7B24 BSC7B24-A0803

SEIKO WATCH CORPORATION

SEIKO

使 用 说 明 书

使 用 說 明 書

应对世界 3 个地区的太阳能电波　日本、中国、美国
應對世界 3 個地區的太陽能電波　日本、中國、美國

C-7

承蒙选购本公司的产品，
谨在此表示衷心的感谢。
使用之前，请熟读本说明书，
并正确地使用手表。

本说明书请安放在随手能看到的地方，以便必要时参阅。

※ 选购时的金属表带，可在经销店或本公司售后服务中心进行调整。
在其他商店进行调整可能会收费，或不能得到服务。

目 录

1. 关于本产品
使用产品时的注意事项 4
特点 6
各部件的名称和主要功能 8
关于 B 按钮 10
关于表把 11

2. 使用之前
使用之前 12
确认能源余量 12
确认时间和日期 13

3. 时间、日期的对准方法（接收电波）
接收电波，以对准时间和日期。 14
接收电波的机制 14
自动接收和强制接收 15
接收环境 16
大致的接收范围：日本（JJY） 16
大致的接收范围：中国（BPC） 17
大致的接收范围：美国（WWVB） 18
为了容易接收电波 19
接收困难的环境 20
确认是否能够接收 22
接收结果的显示 22

4. 时差修改功能（选择接收局）
什么是时差修改功能是什么 24
时差修改功能的特点 24
关于时差修改功能的问答 25
设定时差（选择接收局） 26
世界主要地区时差一览表 28

5. 关于太阳能充电功能
关于充电充电 30
充电的方法 30
充电大致所需时间 31
关于能源 32
能源短缺预告功能 32
节能功能 33

6. 注意事项
注意事项 34
维修 34
性能与型号 35
防水性能 36
抗磁性能（磁性的影响） 40
表带 42
特殊表扣表带的使用方法 44
关于 Lumibrite（智慧光能） 49
电源 50
保证 52
售后服务 54

7. 出现问题时
强制接收的方法（以手动方式接收电波） 56
不能接收电波时 58
手动对准时间的方法 58
手动对准日期的方法 60
关于标准位置 62
四周发出磁性的物体 63
标准位置的对准方法 64
对准日期的标准位置 64
以手动对准时分针的标准位置 66
出现这样的问题时 68
万一出现异常动作时 76
系统的复位 76

8. 产品规格
产品规格 80

使用产品时的注意事项

⚠警告

这表示使用错误时，将会发生极大的危险。用户会受重伤，后果严重。

・发生下述情况时，请停止使用。

〇手表本身和表带由于腐蚀等原因就成锋利变得。
〇表带的销◆◆了出来的时。
※ 出现上述情况，请立刻与经销店或本公司售后服务中心联系。

・请不要把手表和部件安放在婴幼儿够及的地方。

如果婴幼儿将电池吞入腹内，应立刻与医生联系。
因为电池对儿童身体有不良影响。

※ 请立刻与经销店或本公司售后服务中心联系。

⚠注意

这表示使用错误时，用户将会受轻伤，或受到物质上的损害。

・请不要下列地点佩带或放置手表。

〇挥发性药物发散的地方。（除光液等的化妆品、防虫剂、稀薄剂等）
〇温度长期处于 5℃～ 35℃以上的地方。
〇湿度高的地方
〇受到磁性或静电影响的地方
〇尘埃较多的地方
〇会出现强烈震动的地方

・出现过敏症或炎症时

请立刻停止使用手表，并到皮肤科等专业医生诊治。

・其他注意事项

〇不可拆开或改造商品。
〇不要让婴幼儿接触手表。务必请注意。
否则会使婴幼儿受伤或引起过敏症。

特　点

本手表是太阳能驱动的电波调整时间的手表。
・手表把太阳电池板接收到的光线转换为“电能”，使手表运作。
・通过接收载有时间信息的电波，显示正确的时间。
・手表可接收日本、中国和美国的电波。

■ 接收电波功能 ..... 每天自动接收电波，以对准正确的时间和日期。
→ P14～P21　此外还可以通过手动强制接收电波。
可接收日本（2局）、中国和美国的电波。
（通过时差修改功能选择接收局。）

■ 接收水平显示功能 ..... 接收电波时，秒针会显示接收状况。
→ P57

■ 接收结果显示功能 ..... 通过秒针显示电波接收结果。
→ P22

■ 时差修改功能 ..... 设定时差后，将显示海外现在的时间。
（选择接收局）　通过设定时差，在能够接收电波的地区将可以接收该国家的
→ P24～P29　电波。

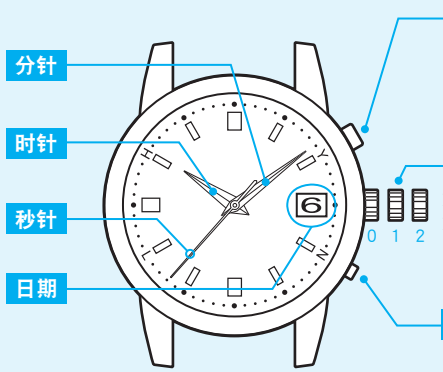
■ 太阳能充电功能 ..... 通过表盘下面的太阳能电池，把光线转换为电能，进行充电。
→ P30～P31　充满电后，约能走时6个月。

■ 能源短缺预告功能 ..... 通过秒针的移动，提醒顾客需要充电。
→ P32

■ 节能功能 ..... 这是在一直得不到光线照射时，遏制能源浪费的功能。
→ P33

■ 指针位置自动修改功能 ..... 由于磁场等外部的影响，指针出现了偏差时，
→ P62　将会自动校对偏差。

各部件的名称和主要功能



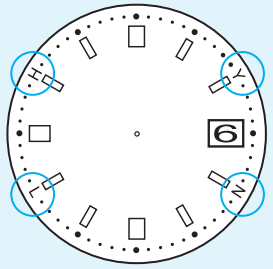
按钮 A
【确认接收结果】→ P22
【强制接收】→ P56
【修改时差（对准海外的时间）】→ P26
【手动对准时间、日期（操作）】→ P58

表把
第 1 格：【手动日期对准模式】→ P60
第 2 格：【手动时间对准模式】→ P58
※ 如果是螺丝锁定式表把时，
在解除锁定状态下是第 0 格。
关于表把 →P11

按钮 B
【时差修改模式】→ P26
对准海外的时间（选择接收局）

接收水平显示

【自动接收・强制接收】
H..... 接收水平高
（50 秒位置）
L..... 接收水平低
（40 秒位置）
N..... 不能接收
（20 秒位置）
※ 关于接收水平显示 →P57



