



ユーザーガイド

ファームウェアバージョン：1.0.x

最終更新日：2026年5月28日

A-CONNECT


MOTORCYCLE COMMUNICATION SYSTEM


———— SOUND BY ————
harman/kardon




ファームウェアのバージョンは1.0.xであり、本書は、バージョン1.0シリーズのすべてのファームウェアアップデートに適用されます。

操作早見表

 : (+) ボタン

 : (-) ボタン

 : メッシュインターコムボタン

 : 中央ボタン

タイプ	機能	ボタン	操作
基本操作	電源オン	 と 	1秒間押す
	電源オフ	 と 	1回タップ
	音量を上げる/下げる	 または 	1回タップ
電話	着信に応答する		1回タップ
	通話を終了する		2秒間押す
	着信を拒否する		2秒間押す
	スピードダイヤル		3秒間押す
	音楽の再生/一時停止		1秒間押す
	曲送り/曲戻し	 または 	1秒間押す
Siri、Googleアシスタント			3秒間押す
メッシュインターコム™	メッシュインターコムオン/オフ		1回タップ
	マイクをミュート/ミュート解除		1秒間押す
	チャンネルの選択		2回タップ
	メッシュグループを作成		5秒間押す
	メッシュリクエストを送信		3回タップ
	メッシュをリセット		8秒間押す
Waveインターコム™	Waveインターコムオン		2回タップ
	Waveインターコムオフ		1回タップ
	メッシュインターコムに切り替え		1回タップ
設定メニュー			10秒間押す

始める前に

■ Sena Motorcyclesアプリ

Sena Motorcyclesアプリは、Google Play StoreまたはApp Storeからダウンロードできます。



■ WAVE Intercomアプリ

WAVE Intercomアプリは、Google Play StoreまたはApp Storeからダウンロードできます。



Waveインターコムの詳細は、sena.comのWaveインターコムユーザーガイドをご覧ください。

開始するには 任意のセクションをクリック



A-CONNECTについて



取り付け



基本操作



BLUETOOTHデバイスとのペアリング



スマホを使用する



メッシュインターコム



WAVE
INTERCOM

WAVEインターコム



BLUETOOTHインターコム



ユニバーサルインターコム



インターコムゲートウェイ



オーディオマルチタスク



FMラジオ



音声コマンド



ファームウェアアップデート



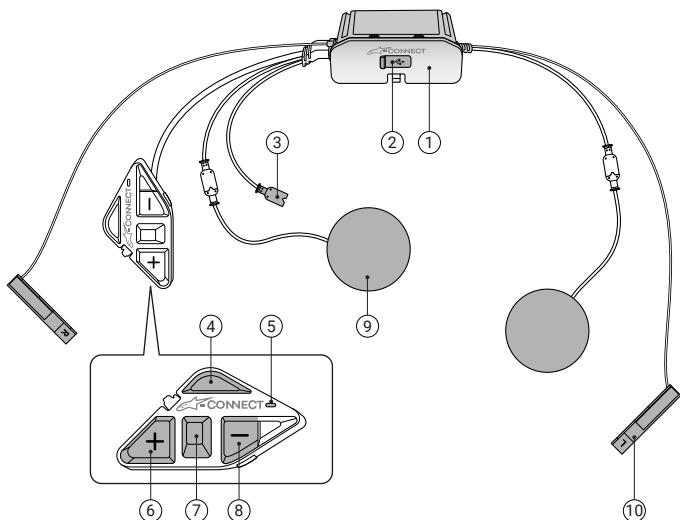
トラブルシューティング



01 A-CONNECTについて

主な特徴

- 音質の向上、より安定した接続、通話時間の延長を実現したメッシュインターコム3.0
- デュアルバージョンメッシュ：下位互換性用のメッシュ2.0
- Waveインターコムとの互換性あり
- パラレルアーキテクチャを備えたデュアルコアCPUにより、複数のデバイスへの同時接続のパフォーマンスを最大化し、オーディオマルチタスク機能を強化
- AIベースのノイズキャンセリング
- 音声コマンドを強化
- Harman Kardonの第2世代プレミアムオーディオ
- 自動オン/オフ
- Bluetoothバージョン5.3
- 無線（OTA）ファームウェアアップデート



① バッテリーモジュール

③ マイクコネクター

⑤ ステータスと充電LED

⑦ 中央ボタン

⑨ スピーカー

② USB-C充電ポート

④ メッシュインターコムボタン

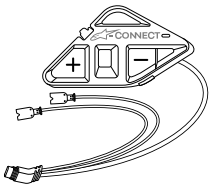
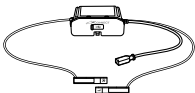
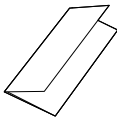






⑥ (+) ボタン

⑧ (-) ボタン

⑩ アンテナ

- 異物がポートに入らないように、USBラバーキャップは常に閉じておいてください。

■ 同梱品

 <p>A-CONNECT</p>	 <p>バッテリーモジュール</p>	 <p>ヘルメット取り付けマニュアル</p>
 <p>スピーカーパッド (厚い)</p>	 <p>スピーカーパッド (薄い)</p>	 <p>スピーカー用ベルクロ</p>
 <p>ケーブルマイク</p>	 <p>ケーブルマイク用 ベルクロ</p>	 <p>ケーブル管理用ベルクロ</p>



