

## 取扱説明書

ワイヤレスノイズキャンセリングステレオヘッドセット

インターネット上で使いかた(ヘルプガイド)などのサポート情報が閲覧できます。閲覧は無料ですが通信料は通信契約に依存します。  
http://rd1.sony.net/help/mdr/wh1000xm3/ja/



DIGITAL NOISE CANCELLATION



4 7 3 9 2 7 8 0 4 \* (1)

WH-1000XM3

## マニュアルについて



紙で見ると

取扱説明書(本書)  
接続方法や基本的な使いかたを説明しています。

使用上のご注意/主な仕様(別紙)  
使用上のご注意や主な仕様を記載しています。



パソコン  
スマートフォン  
タブレットで  
見る

ヘルプガイド(Web取扱説明書)  
本機の楽しみかたや機能の詳細説明、困ったときの対処方法などをパソコンで調べることができます。  
また、外出先などでスマートフォンやタブレット端末で調べることもできます。

スマートフォン／iPhone用アプリ  
Sony | Headphones Connect で  
もっと便利にもっと楽しく



Headphones Connect

Sony | Headphones Connect は、スマートフォンやiPhoneから対応ヘッドホンのBluetooth機器登録(ペアリング)や操作を行うためのアプリです。

▶ 詳細は、下記URLをご覧ください。

http://www.sony.net/hpc/



Sony Headphones Connect

## 操作の流れ

以下の手順でBluetooth (無線)接続して音楽を聞くことができます。

- 充電する
- 電源をオンにする
- Bluetooth機器登録(ペアリング)する  
(機器登録(ペアリング)済みの機器の場合はBluetooth接続する)
- 接続機器の音楽を聞く

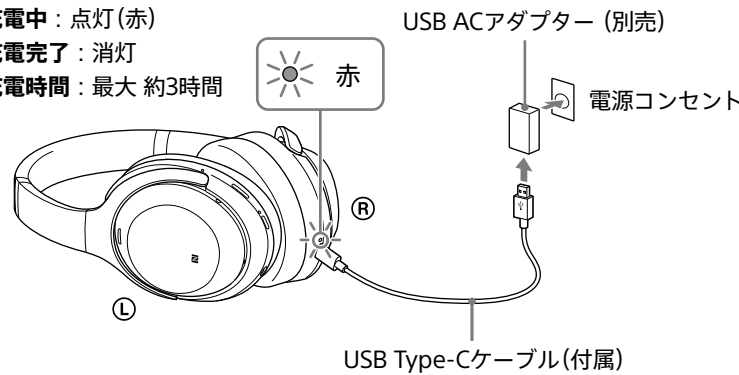
## 充電する

付属のUSB Type-C™ケーブルで本機と別売りのUSB ACアダプター (推奨: AC-UD20)を接続して充電します。

充電中: 点灯 (赤)

充電完了: 消灯

充電時間: 最大 約3時間



充電が完了したら、USB Type-Cケーブルを外してください。

## ヒント

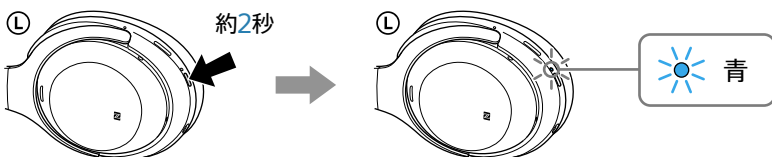
付属のUSB Type-Cケーブルを使って起動中のパソコンに接続しても充電できます。

## ご注意

- 付属のUSB Type-Cケーブル以外では、充電できない場合があります。
- USB ACアダプターの機種によっては、充電できない場合があります。
- 本機を電源コンセントやパソコンと接続していると、本機の電源オンや、Bluetooth機器の登録や接続、音楽再生などの操作は一切できません。
- パソコンがスタンバイ(スリープ)や休止状態になると充電できなくなります。この場合はパソコンの設定を変更して、充電しなおしてください。

