

1B21 / 1B22 / 1B32

2412

SEIKO WATCH CORPORATION
Copyright©2022 by SEIKO WATCH CORPORATION

SEIKO

1B21 / 1B22 / 1B32

太阳能电波信号

说明

我们真诚地感谢您购买 SEIKO 手表。
为了保证您正确地使用好您的 SEIKO 手表,请您在使用
之前认真阅读说明书。

请妥善保管好说明书,以便在需要的时候可以随时拿出来阅览。

- * 关于金属表带的调整,可以联系购买该产品的商店为您做调整。如果因礼品赠送或者搬家等而无法联系购买商店为您做调整,可以与 SEIKO 客户服务中心取得联系。如果在非购买商店调整,有时可能会收取费用或者不能为您提供相关服务。
- * 商品上有时会贴有一层防止损伤用的保护膜。务必要把保护膜揭下来以后再使用。如果在贴有保护膜状态下使用,则会因沾上污渍、汗水、尘埃、水分等而导致生锈。

目录

1 关于本产品

使用注意事项	5
当使用腕表之际	9
平时要注意给电池充电	9
怎样接收电波信号	9
特性	10
各部分的名称及其功能	12
关于按钮	16
关于表冠	17

2 使用之前

在使用之前	18
-------	----

3 时间的调整方法（接收电波信号）

接收电波信号来调整时间和日期	20
接收电波信号的工作原理	20
自动接收电波信号和强制接收电波信号	21
关于接收电波信号的环境	22
接收电波信号的大致范围	22
接收电波信号的大致范围：日本（JJY）	23
接收电波信号的大致范围：中国（BPC）	24
接收电波信号的大致范围：美国（WWVB）	25
接收电波信号的大致范围：德国（DCF77）	26
怎样容易接收电波信号？	27
接收电波信号困难的环境	28
确认接收电波信号是否成功	30
关于接收电波信号结果的显示	30

4 时差调整功能

时差调整功能（在国外使用时）	32
时差调整功能特性	32
设定时差（设定电波信号发射站）	33
世界主要地区的时区差异表	35
时区和时差	36
时差调整问答	37

5 太阳能充电功能

给电池充电	38
如何给电池充电	38
充电时间指南	39
关于电池能量	40
关于电池能量耗尽预告功能（2秒走针和5秒走针）	40
关于节电功能	41

6 如何维护手表的品质

动力源	42
日常保养	44
功能和型号	45
Lumibrite（智慧光能）	46
防水功能	47
抗磁功能	48
表带	50
如何使用针对皮革表带的三折叠式表带扣（专用表带扣）	52
售后服务	58

SC 2

SC 3

7 故障排除

强制接收电波信号的方法（手动接收电波）	60
当无法接收电波信号的时候	62
手动校准时间的方法 (1B21: 无日期显示的型号)	63
手动校准时间的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)	66
手动校准日期的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)	69
关于基准位置	71
表针位置自动修正功能（时分秒针基准位置校准）	71
日期的基准位置校准	71
这种时候怎么办？	72
万一出现异常走动的时候怎么办？	79
系统复位	79
日期的基准位置校准 对准“1”（1日）	81
设定时区	82
校准时间和日期	85

8 规格

规格	86
----	----

1

关于本产品

使用注意事项

⚠ 警告

请注意，如果不严格遵守以下安全规定，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，应立即停止使用。

- 如果表身或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。
★ 请立即与购买手表的商店或 SEIKO 客户服务中心取得联系。

请将手表和配件置于婴幼儿无法接触到的地方。

- 可能会导致婴幼儿误吞食配件。
- 万一出现误吞食情况时，会对身体有害，应立即找医生咨询。

勿卸下手表的专用充电电池。

- ★ 关于专用充电电池 → 动力源 → P. 42
- 更换专用充电电池需要具备专业知识和技术。请联系购买手表的商店为您更换专用充电电池。
如果装上普通的氧化银电池，可能因为发热而导致破裂和起火。

SC 4

SC 5

△ 注意

请注意，如果不严格遵守以下安全规定，有可能会导致负轻伤或蒙受物质方面损失。

避免在以下场所佩戴或保管手表。

- 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）
- 温度长期低于 5°C 或高于 35°C 的地方 ○ 高湿度的地方
- 受到强磁或静电影响的地方 ○ 灰尘较多的地方
- 振动较强的地方

如果出现了过敏或斑疹的话

应立即停止佩戴手表，并到皮肤科等专科医生之处就诊。

其它注意事项

- 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，则有可能会弄伤手指，也有可能导致零部件遗失。
- 勿拆卸或改造手表。
- 注意不要让婴幼儿接触手表。应特别注意避免接触手表时造成的受伤、过敏性皮疹或皮肤发痒的风险。
- 当处理废弃电池时，请遵守当地相关规定。
- 如果是怀表或吊坠式表的话，则应该注意绳带和表链的使用方法，否则可能会损坏衣物或弄伤手和颈部或者身体其它部位。

△ 警告**在水肺潜水和饱和潜水时勿使用本手表。**

用于水肺潜水和饱和潜水的手表一般拥有特殊设计，需要通过在各种假定的恶劣环境下进行的严格测试，而本款带有 BAR (气压) 显示的防水手表未经过此类测试。潜水时，请使用专为潜水设计的手表。

△ 注意**勿直接用水龙头的自来水喷淋。**

自来水的水压较高，足以导致日常生活防水型手表的防水性能降低。

△ 注意**当手表潮湿时，请勿旋转或拉出表冠。**

否则可能使水分进入手表内部。

*万一玻璃面内侧出现了水雾气或水滴，且长时间不消失的话，则说明防水有问题。请立即与购买手表的商店或 SEIKO 客户服务中心取得联系。

**请避免水滴、汗水与污渍长时间附着。**

即使是防水表也会因玻璃或密封垫圈上的粘接剂劣化或因在不锈钢上形成锈迹而导致防水功能出现问题。

**在沐浴或桑拿浴的时候，不要佩戴手表。**

蒸气、肥皂以及温泉的成分等有可能会加速防水功能的劣化。

当使用腕表之际**■ 平时要注意给电池充电**

本腕表把通过表盘接受到的光线转换为电能，在蓄电过程中驱动腕表走时。如果电池残量不足的话，则腕表不能正常走时。
应该把腕表放置或保管在光线照射之处，平时要注意给电池充分充电。

● 电池残量可以通过秒针的走动状态来确认

“确认电池残量” → P. 18

● 关于太阳能电池

“如何给电池充电” → P. 38
“充电时间指南” → P. 39

■ 怎样接收电波信号

本腕表每天自动接收电波信号，校准时间。
自动接收电波信号的时间是凌晨 2 点和凌晨 4 点。
在这个时间段，不要把腕表戴在身上，而应该把腕表放置在容易接收到电波信号的地方，不要碰动腕表。

“怎样容易接收电波信号?” → P. 27

特性

这是一款太阳能驱动、自动接受电波信号的手表。

- 通过位于表盘下面的太阳能电池，把光转换为“电能”，驱动腕表走时。
- 通过接收载有时间信息的电波信号来显示正确的时间。
- 可以接收日本、中国、美国、德国的电波信号。

■ 电波信号接收功能..... 通过自动接收官方标准频率的电波信号，维持时间的准确性。
→ P. 20
也可以通过手动方式接收电波信号。
可以接收日本（2台）和中国、美国、德国的电波信号。（在时差调整功能中选择发射站。）

■ 接收信号水平显示功能..... 在电波信号接收过程中，秒针显示接收信号的状况。
→ P. 61
(只限强制接收信号时)

■ 接收电波信号结果显示功能.... 用秒针显示电波信号的接收结果（是否成功）。
→ P. 30

■ 时差修正功能..... 设定时差，以显示外国的当地时间。
(选择接收电波信号台站) 另外，如果当地设有发射站，还可接收发射站的电波信号。
→ P. 32

■ 太阳能充电功能..... 通过表盘下面的太阳能电池，把光转换为“电能”，给电池充电。
一次充满电量大约可以持续工作6个月。

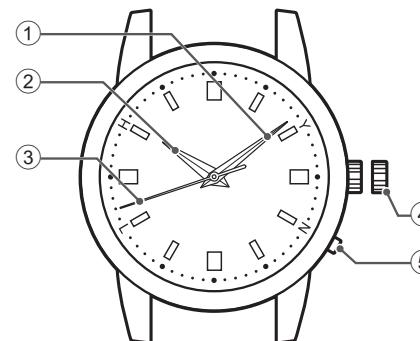
■ 电池能量耗尽预告功能..... 通过秒针的走动状态，可以看出手表是否需要充电。
→ P. 40

■ 关于节电功能..... 该功能可以在光线照射不到的状态长时间持续的时候，控制不必要的电能消耗。
→ P. 41

■ 表针位置自动修正功能..... 如果受到磁场等外部因素的影响而表针出现偏差的话，则会自动地修正表针的偏差。
→ P. 71

各部分的名称及其功能

■ 1B21（无日期显示的型号）



① 分针

② 时针

③ 秒针

④ 表冠

• 第0格：

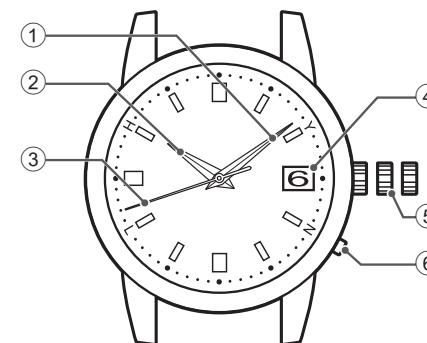
- 接收信号结果的确认 → P. 30
- 时差的设定 → P. 33
- 强制接收电波信号 → P. 60
- 手动校准时间 → P. 63

