

V198

BSCV198-1512

SEIKO WATCH CORPORATION

SEIKO

使用说明书

使用説明書

太阳能  
太陽能

D-10

我们真诚地感谢您购买我公司的产品。  
为了保证您正确地使用本产品，  
请在使用前认真阅读说明书。

并妥善保管好说明书，以便在需要的时候随时取阅。

- ※ 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的话，可以与弊公司的客户服务中心取得联系。如果在非购买商店调整的话，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的话，则会因沾上污渍、汗水、尘埃、水分等而导致表壳、表带锈蚀。

# 目次

<b>1. 关于本产品</b>	<b>4. 闹钟的使用方法</b>
用本产品时的注意事项 ..... 4	闹钟的使用方法 ..... 27
特长 ..... 8	闹钟时间的设置方法 ..... 28
各部分的名称和主要功能 ..... 9	需要停止闹铃声的时候 ..... 29
关于表把 ..... 10	需要解除闹钟时间设置的时候 ..... 29
显示的转换方式 ..... 11	关于试听闹铃声 ..... 29
<b>2. 时间和日期的调整方法</b>	<b>5. 关于太阳能电池充电功能</b>
时间和日历的调整方法 ..... 12	关于充电 ..... 30
<b>3. 秒表的使用方法</b>	充电方法 ..... 30
关于秒表功能 ..... 18	充电所需要的大致时间 ..... 31
秒表功能部分的名称和作用 ..... 18	关于电池能量 ..... 32
在使用秒表前的确认事项 ..... 19	
秒表的使用方法 ..... 21	
视距仪的使用方法 ..... 25	

<b>6. 使用腕表时注意事项</b>	<b>7. 排难解疑</b>
关于功能和型式 ..... 33	秒表秒针、秒表时针和分针以及 模式针的基准位置的调整方法 ..... 51
关于防水功能 ..... 34	出现问题的时候怎么办 ..... 56
关于抗磁功能（磁场的影响） ..... 36	万一出现充电后腕表仍然不走动 或者出现异常走针的时候 ..... 60
关于日常保养 ..... 38	系统复原 ..... 60
关于表带 ..... 39	<b>8. 产品技术规格</b>
皮革表带用三折叠式表带扣的使用方法 ..... 41	产品技术规格 ..... 62
关于 LUMIBRITE ..... 46	
关于使用电源 ..... 47	
关于售后服务 ..... 49	

## 使用本产品时的注意事项

### 警告

该标志表示如果使用操作不当的话，可能会导致受伤等严重的后果。

- 如果出现以下情况的话，应该停止使用。
  - 如果腕表表壳或表带因腐蚀等变得尖锐的话
  - 如果表带的销子或表栓有松动或变形的现象出现
  - ※ 应立即与购买商店或公司的客户服务中心取得联系。
- 不要把腕表和零部件放在婴幼儿用手能触摸到的地方。  
可能会导致婴幼儿误吞食零部件。  
万一出现误吞食情况时，会对身体有害，应立即找医生咨询。
- 勿将充电电池从腕表上拆卸下来  
※ 关于充电电池 → 关于使用电源 P.47  
由于更换充电电池需要专业知识和技术，所以电池更换应委托购买本产品的商店。  
如果装入一般的氧化银电池，可能会导致电池破裂、发热、起火等，造成手表损坏。

### 注意事项

该标志表示如果使用操作不正确的话，可能会导致负轻伤或蒙受物质方面损失。

- 应该避免在以下场所携带或保管本腕表
  - 有挥发性药品散发的地方（洗甲水等化妆品、杀虫剂、稀释剂等）
  - 温度长期处于超出 5℃~ 35℃ 范围之外的地方
  - 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、斑疹的话  
应立即停止腕表的使用，并到皮肤科等专科医生之处就诊。
- 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，则有可能导致手或手指受伤，也有可能导致零部件遗失。
  - 不要对商品做拆卸或改造
  - 注意不要让婴幼儿接触腕表。  
有可能导致受伤或过敏。
  - 关于使用完后的电池的处理，应遵守各地方行政部门的相关规定。
  - 在使用怀表和胸饰表的话，请注意绳带和表链的使用方法。  
使用不当则有可能损坏衣服或弄伤手和颈部或者勒脖子。

## 警告



本腕表在浅海潜水以及深海潜水的时候绝对不能使用。

配戴呼吸器进行的浅水潜水以及深海潜水用的腕表需要经过适应严酷环境的各种严格检查，而本腕表并没有做过这类检查。在做这类潜水时，应使用专用的潜水腕表。

## 注意事项



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防水功能及加强型防水功能的腕表，如果直接用水龙头对着腕表浇水也有可能就会导致防水问题的出现。

## 注意事项



在手上沾有水分的时候，不要操作腕表的表把或按钮

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或水滴，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公司的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

