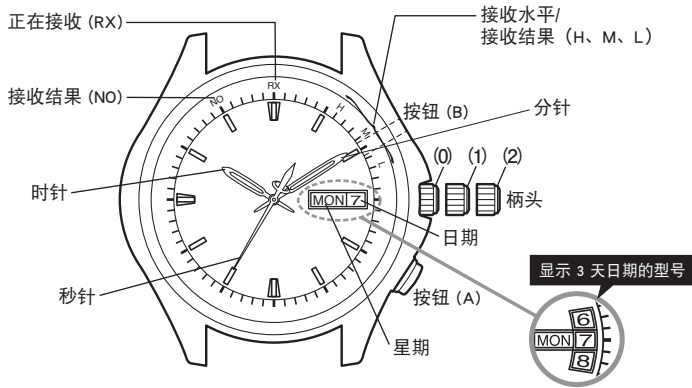


CITIZEN®

取扱説明書

组件名称

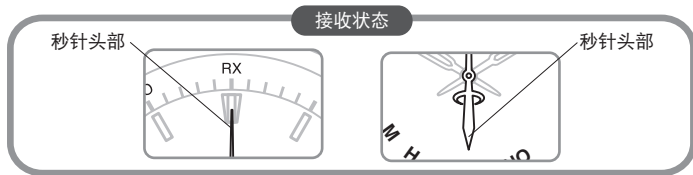
图 1



* 本手册中所示图解可能与您实际购买的手表有所不同。

图 2

●根据特定的手表型号,一些手表通过秒针头部指示接收状态,另一些通过秒针尾部指示。



<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。

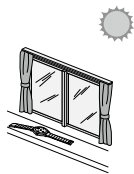
本款手表是一款无线电波手表，它可以接收日本标准无线电波。

本款手表配备了多种功能，自动调谐功能可以通过自动选择信号最强的站点来接收无线电波；自动接收功能可以通过自动在每天 2:00 AM 接收无线电波来设置时间和日期，如果 2:00 AM 无法接收无线电波，则会在 4:00 AM 接收；以及随需接收功能，它可以让您通过在任意时间接收无线电波来设置时间和日期。

- 标准时间电波仅可在日本接收。（无线电波无法在海外接收。）
- 这款无线电波手表可让您无忧使用，它不会对身体或医疗设备产生影响。

使用前请让手表接受光照以完全充电。

使用期间如果手表的秒针以 2 秒间隔走动，这代表手表充电不足。请参阅第 40 页的“充电时间的一般参考”为手表充电后再使用。因为手表可能会被衣物等覆盖使其无法接受光照，尤其是在冬天，所以请每月一次让手表接受阳光直射来为其充电。为了确保舒适地使用手表，建议尽量让手表保持随时充电。



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

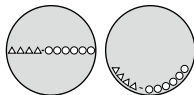
表壳编号 — 4 个字母数字字符与 6 个或更多字母

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。

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

目录

■ 无线电波接收

1. 为了良好接收	16
2. 接收可能较困难的位置	17
3. 无线电波接收	18
A. 接收期间秒针的位置	20
B. 接收结果确认	21

■ 手动设置时间和日期

4. 设置时间	22
5. 设置日期	24
6. 时差校准步骤	27

■ 检查并修正基准位置

7. 指针偏位自动修正功能	28
8. 检查基准位置	29
9. 手动修正基准位置	30

Eco-Drive (光动能)	
10. 为手表充电	32
11. Eco-Drive (光动能) 手表的独特功能	34
A. 省电功能	36
B. 充电不足警告功能	38
C. 过度充电保护功能	39
D. 充电时间的一般参考	40
E. 使用注意事项	41
故障排除	42
注意事项和使用限制	46
规格	56

产品特点

- ◎ 本款手表仅接收日本标准无线电波。
- ◎ 本款手表是一款无线电波手表，它可以通过在最佳接收环境下自动选择无线电波发射站并从位于福岛和九州的两个无线电波发射站接受标准时间无线电波（时间信息），从而修正时间和日期。
- ◎ 这款手表也是一款配备了光电发电功能的 Eco-Drive（光动能）无线电波手表，它可以将光能转化为电能来驱动手表。它还配备了省电功能，当手表表盘未接受光照时，它会减少手表的电量消耗。
- ◎ 本款手表配备了方便海外使用的时差校准功能。在不同时区的地区或国家旅游时，此功能可以让您轻松将手表设置为当地时间。

