

セイコーウオッチ株式会社

SEIKO

取扱説明書

INSTRUCTIONS

8B43 ビッグカレンダー ソーラー電波

C-8

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。

※ お買い求めの際の金属バンドの調整は、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にて承っておりますが、その他のお店では有料もしくはお取り扱いいただけない場合があります。

目次

1. この製品について	受信環境について	16
製品取扱上のご注意	受信範囲のめやす	16
特長	受信しやすくするために	17
各部の名称と主なはたらき	受信しにくい環境	18
ボタンBについて	受信ができていないか確認する	20
りゅうずについて	受信結果表示について	20
2. ご使用前に	4. 時差修正機能について	
ご使用前に	時差修正機能とは	22
エネルギー残量を確認する	時差修正機能の特長	22
時刻・日付・曜日を確認する	時差修正機能 Q&A	23
3. 時刻・日付・曜日の合わせかた（電波受信）	時差を設定する	24
電波を受信して時刻・日付・曜日を合わせる	世界の主な地域の時差一覧	26
電波受信のしくみ		
自動受信と強制受信		

5. ソーラー充電について	アフターサービスについて	52
充電について	7. 困ったときは	
充電のしかた	強制受信のしかた（手動で電波を受信する）	1
充電にかかる時間のめやす		2
エネルギーについて	電波の受信ができないとき	3
エネルギー切れ予告機能について	手動時刻合わせのしかた	3
パワーセーブ機能について	手動日付・曜日合わせのしかた	4
6. ご注意いただきたいこと	基準位置について	4
ご注意いただきたいこと	身のまわりにある磁気を発するもの	5
お手入れについて	基準位置の合わせかた	5
性能と型式について	日付・曜日・時針の基準位置を合わせる	6
防水性能について		6
耐磁性能について（磁気の影響）	こんなときは	6
バンドについて	万が一、異常な動きになったとき	7
特殊な中留（なかどめ）の使いかた	システムリセットをする	7
ルミブライต์について	8. 製品仕様	
電源について	製品仕様	8
保証について		8

2

3

製品取扱上のご注意

警告

取り扱いを誤った場合に、重症を負うなどの重大な結果になる危険性が想定されることを示します。

- ・ 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

- ・ 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
 - 部品を乳幼児が飲み込んでしまう恐れがあります。
 - 万一飲み込んだ場合は、身体に害があるため、ただちに医師にご相談ください。

※ すぐに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご相談ください。

4

注意

取り扱いを誤った場合に、軽症を負う危険性や物質的損害をこうむることが想定されることを示します。

- ・ 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

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。

- ・ 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。

5

特長

この時計は、ソーラー駆動の電波修正ウォッチです。

- ・大きく見やすい日付表示とレトログラード式曜日表示を搭載しています。
- ・ソーラーパネルで受けた光を「電気エネルギー」に換え、時計を動かしています。
- ・時刻情報をのせた電波を受信することにより正しい時刻と日付と曜日を表示します。(日本の電波を受信することができます。)

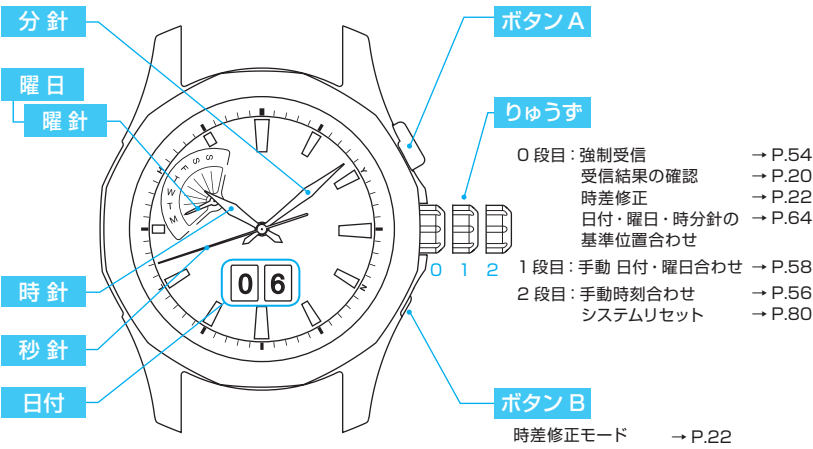
- 電波受信機能 …… 毎日、自動的に電波を受信し、正しい時刻に合わせます。
→ P.14 ~ P.19
- 受信レベル表示機能 …… 電波の受信中に、秒針が受信状況を表示します。
→ P.55
- 受信結果表示機能 …… 秒針で、電波の受信結果(成否)を表示します。
→ P.20

- 時差修正機能 …… 時差を設定すると、海外の現地時刻を表示します。
→ P.22 ~ P.27
- ソーラー充電機能 …… 文字板の下にあるソーラーセルで、光を電気エネルギーに換え、充電します。
フル充電で約9ヶ月間動きつづけます。
- エネルギー切れ予告機能 …… 充電が必要なことを秒針の動きで知らせます。
→ P.30
- パワーセーブ機能 …… 光があたらない状態が続いたときに、無駄なエネルギーの消費を抑えます。
→ P.31
- 針位置自動修正機能 …… 磁気などの外部からの影響で針がずれた場合に、自動的にずれを直します。
→ P.64

6

7

各部の名称と主なはたらき



8

受信レベル表示

【自動受信 / 強制受信】

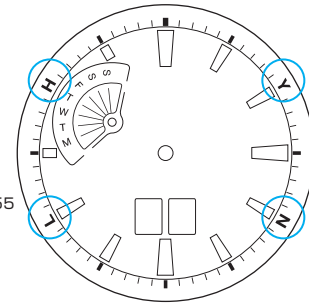
- Ⓜ …… 受信レベル高い (50秒位置)
- Ⓛ …… 受信レベル低い (40秒位置)
- Ⓝ …… 受信できない (20秒位置)

※ 受信レベル表示について → P.55

受信結果表示

【受信結果の確認】 → P.20

- Ⓨ …… 受信できている (10秒位置)
- Ⓝ …… 受信できていない (20秒位置)



