

CITIZEN®

取扱説明書

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。

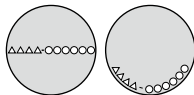
若要检查机芯编号

表壳编号 — 4 个字母数字字符与 6 个或更多字母数字字符 — 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，而且还防止您自身、其他人员受伤或财产损失。我们建议您阅读整个手册（尤其是第 44 至 55 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。

使用手表之前

＜表带调节＞

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。请联络最近的西铁城指定维修网点。

＜保护贴膜＞

确保将手表上的贴膜剥去（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渍，导致皮肤出现红疹或金属部件被腐蚀。

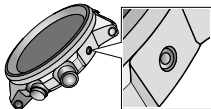
<如何使用专用的柄头 / 按钮>

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	 逆时针旋转柄头，直到从表壳上释放。	 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。
螺旋式按钮	 逆时针旋转紧锁螺丝，直到松动。	 顺时针旋转紧锁螺丝，拧紧。



凹钮

使用细端按下和释放按钮。

- 金属物体可能会导致按钮损坏或刮伤。

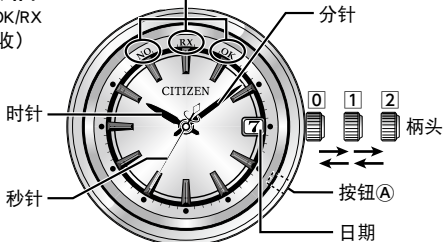
手表各部分名称

当接收结果由秒针
尾部指示时



* 太阳能感光板安
装于表盘下。

接收结果
No/OK/RX
(接收)



本手册中使用的是 H01* 和 H05* 的图解。
本手册中的图解可能与您手表的实际外观不同。

目录



日常操作→第 7 页

手表的基本操作。



高级操作→第 21 页

有关手表信号接收和手动调整的详细信息。



故障排除→第 38 页

手表运作不正常时，请参阅此部分。



注意事项和补充信息→第 43 页

为了保养手表，请遵循说明。

日常操作

利用光照为手表充电 .. 8

- 充电时 8
- 确认手表剩余电量 9
- 在未充电情况下使用手表时 10
- 当手表电量低时 11
- 不同环境下所需的充电时间 12
- 长时间未使用后
再使用手表 13

接收时间信号以自动 调整时间 14

- 接收时间信号 15

更舒适地使用手表... 16

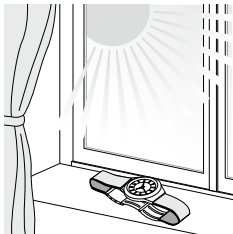
- 日常维护 16
- 存放手表 17

出现这种情况时 18

- 在国外使用时 18

利用光照为手表充电

若要为手表充电，请让其直接接受阳光或荧光灯照射。



充电时 ...

在阳光直射下充电 12 分钟，或者在室内照明下充电四个半小时可以为电池提供大约运作一整天的电量。

我们建议您每月一次让手表在阳光直射下充电五或六小时。

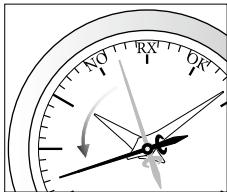
- 保持手表处于光照下。



确认手表剩余电量

秒针显示手表的剩余电量。

1. 确保柄头位于位置 **[0]**。
2. 按右下方的按钮 (**A**)。
手表电量低时，秒针会逆时针旋转一刻钟。
3. 按右下方的按钮 (**A**) 来完成确认。
 - 将在 10 秒内自动指示当前时间。



注意

- 此过程结束时，秒针会指示“OK”或“NO”来显示时间信号接收结果。



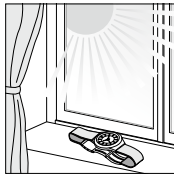
在未充电情况下使用手表时



如果手表长于七天时间未接受光照，秒针和分针会自动停止来为手表省电。（省电模式）

若要取消省电模式

让表盘接受光照，指针将开始迅速走动来指示当前时间。



注意

如果取消省电模式后指示的时间不准确，请调整时间和日历。



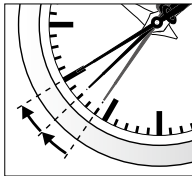
当手表电量低时

秒针会每两秒走动一次来表明手表电量低。

若要让秒针恢复正常走动

请通过让表盘接受光照（在阳光直射下照射五或六小时）来为手表充电。

- 为手表充电可让秒针正常走动。



注意

- 当秒针两秒走动一次时，您将无法操作手表。
- 电量低时，如果您三天内不为手表充电，手表将停止工作。

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。请仅将此表作为参考。

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	4 分钟	2.5 小时	35 小时
室外(阴天)	10 000	12 分钟	3 小时	60 小时
荧光灯 (30 W) 下 20 厘米	3 000	40 分时	4.5 小时	200 小时
室内照明	500	4.5 小时	30 小时	—



