

# 取扱説明書 INSTRUCTION

## JCC05・V182CC・ V14J・F22・F22A・ F30・F31

### 該当機種

AS01・AS32・AS82・V110・V111・V114・  
V115・V116・V117・V131・V137・V138・  
V14J・V145・V147・V157・V158・V181・  
V182・V187・VS15・VS17・VS22・VS3J・  
VS37・VS42・VS43

2206

弊社製品についての修理その他のご相談は、「お買い上げ店」で承っております。なお、ご不明の点は下記へお問い合わせください。

通話料無料 0120-612-911

### お客様相談室

〒100-0005 東京都千代田区丸の内 3-1-1 国際ビル  
〒550-0013 大阪府西区新町 1-4-24 大阪四ツ橋新町ビルディング

セイコーウオッチ株式会社

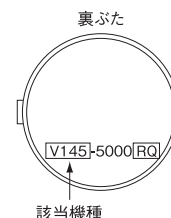
<https://www.seikowatches.com/>

この度は弊社製品をお買い上げいただき、誠にありがとうございました。ご使用前にこの説明書をよくお読みの上、正しくご愛用くださいますよう、お願い申し上げます。  
なお、この説明書はお手元に保管し、必要に応じてご覧ください。  
※金属バンドの調整は、お買い上げ店にご依頼ください。ご購入、ご転居などにより、お買い上げ店での調整が受けられない場合は、弊社お客様相談窓口へご依頼ください。  
お買い上げ店以外では有料もしくはお取扱いいただけない場合があります。  
※商品に傷防止用の保護シールがはられている場合があります。必ずはがしてお使いください。はられたままにしておくと、汚れ、汗、ゴミ、水分などが付着してさび発生の原因となります。

## ■ 特長

この時計は、「光」エネルギーによって動きます。

- 文字板の下にあるソーラーセルが受けた光を「電気エネルギー」に換え、二次電源を充電して時計を動かします。
- 一般のクォーツウォッチとは違い、定期的な電池交換は必要ありません。
- 機種により、充電所要時間が異なります。機種は裏蓋の表記でご確認いただけます。



- 一部機種に、下記機能が搭載されています。

→※「■機種別充電時間のめやす／精度について」をご参照ください。

### 「エネルギー切れ予告機能」

- ・充電量がある程度まで減少すると、「2秒運針」して充電の必要なことを知らせます。
- ・「2秒運針」になって、それ以後充電しないと約3日以内に止まる可能性がありますので、充電する必要があります。

### 「即スタート機能」

- ・止まっている時計に光を当てるとすぐに動き始めます。

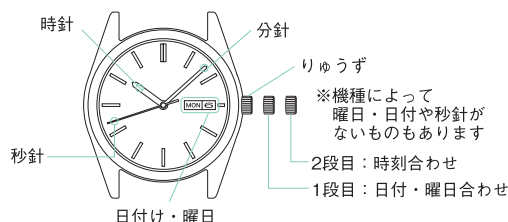
- 時・分・秒のほか、24時・日付け、曜日も針で示します。(V14J・VS3Jのみ)

※24時針は時計に連動して動きます。単独には修正できません。

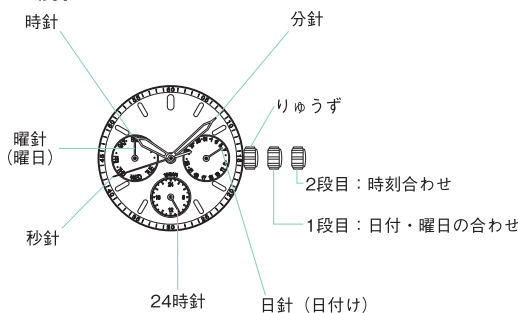
※曜日を示す曜日針には、修正機構がありませんので、時刻合わせの際、時・分針を回して合わせる必要があります。

