目 錄

頁

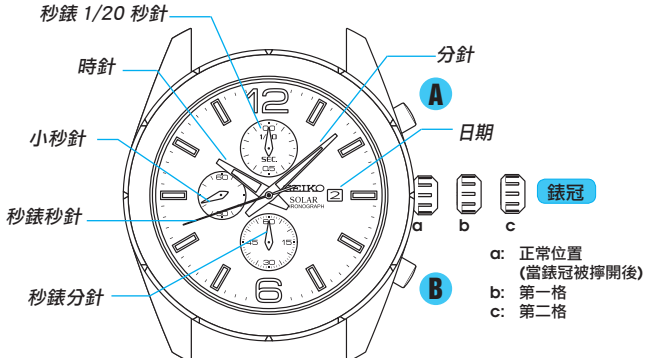
特徵 202
顯示及按鈕 203
螺絲擰入錶冠 204
如何設定時間和調整秒錶指針位置 205
如何設定日期 208
秒錶 209
如何充電和起動本錶 212
過度充電預防功能 213
關於充電時間 / 精確度 214
電力耗儘預警功能 215
電源的注意事項 216
非正常性能 217
旋轉環 218
視距儀 219
測距儀 221
注意保護您的手錶品質 223
故障排除 224
規格 228

SEIKO V176 機型手錶

特徵

- 時間/日曆
- 以1/20秒鐘為遞進單位，最大60分鐘的分段點秒錶計時功能
- 由光能提供電源
- 無需更換電池(請參閱第216頁上的“電源的注意事項”部分。)
- 充滿電能後可持續操作6個月
- 電能耗盡預告功能
- 過度充電預防功能

顯示及按鈕



- *有些機型的錶冠為螺絲鎖定型錶冠。若你的手錶也是此類型，請參閱“螺絲擰入錶冠”。*
- *本手冊將在下一個部分提供詳圖，做相關的解釋。*

螺絲擰入錶冠

(適用於帶螺絲擰入式錶冠的機型)

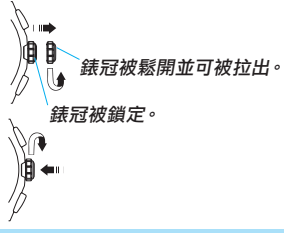
- 本錶的錶冠為螺絲擰入錶冠，它的特點是可防止對手錶實施錯誤操作並可增強防水性能。
- 使用錶冠時，在將錶冠拉出之前需要先擰開錶冠。更重要的是每次使用後務必將其完全鎖定。

如何操作螺絲擰入錶冠

除非確實有必要使用錶冠設定手錶，否則應使其經常保持完全鎖定狀態。

<如何打開錶冠>

按逆時針方向轉動錶冠以擰開錶冠。
錶冠被鬆開並從其原位處向外彈出。



<如何鎖定錶冠>

一邊向錶殼方向推按錶冠一邊按順時針方向旋轉，直到錶冠被完全鎖定在原位上。

1. 勿在手錶上有水氣的狀態下或在水中操作錶冠。
2. 擰入錶冠時，動作要輕，要保證其螺齒對應。如果轉動不滑潤的話，先鬆開以下，然後再捲動。千萬不可用力擰入錶冠，否則會損壞螺紋或錶殼。

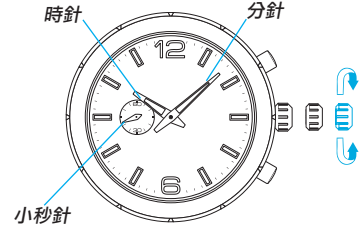
如何設定時間和調整秒錶指針位置

- 根據本錶之設計，可在錶冠處於第二格位置時進行下列調整。
  1) 時間設定
  2) 秒錶指針位置調整

錶冠一旦被拉出到第二格，務必要同時進行上述1)和2)兩項調整。

錶冠 擰開，然後在秒針指向12點鐘位置時拉出到第二格。

1. 時間設定

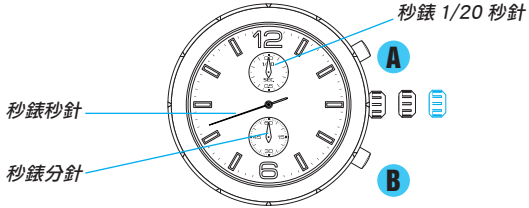


錶冠 旋轉錶把以設定時針和分針。

1. *當秒錶正進行測量時，如果錶把被拉出到第二格，則秒錶指針將自動回到“0”。*
2. *考慮到調整秒錶指針位置時所需要的時間，最好把時間設定到超過現在時間幾分鐘的時間上。*
3. *當設定時針時，務必確認上午(AM)/下午(PM)的設定是否正確。本錶每24小時換一次日期。*
4. *當設定分針時，應該先使其比所需要的時間推前4到5分鐘，然後再轉回到準確的分鐘上。*