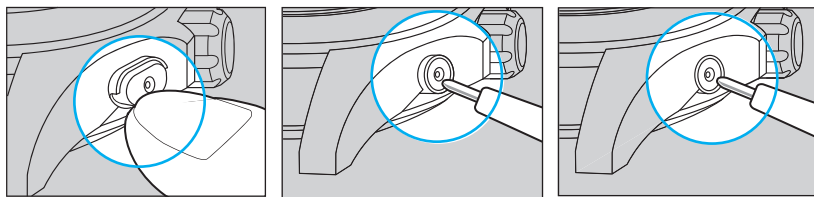
※ 各表示位置は、モデル(デザイン)によって異なる場合があります。

受信レベル表示

9

ボタンBについて

誤って押されることを防ぐために、指で簡単に押すことができない構造になっています。ボタンの形状はデザインによって異なります。



上半分がおおわれたもの

下側から指で押してください。または、先が細いものなどを使用して、へこみの部分を押ししてください。

周囲が全ておおわれたもの

先が細いものなどを使用して、へこみの部分を押ししてください。

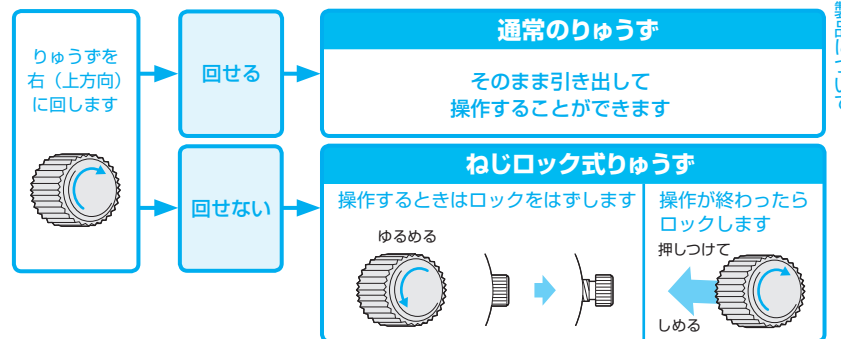
ケースに埋め込まれたもの

先が細いものなどを使用して、へこみの部分を押ししてください。

10

りゅうずについて

りゅうずには、通常のものと同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恐れがありますので、ご注意ください。

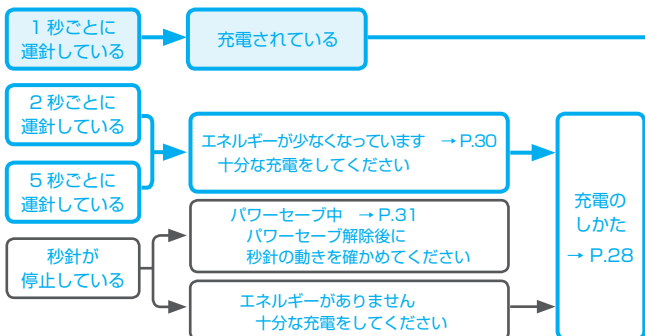
りゅうずについて

11

ご使用の前に

① エネルギー残量を確認する

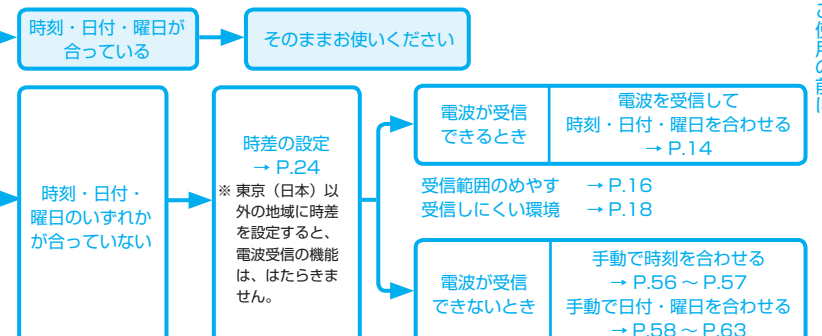
秒針の動きを確認して、エネルギーが不足しているときは充電をしてください。



※ 十分な充電後に1秒運針にならないとき → こんなときは「充電」 P.74

② 時刻・日付・曜日を確認する

※ この時計は、りゅうずを回しても針が動きません。時刻を修正するときは、下記のページを参照ください。



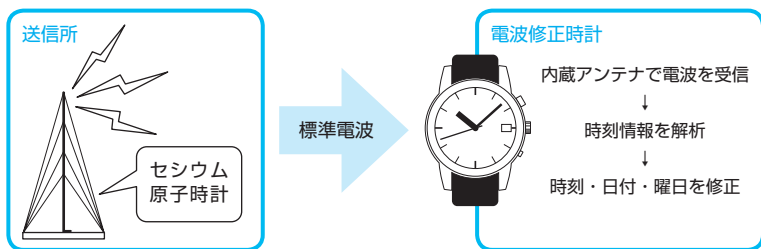
12

13

電波を受信して時刻・日付・曜日を合わせる

電波受信のしくみ

正確な時刻情報をのせた標準電波を受信して、正しい時刻・日付・曜日表示します。



標準電波の時刻情報は、およそ 10 万年に 1 秒の誤差という超高精度を保つ「セシウム原子時計」によるものです。

自動受信と強制受信

自動受信

この時計は、決まった時間に自動的に電波を受信して、時刻・日付・曜日を合わせます。自動受信は、午前 2 時と午前 4 時に行われます。

- ※ 受信に成功した時点で、自動受信を終了します。
- ※ 電波の状況により、最長 12 分かかります。

受信のときは時計を、電波を受信しやすい場所に置き、動かさないようにします。 → 受信しやすくするために P.17

強制受信

受信しにくい環境などで、自動受信ができないときは、いつでも任意に電波を受信させることができます。

→ 強制受信のしかた P.54 ~ P.55

- ※ 東京（日本）以外の地域に時差を設定すると、電波受信の機能は、はたらきません。時差の設定を確認してください。 → 時差を設定する P.24 ~ P.25
- ※ 受信の成否は受信環境によって左右されます。 → 受信しにくい環境 P.18
- ※ 受信範囲の外では電波の受信はできません。 → 受信範囲のめやす P.16
- ※ 受信に成功しても時刻・日付・曜日が合わないとき → こんなときは：時刻、針のずれ P.76、日付・曜日のずれ P.78

受信環境について

受信範囲のめやす

送信所からの受信範囲のめやすは、約 1,000km です。（各送信所を中心に半径 1,000km）



NICT（情報通信研究機構）により運用されています。
 福島：おおかたどや山 標準電波送信所
 周波数：40 kHz
 九州：はがね山 標準電波送信所
 周波数：60 kHz
 ※ NICT: National Institute of Information and Communications Technology
 ※ 受信範囲のめやす内でも、条件（天候・地形・建造物・方角などの影響）により、受信できない場合があります。
 → 受信しにくい環境 P.18

受信しやすくするために

窓際などの電波を受信しやすい場所に置いてください。

アンテナは 9 時位置にあります。アンテナ部を窓の外や送信所の方向に向けると、より受信しやすくなります。

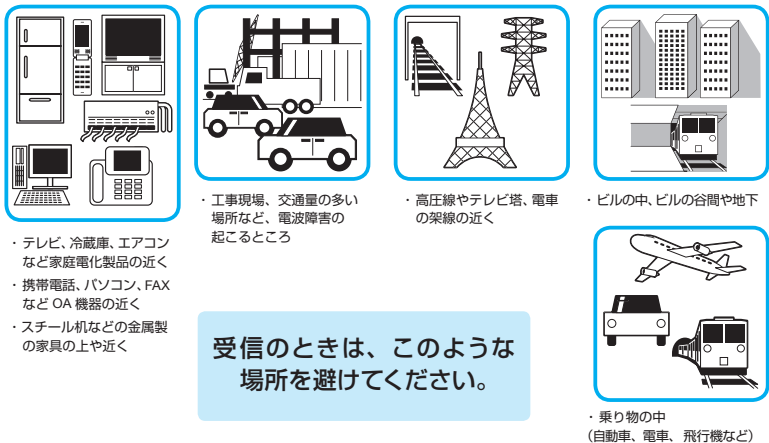
※ 送信所の場所 → 受信範囲のめやす P.16



安定した状態で電波を受信するために受信中は時計の向きを変えたり、傾けたりなどせず、静止した状態にしてください。

※ 静止していない状態では電波の受信はできません。

受信しにくい環境



受信のときは、このような場所を避けてください。

注意

- ・ 電波障害などにより誤った受信をしたときは、誤った時刻を表示する場合があります。また、受信場所・電波状況によっては受信できないことがあります。このようなときは、受信を行なう場所を変えてください。
- ・ 電波が受信できない場合でもクォーツの精度（平均月差 ± 15 秒）で動いています。
- ・ 設備のメンテナンスや落雷の影響などにより停波（電波停止）することがあります。停波に関する情報は、各送信所のホームページをご覧ください。弊社お客様相談窓口にお問い合わせください。