长时间未使用后再使用手表

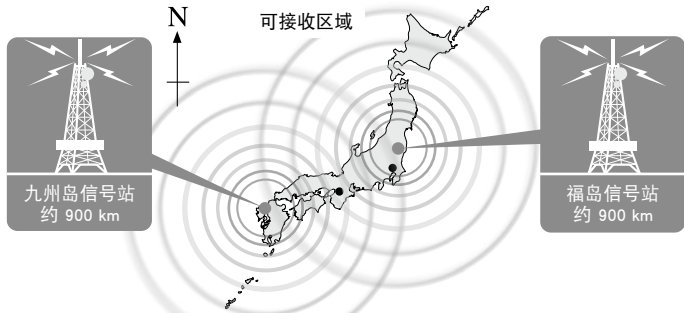
为手表完全充电后，它可以在不充电的情况下工作约三年。

戴上手表之前，请检查电量状态并通过让表盘接受几天光照来为手表充电。

若要检查手表电量状态

- 秒针正常走动时，请参阅第 **9** 页。
- 秒针每两秒走动一次时，请参阅第 **11** 页。

接收时间信号以自动调整时间

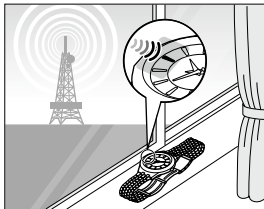




接收时间信号

手表会在每天 2:00 a.m 自动接收时间信号。

1. 确保柄头位于位置 **0**。
2. 将手表放在窗户附近，面向较近信号站的 9:00 位置。
 - 请勿在接收时间信号期间移动手表。



注意

- 若要确认上一次接收结果，请参阅第 23 页。
- 若要手动接收时间信号，请参阅第 24 页。

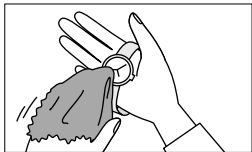
更舒适地使用手表



日常维护

若要擦除表壳和表盘上的污垢或汗水，请使用软布或刷子。

您可以用水清洗手表的金属表带来进行清洁。清洗之后，仔细擦拭金属表带。



存放手表

若要保持手表电量

清洁手表后，请将其存放在可以接收良好光照的位置。

手表完全充电时

充电会自动停止以防过度充电。



出现这种情况时 ...



在国外使用时

通过在手表上简单地设置时差，手表会暂时显示当地时间。

使用前

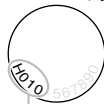
检查手表的机芯编号。

如果是“H01*”，则下一页的操作不同于“H03*”和“H05*”。

机芯编号刻印在表壳后盖上。编号的前 4 个数字代表手表的机芯编号。

请参阅右侧的图解。

刻印示例



机芯编号为
“H010”时



机芯编号为
“H030”时

检查并调整时差

检查

1. 拉出柄头到位置 **[1]**。

秒针指示当前的时差设置。

· 如果手表的机芯编号为“H01*”，请前往步骤 3。

调整

2. 按右下方的按钮 (**Ⓐ**)。

秒针会轻轻摆动。

3. 旋转柄头来移动秒针，从而为当地时间选择时差。

· 每次移动秒针时，时针会走动一小时。

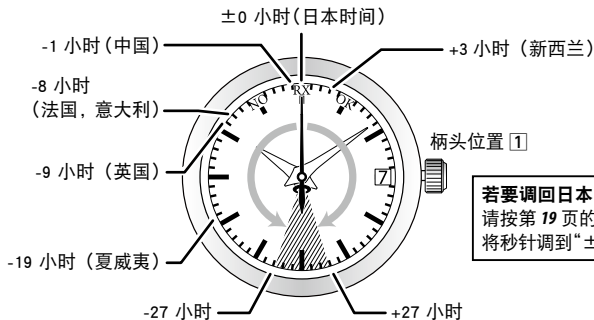
· 如需时差指示的详细信息，请参阅第 20 页。

完成

4. 推动柄头到位置 **[0]** 来完时差检查和调节。

时差指示基于日本时间

秒针移动一步则变更时差一小时。时差的设置范围在 ± 27 小时内。



若要调回日本时间，
请按第 19 页的步骤 3
将秒针调到“±0”位置。

高级操作

关于时间信号接收 22

- 检查接收结果..... 23
- 手动接收时间信号 24
- 接收不良时 26
- 在没有时间信号的情况下
调整手表 28

时间或日期未正确 显示时 34

- 确认基准位置..... 34
- 调整基准位置..... 36

关于时间信号接收

- 即使手表成功接收时间信号，根据接收环境和内部处理，时间指示也会有细微的偏差。
- 如果 2:00 a.m. 无法接收时间信号，将在 4:00 a.m. 自动重试。
- 在未接收时间信号的情况下，手表将持续保持运行精度在每月 ± 15 内。
- 完成时间信号接收需要 2 到 15 分钟。