2. 秒錶指針位置調整

☆ 如果秒錶指針位置不在“0”上，請按下列步驟將其調到“0”位置。



A 按壓兩秒鐘，以選擇要調整的秒錶指針。

● 按壓 **A** 按鈕兩秒鐘，便可以按下列順序選擇指針。

秒錶1/20秒針 → 秒錶秒針 → 秒錶分針

＊ *被選擇的指針旋轉一整圈。*

B 反覆按壓，以使被選擇的秒錶指針回到“0”位置。

＊ *若一直按壓按鈕 B，指針將快速移動。*

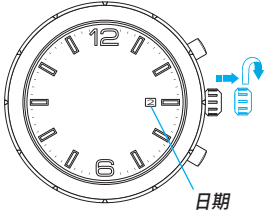
＊ *在所有調整結束之後，確認用於時間顯示的時針和分針是否指向現在時間。*

錶冠 按照點鐘報時信號推回到正常位置。

錶冠 一直擰進去，直到完全鎖定。

如何設定日期

● 設定日期前，務必要先設定時間。



錶冠

擰開。

▼

拉出到第一格。

▼

按順時針方向旋轉直到所需要的日期出現。

▼

推回到通常位置。

▼

一直擰進去，直到完全鎖定。

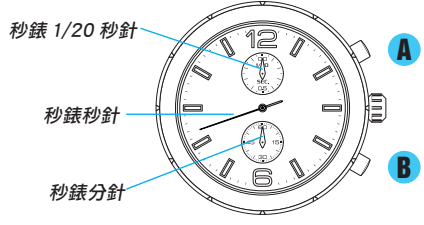
1. 在2月和30天的月份之月末，需要調整日期。
2. 不要在晚上9:00到凌晨1:00之間調整日期。否則日期的轉換可能會異常。

秒錶

● 可以1/20秒為單位，最多計測到60分鐘。 當計時達到60分鐘時，秒錶自動停住。

● 可實施分段點時間。

● 即使計時開始1分鐘後，秒錶1/20 秒針仍將停留在“0”位置。直到本錶停止或分段點時間的計量結束時，該指針才開始移動以顯示所計量的時間。在本錶重新起動或分段點時間顯示解除後，該指針也將開始移動，可顯示的最大時間量為兩分鐘。



☆ 在使用秒錶前，務必檢查錶冠是否在正常位置，以及秒錶指針是否回到“0”位置。

- *在秒錶回到“0”時，如果秒錶指針尚未返回到“0”位置，請按“如何設定時間和調整秒錶指針位置”的步驟進行操作。*
- *當秒針以2秒鐘間隔移動時，秒錶不會起動。此非本錶之故障。請參閱“電能消耗預告功能”和“如何充電和起動手錶”。*

< 如何使秒錶回位 >

當秒錶指針在移動時

1. 按壓按鈕A使秒錶停住。
2. 按壓按鈕B使秒錶回位。

當秒錶指針停止時

下述秒錶操作項目中的一項已經被實施。為與之相應，重新設定秒錶。

[當秒錶停止時]

1. 按壓按鈕B使秒錶回位。

[當秒錶正在計時而分段點時間計時正在顯示時]

1. 按壓按鈕B解除分段點時間顯示。秒錶指針快速移動，然後顯示正在進行中的時。
2. 按壓按鈕A使秒錶停住。
3. 按壓按鈕B使秒錶回位。

[當秒錶處於停止狀態而分段點時間計時正在顯示時]

1. 按壓按鈕B解除分段點時間顯示。秒錶指針快速移動，然後停住。
2. 按壓按鈕B使秒錶回位。

標準計時

被積累的經過時間的計時

* 按壓按鈕 A 可使秒錶的再啟動及停止反復進行。

分段點時間的計時

* 按壓按鈕 B 可使分段點時間的計量及解除反復進行。

兩個競賽者的計時

如何充電和起動本錶

●當您第一次使用本錶或充電電池裡的電力已降到極低的水平時，請使本錶暴露在光源下，以使其充滿電。

1. 使本錶暴露在太陽光或較強的人工光源下。
   當本錶停止走動時，秒針將以兩秒鐘間隔走動。
2. 繼續使本錶暴露在光源下，直到本錶秒針以 1 秒鐘間隔走動。
3. 在本錶完全停止走動後纔為其充電時，充電後佩帶本錶前應設定日期和時間。
   參照“關於充電時間/精確度”。