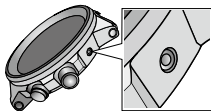
接收区域一般参考

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。

使用手表前请检查下列项目

本手册描述了用秒针头部指示接收状态的手表型号。



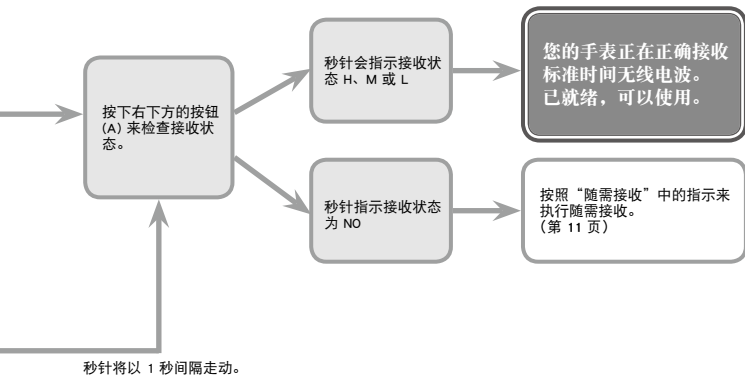
* 本手册中所示图解可能与您实际购买的手表有所不同。

检查秒针走动。

秒针正以 1 秒间隔走动。

秒针正以 2 秒间隔走动
或为已停止。

通过让手表接受阳光
直射来充电。



关于接收无线电波请记住以下内容

自动接收 (无线电波自动接收)

- 定期自动接收不需要按下任何按钮。
每天 2:00 AM 接收无线电波，如果 2:00 AM 无法接收则会在 4:00 AM 再次尝试自动接收以设置时间和日期。

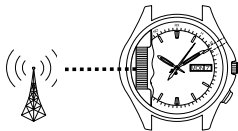
<接收步骤>

- 将手表从手腕上取下，让 9:00 位置（接收天线的位置）朝向无线电波发射站并将手表放在平稳的位置，例如窗户附近，从而轻松接收无线电波。

<接收确认>

您可以在自动接收时间后的任意时间检查接收结果。

- 按下按钮 (A) 一次。
- 如果秒针指向“H、M 或 L”，这表示已接收无线电波。
- 如果秒针指向“NO”，这表示无法接收无线电波。如果接收结果为“NO”，请参阅下一页以了解执行按需接收的步骤。



请参阅第 12 页标题为“接受区域一般参考”的部分，以了解发射站方向的信息。

随需接收

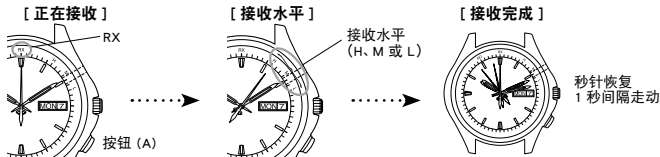
(无线电波手动接收)

- 此功能可在任意时间接收无线电波。

接收环境变化时，以及无法通过自动接收来接收无线电波时，请执行随需接收。

<接收步骤>

- 将手表从手腕上取下，让 9:00 位置朝向无线电波发射站并将手表放在平稳的位置，例如窗户附近，从而轻松接收无线电波。请勿在接收无线电波期间移动手表。
 - 秒针在 RX (12:00) 位置停止后，按住按钮 (A) 至少 2 秒并释放手指。
 - 秒针将从 RX 走动至指示接收水平的 H、M 或 L。
 - 接收完成时，秒针会从 H、M 或 L 处回来，并且恢复 1 秒间隔走动（最多 15 分钟内）。



* 请参阅第 18 页的“无线电波接收”以了解有关接收步骤的更多详细信息。

接收区域一般参考

本款手表配备了自动调谐功能，它可以自动选择用于接收标准时间无线电波的信号站。手表可接收标准时间无线电波的地区一般参考如下。但是，这些地区的接收状态可能会根据日出和日落的时间、季节变更、天气条件（闪电的出现等）而变化。由于此地图仅提供标准接收区域的一般参考，即使位于地图所示的范围之内，也可能不适用于一些特定区域。

<无线电波发射站>

- 大鹰鸟谷山标准无线电波发射站（福岛信号站）
- 羽金山标准无线电波发射站（九州信号站）

在日本，标准时间无线电波每天持续 24 小时广播，但是偶尔可能会由于维护而中断。若要确认标准时间无线电波的传输状态，请参阅情报通信研究机构网站 (<http://jky.nict.go.jp/>) 上的日本标准时间 (JST) 计划。

