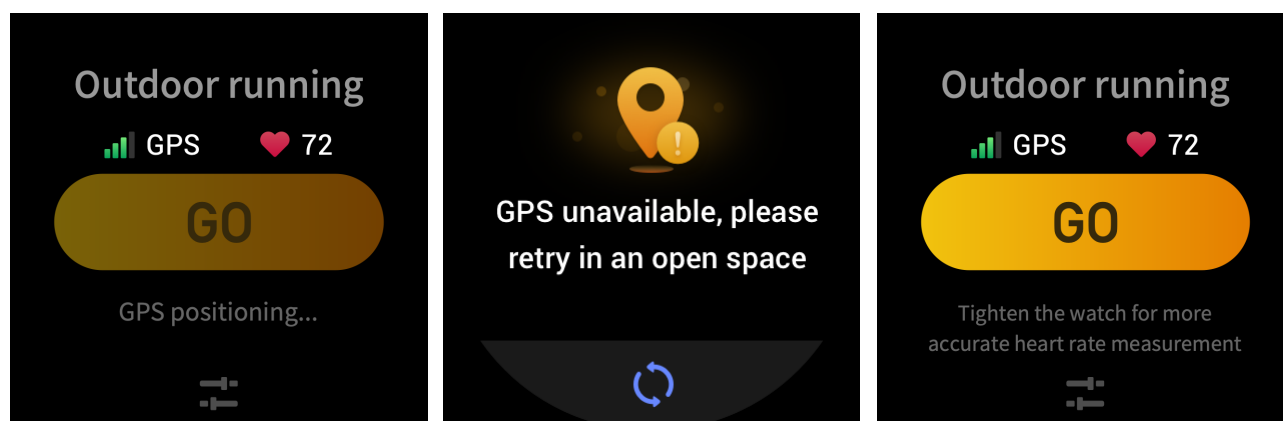
ウォッチには次の 11 の運動モードが用意されています。ランニング(屋外)、ウォーキング、サイクリング(屋外)、トレッドミル、サイクリング(屋内)、スイミング(プール)、クロストレーナー、クライミング、トレイルランニング、スキー、フリートレーニング。



ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、[運動] をタップします。目的の運動モードをタップして、運動準備画面の [開始] をタップして、運動データの記録を開始します。

スマートフォンの GPS を利用した屋外での運動

屋外での運動中は、より正確にデータを記録するために、スマートフォンの GPS を使用することをお勧めします。そのためには、運動中ずっと、ウォッチをスマートフォンに接続したままにする必要があります。



スマートフォンの GPS は、次のようにウォッチに適用します。

1. スマートフォンのシステム許可画面に移動し、Zepp アプリが GPS データを読み取れるように認証します。
2. 運動中はずっと、スマートフォンの GPS と Bluetooth をオンにしたままにします。Android システムの場合は、Zepp アプリをバックグラウンドで実行したままにします。
3. 運動中にウォッチがスマートフォンの GPS に接続していると、位置の測定と検索が自動的に開始されます。そうでない場合は、プロンプトに従って、ウォッチをスマートフォンの GPS に接続します。
4. 屋外の広々とした場所で GPS での位置測定を実行し、位置測定に成功のを待ってから。運動を開始します。

運動のお知らせと設定

運動準備の画面で、運動の設定アイコンをタップして、現在の運動モードを設定します。この設定は、各運動モードによって異なります。

運動の目標:

想定した距離、期間、カロリーなど、目標到達のお知らせを設定することができます。

運動のお知らせ:

距離、安全な心拍数、心拍ゾーン、ペースのお知らせを設定できます。

自動一時停止:

ウォッチは運動状況を自動的に検出します。運動を停止すると、運動データの記録は自動的に停止されます。運動を再開すると、運動の記録が再開されます。

リアルタイム グラフ:

