我们真诚地感谢您购买敝公司的产品。为了保证您正确地使用好本产品，请您在使用之前认真阅读说明书。

※关于金属表带的调整，请联系购买该产品的商店为您进行调整。有时可能会收取费用。在非购买商店时有可能不能为您提供相关服务。在购买商店无法进行调整的话，可以与弊公司的客户服务中心取得联系。

目　录

1. 关于本产品

产品在使用操作上的注意事项 …… 140
特　点 …… 144
各部分的名称以及主要作用 …… 146
按钮 A 和 B 操作方法 …… 148
关于表冠 …… 149

2. 使用之前

使用之前 …… 150

3. 关于世界时间功能

世界时间功能的使用方法 …… 152
选择时区（显示世界各地区的时间） …… 154
时区显示和时差一览表 …… 156
世界时间功能　Q&A …… 158

4. 时间的校对方法（接收电波）

通过接收电波信号来校对时间和日期 …… 159
关于接收电波的范围 …… 161
确认接收电波是否成功 …… 164

5. 关于太阳能充电功能

关于充电 …… 170
关于能源 …… 172

6. 注意事项

关于日常保养 …… 174
关于功能和型式 …… 174
关于防水功能 …… 175
关于抗磁功能（磁气的影响） …… 176
关于表带 …… 178
皮革表带用三折叠式表带扣的使用方法 …… 180
关于使用电源 …… 184
关于 LUMIBRITE …… 185
关于售后服务 …… 186

7. 如何使用

强制接收电波的方法（手动接收电波） …… 187
当无法接收电波的时候 …… 189
关于基准位置 …… 194
基准位置的调整方法 …… 195
这种时候怎么办? …… 198
万一手表有异常走动时怎么办? …… 202

8. 产品规格

产品规格 …… 203

产品在使用操作上的注意事项

⚠警告

该标志表示如果使用操作不当的话，有可能会导致负重伤等严重的后果。

・如果出现以下情况的话，应该停止使用。
- ○如果手表机体和表带因腐蚀等变得尖锐的话
- ○如果表带的扣钉弹跳出来的话

※ 应立即与购买商店或弊公司的客户服务中心取得联系。

・不要把手表本体和零件放在婴幼儿用手能触摸到的地方。

有可能会导致婴幼儿误吞食零件。
万一发生误吞食情况的时候，因为会对婴幼儿身体造成伤害，所以应立即找医生咨询。

・请不要从手表中取出充电电池。

※ 关于充电电池 → 关于使用电源 P.184

充电电池的更换需要专业知识和技术，应该联系购买商店为您更换电池。
如果装入普通的氧化银电池的话，则有可能会导致破裂、发热、起火等。

⚠注意

该标志表示如果使用操作不正确的话，有可能会导致负轻伤和蒙受物质方面的损失。

・应该避免在以下场所携带或保管本手表
- ○有挥发性药品散发的地方（除光液等化妆品、防虫剂、稀释剂等）
- ○温度长期超出5℃～35℃范围的地方
- ○高湿度的地方
- ○受到磁气和静电影响的地方
- ○灰尘较多的地方
- ○振动较强的地方

・如果出现了过敏和斑疹的话

应立即停止手表的使用，并到皮肤科等专科医生处就诊。

・其他注意事项
- ○金属表带的调整需要专业知识和技术，所以，调整表带时应该与购买商店联系。
  如果自己调整的话，则有可能导致手和手指受伤，也有可能导致零件遗失。
- ○不要对商品进行拆卸或改造
- ○注意不要让婴幼儿接触手表。有可能会导致受伤和过敏。
- ○有关使用完后的电池的处理，应遵循各地方行政部门的规定。
- ○如果是怀表和胸饰表的话，则应该注意绳带和表链的使用方法。
  它们有可能会损坏衣服类或弄伤手和颈部或者勒脖子。

⚠警告

本手表绝对不要在有氧潜水和饱和潜水的时候使用

有氧潜水和饱和潜水用的手表需要经过适应严酷环境的各种严格检查，而本手表并没有做过这类检查。在进行此类潜水活动时，应使用专用的潜水手表。

⚠注意

应避免直接用水龙头浇水

自来水的水压非常高，即使是具有日常生活用加强型防水功能的手表，也有可能会导致防水功能出现问题。

⚠注意

在手上沾有水分的时候，不要操作手表的表冠和按钮

有可能会使水分进入表的内部。

※ 万一玻璃面内侧出现了水雾气和水滴，且长时间不消失的话，则说明防水有问题。
应该尽早与购买商店或弊公司客户服务中心取得联系。

当表上沾有水滴、汗水和污渍的时候，不应放置不管

即使是防水型手表，也有可能会因玻璃黏和面或垫圈劣化以及不锈钢生锈而导致防水功能出现问题。

在洗澡和洗桑拿浴的时候，不要使用手表

蒸气和肥皂以及温泉的成分等有可能会加速防水功能的劣化。

特　点

本手表是一款装载有世界时间功能的太阳能驱动电波校时腕表。
・通过选择时区，就可以显示出世界各地区的时间。
・通过接收载有时间信息的电波来显示精确的时间。
　手表可接收日本、中国和美国官方授时的标准频率电波。

世界时间功能 …… 可通过选择时区，显示处于该时区地区的时间。
→ P.152

接收电波功能 …… 每天自动接收电波，校对出正确的时间。手表可接收日本、中国和美国（使用世界时间功能选择接收站）官方授时的标准频率电波。也可以通过手动强制性接收电波。
→ P.159

接收结果显示功能 …… 用秒针显示电波信息的接收结果（是否成功）。
→ P.164

接收信号强度的显示功能 …… 在接收电波信号过程中，秒针显示电波的状态。（仅限于强制性接收）
→ P.187

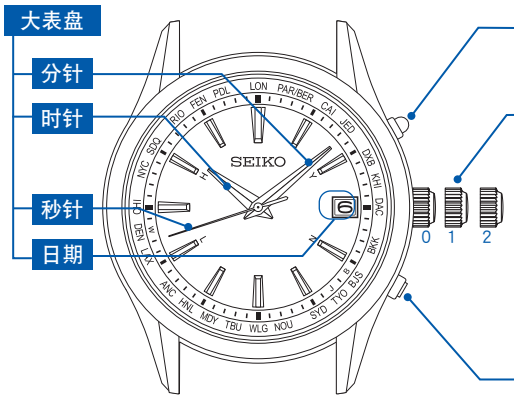
太阳能充电功能 …… 通过文字盘下面的太阳能电池，将光转换成电能来进行充电。充满电后，约能连续走时 6 个月。
→ P.170

电池能量耗尽预告功能 …… 通过秒针的走动状态来告知现在是否需要充电。
→ P.172

省电模式功能 …… 当手表持续置于非光线之处时，可以遏制能源的浪费。
→ P.173

表针位置自动校对功能 …… 如果受磁气等外部的影响而表针出现偏离时，则会自动调整偏离。
→ P.194

各部分的名称以及主要作用



按钮A → P.148
※ 按钮的操作方法因所使用的功能而不同。请遵循本说明书各部分的说明。

表冠
0格：　选择时区　P.154
　　确认接收结果　P.164
　　强制接收　P.187
第1格：手动校对日期　P.192
第2格：手动校对时间　P.190
　　系统复位　P.202