USB-C充電ケーブル

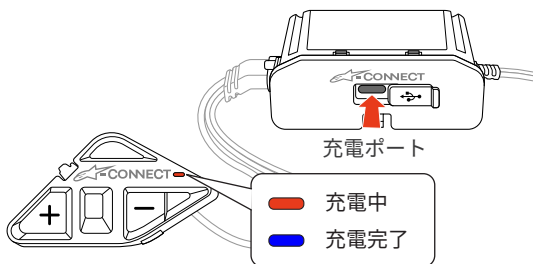
02 取り付け

パッケージに付属の「ヘルメット取り付けマニュアル」をご覧ください。

03 基本操作

	<p>タップ ボタンを指定回数だけタップする</p>
	<p>長押し ボタンを長押しする秒数</p>
	<p>音声プロンプト</p>
	<p>音声コマンド</p>
	<p>LED</p>

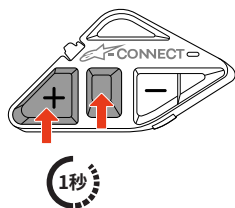
充電中



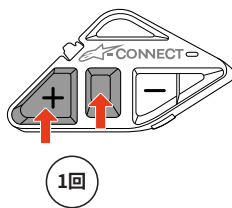
充電が完了するまでに2時間かかります。

- FCC、CE、IC、またはその他の地域の認める規制機関で承認されている場合は、第三者製USB充電器を使用できます。
- 承認されていない充電器を使用すると、火災、爆発、液漏れ、その他の危険が発生する可能性があります、バッテリーの寿命や性能が低下する可能性もあります。

電源オン



電源オフ



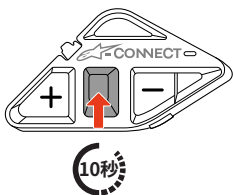
- 本製品は、2分間静止状態が続くと、ディープスリープモードに入ります。
- 3日以内に動きが検知されると、自動で起動します。動きが検知されない場合、3日後に完全に電源が切れます。

音量



設定

設定する

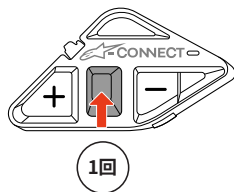


🔊 「設定メニュー」

選択



確定

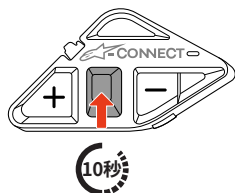


04 BLUETOOTHデバイスとのペアリング

A-CONNECTとBluetoothデバイスを最初につなぐ時は「ペアリング」という設定登録を行います。本製品は、携帯電話2台とGPS 1台など、複数のデバイスとペアリングできますが、携帯電話と並行して同時に接続できる追加デバイスは1台のみです。

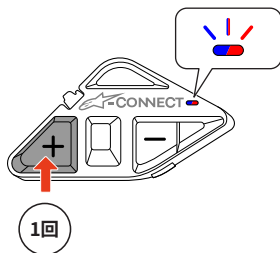
スマートフォンをペアリングする

1.



🔊 「設定メニュー」

2.



🔊 「電話ペアリング」

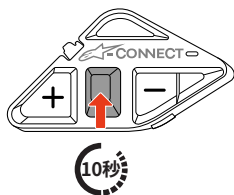
3.



- 本製品を初めてオンにしたとき、または設定初期化後に再起動したときに、本製品は自動的に電話ペアリングモードになります。
- 電話ペアリングをキャンセルするには、任意のボタンを押します。

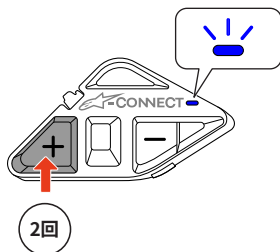
2台目の電話ペアリング

1.



🔊 「設定メニュー」

2.



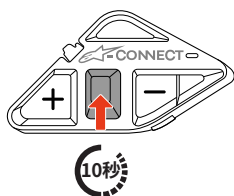
🔊 「2台目の電話をペアリング」

3.



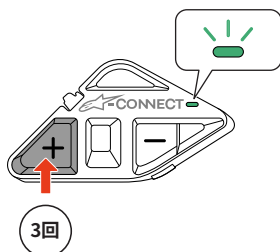
GPSペアリング

1.



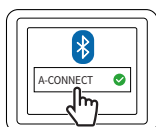
🔊 「設定メニュー」

2.



🔊 「GPSペアリング」

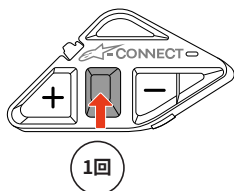
3.