标准时间无线电波对人体或医疗设备没有影响。

难以接收的范围
接收范围约为 900km



羽金山标准无线电波发射站
· 传输频率: 60 kHz

福岡
佐賀

大阪

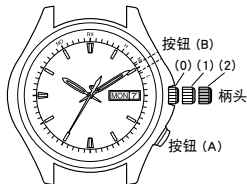
東京

福島

大鷹鳥谷山标准无线电波发射站
· 传输频率: 40 kHz

从日本的两个标准无线电波发射站传输的标准时间无线电波由情报通信研究机构管理和运营，其根据是铯原子钟，据报告它在 100,000 年内仅有一秒偏差。

[每个组件的功能列表]



功能	按钮或柄头操作
随需接收 (见第 18 页)	按住按钮 (A) 2 秒或更长时间, 秒针停在 RX 位置时再释放。
接收结果确认 (见第 21 页)	按下按钮 (A) 一次。
时差校准 (见第 27 页)	按下按钮 (B) 一次并旋转柄头。设置后, 再按下按钮 (B) 一次。
• 设置时间 (见第 22 页) • 设置日期 (见第 24 页) 星期 (在英语和日语之间切换) (最近一次闰年以后的年数)	拉出柄头到位置 2。 拉出柄头到位置 1。 * 每按下按钮 (A) 一次, 已修正参数的变更顺序为星期、最近一次闰年以后的年数和日期。

指针走动

秒针在 RX 处停下，然后走动至 H、M 或 L 以指示接收水平。未指示接收水平则表示无法接收无线电波，秒针将恢复正常指针走动。

秒针指示 H、M、L 或 NO 并停止。

秒针在 12:00 位置停止。（如果设置了时差，它将在时差对应的位置停止。）秒针在 12:00 位置时指示 ± 0 小时时差。秒针走动一步则指示一小时时差。

向右旋转柄头会让秒针以顺时针方向走动一圈，让分针前进一分钟。向左旋转柄头会让秒针以逆时针方向走动一圈，让分针倒退一分钟。

继续快速旋转柄头以让指针迅速前进。

* 日期在 12:00 AM 变更。

秒针走动至手表记忆库中储存的最近一次闰年以后的年数并停止。

日期：向右旋转柄头会让日期前进一天，向左旋转柄头则让日期倒退一天。

星期：按下按钮 (A) 一次并向右旋转柄头时可让星期前进，向左旋转柄头则让星期倒退。

* 拉出柄头至位置 1 并按下按钮 (B) 一次以切换星期显示（英语和日语）。

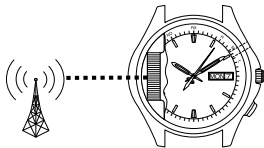
闰年：按下按钮 (A) 一次并向右旋转柄头，秒针会前进一步，向左旋转柄头则倒退。

无线电波接收

1. 为了良好接收

本款手表在表壳(9:00 位置)内部配备了用于接收无线电波的天线。为了良好接收，请将手表从手腕上取下，并将手表放在有助于无线电波接收的平稳位置，例如窗户附近，让手表的 9:00 位置朝向无线电波发射站的方向。请勿在接收无线电波时移动手表。

接收水平根据手表所使用的环境而变化。尝试在接收无线电波时变换手表方向或位置几次，同时参照指示手表接收水平的 H、M 或 L。找到接收水平指示为 H 或 M，可以轻松接收无线电波的位置和方向。



2. 接收可能较困难的位置

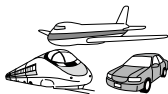
如果在容易产生无线电波噪声的位置或难以接收无线电波的环境条件下接收无线电波，则可能无法正确接收。



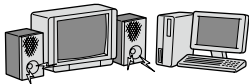
◆极热或极冷位置



◆高压电线、铁路高架线或通信设施附近



◆交通工具内，包括汽车、火车和飞机



◆电视机、冰箱、电脑、传真机和其他电气设备或办公设备附近



◆正在使用的移动电话附近



◆钢筋混凝土建筑内
高楼或高山之间、或地下

3. 无线电波接收

共有三种接收无线电波的方式，包括自动接收、按需接收和恢复自动接收。请始终确保将手表从手腕上摘下以接收无线电波。接收完成时，每个指针都会自动向前或向后走动至接收的时间。

自动接收（无线电波自动接收）

- ◎ 将手表放在可以轻松接收无线电波的平稳位置，例如窗户附近，让手表的 9:00 位置朝向无线电波发射站的方向。每天在 2:00 AM 自动接收无线电波，如果此时无法接收，将在每天 4:00 自动接收。