・ 送信所のホームページアドレス（2008 年 2 月現在）
 NICT 独立行政法人 情報通信研究機構（日本標準時プロジェクト） <http://jjy.nict.go.jp/>
 ・ セイコーウォッチ（株） お客様相談窓口（全国フリーダイヤル） 0120 - 612 - 911

受信ができているか確認する

受信結果表示について

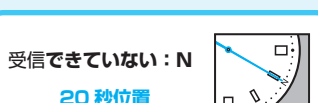
最後に受信した結果（成否）を 5 秒間表示します。

① ボタン A を 1 回押して、離す



※ ボタン A を 3 秒以上長押しすると、秒針が【0 秒位置】に移動し、強制受信のモードに入ります。その場合は、ボタン A をもう一度押すと、時刻表示に戻ります。

② 秒針が受信結果を示す



※ 5 秒経過、または途中でボタン A を押すと時刻表示に戻ります。

受信結果が Y になったときは

・ 受信ができています。そのままお使いください。

- ※ 受信に成功しても時刻・日付・曜日が合わないとき → こんなときは：時刻、針のずれ P.76、日付・曜日のずれ P.78

受信結果が N になったときは

・ 時計を置く場所や向きを変えてみましょう

受信範囲のめやす内でも、条件（天候・地形・建造物・方角などの影響）により、受信できない場合があります。 → 受信しにくい環境 P.18
 また、受信範囲の外では電波の受信はできません。 → 受信範囲のめやす P.16

・ 違う時間帯に受信させてみましょう（強制受信の場合）

同じ場所でも時間帯によって受信環境は異なります。電波の特性により、夜間のほうがより受信しやすくなります。

・ 受信できていても、手動で時刻を合わせると受信結果がリセットされて N になります。

※ りゅうすを 2 段階引くと手動時刻合わせのモードに入るため、時刻を修正しなくても受信結果がリセットされます。

・ 電波を受信しない場合は、クォーツ時計の精度でお使いいただけます。

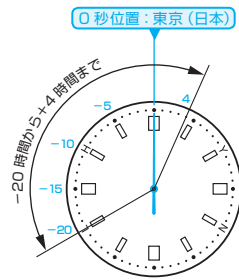
精度は平均月差 ± 15 秒です。

時差修正機能とは

時差修正機能の特長

- **日本を基準にして、海外の時刻に合わせます。**
1時間単位で海外の時刻に合わせることができます。
世界のほとんどの地域は、1時間単位の時差になっています。
日本からみた世界各地の時差は【-20時間から+4時間】です。
- **時差を設定すると、自動で目的地の時刻を表示します。**
時差修正機能のモードでは、秒針の位置が時差を表わします。
秒針をめやすにボタンを操作して、時差を設定しましょう。
東京（日本）以外の地域に時差を設定すると、電波受信の機能ははたらきません。

- 時差を設定する P.24～P.25
- 世界の主な地域の時差一覧 P.26



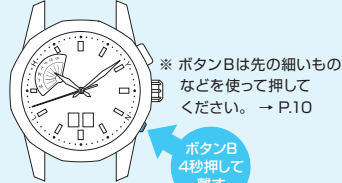
時差修正機能 Q&A

- Q：海外から日本に戻ってきたときは、自動的に日本の時刻になりますか？
A：移動しただけでは日本の時刻になりません。
日本で使う時は「時差修正機能」で日本時間に設定してください。
日本以外の時差を設定すると電波の受信を行なわなくなります。
- Q：時差修正の操作をしている間は針が止まっているので、時刻がずれてしまうのではないですか？
A：内部の回路が時刻を記憶していますので、時刻がずれることはありません。
- Q：受信範囲でない地域に時差を設定していると、電波を受信しませんが、その間の時計の精度はどうなっていますか？
A：通常のクォーツ時計と同じ精度でお使いいただけます。（平均月差±15秒）
- Q：15分、30分単位の時差がある地域の時刻に合わせるにはどうすればいいですか？
A：15分、30分単位の地域に合わせる際には「手動時刻合わせ」の機能をお使いください。
→ 手動時刻合わせのしかた P.56

時差を設定する

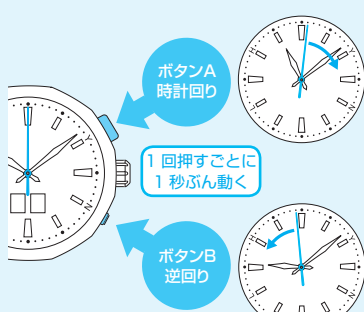
① 秒針が停止するまでボタンBを押して、離す（4秒）

▶ 秒針が動いて、時差修正のモードに入ります。



針が動いていない状態が10秒以上続くと自動的に時刻表示に戻ります。操作途中のときは、①から操作をやりなおしてください。

② ボタンを押して秒針を動かし時差を設定する



※ ボタンは連続して押すことができます。

東京（日本）以外の地域に時差を設定すると電波受信の機能は、はたらきません。

▶ 秒針の1秒ぶんが、時差の1時間ぶんです。

日本で使うとき
0秒位置に合わせます

その他の地域で使うとき
世界の主な地域の時差一覧
→ P.26

針が動いていない状態が10秒以上続くと自動的に時刻表示に戻ります。操作途中のときは、①から操作をやりなおしてください。

③ 時分針の動きが止まると10秒後に自動的に時差修正モードが終了

▶ 日付・曜日が変わる場合は、その後で日付・曜針が動きます。

※ 日付・曜針が動いている間は、ボタン・りゅうずの操作はできません。

世界の主な地域の時差一覧

東京（日本）以外の地域（タイムゾーン）に時差を設定すると、電波受信の機能ははたらきません。

時差設定 秒針位置	日本からの 時差	代表都市名（タイムゾーン）
51秒	-9時間	★ロンドン /UTC
52秒	-8時間	★パリ /ベルリン
53秒	-7時間	★カイロ
54秒	-6時間	★モスクワ
55秒	-5時間	ドバイ
56秒	-4時間	カラチ
57秒	-3時間	ダッカ
58秒	-2時間	バンコク
59秒	-1時間	香港
0秒	±0時間	東京（日本）
1秒	+1時間	★シドニー
2秒	+2時間	ヌーメア
3秒	+3時間	★ウェリントン
4秒	+4時間	（ウェリントンのDST）