## 電源ボタンとランプ表示

### 電源をオンにする



青ランプが点滅するまで、**○**ボタンを押し続けます(約2秒)。

青ランプが点滅したらボタンから指を離します。  
充電式電池の残量が少ないときは、赤ランプが点滅します(約15秒)。

ボタンから指を離したあとも青ランプが点滅していることを確認してください。  
お買い上げ後に初めて使用するときは、電源をオンにする Bluetooth機器登録(ペアリング)モードになります。

電源をオンにすると、自動的にノイズキャンセリング機能がオンになります。

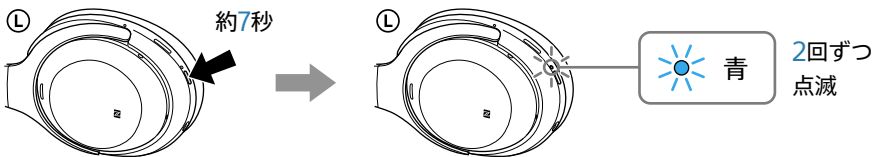
## ヒント

本機の電源オンの状態で**○**ボタンを押すと、充電式電池の残量を示す音声ガイダンスが聞こえます。詳しくは、ヘルプガイドをご覧ください。なお、音声ガイダンスが示す充電式電池の残量は、実際の残量と異なる場合があります。おおよその目安として利用してください。

### 電源をオフにする

青ランプが消灯するまで、**○**ボタンを押し続けます(約2秒)。

### Bluetooth機器登録(ペアリング)モードにする



青ランプが2回ずつ点滅を繰り返すまで、**○**ボタンを押し続けます(約7秒)。

## ヒント

Bluetooth機器では、あらかじめ、接続しようとする機器同士を互いに登録しておく必要があります。この登録のことをペアリング(機器登録)といいます。  
機器を初めて接続するときだけ、ペアリングを行う必要があります。次回接続するときは本機の電源をオンにして、登録済みの機器のBluetooth機能をオンにするだけで接続できます。

## ご注意

電源オン中やBluetooth接続中のランプ点滅は、一定の時間が経過すると自動的に消灯します。任意の操作を行うと、再度、一定時間点滅します。

## 機器登録(ペアリング)してBLUETOOTH®接続する

接続方法を以下のA～Dから選んでください。

- A iPhoneの機器登録(ペアリング) / Bluetooth接続
- B Android搭載スマートフォンの機器登録(ペアリング) / Bluetooth接続
- C ウォークマン®の機器登録(ペアリング) / Bluetooth接続
- D NFC機能を使ってBluetooth機器とワンタッチ接続

パソコンの機器登録(ペアリング)とBluetooth接続については、ヘルプガイドをご覧ください。

## A iPhoneを機器登録(ペアリング) / Bluetooth接続する

### 機器登録(ペアリング) – 初めに互いの機器を登録する

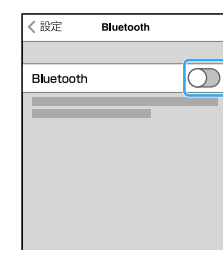
1 本機をBluetooth機器登録(ペアリング)モードにする  
「Bluetooth機器登録(ペアリング)モードにする」をご覧ください。

2 互いの機器を登録する  
下記の操作は一例です。詳しくは、お使いの機器の取扱説明書をご覧ください。

[設定] ➡ [Bluetooth]



[Bluetooth]をタッチ



[**○**]をタッチして[**○**]にする



[WH-1000XM3]をタッチ

パスキーを要求された場合は0000を入力してください。

互いの機器の登録が完了し、Bluetooth接続されます。

### Bluetooth接続 – 機器登録(ペアリング)済みの機器と接続する

1 本機の電源をオンにする  
「電源をオンにする」をご覧ください。

2 機器を接続する

[設定] ➡ [Bluetooth]