⚠ 注　意

充電的注意事項

●當為本錶充電時，不要把本錶放在距離閃光燈¨探照燈¨白熾燈等光源太近的地方，以免本錶溫度過高，導致錶內零件受損。

●當把本錶暴露在陽光下為其充電時，不要放在汽車的儀器板上，以免錶的溫度過高。

●為本錶充電時，務必確認錶的溫度不超過 60℃。

過度充電預防功能

不論給可充電式電池充多長時間的電，都不會有損手錶的操作質量。當可充電式電池充滿電後，過度充電預防功則自動啟動，以保證手錶不再充電。

關於充電時間 / 精確度

環境/光源(勒克司)	V176		
	A (分鐘)	B (小時)	C (小時)
一般工作室/熒光燈(700)	150	60	-
30W20cm/熒光燈(3000)	33	13	110
陰天/太陽光(10000)	9	3.5	30
晴天/太陽光(100000)	2	0.6	5
一次充電後從滿電到耗盡可持續的期限	6個月		
走慢/走快(月率)	若佩帶手錶時的溫度在正常溫度(5℃～35℃)範圍內不到15秒鐘		
操作溫度範圍	−10℃～60℃		

A: 使用一天所需的充電時間
B: 穩定操作所需的充電時間
C: 滿量所需的充電時間

＊ 上表只提供一個一般性參考。

◆ 本錶是由錶盤吸收光能並把光能轉換成電能進行操作的。若剩餘的電能不充足的話，手錶將不能正常操作。請把手錶放置在可以接受並儲存光能之地點，使它保持滿電狀態。

- 若手錶停住或秒針開始以 2 秒鐘間隔 ，移動的話，將其置於光源下充電。
- 根據手錶機型之不同，充電所需時間會出現差異。請確認刻在手錶背面的機型號。
- 為保證手錶能穩定操作，充電時間最好能夠達到“B”的程度。

電力耗儘預警功能

- 當可充電式電池內儲存的電能降低到最低值時，則秒針開始以兩秒鐘間隔移動，而不是正常的一秒鐘間隔移動。然而，即使秒針以兩秒鐘間隔移動，手錶的精確度不會受到影響。
- 當秒針以兩秒鐘間隔移動時，秒錶不能啟動。
- 若在秒錶計時進行時秒針開始以兩秒鐘間隔移動，則秒錶將自動停住，秒錶各指針回到“0”位置。
- 發生以上狀況時，立即把手錶放到光照之下，使其充電。否則，手錶會在幾天之內停止走行。(關於手錶的充電，請參閱“如何給手錶充電並啟動手錶”。)

❖ 如何防止電力耗儘

- 佩帶手錶時，勿使衣袖遮住手錶。
- 當本錶不使用時，應儘量將其放在光亮處。

電源的注意事項

- 本手錶上使用的電池為充電式電池。它與普通的氧化銀電池不同。乾電池或鈕扣式電池在被使用完後必須廢棄，而充電式電池可通過充電及放電的循環過程反覆地被利用。

- 充電電池的充電效能會因各種原因而逐漸降低，比如長期使用、使用環境等。機械部件上發生的損壞或雜質及劣質機油也會縮短充電周期。若充電電池的效能降低，需要使手錶得到修理。

⚠ 注　意

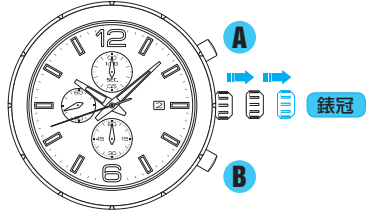
- 用戶不可擅自取下充電電池。充電電池的更換需要由專業技術人員實施。若有更換電池的必要，請與手錶經銷店聯絡。
- 切勿使用普通的氧化銀電池，否則氧化銀電池產生的熱量會導致發生爆裂及爆燃。

非正常性能

換上新電池後，或不正常顯示出現後，請按照下列步驟重新設定內裝集成電路。手錶將恢復正常操作。

● 如何重新設定集成電路

1. 擰開錶冠和按鈕。
2. 將錶冠拉出到第二格。
3. 一直按下按鈕A和按鈕B3秒鐘以上。
4. 將錶冠推回到正常位置，並確認小秒針是否在正常地走行。
5. 一直擰進去，直到完全鎖定。