即使是防水表也会因玻璃黏和面或垫圈老化以及不锈钢生锈而导致防水出现问题。



在入浴或洗桑拿浴的时候，不要使用腕表

蒸气、肥皂以及温泉的成分等有可能会加速防水功能的老化。

## 特 长

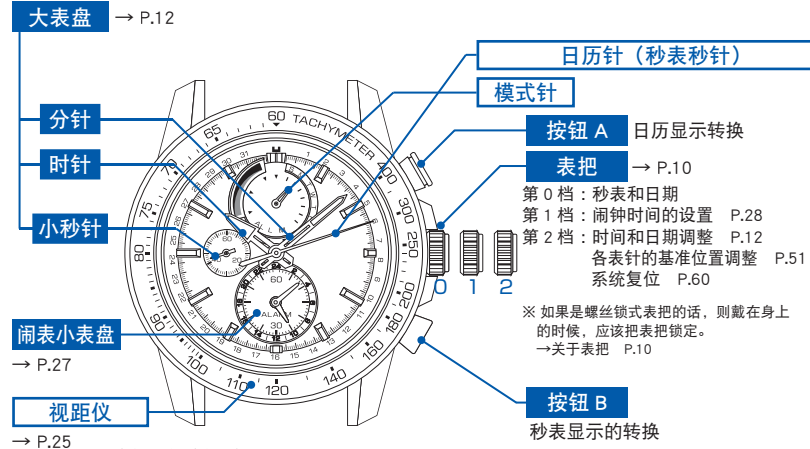
本腕表为装载有万年历功能的太阳能闹钟计时码表。

- 装载有正规的秒表功能，中心表针可以计测 1 / 5 秒单位的时间。
- 通过太阳能电池板把所照射的光线转换为“电能”来驱动腕表工作。

※ 所谓计时码表，是指带有秒表功能的腕表。

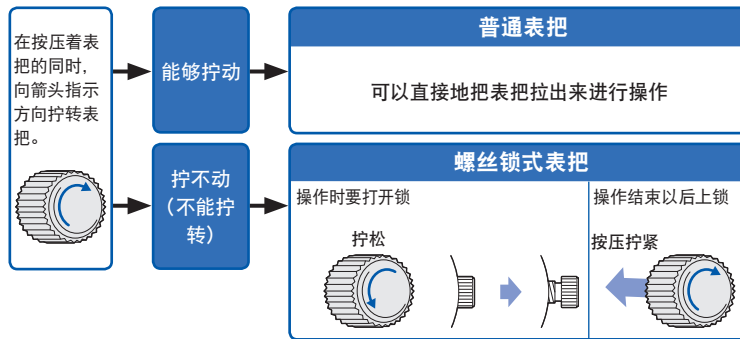
- 秒表功能 ..... 可以按照 1 / 5 秒为单位来计测。计测时间长为 24 小时。计测时间过 24 小时后，自动停止。  
→ P.18
- 闹钟功能 ..... 只在所设定时间鸣响一次的单次闹钟。以 1 分钟为单位，可设定未来 23 小时 59 分钟以内的时间。  
→ P.27
- 关于太阳能电池充电功能 ..... 通过表盘下面的太阳能电池，把光线转换为电能，给电池充电。当电池充满电后，可以持续工作约 6 个月时间。  
→ P.30
- 万年历功能 ..... 日历自动调整可至 2100 年 2 月 28 日，无需做日历调整。

## 各部分的名称和主要功能



## 关于表把

表把有两种类型，一种是普通表把，另一种是可锁式结构的表把。您应该确认一下您所使用的腕表的表把类型。



※ 螺丝固定锁式表把。通过锁定表把可以防止腕表的错误动作和提高防水性能。  
※ 螺丝固定锁式表把，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。

## 显示的转换方式

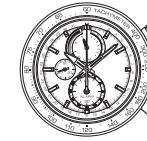
< 日历显示 (日期和星期) >



按钮 B  
按压然后松开  
按钮 B  
按压然后松开

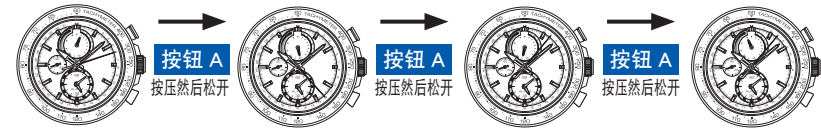
※ 如果转换为日历显示的话，则一定会变为“日期和星期显示”

< 秒表显示 >



※ 在秒表处于工作时无法转换。不要把秒表复位后再转换为“日历显示”

< 在日历显示状态下的显示选择 >



< 日期和星期显示 >

< 月份显示 >

< 闰年显示 >

< 日期和充电量显示 >

按钮 A  
按压然后松开

## 时间和日历的调整方法

## ■ 日历的调整方法

## ① 确认腕表处于正常走动状态

确认小秒针处于 1 秒 1 格走针状态。

如果处于 2 秒 1 格走针或者秒针停止走针的状态的话，则应该将表盘置于光线照射下给电池充电。→关于充电 P.30

## ② 确认日历针和闹钟小表盘的基准位置是否正确

按压按钮 B，把腕表显示转换为“秒表显示”模式。（“显示的转换方法”→P.11）

日历针变为秒表针显示为 0 秒，同时闹钟小表盘变为秒表的时针和分针，显示 0 小时 0 分。



按钮 B  
按压然后松开

※ 如果没有显示出正确的位置的话，则是基准位置出现了偏差，需要进行“各表针的基准位置调整”。“各表针的基准位置调整”→P.51

## ③ 确认模式表针的基准位置是否正确

将表把拉出 1 档

※ 手表继续走针

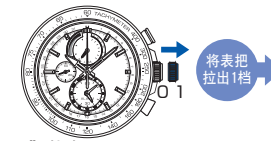
※ 如果是螺丝锁式表把的话，则需要打开螺丝锁。  
→关于表把 P.10

如果将表把拉出至第 1 档的话，则进入“闹钟时间设置”状态。

这时候，模式出针显示“AL”位置。

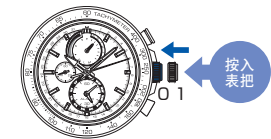
※ 如果秒表处于使用状态的话，则会被复位。

※ 如果没有显示出正确的位置的话，则是基准位置出现了偏差，需要进行“各表针的基准位置调整”。“各表针的基准位置调整”→P.51



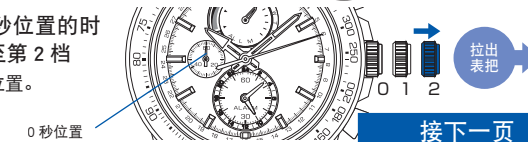
## ④ 按入表把

返回到“日历显示”的“日期和星期显示”



## ⑤ 当小秒针处于 0 秒位置的时候，将表把拉出至第 2 档

小秒针停止在 0 秒位置。

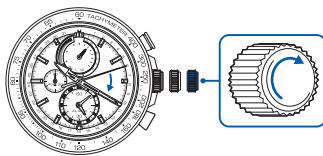


接下一页

**⑥ 拧转表把，调整时针分针的时间**

表针没有上午和下午的区别  
调整时最好把时间调至快几分钟的时间。(因为之后需要进行⑦~⑫的操作。)

※ 为了保证调整时间准确，应该把时间调整至比您所要调整时间快进 4~5 分钟之处，然后再把表针拨回来。

**⑦ 按压按钮 B，按步骤⑥把闹钟小表盘调整至所要调整的时间。**

本腕表的主表盘在这个“闹钟小表盘”上设置。  
按照在这里设置的时间，闹钟鸣响或者日历翻转。  
按照 24 小时制来正确地设置您所需要的时间。  
如果持续按压按钮 B 的话，则快进。

**⑧ 按压按钮然后松开。**

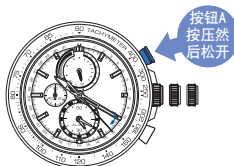
这时候“模式针”旋转 1 周，进入到“调整星期”模式。



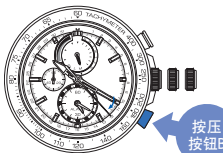
14

**⑫ 按压按钮 A 然后松开。**

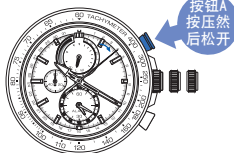
“日历针”旋转，转换为“月份显示”，进入到“调整月份”模式。  
模式针显示“M(月)”。