[**○**]になっていることを確認

[WH-1000XM3]をタッチ

Bluetooth接続を解除するときは、iPhoneのBluetooth機能をオフにしてください。

## ヒント

機器登録(ペアリング)が完了すると、iPhone/iPod touchの画面に本機の充電式電池の残量を示すアイコンが表示されます。  
対応機器: ハンズフリープロファイル(HFP)対応のiPhone/iPod touch (iOS 5.0以降)  
詳しくは、ヘルプガイドをご覧ください。  
iOS 9以降の場合は、iPhone/iPod touchのウィジェットにも本機の充電式電池の残量が表示されます。なお、表示される残量は、実際の残量と異なる場合があります。おおよその目安として利用してください。

## ご注意

- 近くに前回接続していたBluetooth機器があるときは、本機の電源をオンにただけで、自動的に本機と接続されることがあります。その場合は、接続機器側のBluetooth機能をオフにするか電源を切ってください。
- iPhoneと接続できなかった場合は、iPhoneで本機の登録情報をいったん削除してから機器登録(ペアリング)しなおしてください。iPhoneの操作については、iPhoneの取扱説明書をご覧ください。

## B Android™搭載スマートフォンを機器登録(ペアリング) / Bluetooth接続する

### 機器登録(ペアリング) – 初めに互いの機器を登録する

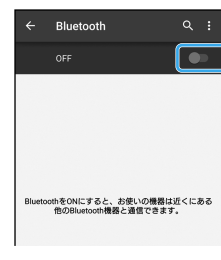
1 本機をBluetooth機器登録(ペアリング)モードにする  
「Bluetooth機器登録(ペアリング)モードにする」をご覧ください。

2 互いの機器を登録する  
下記の操作は一例です。詳しくは、お使いの機器の取扱説明書をご覧ください。

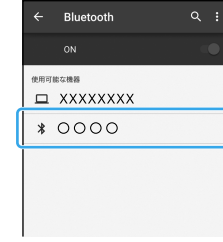
[設定] ➡ [無線とネットワーク] ➡ [Bluetooth]



[Bluetooth]をタッチ



[**○**]をタッチして[**○**]にする



[WH-1000XM3]をタッチ

パスキーを要求された場合は0000を入力してください。

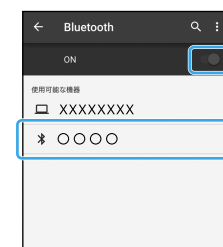
互いの機器の登録が完了し、Bluetooth接続されます。

### Bluetooth接続 – 機器登録(ペアリング)済みの機器と接続する

1 本機の電源をオンにする  
「電源をオンにする」をご覧ください。

2 機器を接続する

[設定] ➡ [無線とネットワーク] ➡ [Bluetooth]



[**○**]になっていることを確認

[WH-1000XM3]をタッチ

Bluetooth接続を解除するときは、お使いの機器のBluetooth機能をオフにしてください。

## ご注意

- 近くに前回接続していたBluetooth機器があるときは、本機の電源をオンにただけで、自動的に本機と接続されることがあります。その場合は、接続機器側のBluetooth機能をオフにするか電源を切ってください。
- お使いの機器と接続できなかった場合は、お使いの機器で本機の登録情報をいったん削除してから機器登録(ペアリング)しなおしてください。お使いの機器の操作については、お使いの機器の取扱説明書をご覧ください。

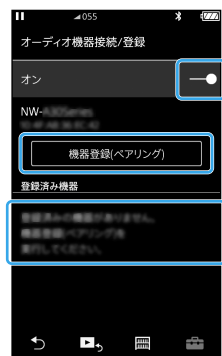
## C ウォークマン®を機器登録(ペアリング) / Bluetooth接続する