按需接收（无线电波手动接收）

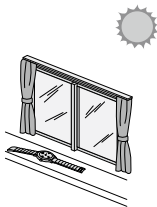
- ◎ 此功能让您可以在任意时间接收无线电波。
步骤 1) 连续按下按钮 (A) 2 秒，当秒针快速前进至“RX”（12:00 位置）并停止时释放。

步骤 2) 将手表放在可以轻松接收无线电波的平稳位置，例如窗户附近，让手表的 9:00 位置朝向无线电波发射站的方向。

- 接着秒针将从 RX 走动至 H、M 或 L 来指示已接收无线电波。
 - 接收完成时，秒针会从 H、M 或 L 开始走动并恢复 1 秒间隔走动。
- 接收结果可以通过参阅“3.B. 接收结果确认”来确认。(第 21 页)

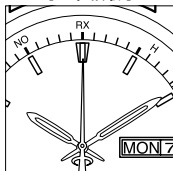
恢复自动接收

- ◎ 手表由于充电不足停止后，当让手表接收光照充满电时会自动接收无线电波一次。尽量让手表始终充电，以防出现充电不足。
- * 手表接收无线电波信号时，所有指针都将停止。若要检查时间，按住按钮 (A) 2 秒以取消无线电波接收。指针将回到无线信号接收前所指示的时间。



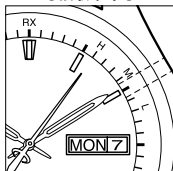
A. 接收期间秒针的位置

〔正在接收〕



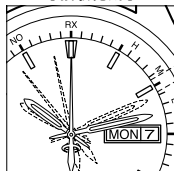
- ◆ 秒针走动至 RX 并停止

〔接收水平〕



- ◆ 秒针从 RX 走动至接收水平 H、M 或 L，开始接收无线电波。

〔接收完成〕



- ◆ 如果已经正确接收了无线电波，秒针会回到 1 秒间隔走动，并且每个指针都会被自动修正为正确时间。

<接收所需时间>

根据接收那天的天气条件和周围噪声，接收无线电波大约需要 2 至 15 分钟。此外，如果秒针继续指向正在接收 (RX) 位置而不走动至 H、M 或 L，大约 60 秒后，手表会恢复正常显示。

注意

如果接收过程中发射站改变或由于接收条件变化等导致无线电波接收中断，秒针可能会走动一圈并再次指示接收水平。在秒针回到 1 秒间隔走动前，请勿移动手表。

B. 接收结果确认

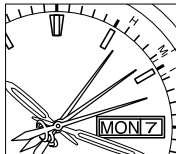
◎ 此功能允许您检查无线电波接收是否成功或失败。

步骤 1) 按下按钮 (A) 一次。秒针会快速走动至 H、M、L 或 NO 以指示接收结果。

步骤 2) 接收结果显示 10 秒后，秒针会自动恢复正常指针走动。也可以通过在显示接收结果时按下按钮 (A) 一次来让秒针恢复 1 秒间隔走动。

- 如果秒针指示的接收结果为 NO，请找到可以轻松接收无线电波的位置和方向后，尝试通过随需接收来接收无线电波。

H、M 和 L 指示接收水平，对性能没有影响。



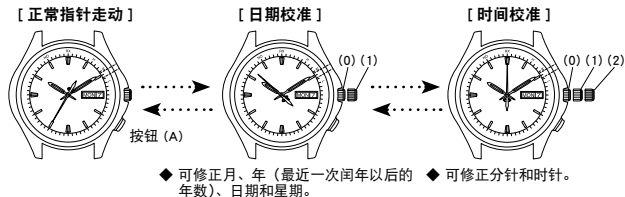
接收水平	接收水平和接收状态
H	已在或正在非常好的接收条件下接收无线电波。
M	已在或正在良好的接收条件下接收无线电波。
L	已在或正在不太好的接收条件下接收无线电波。
NO	接收失败时

<即使已正确接收无线电波,时间显示仍会由于接收环境和内部手表处理而有略微偏差。>

手动设置时间和日期

4. 设置时间

手表接收无线电波时，会自动修正时间和日期。在海外或者无线电波无法到达的位置使用手表时，也可以手动设置时间和日期。回到可以接收无线电波的位置之后，再执行自动接收或按需接收。