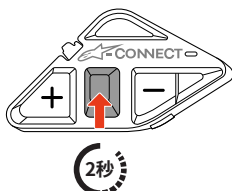
05 スマホを使用する

電話をかける/電話に出る

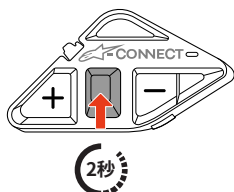
■ 着信に応答する



■ 通話を終了する



■ 着信を拒否する

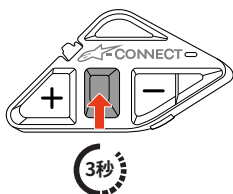


Siri、Googleアシスタント

「Hey Siri」、「Hey Google」と話しかけるか、中央ボタンを3秒長押しして、SiriまたはGoogleアシスタントを起動します。

「Hey Google」または
「Hey Siri」

または



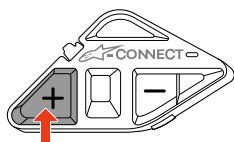
スピードダイヤル

スピードダイヤルを割り当てる

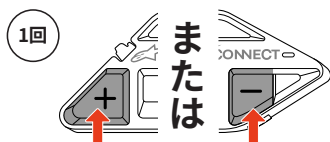
スピードダイヤルを割り当てることで、登録した電話番号へ素早く電話をかけることができます。プリセットの登録は、Sena Motorcyclesアプリから設定できます。

スピードダイヤルを使用する

1. スピードダイヤルメニューに入ります。
2. スピードダイヤルのプリセットを選択します。



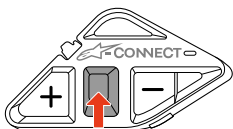
🔊 「speedダイヤル」



1回

- ① リダイヤル
- ② スピードダイヤル (1→2→3)
- ③ 取消

3. 中央ボタンをタップして確認します。

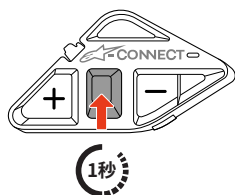


1回

🔊 「speedダイヤル (#)」

音楽

■ 音楽の再生/一時停止



■ 曲送り/曲戻し

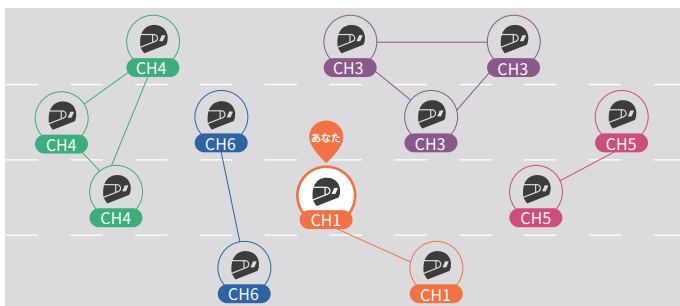


06 メッシュインターコム

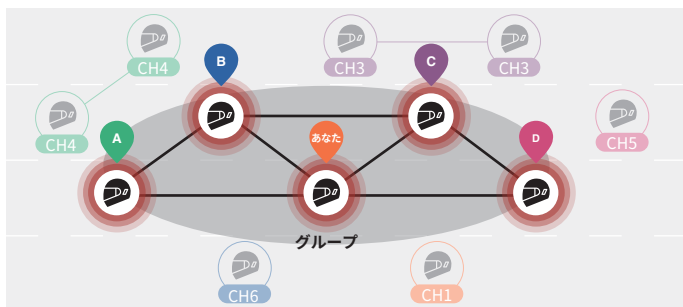
A-CONNECTは、2つのメッシュインターコムモードを提供します。

- Open Mesh™（オープンメッシュ）：オープンなグループでのインターコム会話に使用します。
- Group Mesh™（グループメッシュ）：プライベートなグループでのインターコム会話に使用します。

オープンメッシュ



グループメッシュ



メッシュバージョンの切り替え

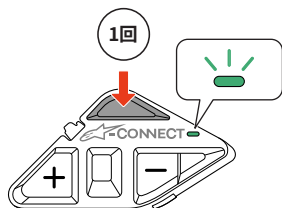
■ メッシュ2.0（前バージョン）に切り替える

メッシュ3.0は、最新のメッシュインターコムテクノロジーです。メッシュ2.0が使用されている旧製品と通信するには、Sena Motorcyclesアプリを使用して、メッシュ2.0に切り替える必要があります。

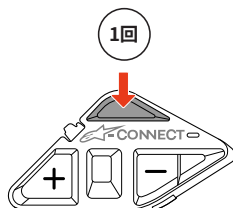
オープンメッシュ

利用可能な6つのチャンネルで、ほぼすべてのユーザーと自由に通信できます。デフォルトのメッシュインターコムチャンネルは、1です。

■ メッシュインターコムオン/オフ



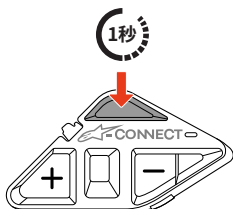
🔊 **オン**：「メッシュインターコムオン、Open Mesh、チャンネル1」