**⑬ 按压按钮 B，每按压一下调整。**

“月份”的按钮 B，则“月份”向前进一格。  
※ 如果从 12(12月)向前进一格的话，则返回到 1(1月)。

**⑭ 按压按钮 A 后松开。**

“日历针”旋转，转换为“年(闰年)”显示，进入到“调整年(闰年)”模式。  
模式针显示“L(闰年)”。



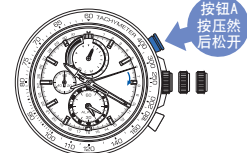
16

**⑨ 按压按钮 B，调整“星期”**

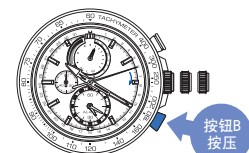
每按压一下按钮 B，则星期向前进一格。  
※ 如果修改 S(星期六)的话，则自动返回到“S(星期日)”

**⑩ 按压按钮 A 然后松开。**

“日历针”旋转 1 周，进入到“调整日期”模式。

**⑪ 按压按钮 B，调整“日期”**

每按压一下按钮 B，则“日期”向前进一格。  
※ 如果修改 31(31日)的话，则自动快进到 1(1日)。



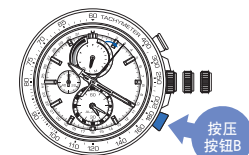
15

**⑮ 按压按钮 B，调整“年(闰年)”**

每按压一下按钮 B，则“年(闰年)”向前进一格。  
※ 如果从 3(闰年后 3 年)向前进一格的话，则返回到 0(闰年)。

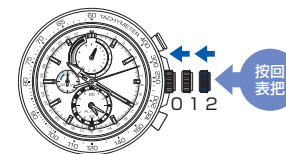
有关“年(闰年)”的设置，可以参考下表来选择年数。

日历针的位置	0	1	2	3
闰年后的年数	(闰年)	1年后	2年后	3年后
公元	2012	2013	2014	2015
	2016	2017	2018	2019
	2020	2021	2022	2023
	.	.	.	.
	2092	2093	2094	2095
	2096	2097	2098	2099

**⑯ 按照报时等信息，按回表把**

操作结束。腕表开始走动。

※ 如果是螺丝锁式表把的话，则应把螺丝锁式表把锁紧。 → P.10



17

## 关于秒表功能

可以按照 1 / 5 秒为单位，最大计测时长为 24 小时。计测时间过 24 小时后，表针停止在 0 小时 0 分钟 0 秒位置上，计测复位。

### ■ 秒表功能部分的名称和作用

把腕表转换为“秒表显示”。“显示的转换方法”→ P.11

3

秒表的使用方法



※ 视距仪的显示位置，有可能会因机型（设计）不同而有所差异。  
 ※ 有些机型没有视距仪。

18

## ■ 在使用秒表前的确认事项

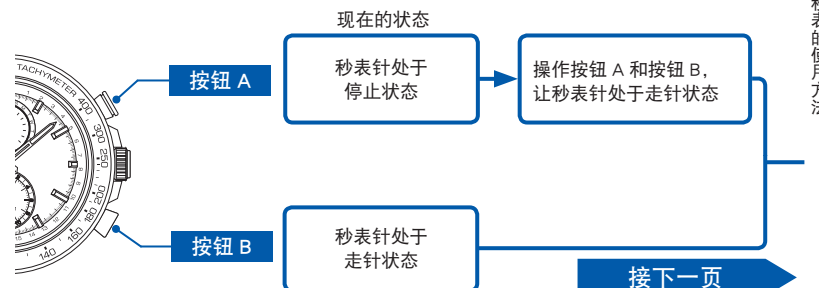
在使用秒表之前，应该复位，并确认秒表针（秒针、时针和分针）是否停止在“0 小时 0 分钟 0 秒”的位置上。