### 機器登録(ペアリング) – 初めに互いの機器を登録する

1 本機をBluetooth機器登録(ペアリング)モードにする  
「Bluetooth機器登録(ペアリング)モードにする」をご覧ください。

2 互いの機器を登録する  
下記の操作は一例です。詳しくは、お使いの機器の取扱説明書をご覧ください。

ライブラリ画面 ➡ [ (オプション/設定) ] ➡ [ 設定 ] ➡ [Bluetooth]の[オーディオ機器接続/登録]



オンになっていることを確認

[機器登録(ペアリング)]を選択

[WH-1000XM3]を選択

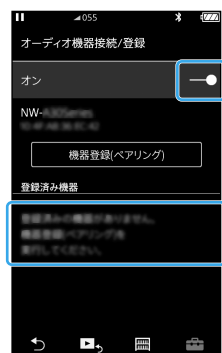
互いの機器の登録が完了し、Bluetooth接続されます。

### Bluetooth接続 – 機器登録(ペアリング)済みの機器と接続する

1 本機の電源をオンにする  
「電源をオンにする」をご覧ください。

2 機器を接続する

ライブラリ画面 ➡ [ (オプション/設定) ] ➡ [ 設定 ] ➡ [Bluetooth]の[オーディオ機器接続/登録]



オンになっていることを確認

[WH-1000XM3]を選択

Bluetooth接続を解除するときは、ウォークマン®のBluetooth機能をオフにしてください。

## ご注意

- 近くに前回接続していたBluetooth機器があるときは、本機の電源をオンにただけで、自動的に本機と接続されることがあります。その場合は、接続機器側のBluetooth機能をオフにするか電源を切ってください。
- ウォークマン®と接続できなかった場合は、ウォークマン®で本機の登録情報をいったん削除してから機器登録(ペアリング)しなおしてください。ウォークマン®の操作については、ウォークマン®の取扱説明書をご覧ください。



## NFC機能を使ってワンタッチ接続する

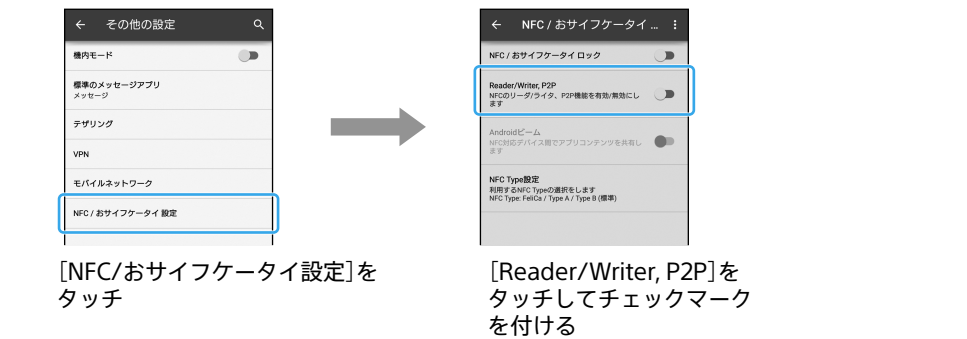
NFC機能を搭載した機器同士は、指定された場所に「タッチするだけ」で簡単にBluetooth接続の操作ができます。本機はBluetooth機器の登録、接続、切断をワンタッチで行えるNFC機能を搭載しています。

Nマークの付いている機器、一部のMマークが付いているスマートフォンはNFC機能に対応しています。詳しくは、スマートフォンやBluetooth機器の取扱説明書をご確認ください。

### 1 NFC機能をオンにする

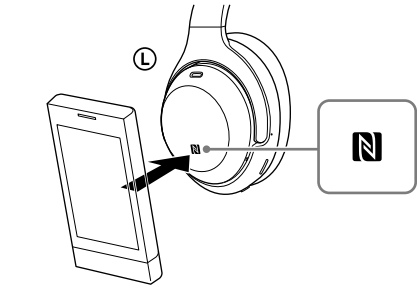
下記の操作や画面はAndroid搭載スマートフォンの一例です。詳しくは、お使いの機器の取扱説明書をご覧ください。

