

感谢您购买西铁城手表。

使用手表之前，仔细阅读该说明手册以确保正确使用。

阅读手册后，将其存储至安全地方，以备日后参考。

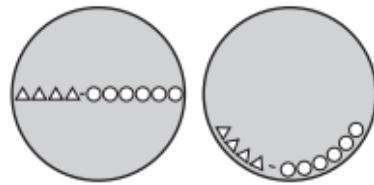
必要时可以访问西铁城网站：<http://www.citizenwatch-global.com/>。在此，您会找到如电子设置指南、常见问题回答、光动能充电信息等各种信息。

若要检查机芯编号

表壳编号—4个字母数字字符与6个或更多字母数字字符一刻印在表壳后盖上。（右图）

表壳编号的前4个字符代表手表的机芯编号。在右侧示例中，“△△△△”为机芯编号。

刻印位置示例



刻印位置可能根据手表型号的不同而有所不同。

安全预防注意事项 — 重要事项

本手册包含随时都应严格遵守的说明，该说明不仅指导您正确使用，而且还能防止您自身、其他人员受伤或财产损失。我们鼓励您阅读整个手册（尤其是第 40 至 53 页）并理解以下符号的含义：

■ 本手册按如下所示将安全公告分类描述：

 危险	很可能导致死亡或严重受伤
 警告	可引起严重受伤或死亡
 注意	可能或将会引起轻微或中度受伤或损害

■ 本手册按如下所示将重要说明分类描述：（以下符号为象形图示例。）

	警告（注意）符号，表示禁止事项。
	警告（注意）符号，表示应遵守的说明或应遵守的预防措施。

功能



■ 世界时间

便于查看任何其他时区的时间。
还提供夏令时设置。



■ 光动能

不需要定期更换电池。本表以光源作为能源驱动。



■ 万年历

在 2100 年 2 月 28 日之前，无需进行每月和闰年修正。

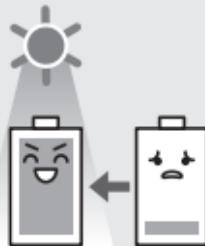
- “光动能”是西铁城的原创技术。

目录

使用手表之前.....	7
表带调整.....	8
保护贴纸.....	8
如何使用专用的柄头/按钮	9
组件识别.....	11
设置世界时间.....	12
设置夏令时.....	18
为手表充电.....	20
调整时间和日历	26

修正基准位置.....	32
故障排除	38
现象和解决方法	38
Eco-Drive (光动能) 手表使用的 注意事项.....	40
防水功能.....	44
注意事项和使用限制	47
规格	54

使用手表之前



本手表内含一个可充电电池，让表盘接受光照即可充电。
定期让表盘接受阳光直射为手表充电。
有关充电的详细信息，请参阅第 **20** 页 - 。

进行时间和日历调整之前，请正确调整世界时间和夏令时设置。

世界时间设置 (第 12 页)	选择与您想设置的时间和日历对应的时区。
夏令时设定 (第 18 页)	根据您当前位置的夏令时状态更改夏令时设置 (SMT ON/OFF)。

请在检查并设置以上项目之后，调整时间和日历（第 **26** 页）。

■ 表带调整

建议您寻找有经验的手表维修技师来帮助您调整手表。如果调整不当，表链可能会意外脱落，导致手表丢失或人员受伤。

请联系指定维修服务中心。

■ 保护贴纸

确保拆下手表（表壳后盖、表带、表扣）上可能存在的保护贴纸。否则，汗水或湿气可能会进入保护贴纸与部件之间的空隙，从而导致皮疹和/或金属部件的腐蚀。

如何使用专用的柄头/按钮

部分型号配备专门柄头和/或按钮，以防止意外操作。

螺旋式柄头/按钮

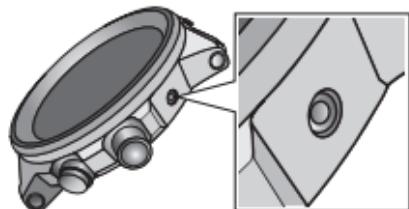
操作手表之前，解锁柄头/按钮。

	解锁	锁定
螺旋式柄头	 <p>逆时针旋转柄头，直到从表壳上释放。</p>	 <p>将柄头推至表壳内。轻压柄头，顺时针旋转柄头，将其固定在表壳上。确保拧紧。</p>
螺旋式按钮	 <p>逆时针旋转紧锁螺丝，直到松动。</p>	 <p>顺时针旋转紧锁螺丝，拧紧。</p>