🔊 **オフ**：「メッシュインターコムオフ」

マイクをミュート/ミュート解除

メッシュインターコム通信中にマイクをミュート/ミュート解除するには、メッシュインターコムボタンを1秒長押しします。



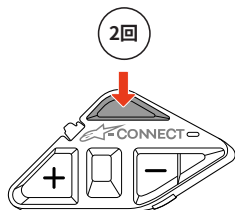
🔊 ミュート：「マイクオフ」

🔊 ミュート解除：「マイクオン」

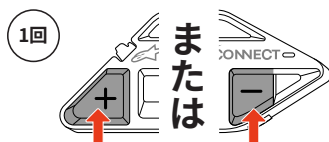
チャンネルの選択

1. チャンネル設定に入る。

2. チャンネル間を移動。

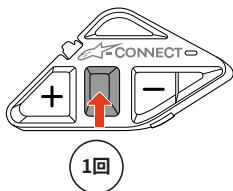


🔊 「チャンネル設定、1」



🔊 「#」

3. チャンネルを確認して保存する。



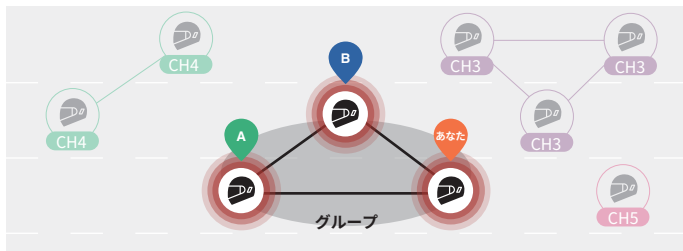
🔊 「チャンネルを設定しました、チャンネル#」

- 特定のチャンネルで10秒間ボタンが押されない場合、そのチャンネルは自動的に保存されます。
- 本製品の電源がオフになった場合でも、チャンネルは保存されません。

グループメッシュ

最大24人が参加できる非公開グループを作成できます。

■ グループメッシュを作成する



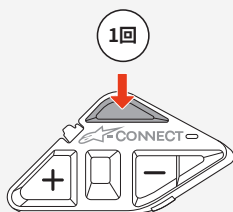
1. ユーザー（あなた、A、B）は、オープンメッシュにいる状態でメッシュインターコムボタンを5秒間長押しし、メッシュグループに参加します。ユーザー同士が同じオープンメッシュチャンネルにいなくても、グループメッシュを作成できます。



2. メッシュグループの作成が完了すると、オープンメッシュからグループメッシュに自動的に切り替わります。

「Group Mesh」

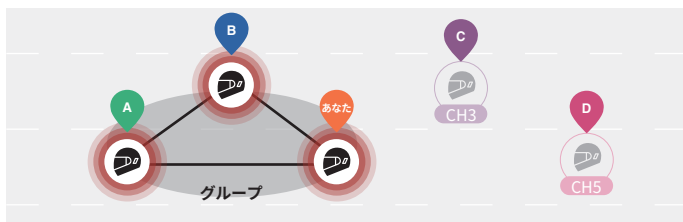
- メッシュグループの作成をキャンセルするには、メッシュインターコムボタンをタップします。



- メッシュグループの作成が30秒以内に正常に完了しなかった場合は、「グループ作成失敗」という音声流れます。

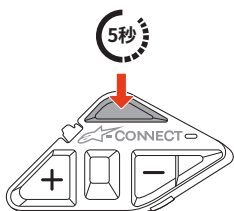
■ 既存のグループメッシュに参加する

グループメッシュにいる間は、オープンメッシュ内の他のユーザーをグループに招待できます。



ユーザーA、Bと一緒にグループメッシュに参加中です。他のユーザーC、Dはオープンメッシュにいます。

- オープンメッシュ内のCおよびDは、メッシュインターコムボタンを5秒間長押しすることで、同じメッシュグループに参加します。



🔊 「Meshグループを作成」

2. メッシュグループの作成が完了すると、自動でオープンメッシュから、グループメッシュに移動します。

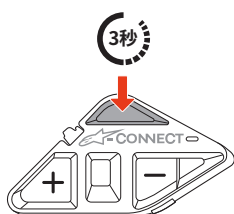
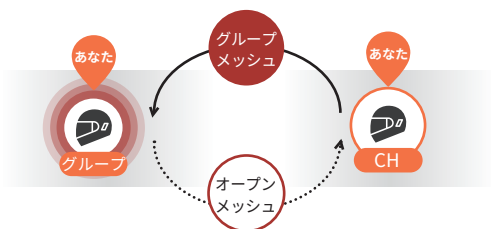
🔊 「Group Mesh」

新規参加者（CとD）

- メッシュグループの作成が30秒以内に正常に完了しなかった場合、現在のユーザー（自分）には低音のピープ音が2回聞こえ、新しいユーザー（CとD）には「グループ作成失敗」という音声が聞こえます。

■ オープンメッシュとグループメッシュを切り替える

オープンメッシュとグループメッシュは、メッシュをリセットしなくても、自由に切り替えることができます。



オープンメッシュ

🔊 「Open Mesh」

グループメッシュ

🔊 「Group Mesh」

- グループメッシュに一度も参加したことがない場合、オープンメッシュからグループメッシュに切り替えることはできません。「グループはありません」という音声が流れます。