有关秒表复位的方法，可以参照下图。

※ 如果秒针处于 2 秒 1 格走针状态的话，则即使操作秒表，秒表功能也不会启动。→关于电池能量 P.32

### · 复位的方法

※ 秒表可以在表把处于第 0 档状态下操作。



3

秒表的使用方法

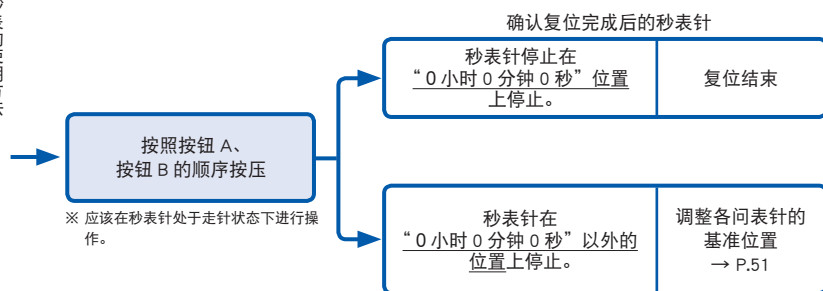
19

当复位操作后秒表针仍然没有停止在“0 小时 0 分钟 0 秒”位置上的时候，需要调整基准位置。

→ 调整各表针的基准位置 P.51

3

秒表的使用方法



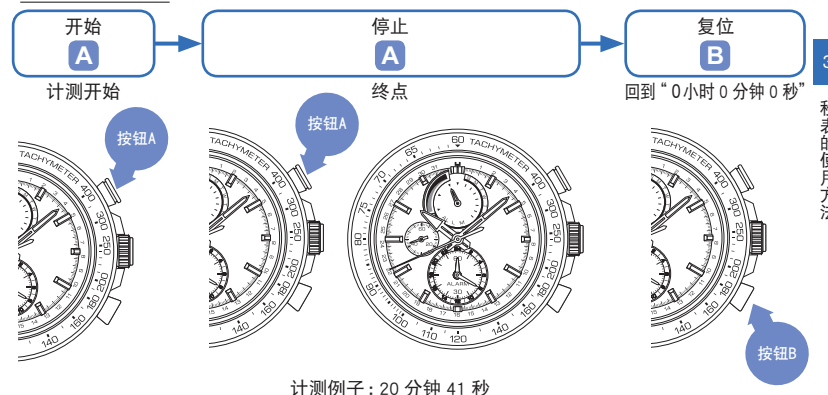
※ 应该在秒表针处于走针状态下进行操作。

20

## 秒表的使用方法

※ 如果秒针正按 2 秒 1 格走针的话，即使操作秒表也不会工作。→关于能量 P.32

· 通常的计测例子：跑 5000 米



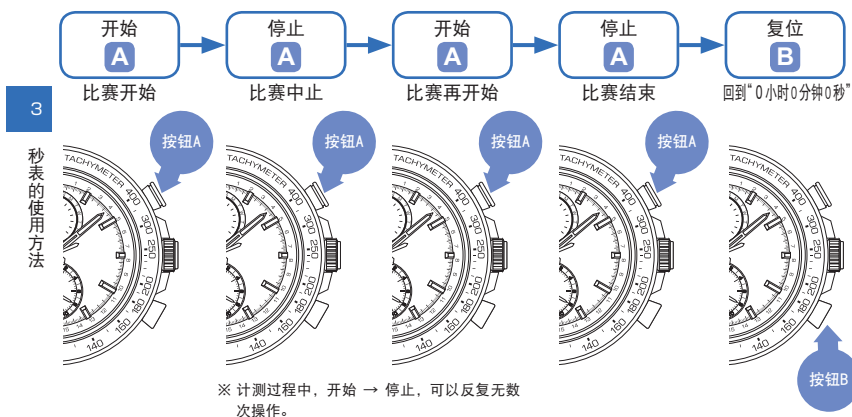
计测例子：20 分钟 41 秒

3

秒表的使用方法

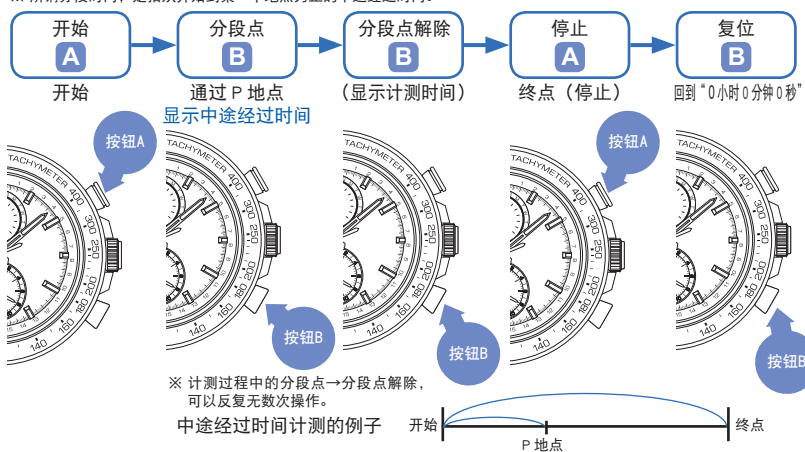
21

· 累计进行计测的时候 例子：计测足球比赛的时间

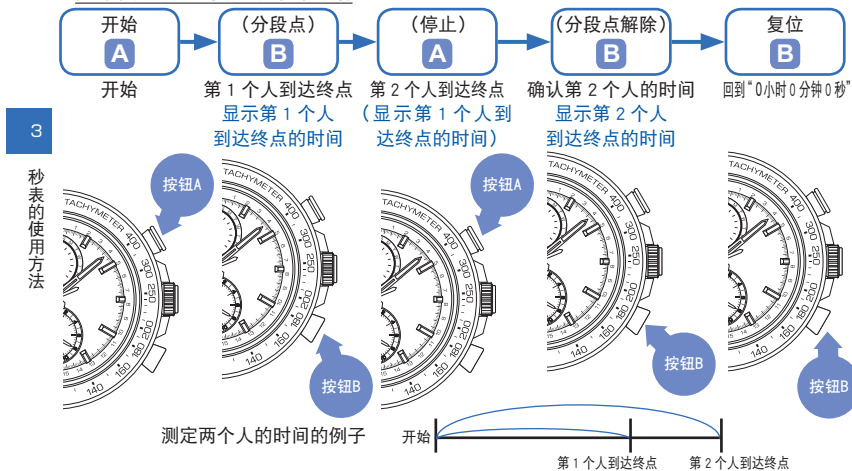


· 分段时间（中途经过时间）的计测 例子：5000m 赛跑

※ 所谓分段时间，是指从开始到某一个地点为止的中途经过时间。



· 如果要测定两个人的时间的话



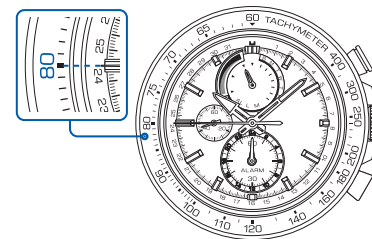
## 视距仪的使用方法

通过读取视距仪的数字，可以简单知道时速和单位时间的产量等计算数字。

· 时速的计测

- ① 计测跑 1km 所需要的时间（1 分钟以内）
- ② 读取秒表 1 / 5 秒针所指向的视距仪数字

例如：跑 1km 花费了 45 秒的情况下 ··· 80km / h

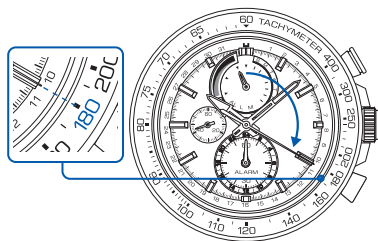


· 平均 1 小时的产量

① 计测生产 1 件产品所需要的时间 (1 分钟以内)

② 读取秒表 1 / 5 秒针所指向的视距仪数字

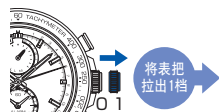
例如：生产 1 件产品花费了 20 秒的情况下 . . . 180 件 / h



### ■ 闹钟时间的设置方法

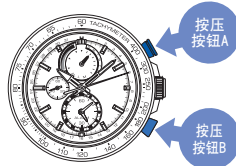
① 表把往外拉出 1 档

※ 腕表继续走针  
※ 如果是螺丝锁式表把的话，则需要打开螺丝锁。  
→ 关于表把 P.10



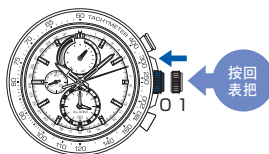
② 按压按钮 A 或者 B 来设置闹钟时间

如果按压按钮 A 的话，则前进；如果按压按钮 B 的话则返回。持续按压按钮 A 或者 B 时为快进。  
※ 如果持续按压按钮，当闹钟设置时间跟内部现在时间一致的时候，则表针停止走动，返回到“无闹钟设置”的状态。