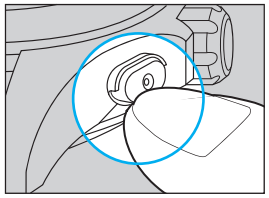
显示接收结果

【确认接收结果】
Y..... 能够接收
（10 秒位置）
N..... 不能接收
（20 秒位置）
※ 显示接收结果 →P22

※ 各显示位置会因型号（款式设计）而不同。

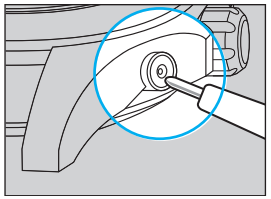
关于 B 按钮

为了防止错误按下，按钮在设计上是不会简单地被按下的。
按钮的形状因设计而不同。



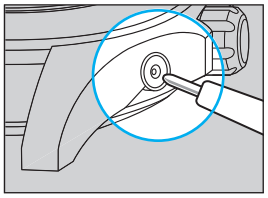
上一半被覆盖的按钮

请用手指从下面按压。或使用端部较细的物体等按压凹下的部分。



四周被覆盖的按钮

请用端部较细的物体等，按压凹下的部分。

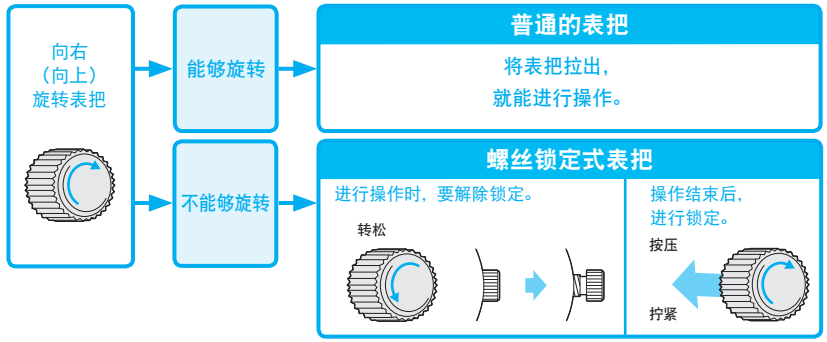


镶嵌在表壳内的按钮

请用端部较细的物体等，按压凹下的部分。

关于表把

表把有两种。一种是普通的表把。另一种是能够锁定的表把。
请确认您的手表是哪一种表把。

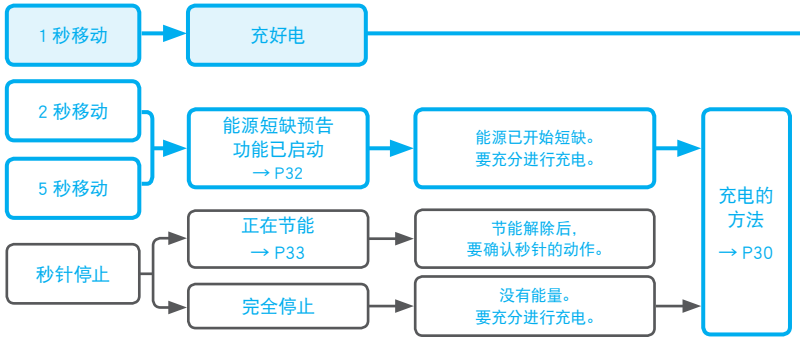


※ 螺丝锁定式的表把在锁定后，就能防止错误动作和提高防水性。
※ 螺丝锁定式的表把不可勉强拧紧螺丝，否则会损毁螺丝部。务必请注意。

使用之前

① 确认能源余量

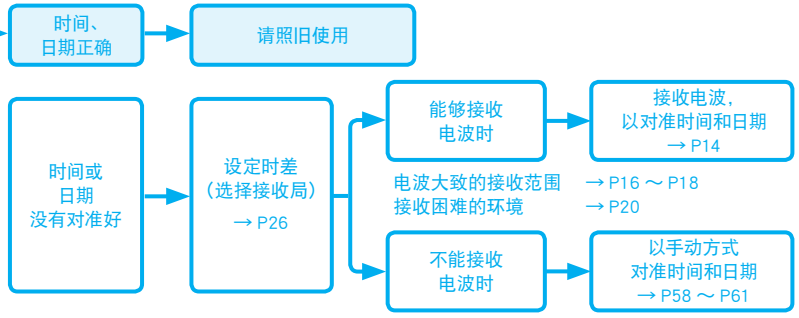
确认秒针的动作，能源短缺时要进行充电。



※ 充分进行充电后，如果还不是 1 秒移动时 → 这时请参阅“充电”项。P70

② 确认时间和日期

※ 即使转动表把，针也不移动。
修改时间时，请参阅下面的页数。

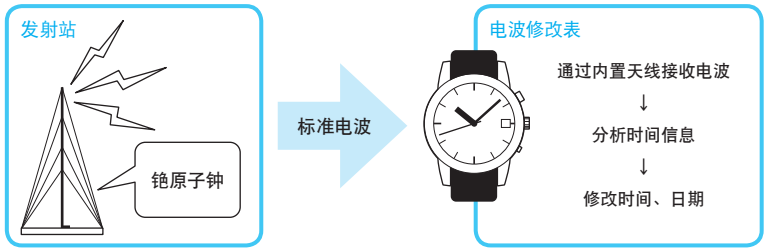


※ 即使接收成功，但是时间和日期仍然不准确时 →出现这种情况时：时间、针的偏差 P72、日期的偏差 P74。

接收电波，以对准时间和日期

■ 接收电波的机制

接收含有正确时间信息的标准电波，以显示正确的时间和日期。



“铯原子钟”拥有超高精度，10 万年的误差为 1 秒。
标准电波的时间信息是来自铯原子钟的。

■ 自动接收和强制接收

本手表在规定的时间，能自动接收电波，对准时间和日期。



・自动接收
在上午 2 点进行。
※ 上午 2 点未能成功地接收时，将在 3 点进行。
上午 3 点未能成功地接收时，将在上午 4 点自动接收。

进行接收时，请把手表安放在容易接收电波的地方，
不要移动手表。

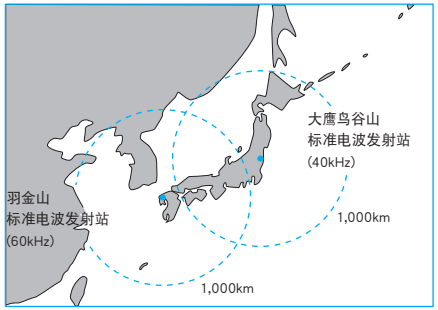
・强制接收
在接收困难的环境下，不能自动接收时，
手表通过强制接收功能就能随意接收电波。
→ 强制接收方法 P56 ～ P57

※ 时差设定在接收范围以外的地区时就不能接收电波。
请确认时差的设定。→设定时差（选择接收局）→ P26 ～ P27
※ 是否能够接收将受到接收环境的影响。→接收困难的环境→ P20
※ 在接收范围外时，将不能接收电波。→接收电波的大致范围→ P16 ～ P18
※ 即使接收成功，时间和日期仍然不正确时。→出现这种情况时：时间、针的偏差 P72、日期的偏差 P74。

接收环境

■ 大致的接收范围：日本（JJY）

接收范围大约是离发射站 1,000km 以内。
（以各发射站为中心，半径是 1,000km）



由 NICT（信息通信研究机构）
进行运用。

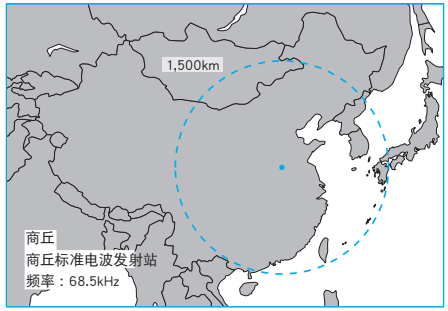
福岛：大鹰鸟谷山 标准电波发射站
频率：40kHz
九州：羽金山 标准电波发射站
频率：60kHz

※ NICT：National Institute of Information and Communications Technology

※ 即使在接收范围内，有时也会因条件（天气、地形、建筑物和方向等的影响）而不能接收。
→ 接收困难的环境 P20

■ 大致的接收范围：中国（BPC）

接收范围大约是离发射站 1,500km 以内。
（以各发射站为中心，半径是 1,500km）



由 NTSC（中国科学院国家授时中心）
进行运用。

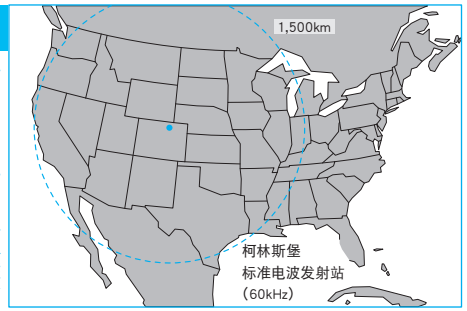
河南省 商丘市
商丘标准电波发射站
频率：68.5kHz

※NTSC：National Time Service Center

※ 范围即使超过 1,500km，如果条件良好，有时也能接收。
※ 即使在接收范围内，有时也会因条件（天气、地形、建筑物和方向等的影响）而不能接收。
→ 接收困难的环境 P20