時差設定 秒針位置	日本からの 時差	代表都市名（タイムゾーン）
51秒	-9時間	★ロンドン /UTC
50秒	-10時間	★アゾレス諸島
49秒	-11時間	（リオデジャネイロのDST）
48秒	-12時間	★リオデジャネイロ
47秒	-13時間	★サンティアゴ
46秒	-14時間	★ニューヨーク
45秒	-15時間	★シカゴ
44秒	-16時間	★デンバー
43秒	-17時間	★ロサンゼルス
42秒	-18時間	★アンカレッジ
41秒	-19時間	ホノルル
40秒	-20時間	ミッドウェー島

★印の地域ではサマータイムが導入されています。（08/1月現在）

世界各地には【協定世界時（UTC）】を基準にした時刻の差、【時差】があります。世界各地は1時間ごとの時差を持つ24の地域【タイムゾーン】に分けられており、地球1周で24時間となるようにして国際的に運用されています。また、地域によっては個別に【サマータイム（DST）】が設定されています。

協定世界時（UTC）：Coordinated Universal Time = コーディネイテッドユニバーサルタイム

UTCは国際協定により決められた世界共通の標準時です。
全世界で時刻を記録する際に公式な時刻として使われています。
天文学的に決められる世界時（GMT：グリニッジ標準時）に、うるう秒を加えずの無いように調整されたものです。

サマータイム（DST）：Daylight Saving Time = デイライトセービングタイム

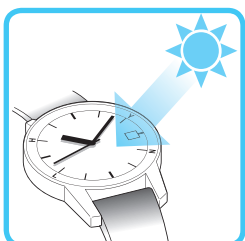
夏時間のことです。
夏の日照時間の長いときに、時刻を1時間進めて昼間の時間を長くする制度です。
欧米を中心に世界の約80ヶ国で実施されています。
サマータイムの実施期間や実施地域は国によって様々です。

※ 各地域の時差、およびサマータイムは、国または地域の都合により変更される場合があります。
※ ごく一部の地域では15分、30分単位で時差が設定されている場合があります。（インドなど）

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。

- ※ 充電の際は、時計が高温にならないようご注意ください。（作動温度範囲は-10℃～+60℃です。）
- ※ 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、右ページの表をめやすに十分な充電を心がけてください。



時計を身につけているときに服の袖などで隠れてしまう場合、光のあたりにくい環境での継続的な使用や保管などが続く場合は、充電不足による電池切れが起る可能性が高くなります。

充電にかかる時間のめやす

以下の時間をめやすに、充電を行ってください。

照度 lx（ルクス）	光源	環境（めやす）	フル充電まで	確実に1秒運針 になるまで★	1日ぶん 動かすには
500	白熱球	60W 60cm	-	-	6時間
700	蛍光灯	一般オフィス内	-	-	4時間
1000	蛍光灯	30W 70cm	-	40時間	3時間
3000	蛍光灯	30W 20cm	230時間	6時間	1時間
5000	蛍光灯	30W 12cm	150時間	4時間	35分
1万	蛍光灯	30W 5cm	60時間	1.5時間	15分
	太陽光	<もり>			
10万	太陽光	快晴（夏の直射日光下）	30時間	30分	3分

★ この数値は、止まっていた時計に光をあてて、「確実に1秒運針になるまで」に必要な充電時間のめやすです。この時間まで充電しなくても1秒運針になりますが、その状態ですぐに2秒運針になることがあります。この時間をめやすに充電してください。

※ 充電に必要な時間は、モデルによって若干異なります。
※ 運針については、エネルギー残量を確認してください。 → エネルギーを確認する P.12

エネルギーについて

■ エネルギー切れ予告機能について

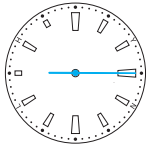

エネルギー残量が少なくなると、エネルギー切れ予告機能がはたらきます。まず、秒針が2秒ごとに動く「2秒運針」になります。さらに充電がされない状態が続くと、秒針が5秒ごとに動く「5秒運針」になります。その後、エネルギーが切れると時計が停止します。エネルギー切れ予告機能がはたらいたときは、十分な充電をしてお使いください。

- 充電のしかた……………P.28
- 充電にかかる時間のめやす……………P.29
- パワーセーブ機能について……………右ページ

- ※ エネルギー切れ予告機能がはたらいているときは、ボタン・りゅうずを操作しても作動しません。(故障ではありませんので、ご安心ください。)
- ※ 5秒運針中は、時針・分針・日付・曜日ともに停止しています。
- ※ 5秒運針中は、自動受信機能がはたらきません。十分な充電後に1秒ごとの運針に戻りましたら、電波を受信して正確な時刻に合わせましょう。(自動受信と強制受信 → P.15)

■ パワーセーブ機能について

光があたらない状態が続くと、パワーセーブ(節電)機能がはたらきます。

	パワーセーブ1	パワーセーブ2
条件	光があたらない状態が72時間以上続いた	充電不足の状態が長く続いた
状況	 秒針が15秒の位置で停止 時分針も停止	 秒針が45秒の位置で停止 時分針も停止 自動受信を行わない
対処のしかた	5秒以上光をあてると、針が早送りされて現在時刻に戻ります	十分な充電後、必要に応じて時刻を合わせてください

- パワーセーブ2について
- ※ 充電をした場合、充電中は【5秒運針】になります。【5秒運針】の間はボタン・りゅうずとも操作できません。
 - ※ 長時間続くと、エネルギー残量の低下により、内部で記憶されていた現在時刻の情報が失われます。十分な充電後に1秒ごとの運針に戻ったら、電波を受信して時刻を合わせてください。(自動受信と強制受信 → P.15)

ご注意くださいこと

■ 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

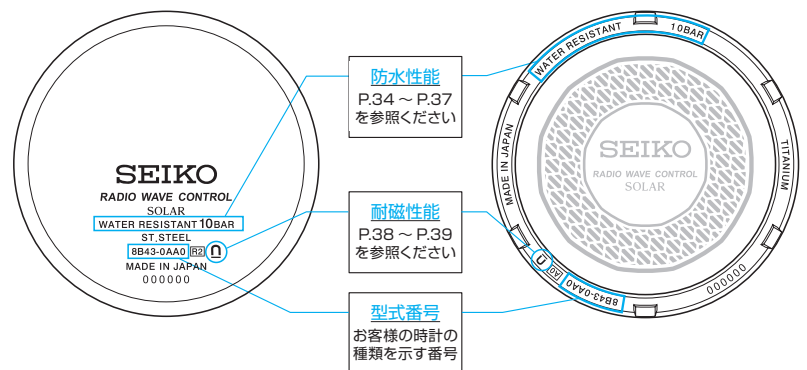
- 水分や汗、汚れはこまめに柔らかい布でふき取るように心がけてください。すきま(金属バンド、りゅうずまわり、裏ぶたまわりなど)の汚れは、柔らかい歯ブラシが有効です。
- 海水に浸けた後は、必ず真水でよく洗ってからふき取ってください。その際、直接蛇口から水をかけることは避け、容器に水をためるなどしてから洗ってください。