※ 当配戴使用的时候，应该把表冠锁紧。
→ 关于表冠　P.149

按钮B → P.148
※ 按钮在不同功能状态下作用有所不同，请参阅各项功能介绍之页。

接收信号强度显示

【强制接收】 → P.187

H…… 接收信号强度高（50秒位置）
L…… 接收信号强度低（40秒位置）
N…… 无法接收（20秒位置）

标准电波显示

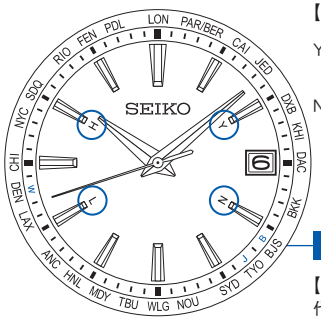
显示有标准电波站的时区

J … JJY（日本）
B … BPC（中国）
W … WWVB（美国）

接收结果显示

【接收结果的确认】 → P.164

Y…… 可以接收（10秒位置）
N…… 无法接收（20秒位置）



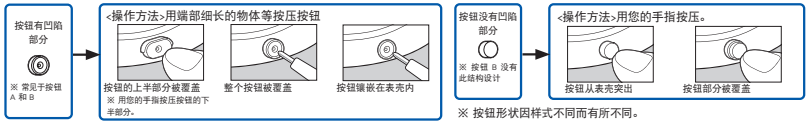
时区显示

【选择时区】 → P.154
代表城市名称…世界25个地区

※ 时区显示的城市名称以及各时区显示的位置，因型式（样式）不同而有所不同。

按钮 A 和 B 操作方法

按钮 A 和 B 镶嵌在表壳内以改善设计和防止操作失误。关于按钮的按压方法，请参阅下图。



※ 按钮形状因样式不同而有所不同。

■ 同时按压按钮 A 和 B

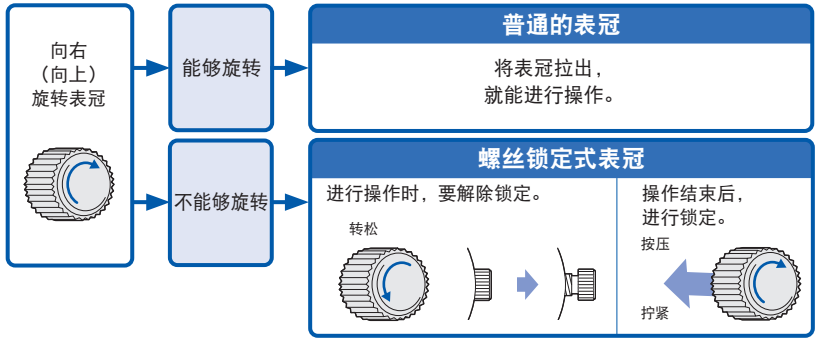
在按压按钮前，务必了解上述关于“按钮 A 和 B 操作方法”的说明。
首先按下按钮 B，在按压的状态下，手不要离开，再按按钮 A，这样就能成功地按下。

- 按钮 A 和 B 都有凹陷部分
  如图中所示固定手表，使手表不能移动，然后使用端部细长的物体按压按钮。
- 按钮 A 没有凹陷部分，按钮 B 有凹陷部分
  用您的手指按压按钮 A，用端部细长的物体按压按钮 B。

※ 操作按钮前，用柔软的布或类似物品按压按钮，以免损坏手表。

关于表冠

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

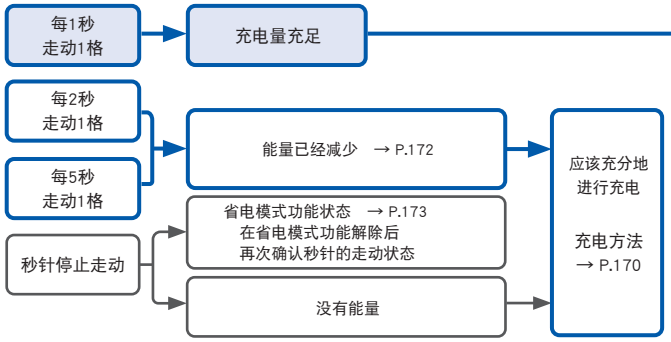


※ 螺丝锁定式的表冠在锁定后，就能防止错误动作和提高防水性。
※ 螺丝锁定式的表冠不可勉强拧紧螺丝，否则会损毁螺丝部。务必请注意。

使用之前

1. 确认能源的残余量

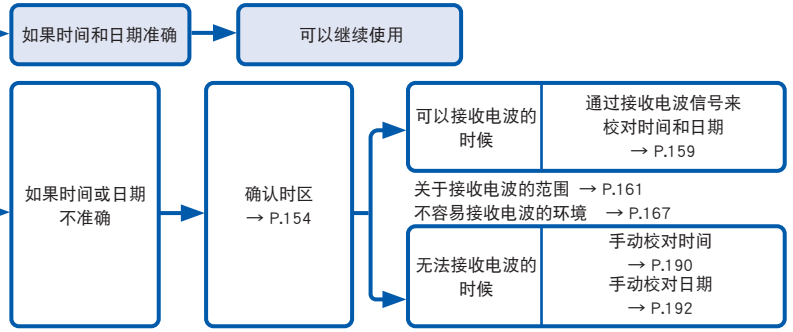
确认秒针的走动状态，如果能量不足的时候，应该给电池充电。



※ 充电以后仍然无法恢复每1 秒走动1 格状态的时候， → 这种时候怎么办？：充电 P.199

2. 检查时间和日期

※ 本手表不能通过拧动表冠的方法使表针走动。
需要校对时间或者日期以及星期的时候，可以参考以下各页。



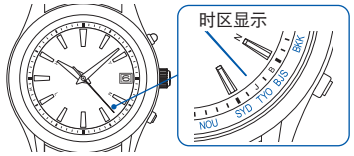
※ 即使能成功接收电波信号，但时间或日期不准确 → 故障排除中的“时间和表针的偏差” P.200 和“日期的偏差” P.201

世界时间功能的使用方法

■ 世界时间功能的特点

・通过在世界 25 个地区中选择一个时区，可显示不同时区的当地时间。

在时区选择模式的状态下，用秒针显示所选择的时区。



・如果时区设置为日本、中国和美国，则手表可通过接收电波信号来显示精确的时间和日期，但手表必须位于电波信号接收范围内。

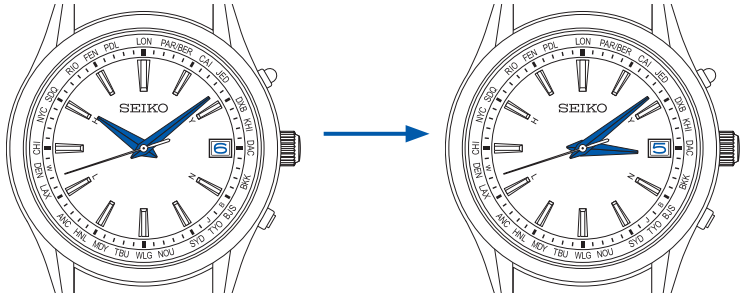
※ 如果处在电波接收范围以外的话，则无法接收电波。 → 关于接收电波的范围 P.161

→ 选择时区 P.154、 → 时区显示和时差一览表 P.156

例如：显示檀香山的时间（时区选择HNL（火奴鲁鲁））

当选择时区后，日期和时间将自动调整。

＜变更以前＞ ＜变更以后＞

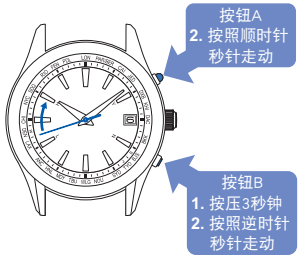


日本时间 ：6 号，10 点 8 分 42 秒
檀香山时间 ：5 号，15 点 8 分 42 秒

选择时区（显示世界各地区的时间）

在操作步骤**1.** 以后，要在10 秒钟以内进入步骤**2.** 的操作。

※ 如果步骤**1.** 的状态（秒针不走动的状态）持续10 秒以上的话，则会自动返回到时间显示。
如果返回到时间显示的话，则要从步骤**1.** 重新操作。



※ 按钮B可以用手指或者前端尖细的东西按压。
→ P.148

1. 持续按压按钮B(3秒)，直到秒针停止走动

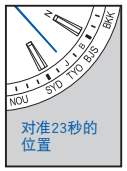
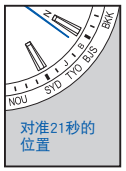
▶ 秒针开始走动，显示现在所选择的时区。

2. 在操作步骤1. 后10秒钟以内，按压按钮A或者按钮B，把秒针对准目的地的时区。

▶ 每按压按钮一次，则秒针走动一下，移动至邻近的时区。

通过选择时区，可切换电波的接收站。在可以接收电波的地区以外，则接收电波的功能不能运作。

※ 在设定夏令时（DST）的时候，请设定为目的地时区+1小时所指示的时区。

在日本使用时	在中国使用时	在其他地区使用时
		时区显示和时差一览表 → P.156
对准23秒的位置	对准21秒的位置	

3. 从时分针停止走动时开始，请等待10秒钟。
（选择时区模式结束）

▶ 秒针开始走动。
手表将根据需要自动调整日期。

※ 日期正在移动时，不能进行按钮或表冠的操作。

时区显示和时差一览表

在时区变更模式的状态下，可以参考下表，把秒针调至目的地的时区显示处。
在设定夏令时（DST）的时候，请设定为目的地时区＋1小时所指示的时区。
※ 在「接收电波站」栏中标有△标记的时区，夏令时（DST）时请选择－1小时的时区。
※ 各种显示有可能因机型（外观设计）的不同而异。