◎ 通过按下按钮 (A) 一次，然后旋转柄头来选择要修正的日历模式（月、年、日期和星期）。

<时间校准步骤>

步骤 1) 拉出柄头至位置 2。

- 秒针会快速走动至 12:00 位置并停止。

步骤 2) 旋转柄头以设置分针和时针。

1. 向右旋转柄头 (1 圈) 会让秒针以顺时针方向走动一圈, 让分针前进 1 分钟。
 2. 向左旋转柄头 (1 圈) 会让秒针以逆时针方向走动一圈, 让分针倒退 1 分钟。
- 连续旋转柄头 (2 圈或更多圈) 会让秒针、分针和时针连续前进 12 小时。
 - 向左或向右转动柄头则会中断指针连续走动。

注意 || 日期在 12:00 AM 变更。请注意 AM 和 PM。

步骤 3) 将柄头调回正常位置, 与电话时间信号或其他时间服务同步以完成步骤。

5. 设置日期

<日期校准步骤>

步骤 1) 拉出柄头至位置 1。

- **手表进入日期校准模式，秒针走动至月 and 手表记忆库中储存的经过的年数位置并停止。**

步骤 2) 旋转柄头以设置日期。

1. 向右旋转柄头 (1 圈)，日期会前进 1 天。
2. 向左旋转柄头 (1 圈)，日期会倒退 1 天。

步骤 3) 按下按钮 (A) 一次并旋转柄头以设置星期。

1. 向右旋转柄头 (1 圈) 让星期前进。
2. 向左旋转柄头 (1 圈) 让星期倒退。

- **拉出柄头至位置 1 并按下按钮 (B) 一次，来让星期显示在英语和日语之间切换。**

步骤 4) 按下按钮 (A) 一次，旋转柄头并从闰年以后年数的快速参考图表读取经过的年数来设置月和最近一次闰年以后的年数。

<通过秒针读取月和年（最近一次闰年以后的年数）>

☆ 读取秒针所指示的月

秒针在 1:00 至 2:00 之间：一月

秒针在 2:00 至 3:00 之间：二月

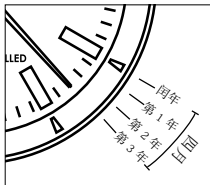
⋮

秒针在 12:00 至 1:00 之间：十二月

示例：最近一次闰年后第 3 年的四月

从闰年以后年数的快速参考图表读取最近一次闰年以后的年数。

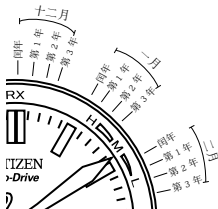
* 让秒针对齐 23 秒位置（4:00 至 5:00 区间）。



<闰年以后年数的快速参考图表>

年	经过的年	年	经过的年	年	经过的年
2014	第 2 年	2018	第 2 年	2022	第 2 年
2015	第 3 年	2019	第 3 年	2023	第 3 年
2016	闰年	2020	闰年	2024	闰年
2017	第 1 年	2021	第 1 年	2025	第 1 年

（2100 年 2 月 28 日之前）



☆ 通过秒针指示读取“经过的年数”

闰年：

秒针指示的每月区间的起点

最近一次闰年后的第 1 年

秒针指示的每月区间的第 1 刻度

最近一次闰年后的第 2 年

秒针指示的每月区间的第 2 刻度

最近一次闰年后的第 3 年

秒针指示的每月区间的第 3 刻度

步骤 5) 检查今年是闰年后的第几年，并向右旋转柄头让秒针对齐月和经过年数的对应位置。
向左旋转柄头（1 圈）会让秒针反向走动。

步骤 6) 将柄头调回正常位置以完成步骤。

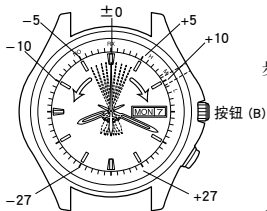
• 每当拉出柄头至位置 1 并按下按钮 (A) 一次时，秒针会走动至要修正的日期和星期来指示手表已进入校准模式。