使用手表之前

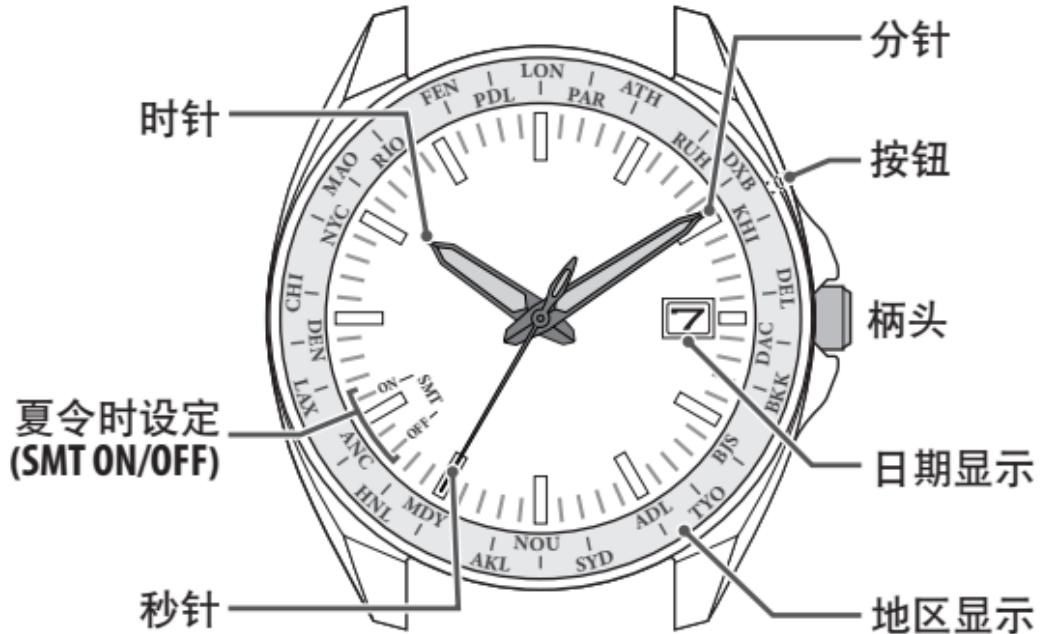
凹钮

使用无缺尖头物体按压按钮。



- 金属物体可能损伤或刮伤按钮。

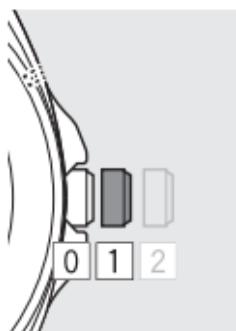
组件识别



- 本说明手册中的图解可能与您手表的实际外观不同。
- 太阳能电池位于表盘下。

设置世界时间

本款手表可通过选择 26 个时区之一显示世界各地的时间。



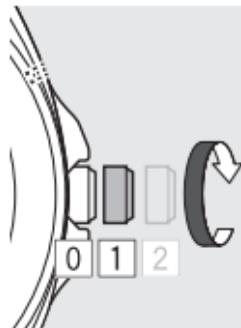
1 拉出柄头到位置 1。

秒针将指向当前设置的时区。



例如：

当时区设置为“NYC”时

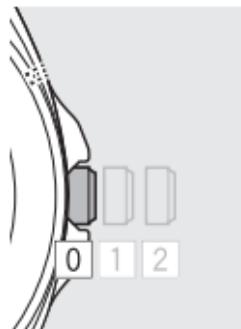


2 秒针指向当前设置的时区时顺时针旋转柄头以选择新的时区。

选择不同的地区之后，时针和分针开始走动。

- 有关地区和时区的详细信息，请参阅“时区表和代表性地点”（第 14 页）。
- 日期显示也会同步走动。

3 当指针和显示停止时，将柄头推入位置 0 以完成该步骤。



设置世界时间

时区表和代表性地点

- 国家或区域可能会由于多种原因改变时区。
- 在表中未列的地区使用本款手表时，在相同的时区中选择地区名称。

时区	秒针位置	地区名称	代表性地区
0	0 秒	LON	伦敦
+1	2 秒	PAR	巴黎
+2	4 秒	ATH	雅典
+3	7 秒	RUH	利雅得
+4	9 秒	DXB	迪拜
+5	11 秒	KHI	卡拉奇
+5.5	14 秒	DEL	德里
+6	16 秒	DAC	达卡

时区	秒针位置	地区名称	代表性地区
+7	18 秒	BKK	曼谷
+8	21 秒	BJS	北京/香港
+9	23 秒	TYO	东京
+9.5	25 秒	ADL	阿德莱德
+10	28 秒	SYD	悉尼
+11	30 秒	NOU	努美阿
+12	32 秒	AKL	奥克兰

设置世界时间

时区	秒针位置	地区名称	代表性地区
-11	35 秒	MDY	中途岛
-10	37 秒	HNL	火奴鲁鲁
-9	39 秒	ANC	安克雷奇
-8	42 秒	LAX	洛杉矶