→「■ご使用方法」をご参照ください。

## ■ 各部の名称

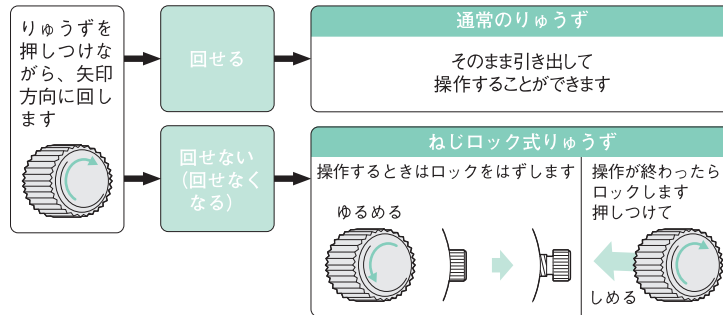


### ●V14J・VS3Jの場合



## ■ りゅうずについて

りゅうずには、通常のものでロックできる構造のもの、2つのタイプがあります。  
お使いの時計のりゅうずをご確認ください。

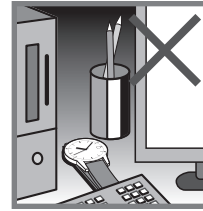
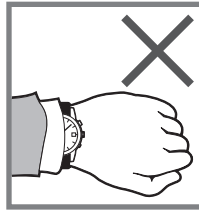
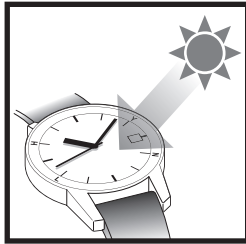


※ねじロック式りゅうずは、ロックすることで、誤動作の防止と防水性の向上をはかることができます。  
※ねじロック式りゅうずは、ねじを無理にしめるとねじ部をこわすおそれがありますので、ご注意ください。

## ■ 充電について

### ● 充電のしかた

文字板に光をあてて充電してください。



快適にご使用いただくために、  
十分な充電をすることを心がけましょう。

以下の状況では充電不足によりエネルギーが切れ、  
時計が止まる可能性が高くなります。

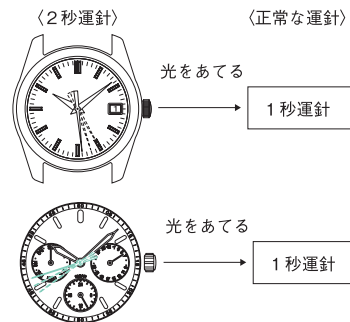
- ・時計が衣類の袖の中に隠れている
- ・光のあたりにくい環境での使用や保管が続く

※ 充電の際は、時計が高温にならないようにご注意ください。(作動温度範囲は右表を参照してください)  
※ 使いはじめ、または充電不足で停止していた時計を駆動させるときは、右表をめやすに十分な充電を行ってください。

## ■ 携帯中に2秒運針になった時 (エネルギー切れ予告機能付のモデル)

- ・時計が止まっている場合や、秒針が2秒おきに動くようになった場合 (秒針つき時計) は光をあてて充電してください。  
(秒針が2秒おきに動くのはエネルギーが切れる合図です)
- ・機種により充電所要時間が異なります。機種は裏ぶたでご確認いただけます。
- ・安定して運針するために「■ 充電所要時間のめやす」を参照して、充電時間Bまでの充電をお勧めします。

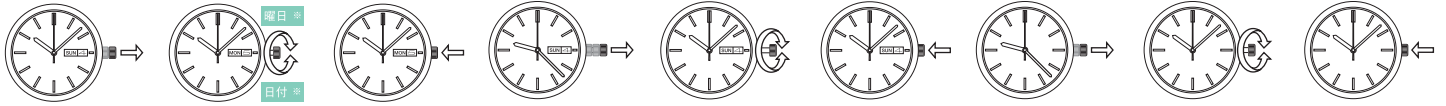
※ 50℃以上の高温にならないようにしてください。



## ■ ご使用方法

### ●日付（曜日）の合わせかた

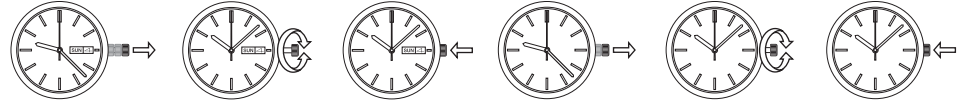
日付つき時計／日付・曜日つき時計の場合  
(午後9時～午前4時の間には行わないでください)