注意

一些型号的手表会同时显示 3 天的日期。这些型号无法在闰年、二月、四月、六月、九月和十一月正确显示 3 天日期。

6. 时差校准步骤

在不同时区的地区或国家旅游时，此功能让您通过操作秒针，以 1 小时为单位为当地时间设置时差。



示例：

基于日本时间来为香港设置时差时：
由于香港与日本的时差为 1 小时，所以将秒针设置到 59 秒位置。

步骤 1) 按下按钮 (B) 时，秒针停在 12:00 位置，秒针在 12:00 位置时指示 ± 0 小时时差。

- 如果设置了时差，秒针将在时差对应的位置停止。

步骤 2) 在不拉出柄头的情况下，向右旋转柄头，可以让秒针走动一步，时差以 1 小时为单位前进。向左旋转柄头，可以让秒针走动一步，时差以 1 小时为单位倒退。

- 在 12:00 位置时，秒针指示日本标准时间。基于日本标准时间，时差可以设置为 ± 27 小时。

步骤 3) 设置时差后，按下按钮 (B) 一次或 60 秒内未按下任何按钮时，秒针会在快速指示设置的时差时间后，恢复一秒间隔走动。此操作将完成时差校准步骤。

检查并修正基准位置

7. 指针偏位自动修正功能

(指针基准位置自动修正功能)

什么是指针偏位自动修正功能？（指针基准位置自动修正功能）

此功能会在预定间隔检查指针位置以确认指针基准位置是否正确，如果检测到它们偏离了位置，则会快速修正秒针、分针和时针以自动保持正确时间。

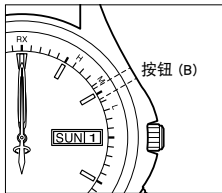
撞击检测功能

当手表受到撞击时，此功能可防止秒针、分针和时针移位。

- 如果手表受到了强烈撞击或者被放在有磁性或静电干扰的环境中，即使接收了无线电波，也可能无法显示正确时间。如果发生此情况，请检查基准位置。请参阅下一頁的“检查基准位置”。

8. 检查基准位置

无线电波手表在“12:00:00”、“1 日”日期，以及“星期日”星期的指针基准位置基础上显示接收的标准时间和日期。



正确基准位置指示：

时间：12:00:00

日期：1 日

星期：星期日

◎ 确认基准位置已正确显示。

柄头处于正常位置时，连续按住按钮 (B) 约 5 或更长时间，一旦秒针开始向前或向后走动便释放。所有指针和日历会快速走动并在手表记忆库中储存的基准位置停止。

• 此过程最多需要 7 分钟。

如果显示与正确基准位置不同，请参阅标题为“手动修正基准位置”的部分。

* 如果基准位置正确，按下按钮 (B) 时或者两分钟内未按下任何按钮时，手表将回到当前时间。

9. 手动修正基准位置

如果手表时间未指示 12:00:00，日期未指示 1 日，星期未指示星期日，请修正基准位置。

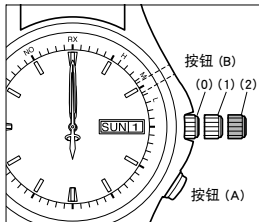
<修正时针、分针、秒针、日期和星期的基准位置>

步骤 1) 按住按钮 (B) 5 秒或更长时间，秒针开始快速走动时释放。指针走动时，拉出柄头至位置 2，并等待手表的所有走动停止。

步骤 2) 旋转柄头将日期对齐“1”。

1. 连续向右旋转柄头（2 圈或更多圈）来让日期持续前进，连续向左旋转，日期则会倒退。

- 向左或向右旋转柄头以停止日期变更。



2. 手表表盘上日期窗口中间出现“1”时,向左或向右旋转柄头来让日期停止变更。

- **每按下按钮 (A) 一次,要修正的日期、星期或秒针都会走动来指示手表正处于校准模式。**

步骤 3) 按下按钮 (A) 一次并旋转柄头来将星期设置为“星期日”。

- **连续向右旋转柄头 (2 圈或更多圈) 会让星期前进,连续向左旋转则会让星期倒退。**

步骤 4) 按下按钮 (A) 一次并旋转柄头来将指针设置到“00:00:00”。

1. 向右旋转柄头 (1 圈) 会让秒针快速前进 1 分钟,向左旋转则会让秒针倒退 1 分钟。
2. 连续旋转柄头 (2 圈或更多圈) 会让秒针快速旋转,分针和时针会与秒针协调而连续走动。

步骤 5) 设置基准位置后,将柄头调回正常位置,并按下按钮 (B) 一次来让每个指针、日期和星期快速回到当前时间和日期。

- **尽管已经完成了基准位置设置,用于将手表设置为正确时间之前,请执行随需接收。**

Eco-Drive (光动能)