■大致的接收范围：美国（WWVB）

接收范围大约是离发射站 1,500km 以内。
（以各发射站为中心，半径是 1,500km）在范围内有 4 个时区。



由 NIST（美国标准技术局）
进行运用。

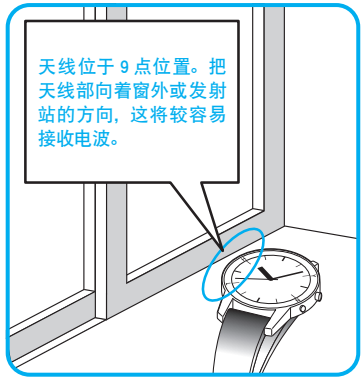
科罗拉多省丹佛市郊区
柯林斯堡标准电波发射站
频率：60kHz

※NIST：National Institute of Standards and Technology

※ 范围即使超过 1,500km，如果条件良好，
有时也能接收。

※ 即使在接收范围内，有时也会因条件
（天气、地形、建筑物和方向等的影响）而不能接收。
→接收困难的环境 P20

■ 为了容易接收电波

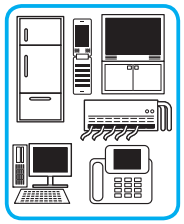


接收时，请安放在窗口等容易接收电波的地方。

**为了能在稳定的状态接收电波，
接收时，不要改变手表的方向，
或使手表倾斜，要使手表处于静止状态。**

※ 不处于静止状态就不能接收电波。

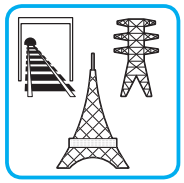
■ 接收困难的环境



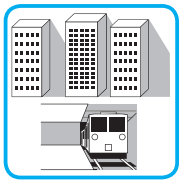
・电视、冰箱、空调等
家庭电化产品的附近。
・手机、电脑、传真等办
公自动化机器的附近。
・钢制桌子等金属制家具的
上面和附近。



・工地现场或交通量较多的
地点等，容易发生电波障
碍的地方。



・高压线、电视塔和
电动火车架设电线的附近。



・大楼内、
大楼与大楼之间以及地下。



・交通工具等内
（汽车、电动火车、飞机等）

**请不要在这样的
地方接收电波。**

⚠注意

・由于电波障碍等原因，接收发生了错误时，有时就会显示错误的时间。
由于接收地点和电波状况等原因，有时手表不能接收。
发生这种情况时，请改变接收地点。
・即使不能接收电波，手表也会以石英精度（平均月差 ±15 秒）运行。
・由于设备的维修或打雷等的影响，电波有时会停止。
停止电波的信息，请参阅各发射站的网页，
或向本公司售后服务中心垂询。

・各发射站的网页地址（截止到 2007 年 11 月）
日本：情报通信研究机构（日本标准时间规划）http://jjy.nict.go.jp/
中国：NTSC　http://www.ntsc.ac.cn/
美国：NIST　http://www.boulder.nist.gov/timefreq/stations/wwvb.htm

确认是否能够接收

■ 接收结果的显示

显示最后接收的结果（是否成功）5 秒

① 按下按钮 A 一次，然后离开



※ 如果按下按钮 A 的时间较长，在 3 秒以上时，秒针就会移动到“0 秒位置”，进入强制接收电波模式。这时如果再按按钮 A 一次，就会回到时间显示。

② 显示秒针接收电波的结果

接收结果
接收成功：Y
10 秒的位置



接收结果
接收失败：N
20 秒的位置



※ 经过 5 秒后，或在半途再按下按钮 A，这样将会回到时间显示。

接收结果是 Y 时

- 这表示接收成功。请继续使用手表。
  ※ 即使接收成功，但是时间或日期不正确时：→发生这种情况时：时间、针的偏差 P72、日期的偏差 P74。

接收结果是 N 时

- 试改变手表的安放地点和方向

  即使在大致的接收范围内，由于条件（天气、地形、建筑物和方向等的影响）的原因，有时会不能接收。→接收困难的环境 P20

  此外，在接收范围外时将不能接收。→接收电波的大致范围 P16 ～ P18

- 请试试在不同的时间段接收（强制接收时）

  即使在相同的地点，由于时间段的不同，接收环境也会不同。
  由于电波的特点，晚上较容易接收。

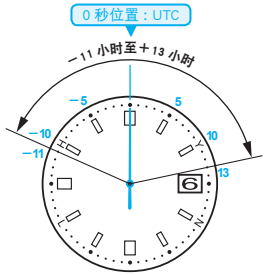
- 即使接收成功，以手动对准时间时，接收结果被复位而变成 N。
  ※ 将表把拉出两格，这样就进入手动对准时间的模式，因此即使不修改时间，接收结果也会被复位。
- 不接收电波时，可当作石英手表使用。
  ※ 精度是平均月差 ±15 秒。

什么是时差修改功能是什么

■时差修改功能的特点

- 可以 1 小时的单位，对准海外的时间。

  世界所有地区基本上都采用以 1 小时为单位的时差。
  以 UTC（协调世界时）为标准，设定时差。
  以 UTC 为标准，世界各地的时差是【－ 11 小时至＋ 13 小时】。



- 设定时差后，就能自动地显示目的地的时间。

  在时差修改功能的模式下，秒针的位置显示时差。
  以秒针为大致的目标操作按钮，以设定时差。

- 通过设定时差，以选择电波的接收局。

  在日本使用时，设定在【东京（日本）9 秒位置】，以接收日本的电波。
  在中国使用时，设定在【香港（中国）8 秒位置】。
  在可以接收电波地区以外的地方设定时差，接收电波功能是不会启动的。

→ 设定时差 → P26 ～ P27
→ 世界主要地区时差一览表 → P28

■ 关于时差修改功能的问答

问：从海外回到日本时，会自动地变成日本时间吗?
答：只是回到日本，是不会变成日本时间的。
　　在日本使用时，请通过“时差修改功能”设定为日本时间。

问：进行时差修改的操作时，指针会停止。这样时间不是会发生偏差吗?
答：内部的电路记忆着时间，因此时间不会发生偏差。

问：把时差设定在不是接收范围的地区时是不会接收电波的。
　　在这期间，手表的精度会怎么样?
答：这时，可当作普通的石英手表使用。（平均月差 ±15 秒）

问：想把时间向时差为 15 分、30 分单位的地区对准时该怎么办?
答：使用“时差修改功能”时，可以 1 小时为单位对准时间。
　　想把时间向时差为 15 分、30 分单位的地区对准时，请使用“手动对准时间”的功能。
　　→ 手动对准时间的方法 → P58 ～ P59

设定时差（选择接收局）

① 按下 B 按钮，直到秒针移动为止（4 秒）

▶ 秒针移动后，进入时差修改的模式。



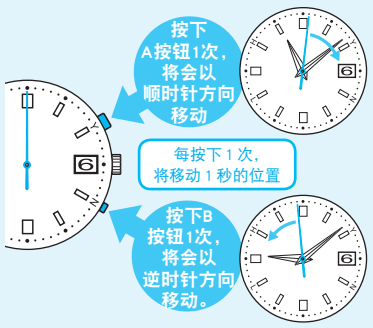
针不移动的状态持续 10 秒以上时，就会自动地回到时间显示。
在操作半道时，请从①再次进行操作。

按下B按钮4秒

※ 请使用端部较细的物体等按下 B 按钮。→ P10

② 按下按钮，使秒针移动，以设定时差

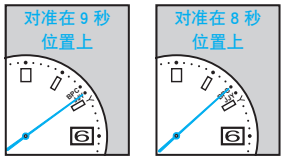
通过设定时差，就能转换电波的接收局。
在可以接收电波以外的地区，接收电波功能将不会启动。



※ 可连续按下按钮。

▶ 使秒针移动，以设定时差。
秒针每移动 1 秒，将相当于时差 1 小时。

在日本使用时	在中国使用时	在其他地区使用时
对准在 9 秒位置上	对准在 8 秒位置上	世界主要地区的时差一览表 → P28



指针不移动的状态持续 10 秒以上时，
将会自动地回到时间显示。
在操作半道时，请从①再次进行操作。

③ 模式自动结束

▶ 时分针的移动停止时，时差修改模式将在 10 秒后结束。

日期变更时，日期将随后移动。

※ 日期正在移动时，不可进行按钮、表把的操作。

世界主要地区时差一览表

把时差设定在接收电波栏中没有记载的时区时，接收电波功能将不会启动。

时差设定秒针位置	从协调世界时数起的时差	代表时区的都市名称	接收电波
0 秒	±0 小时	★伦敦 /UTC	—
1 秒	＋ 1 小时	★巴黎 / 柏林	—
2 秒	＋ 2 小时	★开罗	—
3 秒	＋ 3 小时	★莫斯科	—
4 秒	＋ 4 小时	杜拜	—
5 秒	＋ 5 小时	卡拉奇	—
6 秒	＋ 6 小时	达卡	—
7 秒	＋ 7 小时	曼谷	—
8 秒	＋ 8 小时	香港 / 北京（中国）	BPC
9 秒	＋ 9 小时	东京（日本）	JJY
10 秒	＋ 10 小时	★悉尼	JJY △
11 秒	＋ 11 小时	努美亚	—
12 秒	＋ 12 小时	★惠灵顿	—
13 秒	＋ 13 小时	（惠灵顿的 DST）	—