- ① りゅうずを1段引き出します。
- ② りゅうずを回して日付（曜日）を合わせます。  
曜日は日本語・英語お好みの方に合わせてください。
- ③ りゅうずを押し込みます。

### ●時刻の合わせかた

### ●時刻の合わせかた 2針・3針時計の場合



- ① 秒針が12時の位置で、りゅうずを2段目まで引き出します。
- ② りゅうずを回して時刻を合わせます。正確に合わせるために分針を正しい時刻より4～5分進めてから逆に戻して合わせてください。  
※午前午後を間違えないように合わせてください。  
日付は24時間に1回変わるようになっています。
- ③ 時報と同時にりゅうずを押し込みます。

- ① りゅうずを引き出します。  
3針時計の場合は秒針が12時の位置で引き出します。
- ② りゅうずを回して時刻を合わせます。正確に合わせるために分針を正しい時刻より4～5分進めてから逆に戻して合わせてください。
- ③ りゅうずを押し込みます。  
3針時計の場合は時報と同時にりゅうずを押し込みます。

### ●日付の修正が必要な場合

日付は31日周期で切り替わります。  
1か月が31日に満たない月の翌月は日付を修正してください。

### ●注意

- ・日付の修正をしてはいけない時間帯  
日付つきモデルの場合 午後9時～午前1時  
日付・曜日つきモデルの場合 午後9時～午前4時  
(日付（曜日）が変わらないことがあります。)
- ・日中に日付が切り替わる場合  
午前と午後が合っています。時刻を12時間進めてください。  
(→ ●時刻の合わせかた)

※ねじロック式りゅうずのモデルは、必ずりゅうずを元通りに締めてください。

→ ■りゅうずについて

※時刻合わせは電話の時報サービス [tel117] が便利です。

### (V14J・VS3Jの場合のご使用方法)

### ●曜日の合わせかたと時刻の合わせかた

曜日を示す曜針には修正機構がありませんので、時刻合わせの際、時・分針を回して曜日を合わせることはできません。



- ① 秒針が12時位置（0秒）に来たときにりゅうずを2段目まで引き出します。時計が止まります。
- ② りゅうずを右に回し、時・分針を進めていき、午前0時を通過すると、曜針が動き始めます。曜針が次の曜日を指し示すまでさらに時・分針を進めてください。曜針をさらに送る必要がある場合は、逆に時・分針を4～5時間分戻してから、再び進み方向に時・分針を回すと、曜針を早く進めることができます。これを繰り返し、曜日を合わせてください。  
※りゅうずの回転は静かに行なってください。
- ③ 曜日を合わせたら、時刻合わせをします。
- ④ 合わせた時刻の時報を待ち、時報と同時にりゅうずを押し込んでください。

### ●日付の合わせかた

時刻合わせ後、日付けを合わせ直すとき、  
前月が小の月（1ヵ月の日数が30日の月と2月）で月初の日付けの修正のときに行ないます。

※日針の動きを確認するように静かにりゅうずを回してください。  
※時計の針が、午後9時～午前4時にあるときは、日付けの合わせをしないでください。  
合わせができなかったり、合わせても次の日に日付けが変わらないことがあります。

※午前午後を間違えないように、合わせてください。(日付け・曜日は24時間に1度変わるようになっています)