截至 2017 年 12 月

显示	秒针位置	代表城市名称	距离UTC的时差	接收电波站
LON	0秒	伦敦	0小时	—
PAR/BER	3秒	巴黎 / 柏林	＋1小时	—
CAI	6秒	开罗	＋2小时	—
JED	8秒	吉达	＋3小时	—
DXB	11秒	杜拜	＋4小时	—
KHI	13秒	卡拉奇	＋5小时	—
DAC	15秒	达卡	＋6小时	—
BKK	18秒	曼谷	＋7小时	—
BJS	21秒	北京	＋8小时	BPC
TYO	23秒	东京	＋9小时	JJY
SYD	25秒	悉尼	＋10小时	JJY △
NOU	28秒	努美阿	＋11小时	—
WLG	30秒	惠灵顿	＋12小时	—

显示	秒针位置	代表城市名称	距离UTC的时差	接收电波站
TBU	32秒	努库阿洛法	＋13小时	—
MDY	34秒	中途岛	－11小时	—
HNL	36秒	火奴鲁鲁	－10小时	—
ANC	38秒	安克雷奇	－9小时	—
LAX	41秒	洛杉矶	－8小时	WWVB
DEN	43秒	丹佛	－7小时	WWVB
CHI	45秒	芝加哥	－6小时	WWVB
NYC	48秒	纽约	－5小时	WWVB
SDQ	50秒	圣地亚哥	－4小时	WWVB △
RIO	53秒	里约热内卢	－3小时	—
FEN	55秒	费尔南多・迪诺罗尼亚群岛	－2小时	—
PDL	57秒	亚速尔群岛	－1小时	—

■ 关于时区和时差

世界各地以【协调世界时（UTC）】为标准，制定了可在各个国家及地区共通使用的标准时间。
标准时间按照各个国家及地区制定，使用相同的标准时间的地区整体称为时区。
另外，有的地区设有【夏令时（DST）】。

协调世界时（UTC）：Coordinated Universal Time

UTC是通过国际协议而制定的世界通用的标准时间。UTC 作为世界各地纪录时间时的正式时间使用。为了调整与天文学上所规定的世界时（UT）的偏差，在按照世界中的原子时钟而决定的「国际原子时（TAI）」上增加闰秒进行调整后的时间即为UTC。

夏令时（DST）：Daylight Saving Time

是指夏令时。
是一种在夏天日照时间长的时候，通过把时间向前推进一小时来延长白天时间的制度。
夏令时（DST）的实行期间和地区因国家不同而有所不同。

※ 各地区的时差以及夏令时，可能会因国家或者地区各自的情况而发生改变。
※ 也有极少数地区按照15分钟、30分钟单位设定时差（如印度等）。

世界时间功能　Q&A

Q：当我从日本到国外的时候，是否能自动转变为当地时间呢？
A：仅仅是距离上移动的话，不会转换为当地时间。
　当您到了国外的时候，可以选择您所到达地区的时区。
　通过选择时区，可以自动显示出当地时间。
　（可以按1 小时为单位调整时差）
　当您选择好时区以后，如果在电波接收范围内的话，则可以接收电波调整更为精确的当地时间。
　（通过选择时区，接收电波的频率随之转换。）

Q：当我从国外返回到日本的时候，是否能自动转变为日本的时间呢？
A：仅仅是距离上移动的话，不会转换为日本的时间。
　在日本使用时，请在「世界时间功能」设置为日本时间。

Q：进行选择时区的操作时，由于时针停止转动，是否时间会发生偏差呢？
A：由于内部的电路会记录时间，因此不会发生时间偏差。

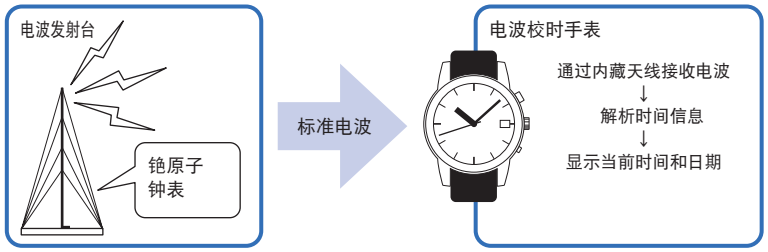
Q：如果在接收电波范围外的地区设置时区，由于不能接收电波，
　此时的手表的精确度变为何种状态呢？
A：此时可作为通常的石英手表来使用。（平均月偏差±15秒）

Q：在按照以15分钟，30分钟为单位的时区，要调整为的当地的时间，该如何操作呢？
A：请使用「手动校对时间」功能。
　→手动校对时间的方法　P.190

通过接收电波信号来校对时间和日期

■ 接收电波的结构原理

电波表可通过自动接收和同步官方标准频率的电波信号来显示精确的时间和日期。
标准频率电波的时间信息来自“铯原子钟”，它拥有超高精度，10 万年的误差约为 1 秒。



■ 自动接收和强制接收

・自动接收

本手表通过在固定的时间自动接收电波信号来校对时间和日期。接收在凌晨 2 点前、凌晨 3 点前和凌晨 4 点前进行。

※ 如果接收成功的话，则自动接收电波结束。

・应该把手表放置于窗边等容易接收电波的地方。
・在接收电波过程中，不要碰动手表。
→ 如何容易接收到电波？ P.166

・强制接收

除了自动接收电波以外，还可以随时并任意地接收电波。

→ 强制接收电波的方法 P.187

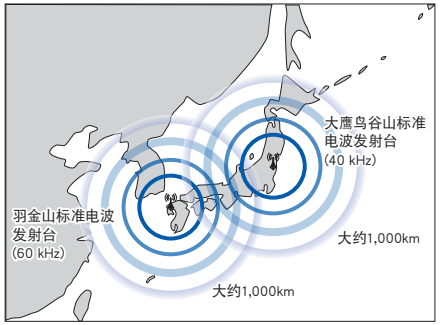
※ 如果时区设置为日本、中国和美国以外的地区，则无法使用信号接收功能。
→ 时区显示和时差一览表 P.156
※ 接收电波是否能成功，受到接收环境的影响。 → 不容易接收电波的环境 P.167
※ 如果在接收电波范围以外的话，则无法接收。 → 关于接收电波的范围 P.161
※ 即使能成功接收电波信号，但时间或日期不准确 → 故障排除中的“时间和表针的偏差” P.200 和“日期的偏差” P.201

关于接收电波的范围

本手表可接收日本（2 个发射台）、中国和美国的标准电波信号。
通过选择日本或者中国、美国、德国以及英国的时区，可以转换接收的标准电波。
→ 选择时区 P.154

■ 接收电波的大致范围：日本（JJY）

接收电波的大致范围为大约1,000km。（以各电波发射台为中心的半径1,000km）



电波发射台由NICT（情报通信研究机构）负责运行。

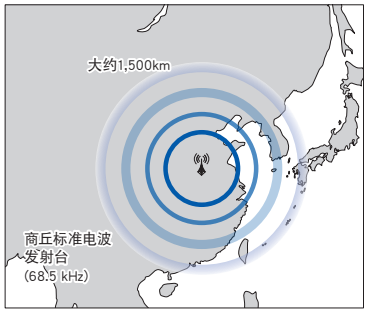
福岛：大鹰鸟谷山标准电波发射台
频率：40 kHz
九州：羽金山标准电波发射台
频率：60 kHz

※ NICT：National Institute of Information and Communications Technology

※ 即使是处在接收电波的大致范围内，有时候也会因条件不良（天气、地形、建筑物、方向等的影响）而接收不到电波信号。
→ 不容易接收电波的环境 P.167

■ 接收电波的大致范围：中国（BPC）

从电波发射台接收电波的大致范围为大约1,500km。
（以电波发射台为中心的半径1,500km）



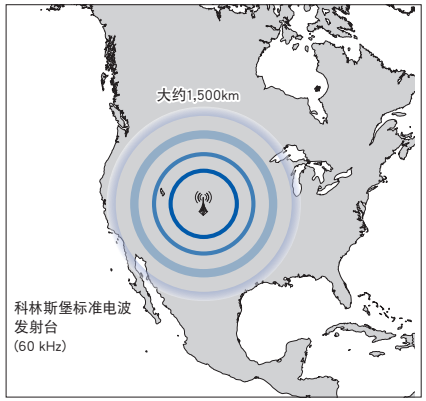
电波发射台由NTSC(中国科学院国家授时中心)负责运行。
河南省商丘市
商丘标准电波发射台
频率：68.5 kHz