时差设定秒针位置	从协调世界时数起的时差	代表时区的都市名称	接收电波
0 秒	±0 小时	★伦敦 /UTC	—
59 秒	－ 1 小时	★亚速尔群岛	—
58 秒	－ 2 小时	（里约热内卢的 DST）	—
57 秒	－ 3 小时	★里约热内卢	—
56 秒	－ 4 小时	★圣地亚哥	WWVB △
55 秒	－ 5 小时	★纽约	WWVB
54 秒	－ 6 小时	★芝加哥	WWVB
53 秒	－ 7 小时	★丹佛	WWVB
52 秒	－ 8 小时	★旧金山	WWVB
51 秒	－ 9 小时	★安克拉治	—
50 秒	－ 10 小时	火奴鲁鲁	—
49 秒	－ 11 小时	中途岛	—

带★符号的地区已引进了夏令时间。
（截止到 07 年 11 月）

在接收电波栏中带有△符号的时区使用可接收地区的夏令时间。

以【协调世界时（UTC）】为标准，世界各地都有与协调世界时的【时差】。
国际上世界各地被划分为 24 个时差为 1 小时的地区（【时区】），
地球 1 周刚好是 24 小时。
此外，有些地区还设定的【夏令时间（DST）】。

协调世界时（UTC）

UTC 是世界共用的标准时，是经过国际协议决定的。
全世界在记录时间时，都使用这种公式时间。
它是在天文学上决定的世界时（GMT：格林威治标准时）上加上闰秒，
这样就不会产生偏差。

夏令时间（DST）

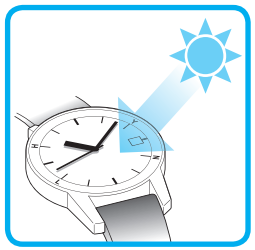
这是指夏天的时间。
这种制度是，在夏天日照时间较长的时期，把时间向前拨 1 小时，以延长白天的时间。
以欧美为主，世界约有 80 个国家使用夏令时间。
夏令时间的使用时期和使用地区因国家而不同。

※ 每个国家和地区都会随时变更时差和夏令时间。
※ 有一些地区以 15 分、30 分为单位设定时差。不过为数不多。（印度等）

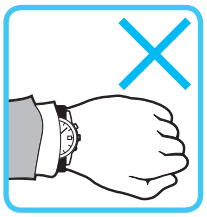
关于充电

■ 充电的方法

让光线照射表盘，进行充电。



请日常充分注意充电，
以便舒适地使用手表。





手表戴在身上，如果隐藏在衣袖下面等，一直在得不到光线照射的情况下使用，或在这种地方保管，由于充电不足，电池很容易就缺电。

※ 充电时，不可使手表处于高温状态。（动作温度范围是 − 10℃～+ 60℃）
※ 刚开始使用手表，或要让因充电不够而停止的手表起动时，要以右表为大致标准，充分进行充电。

■ 充电大致所需时间

请以下述时间为大致标准进行充电。

照度 Lx（勒）	光源	环境（大致上的目标）	至完全充电	至秒针稳确地 1 秒移动为止★	要使手表行走 1 天
500	白炽灯	60W 60cm	—	—	5 小时
700	荧光灯	一般办公室内	—	—	3 小时
1000	荧光灯	30W 70cm	—	120 小时	2 小时
3000	荧光灯	30W 20cm	90 小时	30 小时	30 分钟
5000	荧光灯	30W 12cm	70 小时	24 小时	24 分钟
1 万	荧光灯	30W 5cm	25 小时	8 小时	9 分钟
	阳 光	阴天			
10 万	阳 光	晴朗（夏天直接照射的阳光）	8 小时	2 小时	3 分钟

★ 这个数字是对停止的手表照射光线，直到“稳确地 1 秒移动为止”大致上所需的充电时间。
即使不充电这么长的时间，秒针也会 1 秒移动。但是在这种情况下，很快就会变成“2 秒移动”。
请根据这个大致的时间进行充电。
※ 充电所需时间因型号而略有不同。
※ 根据指针的移动，请确认能量余量。 → P12

关于能源

■ 能源短缺预告功能

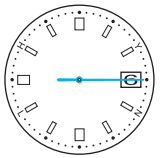
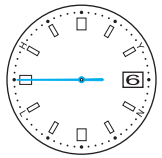
能源余量较少时，能源短缺预告功能将会启动。
首先是秒针以2秒移动【2秒运针】，
如果还不进行充电，秒针将变成5秒移动【5秒运针】。
接着，能源就会用完，手表即停止。
能源短缺预告功能启动时，请进行充分的充电。

充电方法.....P30
充电大致所需时间.....P31
关于节能.....右页

※ 能源短缺预告功能启动时，即使进行操作，按钮和表把也不会动作。
（这不是故障，请放心。）
※ 5 秒运针时，时针、分针和日期都会停止。
※ 5 秒运针时，自动接收功能将不会启动。充分进行充电后，恢复到 1 秒移动时，请再接收电波，
以对准正确的时间。（接收电波，以对准时间。→ P15）

■ 节能功能

一直处于光线照射不到的状态下时，手表的节能（节电）功能就会启动。

	节能 1	节能 2
条件	光线照射不到的状态持续 72 小时以上	长期处于充电不够的状态
状况	 秒针停止在 15 秒的位置上，时分针也停止	 秒针停止在 45 秒的位置上，时分针也停止 不自动接收电波
处理方法	光线照射 5 秒以上后，针就会快移，回到现在的时间	充分进行充电后，根据必要对准时间

关于节能 2
※ 正在充电时将为【5 秒移动】。【5 秒移动】期间，按钮、表把都不能进行操作。
※ 这种状况如果长期持续下去，能源余量会下降，内部存储的现在时间的信息将会失掉。充分进行充电，
当手表回到 1 秒移动时，请接收电波，以对准时间。（接收电波以对准时间 → P15）

注意事项

■ 关于清洁

・请日常经常进行清洁。

・要经常用柔软的布，把水分、汗水和污垢除掉。
对间隙（金属表带、表把四周和背盖四周等）的污垢，
使用柔软的牙刷较为有效。

・手表被海水弄湿后，必须用淡水好好地洗涤，然后抹干。
这时不要直接用水龙头的水冲洗。必须使用容器把水装好后进行洗涤。

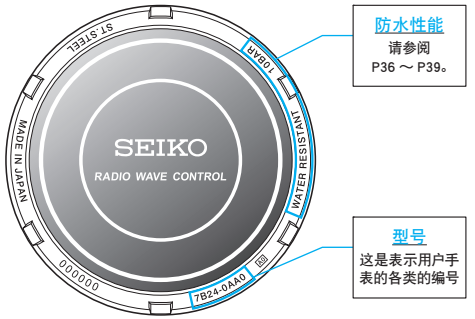
・要经常转动表把

・为了防止表把生锈，要经常转动表把。

・锁定式表把也一样。
关于表把 → P11

■ 性能与型号

通过手表的背盖，也能确认性能和型号。



※ 上面的图只不过是一个例子。您选购的手表可能与它不同。

关于防水性能

请通过下表确认您选购的手表的防水性能
（请参阅 P35）

背盖显示	防水性能	处理方法
没有显示	非防水	会沾上水滴，可出较多的汗时，请不要使用。
WATER RESISTANT	日常生活防水。	在日常生活中，如果只是“会沾上水”的程度，这时可以使用。 ⚠ 警告 游泳时不可使用。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用强化防水，是5气压防水。	在游泳等的体育运动中可以使用。
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	日常生活用强化防水，是10（20）气压防水。	在不使用空气瓶的潜游运动中可以使用。