メッシュリクエストを送信

近隣*にいるメッシュ機能がオフの状態のメッシュインターコムに、「Meshインターコム参加のリクエストが届きました」という通知を送信します。

1. リクエストを送受信するには、まずアプリのデバイス設定から、「メッシュリクエスト」機能をオンにしてください。
2. メッシュインターコムボタンまたはSena Motorcyclesアプリを使用して、メッシュリーチアウトリクエストを送信します。

発信者



3. メッシュリーチアウトリクエストを受信したフレンドは、メッシュインターコムを手動でオンにする必要があります。

* 約100mの範囲でリクエストを送受信します。

メッシュをリセット

オープンメッシュまたはグループメッシュ中にメッシュをリセットすると、自動的にオープンメッシュ、チャンネル1に戻ります。



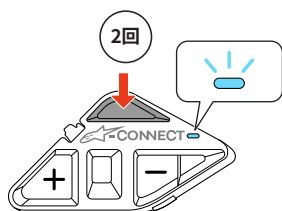
07 WAVEインターコム

Waveインターコムでは、携帯電話データ通信を使用して、オープンに会話できます。詳細は、sena.comで、Waveインターコムユーザーガイドをご覧ください。

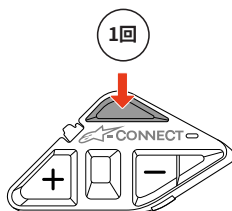
Waveインターコムオン/オフ

WAVE Intercomアプリを開き、メッシュインターコムボタンを2回タップして、Waveインターコムに参加します。

- Waveインターコムを開始する前に、アプリを先に起動する必要があります。



オン：「Waveインターコムオン」



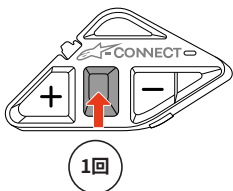
オフ：「Waveインターコムオフ」

Waveインターコムを起動すると、Waveゾーン内のユーザーと自動的に接続されます。Waveゾーンは、北米では半径1マイル、ヨーロッパでは半径1.6キロです。

Waveインターコムを終了するには、メッシュインターコムボタンを1回タップします。

Waveインターコムとメッシュインターコムを切り替える

中央ボタンを1回タップするだけで、簡単にメッシュインターコムとWaveインターコムの切り替えができます。



🔊 **Waveからメッシュへ：**
「Waveインターコムオフ。
メッシュインターコムオン。」

🔊 **メッシュからWaveへ：**
「メッシュインターコムオフ。
Waveインターコムオン。」

- アプリの使用中、Bluetoothインターコムが一時的に無効になります。

08 BLUETOOTHインターコム

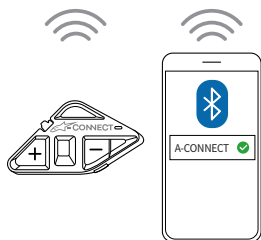
Bluetoothインターコムをペアリングする

Bluetoothインターコム通話を行うには、他のSenaヘッドセットユーザーとペアリングする必要があります。ペアリングが完了すると、あなたのA-CONNECTのインターコムペアリングリストに相手のヘッドセットが追加され、逆も同様です。

ヘッドセットのモデルに関係なく、Bluetoothインターコムペアリングリストには、最大3つのヘッドセットを追加できます。

QRコードを使用する

1. スマートフォンとA-CONNECTをペアリングします。
2. 各ユーザーはSena Motorcyclesアプリを開き、「QRペアリング」をタップします。



3. 相手の画面のQRコードをスキャンします。
4. 保存をタップし、「Bluetoothインターコム」メニューでペアリングリストを確認します。
5. ペアリングしたいデバイス名をタップします。
6. 上記手順を繰り返して、さらにヘッドセットを追加します。

- QRペアリングは、Bluetoothバージョン3.0以降のモデルと互換性があります。詳細は、[sena.com](https://www.sena.com)にアクセスしてください。

■ ボタンを使用する

QRペアリングを強く推奨しますが、中央ボタンを使用して、他のヘッドセットとペアリングすることもできます。

1. 両方のデバイスで中央ボタンを5秒間長押しし、同時にインターコムペアリングモードに入ります。

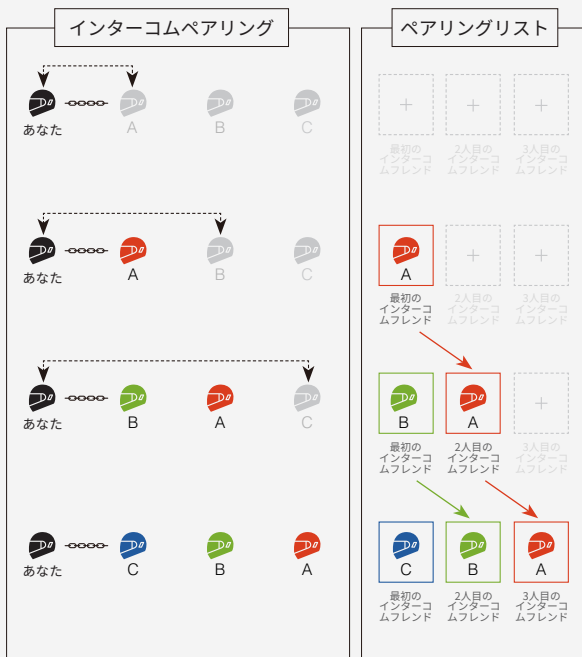


2. ペアリングが完了するまでお待ちください。ペアリング完了後、Bluetoothインターコム接続が確立されます。
3. 別のヘッドセットとペアリングするには、上記の手順を繰り返します。