※ NTSC：National Time Service Center

※ 即使超出了1,500km 的范围，但如果条件好的话，有时也可以接收到电波。
※ 即使是处在接收电波的大致范围内，有时候也会因条件不良（天气、地形、建筑物、方向等的影响）而接收不到电波信号。
→ 不容易接收电波的环境 P.167

■ 接收电波的大致范围：美国（WWVB）

从电波发射台接收电波的大致范围为大约1,500km。
（以电波发射台为中心的半径1,500km） 接收范围内有四个时区。



电波发射台由NIST（美国国家标准与技术研究院）负责运行。
科罗拉多州丹佛近郊
科林斯堡标准电波发射台
频率：60 kHz

※ NIST：National Institute of Standards and Technology

※ 即使超出了1,500km 的范围，但如果条件好的话，有时也可以接收到电波。
※ 即使是处在接收电波的大致范围内，有时候也会因条件不良（天气、地形、建筑物、方向等的影响）而接收不到电波信号。
由于在自动接收电波的时间段比较有利，推荐进行自动接收电波。
→不容易接收电波的环境 P.167

确认接收电波是否成功

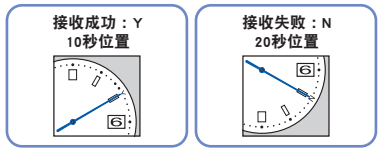
■ 关于接收结果的显示

对于最后接收电波的结果（是否成功），秒针显示5秒钟。

1. 按压按钮A一下，然后放开

▶ 秒针显示接收结果。

2. 确认接收电波是否成功（5秒钟以内）



※ 如果过5秒钟以后或者中途按压按钮A的话，则返回到时间显示。

■ 当接收结果显示为Y的时候

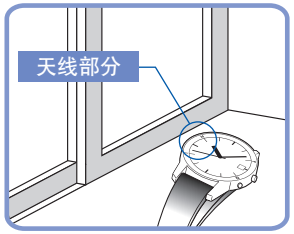
- 接收电波成功。可以继续使用手表。
  ※ 即使能成功接收电波信号，但时间或日期不正确。 → 故障排除中的“时间和表针的偏差” P.200 和“日期的偏差” P.201

■ 当接收结果显示为N的时候

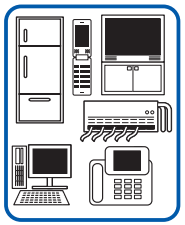
- 改变手表放置的场所和朝向，再次接收电波。
  即使是处在接收电波的大致范围内，有时候也会因条件不良（天气、地形、建筑物、方向等的影响）而接收不到电波信号。 → 不容易接收电波的环境 P.167
  另外，如果在接收电波范围以外的话，则无法接收。 → 关于接收电波的范围 P.161
- 确认时区的设定以后，再次接收电波。
  如果时区设置为日本、中国和美国以外的地区，则无法使用信号接收功能。
  应该确认时区的设定。 → 选择时区 P.154
- 改换其他时间段，再次接收电波。（如果强制接收的话）
  即使是在同一个场所，也会因时间段不一样而接收环境不同。从电波的特性来说，夜间更容易接收电波。
- 如果您在信号接收范围以外的位置或地区使用手表，或者当手表无法成功接收电波信号时，请手动校对时间和日期。
  → 手动校对时间的方法 P.190
  → 手动校对日期的方法 P.192

■ 如何容易接收到电波?

- 应该把手表放置于窗边等容易接收到电波的地方。
  天线安装在9 点位置上。
  如果将天线部分对准窗外和电波发射台方向的话，则会更容易接收到电波。
  ※ 电波发射台的位置 → 接收电波的大致范围：日本（JJY） P.161、中国（BPC） P.162、美国(WWVB) P.163
- 在接收电波过程中，不要碰动手表。
  为了在稳定的状态下接收电波，应该在接收电波过程中，保持静止状态，不要改变手表的朝向或者让手表倾斜等。
  如果不是处于静止状态的话，则无法接收电波。
  ※ 如果在接收电波过程中操作按钮和表冠的话，则电波接收被取消。
- 在睡觉前的放置位置
  由于自动接收电波在深夜进行，因此在睡觉前将手表放置在对准电波发射台方向的窗口附近的位置最为理想。
  标准电波会受到至电波发射台的距离以及地形（包括大楼等），天气的影响。
  请适宜查找容易接收到电波的位置。

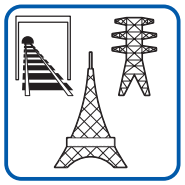


■ 不容易接收电波的环境

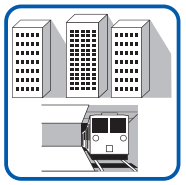


- 靠近电视机、冰箱、空调等家用电器产品
- 靠近手机、电脑、传真机等办公设备
- 放在钢铁制桌子等金属制家具的上面或者附近

- 施工现场、交通量较多场所等发生电波障碍的地方



- 靠近高压线、电视塔、电车架线



- 大楼内部、楼房之间以及地下

- 交通工具内部（汽车、电车、飞机等）

接收电波的时候，应该避开这类场所。

⚠注意

・如果因受外部影响而接收到错误的电波的话，则有时候会显示出错误的时间。此外，根据接收场所和电波状况的不同，有时候可能会无法接收。
在这种时候，应该改变接收场所。

・即使是在无法接收电波的情况下，手表也会以石英表的精度（平均月偏差±15秒）走时。

・因设备维修或者打雷等影响，有时候可能会停波（电波停止发射）。关于停波的信息，可以浏览发射站的网站或者向弊公司客户服务中心咨询。

・发射站网页（截止 2017 年 12 月）

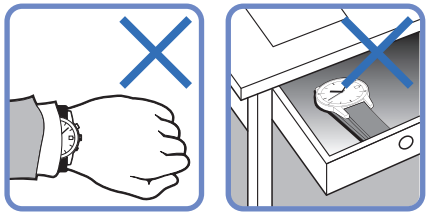
日　本　：情报通信研究机构（日本标准时计划）　http://jjy.nict.go.jp/
中　国　：NTSC　http://www.ntsc.ac.cn
美　国　：NIST　https://www.nist.gov/pml/time-and-frequency-division/radio-stations/wwvb

关于充电

■ 充电方法

通过文字盘放置于光线照射之下来充电。

为了保证您更好地使用本手表，
应注意充分给电池充电。



在下述情况下，因充电不足而导致电池能量耗尽，
会致使手表停止走动的可能性增大。
・手表隐蔽在衣服的袖子内。
・持续在光线不易照射到的环境中使用和保管。

※ 充电地时候，注意不要让手表达到高温状态。（手表工作温度范围为−10℃～+60℃）
※ 首次使用手表或者驱动因充电不够而停止走动的手表的时候，应参照右页所示表格，给电池充分充电。

■ 充电需要的大致时间

充电的时候，可以把下表中的时间作为大致的参考时间。

照 度 lx（勒克司）	光 源	环境（大致数值）	充满电所需要的时间	到稳定1 秒 1 格走针所需要的时间	供手表 1 天走时所需要的时间
500	白炽球	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
5000	荧光灯	30W 12cm	70小时	24小时	24分
1万	荧光灯	30W　5cm	25小时	8小时	9分
1万	阳　光	阴天	25小时	8小时	9分
10万	阳　光	晴天（夏天直射阳光之下）	8小时	2小时	3分

“到稳定1秒 1 格走针所需要时间”的数值，是指把停止走动的手表放置于光线照射之下，到能够稳定地1秒 1 格走针所需要的大致充电时间。即使不用充电这么长时间，手表也可以1秒 1 格走针，但状态不稳定，可能很快又会回到2秒 1 格走针，应该按照大致参考时间来给电池充电。