・りゅうずは時々回してください

- りゅうずの錆び付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。
りゅうずについて → P.11

■ 性能と型式について

時計の裏ぶたでも性能と型式の確認ができます



※上の図は例であり、お買い上げいただいた時計とは異なる場合があります。

■ 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下記の表でご確認の上で使用ください。
(「P.33」をご覧ください)

裏ぶた表示	防水性能
表示なし	非防水です。
WATER RESISTANT	日常生活防水です。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活強化防水で5気圧防水です。
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	日常生活強化防水で10 (20) 気圧防水です。

お取扱方法	
水滴がかかったり、汗を多くかく場合には、使用しないでください。	
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ください。
水泳などのスポーツに使用できます。	
空気ポンプを使用しないスキューバダイビングに使用できます。	

警告



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

BAR(気圧)表示防水時計はスキューバダイビングや飽和潜水用の時計に必要な苛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

- ※ 万一、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(巻末に記載)にご相談ください。



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。

注意



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錆びることにより、防水不良になる恐れがあります。



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てしまうからです。



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恐れがあります。

■ 耐磁性能について（磁気の影響）

アナログクォーツ時計は、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。

※ この時計は、磁気により時刻が狂っても、「針位置自動修正機能」によって自動的に針位置を修正します。(P.64)

裏ぶた表示	お取扱方法
表示なし	磁気製品より 10 cm以上遠ざける必要があります。
	磁気製品より 5 cm以上遠ざける必要があります。 (JIS 水準 1 種)
	磁気製品より 1 cm以上遠ざける必要があります。 (JIS 水準 2 種)

時計に影響を及ぼす身の周りの磁気製品例

	携帯電話（スピーカー部）	磁気健康バンド
	バッグ（磁石の止め金）	磁気ネックレス
	交流電気かみそり	磁気健康マット
	携帯ラジオ（スピーカー部）	磁気健康枕
	電磁調理器	など

アナログクォーツ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、外からの強い磁力で互いに影響し合い、モーターを止めたり、無理に回転させてしまうためです。

・ 皮革バンド

- ・ 水や汗、直射日光には弱く、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 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、入浴中や水泳・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。)
- ・ 弾力性がなくなり、ひび割れを生じたら取り替え時期です。

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。

■ 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、早めに柔らかな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、柔らかな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。)
- ・ チタンバンドでも、ピン類に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、怪我をする恐れがありますので、ただちに使用をやめて修理をご依頼ください。

■ 特殊な中留（なかどめ）の使いかた

皮革バンド、およびメタルバンドの一部に、特殊な中留を用いたものがあります。お買い上げの時計の中留が、下記のいずれかにあてはまる場合は、それぞれの操作方法をご参照ください。

A 三つ折れ中留（皮革バンド専用） → P.43

B ワンプッシュ三つ折れ中留（皮革バンド・メタルバンド） → P.44

C レザーバンド用三つ折れ中留（皮革バンド専用） → P.46

B ワンプッシュ三つ折れ中留の使いかた（皮革バンド・メタルバンド）

・ 着脱のしかた

- 1 プッシュボタンを両側から押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。
- 2 バンドの剣先を定革・遊革に入れてから上箱を上からしっかり押さえて留めます。

A 三つ折れ中留の使いかた（皮革バンド専用）

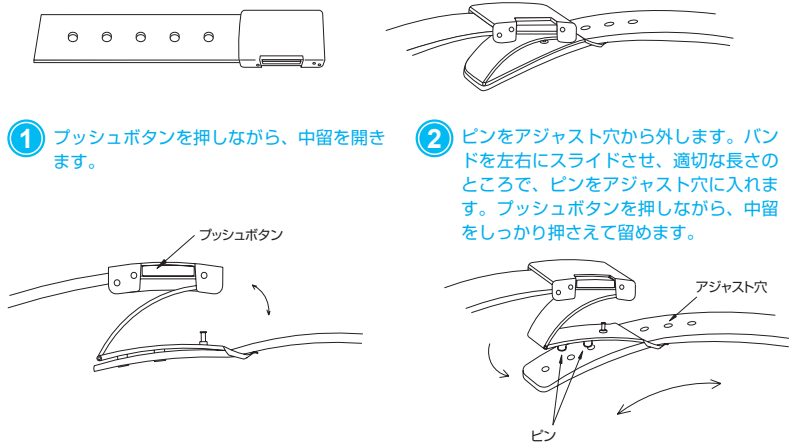
- 1 バンドを定革、遊革から抜いて、中留を開きます。
- 2 上箱の底板を下に開きます。
- 3 ピンをアジャスト穴から外します。バンドを左右にスライドさせ、適切な長さのところで、ピンをアジャスト穴にもう一度入れます。
- 4 底板を閉めます。
※ 底板を押しこみ過ぎないようにしてください。

・ バンドの長さを調節するには

- 1 プッシュボタンを両側から押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。
- 2 もう一度プッシュボタンを押し、上箱を下に開きます。
- 3 ピンをアジャスト穴から外します。バンドを左右にスライドさせ、適切な長さのところで、ピンをアジャスト穴に入れます。
- 4 プッシュボタンを押しながら、上箱を閉めます。

C レザーバンド用三つ折れ中留の使いかた（皮革バンド専用）

ご注意ください



① プッシュボタンを押しながら、中留を開きます。

② ピンをアジャスト穴から外します。バンドを左右にスライドさせ、適切な長さのところで、ピンをアジャスト穴に入れます。プッシュボタンを押しながら、中留をしっかり押さえて留めます。

46

■ 電源について

・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「充電にかかる時間のめやす P.29」を参照ください。

⚠ 注意

■ 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恐れがありますのでご注意ください。
- ・ 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ますので、ご注意ください。
- ・ 時計が60℃以上にならないようにしてください。

48

■ 保証について

取扱説明書にそった正常なご使用により、お買い上げ後 1 年以内に不具合が生じた場合には、下記の保証規定によって無料で修理・調整いたします。

・保証の対象部分

時計本体（ムーブメント・ケース）および金属バンド

・保証の適用除外

保証期間内あるいは保証対象部分であっても、次のような場合は有料になります。

- ・ 皮革・ウレタン・布などのバンドの交換
- ・ 事故または不適切な取り扱いによって生じた故障および損傷
- ・ 使用中に生じるキズ・汚れなど
- ・ 火災・水害・地震などの天変地変による故障および損傷
- ・ 保証書記載項目のすべてが記入された保証書のみが有効です。故意に字句を書き替えた場合は、規定の無料修理は受けられません。