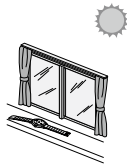
10. 为手表充电

本款手表使用可充电电池来储存电能。完全充电后，正常使用时手表将持续保持正确时间约 6 个月。

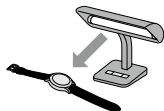
<关于此款手表的最佳使用>

为了舒适地使用本款手表，请尽量让手表始终存放于明亮的位置。

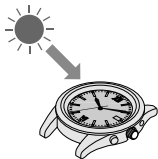
- ◆ 未佩戴手表时，尽量将其放在窗户旁边或其他可以让表盘接受阳光照射的明亮的位置。这将保持手表处于充电状态，并让它可以始终正常运转。



- ◆ 通过让表盘接受阳光或荧光灯直射来为手表充电。
通过让表盘接受阳光或荧光灯直射来为手表充电。
本款手表也可以通过接受白色 LED 灯照射来充电。



- ◆ 如果您经常穿长袖，手表可能会被遮住而无法接受光照，从而导致手表充电不足。每月至少一次让表盘接受阳光直射五至六个小时。

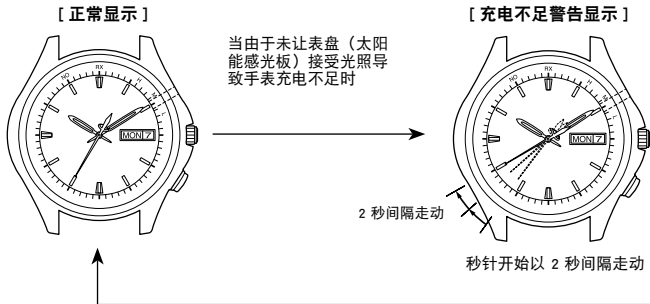


注意 || 请避免将手表放在如汽车仪表板这样的位置或其他高温位置充电。



11.Eco-Drive (光动能) 手表的独特功能

◎ 手表电量不足时，显示会如下所示切换。



***1 如果手表由于充电不足而停止：**

即使让手表接受光照，至少需要约 30 分钟才能恢复自动接收。

***2 如果恢复自动接收失败：**

即使秒针以一秒间隔走动，由于时间仍然不正确，使用手表前，请先手动或通过
随需接收来设置时间和日期。

如果警告充电不足
(2 秒间隔走动持续 2 天或更长
时间)

手表由于充电不足
而停止

通过让表盘（太阳能
感光板）接受光照来
让手表充满电 *1

[恢复自动接收]



充电时自动接收无线电波一次

接收成功时 *2

A. 省电功能

如果持续一段时间未让手表接受光照，手表的一些功能将停止工作并且手表会进入省电模式（以减少电量消耗）。

型号	H100・H106	H10A	H10B
进入省电模式前持续的时间	90 天	7 天	7 天

* 时间一直储存于手表内部。

省电功能取消后，按下按钮 (A) 一次以检查接收状态。如果接收状态指示结果为 NO，使用手表前请使用随需接收来设置正确时间。

<取消省电>

当手表接受光照时，会自动取消省电功能。

- 取消省电功能后，所有指针都会快速回到当前时间，并且秒针会开始以一秒间隔走动。
- 如果手表充电不足，则会开始以两秒间隔走动。出现这种情况时，请为手表充满电从而使其恢复一秒间隔走动。

注意

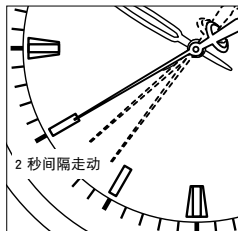
▶ 省电功能无法通过柄头或按钮操作来取消。通过让手表接受光照来取消省电功能。

B. 充电不足警告功能

秒针从 1 秒间隔走动变为 2 秒间隔走动来指示手表充电不足。从两秒间隔走动开始，如果大约 2 天或更长时间都没有让手表接受光照，手表会由于充电不足而停止。

注意 两秒间隔走动期间，无法执行定期自动接收和随需接收，也无法手动修正时间。

- ◆ 如果正在执行无线电波接收、接收结果确认、时差校准，以及检查或设置基准位置时手表出现充电不足，则操作会中断，并且手表会恢复为执行操作前的时间。此时手表会开始 2 秒间隔走动。尽量让手表保持始终充电，以防出现充电不足。



c. 过度充电保护功能

无论手表电量是多少，此功能可以消除任何有关手表可充电电池、计时运行精度、性能或功能效果的担忧。

通过让太阳能感光板接受光照为可充电电池完全充电后，会自动激活过度充电保护功能以防止电池继续充电。

D. 充电时间的一般参考

* 下表列举在不同照度的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 完全充满
室外（晴天）	100 000	5 分钟	40 分钟	16 小时
室外（阴天）	10 000	12 分钟	1.5 小时	40 小时
荧光灯（30 W）下 20 厘米	3 000	40 分钟	3 小时	150 小时
室内照明	500	4 小时	14 小时	920 小时