※ 通过秒针的走动状态，可以确认能源残余量。　→ 1. 确认能源的残余量　P.150
※ 充电所需要的时间，因型式不同而会有若干差异。

关于能源

■ 关于电池能量耗尽预告功能

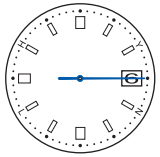
如果电池能量残余量减少的话，则电池能量耗尽预告功能会启动。
首先，秒针进入“2 秒走针”状态，每2 秒钟走 1 格。
如果未充电进一步持续下去的话，则秒针进入“5 秒走针”状态，每5 秒钟走 1 格。
接下来，如果能量耗尽的话，则手表停止走动。
当电池能量耗尽预告功能启动的时候，应该充分给电池充电。

充电方法 …… P.170
充电需要的大致时间 …… P.171

※ 当电池能量耗尽预告功能启动的时候，即使操作按钮和表冠，表针也不会走动。（请放心！这不是故障）
※ 在处于5 秒钟走针过程中，时针、分针、日期、星期和小表盘都处于停止状态。
※ 在处于5 秒钟走针过程中，自动接收电波功能不能够启动。等到充分给电池充电后，秒针恢复到1 秒1格走针的时候，再接收电波来校对时间。（自动接收和强制接收 → P.160）

■ 关于省电模式功能

如果持续处于光线照射不到状态下的话，则省电模式功能就会启动。
※ 省电模式功能有两种模式。

	省电模式1	省电模式2
条件	光线照射不到的状态持续 72个小时以上	充电不足的状态长期持续
状况	 秒针在 15 秒位置停止，时针和分针以及日期也停止走动。 时分针、日期、星期、小表盘也停止走动 进行自动接收	 秒针在 45 秒位置停止，时针和分针以及日期也停止走动。 时分针、日期、星期、小表盘也停止走动 不进行自动接收
处置方法	当光源在手表上照射 5 秒或按压任一按钮时，手表将在秒针快速前进后重新显示当前时间。	在充分给电池充电后，可以根据需要校对时间

关于省电模式2
※ 开始充电后，在充电过程中处于“5 秒1格走针”状态。在“5 秒1格走针”期间，不能够进行按钮和表冠的操作。
※ 如果长时间持续的话，则会因电池残量减少而导致内部所记忆的现在时间信息消失。等到充分给电池充电后，秒针恢复到1秒1格走针的时候，再接收电波来校对时间。（自动接收和强制接收 → P.160）

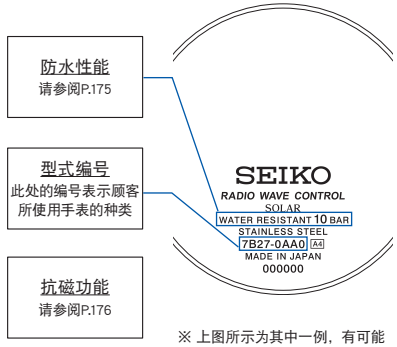
关于日常保养

●<u>平时应该多注意保养</u>
・不要拉出表冠来用水清洗。
・注意经常用柔软的布擦去水分、汗水、污渍。
・泡过海水后，务必先用淡水仔细清洗后再擦干。在清洗的时候，不要直接放在水龙头下冲洗，而应该把水放入容器里然后再清洗手表。
※ 如果是“非防水”和“日常生活用防水”手表的话，不可以用水清洗。
→ 关于功能和型式 P.174
关于防水功能 P.175

●<u>应该经常拧动拧动表冠</u>
・为了防止表冠生锈，应该经常拧动拧动表冠。
・螺丝锁式表冠也同样如此。
→ 关于表冠 P.149

关于功能和型式

可以通过手表后盖来确认手表的功能和型式。



※ 上图所示为其中一例，有可能跟您所购买的手表有所不同。

关于防水功能

在使用手表之前，请通过下述表格来确认一下自己所购买手表的防水功能。
（请参阅“P.174”）

后盖显示	防水功能	使用方法
没有防水功能显示	非防水型。	不要在水滴多或者出汗多的场合使用手表。
WATER RESISTANT	日常生活用防水型。	如果只是日常生活中“沾一点儿水”环境的话，可以使用。 ⚠警告 不要在游泳时使用。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用强化防水，5 气压防水型。	可以在游泳等体育活动时使用。
WATER RESISTANT 10（20）BAR	日常生活用强化防水，10（20）气压防水型。	可以在不使用氧气罐的轻装潜水时使用。

关于抗磁功能（磁气的影响）

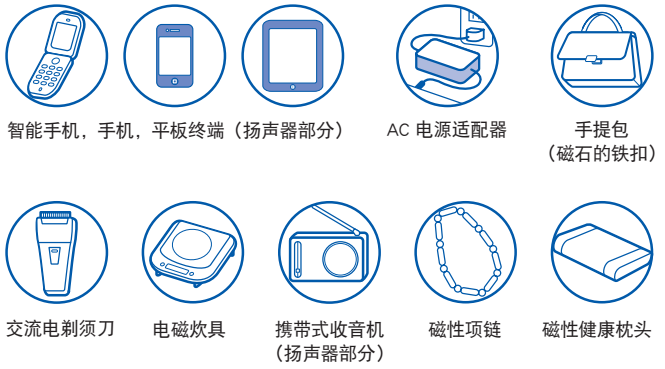
本手表受附近磁气的影响，会造成走时不准或停止走动。

※ 本手表内置的驱动器使用了磁石，会受到外部的强磁气的影响，即使受磁气影响出现走时不准，本手表具有“表针位置自动修正功能”，因此可以自动修正表针位置。（P.194）

后盖显示	使用方法
没有抗磁功能显示	需要离开磁气产品10cm 以上。
⊂⊃	需要离开磁气产品5cm 以上。（JIS1种）
⊂⊃	需要离开磁气产品1cm 以上。（JIS2种）

如果因手表带磁的原因而导致手表配戴使用时的精度超出了大致精度标准范围的话，则需要清除磁气以及重新调整精度。这些作业即使在保修期限内，也要收取费用。

我们身边容易对手表产生影响的磁性产品事例



关于表带

表带直接接触肌肤，容易因汗水和尘垢而弄脏。因此，如果不注意保养的话，则表带可能很快就会损伤，或者导致肌肤斑疹和弄脏袖口等。为了保证您能长期使用，需要经常对表带多做保养。

●金属表带

- 即使是不锈钢表带，如果对水分、汗水、污渍放置不管的话，也会生锈。
- 如果保养不好的话，可能会因此而引发斑疹或者把衬衫的袖口弄脏成黄色或金色。
- 有水分、汗水和污渍的话，应该及早用柔软的布擦干净。
- 表带缝隙间的污垢，可以用水清洗或者用柔软的牙刷等来清除。
  （为了避免手表本体部分被水沾湿，可以用厨房用保鲜膜等保护好手表本体后再清洗。）
  残留下来的水分，用柔软的布擦干净。
- 即使是钛金属表带，表带销钉类有时也会使用强度高的不锈钢，这些不锈钢销钉类有可能会生锈。
- 如果生锈进一步发展下去的话，则可能会导致表带销钉鼓起或滑出，从而使手表脱落。也可能会相反，表带扣解不开。
- 如果万一发生表带销钉突出的话，则有可能会导致受伤，应立即停止使用，联系修理。

●皮革表带

- 忌水分和汗水及直射阳光，有可能会因此而导致表带褪色和劣化。
- 沾水时或者出汗以后，应立即用干布等轻轻擦拭把水吸干。
- 不要把表带放置在阳光直接照射的地方。
- 浅颜色的表带更容易显脏，所以在使用的时候需要注意。
- 即使手表本体是日常生活用加强防水型10（20）气压防水，除了完全防水型表带之外，其他皮革表带应尽量不要在游泳或者做与水相关的作业的时候使用。

●聚氨酯表带

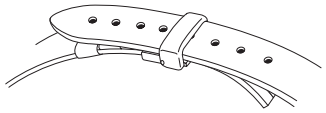
- 聚氨酯表带具有因光线而褪色或者因溶剂和空气中的湿气等而劣化的特性。
- 特别是半透明和白色及浅颜色的表带，容易吸收其他颜色或者引起变色。
- 表带如果脏了的话，应该用水清洗，并用干燥的布擦干水分。
  （为了避免手表本体部分被水沾湿，可以用厨房用保鲜膜等保护好手表本体后再清洗。）
- 如果表带完全失去了弹力的话，则应该更换表带。如果继续使用的话，则会产生裂缝，表带容易断裂。