[設定] ➡ [無線とネットワーク] ➡ [その他の設定]



### 2 接続機器を本機にタッチして、機器登録（ペアリング）と接続を行う

接続機器の画面がロックされている場合は解除してください。  
本機と接続機器のN-Mark部分をタッチしてください。



#### 切断するには

接続機器の画面がロックされている場合は解除してください。  
本機と接続機器のN-Mark部分をタッチしてください。Bluetooth接続が切断されます。

#### 再接続するには

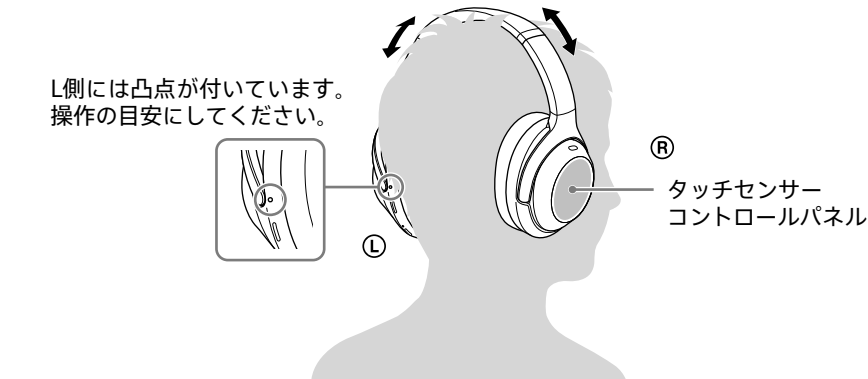
接続機器の画面がロックされている場合は解除してください。  
本機と接続機器のN-Mark部分をタッチしてください。接続画面に従って接続してください。

## 音楽を聞く

対応するBluetoothプロファイル：A2DP、AVRCP

### 1 本機を装着する

装着するときは、タッチセンサーコントロールパネルに触れないように注意してください。



### 2 接続機器で音楽などを再生する

タッチセンサーコントロールパネルに触れて操作します。

#### タッチセンサーコントロールパネルの操作のしかた



#### ご注意

- 接続する機器によって、できる機能が異なります。上記のように操作しても異なる動作をしたり、動作しない場合があります。
- 本機は5種類のBluetoothコーデック(SBC、AAC、LDAC™、Qualcomm® aptX™ audio、aptX HD)に対応しています。Bluetoothコーデックについて詳しくは、ヘルプガイドをご覧ください。
- お買い上げ時の音質モードは「音質優先モード」に設定されています。音切れしやすいなどBluetooth接続が不安定なときは、「接続優先モード」に変更してください。詳しくは、ヘルプガイドをご覧ください。

## 通話する

(iPhoneやスマートフォンなどとBluetooth接続している場合)

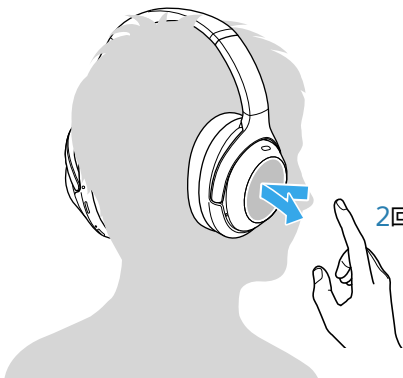
本機は全指向性マイクを搭載しています。マイクの位置を意識せずに通話ができます。対応するBluetoothプロファイル：HSP、HFP