リアルタイム グラフを設定して、運動中の心拍数、ペース、速度、プル速度を表示することができます。

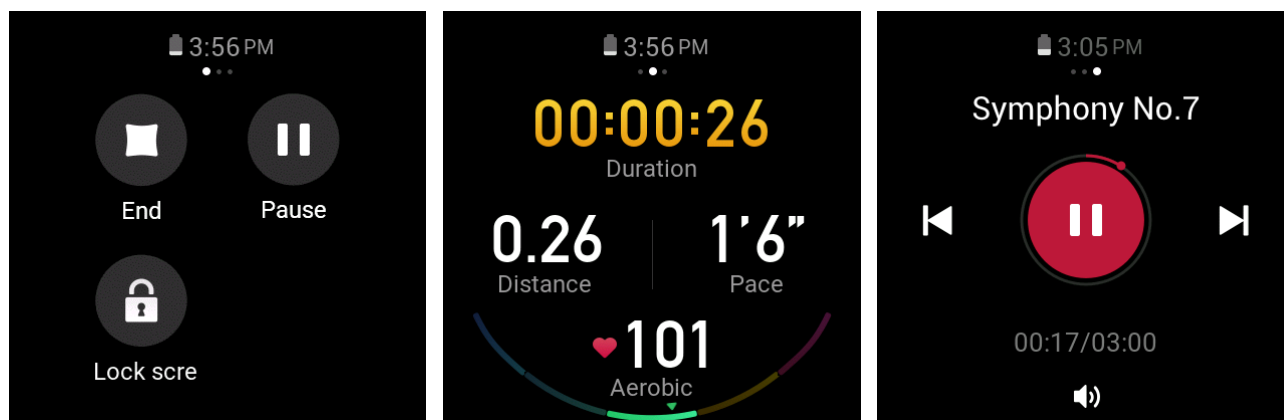
スイミング レーンの長さ:

プールでの水泳中、スイミング レーンの長さを設定して水泳距離を記録します。

運動の調整

運動アプリは、次のようにバックグラウンドで実行したままにします。

1. 運動中に他の機能を使う場合は、サイド ボタンを押して文字盤に戻り、目的の機能を選択します。この場合、運動アプリはバックグラウンドで実行したままになります。
2. バックグラウンドで実行中、運動アプリは引き続き運動データを記録し、運動設定に基づいてお知らせを表示します。
3. もう一度運動アプリを開くと、自動的に現在の運動モードになります。



運動中のスマートフォンの音楽プレイヤーは次のようにコントロールします。

運動中は、データ画面で左にスワイプしてスマートフォンの音楽プレイヤーに素早くアクセスします。詳細については、FAQ マニュアルの「スマートフォンの音楽プレイヤーをコントロールする」セクションを参照してください。

運動中のデータは次のように確認します。

運動中は、データ画面を上下にスワイプして、異なるデータ レコードを表示します。

実行中の運動は次のようにコントロールします。

運動中は、データ画面で右にスワイプして運動を一時停止、続行、終了、または画面をロックします。

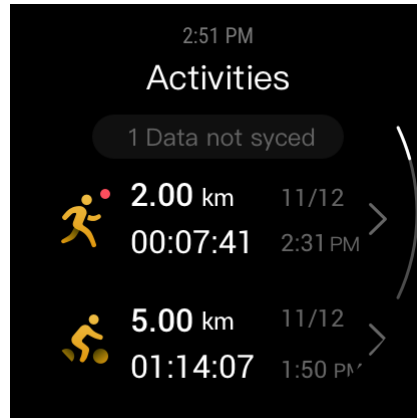
運動データは次のように保存します。

運動を終了した時点で、実際の距離や時間が設定値よりも少ない場合、その運動は記録されません。ストレージが限られているため、運動データは、運動後に速やかにアプリと同期して上書きされないようにすることをお勧めします。

運動レコードの表示

ウォッチの運動レコードは次のように表示します。

ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、[アクティビティ] をタップして 30 件の最新運動レコードを表示します。各レコードを選択して詳細を表示します。



スマートフォンの運動レコードは次のように表示します。

運動データをアプリと同期したら、スマートフォンの [エクササイズ レコード] 画面にデータを表示できます。

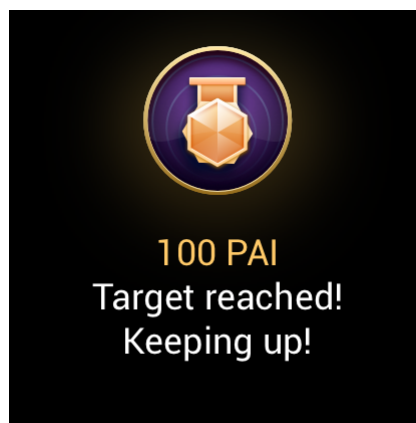
アクティビティと健康

PAI

PAI は個人の生理学的活動のインジケータです。心拍数データ、毎日の活動の強度、および個人の生理学的データについての多次元で動的な総合評価に基づき、アルゴリズムを使用して、健康状態の把握に役立つ直観的な PAI 値に変換します。