适用于不带日期指示的手表 (H03*)

AM/PM 设置不正确时，手表会在白天尝试接收时间信号，接收可能会失败。手表看起来像是已经停止工作。

请参阅第 32 和 33 页修正 AM/PM 设置。

检查接收结果

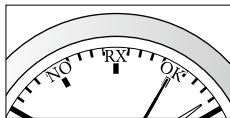
您可以检查上一次时间信号接收是否成功。

1. 确保柄头位于位置 **0**。

2. 按右下方的按钮 (A)。

秒针会指示上一次的接收结果。

OK	接收成功
NO	接收失败



- 指示接收结果之前，秒针可能会显示手表剩余电量。如需更多信息，请参阅第 9 页。

3. 按右下方的按钮 (A) 来完成确认。

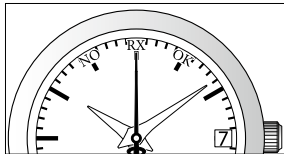
显示当前时间。

- 将在 10 秒内自动指示当前时间。

手动接收时间信号

时间不正确或者接受结果为“NO”时，您可以通过在任意时间接收时间信号来调整手表。

1. 确保柄头位于位置 **0**。
2. 按住右下方按钮 (A) 两秒。
当秒针指示“RX”时，释放按钮。
接收开始。
3. 请按第 15 页所示放置手表。
 - 接收时，秒针会每隔几分钟旋转一次。
 - 成功接收信号后，会显示正确的时间和日期。