• 第1格位置：系统复位 → P. 79

⑤ 按钮 → P. 16

* 关于按钮的作用，因功能不同而操作方法也有所不同，请参照本手册各部分的说明。

■ 1B22 / 1B32（有日期显示的型号）



① 分针

② 时针

③ 秒针

④ 日历

⑤ 表冠

• 第0格：

- 接收信号结果的确认 → P. 30
- 时差的设定 → P. 33
- 强制接收电波信号 → P. 60
- 手动校准时间 → P. 63

• 第1格位置：手动校准日期 → P. 69

• 第2格位置：系统复位 → P. 79

⑥ 按钮 → P. 16

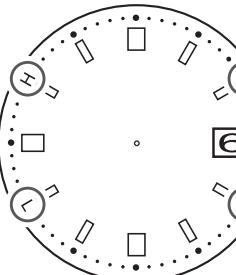
* 关于按钮的作用，因功能不同而操作方法也有所不同，请参照本手册各部分的说明。

● 接收电波信号水平显示

【强制接收】

- H : 接收电波信号水平高。(50 秒位置上)
- L : 接收电波信号水平低。(40 秒位置上)
- N : 不能接收电波信号。(20 秒位置上)

* 关于接收电波信号水平显示
→ P. 61



● 接收电波信号结果显示

【接收电波结果的确认】

- Y : 接收电波信号成功。(10 秒位置上)
- N : 接收电波信号失败。(20 秒位置上)

* 关于接收电波信号结果的显示
→ P. 30

* 各项显示可能会因型号(样式)而有所不同。

● 接收台站显示

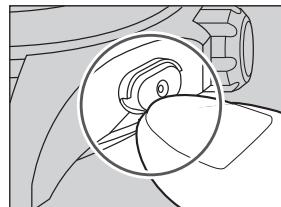
显示（有发射站的国家）	显示位置
J / JJY (日本)	9 秒位置
B / BPC (中国)	8 秒位置
W / WWVB (美国)	53 秒位置
D / DCF77 (德国)	1 秒位置

* 时差调整功能 → P. 32

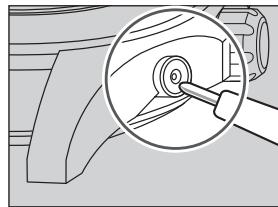
* 世界主要地区的时区差异表 → P. 35

关于按钮

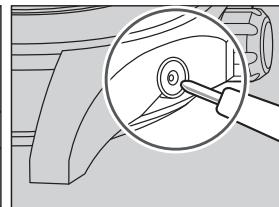
为了防止错误按压按钮，有的按钮采用了不容易用手指按压的结构。
按钮的形状因手表样式不同而有所不同。



上半部分被覆盖的按钮



周围完全被覆盖的按钮



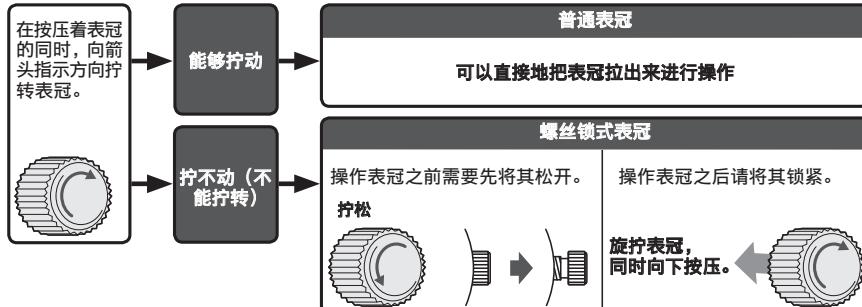
埋入在表壳内的按钮

可以靠下侧用手指按压。或者使用前端尖细的物品等，按压凹陷部分。

可以使用前端尖细的物品等，按压凹陷部分。

关于表冠

有两种类型的表冠，普通表冠和螺丝锁式表冠。
您应该确认一下您所使用的手表的表把类型。



* 螺丝锁式表冠。通过锁定表冠可以防止手表的错误动作和提高防水性能。

* 螺丝锁式表冠，如果强行拧紧螺丝的话，则有可能会破坏螺丝部分，因此需要注意。

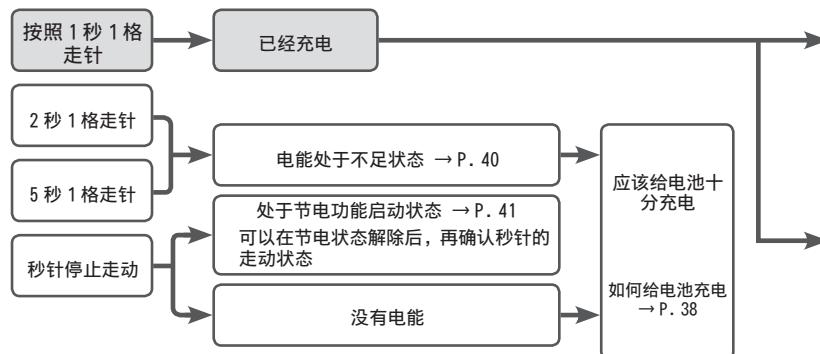
在使用之前

2

使用之前

1 确认电池残量

确认秒针的走动状态，当电量不足的时候，应该给电池充电。



* 已经给电池充满电，但仍然恢复不到 1 秒 1 刻度的走针状态，请参考“这种时候怎么办？”部分中“关于太阳能电池” P. 75

SC 18

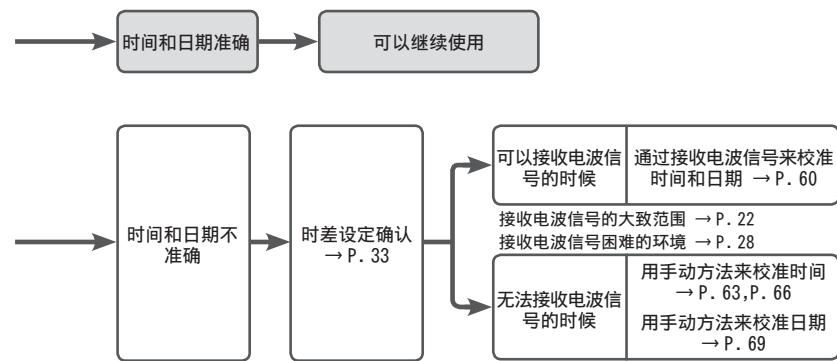
只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

2

使用之前

2 确认时间和日期

- * 本款腕表即使拧转表冠，表针也不会走动。
- * 在修正时间或者日期的时候，可以参照以下说明。



* 如果成功接收电波信号后，手表仍然不显示正确的时间和日期，请参考“这种时候怎么办？”部分中“时间和表针的偏差” → P. 75、以及“日期的偏差” → P. 77

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

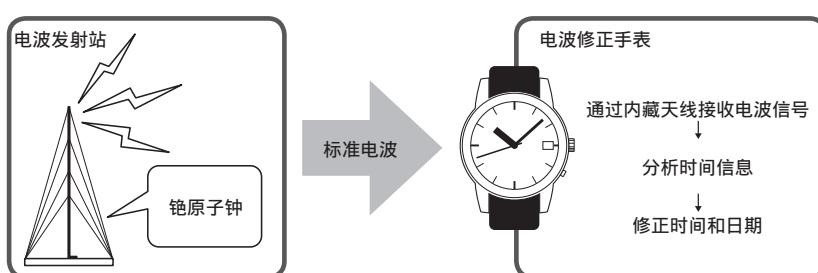
SC 19

接收电波信号来调整时间和日期

■ 接收电波信号的工作原理

通过接收载有正确的时间信息的标准电波信号，来显示正确的时间和日期。

3

时间的调整方法
(接收电波信号)

标准电波的时间信息来自于能够保持约 10 万年误差 1 秒超高精度的“铯原子钟”。

SC 20

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

3

时间的调整方法
(接收电波信号)

■ 自动接收电波信号和强制接收电波信号

● 自动接收电波信号

- 本手表按照固定的时间自动地接收电波信号来调整时间和日期。
时间和日期的调整在凌晨 2 点和凌晨 4 点的时候进行。
* 当接收电波信号成功的时候，自动接收电波信号功能结束。

- 把手表放在窗户边等容易接收电波的地方。
- 在接收电波信号过程中不要挪动手表。
“怎样容易接收电波信号？” → P. 27

● 强制接收电波信号

- 除了自动接收电波信号以外，也可以随时任意地接收电波信号。
“强制接收电波信号的方法” → P. 60
- * 接收电波信号是否能成功受到接收环境的影响。“接收电波信号困难的环境” → P. 28
 - * 如果超出接收电波信号范围之外的话，则无法接收电波信号。“接收电波信号的大致范围” → P. 22
 - * 如果时差设定为接收电波信号范围以外的地区的话，则不能接收电波。应该确认时差的设定。“设定时差（设定电波信号发射站）” → P. 33
 - * 如果成功接收电波信号后，手表仍然不显示正确的时间和日期，请参考“这种时候怎么办？”部分中“时间和表针的偏差” → P. 75、以及“日期的偏差” → P. 77