毎日の活動や運動の強度を一定に保つことにより、自分自身の PAI 値を得ることができます。HUNT Fitness Study* の研究結果によると、PAI 値を 100 以上に維持することで、心血管疾患による死亡リスクが低減し、平均余命を延ばすことにつながります。

詳細については、Zepp アプリを開き、[PAI] > [PAI FAQ] を選択します。

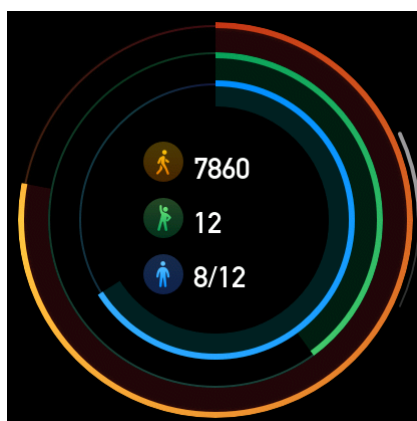


* HUNT Fitness Study: 本研究は HUNT の研究のサブプロジェクトとして、ノルウェー科学技術大学の Ulrik Wisloff 教授の主導で実施されました。HUNT の研究は 35 年以上も続いており、関与した参加者は 23 万人以上にものぼります。

アクティビティの目標

ウォッチは、歩数、カロリー消費、起立回数、ランニングやウォーキングの距離を含むアクティビティデータを自動的に記録します。心拍数データに基づいて、脂肪燃焼分数が計算されます。

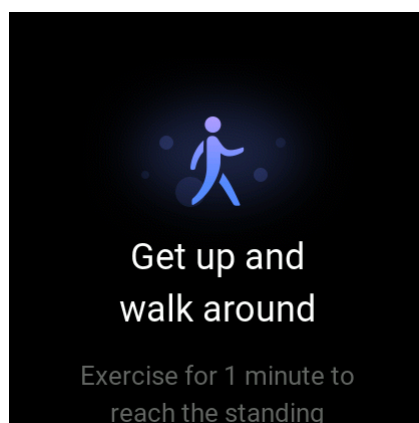
1. 日々のアクティビティの目標は、アクティビティバンド(目標として歩数かカロリーを選択可能)、脂肪燃焼バンド、および起立バンドの3つのバンドで構成されます。
2. バンドを完了すると、ウォッチが振動します。



座りすぎアラート

起きている状態でウォッチを装着していると、アクティビティ状態がモニタリングされ、エクササイズを行うことを求めるプロンプトが1時間ごとに表示されます。

経過した直近 50 分間に 1 分間を超えるエクササイズを行っていないと、ウォッチが振動してエクササイズを行うよう求められます。座り過ぎアラートを受信したら、次の 1 時間が始まって現在の時間の起立バンドが完了する前に、エクササイズを行うことができます。座り過ぎアラート機能を有効にする手順は次のとおりです。ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール] > [マイ デバイス] > [Zepp E] > [座り過ぎアラート] を選択して、この機能を有効にします。