若要取消信号接收

请按住右下方按钮 (Ⓐ), 直到指针开始快速走动。手表停止接收。在增加接收所需时间开始接收之前, 指针会走动来指示时间。

注意

如果接收取消或失败, 则不会调整时间和日期。

接收不良时

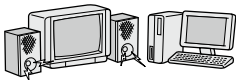
在特定环境条件下或容易受射频噪声影响的区域内，可能很难接收时间信号。

接收不成功时，请移到新的位置，并遵循第 24 页所示步骤尝试接收时间信号。

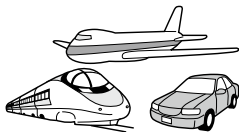
▪ 极热或极冷位置



▪ 电气设备或办公设备附近



▪ 车内



- 高压电线、铁路高架线或通信设施附近



- 正在使用的移动电话附近



- 钢筋混凝土建筑内、高楼、高山之间或地下



在没有时间信号的情况下调整手表

您可以手动调整时间和日期（年、月、日）。

<适用于带日期指示的手表
(H01*, H05*) >

1. 拉出柄头到位置 [2]。

秒针走动到 30 秒位置。

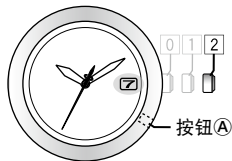
2. 按右下方的按钮 (A)。

秒针走动到 0 秒位置。

- 每次按下右下方的按钮 (A) 时，可调整项将按照以下顺序进行切换：分→时间和日期→月和年→（返回开始处）

3. 旋转柄头并设置分。

- 每当分针一分钟走动一次时，秒针旋转一周。



- 快速旋转柄头几次，指针开始连续走动。若要让指针停止，请以相反方向旋转柄头。

4. 按右下方的按钮 (A)。

时针会轻轻摆动。

5. 旋转柄头并调整小时和日期。

- 时针和日期指示协同运行。
- 快速旋转柄头几次，指针会开始连续走动。若要让指针停止，请以相反方向旋转柄头。

6. 按右下方的按钮 (A)。

秒针指示当前月和年设置。

- 请参阅第 30 和 31 页，如何读取年和月。

7. 旋转柄头并调整月和年 (上一个闰年以后年数)。

- 快速旋转柄头几次，指针会开始连续走动。若要让指针停止，请以相反方向旋转柄头。

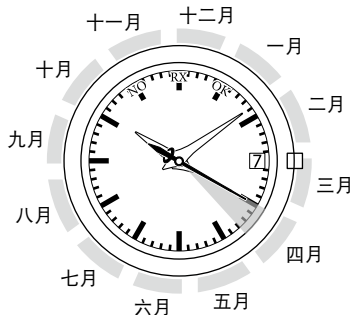
8. 将柄头推入位置 0。

显示当前时间。

未完待续

<月指示>

您可以在秒针指向的区域检查月。



指示闰年的四月时。

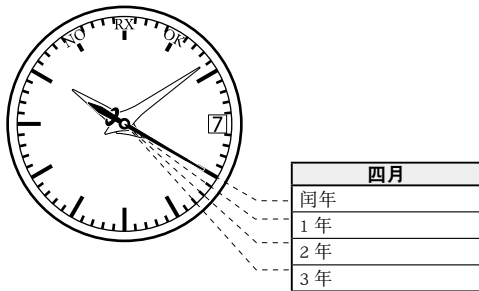
30

<年指示>

您可以在秒针指向的区域检查年*。

秒针指向	过去的年数	年
小时刻度	闰年	2016, 2020
第一分钟 刻度	1 年	2017, 2021
第二分钟 刻度	2 年	2014, 2018
第三分钟 刻度	3 年	2015, 2019

* 手表显示上一个闰年以后的年数。



万年历

2100 年 2 月 28 日之前日期会自动调整。您不需要在每月结束时修正。

<适用于不带日期指示的手表 (H03*) >

1. 拉出柄头到位置 **2**。

秒针走动到 30 秒位置。

2. 按右下方的按钮 (A)。

秒针走动到 0 秒位置。

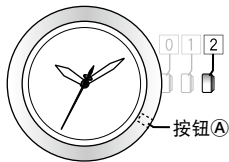
- 每次按右下方按钮 (A) 时，您可以选择在分针和时针之间交替切换。

3. 通过旋转柄头调整分。

- 每当分针一分钟走动一次时，秒针旋转一周。
快速持续旋转柄头，指针开始连续走动。若要让指针停止，请旋转柄头。

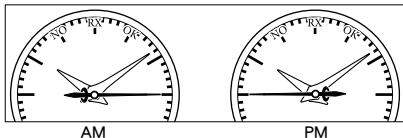
4. 按右下方的按钮 (A)。

秒针走动到 15 秒或 45 秒位置。



5. 通过旋转柄头调整小时。

- 了解 AM/PM 设置。秒针如下指示 AM/PM 设置。



- 快速持续旋转柄头，指针开始连续走动。若要让指针停止，请旋转柄头。

6. 将柄头推入位置 **0**。

显示当前时间。

时间或日期未正确显示时

确认基准位置

如果即使在正确接收时间信号之后，日期仍未正确显示，请确认基准位置是否正确。

何为基准位置？

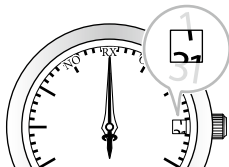
基本位置让所有指针指示日期和时间。

手表会指示时间和日期，所有指针位于下列位置；

- 对于时间指示：“12:00:00”
- 对于日期指示：在“31”和“1”之间（H03*除外）

如果时间和日期指示偏离了正确基准位置，手表将不会正确显示时间和日期。

正确的基准位置



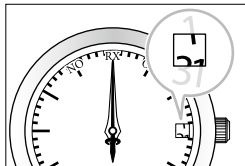
1. 确保柄头位于位置 **0**。
2. 按住右下方按钮 (**A**) 七秒。
所有指针快速走动以显示当前基准位置。

基准位置	您需要
正确	前往下一步
不正确	前往第 36 页的步骤 3。

3. 按右下方的按钮 (**A**) 来完成确认。
显示当前时间。
 - 将在约两分钟内自动指示当前时间。

调整基准位置

1. 确保柄头位于位置 **0**。
2. 按住右下方按钮 (A) 七秒。
所有的指针快速走动以显示当前基准位置。
3. 拉出柄头到位置 **2**。
时针会轻轻摆动。
4. 旋转柄头并将时针移动到“12:00:00”位置，将日期指示移动到“31”和“1”的中间。
 - 如果您的手表没有日期指示 (H03*)，请仅调整时针。
 - 时针和日期指示协同运行。
 - 快速旋转柄头几次，指针开始连续走动。若要让指针停止，请以相反方向旋转柄头。