⚠ 警告



戴水肺潜水和饱和潜水时切不可使用本手表。

BAR（气压）显示防水手表没有进行戴水肺潜水和饱和潜水用手表所需的严格的检查。请使用专用的潜水员手表。

⚠ 注意

※ 万一玻璃内部模糊不清或发生了水滴，并且长期不能消失时，这是防水不良。
这时请尽快与经销店或本公司售后服务中心垂询。



不要在沾有水分的状态下操作表把和按钮。

这样做，水分有时会流进手表内。

⚠ 注意



请不要让手表一直沾着水、汗水和污垢。

即使是防水手表，由于玻璃的胶接面或垫圈的劣化以及不锈钢生锈等原因，手表有时会变成防水不良。



洗澡或洗桑拿浴时，请不要使用。

蒸气、肥皂或温泉的成分等会促进防水性能的劣化。



不要直接用水龙头的水冲洗。

自来水的水压十分高，即使是日常生活用强化防水的手表有时也会变成防水不良。

■ 关于抗磁性能（磁性的影响）

**模拟石英手表受到附近的磁性的影响，
有时时间就会不准确或手表会停止。**

※ 本手表即使受到磁性的影响，时间会变得不准确，但是通过“针位置自动修改功能”，手表将会自动修改针位置。（参阅P62）

背盖显示	处理方法
无显示	必须使手表远离磁性产品10cm以上。
	必须使手表远离磁性产品5cm以上。（JIS标准1种）
	必须使手表远离磁性产品1cm以上。（JIS标准2种）

四周的磁性产品对手表产生影响的例子






- 手机（扬声器部）
- 手提包（磁性扣子）
- 交流电动剃须刀
- 手提收音机（扬声器部）
- 电磁烹调器
- 磁性健康带
- 磁性项链
- 磁性健康垫褥
- 磁性健康枕头
- 等等

模拟石英手表受到磁性影响的原因	内置的电动机使用磁铁，受到外部强劲的磁力时将会互相影响，从而使电动机停止或强制电动机旋转。

■ 关于表带

表带直接与皮肤接触，会被汗水或尘埃弄脏。不经常清洁，表带很快就会损坏，
成为皮肤发炎以及弄脏袖口的原因。为了能长期使用手表，敬请用户经常清洁手表。

・金属表带

- ・即使是不锈钢表带，如果把水滴、汗水和污垢等置之不理，表带也会容易生锈。
- ・不经常清洁，皮肤可能会发炎，袖口也会被黄色或金色弄脏。
- ・请尽快用柔软的布抹掉水滴、汗水和污垢。
- ・表带间隙的污垢要用水清洗，并使用柔软的牙刷等清洁。
  （不要让水弄湿手表，请用厨房用品的保鲜膜事先把手表包好。）
- ・即使是钛表带，由于销等使用强度优越的不锈钢。不锈钢有时会生锈。
- ・生锈到一定程度后，销就会凸出或掉落，这样手表有时会掉下。
  有时表扣表带则会脱不下来。
- ・万一销凸出时，用户会有可能受伤。这时请立刻停止使用，拿去修理。

注意事项

・皮革表带

- ・因水滴、汗水和直接照射的阳光而容易变质，这些都是褪色、劣化的原因。
- ・沾上水滴或出了汗时，请立刻用干的布等轻轻地把水滴和汗水抹掉。
- ・不要安放在直接受到阳光照射的地方。
- ・颜色较浅的表带，污垢十分显眼。使用时请注意这一点。
- ・即使手表本身是日常生活用强化防水（10 气压防水）的手表，除了防水表带以外，
  其他皮革表带请不要在洗澡、游泳以及使用水工作时使用。

・聚氨基甲酸乙酯表带

- ・它的特点是受到阳光照射就会褪色，并会因溶剂和潮湿的空气等原因而劣化。
- ・半透明或白色以及颜色较浅的表带，较容易沾附其他颜色，并会因此而变色。
- ・表带弄脏后，要用水洗涤，并用干的布抹干。
  （请使用厨房用品的保鲜膜把手表包好，以免手表被水弄湿。）
- ・表带弹性逐渐消失，或产生了裂痕时，这时要更换表带。

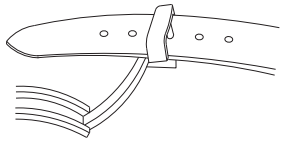
关于发炎和过敏症	因表带而发炎的原因有多种。例如因金属和皮革而发生的过敏反应；因污垢或与表带的磨擦而觉得不舒服等。
表带大小的大致标准	表带最好带一定的富余，要通气性良好。 在戴着手表的状态下，能插进一只手指左右的最佳。 

注意事项

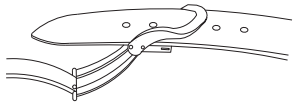
■ 特殊表扣表带的使用方法

有一部分的皮革表带和金属表带使用特殊的表扣表带。
请根据下图决定您选购的手表使用的表扣表带，然后参阅其操作方法。

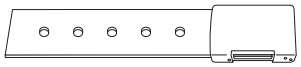
A 三折式表扣表带（皮革表带专用）→ P45

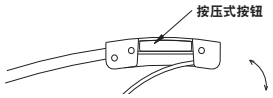


B 三折式按钮开关表扣表带
（皮革表带・金属表带）→ P46



C 皮革表带用三折式表扣表带（皮革表带专用）→ P48

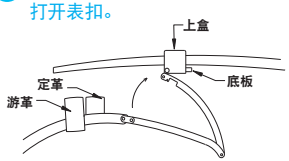




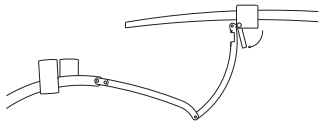
注意事项

A 三折式表扣表带的使用方法（皮革表带专用）

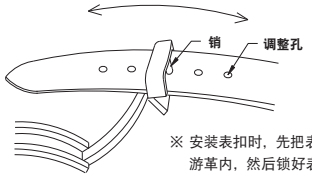
① 从定革、游革拔下表带，
打开表扣。



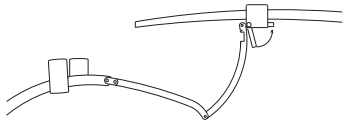
② 向下打开上盒的底板。



③ 把销从调整孔卸下。
左右滑动表带，达到适当的长度后，
再次把销插进调整孔内。



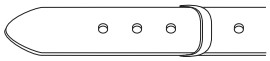
④ 关闭底板。
※ 注意，不可过度按下底板。

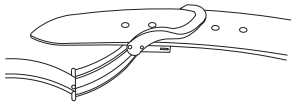


※ 安装表扣时，先把表带的尖端部插进定革、
游革内，然后锁好表扣。

注意事项

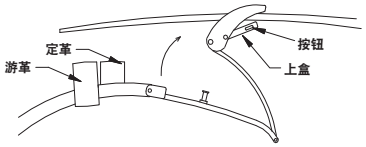
B 三折式按钮开关表扣表带的使用方法（皮革表带、金属表带）



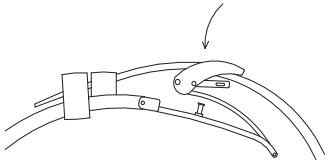


・装卸方法

① 从两旁按下按钮，把表带从定革、游革拔出，打开表扣。



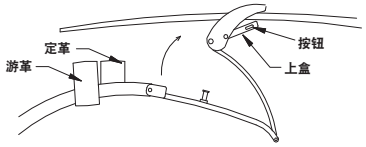
② 把表带的尖端部插进定革、游革内，从上面牢牢地按着上盒，把它固定下来。



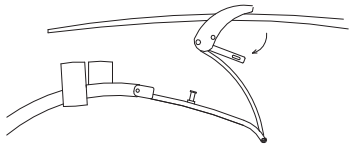
※ 金属表带中，有些型号是没有定革的。

・表带长度调整法

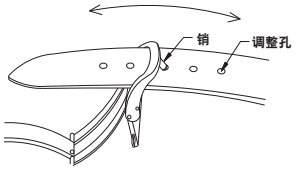
① 一面从两旁按下按钮，一面把表带从定革、游革拔出，然后打开表扣。



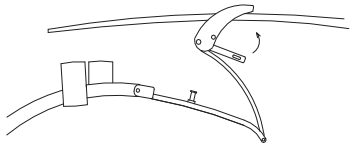
② 再次按下按钮，打开上盒。



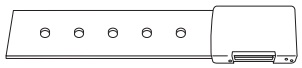
③ 把销从调整孔卸下。左右滑动表带，达到适当的长度时，把销插进调整孔内。

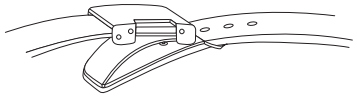


④ 一面按下按钮，一面关闭上盒。

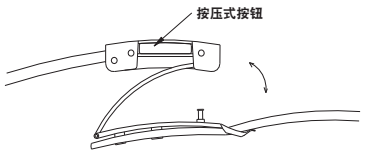


C 皮革表带用三折式表扣表带的使用方法（皮革表带专用）

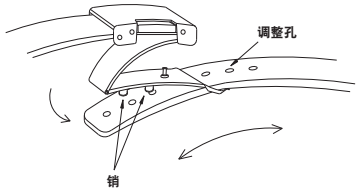




① 一面按下按钮，一面打开表扣表带。



② 把销从调整孔卸下。左右滑动表带，达到适当的长度时，把销插进调整孔内。一面按下按钮，一面牢牢地按着表扣表带，把表带固定下来。



■ 关于 Lumibrite（智慧光能）

您选购的手表带 Lumibrite 时

Lumibrite 是一种对环境和人都十分安全的蓄光物质。它不含放射能等的有害物质。Lumibrite 可在较短的时间内吸收、存储阳光和照明的光线（约 10 分钟：500 勒以上），在黑暗中长时间（约 3 ～ 5 小时）发出夜光。