关于斑疹和过敏	因表带所造成的斑疹，有各种各样的诱发原因，既有因为金属和皮革而引起的过敏反应，也有因为污渍或者与表带磨蹭等不适感所导致。
关于表带长度的大致标准	表带应该在长度上留出一点儿余绰，并在使用时保持良好的通气性。当手表戴在手上的时候，能插进一个手指的状态比较合适。

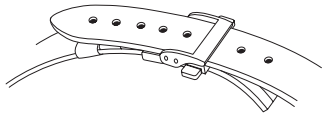
皮革表带用三折叠式表带扣的使用方法

有一些皮革表带使用了可调整的三折式表带扣。
如果您购买的手表的表带扣属于下述类型中一种的话，
应参照各自不同的操作方法。

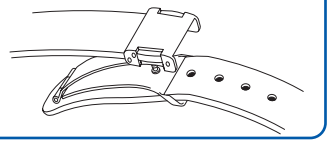
A A类型 → P.181



B B类型 → P.182

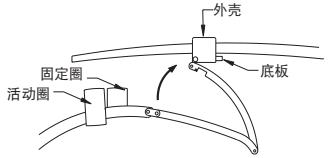


C C类型 → P.183

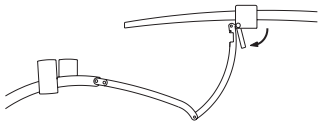


A A类型表带的使用方法

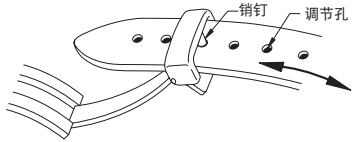
1. 把表带从固定圈和活动圈中抽出，打开表带扣。



2. 外箱的底板向下打开。

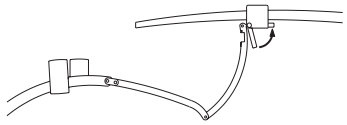


3. 将销钉从调节孔取出。将表带往左右滑动，在合适的长度，再次将销钉放入调节孔内。



4. 关闭底板。

※ 注意不要过分按压底板。

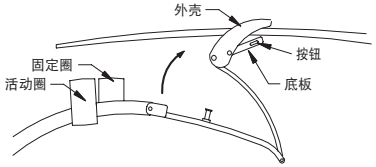


※ 在扣上表带扣的时候，应该先把表带的尖端头部（剑头状）放入固定圈和活动圈以后，再紧紧扣上表带扣。

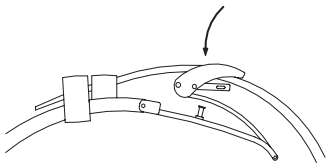
B B类型表带的使用方法

●<u>装卸的方法</u>

1. 在从两侧按压按钮的同时，把表带从固定圈和活动圈中取出，打开表带扣。

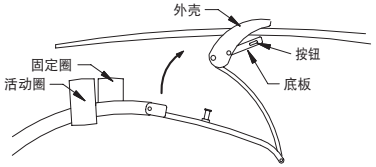


2. 把表带的尖端头部（剑头状）放入固定圈和活动圈以后，在从上方用力按压外壳扣住表带。

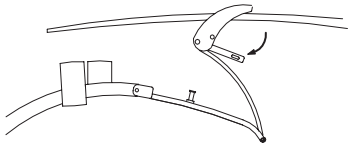


●<u>如何调整表带的长度?</u>

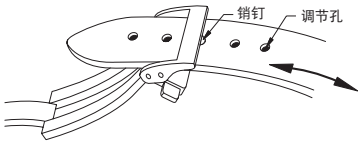
1. 在从两侧按压按钮的同时，把表带从固定圈和活动圈中取出，打开表带扣。



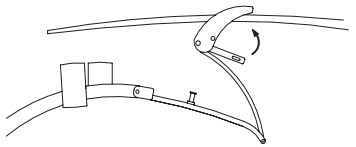
2. 再一次按压按钮，向下方打开底板。



3. 把销钉从调节孔取出。让表带左右滑动，在合适的长度之处，把销钉插入调节孔内。

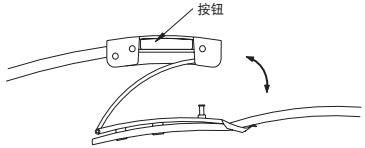


4. 关闭底板。

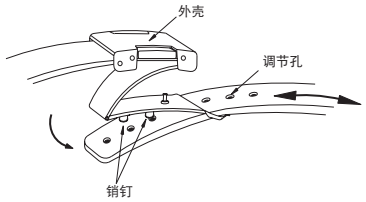


C C类型表带的使用方法

1. 从两侧按压按钮的同时，打开表带扣。



2. 把销钉从调节孔取出。
让表带左右滑动，在合适的长度之处，把销钉插入调节孔内。按压外壳，扣上表带扣。



关于使用电源

本手表使用的是专用充电电池，跟普通的氧化银电池不一样。
所谓充电电池，是指可以充电放电反复使用的电池，它不同于干电池和纽扣电池等一次性消费的电池。
由于长期使用和使用环境差异等因素，充电电池逐渐降低容量和充电效率。另外，如果长期使用的话，还会因机械零件的磨损和污垢，润滑油的劣化等而导致电池持续时间缩短。如果充电电池性能降低了的话，则应该拿去修理。

⚠警告

更换充电电池时的注意事项

- 不要取出充电电池。
  由于更换充电电池需要专业知识和技术，所以，应该联系购买手表的商店为您更换。
- 如果装入普通的氧化银电池的话，则可能会导致破裂、发热、引火等。

※ 防止过度充电电功能
给电池充电的时候，即使超过了充满电所需要的时间，手表也不会因此而破损。
如果充电电池充满电的话，则防止过度充电功能会启动，以免过多地给电池充电。

※ 关于电池充满电所需要的时间，可以参考“充电需要的大致时间　P.171”。

⚠警告

充电时的注意事项

- 给电池充电的时候，不要过于靠近摄影用灯、聚光灯、白炽灯（灯泡）灯等。那样的话，手表就处于高温状态，内部零件等有可能会受到损伤。
- 在太阳光下充电的时候，也不要把手表放置在汽车仪表板等上面。因为这些地方的温度能达到相当高的高温，有可能会造成手表出故障。
- 注意不要让手表的温度超过60℃。

关于LUMIBRITE

LUMIBRITE 可以在短时间内（约10 分钟：500 勒克司以上）吸收并储存阳光和照明器具的光线，并在黑暗中长时间（约3 小时～5 小时）发光。离开光线后亮度（明亮程度）随着时间逐渐减弱。此外，因储存光线时的光线强度和光线吸收程度以及LUMIBRITE 面积的不同，发光的时间和可见程度会有一定的偏差。

※ 对象为仅带LUMIBRITE的产品。
※ 一般来说，从明亮的地方进入到黑暗的地方的时候，人的眼睛无法马上适应。最初是不容易看见物体的，经过一段时间后才能逐渐看清楚。（眼睛对黑暗的适应性）
※ LUMIBRITE 是一种完全不含放射能等有害物质的，对环境和人类都安全的蓄光（放出所储存的光）涂料。

关于售后服务

●<u>关于保修和修理</u>
- 在因修理和维修调整而进行拆卸清洗（大修）的时候，应该与购买产品的商店或者弊公司的客户服务中心取得联系。
- 如果在保修期间内出现质量问题的话，务必要附上保修单，拿到购买产品的商店处理。
- 保修的内容如保修单上所记载。
  请您认真地阅读保修单，并妥善保管好。
- 关于在保修期间结束后的修理问题，如果通过修理可以维持手表功能的话，我们将根据您的要求，为您提供有偿修理服务。

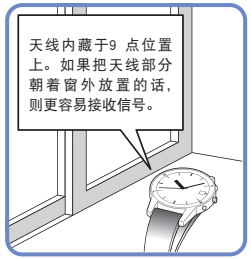
●<u>关于补修用功能零件</u>
- 本手表补修用功能零件的保有期限一般以7 年为标准。所谓补修用功能零件，是指为维持手表功能所需的修理用零件。
- 在修理的时候，有时可能会使用外观有所不同的替代零件。望予以谅解。

●<u>关于因维修调整而进行的拆卸清洗（大修）</u>
- 为了保证您能够长期使用，我们建议您每3 年～4 年左右做一次维修调整的拆卸清洗（大修）。根据您使用状况的不同，机械的保油状态可能会受到损坏或者会因油的污垢等而导致零件磨损，以至停止走动。另外，密封垫圈等零件进一步劣化，可能会因汗水、水分的浸入等损坏防水功能。
  为维修调整而进行的拆卸清洗（大修），应该指定“原装正品零件”，并且联系购买商店来处理。
  在做大修的时候，同时应更换密封垫圈和簧杆。
- 在做拆卸清洗（大修）的时候，有时还可能需要更换机芯。