※正確に合わせるためには、分針を正しい時刻より4～5分進めてから逆に戻して合わせてください。

※時刻合わせには、電話の時報サービス TEL117 が便利です。

## ■ 機種別充電時間のめやす／精度について

- ・機種により充電所要時間が異なります。機種は裏ふたでご確認いただけます。
- ・安定して運針するために充電時間Bまでの充電をお勧めします。

環境 (lx: ルクス)	AS01/AS32/AS82			V110			V111/V117			V114/V115/V116			V131/V137/V138			V14J			V14S			V147/V157/V158		
	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)
一般オフィス蛍光灯 (700)	100	35	-	50	16	140	180	60	-	180	60	-	110	16	-	50	11	175	50	11	175	110	25	-
30w20cm・蛍光灯 (3000)	25	4	60	11	3.5	30	35	10	180	35	10	180	30	4	90	10	2	40	10	2	40	30	6	120
曇天 太陽光 (10000)	8	1.5	20	3	0.9	8	12	4	60	12	4	60	8	1.2	30	3	0.5	10	3	0.5	10	10	2	35
快晴 太陽光 (100000)	2	0.2	5	1	0.3	2	2	0.5	10	2	0.5	10	1	0.1	10	1	0.1	3	1	0.1	3	2	0.4	9
即スタート機能	-			-			-			-			-			○			○			○		
エネルギー切れ予告機能	○			-			○			-			○			○			○			○		
フル充電からの駆動持続時間	約4ヶ月			約5ヶ月			約6ヶ月			約12ヶ月			約6ヶ月			約6ヶ月			約6ヶ月			約10ヶ月		
精度 (平均月差)	±20秒						±15秒						±20秒						±15秒					
作動温度範囲	-5℃ ~ +50℃						-10℃ ~ +60℃						-5℃ ~ +50℃						-10℃ ~ +60℃					

環境 (lx: ルクス)	V181/V182			V187			VS15			VS17			VS22			VS3J			VS37			VS42/VS43		
	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)	A (分)	B (時)	C (時)
一般オフィス蛍光灯 (700)	75	6	82	95	8	100	180	60	-	180	60	-	110	16	-	50	11	175	110	25	-	110	25	-
30w20cm・蛍光灯 (3000)	18	1.3	20	23	1.6	25	35	10	180	35	10	180	30	4	90	10	2	40	30	6	120	30	6	120
曇天 太陽光 (10000)	5	0.3	5	6	0.4	7	12	4	60	12	4	60	8	1.2	30	3	0.5	10	10	2	35	10	2	35
快晴 太陽光 (100000)	2	0.1	2.1	3	0.1	3	2	0.5	10	2	0.5	10	1	0.1	10	1	0.1	3	2	0.4	9	2	0.4	9
即スタート機能	○			○			-			-			-			○			○			○		
エネルギー切れ予告機能*	○			○			-			○			○			○			○			○		
フル充電からの駆動持続時間	約2ヶ月			約2ヶ月			約6ヶ月						約6ヶ月											
精度 (平均月差)	±20秒			±15秒			±20秒						±20秒											
作動温度範囲	-5℃ ~ +50℃			-10℃ ~ +60℃			-5℃ ~ +50℃						-5℃ ~ +50℃											

A:1日分を補充するために必要な時間 B:時計が止まっている場合に、安定した運針※になるまでに必要な時間 ※秒針つきの時計の場合:1秒運針になるまで C:フル充電までに必要な時間  
 ※充電に必要な時間はモデルによって若干異なります。 ※精度は常温 [5 ~ 35℃] において腕につけた場合のものです。

## ■ 製品仕様

1. 水晶振動数…………… 32,768Hz (Hz = 1秒間の振動数)
2. 精度…………… 「機種別充電時間のめやす／精度について」をご参照ください。
3. 作動温度範囲…………… 「機種別充電時間のめやす／精度について」をご参照ください。
4. 駆動方式…………… ステップモーター式
5. 使用電源…………… 二次電池 1個
6. 駆動持続時間…………… 「機種別充電時間のめやす／精度について」をご参照ください。
7. 電子回路…………… 発振・分周・駆動・充電制御回路 (C-MOS-IC)  
: 1個