50

■ アフターサービスについて

・修理用部品について

- ・ この時計の修理用部品の保有期間は、通常 7 年を基準としています。
- ・ 修理の際、一部代替品を使用させていただくことがありますので、ご了承ください。

・分解掃除による点検調整（オーバーホール）について

- ・ 長くご愛用いただくために、3 年～4 年に 1 度程度の分解掃除による点検調整（オーバーホール）をおすすめします。ご使用状況によっては、機械の保油状態が損なわれたり、油の汚れなどによって部品が磨耗し、止まりにいたることがあります。またパッキンなどの部品の劣化が進み、汗や水分の浸入などで防水性能が損なわれる場合があります。分解掃除による点検調整（オーバーホール）を、お買い上げ店にご依頼ください。
- ・ 部品交換の際は、「純正部品」とご指定ください。
- ・ 分解掃除による点検調整（オーバーホール）の際には、あわせてパッキンやバネ棒の交換をご依頼ください。

52

■ 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付きの場合

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）物質です。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）光を放つ夜光です。なお、蓄えた光を発光させているので、輝度（明るさ）は時間が経つにしたがって、だんだん弱まっています。また、光を蓄える際のまわりの明るさや、時計との距離、光の吸収度合いにより、光を放つ時間には多少の誤差が生じることがあります。

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
照明 （白色蛍光灯 40W の下で）	雨	1,000 ルクス以下
	1m	1,000 ルクス
	3m	500 ルクス（通常室内レベル）
	4m	250 ルクス

・使用している電源について

この時計には、一般の電池とは異なる専用の二次電池を使用しており、一般の酸化銀電池のように定期的な交換の必要はありません。

ただし、二次電池は長い期間充電放電を繰り返すことにより、持続時間がわずかながら短くなる可能性があります。（使用状態や保管場所の環境などによって異なります。）専用の二次電池は、環境に対して影響の少ないクリーンなものです。

⚠ 注意

■ 二次電池交換時のご注意

- ・ 二次電池を交換する際は、この時計専用の二次電池をご使用ください。
- ・ 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ので、ご注意ください。
- ・ 万が一、この時計専用の二次電池以外のものが組み込まれても、導通が取れない構造となっています。

47

保証は、保証書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。これによりお客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証書は日本国内のみ有効です。

・保証を受ける手続き

- ・ 保証対象の不具合が生じた場合は、時計と別紙保証書をご持参の上、お買い上げ店にご依頼ください。
- ・ お買い上げ店の保証が受けられない場合には、「セイコーウオッチ株式会社 お客様相談窓口」に保証書を添えてご依頼ください。

・その他

- ・ 修理の際に、ムーブメントを交換させていただいたり、ケース・文字板・針・ガラス・バンドなどに一部代替品を使用させていただくことがありますので、ご了承ください。（使用部品の保有期間は通常 7 年を基準としています。）
- ・ 金属バンドなどの調整は、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。上記以外の販売店での調整は有料になります。

49

・保証と修理について

- ・ 修理や分解掃除による点検調整（オーバーホール）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。
- ・ 保証期間内の場合は、必ず保証書を添えてください。
- ・ 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。

ご注意ください

ご注意ください

ご注意ください

ご注意ください

53

強制受信のしかた (手動で電波を受信する)

① 時計を置く

▶ 時計を電波の受信しやすい場所に置きます。



→ 受信しやすくするために P.17

② 秒針が0秒位置に移動するまでボタンAを押す(4秒)

▶ 0秒位置に停止してから、受信がはじまります。



※ 東京(日本)以外の地域に時差が設定されているときは、強制受信はできません。(秒針が0秒位置に移動しません。)時差設定を確認してください。→ 時差を設定する P.24～P.25

③ 受信中は時計を動かさずに待つ

※ 受信中は時計を静止させていないと、電波の受信はできません。

電波の状況により
最長 12分かります

▶ 約1分後より、秒針が受信レベルを示します。

受信中の表示

受信レベル
高い:H
50秒位置

受信レベル
低い:L
40秒位置

受信できないとき

受信レベル
できない:N
20秒位置

およそ1分ごとに秒針が動いて、受信レベルを更新します。
※ 秒針の動きともない、分針が1分ずつ動きます。

5秒後に、時刻表示に戻ります。

※ 環境によっては電波が受信しにくいことがあります。→ 受信しにくい環境 P.18
※ 受信範囲の外では、受信はできません。→ 電波受信範囲のめやす P.16
※ 受信できないときは → 受信結果が「N」になったときは P.21

困ったときは

困ったときは

54

55

電波の受信ができないとき

■ 手動時刻合わせのしかた

さまざまな理由により、電波の受信ができない場合があります。→ こんなときは P.74
ご確認後、手動時刻合わせを行うことをおすすめします。

電波の受信範囲外(海外)などの電波が受信できない環境で、継続的に使用する場合、手動で時刻を合わせることができます。

※ 電波が受信できない場合でも、クォーツ時計の精度(平均月差±15秒)で動いています。

・時刻を合わせると、日付と曜日が運動して修正されます。

・手動時刻合わせの後で電波を受信したときは、受信した時刻を表示します。

→ 強制受信のしかた P.54～P.55

① りゅうずを2段引くと秒針が0秒位置に停止する

▶ 「手動時刻合わせモード」に入ります。

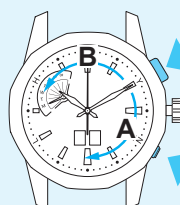


※ ねじロック式りゅうずの場合はロックを外してください。→ P.11

※ 「手動時刻合わせモード」に入ると、電波受信結果のデータが失われるため、受信結果を確認しても「N」と表示されます。

② ボタンAまたはボタンBを押して時刻を合わせる

1分送り	1回押して離す
連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる



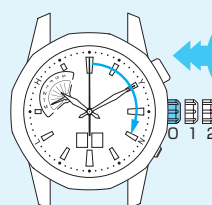
※ ボタンBは、先の細いもので押してください。→ P.10

※ ボタンBは、先の細いもので押してください。→ P.10

※ りゅうずを回しても針は動きません。
※ 日付と曜日が変わるところが午前0時(午後12時)です。午前・午後を確認して合わせてください。

③ 時報などに合わせてりゅうずを押し戻す

▶ 操作は完了です。時計が動きはじまります。



※ ねじロック式りゅうずの場合はロックをしてください。→ P.11

困ったときは

困ったときは

56

57

■ 手動日付・曜日合わせのしかた

電波の受信範囲外(海外)などの電波が受信できない環境で、自動で日付・曜日が変わらない場合(小の月から大の月に変わる際など)は、手動で日付・曜日を修正することができます。