-7	44 秒	DEN	丹佛
-6	46 秒	CHI	芝加哥
-5	49 秒	NYC	纽约

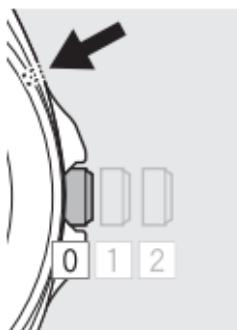
时区	秒针位置	地区名称	代表性地区
-4	51 秒	MAO	玛瑙斯
-3	53 秒	RIO	里约热内卢
-2	56 秒	FEN	费尔南多·迪诺罗尼亚群岛
-1	58 秒	PDL	亚速尔群岛

- 表中的偏移量基于标准时间 (UTC)。

设置夏令时

夏令时是某些国家/地区为获得额外日光而在夏季采用的一种时制。

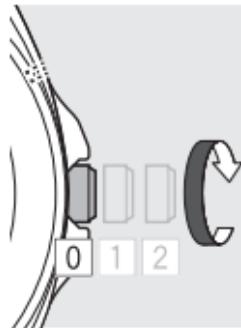
- 夏令时期间会因国家或地区不同而异。
- 夏令时规则可能因国家或地区而改变。
- 您设置的夏令时设置 (**SMT ON/OFF**) 将应用至世界时间的所有时区（第 12 页）。



1 柄头处于位置 0 时按下此按钮。

秒针指示当前夏令时设置。

- 在执行以下步骤时，如果 10 秒内未进行任何操作，手表会返回正常指示。



2 旋转柄头切换夏令时设置 (SMT ON/OFF)。

设置更改后，时针和分针开始走动。

SMT ON		夏令时显示。
SMT OFF		标准时间显示。

- 每次顺时针旋转柄头时，设置会相应地更改。



3 按下按钮以完成步骤。

为手表充电

位于表盘下的感光板发出的电能储存在充电电池中。
将表盘暴露在光照下，如阳光直射或荧光灯照射，即可
为电池充电。

为了确保最佳性能，请注意下列各项：

- 不使用时，也将手表放置在表盘朝向亮光的位置，如
窗户附近。
- 每月至少一次让手表表盘接受阳光直射 5 或 6 小时。
- 避免将手表长时间放置在暗处。



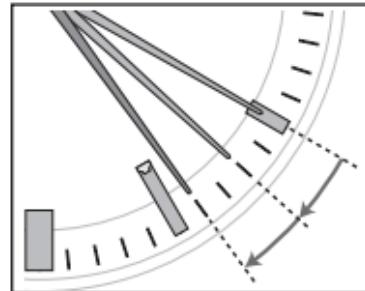
注意

- 请勿在高温（大约 60 °C 或更高）下为手表充电，因为这可能导致手表的机芯发生故障。
 - 如果衣服的长袖经常遮住手表，则手表可能需要再另外充电才能确保持续运行。
-
- 完成充电后手表自动停止充电（过度充电保护功能）。此功能可以防止因过度充电引起的手表性能和可充电电池损害。