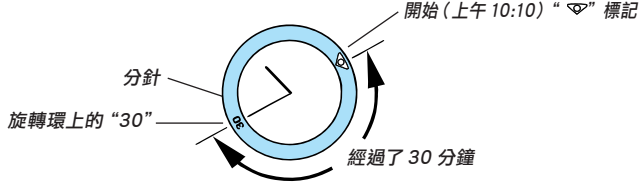
· 重新調整集成電路後會使手錶處於初級化狀態。因此必須要再次設定時間並使秒錶指針回位直0。
請參閱本手冊的“如何設定時間和調整秒錶指針位置”部分。

旋轉環
(適用於帶旋轉環的機型)

旋轉環最大可顯示60分鐘的經過時間。

1. 轉動旋轉環以使其“▽”標誌與分針對齊。
   *旋轉環轉動時發出咯噠聲。每發出一聲，它旋轉半分鐘。
2. 若想知道已經過時間，查看分針指向的旋轉環上的數值即可。

例：



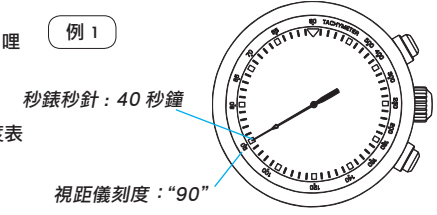
視距儀
(用於帶視距儀刻度的機型)

若要計量汽車的時速

1 利用秒錶計算出走1公里或1哩需要多少鈔鐘。

2 由秒錶秒針顯示的視距儀刻度表示每小時的平均速度。

例 1



“90”（視距儀刻度數）×1（公里或哩）
= 90 公里／小時或哩／小時

● 視距儀刻度只有在需要的時間短於60秒鐘的情況下方可使用。

例2： 若測量距離超過2公里或2哩，或者不到0.5公里或0.5哩，秒錶秒針在視距儀上指向“90”：

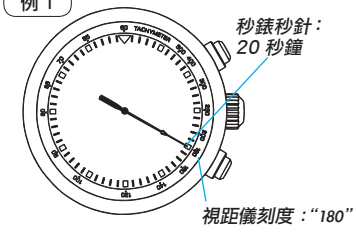
“90”（視距儀刻度數）×2（公里或哩）=180公里／小時或哩／小時
“90”（視距儀刻度數）×0.5（公里或哩）=45公里／小時或哩／小時

若要計量每小時的工作效率

1 利用秒錶計算出完成一項工作所需要的時間。

2 由秒錶秒針顯示的視距儀刻度表示平均每小時能夠完成多少項工作。

例 1



“180”（視距儀刻度數）×1 項工作＝
180 項工作／小時

例2： 若在20秒鐘內可完成15項工作：
“180”（視距儀刻度數）×15項工作＝2700項工作／小時

測距儀

（用於帶測距儀刻度的機型）

- 測距儀可提供一個某一地點離發光源和發聲源相距的大致距離。
- 測距儀顯示的是從本人所在位置到某一個發光和發聲物體之間的距離。例如，它可以表示到達某一正在發生閃電之處的距離。其方法是，計算從看到閃電到聽見聲音所經過的時間。
- 當閃電出現後，其聲音立即以每秒鐘0.33公里的速度傳過來。故離光源和聲源的距離可根據兩時間的差計算出來。
- 按照本測距儀的刻度盤上的規定，聲音的傳播速度為每三秒鐘1公里。＊

＊在溫度為 20℃的條件下。

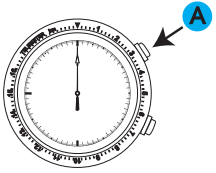
⚠ 注　意

本測距儀只能表示一個某一地點離發生閃電處的大致距離。因此，不可作為如何避免閃電危險發生的參考。此外還要注意，聲速在不同的地點，其速度也會發生變化。

如何使用測距儀

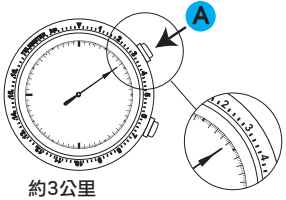
使用之前，先確認秒錶是否被設定回位。

開始
（閃電光）



1 看到閃電後立即按壓按鈕A以啟動秒錶。

停止
（打雷聲）



約3公里

2 聽到聲音後，再按壓按鈕A以使秒錶停止走行。

3 讀出秒錶秒針指向的測距儀的刻度。

- *請注意，秒錶秒針以秒鐘為遞進單位移動，它並非總能精確地指向測距儀刻度盤的刻度。 測距儀刻度盤只能用於當測得的時間少於60秒鐘的時候。*

注意保護您的手錶品質

■ 溫度

機械手錶內的主要元件是由金屬製成的。金屬的特性是根據溫度的變化而伸縮。此特性對手錶的精確度發生影響。機械手錶在高溫下易走慢，在低溫下易走快。為提高手錶的精確度，則必須隨時為控制齒輪速度的擺輪提供電能。此外，發動機械手錶的主發條所產生的驅動力會根據上弦狀態發生變化。特別是在上滿弦和未上弦之間。若主發條沒上弦，則驅動力微弱。