* 如果秒针以 2 秒间隔走动，请参阅“从可充电电池空电到完全充满电”并充满电。

<手表完全充电时>

型号	H100・H106	H10A	H10B
使用时间	约 6 个月		
在省电模式下	约 1 年	约 2 年	

E. 使用注意事项

<始终确保经常充电>

- 请注意，如果您穿长袖的衣服，手表可能会由于被长袖覆盖无法接受光照而停止。
- 当您摘下手表时，请将其放在尽可能明亮的位置。这将可以确保手表正常运作。

<可充电电池更换>

- 由于本款手表使用可充电电池，您不需要定期更换电池。
然而，使用一段时间后可能会由于退化而导致电量消耗增加，电量用尽的时间可能会早于预期时间。为了避免发生这种情况，我们建议您定期检查（收费）手表。

故障排除

<无线电波接收功能>

当您发现出现故障时，请检查下列项目。

故障	检查	解决方法
手表无法接收无线电波。	秒针是否移动到了 RX（正在接收）位置？	按住右下方的按钮（A），直到秒针指示 RX（正在接收）位置再释放。
手表可以接收无线电波，但不显示正确时间。	是否正确设置了基准位置？ 检查基准位置。 (第 29 页)	如果未正确设置基准位置，请根据“手动修正基准位置”中的指示来调整。 (第 30 页)

故障	检查	解决方法
无线电波无法接收。 (在可接收位置)	· 附近是否有阻碍无线电波或发出噪音的物体？ · 您是否在远离窗户的位置尝试接收无线电波？	· 远离阻碍信号或者产生噪声的物体。通过让手表 9:00 位置朝向无线电波发射站来尝试接收无线电波。 寻找有助于无线电波接收的位置，例如窗户，并改变手表位置、方向和角度。 (第 16 页)
	· 您是否在接收无线电波并且秒针指示 RX、H、M 或 L 时移动了手表？	· 正确接收无线电波前（恢复正常指针走动前），请勿移动手表。 (接收所需时间为约 2 分钟，最长 13 分钟。)

< Eco-Drive (光动能) >

故障	检查	解决方法
· 秒针以 2 秒间隔走动。 · 手表已停止运作。 · 即使充电后，手表也不工作。	· 您是否让已手表接受光照，让其充满电？	· 按照“充电时间的一般参考”的指示为手表充满电。 (第 40 页)

故障	检查	解决方法
手表从暗处拿出时，指针快速向前走动。		这是由于手表接受光照时取消了省电功能，指针会快速向前走动至当前时间。已就绪，可以使用。 （第 36 页）

注意事项和使用限制

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。



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氦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	 利用氦气的饱和和潜水	 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 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

1. **型号**：H100、H106、H10A、H10B
2. **类型**：指针式光动能手表
3. **计时运行精度**：未接收期间（没有接收无线电波时）
平均每月 ± 15 秒内（ $+5^{\circ}\text{C}$ 至 $+35^{\circ}\text{C}$ 常温下佩戴，并且没有接收无线电波时）
4. **使用温度范围**： -10°C 至 $+60^{\circ}\text{C}$
5. **显示功能**：
 - 时间：时、分、秒
 - 日历（星期、日期）
6. **其他功能**：
 - 无线电波接收功能（自动接收、按需接收、恢复自动接收）
 - 自动选择发射站功能（专用于日本标准时间无线电波）
 - 正在接收显示功能（RX）
 - 接收水平显示功能（H、M、L）
 - 接收结果确认功能（H、M、L 或 NO）

- 防磁功能
- 撞击检测功能
- 指针偏位自动修正功能
- 时差修正功能
- 基准位置确认 / 修正功能
- 光动能功能
- 省电功能（减少电量消耗）
- 充电不足警告功能（以 2 秒为间隔走动）
- 过度充电保护功能

7. 连续使用时间：完全充电后在不充电情况下直到手表停止运作的时间

型号	H100・H106	H10A	H10B
省电功能运行时	约 1 年	约 2 年	
未运行省电功能时	约 6 个月		
充电不足警告显示直到停止	约 2 天		

8. 电池：可充电电池（扣式锂电池），1 个

* 规格如有更改，恕不另行通知。

<http://citizen.jp/>

Cal.H100

Cal.H10A

Cal.H10B

Cal.H106