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

SC 21

关于接收电波信号的环境

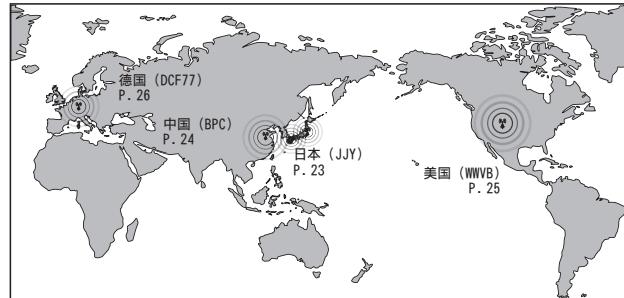
3

时间的调整方法（接收电波信号）

■ 接收电波信号的大致范围

本腕表接收日本（2台）和中国、美国、德国的标准电波，在时差调整功能中选择发射站，以切换要接收的标准电波信号。

“设定时差（设定电波信号发射站）” → P. 33



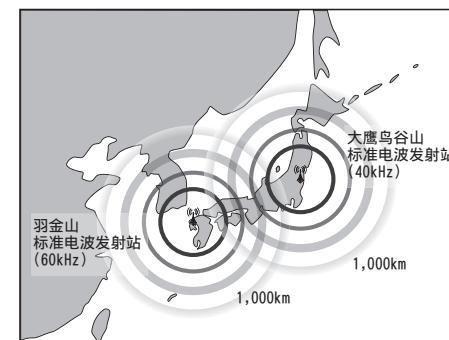
SC 22

3

时间的调整方法（接收电波信号）

■ 接收电波信号的大致范围：日本（JJY）

距离电波发射站的大致接收范围为约 1,000km（以发射站为中心半径 1,000km）。



由 NICT（日本信息通信研究机构）负责运营。
JJY 发射自日本的两个发射站。两个发射站以不同的频率发射 JJY。

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

* NICT: National Institute of Information and Communications Technology

* 即使在接收范围内，天气条件、地形、建筑物和方位也可能会产生影响，导致无法接收信号。
“接收电波信号困难的环境” → P. 28

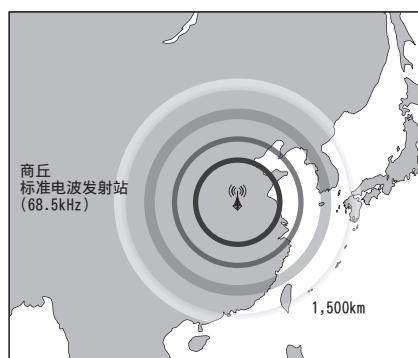
SC 23

■ 接收电波信号的大致范围：中国（BPC）

距离电波发射站的大致接收范围为约 1,500km。（以发射站为中心半径 1,500km）

3

时间的调整方法（接收电波信号）



由 NTSC（中国科学院国家授时中心）负责运营。

河南省商丘市
商丘标准电波发射站
频率: 68.5 kHz

* NTSC: National Time Service Center

* 即使超出 1,500km 范围，如果条件良好的话，有时候也可以接收到信号。
* 即使在接收范围内，天气条件、地形、建筑物和方位也可能会产生影响，导致无法接收信号。
“接收电波信号困难的环境” → P. 28

SC 24

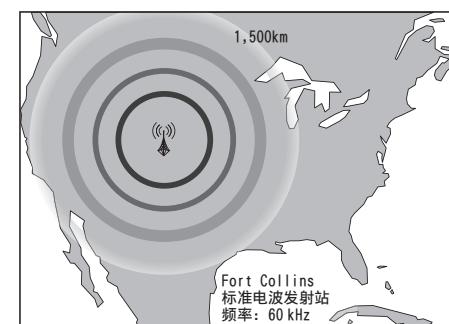
3

时间的调整方法（接收电波信号）

■ 接收电波信号的大致范围：美国（WWVB）

距离电波发射站的大致接收范围为约 1,500km。

在（以发射站为中心半径 1,500km）范围内有 4 个时区。



由 NIST（美国标准技术研究所）负责运营。

科罗拉多州丹佛市近郊
Fort Collins 标准电波发射站
频率: 60 kHz

* NIST: National Institute of Standards and Technology

* 即使超出 1,500km 范围，如果条件良好的话，有时候也可以接收到信号。
* 即使在接收范围内，天气条件、地形、建筑物和方位也可能会产生影响，导致无法接收信号。
“接收电波信号困难的环境” → P. 28
* 建议使用自动接收电波，因为这个时段最适合进行自动接收。

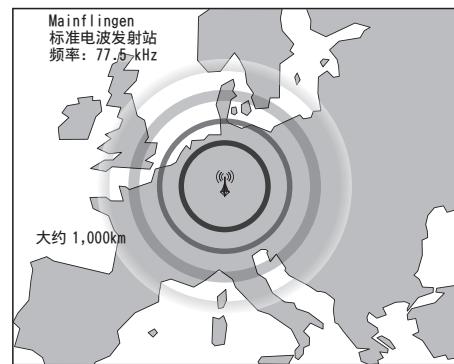
SC 25

■ 接收电波信号的大致范围：德国（DCF77）

距离电波发射站的大致接收范围为约 1,000km。

在范围内（以发射站为中心半径 1,000km）范围内有 3 个时区。

3



由 PTB（联邦物理技术研究院）负责运营。

法兰克福东南

Mainflingen 标准电波发射站: 77.5 kHz

* PTB: Physikalisch-Technische Bundesanstalt

* 即使在接收范围内，天气条件、地形、建筑物和方位也可能会产生影响，导致无法接收信号。

“接收电波信号困难的环境” → P. 28

* 建议使用自动接收电波，因为这个时段最适合进行自动接收。

SC 26

3

■ 怎样容易接收电波信号？

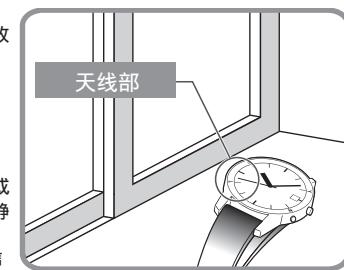
● 把手表放在窗户边等容易接收电波信号的地方。

天线在 8 点的位置上。

如果让天线部朝着窗户外或者发射站方向的话，则更容易接收到电波信号。

* 电波台站的地点

“接收电波信号的大致范围” → P. 22



● 不要在接收电波信号过程中碰动手表。

为了保证在稳定状态下接收电波信号，不要改变手表的朝向或者让手表倾斜，应该让手表处于静止状态。如果手表处于非静止状态的话，则无法接收电波信号。

* 如果在接收电波信号过程中操作按钮或表冠的话，则接收电波信号会被取消。

● 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站方向的窗口附近的位置最为理想。

标准电波会受到电波发射站的距离以及地形（包括大楼等），天气的影响。

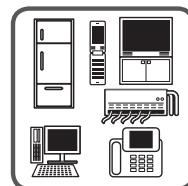
请适宜查找容易接收到电波的位置。

SC 27

■ 接收电波信号困难的环境

请不要在这样的场所接收电波。

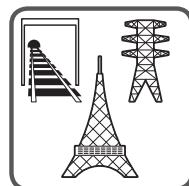
3



- 电视、冰箱、空调等家庭电气产品附近。
- 手机、电脑、传真等办公自动化机器的附近。
- 钢制桌子等金属制家具的上面和附近。



- 工地现场或交通量较多的地点等容易发生电波障碍的地方



- 高压线、电视塔和电车架设电线附近



- 大楼内、大楼与大楼之间以及地下
- 交通工具等内（汽车、电车、飞机等）

SC 28

3

△ 注意

- 当因受到来自外界的影响而接收到错误的电波信号的时候，可能会显示出错误的时间。另外，有时候也会因接收信号的场所和电波状况而无法接收电波信号。这种时候应该改变一下接收电波信号的场所。
- 即使无法接收到电波信号，本手表也可以按照石英表的精度（平均月误差±15 秒）走时。
- 有时候会因为设备维修和雷电等影响而造成停波（电波停止发射）。有关停波的信息，可以阅览发射站的网页或者向弊公司客服咨询窗口咨询。

● 电波发射站的主页网址（截至 2020 年 8 月）如下：

- | | |
|----|--|
| 日本 | : 日本国家信息和通信技术研究所（日本标准时间项目）
http://jjy.nict.go.jp/ |
| 中国 | : NTSC http://www.ntsc.cas.cn/ |
| 美国 | : NIST https://www.nist.gov/pml/time-and-frequency-division/radio-stations/wwvb |
| 德国 | : PTB https://www.ptb.de/cms/en.html |

SC 29

确认接收电波信号是否成功

■ 关于接收电波信号结果的显示

秒针显示出最后一次接收电波信号的结果 5 秒钟。

1 按压按钮一下，然后松开手。

秒针显示出接收电波信号的结果。



* 持续按压该按钮，手表开始强制接收信号。

* 利用前面部位较细的物品等来按压。 → P. 16

2 确认接收电波信号是否成功（5 秒钟以内）。

接收电波信号成功：Y
10 秒位置上



接收电波信号失败：N
20 秒位置上



* 如果过 5 秒钟以后或者中途按压按钮的话，则返回到时间显示。

当接收电波信号结果显示为 Y 的时候

- 接收电波信号成功。手表可以继续使用。

* 如果成功接收电波信号后，手表仍然不显示正确的时间和日期，请参考“这种时候怎么办？”部分中“时间和表针的偏差” → P. 75、以及“日期的偏差” → P. 77