③ 按回表把

※ 如果是螺丝锁式表把的话，则应把螺丝锁式表把锁紧。  
→ P.10



## 闹钟的使用方法

本腕表的闹钟功能为只在所设定时间鸣响一次的单次闹钟。以 1 分钟为单位，可设定未来 23 小时 59 分钟以内的时间。在“日历显示”的时候使用。



※ 如果秒针处于 2 秒 1 格走针状态的话，则闹钟不会鸣响。同时也无法设置闹钟的时间。  
→ 关于电池能量 P.32

### 闹钟小表盘

如果设置了闹钟时间的话：  
显示闹钟时间

如果没有设置闹钟的话：  
显示现在时间（跟大表盘同一时间）

### ■ 需要停止闹钟音的时候

- 如果到了所设定的闹钟时间的话，则闹钟音持续鸣响 20 秒钟。
- 如果需要停止闹钟音的话，可以按压按钮 A 或者 B。

※ 在秒表针处于走动状态的时候，闹钟音会跟平时的闹钟音有所不同，这并不是故障。  
※ 在闹钟音鸣响的时候，如果按压按钮 A 或者 B 的话，则闹钟音会停止鸣响，但是不能操作秒表。需要在闹钟音停止之后才可以操作秒表。

### ■ 需要解除闹钟时间设置的时候

- 在想要解除所设置闹钟时间的时候，可以重新把闹钟时间调整为腕表内部的现在时间。 → P.28

### ■ 关于试听闹钟音

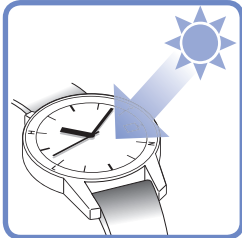
- 在“日历显示”模式下，如果长时间（约 3 秒钟）按压按钮 B 的话，则可以在按压按钮时试听闹钟音。



## 关于充电

### ■ 充电方法

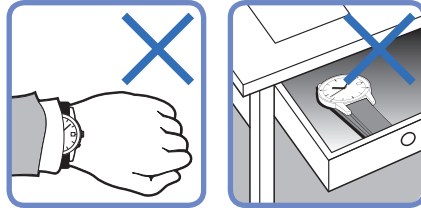
将腕表表盘置于光线照射之下进行充电。



为了保证腕表的使用状态良好，平时应注意充分给电池充电。

※ 充电的时候，注意不要让腕表达到高温状态，应避免长时间放置于强烈阳光照射之下。  
(腕表工作温度范围为-10℃~+60℃)

※ 刚开始使用或者重新驱动因充电不够而停止走动的腕表的时候，应该按照右表所示大致数值对腕表进行充分充电。



在以下状态下，腕表因充电不足导致能量耗尽而停止走动的可能性增大。

- 腕表被遮掩在衣服的袖子里。
- 长时间在光线不易照射到的环境下使用和保管腕表。

### ■ 充电需要的大致时间

充电时，可以参考下述时间作为大致的充电时间。

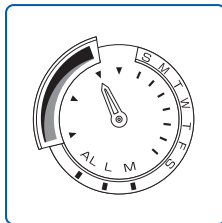
照度 lx (勒克斯)	光源	环境 (大致标准)	从腕表停止 (未充电) 状态开始充电		在表针走动 (已充电) 状态下充电 驱动腕表走针 1天
			到充满电为止	直到实际开始 1秒走针为止	
700	日光灯	一般办公室内	—	60个小时	2.5个小时
3000	日光灯	30W 20cm	110个小时	13个小时	33分
1万	日光灯	30W 5cm	30个小时	3.5个小时	9分
	太阳光	阴天			
10万	太阳光	晴天 (夏季直射阳光下)	5个小时	36分	2分

“直到实际开始1秒走针为止”的数值，是在停止走针的腕表上照射光线后，直到实际开始1秒走针为止所需要充电时间的大致标准。有时候不需要充电这么长时间，腕表就开始1秒走针，但这种情况下，很快就会进入2秒走针的状态。充电的时候，一定参照这个大致的时间标准。

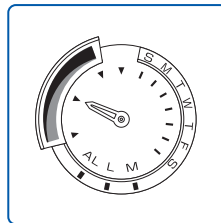
※ 充电所需要的时间，会因型号不同而有若干差异。

## 关于电池能量

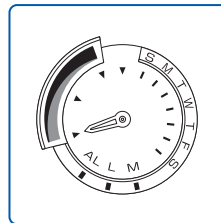
### ■ 电池残量的显示方法



充足 (H) :



中量 (M) :



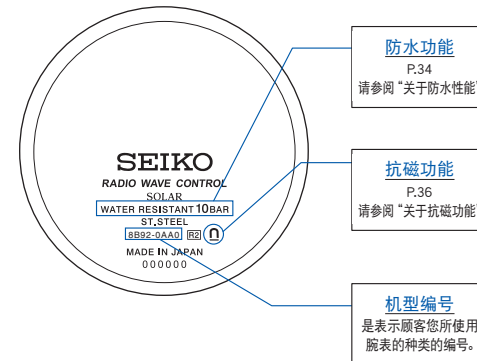
少量 (L) :

秒表复位和日历显示  
闹钟取消和闹钟不鸣响  
2秒1格走针

※ 请注意！刚充电以后，电池残量的显示有时候会显示高出1格。

## 关于功能和机型

也可以通过腕表后盖来确认功能和型式。



※ 上面所示为一个图例，可能会跟您所购买的腕表有所不同。

## 关于防水功能

在使用之前，应确认腕表的防水功能，您所购买的腕表的防水功能如下表所示。

(请参见P.33)

后盖表示	防水性能
没有防水功能显示	非防水型
WATER RESISTANT	是日常生活用防水型。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用加强防水 5 BAR 气压防水型
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	日常生活用强化防水, 10 (20) BAR 气压防水型

34

## 使用方法

不要在水滴多或者出汗多的场合使用腕表。

如果日常生活中“沾一点儿水”环境的话，可以使用。

**警告** 在游泳的时候，不要使用腕表。



可以在游泳等体育活动中使用。

可以在不使用氧气罐轻装潜水时使用。

35

## 关于抗磁功能（磁场的影响）

本腕表有可能会受附近磁气的影响，而造成腕表走时不准确或停止走时。

表后盖显示	处置方法
没有抗磁功能显示	在使用腕表的时候，应该离开磁场产品 10 厘米以上。
	在使用腕表的时候，应该离开磁场产品 5 厘米以上。 (JIS1 种)
	在使用腕表的时候，应该离开磁场产品 1 厘米以上。 (JIS2 种)

如果因腕表带磁的原因而导致腕表配戴使用时的精度超出了大致标准范围的话，则需要进行清除磁性以及精度的重新调整。这些作业即使是在保修期限内，也要收取费用。

本腕表受磁场影响的理由

内藏的电动机使用有磁石，所以会受到来自外部强磁场的的影响。

36

## 我们身边对腕表能造成影响的磁性产品事例



37

## 关于日常保养

### ●平时应该对腕表多加保养

- 请不要拔出表冠进行清洗。
- 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，而是应该把腕表放入盛有清水的容器里然后再清洗腕表。  
※ 如果是“非防水”、“日常生活用防水”腕表的话，不可以用水清洗。  
→ 关于功能和机型 P.33 关于防水功能 P.34