■ 手表电量不足时（充电不足警告功能）

手表的剩余电量不足时，秒针会每两秒走动一次。这就是充电不足警告功能。确保按照第 24 页所述立即为手表充满电。

- 手表充满电后，秒针将正常走动。
- 如果出现电量不足警告之后超过 2 天没有为手表充电，手表将会耗尽电量而停止运转。



处于充电不足警告状态时

时间和日期正确显示。

- 您无法调整时间和日历。
- 您无法更改世界时间和夏令时设置。

不同环境下所需的充电时间

下表列举在不同照度环境下大约所需的充电时间。此表仅供参考。

环境	照度 (lx)	充电时间 (大约)		
		运行一天	从电池电量耗尽到手表正常运行	从电池电量耗尽到完全充满
室外 (晴天)	100 000	2 分钟	1 小时	9 小时
室外 (阴天)	10 000	12 分钟	4 小时	50 小时
荧光灯 (30 瓦) 下 20 厘米	3 000	40 分钟	13 小时	160 小时
室内照明	500	4 小时	100 小时	-

- 建议接受阳光直射为手表充电。荧光灯或室内照明的照度不足以有效地为可充电电池充电。

■ 省电功能

将手表放在暗处一定时间之后，手表将无法产生电量，秒针会自动停止以节省电量。

- 手表在省电模式下仍正常运转。
- 在以下情况下，省电功能不运行：
 - 柄头处于位置①或②。
 - 2秒间隔走动期间（电量不足警告状态）

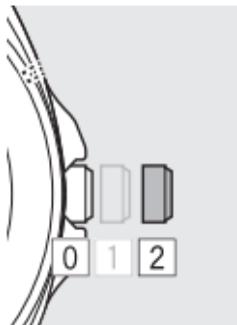
取消节能功能

省电状态结束后，柄头拉出至位置①或②时或表盘接受光照并开始发电时，指针恢复正常指示。

调整时间和日历

调整时间和日历之前，检查要设置的时间和日历的时区和夏令时状态，然后正确调整世界时间设置（第 12 页）和夏令时设置（SMT ON/OFF）（第 18 页）。

■ 设置时间



1 拉出柄头到位置 2。

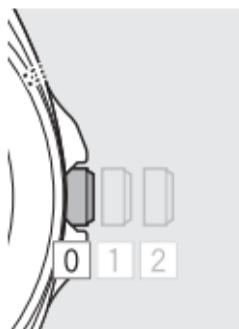
秒针指向 0 秒并停止。

- 如果秒针不指向 0 秒，请在执行时间和日历调整之前调整基准位置（第 32 页）。



2 旋转柄头设置小时和分钟。

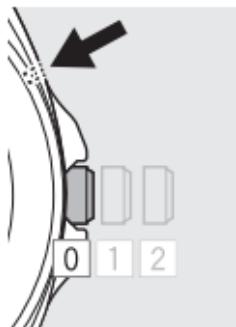
- 快速旋转柄头几次，指针/显示将连续走动。要停止快速走动，请向任意方向旋转柄头。
- 日期显示也会同步走动。日期显示更改表明处于 AM 时间。
- 逆时针移动指针时，日期显示不会更改。