心拍数

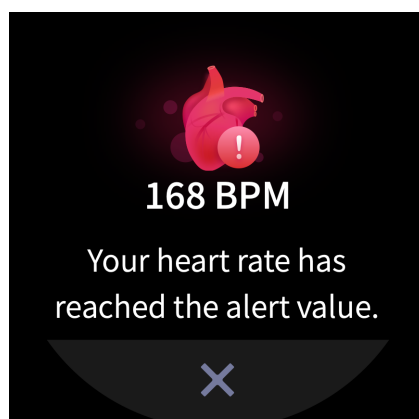
心拍数は、重要な健康の指標です。

心拍数をより頻繁に測定することで、心拍数の変化を検出することができ、より健康的なライフスタイルの形成に役立ちます。

心拍数アラート

検出間隔を 10 分以内に設定する場合は、心拍数アラートの機能を有効にすることができます。

測定した心拍数が設定した値よりも大きく、過去 10 分間にアクティビティが検出されない場合、ウォッチが振動します。

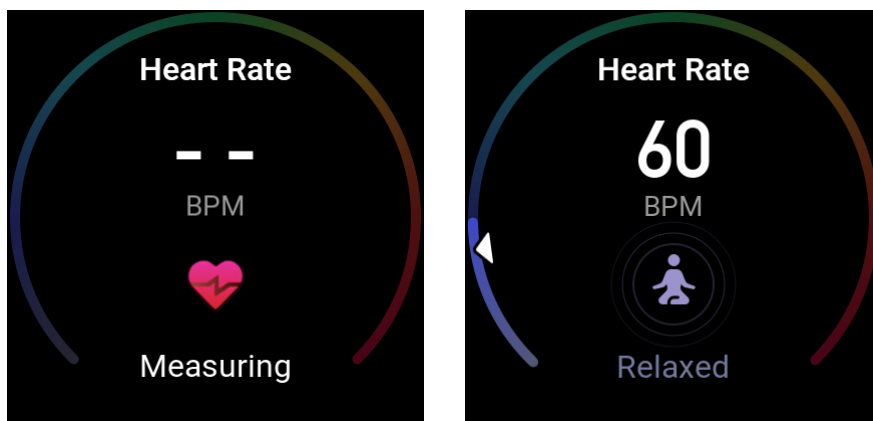


自動心拍数検出

1. ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイデバイス]>[Zepp E]>[健康状態の監視]を選択して、自動心拍数検出を有効にし、検出頻度を設定します。そうすると、ウォッチは設定した頻度で一日中定期的に心拍数を測定し、心拍数の変化を記録します。
2. エクササイズ中は心拍数がより頻繁に変わるため、アクティビティ検出を有効にすることができます。これにより、ウォッチはエクササイズ中であることを検出した場合に検出頻度を自動的に増やし、心拍数の変化をより詳細に記録することができます。
3. ウォッチの心拍数アプリを開くと、その日の心拍数曲線と心拍ゾーンの分布を確認できます。

手動測定

1. 心拍数の自動検出が有効になっていない場合は、ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、画面を上下にスワイプして心拍数アプリを選択し、心拍数の手動測定を有効にします。
2. 心拍数をさらに便利に測定するには、心拍数アプリをクイック アクセス アプリに追加します。
3. ウォッチでは現在の測定された心拍数のみが示されます。履歴レコードを表示するには、データをアプリと同期します。



心拍数測定の注意事項

心拍数を正確に測定するために、ウォッチを正しく装着し、皮膚と接触する部分が清潔で日焼け止めを塗られていないことを確認してください。

睡眠

睡眠の質は健康と密接に関係しています。

睡眠中にウォッチを装着していると、睡眠の質が自動的に記録されます。記録をアプリと同期して、睡眠時間、睡眠ステージ、睡眠スコアを表示し、睡眠を改善するための提案を受け取ることもできます。

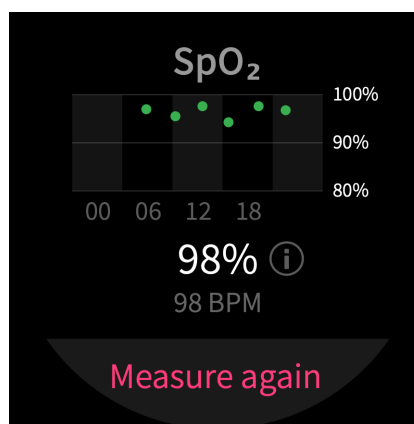
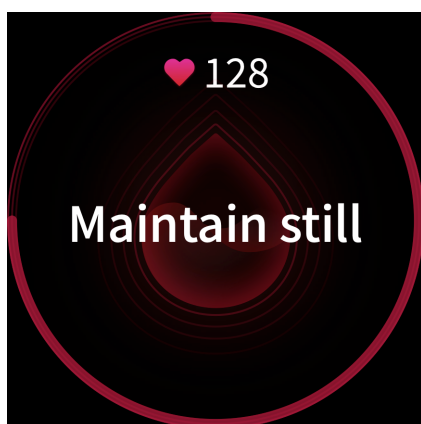
睡眠アシスタント

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール] > [マイ デバイス] > [Zepp E] > [健康状態の監視] を選択し、[睡眠アシスタント] をオンにします。これにより、睡眠の質 (レム睡眠ステージ中の) についてのより正確な情報を得ることができます。

SpO₂

SpO₂ は、呼吸サイクルの重要な生理的パラメーターです。

1. ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、SpO₂ アプリを選択して SpO₂ 測定を手動で開始します。
2. 登山の場合は、運動アプリをバックグラウンドで実行し、SpO₂ アプリを開始して測定することができます。
3. 測定が完了すると、ウォッチが測定結果を表示します。1 日の測定結果を表示することもできます。