### ●应该时常拧动拧动表冠

- 为了防止表冠生锈，应该时常拧动拧动表冠。
- 螺丝锁式表冠也同样如此。 → 关于表冠 P.10

## 关于表带

表带直接接触肌肤，容易因汗水、尘垢弄脏。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、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。  
(为了避免腕表本体部分被水沾湿，可以用厨房用保鲜膜等保护好腕表本体后再清洗)。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，从而使腕表脱落。也可能相反，致使表带扣解不开。
- 如果万一发生表带销钉突出的话，则有可能导致受伤，应立即停止使用，联系修理。

### ●皮革表带

- 水分、汗水及日光直射，有可能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，所以在使用时需要注意。
- 即使腕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

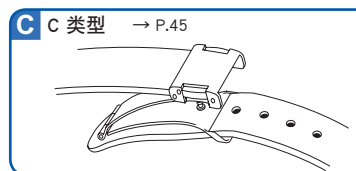
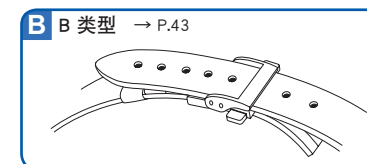
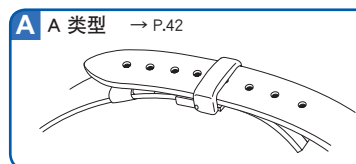
- 聚氨酯表带具有因光线而褪色或者因溶剂、空气中的湿气等而劣化的特性。
- 特别是半透明和白色及浅颜色的表带，容易吸收其他颜色或者引起变色。
- 表带如果脏了的话，应用水清洗，并用干燥的布擦干水分。  
(为了避免腕表本体部分被水沾湿，可以用厨房用保鲜膜等保护好腕表本体后再清洗)。
- 如果表带完全失去了弹力的话，则应该更换表带。如果继续使用的话，则会产生裂缝，表带容易断裂。

关于斑疹、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等不适感所导致者。
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量，并在使用时保持良好的通气性。 当腕表戴在手上的时候，能插进一个手指的状态比较合适。



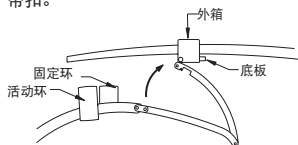
## 皮革表带用三折叠式表带扣的使用方法

皮革表带中有使用可调整三折叠式表带扣的表带。  
如果您所购买的腕表的表带扣属于下述其中一种的话，  
可以参照各自的操作方法。

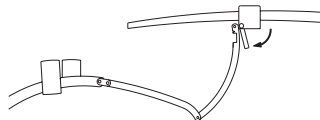


### A 类型表带的使用方法

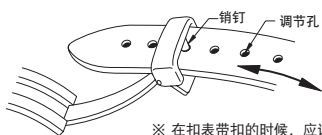
- ① 把表带从固定皮环和活动皮环抽出，打开表带扣。



- ② 把外箱底板向下打开。

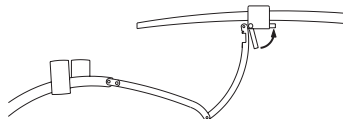


- ③ 把销钉从调节孔抽出。把表带向左右方向滑动，在合适的长度之处，把销钉再一次插入调节孔。



- ④ 关闭底板。

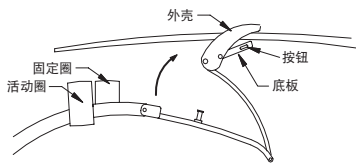
※ 注意不要过分按压底板。



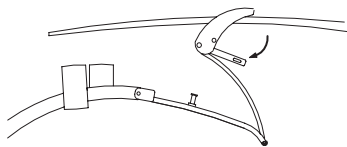
※ 在扣表带扣的时候，应该先把表带的尖端头部（剑头状）放入固定圈和活动圈以后，再紧紧扣上表带扣。

### · 如何调整表带的长度？

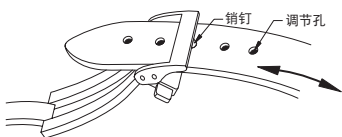
- ① 在从两侧按压按钮的同时，把表带从固定圈和活动圈中取出，打开表带扣。



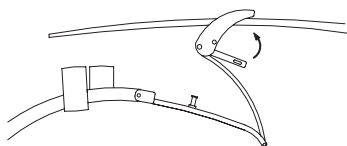
- ② 再一次按压按钮，向下方打开底板。



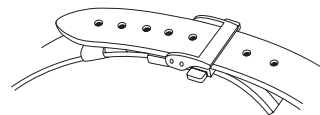
- ③ 把销钉从调节孔取出。让表带左右滑动，在合适的长度之处，把销钉插入调节孔内。



- ④ 关闭底板。

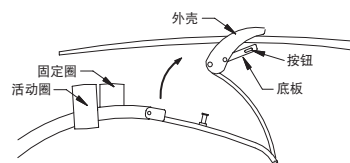


### B 类型表带的使用方法

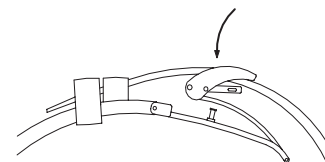


### · 装卸的方法

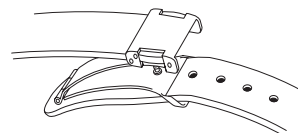
- ① 在从两侧按压按钮的同时，把表带从固定圈和活动圈中取出，打开表带扣。



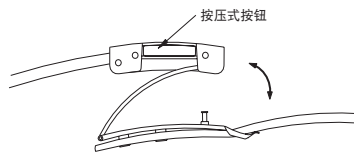
- ② 把表带的尖端头部（剑头状）放入固定圈和活动圈以后，再从上方用力按压外壳扣住表带。



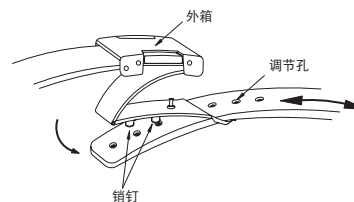
### C 类型表带的使用方法



- ① 从两侧按着按压式按钮，打开表带扣。



- ② 把销钉从调节孔抽出。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 LUMIBRITE

### 如果您所购买的腕表带有 LUMIBRITE 的话

LUMIBRITE 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偏差。

※ 一般来说, 从明亮的地方进入到黑暗的地方时, 人的眼睛无法马上适应。最初是不容易看见物体的, 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。