3 根据可靠的时间源将柄头推入到位置 0 完成该步骤。

手表开始走动。

■ 调整日历



1 柄头处于位置 0 时按下该按钮。

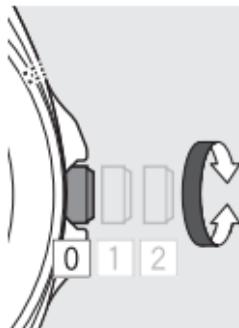
秒针指示当前夏令时设置。

- 10 秒内执行下一步骤。

2 秒针指示夏令时设置时，按住按钮 2 秒以上时间。

秒针完全转动一圈，然后指示当前年份和月份设置。

- 秒针开始走动时释放按钮。
- 在执行以下步骤时，如果 30 秒内未进行任何操作，手表会返回正常指示。

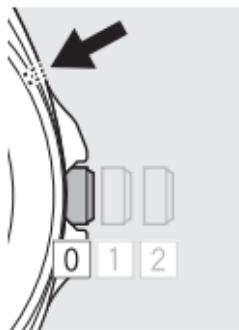


3 顺时针旋转柄头以调整年和月设置。

- 有关如何阅读月份和闰年设置的说明，请参阅第 30 页。
- 快速旋转柄头几次，指针将连续走动。若要防止指针快速走动，请顺时针旋转柄头。

4 逆时针旋转柄头来调整日期显示。

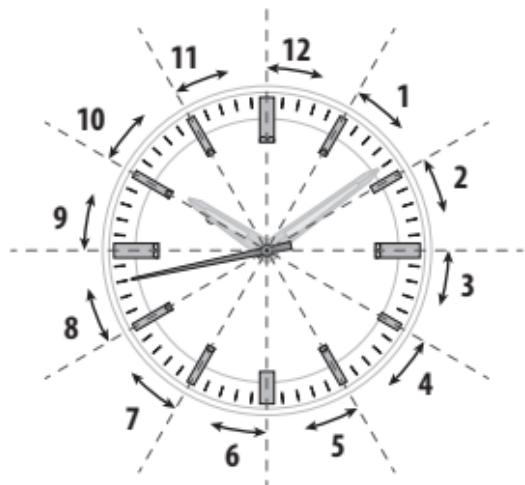
5 按下按钮完成步骤。



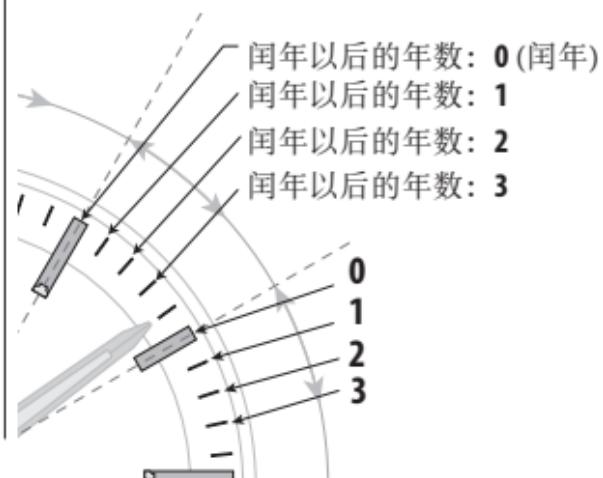
月和年指示

通过秒针位置设置年和月。

“月”对应下图显示的12个区域之一。
每个数字代表一个月份。



“年”对应闰年以后的年数，通过每个月份区域中的刻度来显示。



实际的年份	闰年以后的年数	秒针位置
2016 2020 2024 2028 2032	0(闰年)	小时刻度
2017 2021 2025 2029 2033	1	第一分钟刻度
2018 2022 2026 2030 2034	2	第二分钟刻度
2019 2023 2027 2031 2035	3	第三分钟刻度



例如：设置 2018 年 8 月时秒针的位置

您可以从表中找到 2018 自从闰年以后的年数是“2”，秒针必须设置为八月区域的第二分钟刻度。

修正基准位置

当柄头位于位置②时，如果秒针不指向 0 秒，请调整基准位置。

手表显示 11:50 PM - 12:10 AM 之间时，请勿调整基准位置。否则，日期显示更改可能不正确。

修正基准位置之前，请执行手表的全部复位。

全部复位之后的设置值

时间	0:00:00AM
日历	闰年 1 月 1 日
世界时间设置	LON
夏令时设定	SMT OFF

执行全部复位之后，将指针/显示设置到正确的基准位置并调整时间和日历。
如果指针/显示的基准位置不正确，时间和日历显示也会不正确。

何为基准位置？

它是所有指针和日历的基本位置，以便正确显示该手表的各种功能。

- 时针、分针和秒针：0时 00分 0秒
- 日期显示：“1”