※ 電波が受信できない場合でも、クォーツ時計の精度(平均月差±15秒)で動いています。

・日付・曜日は時刻に関係なく単独で合わせることができます。

・手動時刻合わせの後で電波を受信したときは、受信した時刻情報にもとづいた時刻を表示します。

・再び受信可能な地域でお使いいただく際は、【強制受信】をしていただくことをおすすめします。

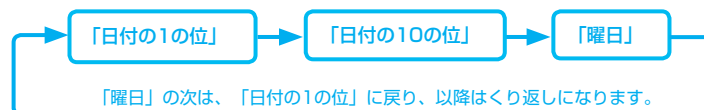
→ 強制受信のしかた P.54～P.55

※ 電波の受信に成功しても日付・曜日が合わないときは、日付・曜日の基準位置がずれていると考えられます。日付・曜日・時分針の基準位置を合わせる → P.66

【手動日付・曜日合わせモードについて】

手動日付・曜日合わせのモードは、3つあります。

「日付の1の位」→ 「日付の10の位」→ 「曜日」の順で切り替わります。



操作のしかた → P.60～P.63

困ったときは

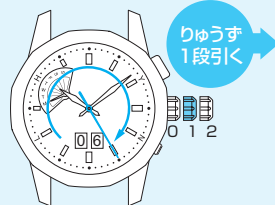
困ったときは

58

59

① りゅうずを1段引くと秒針が25秒位置に停止する

▶ 「日付の1の位」の合わせモードに入ります。



※ ねじロック式りゅうずの場合はロックを外してください。→ P.11

※ モードに入っている間も時計は動いています。(秒針は止まったままです。)

② ボタンBを押して日付の1の位を合わせる

※ 修正しない場合は、③の操作へ

1日送り	1回押して離す
連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる



※ ボタンBは、先の細いもので押してください。→ P.10

※ ボタンBは、先の細いもので押してください。→ P.10

③ 秒針が35秒位置に停止するまで、ボタンAを押す(3秒)

▶ 「日付の10の位」の合わせモードに入ります。



※ ボタンAは、3秒押す

④ ボタンBを押して日付の10の位を合わせる

※ 修正しない場合は、⑤の操作へ

1日送り	1回押して離す
連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる



※ ボタンBは、先の細いもので押してください。→ P.10

困ったときは

困ったときは

60

61

次のページに続く

5 秒針が 55 秒位置に停止するまで、ボタン A を押す (3 秒)

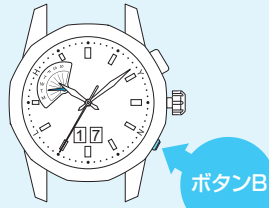
▶ 「曜日」の合わせモードに入ります。



6 ボタン B を押して 曜日を合わせる

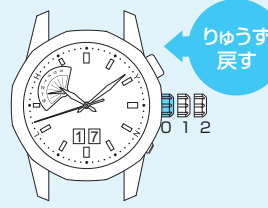
※ 修正しない場合は、⑦の操作へ

1日送り	1回押して離す
連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる



7 りゅうずを押し戻す

▶ 操作は完了です。時計が動きはじめます。



※ ねじロック式りゅうずの場合はロックをしてください。→ P.11

基準位置について

時差の設定が合っている状態で、電波の受信に成功しても時刻・日付・曜日が合わないときは、基準位置がずれていることが考えられます。

電波時計は自動で時刻を合わせますが、そのときに基準となる針の位置がずれると、電波を受信しても正しい時刻を表示することができません。【基準となる針の位置がずれてしまう】状態とは、体重計に例えると「メーターのゼロ位置が合っていないために、正しい体重が表示できない」ということです。

・基準位置合わせが必要なとき

電波の受信に成功しても時刻・日付・曜日が合わない場合、またシステムリセットを行ったときは基準位置を合わせる必要があります。

・時分針の基準位置合わせ (針位置自動修正機能)

時分秒針には、基準位置がずれたときに自動的に修正する「針位置自動修正機能」があります。針位置自動修正機能はたらくのは、秒針は 1 分に 1 回、時分針は 12 時間に 1 回(午前・午後 12 時)です。※ 時分針の基準位置は手動でも修正することができます。→ P.66

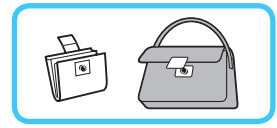
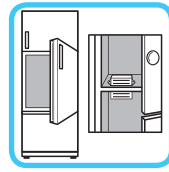
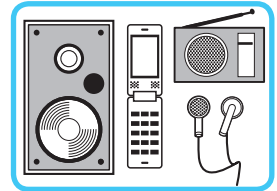
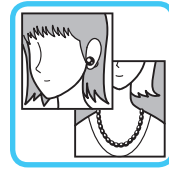
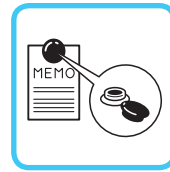
・日付・曜日の基準位置合わせ

日付・曜日の基準位置は自動では修正されないため、手動で合わせる必要があります。→ 日付・曜日・時分針の基準位置を合わせる P.66

〈時刻・日付・曜日がずれるときは〉

- ・強い衝撃を受けたとき : 落とす、強くぶつけるなどの衝撃によってずれることがあります。
- ・磁気の影響を受けたとき : 磁気を発するものに近づけることでずれることがあります。

■身のまわりにある磁気を発するもの



基準位置の合わせかた

■日付・曜日・時分針の基準位置を合わせる

日付の基準位置は、「01」(1日)
曜日の基準位置は、「M」(月曜日)
時分針の基準位置は、「12時0分」です。

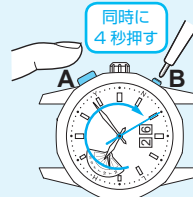
基準位置がずれていると、電波を受信しても、正しい時刻・日付・曜日が表示できません。基準位置を合わせることで、時刻・日付・曜日の遅れ・進みが修正されます。

- ・日付の数字が窓の中心からずれている場合もこの操作で修正することができます。
- ・曜針がずれている場合も、この操作で修正することができます。

※ 操作②～⑧で日付・曜針・秒針の動きが止まり、操作のない状態が20秒以上続くと、自動的に時刻表示に戻ります。操作途中の場合は、①から操作をやりなおしてください。

1 秒針が 25 秒位置に停止するまで ボタン A・B を同時に押す (4 秒)

▶ 「日付の1の位」の基準位置合わせモードに入ります。その後、日付・曜針が動き出し、基準位置で止まります。



※ ボタンBは、先の細いもので押してください。→ P.10

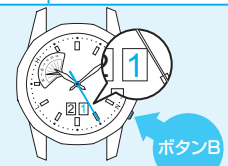
※ 日付・曜針が動いている間は、ボタン操作はできません。日付・曜針が停止した後、操作がなく、日付・針が動いていない状態が 20 秒以上続くと、自動的に時刻表示に戻ります。操作途中のときは、①から操作をやりなおしてください。

2 ボタン B を押して 日付の 1 の位を「1」にする

▶ 「1」の数字が、窓の中心になるように合わせてください。

※ 「1」が表示されている場合は、③の操作へ

連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる
微調整	断続的に押すと少しずつ進む



次のページに続く

3 秒針が 35 秒位置に停止するまで ボタン A を押す (3 秒)

▶ 「日付の10の位」の基準位置合わせモードに入ります。

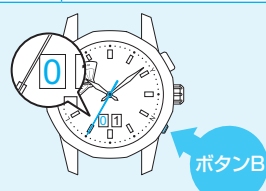


4 ボタン B を押して 日付の 10 の位を「0」にする

▶ 「0」の数字が、窓の中心になるように合わせてください。

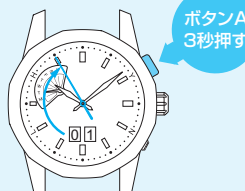
※ 「0」が表示されている場合は、⑤の操作へ

連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる
微調整	断続的に押すと少しずつ進む



5 秒針が 55 秒位置に停止するまで ボタン A を押す (3 秒)