由于 Lumibrite 是使用存储的光发光，辉度（明亮度）会随着时间的迁移而逐渐微弱。此外，发光的时间也会因存储光时的四周的明亮度、手表与发光物体的距离以及光的吸收程度等而产生一定的误差。

环境		大致的明亮度（照度）
阳光	晴天	100,000 勒
	阴天	10,000 勒
室内（白天的窗户旁）	晴天	3,000 勒以上
	阴天	1,000 勒～ 3,000 勒
	雨天	1,000 勒以下
照明（40W 白色荧光灯的下面）	1m	1,000 勒
	3m	500 勒（普通室内的明亮度）
	4m	250 勒

■ 电源

・防止超时充电功能

充电的时间即使超过完全充电所需时间，手表也不会损毁。
二次电池完全充电后，即使进一步进行充电，
防止超时充电功能将会自动地启动。

※ 关于完全充电所需时间，请参阅 P31“充电大致所需时间”。

⚠注意

■ 充电时的注意事项

- 充电时，如果接近摄影用灯光、聚光灯、白炽光（灯泡）等，手表将变成高温，以致内部的部件受到损毁。这一点务必请注意。
- 以阳光进行充电时，汽车的仪表板等也会变成高温。这一点务必请注意。
- 不要使手表的温度在 60℃以上。

・关于手表使用的电源

本手表使用的是专用的二次电池，与一般的电池不同。
一般的氧化银电池需要定期更换。这种电池却不需要更换。

但是二次电池经过长期反复的充放电后，持续时间会略为缩短。
（因使用状态和保管地点等环境而不同。）

专用的二次电池十分清洁，对环境的影响极轻微。

⚠注意

■更换二次电池时的注意事项

- 更换二次电池时，请使用本手表专用的二次电池。
- 如果装进了一般的氧化银电池，就有可能发生破裂、发热和着火等。务必请注意。
- 即使装进本手表专用二次电池以外的电池，在结构上本手表也不会接通。

■ 关于保修

在按照本使用说明书正常使用的情况下，如在选购后 1 年以内发生了故障，
将按照下述的保修规定免费进行修理和调整。

・保修的范围

手表主体（机芯装置、表壳）和金属表带

・不适用于保修的范围

即使在保用期内或属于保修的范围，在下列情况时将收费。

- 皮革、氨基甲酸乙酯、布等表带的交换。
- 因事故或不适当的使用而发生的故障或损坏。
- 在使用中产生的伤痕和污垢。
- 因火灾、水灾、地震等天灾而引起的故障和损坏。
- 只有全部填写了保证书记载项目的保证书才生效。故意修改了字句时，将不能得到规定的免费服务。

保用证承诺在保用证明书上所明示的期间内和条件下进行免费修理。
它并不限制顾客在法律上的权利。

・领取保用证的手续

- 保证对象发生故障时，请持手表和另文的保证书，到经销店办理。
- 如果在经销店得不到保证时，请携带保证书到“本公司售后服务中心”办理。

・其他

- 修理时，有时会交换机芯装置，或对表壳、表盘、针、玻璃、表带等使用一部分的替代部件。（使用部件的保留期间普通以 7 年为标准。）
- 金属表带等的调整，请委托经销店或本公司售后服务中心办理。在上列以外的销售店进行调整将收取费用。

■ 售后服务

· 关于修理用部件

- 本手表的修理用部件，保留期间普通以 7 年为标准。
- 修理时，有一部分的部件有时会使用替代品。敬请谅解。

· 关于检修、洗油

- 为了供用户长期使用，我们建议各位每隔 3、4 年进行一次检修、洗油。由于使用状态的原因，机械的保油状态会受到损害，部件会因油的污浊等而磨损，从而使手表停止。此外，由于衬垫等部件进一步的劣化，汗水和水分等浸入手表内，损害了手表的防水性能。因此，请委托经销店进行分解清洁的检查调整
- 交换部件时，请指定“正规部件”。
- 检修、洗油时，请同时委托经销店替换衬垫和弹簧棒。

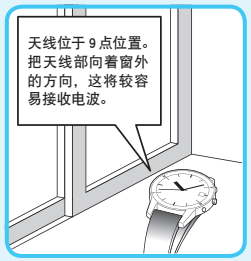
· 关于保修

· 如需修理、检修和洗油，请委托经销店或本公司售后服务中心。
· 如在保用期内时，请务必携带保用书。
· 保用说明书记载了保修的范围。请熟读、并妥善保管。

强制接收的方法（以手动方式接收电波）

① 安放手表

▶ 把手表安放在容易接收电波的地方。



→ 为了容易接收电波 P19

② 按下 A 按钮，直到秒针移动到 0 秒的位置为止。（4 秒）

▶ 秒针移动，在0秒位置停止后，将开始接收。



※ 时差的设定如果是在可接收电波以外的地区，这时将不可进行强制接收。（秒针不会移动到0位置。）请确认时差的设定。
→ 设定时差（选择接收局） P26～P27

③ 正在接收时，请耐心等候，不要移动手表。

※ 正在接收时，如果手表不是处于静止状态，就不能接收电波。

接收时间最长是 12 分钟。
这将根据电波状况而不同。

▶ 约 1 分后，秒针显示接收水平。

接收中的显示

接收水平
高：H
50 秒位置



接收水平
低：L
40 秒位置



秒针每移动 1 分，将会更新接收水平。
※ 随着秒针的移动，分针也会 1 分 1 分地移动。

不能接收时

接收水平
不能接收：N
20 秒位置



5 秒后，
回到时间显示。

④ 接收结束时，将显示接收时间。

▶ 请确认接收是否成功。
→ P22

※ 日期在移动时，按钮和表把不可进行操作。

※ 在某种环境下，电波的接收可能有困难。→ 接收困难的环境 P20
※ 在接收范围以外的地区将不能接收。→ 可接收电波大致的范围 P16 ～ P18
※ 不能接收时 → 接收结果是 N 时 P23

不能接收电波时

■ 手动对准时间的方法

在电波接收范围外（海外），处于不能接收电波的环境时，如果要继续使用手表，这时可以手对准时间。

※ 即使不能接收电波，手表也会以普通石英手表的精度（平均月差 ±15 秒）动作。

- 对准时间后，日期也会联动进行校对。
- 以手动对准时间后如果接收了电波，这时将显示接收的时间。再在能接收电波的地区使用时，我们建议客户采用【强制接收】。
  → 强制接收的方法　P56 ～ P57

① 将表把拉出 2 格

▶ 秒针移动到 0 秒位置，进入手动对准时间模式。



※ 如果是螺丝锁定式表把，请解除锁定。
→ P11

※ 进入手动对准时间模式后，这时会失去接收电波结果的数据，因此即使确认接收结果，显示将会是“N”。

② 按下按钮 A，以对准时间。

进给 1 分	按下 1 次后，手离开。
连续进给	连续按下 2 秒以上后将动作，再按一次将停止。



※ 即使转动表把，针也不会移动。

※ 向前拨动针，然后对准时间。不可向后拨动针。

※ 日期的变更时间是上午 0 点（下午 12 点）。对准时间时，请注意上午、下午。

③ 按回表把

▶ 操作结束。手表开始动作。



※ 如果是螺丝锁定式表把，请进行锁定。
→ P11

表把回到原位后，手表开始动作。
使表把回到原位时，请按照时报等的时间进行。

■ 手动对准日期的方法

在电波接收范围外（海外），处于不能接收电波的环境中，日期不会自动变更（从大的月份变到小的月份等）时，请以手动对准日期。

- 日期可单独对准，与时间无关。
- 以手动对准日期后，如果接收了电波，这时将显示接收的日期。
- 再在能接收电波的地区使用时，我们建议客户采用【强制接收】。
  → 强制接收的方法　P56 ～ P57