正确的基准位置



中文(简体字)

续接下页▶



- 1 拉出柄头到位置 2。**
秒针走动至内存中存储的当前基准位置并停止。
- 2 按下并释放按钮。**
执行全部复位。
- 3 旋转柄头将时针和分针设置到 0 时 00 分。**
 - 快速旋转柄头几次，指针将连续走动。若要防止指针快速走动，请旋转柄头。



4 将柄头推入位置 1。

5 顺时针旋转柄头将秒针设置到 0 秒。

- 快速旋转柄头几次，指针将连续走动。若要防止指针快速走动，请顺时针旋转柄头。



6 逆时针旋转柄头以将日期显示设置为“1”。

- 快速旋转柄头几次，指针将连续走动。若要防止指针快速走动，请逆时针旋转柄头。
- 按住按钮时旋转柄头以细微调整位置。



7 推入柄头到位置 0 完成步骤。

基准位置更新，秒针开始走动。

- 之后调整时间和日历（第 26 页）。

故障排除

现象和解决方法

现象	解决方法	页码
时间/日历异常。		
时间/日历错误。	检查世界时间设置。	12
	检查夏令时设置。	18
	调整时间。	26
	调整日历。	28
日期显示在白天更改。	检查世界时间设置。	12
	调整时间。	26

现象	解决方法	页码
指针/显示走动异常		
秒针每两秒走动一次。	为手表充电。	20
秒针不走动。	将柄头推入位置①。	—
	为手表充电。	20
当柄头位于位置②时，秒针不指向0秒。	修正基准位置。	32
日期显示的位置不正确。	修正基准位置。	32

Eco-Drive（光动能）手表使用的注意事项

<务必给手表定期充电>

- 为了确保最佳性能，手表应保持充满电的状态。
- 长袖可能会妨碍光线照射到手表上。这可能导致手表失去电量。
此时，需要再为手表另行充电。
- 当您取下手表时，请将其放在明亮的地方以确保最佳性能。

⚠ 注意 重新充电的注意事项

- 切勿在高温下（约 60°C 或更高）为手表充电，因为这可能导致手表的机芯发生故障。

例如：

- 在白炽灯、卤素灯等容易产生高温的地方充电。
 - 当在白炽灯下给手表充电时，确保灯和手表之间至少有 50 厘米的距离，以免手表受热过度。
- 在可能会产生高温的环境下为手表充电，例如汽车仪表板上。



<充电电池的更换>

- 本表使用的是专用的充电电池，因此不需要定期更换。但经过多年的使用后，由于内部部件的磨损和润滑油质量的退化，充电电池的电量消耗会变大。这可能会导致储存的电量被快速耗尽。

⚠ 警告 充电电池的处理

- 切勿随意取出电池。

若不得已需要取出电池时，取出的电池应该放到安全地方，不可被小孩抓到，以免误吞服。

如果意外吞入充电电池，请立即就医治疗。

- 切勿将充电电池和普通垃圾一起处理。请按照当地市政府关于电池回收的指示进行处理，以防止火灾危险或污染环境。

⚠ 警告 只使用指定的电池

- 切勿使用本手表指定充电电池以外的电池。
本手表装入其他电池将无法运转，若强行使用普通手表电池或其他电池并进行充电，可能会造成充电过度，引起电池爆炸。
这会伤及手表和人体。
更换充电电池时，请务必使用指定的充电电池。

防水功能

⚠ 警告 防水功能

- 参阅表盘和/或表背上关于手表防水功能的指示。下表提供了用途示例作为参考，以确保手表的正常使用。（防水功能单位“1 bar”大致相当于1个大气压。）
- WATER RESIST(ANT) ×× bar 也会以 W. R. ×× bar 显示。

名称	显示	规格
	表盘或表壳后盖	
不防水	—	不防水
日常使用的防水手表	WATER RESIST	防水为3个大气压力
改善的日常使用的防水手表	W. R. 5 bar	防水为5个大气压力
	W. R. 10/20 bar	防水为10或20个大气压力