※仕様は改良のため予告なく変更することがあります。


フル充電までの所要時間を超えて充電しても、時計が破損することはありません。  
 過充電を防止するはたらきがあります。

## ■ 使用上の注意とお手入れについて

### ⚠ 警告



- ・ 次のような場合、ご使用を中止してください。
  - 時計本体やバンドが腐食などにより鋭利になった場合
  - バンドのピンが飛び出してきた場合
 ※ すぐに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご連絡ください。
- ・ 乳幼児の手の届くところに、時計本体や部品を置かないでください。部品や電池を乳幼児が飲み込んでしまうおそれがあります。万が一飲み込んだ場合は、身体に害があるため、ただちに医師にご相談ください。
- ・ 時計から二次電池を取り出さないでください
  - ※ 二次電池について → 電池について
 二次電池の交換には専門知識・技能が必要です。お買い上げ店にご依頼ください。一般の酸化銀電池が組み込まれると、破裂・発熱・発火などのおそれがあります。
- ・ この時計はスキューバダイビングや飽和潜水には絶対に使用しないでください。スキューバダイビングや飽和潜水用の時計に必要なとされる過酷な環境を想定した様々な厳しい検査を行っていません。専用のダイバーズウォッチをご使用ください。

### ⚠ 注意

- ・ 以下の場所での携帯・保管は避けてください。
  - 揮発性の薬品が発散しているところ（除光液などの化粧品、防虫剤、シンナーなど）
  - 5℃～35℃から外れる温度に長期間なるところ
  - 高湿度なところ
  - 磁気や静電気の影響があるところ
  - ホコリの多いところ
  - 強い振動のあるところ
- ・ アレルギーやかぶれを起こした場合はただちに時計の使用をやめ、皮膚科など専門医にご相談ください。
- ・ 直接蛇口から水をかけることは避けてください。水道水は非常に水圧が高く、日常生活用強化防水の時計でも防水不良になるおそれがあります。
 
- ・ 水分のついたまま、りゅうずやボタンを操作しないでください。時計内部に水分が入ることがあります。
  - ※ 万が一、ガラス内面にくもりや水滴が発生し、長時間消えない場合は防水不良です。お早めに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご相談ください。
- ・ 水や汗、汚れが付着したままにしておくのは避けてください。防水時計でもガラスの接着面・パッキンの劣化やステンレスがさびることにより、防水不良になるおそれがあります。
- ・ 入浴やサウナの際はご使用を避けてください。蒸気や石けん、温泉の成分などが防水性能の劣化を早めることがあります。
- ・ その他のご注意
  - 商品の分解・改造はしないでください。
  - 乳幼児に時計が触れないようにご注意ください。ケガやアレルギーをひき起こすおそれがあります。
  - 使用済み電池の処理は自治体の指示に従ってください。
  - 上げ時計やペンダント時計の場合、ひもやチェーンの取り扱いにご注意ください。衣類や手、首などを傷つけたり、首を締めたりするおそれがあります。

### ● 耐磁性能について（磁気の影響）

- ・ この時計は、身近にある磁気の影響を受け、時刻が狂ったり止まったりします。

裏ぶた表示	お取扱方法
耐磁性能表示なし	磁気性品より10 cm以上遠ざける必要があります。
	磁気性品より5 cm以上遠ざける必要があります。 (JIS 1種)
	磁気性品より1 cm以上遠ざける必要があります。 (JIS 2種)