SpO₂ 測定の注意事項

1. 手根骨 (尺骨) から指 1 本分離したところにウォッチを装着します。
2. ウォッチは適度な締めつけ感で装着します。
3. 測定するときは、腕をテーブルなどの安定した表面に置き、ウォッチの画面を上に向けます。
4. 測定中は安静を保ち、処理中は集中してしてください。
5. 外部要因 (体毛、刺青、腕のゆれ、低温、ウォッチの不適切な装着など) の影響により、測定結果が不正確になる場合や、測定が失敗して出力されない場合があります。
6. 測定範囲は 80% から 100% です。この機能はあくまでも参照用であり、医療的診断の依拠として使用すべきではありません。体調が優れない場合は、医療機関にご相談ください。

ウォッチのアプリ

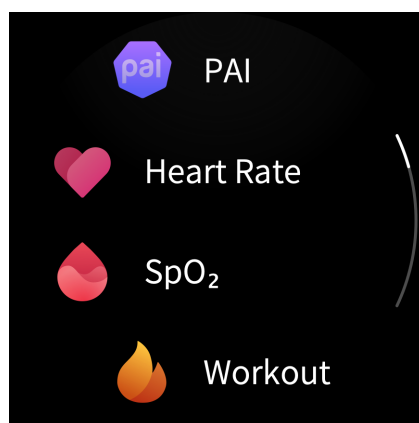
ウォッチには、運動、心拍数、天気など、独立して使用できる一連のアプリが用意されています。

アプリは、次のいずれかの方法で開くことができます。

1. ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、画面を上下にスワイプしてアプリ リストを参照してから、目的のアプリをタップします。
2. よく使用するアプリにさらに便利にアクセスするには、それらのアプリをクイック アクセス アプリに追加します。詳細については、「クイック アクセス アプリ」セクションを参照してください。

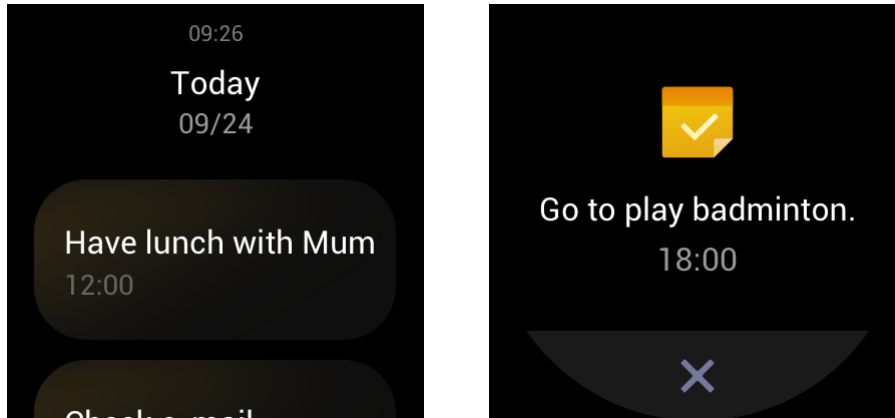
アプリ リスト

ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイ デバイス]>[Zepp E]>[ウォッチ表示設定] を選択し、ウォッチで表示できるアプリを設定します。



スケジュール

スケジュールを作成すると、設定した日にスケジュールが振動で通知されます。



ウォッチをスマートフォンに接続したままにします。Zepp アプリを開き、[プロフィール]>[マイ デバイス]>[Zepp E]>[スケジュール] を選択して、スケジュールを作成または編集します。

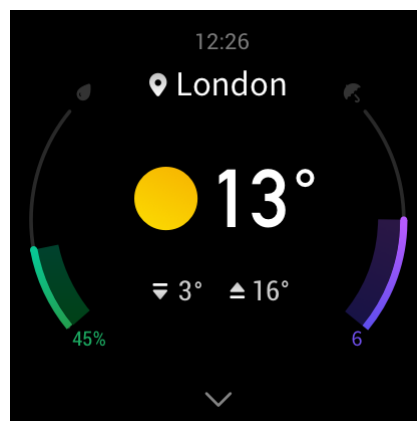
ウォッチを起動してから、文字盤のサイド ボタンを押してアプリ リストに移動し、[スケジュール] をタップして、設定されているすべてのスケジュールを表示します。スケジュールを選択し、スケジュールのお知らせの日時を編集します。