当接收电波信号结果显示为 N 的时候

- 改变放置手表的场所和朝向，然后再接收电波信号。

即使在可接收电波信号的大致范围以内，有时候会因条件（天候、地形、建筑物、方位等影响）而无法接收到电波信号。“接收电波信号困难的环境” → P. 28

另外，如果所在地点超出接收电波信号范围的话，则无法接收电波信号。“接收电波信号的大致范围” → P. 22

- 接收电波信号前确认时差的设定。

如果设定的时差地区不在接收范围内，则无法接收电波信号。确认时差的设定。
“设定时差（设定电波信号发射站）” → P. 33

“世界主要地区的时区差异表” → P. 35

- 改变时间段，接收电波信号。（强制接收信号时）

即使是同样的场所，时间段不同，接收电波信号的环境也不一样。由于电波的特性，夜间更容易接收电波信号。

- 当在无法接收电波信号的地区和场所使用的时候，或者接收电波信号不顺利的时候，可以用手动方法来校准时间和日期。

“手动校准时间的方法（1B21：无日期显示的型号）” → P. 63

“手动校准时间的方法（1B22 / 1B32：有日期显示的型号）” → P. 66

“手动校准日期的方法（1B22 / 1B32：有日期显示的型号）” → P. 69

时差调整功能（在国外使用时）

■ 时差调整功能特性

- 如果想要显示目的地的时间的话，则可以通过时差修正功能来设定期差。

可以显示出以 1 小时为单位时差的国外时间。以 UTC（协调世界时）为标准，设定期差。

按照 UTC 协调世界时来计算，世界各地的时差【从 -11 个小时到 +13 个小时】不等。

- 在时差修正模式下，秒针的位置表示与 UTC（协调世界时）的时差。

要设定期差，请转动表冠以将秒针移动到正确的位置。

- 通过时差的设定，选择接收电波的台站。

如果把时差设定为可接收电波信号地区以外的话，则电波信号接收功能无法启动。

例如：在日本使用的时候，如果设定为【9 秒位置：东京】的话，则接收日本的电波信号。

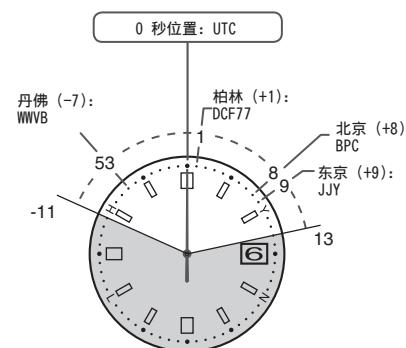
在中国使用的时候，可以设定为【8 秒位置：北京】。

“设定期差（设定电波信号发射站）” → P. 33

“世界主要地区的时区差异表” → P. 35

<秒针的位置和时差（发射站）的说明>

* 括号内表示距离 UTC 的时差。



设定期差（设定电波信号发射站）

1 持续按压按钮（8 秒钟），当秒针开始向反时针方向走动后，松开手。

进入时差设定模式状态，停止在现在所设定的时差

* 尽管按住该按钮 3 秒后秒针可能会移动到 0 秒位置，但请一直按住该按钮。

* 如果秒针不走动的状态持续 1 分钟且不进行干预，则手表会自动返回到时间显示模式。如果返回到时间显示模式，则要从步骤 1 重新开始操作。

* 短时间按住该按钮不放，可开始强制接收信号。

* 利用前面部位较细的物品等来按压。 → P. 16

2 按压按钮，把秒针对准目的地的时差

每按一次该按钮，秒针顺时针向前走动 1 秒 (+1 小时)，时间前进 1 小时。

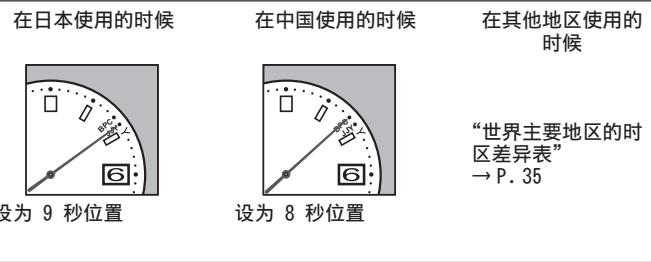
秒针的位置代表时差。设定期，请参考 P. 35。

* 在时针分针走动过程中，也可以按钮让秒针走动。



通过设定时差，可以切换电波信号发射站。如果在能够接收电波信号地区以外的地区，则电波信号接收的功能无法使用。

* 设定夏令时 (DST) 的时候，可以在目的地的时差上设定为 +1 小时的时差。



* 当秒针位于 13 秒 (UTC +13 小时) 位置时，按住该按钮将其移动到 49 秒 (UTC -11 小时) 位置。

3 在时针走动停止后，需要等待 1 分钟。(时差设定模式结束)

1 分钟过后，返回到 1 秒 1 格走针。

* 如果日期变化的话，则日期也走动。

4

时差调整功能

SC 34

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

世界主要地区的时区差异表

在时差修正模式下，可以参考以下信息，设定时差。

* 如果设定为接收电波栏中没有记载的时差的话，则接收电波信号的功能不能启动。

(如 2020 年 8 月所示)

时差设定 秒针位置	与 UTC 的 时差	时区 代表城市	接收频率
0 秒	±0 小时	伦敦	DCF77
1 秒	+1 小时	巴黎/柏林	DCF77
2 秒	+2 小时	开罗	DCF77 △
3 秒	+3 小时	吉达	-
4 秒	+4 小时	迪拜	-
5 秒	+5 小时	卡拉奇	-
6 秒	+6 小时	达卡	-
7 秒	+7 小时	曼谷	-
8 秒	+8 小时	北京	BPC
9 秒	+9 小时	东京	JJY
10 秒	+10 小时	悉尼	JJY △
11 秒	+11 小时	努美阿	-
12 秒	+12 小时	惠灵顿	-
13 秒	+13 小时	努库阿洛法 (汤加王国)	-

时差设定 秒针位置	与 UTC 的 时差	时区 代表城市	接收频率
49 秒	-11 小时	中途岛	-
50 秒	-10 小时	檀香山	-
51 秒	-9 小时	安克雷奇	-
52 秒	-8 小时	洛杉矶	WWVB
53 秒	-7 小时	丹佛	WWVB
54 秒	-6 小时	芝加哥	WWVB
55 秒	-5 小时	纽约	WWVB
56 秒	-4 小时	圣多明各	WWVB △
57 秒	-3 小时	里约热内卢	-
58 秒	-2 小时	费尔南多·迪诺罗尼亚	-
59 秒	-1 小时	亚速尔群岛	-

要在遵循夏令时间 (DST) 的地区使用夏令时，请选择接收频率栏中带有 △ 的时区。

4

时差调整功能

协调世界时 (UTC)

Coordinated Universal Time = 世界统一时间

UTC 是通过国际协议而制定的世界通用的标准时间，作为世界各地记录时间时的正式时间使用。为了消除与天文学上所规定的世界时 (UT) 的偏差，经过在按照设置在世界各地的原子钟制定出来的“国际原子时 (TAI)”上面添加上闰秒而调整出来的时间就是 UTC。

夏令时 (DST): Daylight Saving Time = 日光节约时间

指的就是夏令时 (DST)。

是一种在夏季日照时间长的时候，通过把时间向前推进 1 个小时来延长白天时间的制度。

主要以欧美国家为主，全世界大约有 80 个国家实行夏令时。

夏令时 (DST) 的实施时间和实施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的情况而发生变更。

* 在极少的一些地区 1，有时会有以 15、30 分钟为单位设定的时差。(印度等)

* 各种显示有时可能会因模式 (样式) 而有所不同。

SC 36

4

时差调整功能

SC 35

时差调整问答

Q : 从国外返回到日本的时候，会自动地转换为日本时间吗？

A : 如果只是移动，不会自动转换为日本时间。

在日本使用的时候，应该用“时差调整功能”设定为东京 (日本)。

Q : 在进行时差调整操作的时候，表针是处于停止状态，因此会不会出现时间偏差？

A : 手表内部的电路记录有时间信息，因此不会出现时间偏差的问题。

Q : 如果把时差设定为非接收范围的地区的话，将不接收电波，那么这期间的手表精度会怎么样？

A : 这种时候，可以作为普通的石英电子表使用。(平均月误差 ±15 秒)

Q : 要想调整为有 15 分、30 分时差的地区时间的话，怎么办好呢？

A : 使用时差调整功能，可使用 1 小时作为最小调整单位来调整时间。若要按照 15 分钟或 30 分钟的时差调整当地时间，请参阅

“手动校准时间的方法 (1B21: 无日期显示的型号)” → P. 63

“手动校准时间的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)” → P. 66

4

时差调整功能

SC 37

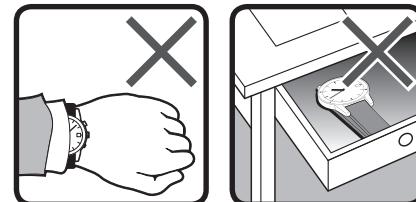
给电池充电

■ 如何给电池充电

让表盘见光便可以给手表充电。



为确保手表拥有最佳性能，手表应始终保持足够充电状态。



在下述情况下，手表可能因为能量耗尽而导致手表停止走动：

- 手表被掩蔽在衣袖中。
- 在长时间无法见光的条件下使用或保管手表。

* 给手表充电时务必确保它不会发热（工作温度范围为 -10°C ~ +60°C 之间 (14°F ~ 140°F)）。

* 在最初使用手表，或者在手表因充电不足而停止走动后使用手表时，请参照 P. 39 上的表格为手表充足电。

5

太阳能充电功能

SC 38

5

太阳能充电功能

SC 39

■ 充电时间指南

请参照下述时间给手表充电。

照度 (勒克司)	光源	条件 (实例)	从手表停止(未充电)状态开始充电		在表针走动(已充电)状态下充电 手表持续运行 1 天 所需的充电时间
			完全充满手表需要的时间	到 1 秒 1 格稳定走针所需要时间	
700	荧光灯	普通办公室	-	-	5 小时
3,000	荧光灯	30W 20 厘米	200 个小时	5 个小时	1.5 个小时
	荧光灯	30W 5 厘米	60 个小时	1 个小时	15 分
10,000	太阳光	阴天			
100,000	太阳光	晴天 (夏季阳光直射下)	24 个小时	30 分	3 分

“到 1 秒 1 格稳定走针所需要时间”的数值，是把停止后的手表置于光线照射下，到 1 秒 1 格稳定走针所需的大致充电时间。虽然不必充电这么长时间，手表也可以 1 秒 1 格走针。但在这一状态下，可能很快就会回到 2 秒 1 格走针。请参考表格中的充电时间来保证充分的充电时间。

* 通过秒针的动作情况，可以确认能源余量。“确认电池残量” → P. 18

* 充电所需的时间因手表机型的不同而略微有所差异。

关于电池能量

■ 关于电池能量耗尽预告功能 (2 秒走针和 5 秒走针)

如果电池残量不足的话，则电池能量耗尽预告功能就会启动。

首先是转为“2 秒走针”，秒针按照 2 秒 1 格走动。

如果不充电状态进一步持续的话，则会转为 5 秒走针，秒针按照 5 秒 1 格走动。最后，如果电池耗尽的话，则手表停止走动。

当电池能量耗尽预告功能启动的时候，应该给电池充分充电后再使用。

5

太阳能充电功能

“如何给电池充电” → P. 38

“充电时间指南” → P. 39

* 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，按钮和表冠也不会发挥功能。（请您放心！这并不是故障。）

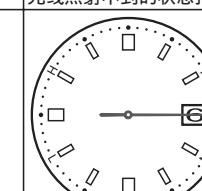
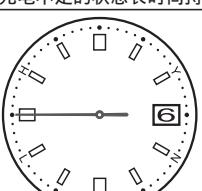
* 在 5 秒走针过程中，时针和日期也处于停止状态。