■ 磁性

強烈的磁性，會使閣下的手錶受到不利的影響。因此，請不要使您的手錶和具有磁性的物體互相接近。

■ 小心保護錶殼和錶帶

為防止錶殼和錶帶生銹，請定期地用一塊乾軟布擦拭。

■ 化學藥品

注意勿使手錶接近溶劑、水銀、化妝用噴霧器、清潔劑、黏劑或油漆。否則，錶殼、錶帶等會脫色、變質或受損。

■ 錶背附有保護薄片時的注意

若您的錶背附有保護薄片和/或貼有標籤時，請在使用錶前將它們揭下。

■ 定期檢查

我們建議閣下，最好是每隔兩年到三年，把您的手錶送到一家指定的精工代理店、或是服務中心，對錶殼、錶把、襯墊和晶體的密封，進行檢查，務求完好無缺。

■ 衝擊和震動

注意勿使手錶脫落，或撞在硬物表面上。

故障排除

故　障	原　因	解決方法
手錶停止操作。	電能完全耗盡。	如果你每天佩帶手錶還遇到這個問題的話，説明你戴錶的時候，沒有讓手錶受到足夠的光照。例如，手錶被衣服的袖口遮住了等等。
小秒針以兩秒鐘間隔移動。	電能快要耗盡。	充電所需要的時間會根據光線強度而出現差異。 請參閱“充電時間/精確度的指南”給手錶充電。
手錶充電的時間超過了滿電充電的時間，但是，秒針還不能恢復一秒鐘間隔移動。	給手錶充電的光線太弱。	按照“非正常性能”中的步驟重新設定手錶。
	內裝的集成電路處於不安定狀態。	把錶放回到正常的溫度環境下，以恢復其通常所保持的精確性，然後再設定時間。按照本手錶的調整狀態，當在5˚C~35˚C的正常溫度範圍內把它戴在手腕上時，手錶可保持其精確性。
手錶暫時走慢或走快。	手錶被置於或被戴在一個極高或極低的溫度環境下。	移開手錶使其遠離磁體源便可改變此狀況。若仍不能改變的話，請與出售此錶的經銷店聯絡。
	手錶被放在一個帶強磁場的物體附近。	再設定時間。若再設定時間後，手錶仍沒有回到其正常的精確度，請與出售此錶的經銷店聯絡。
	手錶被摔下，撞到一個硬表面上；或者戴著手錶進行劇烈的運動；或者手錶受到強烈的震動。	

故　障	原　因
秒錶被重新設定後，秒錶指針不回位到“0”。	受外界因素的影響，或因為內裝集成電路的重新設定，秒錶指針位置已經超出了正常的運行軌跡。
玻璃罩的內側出現霧氣。	墊圈受損，濕氣進入錶內。
日期的轉換不是在深夜。	時間被設定在現在時間的12小時前或12小時後。

解決方法
按照“如何設定時間和調整秒錶指針位置”中的步驟，將秒錶指針調到“0”位置。
與出售手錶的經銷店聯絡。
參閱“如何設定時間及調整秒錶指針位置”，重新正確設定時間。

・若出現其它任何故障，請與出售此錶地經銷店聯絡。

規格

1	晶體頻率振蕩器	32,768 赫茲（每秒周波）
2	走快／走慢（月率）	正常溫度下為 ±15 秒鐘（5℃～ 35℃）
3	操作溫度範圍	－ 10℃～＋ 60℃
4	驅動系統	步進馬達，4 個
5	顯示系統	
	時間／日曆	時針，分針和小秒針 日期以數字顯示。
	秒錶	秒錶 1/20 秒針，秒錶秒針和秒錶分針
6	電源	錳鈦鋰可充電式電池
7	滿電後的持續操作時間	若每天使用秒錶不超過一個小時，約六個月
8	其他功能	電能耗盡預告功能及過度充電預防功能
9	集成電路	C － MOS － IC，1 個

・ *為產品改良起見，有關規格可能有所更改，恕不另行通知。*