#### 電話をかける

スマートフォンや携帯電話から発信します。

#### 電話を受ける

本機から着信音が聞こえたら、タッチセンサーコントロールパネルをダブルタップします。



#### 電話を切る

タッチセンサーコントロールパネルをダブルタップします。

#### ご注意

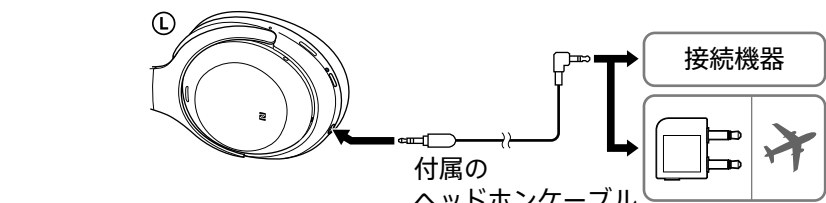
- 通話時の音量と音楽再生時の音量は別々に調節できます。
- スマートフォンやパソコンの通話用アプリには対応していません。

## 付属のヘッドホンケーブルをつないで使う

航空機内などBluetooth機器の使用が制限されている場所では、付属のヘッドホンケーブルをつないで本機の電源をオンにすると、ノイズキャンセリングヘッドホンとして使用できます。ハイレゾリューション・オーディオ再生にも対応しています。

#### INPUT端子に、付属のヘッドホンケーブルで接続機器をつなぐ

L型プラグは必ず接続機器側につないでください。



航空機エンターテインメントを利用する場合は、付属の航空機用プラグアダプターを使用してください。

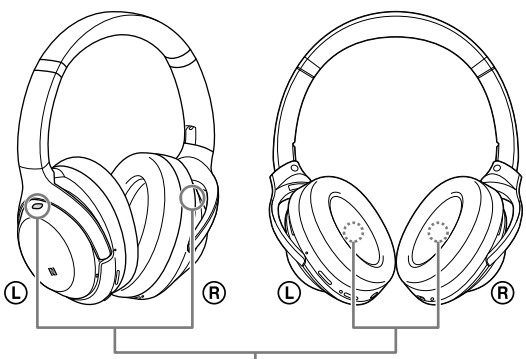
本機の電源をオフにしても音楽を聞くことができます。この場合は、ノイズキャンセリング機能やハイレゾリューション・オーディオ再生には対応していません。

#### ご注意

- 付属のヘッドホンケーブルをつないでノイズキャンセリングヘッドホンとして使用しているときは、Bluetooth機能は使用できません。また、タッチセンサーコントロールパネルはクイックアテンションモードのみ使用できます。音量調節、再生/一時停止などの操作は接続機器側で行ってください。
- ヘッドホンケーブルのプラグは奥までしっかりと差し込んでください。
- 航空機エンターテインメントによっては、航空機用プラグアダプターが使えないことがあります。

## ノイズキャンセリング機能を使う

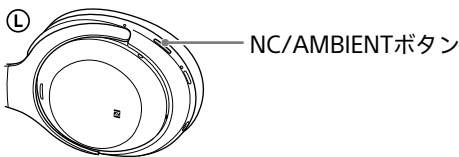
本機の電源をオンにすると、自動的にノイズキャンセリング機能がオンになります。Bluetooth接続、ヘッドホンケーブル接続のどちらでも使用できます。



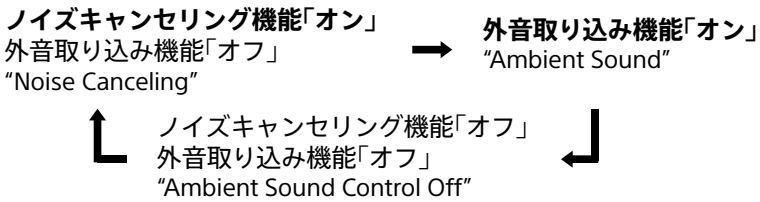
ノイズキャンセリング機能用マイク

#### ノイズキャンセリング機能をオフにするには

NC/AMBIENTボタンを繰り返し押しして、ノイズキャンセリング機能をオフにします。



ボタンを押すたびに機能が次のように切り替わり、機能を知らせる音声ガイダンスが聞こえます。



### 装着状態に合わせてノイズキャンセリング機能を最適化する (NCオプティマイザー)

顔の輪郭や髪型、めがね装用の有無などによる本機の装着状態や、航空機内などの気圧の変化を解析して、ノイズキャンセリング性能を最適な状態にします。初めて本機を使用するときや、航空機内などで気圧が変化した際は、最適化することをおすすめします。