* 在 2 秒走针和 5 秒走针过程中，自动接收电波信号功能和强制接收电波信号功能无效。在给电池充分充电后恢复到 1 秒 1 格走针时，再接收电波信号，校准时间。（“自动接收电波信号和强制接收电波信号” → P. 21）

■ 关于节电功能

如果光线照射不到的状态长时间持续的话，则节电功能将会启动。

* 节电有 2 种模式。

条件	节电 1 模式	节电 2 模式
	光线照射不到的状态持续 72 小时以上	充电不足的状态长时间持续
状况	 秒针在 15 秒的位置上停止 时针分针日期也停止进行自动接收电波信号	 秒针在 45 秒的位置上停止 时针分针日期也停止进行自动接收电波信号
处置方法	如果将腕表置于照射光线之下 5 秒钟以上的话，则表针快进，返回到现在时间	在充分充电以后，可以根据需要校准时间

5

太阳能充电功能

关于节电 2 模式

* 如果已经充电的话，则在充电过程中为【5 秒走针】。在【5 秒走针】时，按钮和表冠都不能操作。

* 如果长时间持续的话，则因电池残量的减少，手表内部储存的现在时间信息将会消失。如果给电池充分充电后，手表回到 1 秒 1 格走针的话，则可以接收电波信号来校准时间。（“自动接收电波信号和强制接收电波信号” → P. 21）

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

SC 40

SC 41

动力源

本款手表使用的是跟普通电池不一样的专用充电电池。
与普通氧化银电池不同，专用充电电池不需要定期更换。

由于长期使用和使用环境差异等因素，专用充电电池的容量或充电效率可能会逐渐降低。
另外，长期使用手表导致的机械零件磨损、污垢以及润滑油劣化等也可能使电池的续航时间缩短。当性能降低后，应送交修理。

6

⚠ 警告

■ 更换专用充电电池的注意事项

- 勿卸下手表的专用充电电池。
更换专用充电电池需要具备专业知识和技术。请联系购买手表的商店为您更换专用充电电池。
- 如果装上普通的氧化银电池，可能因为发热而导致破裂和起火。

* 防止过度充电功能

当专用充电电池充满电后，防止过度充电功能便会自动启动，以免进一步充电。

不论专用充电电池的充电时间超过“手表充满电所需时间”多长，都无需担心因为过度充电而导致损害。

* 有关电池充满电所需的时间，请参阅“充电时间指南” → P. 39。

6

⚠ 警告

■ 手表充电注意事项

- 给手表充电时，勿将手表置于过于靠近强光源（比如摄影用灯具、聚光灯或白炽灯等）的地方，否则手表可能变得过热，从而对其内部零件造成损害。
- 当将手表置于直射阳光下为其充电时，应避开那些易于达到高温的地方，比如汽车仪表盘位置。
- 务必让手表温度保持在 60°C 以下。

SC 42

SC 43

日常保养

6

● 平时应该对手表多加保养

- 不要拉出表冠来用水清洗。
- 注意经常用柔软的布擦去水分、汗水或污渍。
- 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，而是应该把水放入容器里然后再清洗手表。

* 如果是“非防水”或“日常生活防水”规格的手表，请勿用水清洗手表。

“功能和型号” → P. 45

“防水功能” → P. 47

● 应该时常拧动拧动表冠

- 为了防止表冠生锈，应该时常拧动几下表冠。
- 对螺丝锁式表冠也同样如此。

“关于表冠” → P. 17

● 偶尔按一次按钮

- 偶尔按一次按钮以避免按钮锈蚀。

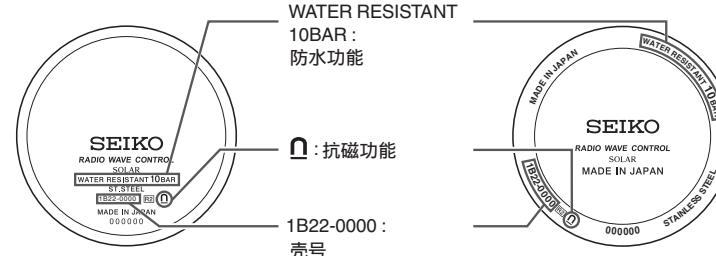
* 如果因为按压按钮而导致手表显示发生变化的话，可以等一会儿，不做任何操作。

SC 44

6

功能和型号

腕表后盖上刻有手表的机型和性能



• 防水功能

请参考 P. 47。

• 壳号

表示手表型号的编号。

* 上图只是一个示例，可能与您的手表不完全相同。

• 抗磁功能

请参考 P. 48 和 P. 49。

SC 45

Lumibrite (智慧光能)

如果您购买的手表带有 Lumibrite (智慧光能)

Lumibrite (智慧光能) 是一种发光涂料，它能够在短时间内吸收来自太阳光和照明设备的光能，并将这些光能储存起来供黑暗中发光之用。例如，若曝露在 500 勒克司以上的光下大约 10 分钟，Lumibrite (智慧光能) 便可以发光 3 到 5 个小时。但请注意，随着 Lumibrite (智慧光能) 发出存储的光时，光线的亮度 (明亮程度) 水平会随着时间的推移逐渐减弱。此外，因储存光线时的光线强度和光线距离手表的距离不同，发光的时间会有偏差。

* 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（黑暗适应性）。

* Lumibrite (智慧光能) 是一种可以存储光能并发光的发光涂料，不含任何有毒物质（如放射性物质），因此对人体和环境无害。

<亮度等级>

6

环境		明亮程度
太阳光	晴天	100,000 勒克司
	阴天	10,000 勒克司
室内 (白天窗口处)	晴天	3,000 勒克司以上
	阴天	1,000 到 3,000 勒克司
	雨天	1,000 勒克司以下
照明 (白色荧光灯 40W 以下)	与手表之间的距离: 1 m	1,000 勒克司
	与手表之间的距离: 3 m	500 勒克司 (通常室内水平)
	与手表之间的距离: 4 m	250 勒克司

SC 46

防水功能

在使用您的手表之前，请参考下表关于您所购手表的防水功能说明。

(请查看 P. 45)

后盖显示	防水功能	使用条件
无指示	非防水	避免水滴或汗液
WATER RESISTANT	日常生活防水	手表可以在日常生活中偶尔接触水。 △ 警告 游泳时请勿使用。
WATER RESISTANT 5 BAR	拥有更高的日常生活防水功能，可实现 5 巴气压级防水。	手表适用于游泳等运动。
WATER RESISTANT 10(20)BAR	拥有更高的日常生活防水功能，可实现 10 (20) 巴气压级防水。	手表适用于不使用气瓶情况下的潜水。

6

SC 47

抗磁功能

受附近磁场的影响，手表可能暂时走快或走慢，甚至停止工作。

* 本手表即使受磁场影响而造成时间不准确，也可以通过“表针位置自动修正功能”自动对表针的位置进行修正。
(P. 71)

6

△ 危险

后盖显示	使用条件
无指示	手表应离开磁性产品 10 cm 以上。
U	在使用手表的时候，应该离开磁性产品 5 cm 以上。 (JIS 1 级标准)
U	在使用手表的时候，应该离开磁性产品 1 cm 以上。 (JIS 2 级标准)

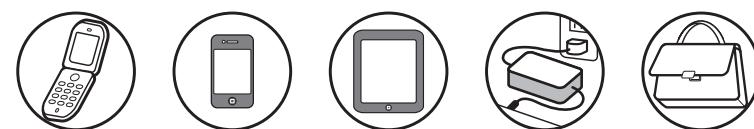
如果手表被磁化并且其精度下降到正常使用时的额定规格之下，则需要对手表进行消磁。在这种情况下，即使在保修期内，也会向您收取消磁和精度重调费用。

手表会受磁场影响的原因

内置的电动机带有磁铁，因此可能受外部强磁场的影响。

SC 48

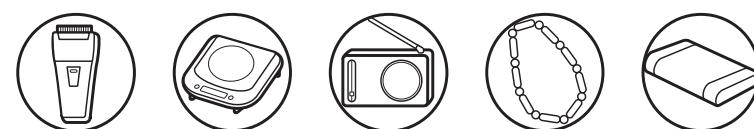
我们身边可能影响手表的磁性产品事例



智能手机、移动电话、平板电脑 (扬声器、护套磁扣)

交流电源

手提包 (磁扣)



交流电剃须刀

电磁炊具

便携式收音机 (扬声器)

磁性项链

磁性保健枕

6

SC 49

表带

表带直接接触肌肤，容易因汗水、尘垢而被弄脏。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、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、汗水或污渍等长期不加理会，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。
- 沾有水分、汗水和污渍的话，应该及早用柔软的布擦干净。
- 对于表带接缝周围的污垢，请放在水中清洗，然后用柔软的牙刷来清除。
(为防止表身被水溅湿，可以用保鲜膜等加以包覆。)
最后用软布擦拭干净。
- 某些钛金属表带使用高强度的不锈钢针扣，而不锈钢零部件也可能会生锈。
- 如果生锈进一步发展下去的话，则可能导致表带针扣突起或滑出，从而使手表脱落，此外也可能出现表带扣解不开等情况。
- 如果针扣突起，将可能导致受伤。在这种情况下，应立即停止使用手表，并联系修理。

6

● 皮革表带

- 皮革表带忌水分、汗液和日光直射，否则可能导致表带褪色和劣化。
- 沾上水分或汗液后，应立即用干布等轻轻擦拭把水吸干。
- 不要让手表长时间暴露在阳光直接照射下。
- 浅颜色的表带更容易显脏，所以在使用时需要注意。
- 洗澡、游泳和从事涉及到水的活动时，不要佩戴皮革表带的手表（除非是防水表带），哪怕手表自身拥有较高的日常生活防水功能（10巴/20巴气压级防水）。

● 聚氨酯表带

- 聚氨酯表带具有因光线而褪色或者因溶剂、空气中的湿气等而劣化的特性。
- 尤其是半透明、白色或浅颜色表带容易染上其它颜色，造成混色或褪色。
- 表带如果脏了的话，应用水清洗，并用干燥的布擦干水分。
(为防止表身被水溅湿，可以用保鲜膜等加以包覆。)
- 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。