强制接收电波的方法（手动接收电波）

1. 放置手表

把手表放置于容易接收到电波的场所。



→ 如何容易接收到电波？　P.166
→ 不容易接收电波的环境　P.167
※ 如果在接收范围以外的话，则无法接收电波。
→ 关于接收电波的范围　P.161

2. 按压按钮A（3秒），直到秒针移动到0秒位置

▶ 秒针移动，在0秒位置上停止后，开始接收电波。

※ 如果时区设置为日本、中国和美国以外的地区，秒针将不会移至 0 秒位置。（无法实行强制接收）
请确认选择的时区。
→ 选择时区　P.154

转下一页

3. 手表保持所放置的状态，等待数分钟（最长12分钟）

▶ 如果秒针按每秒 1 格走针的话，则接收结束。

接收电波需要一定的时间。（最长12分钟）
※ 根据电波状况而不同

＜接收电波过程中的显示＞

秒针显示接收信号强度。（每分钟更新）

信号强度	高：H	低：L
显示		
电波的状况	容易接收	不容易接收

※ 随着秒针的走动，分针也会以分钟为单位跟着走动。

4. 等到秒针每秒1格走针后，确认接收电波是否成功

在接收电波结束以后，
应确认接收是否成功。
→ 关于接收结果的显示　P.164
※ 日期移动时，不能操作按钮或表冠。

＜当接收失败的时候＞

秒针显示接收结果“N”。

接收结果：N

5秒钟以后，返回到时间显示。
→ 当接收结果显示为N的时候　P.165

当无法接收电波的时候

当无法接收电波的时候，可以参照下述各页来处置。

- 在电波接收范围内无法接收电波的时候 → 这种时候怎么办？：接收电波　P.199
  如果上述修正措施不能解决问题，请参考下面的“如何手动校对时间或日期”部分来校对时间和日期。
  → 手动校对时间的方法　P.190
  → 手动校对日期的方法　P.192
  ※ 有关接收电波的范围，请参照“关于接收电波的范围　P.161”。
- 在电波接收范围以外地区使用手表的时候
  可以选择您所使用手表的地区的时区。
  → 选择时区　P.154
  即使选择了时区，如果手表无法显示正确的时间和日期，请手动校对时间和日期。

■ 手动校对时间的方法

如果持续在电波接收范围外等无法接收电波环境下使用手表的话，则需要用手动来校对时间。
→ 关于接收电波的范围　P.161

- 如果重新回到可以接收电波的环境下使用手表的话，则可以接收电波校对时间。
  → 自动接收和强制接收　P.160
- 在调整时间时，日期将相应调整。

※ 即使是在无法接收电波的情况下，也可以按照普通石英表同样的精度来使用本表（平均月偏差±15 秒）。
※ 如果在手动校对时间后接收到电波的话，则显示出接收电波的时间。

※ 操作前拧开表冠的螺丝锁，操作后再上锁。　→ P.149
※ 如果进入到手动校对时间模式的话，则电波接收结果的数据会消失，所以确认接收结果，也会显示出“N”。
※ 日期出现变动之处即为凌晨0点（半夜12点）。在校对时间的时候，要注意上午和下午。

1. 表冠向外拉出2格

▶ 秒针移动至0 秒位置后停止走动。进入手动校对时间模式。

2. 按压按钮 A 校对时间。

1分快进	1按压一下，然后放开
连续快进	如果持续按压2 秒以上的话，则连续快进；如果再按压一下的话，则停止

※ 即使拧转表冠，表针也不会走动。

3. 对准广播电视等报时，将表冠按回原位。

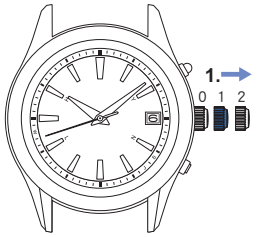
▶ 操作结束。手表开始走动。

■ 手动校对日期的方法

如果在电波接收范围外等无法接收电波环境下无法自动校对日期（由小月转换为大月等时候）的话，则需要用手动来校对日期。

・日期可单独调整，与时间无关。
・在重新回到可接收电波的环境下使用的时候，应该接收电波来校对时间。
→ 自动接收和强制接收　P.160

※ 如果手动校对日期后接收到电波的话，则显示出接收电波的日期。
※ 如果接收电波成功但日期显示不准确的话，则可能是日期的基准位置出现了偏差。
→ 调整日期和星期以及时分针的基准位置　P.195



※ 操作前拧开表冠的螺丝锁，操作后再上锁。　→ P.149

1. 将表冠向外拉出 1 格

▶ 这时将启动手动调整日期模式。

2. 按压按钮 A 校对日期。

1 日快进	1 按压一下，然后放开
连续快进	如果持续按压 2 秒以上的话，则连续快进；如果再按压一下的话，则停止

※ 即使拧转表冠，表针也不会走动。
※ 在日期变动过程中，无法操作按钮。
※ 日期只能向前调整，无法向后返回。

3. 将表冠按压回原位

▶ 操作结束。

关于基准位置

即使手表能在正确的时区设置下成功接收电波信号，但如果手表无法显示精确的时间或日期时，说明基准位置可能没对准。

基准位置所以出现偏差，大致有一下几个原因。

・受到了强烈撞击的时候　　：因掉落或较剧烈的碰撞等撞击而造成的偏差。
・受到了磁气影响的时候　　：因靠近散发磁气的物品而造成的偏差。
→ 我们身边容易对手表产生影响的磁性产品事例　P.177
所谓“表针的基准位置出现偏差”的状态，用体重计来比喻的话，好比就是“由于体重计的零位置没有对准而无法准确显示体重”。

■ 表针位置自动修正功能（时分针的基准位置调整）

时分秒针具有“表针位置自动修正功能”，可以在基准位置出现偏差时自动进行修正。
表针位置自动修正功能的启动时间，时分针是每12小时1次（上午和下午12点），秒针则为1分钟1次。

※ 这一功能在受到冲击和磁气影响（外部因素）表针出现偏差时启动。
它并不是修正手表精度和制造上细微偏差的功能。
※ 时分针的基准位置，用手动方法也可修正。　→ 调整日期和星期以及时分针的基准位置　P.195

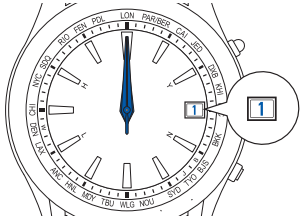
■ 日期和星期的基准位置调整

因为日期的基准位置不能自动调整，所以必须手动调整。
→ 调整日期和星期以及时分针的基准位置　P.195

基准位置的调整方法

■ 调整日期和星期以及时分针的基准位置

日期的基准位置是“1”（1号）。
时分针的基准位置是“上午0点0分”。



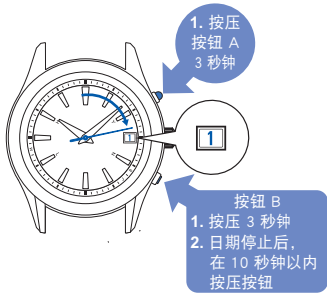
如果基准位置不正确，即使手表能接收电波，也无法显示正确的时间和日期。
这种情况下，通过调整基准位置，可以修正时间或日期的快或慢。
如果日期的数字偏离了日期显示窗中心的话，也可通过这一操作来进行修正。