天気

現在地の今後 7 日間の気象情報に加えて、今日の天気、風邪、湿度、UV 強度、その他の情報をいつでも確認できます。

気象情報を同期できるのはスマートフォンのネットワーク経由のみであるため、リアルタイムで気象情報を更新するには、ウォッチをスマートフォンに接続する必要があります。

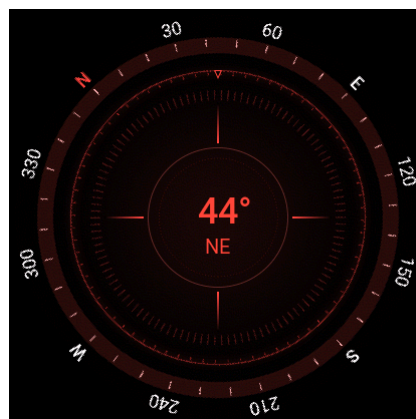
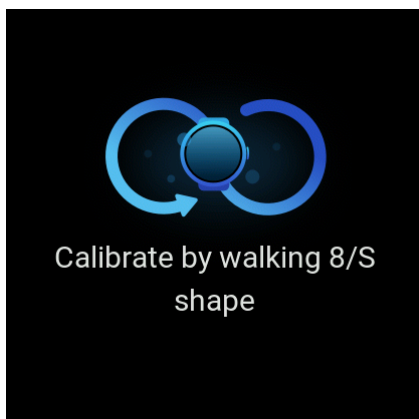
Zepp アプリで、都市と温度の単位 (摂氏または華氏) を設定できます。



コンパス

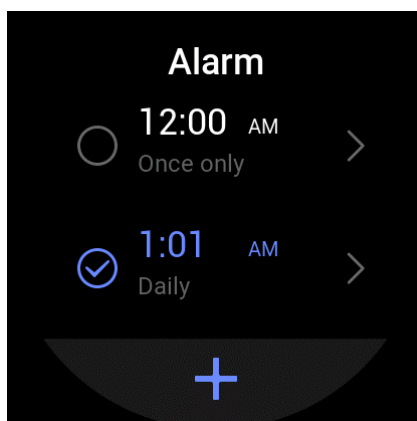
使用する前に、ウォッチで空中に8の字を描いて、干渉に対してコンパスを調整する必要があります。アプリで調整アラートが表示されます。調整が完了すると、ウォッチのすぐ上部が指す方角と角度が表示されます。

干渉を回避して精度を高めるために、コンパスを使用するときは、ウォッチを磁気フィールドから離し、水平にしてください。



アラーム

Zepp アプリやウォッチにアラームを追加し、繰り返しアラームやアラームのオン/オフを設定することができます。アラームを削除するには、長押しします。



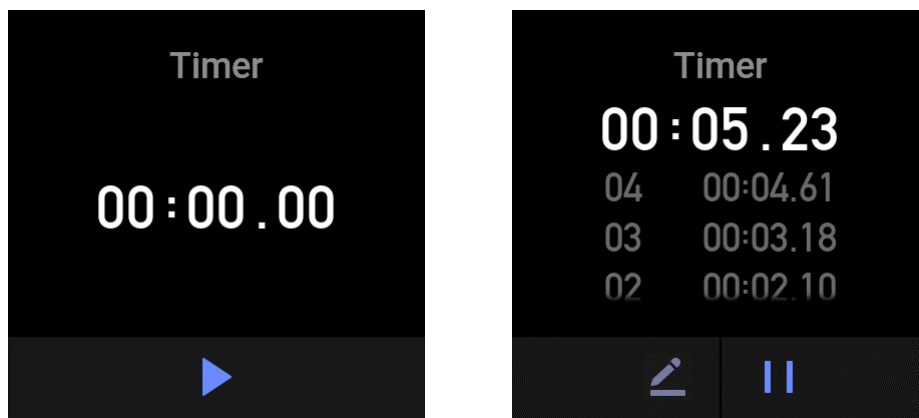
設定した時間にウォッチが振動します。アラームをオフにするか、10分後にアラームを送信する昼寝モードに切り替えることができます。昼寝モードは、連続5回まで使用できます。

ウォッチが30秒間振動した後に何も操作を行わないと、自動的に昼寝モードになります。

ストップウォッチ

0.01 秒単位の精度を持つストップウォッチは、最大 24 時間を記録することができます。

時間計測中は、繰り返しをカウントすることができます。99 回までの繰り返しをカウントすることができます。



カウントダウン

カウントダウンを設定すると、ウォッチはカウントダウンの終了後に振動します。