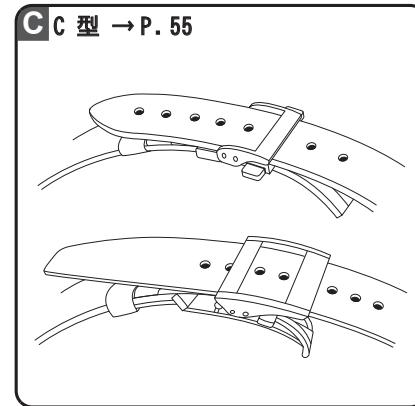
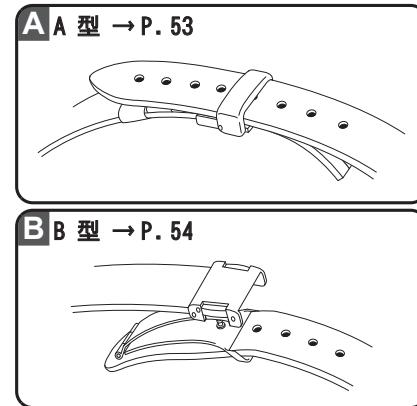
关于斑疹和过敏	因表带所造成的斑疹，有各种各样的诱发原因，既有因为金属或皮革而引起的过敏反应，也有因为污渍或者与表带摩擦而导致不适感。
关于表带长度的大致标准	表带应该在长度上留出一点儿余绰，并在使用时保持良好的通气性。 当手表戴在手腕上的时候，能插进一个手指的状态比较合适。

SC 50

SC 51

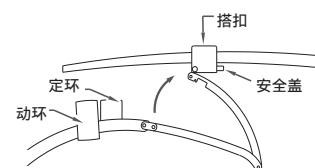
如何使用针对皮革表带的三折叠式表带扣（专用表带扣）

如下所示，有3种类型的专用表带扣；
如果您所购手表的表带扣是其中一种，请参考指示。

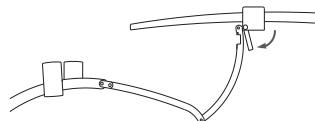


A A型

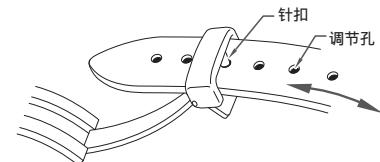
- ① 抬起表带扣，以松开搭扣。



- ② 打开安全盖。



- ③ 让扣钉脱离调节孔。左右滑动表带调整表带长度，然后将扣钉重新插入相应位置的调节孔中。



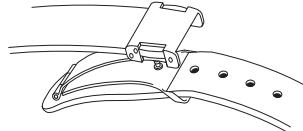
- ④ 扣紧安全盖。



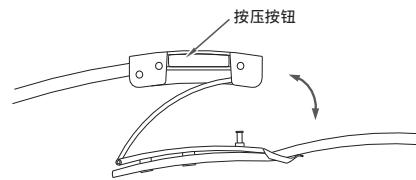
* 扣上表带扣时，将表带的末梢插入动环和定环中，然后扣紧表带扣。

SC 52

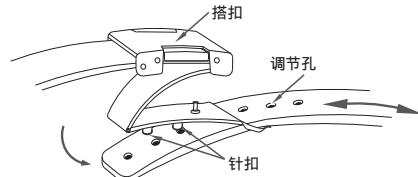
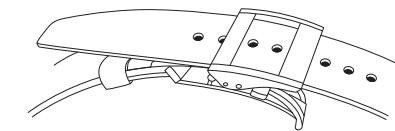
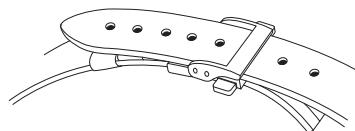
SC 53

B型

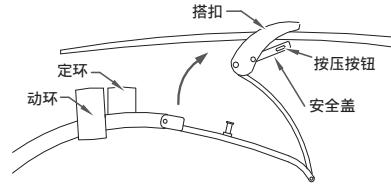
① 按压安全盖两侧的按压按钮，打开表带扣。



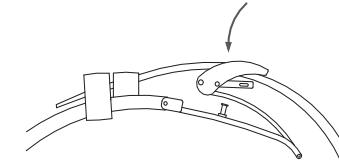
② 让扣钉脱离调节孔。左右滑动表带调整表带长度，然后将扣钉插入相应位置的调节孔中。推按搭扣，以扣紧表带扣。

**C型****● 如何佩戴或摘下手表**

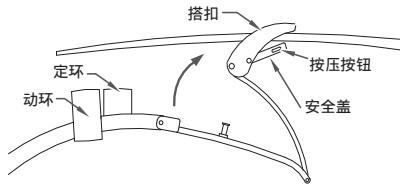
① 按压安全盖两侧的按压按钮，将表带从动环和定环中拉出。然后打开表带扣。



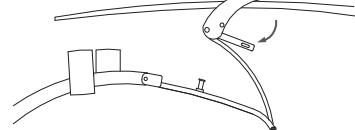
② 将皮带的末梢穿入动环和定环中，然后按压搭扣的外框，以扣紧表带扣。

**● 如何调整表带的长度**

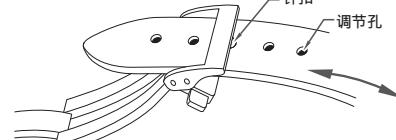
① 按压安全盖两侧的按压按钮，将表带从动环和定环中拉出。然后打开表带扣。



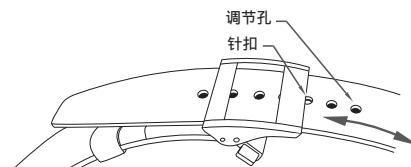
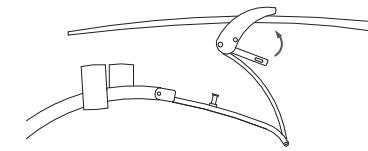
② 再按一次按压按钮以松开安全盖。



③ 将针扣从表带调节孔中拉出。滑动皮带调整其长度，然后寻找一个适当的孔。将针扣放入调节孔中。



④ 扣紧安全盖。



售后服务

● 关于保修和维修说明

- 需要做修理和维修调整的全检（大修）的时候，应该与购买产品的商店或者 SEIKO 客户服务中心取得联系。
- 如果在保证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。
请认真仔细地阅读保修单，并妥善保管好。
- 保修期间结束后，如果通过修理可维持功能的话，我们将根据您的要求，为您做收费修理。

● 关于补修用功能零部件

- 在修理的时候，有时可能会使用外观有所不同的替代零部件。望予以见谅。

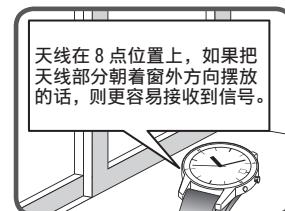
● 关于维修调整的全检（大修）

- 为了长时间保持手表的最佳性能，应定期执行全检（大修），建议您每 3 到 4 年左右做一次检查调整。根据使用情况，手表机械零件的保油状态可能劣化，零件可能因为油污而发生磨损，这些最终可能导致手表停止走动。
密封垫圈等零部件可能劣化，因此，防水功能可能会因汗液和水分的侵入而受损。若要通过全检来执行检查和调整（大修），请联系购买手表的商店。更换零部件时，应指定“SEIKO 正品零部件”。在要求通过全检来执行检查和调整（大修）时，还务必换用新的密封垫圈和簧杆。
- 在做全检（大修）的时候，有时还可能需要更换机芯。

强制接收电波信号的方法（手动接收电波）

1 摆放好手表。

把手表放在容易接收到电波的场所。
“怎样容易接收电波信号？” → P. 27
“接收电波信号困难的环境” → P. 28
* 如果超出接收电波信号范围之外的话，则无法接收电波信号。“接收电波信号的大致范围” → P. 22



2 按下按钮并保持 3 秒，当秒针移动到 0 秒位置时，松开按钮。

秒针移动，停止在 0 秒位置上以后，接收电波开始。
* 如果把时差选择为可接收电波信号范围以外的话，则秒针不会移动到 0 秒位置上。（无法强制接收电波信号。）检查当前的时差设定。
“设定时差（设定电波信号发射站）” → P. 33
* 利用前面部位较细的物品等来按压。 → P. 16



3 摆放好手表不动，等待几分钟（最长 12 分钟）。

如果秒针按照 1 秒 1 格走针的话，则接收电波信号结束。

接收电波信号需要一定的时间。（最长 12 分钟）

* 因电波状况会有所不同。

<在接收电波信号过程中的显示>

秒针显示接收电波信号的水平。

电波信号的接收水平	高: H	低: L
显示		
电波的状况	容易接收	接收困难

<接收电波信号失败的时候>

秒针显示接收信号的结果为“N”。



接收信号的结果: N

5 秒钟以后返回到时间显示。

“当接收电波信号结果显示为 N 的时候” → P. 31

4 当秒针恢复到按 1 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，应该确认接收电波是否成功。

“关于接收电波信号结果的显示” → P. 30

当无法接收电波信号的时候

当无法接收电波信号的时候，可以参照以下说明。

- 当在电波信号接收范围内无法接收电波的时候

应该确认是否设定为您使用手表地区的时差。

正确选择时差后，时间和日期不准确，请参考“这种时候怎么办？”部分的“电波接收信号”