※ 磁気により時刻が狂っても、遠ざければ正常に動きます。時刻を合わせ直してお使いください。

磁気を帯びたことが原因で、携帯使用時の精度めやす範囲を超えている場合、磁気の除去および精度の再調整作業は、保証期間にかかわらず有料とさせていただきます。

この時計が磁気の影響を受ける理由

内蔵されているモーターは磁石を使用しており、外からの強い磁気の影響を受けます。

### 時計に影響を及ぼす身の周りの磁気製品例



### ●お手入れについて

日ごろからこまめにお手入れしてください。


- ・りゅうずを引き出して洗わないでください。
- ・水分や汗、汚れはこまめに柔らかい布でふき取るように心がけてください。
- ・海水につけた後は、必ず真水でよく洗ってからふき取ってください。その際、直接蛇口から水をかけることは避け、容器に水をためるなどしてから洗ってください。※非防水・日常生活防水の場合はおやめください。

りゅうずは時々回してください。

- ・りゅうずのさびつきを防止するために、時々りゅうずを回してください。
- ねじロック式りゅうずの場合も同様です。

### ●防水性能について

お買い上げいただいた時計の防水性能を裏ぶたでご確認の上ご使用ください。

裏ぶた表示	防水性能	お取扱方法
防水性能表示なし	非防水です。	水滴がかかったり、汗を多くかく場合には、使用しないで下さい。
WATER RESISTANT	日常生活用防水です。	日常生活での「水がかかる」程度の環境であれば使用できます。  警告 水泳には使用しないで下さい。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用強化防水で5気圧防水です。	水泳などのスポーツに使用できます。
WATER RESISTANT 10(20)BAR	日常生活用強化防水で10(20)気圧防水です。	空気ポンベを使用しないスキndaイビングに使用できます。

### ●バンドについて

バンドは直接肌に触れ、汗やほこりで汚れます。そのため、お手入れが悪いとバンドが早く傷んだり、肌のかぶれ・そで口の汚れなどの原因になります。

長くお使いになるためには、こまめなお手入れが必要です。

#### 金属バンド

- ・ステンレスバンドも水や汗・汚れをそのままにしておくと、さびやすくなります。
- ・手入れが悪いと、かぶれやワイシャツのそで口が黄色や金色に汚れる原因になります。
- ・水や汗・汚れは、早めに柔らかい布でふき取ってください。
- ・バンドのすき間の汚れは、水で洗い、柔らかい歯ブラシなどで取り除いてください。(時計本体は水にぬれないように、台所用ラップなどで保護しておきましょう。)残った水分は柔らかい布でふき取ってください。
- ・チタンバンドでも、ピン類には強度に優れたステンレスが使用されているものがあり、ステンレスからさびが発生することがあります。
- ・さびが進行すると、ピンの飛び出しや抜けが発生し、時計を脱落させてしまうことがあります。また、逆に中留が外れなくなることがあります。
- ・万が一、ピンが飛び出している場合は、怪我をするおそれがありますので、ただちに使用をやめて修理をご依頼ください。

#### 皮革バンド

- ・水や汗、直射日光に弱く、色落ちや劣化の原因になります。
- ・水がかかったときや汗をかいた後は、すぐに乾いた布などで、吸い取るように軽くふいてください。
- ・直接日光にあたる場所には放置しないでください。
- ・色の薄いバンドは、汚れが目立ちやすいので、ご使用の際はご注意ください。
- ・時計本体が日常生活用強化防水10(20)気圧防水になっているものでも、アクアフリーバンド以外の皮革バンドは、水泳・水仕事などでのご使用はお控えください。

#### ポリウレタンバンド

- ・光で色があせたり、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。
- ・特に半透明や白色・淡い色のバンドは、他の色を吸着しやすく、また変色をおこします。
- ・汚れたら水で洗い、乾いた布でよくふき取ってください。(時計本体は水にぬれないように、台所用ラップなどで保護しておきましょう。)
- ・弾力がなくなったら取り換えてください。そのまま使い続けるとひび割れが生じバンドが切れやすくなります。