5. 按右下方的按钮 (A)。

分针和秒针会轻轻摆动。

6. 旋转柄头，并将分针和秒针移动到“12:00:00”位置。

- 分针和秒针协同运行。
- 快速旋转柄头几次，指针会开始连续走动。若要让指针停止，请以相反方向旋转柄头。

7. 将柄头推入位置 0。

8. 按右下方的按钮 (A) 来完成调整。

显示当前时间。

- 将在约两分钟内自动指示当前时间。

故障排除

手表发生异常现象时，请核对下面的表格。

现象	解决方法	页码
----	------	----

未良好接收标准无线电波。

在可接收区域接收失败。	将柄头推入位置 [0] 。	5
	避免可能会影响到无线电波的事物，并让手表面向信号站以 9:00 位置放置。	15,26,27
	请勿移动手表，直到接收完成。	15
	以 12 小时为单位手动调整时间。	28~33
	联系西铁城客户帮助服务台。	—

现象	解决方法	页码
已成功接收信号，但是未能显示正确的时间和日期。	检查时差设置。	19,20
	检查并修正基准位置。	34~37

指针不正常工作。

秒针每 2 秒仅走动一次。	为手表充电。	11
每隔几分钟秒针转动。	手表正在接收标准无线电波。	24
所有指针均停止走动。	将柄头推入位置 0 。	5
	通过让手表接受阳光直射五或六个小时来为手表充电。充电后，手表开始自动接收标准无线电波（自动恢复接收）。	8,17

未完待续

现象	解决方法	页码
----	------	----

指针不正常工作。(续)

从盒子中取出时，指针开始快速旋转。	手表取消省电模式。等待停止快速走动。	10
-------------------	--------------------	-----------

时间和 / 或日期未正确显示。

时间和 / 或日期错误。	检查时差设置。	19,20
	检查并修正基准位置。	34~37
	接收标准无线电波以调整时间和日期。	14,15,24
	手动设置时间和日期。	28~33

现象	解决方法	页码
日期在约 12:00 p.m 变更。	检查并修正基准位置。	34~37
	接收标准无线电波以调整时间和日期。	14,15,24
	以 12 小时为单位手动调整时间。	28~33

其他

即使手表已充好电，但仍不走动。	通过让其接受阳光直射五或六个小时来为手表充电。如果充电后故障仍未解决，请联系客户支持中心或您购买手表的商店。	—
-----------------	--	---

注意事项和补充信息

■ Eco-Drive（光动能）手表使用的注意事项	44
■ 防水功能	46
■ 注意事项和使用限制	48
■ 规格	56

Eco-Drive（光动能）手表使用的注意事项

<务必给手表定期充电>

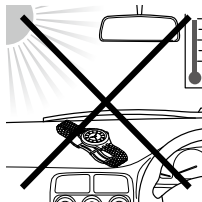
- 为了确保最佳性能，手表应保持充满电的状态。
- 长袖可能会妨碍光线照射到手表上。这可能导致手表失去电量。此时，需要再为手表另行充电。
- 当您取下手表时，请将其放在明亮的地方以确保最佳性能。

⚠ 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。为了确保最佳性能，建议每 2-3 年将手表送去检查，保证手表运行正常以及状况良好。

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。
- 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。

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 (ANT)	防水为 3 个大气压力
改善的日常使用的防水手表	W. R. (ANT) 5 bar	防水为 5 个大气压力
	W. R. (ANT) 10/20 bar	防水为 10 或 20 个大气压力

- 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氮气的浸透式潜水时使用。

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	 利用氮气的饱和和潜水	 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

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。
- 如果有水进入表内或水雾在表内长时间不散，请联络经销商或指定维修网点进行检查和维修。
- 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。

- 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。
请联络最近的西铁城指定维修网点。

<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 and 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	H01*/H03*/H05*
类型	指针式光动能手表
时间保持运行精度 (未接收到时间信号)	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	时间: 时、分、秒 日历: 日期 (H03* 除外)
不充电时的电池续航能力	• 从完全充电到空电状态 约 3 年 (带省电模式) 约 9 个月 (不带省电模式) • 从两秒间隔走动状态到停止: 约 3 天

电池	可充电电池，1 个
其他功能	• 光动能功能 • 指示手表剩余电量 • 过度充电保护功能 • 充电不足警告功能（以 2 秒为间隔走动） • 节约电池电量（省电模式） • 接收时间信号（自动 / 手动 / 自动恢复） • 指示接收准备状态 (RX) • 确认接收状态 (OK 或 NO) • 确认 / 修正时差 • 万年历（到 2100 年 2 月 28 日）(H03* 除外) • 确认 / 修正基准位置 • 防磁功能 / 撞击检测功能 / 指针偏位自动修正功能

规格如有更改，恕不另行通知。

<http://citizen.jp/>

Cal.H01*

Cal.H03*

Cal.H05*