→ P. 74

经过上述处置后，仍然无法接收电波，不能把时间和日期调整正确的时候，可以用手动方法来调整时间和日期。

“手动校准时间的方法（1B21：无日期显示的型号）” → P. 63

“手动校准时间的方法（1B22 / 1B32：有日期显示的型号）” → P. 66

“手动校准日期的方法（1B22 / 1B32：有日期显示的型号）” → P. 69

* 有关电波信号接收的范围，可以参考“接收电波信号的大致范围” → P. 22。

- 当在电波信号接收范围外使用的时候

选择您使用手表地区的时差。

“设定时差（设定电波信号发射站）” → P. 33

如果设定时差后，手表未显示正确的时间和日期，请手动设定日期和时间。

2 按压按钮，然后松开手。

秒针移动到 0 秒位置停止走动。
进入手动校准时间模式。

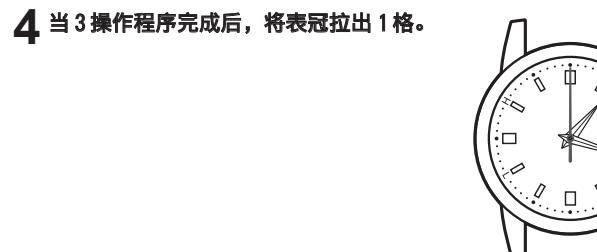
* 如果这种状态持续 1 分钟以上的话，则会自动地返回到时间显示。如果返回到时间显示的时候，则需要从步骤 1 重新操作。
* 如果进入到手动校准时间模式的话，则电波接收结果的数据将会消失，所以，如果这时候确认接收信号的结果的话，则显示为“N”。
* 利用前面部位较细的物品等来按压。 → P. 16

3 按压按钮来校准时间。

每按压一下按钮，则秒针旋转 1 周，时间快进 1 分钟。
* 即使拧转表冠，表针也不会走动。
* 表针向前校准时，不能够逆向转动。



4 当 3 操作程序完成后，将表冠拉出 1 格。



5 对准广播电视台等的报时，将表冠按压回原位。

操作结束。
手表开始走动。
* 如果是螺旋式的话，则应该给表冠加上固定锁。
→ P. 17



当重新回到可接收电波信号环境使用的时候，则应该通过接收电波信号来校准时间。
“自动接收电波信号和强制接收电波信号” → P. 21

■ 手动校准时间的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)

如果在电波接收范围外等无法接收电波信号环境下持续使用手表的话，则应该通过手动方法来校准时间。“接收电波信号的大致范围” → P. 22

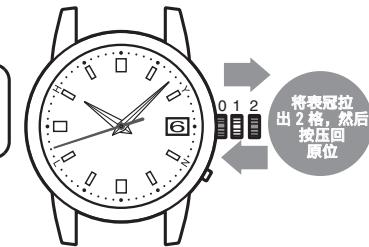
- 当重新回到可接收电波信号环境使用的时候，则应该通过接收电波信号来校准时间。“自动接收电波信号和强制接收电波信号” → P. 21

* 在无法接收电波信号的状态下，本手表也可以按照与普通石英表同等的精度走时。(平均月偏差±15秒)
* 如果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。

1 将表冠拉出2格，然后按压回原位。

秒针停止走动。

- 在向外拉表冠的时候，在第1格处不要停顿，直接拉出到第2格。如果表冠按压回原位时，秒针没有停止走动的话，则需要重新进行1步骤的操作。
- 如果是螺丝固定锁式表冠的话，则应该先打开螺丝固定锁。 → P. 17
 - 如果表针不手动状态持续1分钟以上的话，则腕表会自动地返回到时间显示。当返回到时间显示的时候，则需要重新操作。



2 按压按钮，然后松开手。

秒针移动到0秒位置停止走动。
进入手动校准时间模式。

- 如果这种状态持续1分钟以上的话，则会自动地返回到时间显示。如果返回到时间显示的时候，则需要从步骤1重新操作。
- 如果进入到手动校准时间模式的话，则电波接收结果的数据将会消失，所以，如果这时候确认接收信号的结果的话，则显示为“N”。
- 利用前面部较细的物品等来按压。 → P. 16



3 按压按钮来校准时间。

每按压一下按钮，则秒针旋转1周，时间快进1分钟。
即使拧转表冠，表针也不会走动。
表针向前校准时间，不能够逆向转动。
日期发生变化的时刻在午夜(午夜12点)。请务必正确设定上午/下午，然后再设定时间。
在此处不能够校准日期。
“手动校准日期的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)” → P. 69



4 当3操作程序完成后，将表冠拉出2格。

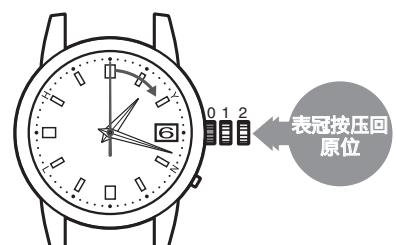


5 对准广播电视台等的报时，将表冠按压回原位。

操作结束。

手表开始走动。

- 如果是螺旋式的话，则应该给表冠加上固定锁。
→ P. 17



当重新回到可接收电波信号环境使用的时候，则应该通过接收电波信号来校准时间。
“自动接收电波信号和强制接收电波信号” → P. 21

■ 手动校准日期的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)

如果在电波接收范围外等无法接收电波的环境下，日期无法自动变化（由小月变为大月的时候等）的话，则需要用手动来校准日期。

- 日期与时间没有关系，可以单独校准。
- 当重新回到可接收电波信号环境使用的时候，则应该通过接收电波信号来校准时间。“自动接收电波信号和强制接收电波信号” → P. 21

* 当接收电波成功但日期不准确的时候，可以考虑是日期的基准位置出现了偏差。如果想要校准日期的基准位置的话，则需要进行系统复位。

“万一出现异常走动的时候怎么办？” → P. 79

1 将表冠拉出1格。

进入到手动日期校准模式。(腕表继续走时。)

- 如果是螺丝固定锁式表冠的话，则应该先打开螺丝固定锁。 → P. 17
- 如果将表冠拉出1格的话，则秒针向前走动15秒钟后返回。不必在意它，可以继续操作。



只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

2 按压按钮，调整日期

- 每按压一下按钮，则时针旋转 2 周，日期向前进 1 天。
- * 扳动表冠，日期也不会走动。
- * 日期只能向前调整，不能向后调整。
- * 利用前面部位较细的物品等来按压。 → P. 16



3 将表冠按回原位。

- 操作结束。
- * 如果是螺旋式的话，则应该给表冠加上固定锁。
- P. 17

SC 70

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

关于基准位置

当接收电波信号成功但时间和日期不准确的时候，有可能是基准位置出现了偏差。
基准位置所以会出现偏差，可能有以下几个原因。

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。
受到了磁场影响的时候：因靠近散发磁场的物品而造成的偏差。

“我们身边可能影响手表的磁性产品事例” → P. 49

* 我们所说的“表针的基准位置出现偏差”状态，如果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正确地显示体重”。

■ 表针位置自动修正功能（时分秒针基准位置校准）

本腕表时分秒针有“表针位置自动修正功能”，可以在基准位置出现偏差时自动地对时分秒针修正。表针位置自动修正功能的启动时间，分针和秒针是 1 小时 1 次；时针为 12 小时 1 次（上午和下午 12 点）。

* 表针位置自动修正功能在因受到冲击和磁场影响（外部因素）而表针出现偏差的时候发挥作用，并不是修正手表精度和制造上细微偏差的功能。

■ 日期的基准位置校准

日期的基准位置由于无法自动校准，所以需要手动来校准。

如果想要校准日期的基准位置的话，则需要进行系统复位。
“万一出现异常走动的时候怎么办？” → P. 79

SC 71

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

这种时候怎么办？

这种时候怎么办？	可能原因	解决方法	参考
表针的走动	秒针 2 秒 1 格走针 (P. 40)	电池能量耗尽预告功能启动 应该充分给电池充电，直到秒针开始 1 秒 1 格走针。	P. 38
	秒针按 5 秒 1 格走针 如果每天戴在手上还发生这种现象的话，则有可能是因为戴表时把手表隐蔽在衣服的袖子里而没有光线的充分照射所致。	戴表时，要注意尽量不要把手表隐蔽在衣袖中。在摘下手表的时候，也应该尽量把手表放置于光线明亮的场所。	
	秒针从停止在 15 秒位置状态开始走动 (P. 41) 如果光线照射不到的状态长时间持续的话，则节电功能启动，以控制不必要的电能消耗。	如果光线照射到的话，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。）	

7

SC 72

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

这种时候怎么办？	可能原因	解决方法	参考
表针的走动	秒针从停止在 45 秒位置状态开始走动 (P. 41) 如果光线照射不到的状态长时间持续的话，则节电功能启动，以控制不必要的电能消耗。	节电功能已处于启动状态 (P. 41) 如果光线照射不到的状态长时间持续的话，则节电功能启动，以控制不必要的电能消耗。	P. 21, P. 38
	并没有进行按钮操作，但是表针快进，然后按 1 秒 1 格走针 (P. 71) 如果因受到来自外部的影响等原因而表针出现偏差的话，则表针位置自动修正功能启动，自动地修正表针的偏差。	表针位置自动修正功能启动 (P. 71) 如果因受到来自外部的影响等原因而表针出现偏差的话，则表针位置自动修正功能启动，自动地修正表针的偏差。	

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

SC 73

这种时候怎么办?		可能原因	解决方法	参考
电波接收信号	无法接收电波信号	在接收电波信号过程中, 碰动了手表。 (电波接收最长需要 12 分钟。)	在接收电波信号过程中, 不要碰动手表。 接收电波信号需要时间, 最长要等 12 分钟。	P. 27, P. 61
	接收电波信号结果显示为“N(接收电波信号没有成功)”	所在的环境是接收电波信号困难的环境。(P. 28)	改换手表放置的位置, 放在容易接收电波信号环境之外, 然后接收电波信号。	P. 27
		由于标准电波发射站的原因, 电波停止发射。(停波)	有关停波的信息, 可以参考负责发射站运营的机构的主页。过一段时间以后, 在接收电波信号。	P. 29
		时差设定为电波信号接收范围以外的区域。	1. 检查设定的时差, 并设定正确的时差。 2. 其后, 如果时间不正确的话, 可以根据需要进行电波信号信号。	P. 21、 P. 33