- 近隣にWiFi機器のような無線機器がある場合、干渉により接続に時間がかかる場合もあります。
- ペアリングをキャンセルするには、本製品の中央ボタンを押します。

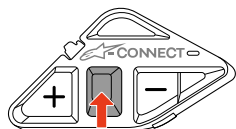
Bluetoothインターコムペアリングリスト

- ペアリングされたヘッドセットは、Bluetoothインターコムペアリングリストに追加されます。Sena Motorcyclesアプリで「QRペアリング」をタップし、リストを確認します。
- インターコムペアリングは「後着順」です。複数人とペアリングする場合、最後にペアリングしたインターコムユーザーがフレンド1として設定されます。下図は、ペアリング接続する順に応じたフレンドの順番です。



2人で通話する

■ インターコムフレンドと会話を開始/終了する



1回



あなた



C

最初のインターコムフレンド



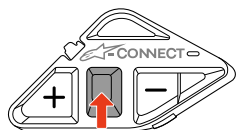
B

2人目のインターコムフレンド



A

3人目のインターコムフレンド



2回



あなた



C

最初のインターコムフレンド



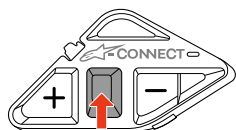
B

2人目のインターコムフレンド



A

3人目のインターコムフレンド



3回



あなた



C

最初のインターコムフレンド



B

2人目のインターコムフレンド



A

3人目のインターコムフレンド

■ HDインターコム

2人でBluetoothインターコム通話をする際は、インターコムの音質を向上させるために、常にHDモードで動作します。マルチウェイインターコムに入ると、HDモードは一時的に無効になります。

マルチウェイインターコム

マルチウェイインターコムとは、最大3人の他のメインユニットと同時に通話できる機能です。

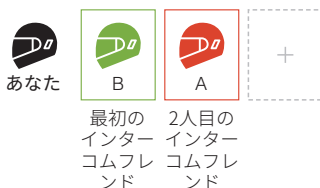
複数の2人で通話する接続を連結し、会話音声を共有することで機能します。たとえば、3人で通話は、2組の2人で通話を接続し、4人で通話は、3組の2人で通話を接続します。

以前のSenaモデルとは異なり、A-CONNECTは、マルチウェイインターコム中もスマートフォンとの接続を維持します。

■ 3人で通話する

1人の参加者が独立した2つの2人で通話を同時に確立する必要があります。

1. あなたのメインユニットを他の2人のメインユニットとペアリングし、Bluetoothインターコムペアリングリストに追加します。



2. 中央ボタンを1回タップして、Bとの会話を開始します。



3. Bとの通話を維持しながら、中央ボタンをダブルタップして、Aとの別のインターコム通話を開始します。あるいは、Aがあなたを呼び出してインターコム接続を開始することもできます。



4. これであなたとAとBで、3人で通話を楽しむことができます。



4人で通話する

各参加者は、独立した2人で通話を最大2つまで確立できます。すでにAとBと接続しているため、すべての接続を結びつけるには、AかBのどちらかがCと2人で通話を開始する必要があります。



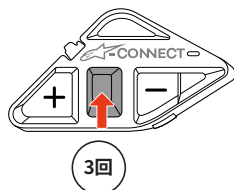
これであなたとA、B、Cで、4人で通話を楽しむことができます。



マルチウェイインターコムを終了する

マルチウェイインターコムを完全に終了、または1つのインターコム接続を切断することもできます。

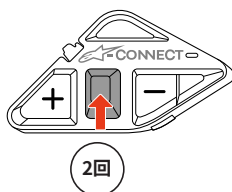
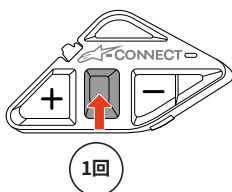
すべてのインターコム接続を終了する



1つのインターコム接続を切断する

[1人目のインターコムフレンドBを切断する]

[2人目のインターコムフレンドAを切断する]



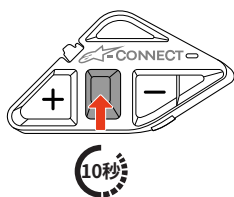
- 4人で通話では、2人目のインターコムフレンドAとの接続を切断すると、3人目の参加者Cとの接続も切断されます。これは、CがAを通してあなたと接続しているためです。

09 ユニバーサルインターコム

ユニバーサルインターコムを使用すると、他社のヘッドセット（Bluetoothハンズフリープロファイル（HFP）をサポートしていることが条件）でインターコム通話を行うことができます。

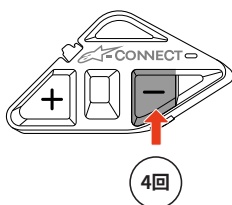
■ ユニバーサルインターコムペアリング

1.