※ 接收电波成功后，日期如果还不正确时，这可能是日期的标准位置发生了偏差。对准日期的标准位置 → P64

① 将表把拉出 1 格

▶ 进入手动日期对准模式（手表是处于动作状态。）



※ 如果是螺丝锁定式表把，请解除锁定。
→ P11

② 按下按钮 A，以对准日期。

进给 1 分	按下 1 次后，手离开。
连续进给	连续按下 2 秒以上后将动作，再按一次将停止。



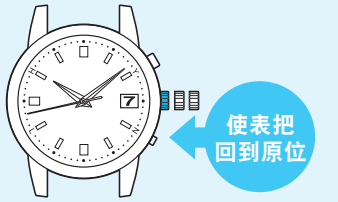
※ 即使转动表把，日期也不会变动。

※ 日期正在变动时，不可进行按钮的操作。

※ 对准日期时，要向前拨动日期。不可向后倒退日期。

③ 按回表把

▶ 操作结束。



※ 如果是螺丝锁定式表把，请进行锁定。
→ P11

关于标准位置

时差的设定准确，但是即使接收电波成功，时间和日期也未能对准时，其原因可能是标准位置出现了偏差。

电波手表能自动对准时间。指针的位置是标准。如果指针的位置出现了偏差，即使接收电波成功，这时也不能显示正确的时间。
【成为标准的指针的位置出现了偏差】这种情况就像体重计由于没有对好 0 的位置，这样就不能显示体重一样。

・什么时候需要对准标准位置

接收电波成功，但是时间和日期不正确时，
或系统进行了复位时，就有必要对准标准位置。

→ 标准位置的对准方法　P64

・自动对准标准位置的功能（指针位置自动修改功能）

时分秒针拥有“指针位置自动修改功能”，在标准位置出现了偏差时能自动进行修改。
指针位置自动修改功能启动的时间是秒针 1 分 1 次，时分针是上午、下午 12 点。

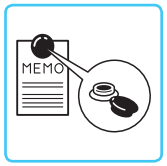
※ 可以手动修改时分针的标准位置。 → P66

日期的标准位置不能自动进行修改，必须以手动进行校对。

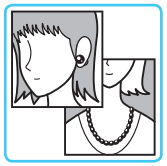
※ 由于其他原因，时间和日期不正确时 → 出现了这种情况时：时间、指针的偏差 P72、日期的偏差 P74。

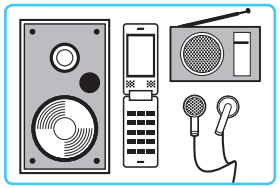
〈时间、日期出现了偏差时〉
・受到强烈的冲击时：手表由于掉落或被强烈碰撞时，时间会因冲击而出现偏差。
・受到磁性的影响时：手表接近发出磁性的物体时会出现偏差。

■ 在我们的四周会发出磁性的物体

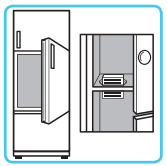


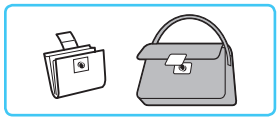
・磁铁夹


・使用磁铁的装饰品


・音频机器、收音机、耳机、手机等的扬声器。


・磁性治疗器（敷布、床上用品、腰痛带等）


・冰箱和家具的门的磁铁


・手提包和钱包的扣子

标准位置的对准方法

■ 对准日期的标准位置

日期的标准位置是“1 日”。

标准位置的日期如果出现了偏差，
即使接收了电波，日期的显示也不会正确。
把标准日期对准在“1 日”，
这样就能修改日期的迟早。

日期的数字如果偏离窗口的中心，
通过这个操作也能进行修改。

想同时对准日期和时分针的标准位置时，
在②之后，即可进行 P67 的②的操作。

① 同时按下按钮 A・B，直到秒针停止在 13 秒的位置为止。（4 秒）

▶ 日期会移动，在标准位置上停止。

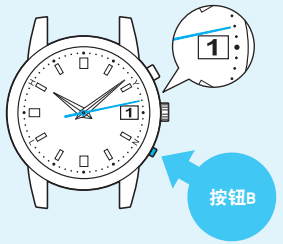


※ 不要将把手拉出。
※ 请使用端部较细的物体等按下按钮 B。 → P10
※ 首先按下按钮 B，在按压按钮 B 的状态下再按下按钮 A，这样就能按下去。

・日期在移动时，不能进行按钮操作。
・日期停止后，如果不进行操作，并且日期和指针不动的状态持续 10 秒以上时，这样将会自动地回到时间显示。
・操作在半途时，请从①再次进行操作。

② 按下按钮 B，把日期设定在“1 日”。

▶ 把标准位置对准正确日期。
对准时，请把数字“1”设置在窗口的中心。



连续进给	按下 2 秒以上时开始动作，再按一次即停止。
微调	间歇地按下，就会一点一点地前进。

※ 向前移动日期，然后对准。不可倒退。

③ 模式自动结束

▶ 日期的动作结束后，
标准位置修改模式在 10 秒后结束。

回到显示时间状态后，
请确认日期是否正确。

日期不正确时，要对准日期。

接收电波，以对准日期。
强制接收的方法 → P56

不能接收电波时
手动对准日期的方法 → P60

■ 以手动对准时分针的标准位置

自动地对准标准位置时
不需要进行操作。
→ 指针位置自动修改功能 P62

以手动对准时分针的标准位置时，
请进行这种操作。

同时对准日期和进分针的标准位置时，
在 P65 的②之后，可以进行②的操作。

① 同时按下按钮 A、B，直到秒针在 13 秒位置停止为止。（4 秒）

▶ 进入日期标准位置对准模式



※ 不可将表把拉出。
※ 请使用端部较细的的物体按下按钮 B → P10
※ 首先按下按钮 B，在继续按下不离开的状态下再按按钮 A，这样就较容易按下。

- 日期在移动时，不可进行按钮操作。
- 日期停止后，不进行操作、日期和指针不动的状态持续 10 秒以上时，手表就会自动地回到时间显示。
- 操作在半途时，请从①再次进行操作。

② 日期的动作停止后，按下按钮 A，直到秒针停止在 0 秒位置。（2 秒）

▶ 进入时分针标准位置对准模式



- 日期在移动时，不可进行按钮操作。
- 日期停止后，不进行操作、日期和指针不动的状态持续 10 秒以上时，手表就会自动地回到时间显示。
- 操作在半途时，请从①再次进行操作。

③ 按下按钮 B1 次。

▶ 时分针的标准位置会自动进行修改。
所有指针在0秒位置停止。



针停止动作。经过 10 秒后，
会自动回到时间显示。

出现这种情况时

出现这种情况时		估计其原因	这时请进行下列操作	参阅页数
指针的移动	秒针每次移动 2 秒	能源短缺预告功能已启动 (P32) 日每天都戴着手表，但是却出现了这种现象时，其原因可能是手表隐藏在衣服的袖子内，得不到充分的光线照射。	充分进行充电，以便秒针 1 秒 1 秒地移动。 戴用手表时，尽量不要使手表隐藏在袖子等后面。 卸下手表时，请尽量把手表安放在明亮的地方。	P30
	秒针每次移动 5 秒			
	秒针在 15 秒位置从停止状态开始动作	节能功能已启动 (P33) 得不到光线照射的状态一直持续时，节能功能就会启动，以减少能源的浪费。	请等待到手表显示现在的时间。 请继续使用，不要进行任何操作。（这不是异常的动作。）	—
	秒针在 45 秒位置从停止状态开始动作	节能功能已启动 (P33) 得不到光线照射的状态一直持续时，节能功能就会启动，以减少能源的浪费。	① 充分进行充电，以便秒针 1 秒 1 秒地移动。 ② 时间如果还不正确，请根据必要接收电波。	P30 P15
	没有进行按钮操作，但是针快移，后来则正常地移动	节能功能已启动 (P33) 指针位置自动修改功能已启动 (P62) 由于外部的影响等原因，指针发生了偏差时，指针位置自动修改功能就会启动，自动地校对指针的偏差。	请继续使用，不要进行任何操作。（这不是异常的动作。）	—