SC 74

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

这种时候怎么办?		可能原因	解决方法	参考
关于太阳能电池	给电池充分充电手表仍然不走动或者返回不到 1 秒 1 格走针	照射的光线弱。 充电时间短。	因照度不同, 充电所需要的时间也不同。 请参考“充电时间指南”为手表充电。	P. 39
		由于长时间不暴露在阳光下, 手表的能量已消耗殆尽。 手表内部的系统处于不稳定状态。	请参考“万一出现异常走动的时候怎么办?”重置系统。	P. 79
	即使手表已经充满了电且手表的指针正在走动, 显示的时间也不正确。	由于长时间不暴露在阳光下, 手表的能量已消耗殆尽。		
时间和表针的偏差	手表一时性地走快或者走慢	把手表放置在了炎热或者寒冷之处。	1. 如果返回到常温的话, 则会返回到原来的精度。 2. 其后, 如果时间不准确的话, 则可以根据需要, 接收电波信号。 3. 如果返回不到原来精度的话, 则应该联系购买商品的商店处置。	P. 60

SC 75

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

这种时候怎么办?		可能原因	解决方法	参考
时间和表针的偏差	接收电波信号成功, 但是时间出现偏差	由于受到来自外部的影响, 接收到错误的时间。(错误接收电波信号)	1. 在更容易接收电波信号的环境, 接收电波信号。 2. 可以根据需要必要, 执行强制接收电波信号。	P. 27, P. 60
		受到来自外部的影响, 表针位置出现偏差。 表针的基准位置出现偏差。“关于基准位置” → P. 71	1. 将会运行自动指针位置对准功能, 并校正表针的位置。不需进行任何操作, 可以继续使用。针对分针和秒针每小时激活一次自动指针位置对准功能, 针对时针每 12 小时激活一次该功能(凌晨 0 点和中午 12 点)。如果急需, 可执行手动调整时间。 2. 如果手表的时间仍然走快或走慢, 请参考“万一出现异常走动的时候怎么办?”执行相关程序。 3. 如果返回不到原来精度的话, 则应该联系购买商品的商店处置。	P. 71, P. 79
	在“接收电波信号结果显示”和“接收电波信号水平显示”上秒针的位置出现偏差 “关于基准位置” → P. 71	秒针的基准位置出现偏差。(在因来自外部的影响等原因而出现秒针基准位置偏差的时候发生。)		

SC 76

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

这种时候怎么办?		可能原因	解决方法	参考
时间和表针的偏差	分针和秒针准确, 但是时间以 1 小时为单位出现偏差	时差设定不正确。	检查时差设定, 将其设为本地时区。	P. 33
日期的偏差	接收电波信号成功以后, 时间准确, 但日期准确	日期的基准位置出现偏差。“万一出现异常走动的时候怎么办?”, 请执行步骤①至步骤⑦的操作。	P. 79	
操作	按钮和表冠操作无效(即使操作也不动)	电池残量不足。 刚完成设定操作, 表针和日期正在走动之中。	应该给电池充分充电, 直到秒针恢复到 1 秒 1 格走针。 不需要做任何操作, 可以继续使用。 如果日期的走动停止的话, 则进入可操作状态。	P. 38 —

SC 77

只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

这种时候怎么办?		可能原因	解决方法	参考
操作	在设定过程中，不知道操作方法了	——	返回到启动操作之前的状态，然后重新尝试操作。 如果表冠已经拉出，请将其按入。如果表冠未拉出，请将其拉出，然后再按入。 这样可恢复到每秒 1 格的走针方式，最长可持续 9 分钟。然后，再次尝试操作。	-
其他	表盘玻璃的水雾无法消失	因密封垫圈的劣化等原因而造成手表内部进水。	向购买商店咨询处置方法。	-

* 有关上述现象以外的其他现象，可以向购买商店咨询。

万一出现异常走动的时候怎么办？

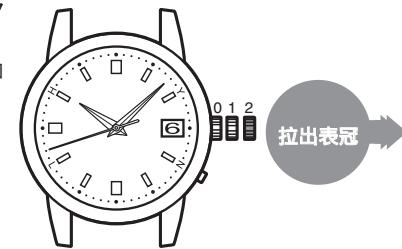
如果手表走针异常或电池充满电之后也不以每秒 1 格的方式走针，则可通过以下操作将其恢复到正常走针方式。

■ 系统复位

1 将表冠拉出 1 格 (1B21) 或 2 格 (1B22 / 1B32)

* 如果是螺丝固定锁式表冠的话，则应该先打开螺丝固定锁。 → P. 17

* 即使将表冠拉出，秒针也继续走动。



只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

2 按压按钮 5 秒钟，然后松开手。

松开手大约 5 秒以后，时针走动，停止在 12 点位置上。

然后，分针和秒针走动，停止在 0 分 0 秒位置上。

* 利用前面部位较细的物品等来按压。 → P. 16

* 在所有表针停止走动之前，按钮无法操作。



对于 1B21，请转至步骤 4 (P. 81)

对于 1B22 / 1B32，请转至步骤 3 (P. 81)

■ 日期的基准位置校准 对准“1”(1 日)

3 按压按钮，把日期设定为“1”。

调整的时候，让“1”数字显示在日期显示窗的中心位置上。

每按压一下按钮，则时针旋转 2 周，日期向前进 1 天。

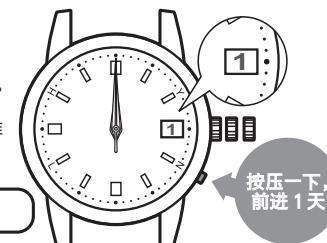
* 当表针停止走动后，再按压按钮。

* 数字显示有时候会略微偏离日历中心位置，但当校准结束后，就会显示在中心位置上。

* 拧动表冠，日期也不会走动。

按钮要一下一下地按压，持续按压也不会连续走动。

* 如果持续按压的话，则会返回到步骤②的操作，所以按钮要一下一下地按压。

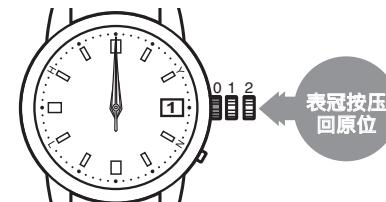


4 将表冠按回原位。

如果把表冠按压回原位的话，则表针从 0 点 0 分 0 秒开始走动。

* 如果是螺旋式的话，则应该给表冠加上固定锁。

→ P. 17



只有 1B22 和 1B32 型号可显示日期。

■ 设定时区

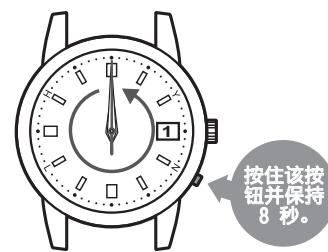
在系统复位以后，时区的设定为伦敦。

* 可以根据需要进行时区设定。

5 持续按压按钮（8秒钟），当秒针开始向反时针方向走动后，松开手。

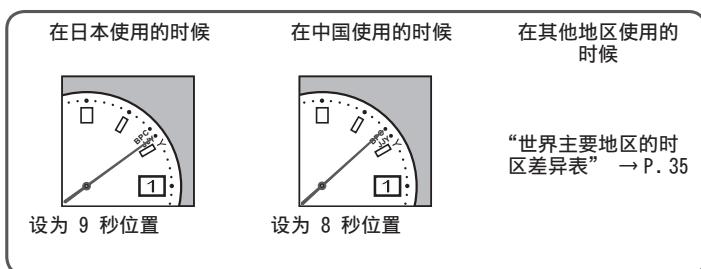
进入时差设定模式。

- * 尽管按住该按钮 3 秒后秒针可能会移动到 0 秒位置，但请一直按住该按钮。
- * 如果表针不走动状态持续 1 分钟以上的话，则腕表自动地返回到时间显示。如果返回到时间显示的话，则需要从步骤⑤起重新操作。



可通过更改时差来切换电波信号发射站。将时差设为电波接收信号区域以外的某个地区时，电波信号接收功能无法正常工作。

* 要设置夏令时 (DST)，请将秒针顺时针前进到目标时区前面一格的时差刻度点位 (+1 小时)。



* 当秒针位于 13 秒 (UTC +13 小时) 位置时，按住该按钮将其移动到 49 秒 (UTC -11 小时) 位置。

完成步骤 6 后，时分针停止，再经过 1 分钟，手表退出时差设定模式。

6 按压该按钮，将秒针指向当前位置的时差刻度点位。

每按一次该按钮，秒针顺时针向前走动 1 秒 (+1 小时)，时间前进 1 小时。

秒针的位置代表时差。设定时，请参考 → P. 35。
* 在时针分针走动过程中，也可以按按钮让秒针走动。



■ 校准时间和日期

7 通过接收电波来校准时间和日期。

在步骤⑥的操作结束以后，必须要校准时间和日期。

* 只有 1B22 / 1B32 型号需要调节日期。

“强制接收电波信号的方法” → P. 60

在无法接收电波信号的环境下，可以用手动方法来校准时间和日期。

“手动校准时间的方法 (1B21: 无日期显示的型号)” → P. 63

“手动校准时间的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)” → P. 66

“手动校准日期的方法 (1B22 / 1B32: 有日期显示的型号)” → P. 69

如果校准好时间的话，则操作结束。

规格

机型	1B21	1B22 / 1B32
1.功能	大表盘 3 表针（时分秒针）	大表盘 3 表针（时分秒针），日期显示
2.晶体振荡器频率	32,768 Hz (Hz = 1 秒钟的振动数)	
3.走针慢/快 (月误差)	平均月偏差在±15 秒以内 (在不接收电波校准时间且在气温 5 °C~35 °C范围内佩戴在手腕上的情况下)	
4.工作温度范围	-10°C ~ + 60°C	
5.驱动系统	步进电动机式 (秒针、分针、时针)	步进电动机式 (秒针、分针、时针、日期)
6.电源	充电电池，1 件	
7.持续工作时间	约 6 个月 (在充满电且节电功能不启动的情况下) *从充满电的状态到节电功能启动，最长约 1 年半时间。	
8.电波信号接收功能及发射站	日本 (2 台站)、中国、美国、德国 自动接收信号 (凌晨 2 点、凌晨 4 点) *因接收状况而有所不同。 *从接收电波信号后到下一次接收电波之前，手表按照上述石英表的精度走时。 *带有强制接收电波信号功能	
9.电路	振动、分频、驱动、接收电波电路：IC 2 个	

* 技术规格可能会因产品改良而有所变更，恕不预先通知。