遇水情况下的使用

					
少量触水 (洗脸、下雨等)	游泳及一般的清洗工作	徒手潜水、海上运动	利用空气罐的水肺潜水	利用氦气的饱和潜水	手表受潮时操作柄头或按钮
不可	不可	不可	不可	不可	不可
可	不可	不可	不可	不可	不可
可	可	不可	不可	不可	不可
可	可	可	不可	不可	不可

► 防水功能

- 不防水手表不能在与水有接触的环境中使用。小心不要使该防水等级的手表接触到水汽。
- 日常使用防水功能（达 3 个大气压）表示这类表可防止偶尔溅到的水花进入手表。
- 日常使用加强防水功能（达 5 个大气压）表示这类表可在游泳时使用，但不能在赤身潜水时使用。
- 日常使用加强防水功能（达 10/20 个大气压）表示这类表可在赤身潜水时使用，但不能在戴着水下呼吸器或用氦气的浸透式潜水时使用。

注意事项和使用限制

⚠ 注意 为避免引起伤害

- 当您戴着手表抱小孩时，请特别小心，以避免引起伤害。
- 当您从事剧烈运动或工作时，请特别小心，以避免伤害自己和他人。
- 在可能会变得极热的场所，如桑拿或其他地方，请勿佩戴手表，否则可能会被烫伤。
- 由于表带扣的结构各异，在佩戴和摘取手表时应该小心，避免不慎弄伤指甲。
- 上床前请取下手表。

⚠ 注意 注意事项

- 在使用手表时务必将柄头按入（正常位置）。如果柄头为螺旋式，请务必将柄头锁紧。
- 手表潮湿时，请勿操作柄头或任何按钮。这可能会让水渗入手表，损坏手表重要部件。
- 如果手表进水或起雾，在长时间后也无法除去，请联络经销商或指定维修服务中心检查和/或维修手表。
- 即使手表的防水等级很高，也请注意以下事项。
 - 如果手表浸到海水中，请用清水冲洗干净，然后用干布擦干。
 - 切勿将手表放在水龙头下直接冲洗。
 - 洗澡前请取下手表。
- 如果有海水进入表内，请将手表用盒子或塑料袋包好立刻送去修理。否则，表内的压力会逐渐增大，可能使一些部件（表面，柄头，按钮等）脱落。

⚠ 注意 佩戴手表时

<表带>

- 随着时间的累积，汗水和污渍会让皮革表带和橡胶（氨基甲酸乙酯）表带的质量发生退化。因为天然材质的缘故，随着时间的累积，皮革表带将会被磨损，变形和褪色。建议定期更换表带。
- 皮革表带的材质属性决定了这种表带在遇到潮湿时耐受性会受到影响（褪色，粘合剂脱落）。此外，潮湿的皮革表带会引起湿疹。
- 切勿让挥发性材料，漂白剂，酒精（包括化妆品）等物质弄脏皮革表带。可能会出现褪色和提前老化。紫外线，如直射阳光可能会导致褪色或变形。
- 即使手表具有防水功能，但还是建议您在接触水之前将手表取下来。
- 切勿将表带扣得过紧。在表带和皮肤之间留出足够的空间，确保充足的通风。
- 衣服或其他配件上的染料或污渍可能会弄脏橡胶（氨基甲酸乙酯）表带。由于这些污渍可能无法去除，因此佩戴手表时请注意容易染色的物品（如衣服，皮包等）。此外，溶剂或空气中的水汽可能会导致表带的质量发生退化。请更换已失去弹性或开裂的表带。

⚠ 注意 佩戴手表时（续）

- 请在以下情况下申请调节或维修表带：
 - 由于腐蚀而造成表带异常。
 - 表带连接销向外突出。
- 建议向有经验的手表技师寻求帮助，调节手表的表带。如果不能正确进行调节，表链可能会意外脱落，导致您遗失手表或受到伤害。
请联系指定维修服务中心。

<温度>

- 在极高或极低的温度下，手表可能停走或手表功能可能失灵。切勿在限定温度范围以外的环境中使用本表。

<磁性>

- 指针式石英表是以使用一小块磁铁的步进马达作为动力。若本表遇到外部强力磁场时，会扰乱马达运行，无法显示正确的时间。
切勿让本表接近磁性保健物品（磁性项链，磁性橡皮圈等）或冰箱的磁性门封，手袋的磁性扣，移动电话的扬声器，电磁烹饪设备等。