<关于光度的标准>

环境		明亮程度 (光度) 的大致标准
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 ~ 3,000 勒克司
	雨天	1,000 勒克司以下
照明 (白色荧光灯 40W 以下)	1m	1,000 勒克司
	3m	500 勒克司 (通常室内水平)
	4m	250 勒克司

### ※ 防止过度充电功能

在给电池充电的时候, 即使超过了充满电所需要的时间, 腕表也不会因此而破损。如果充电电池已充满电的话, 则防止过度充电功能就会启动, 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“充电所需要的大致时间 P.31”



警告

#### ■ 充电时的注意事项

- 在给电池充电的时候, 不要过于靠近摄影用灯具、聚光灯、白炽灯 (灯泡) 灯等。那样的话, 则会让腕表处于高温状态, 内部零件等有可能会受到损伤。
- 在太阳光照射下充电的时候, 也不要将腕表放置在汽车控制板等上面。因为这些场所的温度会达到相当高的高温, 有可能会造成腕表出故障。
- 注意不要让腕表的温度超过 60°C。

## 关于使用电源

本腕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, 充电电池可能会逐渐降低容量和充电效率。另外, 如果长期使用的话, 可能还会因机械零件的磨损和污垢以及润滑油劣化等而导致电池持续时间缩短。如果充电电池的性能降低了的话, 则应该拿去修理。



警告

#### ■ 更换充电电池时的注意事项

- 不要自行取出充电电池。
- 由于更换充电电池需要专业知识和技术, 所以, 应该联系购买腕表的商店为您更换。
- 如果装入普通的氧化银电池的话, 则有可能导致破裂、发热、起火等。

## 关于售后服务

### ● 关于保证和修理

- 需要做修理和维修调整的时候, 如机芯的拆卸清洗、加油、保养时 (大修), 应该与购买产品的商店或者公司的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, 务必要附上保修凭证, 前往购买产品的商店或公司的客户服务中心进行处理。
- 保修的内容如保用证上所记载。请认真仔细地阅读保用证, 妥善保管好。
- 关于保修期间结束后修理的问题, 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。

### ● 关于维修用功能零件

- 本腕表维修用功能零件的保用期限一般以 7 年为标准。所谓维修用功能零件, 是指为维持腕表功能所需要的修理用零件。
- 在修理的时候, 有时可能会使用外观有所不同的替代零部件。望予以见谅。

### ●关于机芯的清洗保养（大修）

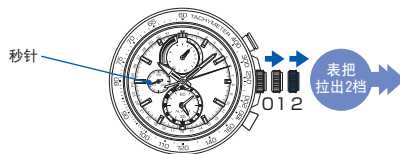
- 为了保证您能够长期使用，建议您每3年~4年左右做一次机芯的清洗保养（大修）根据您的使用状况，机械的润滑状态可能会受到损坏或者会因油的污垢等而导致零部件磨损，以至停止走动。另外，密封垫圈等零部件的老化，可能会影响腕表原有的防水功能，导致使用中汗水、水分进入而影响腕表的使用，因此防水零件需要定期检查及更换。机芯的清洗保养（大修），应该指定“原装正品零部件”，并且联系购买商店在做大修的时候，同时应更换密封垫圈、簧杆。
- 在做拆卸清洗（大修）的时候，有时还可能更换机芯。

#### ① 确认腕表处于走动状态

确认秒针处于1秒1格走针状态。  
如果处于2秒1格走针或者秒针停止走动状态的话，则应该把表盘置于光线下来给电池充电。  
→关于充电 P.30

#### ② 表把拉出2档

秒针停止走动。  
※ 如果是螺丝锁式表把的话，则需要打开螺丝锁。  
→ 关于表把 P.10



#### ③ 按压按钮A（3秒钟），直至秒表针等开始走动

秒表针（时针和分针、秒针）和模式针各自移动到基准位置。

※ 如果搞不清楚秒表针等是哪个表针的话，可以参照“各部分的名称和主要功能 P.9”



下一页

## 调整秒表秒针、秒表时针和分针、模式针的基准位置

当秒表复位操作后而秒表表针仍然没有停止在“0小时0分钟0秒”位置上的时候或者模式针没有显示出正确位置的时候，可以考虑是基准位置出现了偏差。秒表针（秒针、时针和分针）的基准位置分别为“0秒、0小时0分钟”  
通过调整基准位置，可以显示出正确的计测结果。

基准位置之所以出现偏差，可以考虑有以下几个原因。

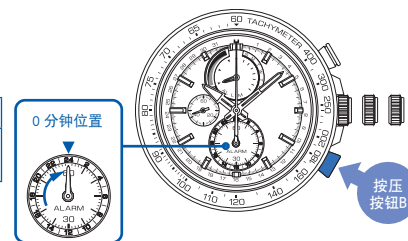
- 受到过强烈的撞击：有时可能会因坠落、强烈碰撞等撞击而出现偏差。
- 受到过磁场的影响：有时可能会因靠近有磁场发生的物品而出现偏差。  
→ 我们身边会对腕表有影响的带磁场物品例 P.37

※ 如果操作秒表针的基准位置调整的话，则时间会出现偏差。在调整了基准位置之后，应重新调整大表盘和闹钟小表盘的时间。

#### ④ 按压按钮B，把秒表的时针和分针设置于“0小时0分钟”位置上

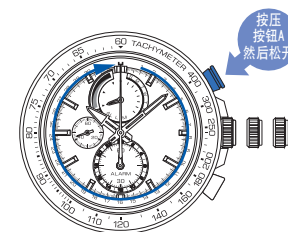
向前进1分钟	按压1下然后松开
连续快进	如果持续按压2秒钟以上的话，则开始走动；如果松开的话，则停止走动

※ 如果处于“0小时0分钟”状态的话，则可进入⑤操作



#### ⑤ 按压按钮A然后松开

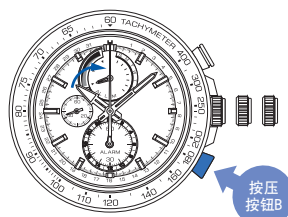
秒表秒针旋转1周，进入到“调整秒表秒针的基准位置”模式。



**6** 按压按钮 B, 把秒针的分针设置于“0 秒钟”位置上

向前进 1/5 秒钟	按压 1 下然后松开
连续快进	如果持续按压 2 秒钟以上的话, 则开始走动; 如果松开的话, 则停止走动

※ 如果处于“0 秒”状态的话, 则可进入 **7** 操作



按压按钮 B

**7** 按压按钮 A 后松开  
模式针旋转 1 周, 进入到“调整模式针的基准位置”模式。



按压按钮 A 然后松开

排难解疑

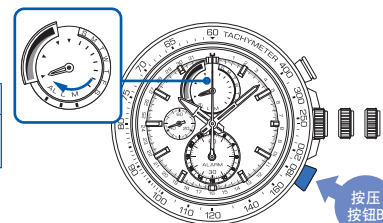
7

54

**8** 按压按钮 B, 把模式针调整至图上所示位置

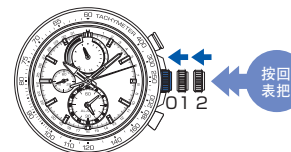
步骤 1	按压 1 下然后松开
连续快进	如果持续按压 2 秒钟以上的话, 则开始走动; 如果松开的话, 则停止走动