電源がオンの状態で本機を装着し、NC/AMBIENTボタンを「Optimizer Start」(NCオプティマイザーを開始します)の音声ガイダンスが聞こえるまで押し続ける(約2秒)。

最適化中はテスト信号が聞こえます。最適化が完了すると「Optimizer Finished」(NCオプティマイザーを完了しました)の音声ガイダンスが聞こえます。

#### ヒント

- 髪型を変えたり、常用しているめがねを外したりして装着状態が変わったときは、再度NCオプティマイザーで最適化することをおすすめします。
- 航空機内では安定飛行状態になってから最適化することをおすすめします。
- NCオプティマイザーで最適化した状態は、次に最適化するまで保持されます。飛行機を降りた後などは再度最適化することをおすすめします。

#### ご注意

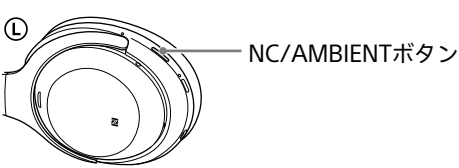
- 最適化するときには、実際の使用時に近い状態で本機を装着してください。最適化中は本機にできるだけ触れないことをおすすめします。
- 最適化中に本機が他の操作などを受け付けた場合は、最適化が解除されます。

## 周囲の音を聞く

### 周囲の音を確認しながら音楽を聞く – 外音取り込み機能(アンビエントサウンドモード)

本機のノイズキャンセリング機能用マイクを使用して、周囲の音を聞き取りやすくし、周囲の音を確認しながら音楽を楽しむことができます。

#### ノイズキャンセリング機能がオンの状態で、NC/AMBIENTボタンを押す



「Ambient Sound」(外音取り込み機能がオンになりました)の音声ガイダンスが聞こえ、外音取り込み機能がオンになります。

#### 外音取り込み機能(アンビエントサウンドモード)の設定を変更するには

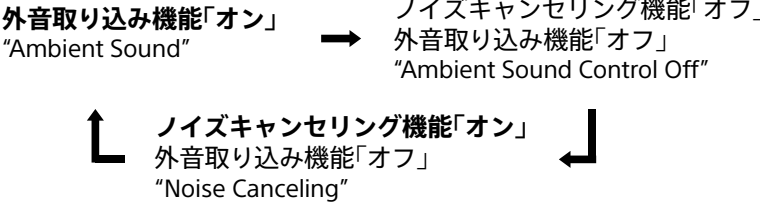
Sony | Headphones Connectアプリをインストールしたスマートフォンと本機をBluetooth接続して、外音取り込み機能の設定を変更できます。

#### ヒント

Sony | Headphones Connectアプリで設定した外音取り込み機能の設定は、本機に記憶されます。一度設定しておけば、アプリがインストールされていない機器の音楽を聞くときでも、外音取り込み機能をオンにするだけで記憶された設定で聞くことができます。

#### 外音取り込み機能(アンビエントサウンドモード)をオフにするには

NC/AMBIENTボタンを繰り返し押しして、外音取り込み機能をオフにします。ボタンを押すたびに機能が次のように切り替わり、機能を知らせる音声ガイダンスが聞こえます。