🔊 「設定メニュー」

2.



🔊 「ユニバーサルインターコム
ペアリング」

3. Sena以外のヘッドセットを電話ペアリングモードにして、本製品が自動的にペアリングされるまで待ちます。



ペアリング完了後、ユニバーサルインターコム通話が自動的に確立されます。

ユニバーサルインターコム会話を開始/終了する

ペアリング完了後、他社のヘッドセットは、2人で通話とマルチウェイインターコム通話に参加できます。Senaのヘッドセットとは異なり、マルチウェイインターコムで本製品に接続できる他社のヘッドセットは1つだけです。

以下は、ユニバーサルインターコムを含めた、4人でBluetoothインターコムの例です。

例1.Senaのヘッドセット3つと、他社のヘッドセット1つ。



例2.Senaのヘッドセット2つと、他社のヘッドセット2つ。



- Sena以外のヘッドセットの全てがマルチウェイインターコムに対応しているわけではありません。互換性については、ユーザーガイドをご覧ください。

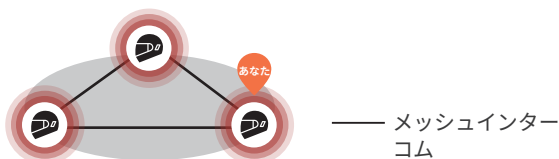
10 インターコムゲートウェイ

本製品は、メッシュインターコムをBluetoothインターコムやユニバーサルインターコムなど、他のインターコムタイプと接続するためのゲートウェイとして機能します。メッシュインターコムと、Bluetoothインターコムまたはユニバーサルインターコムの2つの同時接続をサポートします。

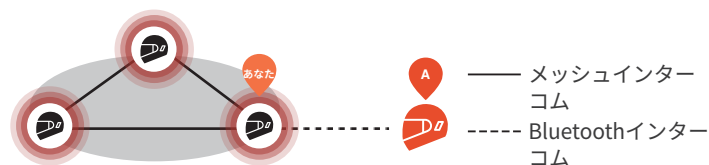
オープンメッシュインターコムまたはグループメッシュインターコムでは、簡単にBluetoothインターコムまたはユニバーサルインターコムと接続できます。

メッシュインターコムとBluetoothインターコム

1. メッシュインターコムボタンをタップして、メッシュインターコムをオンにします。オープンメッシュまたはグループメッシュに留まることができます。

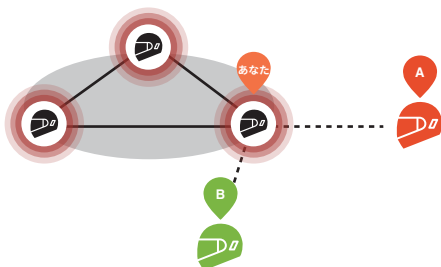


2. 2人で通話でフレンドとBluetoothインターコムを開始します。

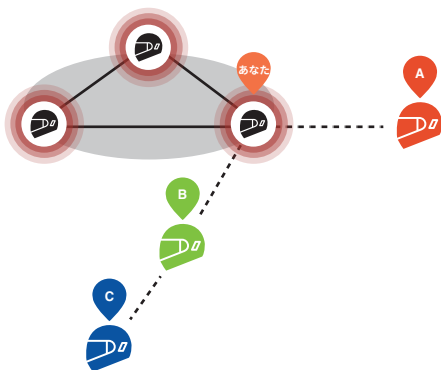


3. マルチウェイインターコムでは、Bluetoothインターコム接続を増やします。

メッシュインターコムと3人でBluetoothインターコム



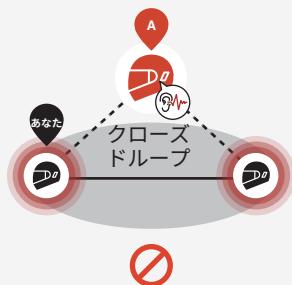
メッシュインターコムと4人でBluetoothインターコム



- メッシュインターコムを使用している間は、マルチウェイインターコムの音質が低下します。

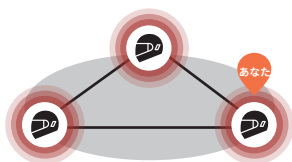
ループによるノイズ発生にご注意ください。

- A-CONNECTがゲートウェイとして機能している時、2人のメッシュインターコム参加者と1人のBluetoothインターコム参加者を接続すると、参加者全員にひどいノイズが発生します。
- このような接続は、いかなる場合も行わないようご注意ください。