在调整基准位置的时候，应该按照下一页步骤操作。

■ 调整日期、时针和分针的基准位置（继续）

在操作步骤 1 以后，应该在日期停止后的 10 秒以内，开始步骤 2 的操作。

※ 如果日期停止后，在 10 秒内不接触手表，将会自动返回到时间显示模式。如果发生这种情况，请从步骤 1 重新开始操作。



※ 不要拉出表冠。

※ 按钮B 可以用手指或者前端尖细的东西按压。→ P.148

1. 同时按压按钮A和B（3秒钟），直到秒针停止在13秒的位置上

进入到日期基准位置调整的模式。
日期走动，在基准位置上停止。

※ 先按压按钮B，按后不要放开再接着按压按钮A，这样操作起来比较容易。

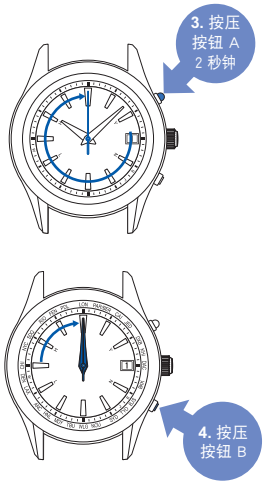
※ 在日期变动过程中，按钮无法操作。

2. 日期停止后，在 10 秒钟以内按压按钮 B 将日期设置为“1”。

调整时，把“1”的数字对准日期显示窗的中心位置。

※ 如果显示出“1”的话，则进入操作步骤**3.** 。

连续快进	如果持续按压2秒钟以上的话，则会连续快进，如果再按压一下的话，则停止
微调整	若断续地按压按钮，则数字逐步递进



3. 按住按钮 A 不放（2 秒）直至秒针停止在 0 秒位置。

手表进入时针和分针基准位置调整模式。

※ 如果时针和分针已指示正确时间，则可进入操作步骤 5。

4. 按压按钮 B 一下，然后放开。

时针和分针开始走动，在“凌晨 0 点 0 分”位置上停止。

5. 操作结束以后，手表放置 10 秒钟不动。

手表自动退出基准位置调整模式，秒针、时针和分针开始走动。

当手表返回到时间显示模式以后，需要确认时间和日期是否准确。

如果时间和日期不准确的话，应手动校对时间和日期。

通过接收电波信号来调整时间和日期

强制接收电波的方法 → P.187
当手表无法接收电波信号时
手动校对时间的方法 → P.190
手动校对日期的方法 → P.192

转下一页

这种时候怎么办?

状　态		处置方法	参考页数
表针走动	秒针每2秒 1 格走针	能量耗尽预告功能处于启动状态（P.172） 应该充分给电池充电，直到秒针开始每秒 1 格走针。 配戴的时候，注意尽量不要把手表隐蔽在衣袖中。 同时摘下手表的时候，也应该尽量把手表放置于光线明亮的场所。	P.172
	秒针每5秒 1 格走针		
	从秒针在15秒位置上停止状态下开始走动	省电模式功能处于启动状态（P.173） 如果置于光线照射之下的话，则表针快进返回到现在时间。 返回到现在时间以后，可以继续使用手表。（不属于异常走动）	—
	从秒针在45秒位置上停止状态下开始走动	省电模式功能处于启动状态（P.173） 1. 应该充分给电池充电，直到秒针开始每秒 1 格走针。 2. 然后，如果时间不准确的话，则根据需要，实行接收电波。	P.170 P.159
	并没有操作按钮，但表针却快进，然后按每秒 1 格走针	省电模式功能处于启动状态（P.173） 表针位置自动修正功能处于启动状态（P.194） 不需要做任何处置，可以继续使用。（不属于异常走动）	—

状　态		处置方法	参考页数
接收电波	无法接收电波 接收结果显示为“N”（接收失败）	在接收电波过程中，不要碰动手表。 接收电波需要时间，最长需要等待12分钟。	P.166 P.187
		把手表放置于容易接收电波的环境里重新接收电波。	P.166
		由于标准电波发射站的原因而停止发射电波。（停波） 有关电波停波的信息，可以参考发射站运营机关的网站。	P.168
		请重新设定为可以接收电波的时区。	P.154 P.161
充电	给停止走动的手表充电后，秒针仍然无法进入每秒 1 格走针状态	因照度不同，充电所需要的时间也会有所变化。 充电的时候可以参考“充电需要的大致时间”。	P.171
		手表内部的系统处于不稳定状态。 可以参考“万一手表有异常走动时怎么办？”，做处置操作。	P.202

状　态		处置方法	参考页数
时间和表针的偏差	手表一时性走快或走慢	1. 把手表放置在更容易接收电波的环境里接收电波。 2. 可以根据需要，实行强制接收。	P.166 P.187
		1. 把手表放置在炎热或者寒冷的地方时，如果返回到常温的话，则会恢复原有的精度。 2. 然后，如果时间不准确的话，则可以根据需要实行强制接收。 3. 如果恢复不到原来状态的话，应联系购买商品的商店来解决。	— P.187 —
	分和秒准确，但时间有1个小时的偏差	确认所选择的时区，对准对使用手表地区的时区。	P.154
	接收电波成功，但时间有偏差	1. 表针位置自动修正功能启动，自动进行修正。不需要做任何事情，以继续使用手表。表针位置自动修正功能启动的时间是：秒针每1分钟1次；时分针在上午12点和半夜12点。 如果您着急的话，则可以采用手动校对时间。 2. 如果表针的偏差没有得到修正的话，则可以参考“万一手表有异常走动时怎么办？”，进行操作。 3. 如果完成了步骤2.操作后，而表针的偏差仍然无法修正的话，则应联系购买商品的商店给您处置。	P.194 P.190 P.202 —
	在“接收结果显示”和“接收信号强度显示”模式下，秒针位置有偏差		

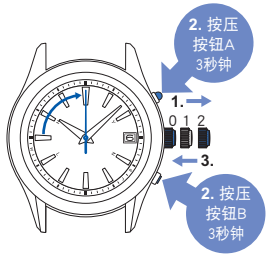
状　态		处置方法	参考页数
日期的偏差	接收电波成功后，时间准确，但日期不准确	把日期的基准位置设置为正确位置“1”（1 号）之上。	P.195
操作	按钮和表冠不管用（操作也不动）	给电池充分充电，直到秒针按每秒 1 格走针为止。 设定操作刚结束，日期还在变动之中时，不需要做任何事情，耐心等待。 如果日期的变动停止的话，则可以操作。	P.170
	在设定过程中，不知道该如何操作	1. 如果表冠被拉出的话，则应将表冠返回原位。 2. 最长需要9分钟可以返回到每分 1 格走针的状态。 3. 然后，再重新操作。	—
其他	玻璃上的水雾气去除不掉	与购买商品的商店取得联系。	—

※ 如果出现本说明中没有记述的现象的话，可与购买商店取得联系。

万一手表有异常走动时怎么办?

万一手表有异常走动的时候，或者在充分给电池充电后秒针仍然还不能恢复到按每秒 1 格走针状态的时候，请进行**1.** ～**3.** 的操作，然后调整基准位置和选择时区。

■ 系统复位



※ 操作前拧开表冠的螺丝锁，操作后再上锁。　→ P.149

(注) 先按压按钮B，按后不要放开再接着按压按钮A，这样操作起来比较容易。

1. 将表冠向外拉2格

▶ 秒针停止在0秒位置上。

2. 同时按压按钮A和B 3秒钟，然后放开(注)

▶ 放开后约5秒以后，秒针旋转一周，停止在0秒位置上。
然后，时分针走动，停止在0点0分位置上。

3. 如果停止在0点0分0秒位置上的话，则将表冠返回原位

▶ 秒针从0点0分0秒开始走动。

※ 系统复位之后，时区变成为LON。

系统复位结束后，请进行如下的操作。

- 调整基准位置　→ P.196 1.2.
- 选择时区　→ P.154 - 155
- 调整时间的方法（强制接收方法）→ P.187 - 188

产品规格

1. 基本功能 …… 大表盘 3 表针（时分秒针），日期显示
2. 石英晶振 …… 32,768Hz（Hz ＝ 1 秒钟的振动数）
3. 精度 …… 平均月偏差在±15 秒以内（如果接收电波校对时间的话，且气温在 5 ℃～35 ℃范围内，配戴在手腕上的条件下）
4. 工作温度范围 … －10 ℃～＋60 ℃
5. 驱动方式 …… 步进电动机式（时分针、秒针和日期）
6. 使用电源 …… 专用充电电池：1 个
7. 持续时间 …… 约 6 个月（在满充电，省电模式功能不启动的情况下）
   ※ 从充满电的状态到省电模式功能启动，手表持续运行最长约一年半的时间。
8. 接收电波功能 … 自动接收（凌晨2点前、3点前、4点前）
   ※ 因接收状况差异而有所不同。
   ※ 从接收电波后到下次接收电波之前，手表按照上述石英表的精度工作。
   ※ 有强制接收电波功能
9. 电路 …… 振动、分频、驱动、接收电路：IC 3 个

※ 技术规格可能会因产品改良而有所变更，恕不预先通知。