※ 如果模式针处于基准位置的话, 则请进行 **9** 操作



按压按钮 B

**9** 按压按回表把



按回表把

**10** 调整大表盘和闹钟小表盘 → 时间和日期的调整方法 P.12

如果操作基准位置调整的话, 则大表盘和闹钟小表盘的时间会出现偏差。如果调整好大表盘和闹钟小表盘的时间的话, 则操作结束。

排难解疑

7

55

## 出现问题的时候怎么办?

出现问题的时候怎么办	可能导致问题发生的原因	处置方法	参考页数
腕表停止走动	电池能量耗尽或者能量减少。如果每天戴在身上还会发生这种现象的话, 则有可能是因为配戴时腕表被衣物的袖子等遮掩而没有充分地照射光线所致。	应该给电池充分充电, 直至秒针恢复到 1 秒 1 格走针。	P.30
秒 处于 2 秒 1 格走针状态		配戴腕表时, 注意尽量不要让袖子等遮掩住腕表。另外, 摘下腕表的时候, 也要注意尽量放置在明亮的场所。	
处于停止走针状态的腕表, 充电时间已超过“满量充电所需要的时间”, 但仍然没恢复到 1 秒 1 格走针或者开始走动	照射光线微弱 充电时间短	因照度不同而充电所需要时间会有变化。充电时可以参考“充电所需要的大致时间”。如果按照这样方法充电后腕表仍然不走动的话, 则可以参考“万一出现异常走针时怎么办?”来进行操作。	P.31 P.60
腕表出现一时性走快或者走慢	腕表内部的系统处于不稳定状态。	可以参考“万一出现异常走针时怎么办?”来进行操作。	P.60
	把腕表放置在炎热之处或者寒冷之处。	如果返回到常温的话, 则会恢复原来的精度。需要重新调整时间。本腕表稳定的时间精度设定为在气温 5°C~35°C 范围内戴在手腕上时。	P.12
	放置在有磁场发生的物体旁边。	如果远离磁场的话, 则恢复到原有的精度。需要重新调整时间。如果恢复不到原有精度的话, 则应该与购买腕表的商店联系咨询。	P.12
	受到过掉落、强烈撞击或者做过激烈的体育运动等强烈的撞击和振动。	可以重新调整时间。如果恢复不到原有的精度的话, 则应该与购买腕表的商店联系咨询。	P.12

排难解疑

7

56

排难解疑

7

57

出现问题的时候怎么办	可能导致问题发生的原因	处置方法	参考页数
即使操作秒表复位，也返回不到 0 小时 0 分钟 0 秒的位置	秒表针的基准位置出现了偏差。 在因受到外部的影响和系统复位等原因而表针基准位置出现偏差的时候会出现上述现象。	请调整秒表针的基准位置。	P.51
并没有设置闹钟时间，但是闹钟小表盘的时间跟大表盘的时间却有偏差	腕表放置在散发磁场的物体旁边或者受到了强烈的撞击和振动。	应该重新调整大表盘和闹钟小表盘的时间。	P.12
按钮无法操作 (即使操作也不启动)	电池能源残量不足。	应该充分给电池充电，直至秒针恢复到 1 秒 1 格走针为止。	P.30
玻璃上的水雾无法消失	因密封垫圈的劣化等造成腕表内部进水。	应该跟购买腕表的商店联系咨询。	-
日期在白天翻动。	时间出现了 12 个小时的偏差。	应该正确地调整闹钟小表盘的时间。	P.12

※ 属于上述情况以外的现象，应该与购买腕表的商店联系咨询。

## 万一出现充电后腕表仍然不走动或者出现异常走针的时候

万一出现给电池充分充电后腕表仍然不走动的时候或者仍然恢复不到 1 秒 1 格走针的时候或者出现异常走针的时候，可以通过以下操作来恢复腕表的正常功能。

### ■ 系统复原

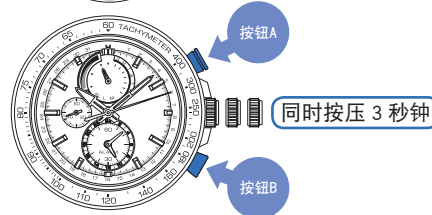
#### ① 将表把拉出 2 档

秒针停止走动。

※ 如果是螺丝锁式表把的话，则需要打开螺丝锁。  
→ 关于表把 P.10



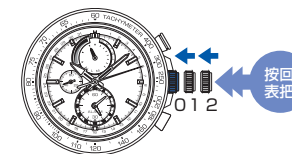
#### ② 同时按压按钮 A 和 B 3 秒钟



#### ③ 按回表把

秒针开始走动。

当秒针处于 2 秒 1 格走针状态的时候，应该充分给电池充电，直至秒针恢复到 1 秒 1 格走针为止。 → P.30



#### ④ 在调整完秒表针（秒针、时针和分针）以及模式针的基准位置之后，调整时间和日期。

· 秒表秒针、秒表时针和分针以及模式针的基准位置的调整方法 → P.51

· 调整时间和日历 → P.12

如果调整好秒表针（秒针、时针和分针）和模式针的基准位置，并且调整好时间和日历的话，则操作结束。



## 产品技术规格

1. 基本功能	大表盘 3 表针 (时、分、小秒针) 日历显示 (日期、星期) 秒表 (秒针、时、分) 闹表小表盘 (时、分)
2. 石英晶体振荡器频率	32,768Hz (Hz = 1 秒钟的振动数)
3. 精度	平均月偏差在 ±15 秒以内 (在气温 5°C~35°C 范围内腕表戴在手腕上的情况下)
4. 工作温度范围	- 10°C~+ 60°C
5. 驱动方式	步进马达式 4 个
6. 使用电源	专用充电电池 : 1 个
7. 持续时间	约 6 个月 (每天的使用条件为秒表 1 小时, 闹表 1 次 (20 秒钟鸣响))
8. 电路	振动、分频、驱动、充电电路 : IC 1 块

产品  
技术  
规格

8

62

※ 技术规格可能会因产品改良而有所变更, 恕不预先通知。