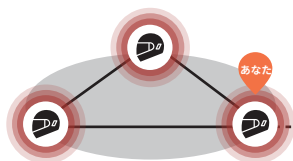
メッシュインターコムとユニバーサルインターコム

1. メッシュインターコムボタンをタップして、メッシュインターコムをオンにします。オープンメッシュまたはグループメッシュに留まることができます。



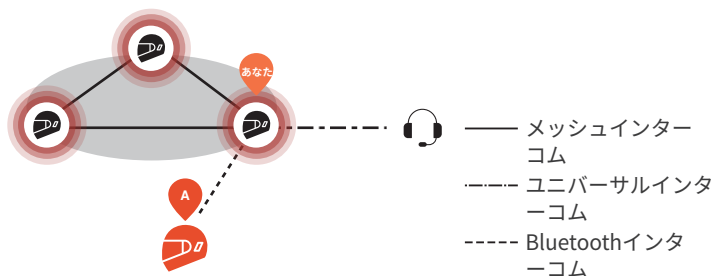
—— メッシュインターコム

2. 他社のヘッドセットを使用して、ユニバーサルインターコムを開始します。



—— メッシュインターコム
 - - - ユニバーサルインターコム

3. フレンドAとBluetoothインターコムを開始します。インターコム接続を追加することで、マルチウェイインターコムを確立できます。



メッシュインターコムと3人でユニバーサルインターコム

- メッシュインターコムを使用している間は、マルチウェイインターコムの音質が低下します。

11 オーディオマルチタスク

本製品のオーディオマルチタスク機能により、メッシュインターコムまたはBluetoothインターコムを使用しながら、音楽、GPSナビ音声案内、FMラジオを聴くことができます。

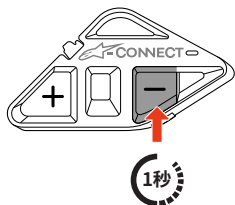
Sena Motorcyclesアプリのデバイス設定に移動して、詳細を設定します。

バックグラウンド音量

インターコム通話中は、音楽などのバックグラウンドの音量が自動的に下がります。アプリの「バックグラウンド音量」で、音量低下率を調整できます。

12 FMラジオ

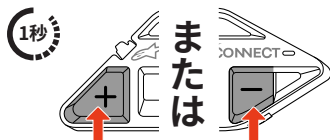
FMラジオのオン/オフ



🔊 オン：「FMラジオオン」

🔊 オフ：「FMラジオオフ」

ラジオ局を探す

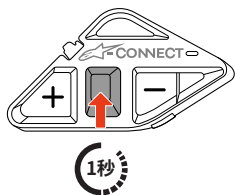


プリセットに保存

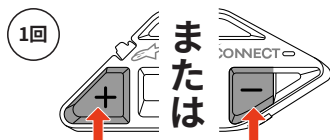
Sena Motorcyclesアプリから、事前にFMラジオ局をプリセット登録してください。

プリセットからラジオ局を選ぶ

1. 選局モードに入る。
2. 前後に回して、プリセット局を選ぶ。



🔊 「選局モード」



🔊 「プリセット (#)」

- 選局モード中、約10秒間ボタンを押さないでいるか、中央ボタンを1秒間押すと、選局モードは終了します。

13 音声コマンド

本製品には、8言語の多言語音声コマンドがあります。Sena Motorcyclesアプリから簡単に設定できます。利用可能な音声コマンドの一覧は、Sena Motorcyclesアプリでも確認できます。

音声コマンドを有効にするには、「Hey Sena」と話しかけるだけです。

 「Hey Sena」

■ 音声コマンド一覧

「応答」

「無視」

「Hey Sena、バッテリー残量」

「Hey Sena、音量アップ」

「Hey Sena、音量ダウン」

「Hey Sena、電話ペアリング」

「Hey Sena、リダイヤル」

「Hey Sena、でんわしゅうりょう」

「Hey Sena、音楽再生」

「Hey Sena、音楽停止」

「Hey Sena、まへのきょく」

「Hey Sena、つぎのきょく」

「Hey Sena、FMラジオ・オン」

「Hey Sena、FMラジオ・オフ」

「Hey Sena、インターコム・終了」

「Hey Sena、インターコム・いち」

「Hey Sena、インターコム・に」

「Hey Sena、インターコム・さん」

「Hey Sena、メッシュインターコム・オン」

「Hey Sena、メッシュインターコム・オフ」

「Hey Sena、ウェーブインターコム・オン」

「Hey Sena、ウェーブインターコム・オフ」

14 ファームウェアアップデート

無線 (OTA) アップデート

Sena Motorcyclesアプリの設定から、無線 (OTA) でファームウェアを直接更新できます。

15 トラブルシューティング

設定初期化

本製品を工場出荷時のデフォルトに戻すには、設定初期化機能を使用します。

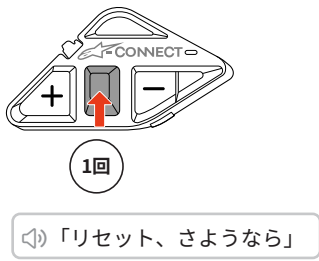
1.



2.



3.



■ パワーリセット

本製品がオンになっても応答しない場合は、パワーリセットを実行して、通常の機能を復元することができます。

USB-C充電ケーブルを取り外していることを確認し、中央ボタンと (+) ボタンを、同時に10秒長押しします。

すべての設定は、変更されずに残ります。