出现这种情况时		估计其原因	这时请进行下述操作	参阅页数
接收电波	不能接收 接收结果的显示是“N（未能接收）”	接收电波时，移动了手表。	正在接收电波时，请不要移动手表。 手表要处于静止状态才能接收电波。	P19
		手表处于接收困难的环境。（P20）	把手表安放在容易接收电波的环境下进行接收。	P19
		标准电波发射站暂时停止发出电波。（停止发出电波）	关于停止发出电波的信息，请参阅运营发射站的机构的网页。	P21
		时差设定在可以接收地区以外的地方。 （接收局的选择错误）	① 确认时差的设定（接收局的选择），然后正确进行设定。 ② 时间如果还不正确，请根据必要接收电波。	P26 P15
充　电	对停止的手表进行充电。但是即使充电的时间超过“完全充电所需时间”，秒针也不会 1 秒 1 秒地移动。	照射的光线微弱。 充电时，光线的照射出现了问题。	要在光线明亮的环境下进行充电。 光线的照射不可发生变化。	P30
		手表内部的系统不稳定。	使系统复位。	P76

出现这种情况时		估计其原因	这时请进行下述操作	参阅页数
时间和指针的偏差	手表暂时较快或较晚。	由于外部的影响，接收了错误的时间。（接收错误）	① 请在较容易接收的环境下进行接收。 ② 根据必要，进行强制接收。	P19 P56
		手表安放在较热或较冷的地方。	① 恢复常温时，将会回到原来的精度。 ② 如果时间还不正确时，请根据必要，进行强制接收。 ③ 不能恢复原来的状态时，请到经销店洽谈。	— P56 —
	分和秒正确，但是时间却以 1 小时的单位出现了偏差。	时差的设定不正确。	确认时差的设定，然后正确进行设定。	P26
	接收成功，但是时间出现了偏差。	由于外部的影响，指针的位置出现了偏差。 指针的标准位置出现了偏差。 → 关于标准位置　P62	① 指针位置自动修改功能会启动，自动进行修改。请不要进行任何操作，继续使用。 指针位置自动修改功能的启动时间是：秒针是 1 分 1 次，时分针是上午、下午 12 点。 如果赶时间，请以手动修改时分针。 ② 指针的偏差如果得不到修改时，请使系统复位。 ③ 系统复位后，如果指针的偏差仍然得不到修改，请到经销店洽谈。	P62 P76 —
	在“接收结果显示”和“接收水平显示”中，秒针的位置出现了偏差。	秒针的标准位置出现了偏差。（由于外部的影响等原因，秒针的位置出现了偏差时就会发生这种情况。） → 关于标准位置　P62		

出现这种情况时		估计其原因	这时请进行下述操作	参阅页数
日期的偏差	接收成功后，时间正确，但是日期却不正确	日期的标准位置出现了偏差。 由于外部的影响或系统复位等原因，日期的标准位置出现了偏差时就会发生这种情况。	请把日期标准位置设定在“1 日”。	P64
操　作	按钮和表把不动作 （进行操作也不动作）	能源余量已经很少。	充分进行充电，直到秒针 1 秒 1 秒地移动为止。	P30
		设定操作刚结束，日期正在移动。	请等待，不要进行任何操作。 日期的动作停止后，就能进行操作。	–
	在设定的过程中， 不知道该怎样操作	————————————————————	① 拉出了表把。请将表把恢复到原来的位置。 ② 搁置一定时间后，指针就会正常动作。 ③ 在这以后，请再次进行设定。	–
其　他	玻璃一直模糊不清	由于密封环的劣化等原因，手表内部进了水。	请到经销店洽谈。	–

※ 出现了上述记载以外的现象时，请到经销店洽谈。

万一出现异常动作时

走动万一发生异常，或充分进行充电后，秒针仍然不能 1 秒 1 秒地移动时，进行 (1) ～ (8) 的操作，手表的功能就能恢复正常。

■ 系统复位的方法（①～③）

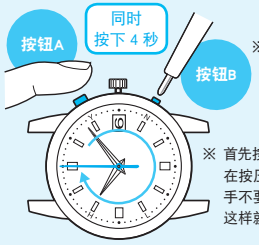
① 将表把拉出 2 格，秒针将停止在 0 秒位置上。



※ 如果是螺丝锁定式表把，请解除锁定。
→ P11

② 同时按下按钮 A、B4 秒，然后手离开。

▶ 手离开5秒后，秒针转动1圈，将在0秒位置停止。
其后，时分针将向0秒位置移动。



※ 请用端部较细的物体等按下按钮 B。
→ P10

※ 首先按下按钮 B，在按压的状态下，手不要离开，再按按钮 A，这样就能成功地按下。

■ 日期标准位置对准（④～⑤）

③ 所有指针都到了 0 秒位置时，将表把恢复到原来的位置。

▶ 秒针从0时0分0秒开始移动。

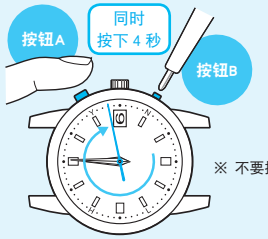


※ 如果是螺丝锁定式表把，请解除锁定。
→ P11

※ 手表从 0 时 0 分 0 秒不动作时，这表示系统复位没有启动。
请从②的操作再次进行。

④ 同时按下按钮 A、B，直到秒针停止在 13 秒位置上。（4 秒）

▶ 进入日期标准位置对准模式。



※ 不要把表把拉出。

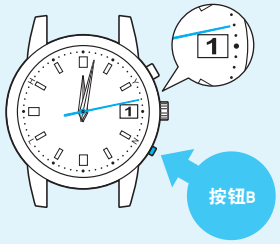
- 进入这种模式后，如果不进行操作的状态持续 10 秒以上，这时将自动解除本模式。
- 如在操作半路上，请从④再次进行操作。

接下页

■ 设定时差（⑥～⑦）

⑤ 按下按钮 B，把日期设定在“1 日”。

▶ 对准时，要把数字“1”设定在窗口的中心。



连续移动	连续按下 2 秒以上时就会移动，再按一次将停止。
微调	间歇地按下时，将会逐渐前进。

⑤的操作结束，在 10 秒后，标准位置对准模式将结束。

⑥ 按下按钮 B，直到秒针移动到 0 秒位置。（4 秒）

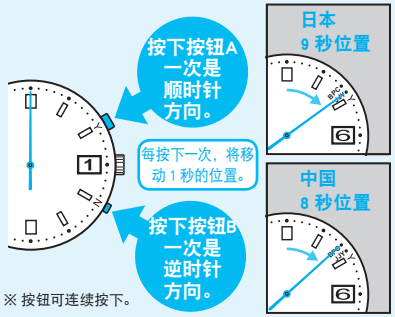
▶ 进入时差设定的模式。



秒针移动后，不进行操作、并且指针不动的状态持续 10 秒以上时，将会自动地回到时间显示。操作在半途时，请从⑥的操作再次进行。

⑦ 按下按钮，使秒针移动，以设定时差。（选择接收局）

▶ 请把手表对准使用地区的时差。



※ 按钮可连续按下。

其他地区：世界主要地区时差一览表 → P28

⑦的操作后，时分针的移动停止时，时差修改模式将在 10 秒后结束。

⑧ 对准时间

接收电波，以对准时间。

强制接收的方法

→ P56

不能接收电波时

手动对准时间的方法

→ P58

对准时间后，操作结束。

产品规格

1. 水晶振动数……32,768Hz（Hz ＝ 1 秒的振动数）
2. 精度……平均月差 ±15 秒（不使用接收电波修改时间，并在气温 5℃– 35℃的地方戴用手表时）
3. 走时温度范围……-10℃～＋ 60℃
4. 驱动方式……步进马达式（时・分针、秒针、日期）
5. 使用电源……二次电池：1 个
6. 持续时间……约 6 个月（完全充电并不作节电时）
   ※ 在完全充电的状态下，如果节电最大约可使用 1.5 年。
7. 电波接收功能……自动接收（上午 2 点、上午 3 点、上午 4 点）
   ※ 因接收状况而不同。
   ※ 在接收与下一次接收之间，将以上述石英的精度运行。
   ※ 带强制接收功能
8. 电子电路……振荡、分频、驱动、接收电路：集成电路 3 个

※ 为了改良产品，上述规格会不预告而变更。