<强烈撞击>

- 避免摔落手表，或使其受到强烈碰撞。这可能导致故障或性能衰退，及表壳和表带的损坏。

<静电>

- 石英手表中使用的集成电路（IC）对静电很敏感。请注意若将手表置于强静电环境中，手表可能运行异常或完全无法运行。

<化学物质，腐蚀性气体和水银>

- 如果手表接触到涂料稀释剂，苯或其他含有这些物质的产品或溶剂（包括汽油，洗甲水，甲酚，洗涤剂和粘合剂，防水剂等），则可能褪色，溶解或开裂。避免接触这些化学物质。如果接触到温度计内使用的水银，则表带和表壳也可能褪色。

<保护贴膜>

- 请确保将手表上的保护贴膜剥去（表背，表带，扣环等）。否则汗水或水汽可能会进入保护贴膜和手表部件之间的缝隙而产生一些污垢，导致皮肤出现红疹或金属部件被腐蚀。

⚠ 注意 务必保持手表干净

- 时常旋转柄头、按动按钮，避免被积累的污渍卡住。
- 表壳和表带与皮肤直接接触。当表链与水汽或汗水接触时，金属的腐蚀或累积的异物可能会导致表链出现黑色残留物。请时刻保持手表干净。
- 请确保定期清洁表链和表壳，清除累积的污渍和异物。在少数情况下，累积的污渍，异物可能会刺激皮肤。如果注意到这种情况，请勿继续佩戴手表，并联络您的医生。
- 请确保定期使用软刷和温和的肥皂清洁金属表带，合成橡胶表带（聚氨酯）和/或金属表壳的异物和累积的物质。如果手表不是防水型，请小心勿让表壳接触水汽。
- 皮革表带可能会因汗水或污渍而褪色。请务必用干布擦拭，使皮革表带保持清洁。

保养手表

- 用柔软的干布擦掉表壳和表面的污渍或水汽，如汗水。
- 对于金属，塑料或合成橡胶（聚氨酯）表带，请用肥皂和柔软的牙刷清洁。请确保在清洁后彻底冲洗表带，将残留的肥皂清除干净。
- 对于皮革表带，请用干布擦去污渍。
- 如果您准备长期不使用本表，请仔细擦掉汗水，灰尘或水汽，并将其存放在妥当的地方，避免极热或极冷且湿度大的地方。

<当手表上涂有发光涂料时>

表盘和指针上涂有发光涂料可帮助您在黑暗的地方读取时间。发光涂料可储存光源（日光或人工光源）并在黑暗处发光。

不含任何对人体或环境有害的放射性物质。

- 发出的光起初很亮，随着时间的流逝会逐渐变暗。
- 光亮（“发光”）时间取决于光源的亮度，光源的类型，与光源的距离以及光源的照射时间和发光涂料的用量。
- 如果手表接受的光照不足，则发光涂料可能不会发光，或发光后立即变暗。

规格

型号	E784	类型	指针式光动能手表
计时运行精度	平均月差精度：在常温 +5 °C 至 +35 °C 下佩戴时，每月 ±15 秒		
使用温度范围	-10 °C 至 +60 °C		
显示功能	<ul style="list-style-type: none">时间: 时、分、秒日历: 日期		
充满电之后最长工作时间	<ul style="list-style-type: none">手表充满电后，在不另外充电的情况下运转<ul style="list-style-type: none">每天使用节能功能约 7.5 小时（正常使用）：约 8 个月全天使用节能功能：约 2.5 年充电不足警告功能：约 2 天		
电池	可充电电池（扣式锂电池），1 个		

其他功能

- 光动能功能
- 过度充电保护功能
- 电量不足警告功能（以 2 秒为间隔走动）
- 节能功能（省电功能）
- 世界时间 (26 个时区)
- 夏令时 (**SMT ON/OFF**)
- 万年历（到 2100 年 2 月 28 日）

本手册中的规格和内容如有更改，恕不另行通知。