#### かぶれやアレルギーについて

- ・バンドによるかぶれは、金属や皮革が原因となるアレルギー反応や、汚れ、もしくはバンドとのすれなどの不快感が原因となる場合など、いろいろな発生原因があります。

#### バンドサイズのめやすについて

- バンドは多少余裕をもたせ、通気性をよくしてご使用ください。
- 時計をつけた状態で、指一本入る程度が適当です。

## ■ ルミブライトについて

### お買い上げの時計がルミブライトつきの場合

ルミブライトは、太陽光や照明のあかりを短時間（約10分間：500ルクス以上）で吸収して蓄え、暗い中で長時間（約3時間～5時間）発光します。光が当たらなくなってから輝度（明るさ）は、時間の経過とともに弱まります。

なお、光を蓄える際の光の強さや光の吸収度合いとルミブライトの面積によって、発光する時間や見え方に差が生じます。

※一般的には明るい所から暗い所へ入った場合、人の目はすぐには順応しません。初めはものが見にくいですが、時間の経過と共に見やすくなってきます。（目の暗順応）

※ルミブライトは、放射能などの有害物質をまったく含んでいない環境・人に安全な蓄光（蓄えた光を放出する）塗料です。

環 境		明るさ（照度）のめやす
太陽光	晴れ	100,000 ルクス
	くもり	10,000 ルクス
屋内（昼間窓際）	晴れ	3,000 ルクス以上
	くもり	1,000～3,000 ルクス
	雨	1,000 ルクス以下
照明 （白色蛍光灯 40W の下で）	1m	1,000 ルクス
	3m	500 ルクス（通常室内レベル）
	4m	250 ルクス

## ■ 電池について

この時計には、一般の酸化銀電池とは異なる専用の二次電池を使用しています。

二次電池とは、乾電池やボタン電池のような使い捨ての電池とは異なり、充電と放電をしながら繰り返し使用可能な電池です。

長期的な使用効率により、容量や充電効率が少しずつ低下する場合があります。

また、長期間使用すると、機械部品の磨耗や汚れ、潤滑油の劣化等によって持続時間が短くなる場合があります。性能が低下し始めたら修理にお出してください。

### ⚠ 警告

二次電池交換時のご注意

- ・二次電池は取り出さないでください。
- ・二次電池の交換には専門知識・技能が必要です。時計販売店にご依頼ください。
- ・一般の酸化銀電池が組み込まれると、破裂、発熱、発火などのおそれがあります。

※過充電防止機能

フル充電までの所要時間を超えて充電しても、時計が破損することはありません。

二次電池がフル充電になると、それ以上充電されないように、自動的に過充電防止機能がはたらきます。

※フル充電までの所要時間については「機種別充電時間のめやす」を参照してください。

### ⚠ 警告

充電時のご注意

- ・充電の際、撮影用ライト、スポットライト、白熱ライト（球）などに、近づけ過ぎると、時計が高温になり内部の部品等が損傷を受けるおそれがありますのでおやめください。
- ・太陽光にて充電する際も、車のダッシュボード等では、かなりの高温となり故障の原因となる場合がありますので、おやめください。
- ・時計が50℃以上にならないようにしてください。

## ■ アフターサービスについて

### ●保証と修理について

- ・修理の際は、お買い上げ店、または弊社お客様相談窓口にご依頼ください。
- ・保証期間内に不具合が生じた場合は、必ず保証書を添えてお買い上げ店へお持ちください。
- ・保証内容は保証書に記載したとおりです。  
保証書をよくお読みいただき、大切に保管してください。
- ・保証期間終了後については、修理によって機能が維持できる場合には、ご要望により有料修理させていただきます。

### ●補修用性能部品について

- ・この時計の補修用性能部品の保有期間は、通常7年を基準としています。補修用性能部品とは、時計の機能を維持するために必要な修理用部品です。
- ・修理の際、外観の異なる代替部品を使用させていただくことがあります。また、ケースやバンドの一式交換や、修理が困難な場合は同等品との交換になる場合もありますので、あらかじめご了承ください。