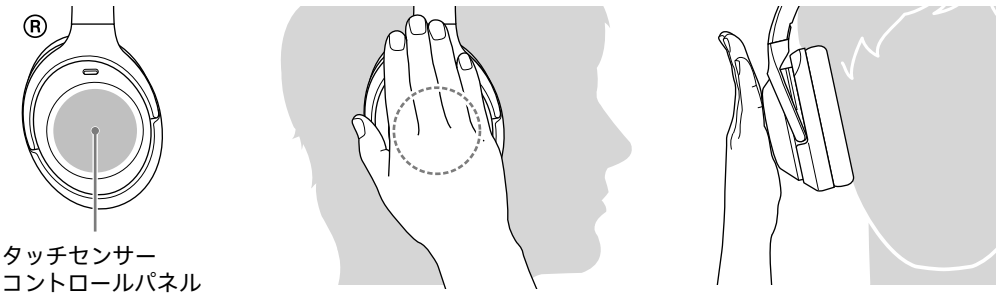


### すばやく周囲の音を聞く – クイックアテンションモード

再生中の音楽や通話音声、着信音の音量を下げて、周囲の音をさらに聞き取りやすくします。電車内のアナウンスなどをすぐに聞きたいときに便利です。

#### タッチセンサーコントロールパネル全体を手で触れたままにする

クイックアテンションモードになります。

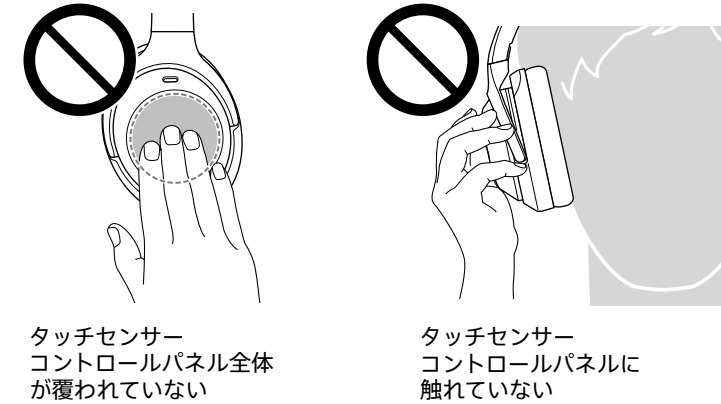


#### クイックアテンションモードを解除するには

タッチセンサーコントロールパネルから手を離します。

#### ご注意

- タッチセンサーコントロールパネルには正しく触れてください。以下のような場合は正しく動作しないことがあります。



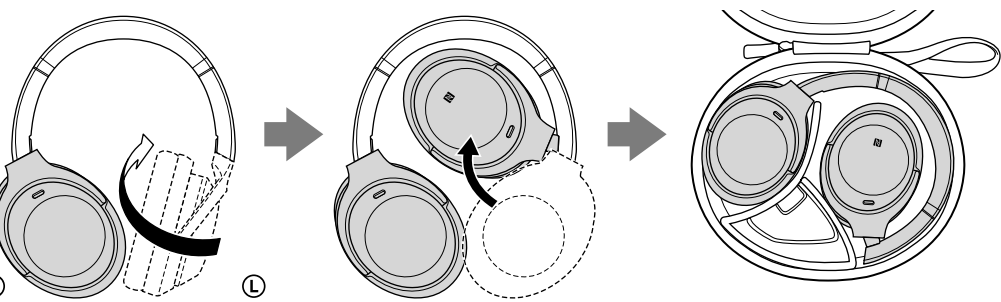
タッチセンサーコントロールパネル全体が覆われていない

タッチセンサーコントロールパネルに触れていない

- アンビエントサウンドモードやクイックアテンションモードを使用しても、周囲の状況や再生中の音の種類や音量によっては、周囲の音が聞き取れない場合があります。周囲の音が聞こえないと危険な場所(車や自転車の通る道など)では、本機を使用しないでください。
- 本機がしっかりと装着されていないと、アンビエントサウンドモードやクイックアテンションモードが正常に動作しない場合があります。本機をしっかりと装着してください。

## キャリングケースに収納する

使用後は下図のように折りたたんで、付属のキャリングケースに収納してください。



ケーブルや航空機用プラグアダプターを収納するには  
下図のようにキャリングケース内のホルダーに収納してください。