▶ 「曜日」の基準位置合わせモードに入ります。



6 ボタン B を押して 曜針を「M」にする

▶ 「M」を示すように合わせてください。

※ 「M」が表示されている場合は、⑦の操作へ

連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる
微調整	断続的に押すと少しずつ進む



※ 曜針は、時計回りに1周しますが異常ではありません。

次のページに続く

7 秒針が 0 秒位置に停止するまで ボタン A を押す (3 秒)

▶ 「時分針」の基準位置合わせモードに入ります。

※ 正しい時刻が表示されている場合は、⑩の操作へ



8 ボタン B を 1 回押して離す

▶ 時分針が動き、「12時0分」に停止します。



※ ボタン B は、先の細いもので押してください。 → P.10

9 操作が終了したら 20 秒間放置する

▶ 自動的に基準位置合わせモードが終了し、秒針が動きはじめます。

時刻表示の状態に戻ったら、時刻・日付・曜日が合っているか確認してください。時刻・日付・曜日が合っていない場合は時刻・日付・曜日を合わせてください。

電波を受信して時刻・日付・曜日を合わせる強制受信のしかた → P.54~P.55

電波の受信ができないとき

手動時刻合わせのしかた → P.56~P.57

手動日付・曜日合わせのしかた → P.58~P.63

困ったときは

困ったときは

こんなときは

こんなときは	考えられる原因	このようにしてください	参照ページ	
針の動き	秒針が 2 秒ごとに連針している	エネルギー切れ予告機能がはたらいている (P.30) 毎日身につけていて、この現象が起こる場合は、携帯中に時計が衣類の袖の中などに隠れているなど、十分に光があたっていないことが考えられます。	秒針が 1 秒ごとに連針するまで、十分な充電をしてください。	P.28
	秒針が 5 秒ごとに連針している		携帯中は、なるべく時計が袖などに隠れないように気をつけてください。また、時計を外した際にもなるべく明るい場所に置くことを心がけましょう。	
	秒針が 15 秒位置で停止している状態から動きだした	パワーセーブ機能がはたらいていた (P.31) 光があたらない状態が続いた場合、無駄なエネルギーの消費を抑えるパワーセーブ機能がはたらきます。	現時刻表示になるまでお待ちください。そのまま何もせずにお使いください。(異常な動きではありません。)	-
	秒針が 45 秒位置で停止している状態から動きだした	パワーセーブ機能がはたらいていた (P.31) 光があたらない状態が続いた場合、無駄なエネルギーの消費を抑えるパワーセーブ機能がはたらきます。	① 秒針が 1 秒ごとに連針するまで、十分な充電をしてください。 ② その後、時刻が合っていない場合は、必要に応じて電波を受信してください。	P.28 P.15
	ボタン操作をしていないのに針が早送りされ、その後は普通に連針をしている	パワーセーブ機能がはたらいていた (P.31) 針位置自動修正機能がはたらいた (P.64) 外部からの影響などで針がずれた場合には、針位置自動修正機能がはたらいて自動的に針のずれを直します。	そのまま何もせずにお使いください。(異常な動きではありません。)	-

困ったときは

困ったときは

こんなときは	考えられる原因	このようにしてください	参照ページ	
電波受信	受信できない	受信中は時計を動かさないようにしてください。静止した状態でないと、電波の受信はできません。	P.17	
	受信結果表示が「N (受信できていない)」になる	受信しやすい環境に時計を置きなおして受信をしてください。	P.17	
		標準電波送信所の都合で電波を止めている。(停波)	停波に関する情報は、送信所を運営する機関のホームページを参照ください。時間を置いて受信してみましょう。	P.19
		東京 (日本) 以外の地域に、時差が設定されている。	① 時差の設定を確認し、東京 (日本) にしてください。 ② その後、時刻が合っていない場合は、必要に応じて電波を受信してください。	P.24 P.15
充電	止まっていた時計を「フル充電までの所要時間」を超えて充電しても 1 秒連針にならない	あてる光が弱い。充電中に光のあたりかたが変わった。	光のあたりかたが変わらないように配慮して、十分な明るさのある環境で充電してください。	P.28
		時計内部のシステムが不安定になっている。	「万が一、異常な動きになったとき」を参照し、操作をしてください。	P.80

困ったときは

困ったときは

こんなときは	考えられる原因	このようにしてください	参照ページ	
時刻、針のずれ	時計が一時的に進む、または遅れる	外部からの影響で間違った時刻を受信した。(誤受信)	① より受信しやすい環境で受信するようにしてください。 ② 必要に応じて強制受信をしてください。	P.17 P.54
		時計を暑いところ、または寒いところに放置した。	① 常温に戻れば元の精度に戻ります。 ② その後、時刻が合っていない場合は、必要に応じて強制受信をしてください。 ③ 元に戻らない場合は、お買い上げ店にご相談ください。	- P.54 -
	分・秒は合っているが、時刻が 1 時間単位でずれている	時差の設定が合っていない。	時差の設定を確認し、東京 (日本) にしてください。	P.24
	受信に成功したのに時刻がずれている	外部からの影響で針の位置がずれている。針の基準位置がずれている。 → 基準位置について P.64	① 針位置自動修正機能がはたらいて、自動的に修正されます。何もせずそのままお使いください。針位置自動修正機能がはたらくのは、秒針は 1 分に 1 回、時分針は午前・午後 12 時です。お急ぎの場合は、時分針を手動で修正してください。	P.64
	「受信結果表示」や「受信レベル表示」で秒針の位置がずれている	秒針の基準位置がずれている。(外部からの影響などにより秒針の位置がずれているときに起こります。) → 基準位置について P.64	② 針のずれが修正されない場合は、「万が一、異常な動きになったとき」を参照し、操作をしてください。 ③ ②の操作を行っても、針のずれが修正されない場合は、お買い上げ店にご相談ください。	P.80 -

困ったときは

困ったときは

こんなときは		考えられる原因	このようにしてください	参照ページ
日付のずれ	受信成功後、時刻は合っているが日付が合っていない	日付の基準位置がずれている。 外部からの影響やシステムリセットなどにより、日付の基準位置がずれているときに起こります。	日付の基準位置を「01」（1日）にしてください。	P.64
曜日のずれ	受信成功後、時刻は合っているが曜日が合っていない	曜日の基準位置がずれている。 外部からの影響やシステムリセットなどにより、曜日の基準位置がずれているときに起こります。	曜日の基準位置を「M」（月曜日）にしてください。	P.64
操作	ボタン、りゅうずが機能しない (操作しても動かない)	エネルギー残量が少なくなっている。 設定の操作直後で、日付・曜日が動いている途中である。	秒針が1秒ごとに運針するまで、十分な充電をしてください。 何もせず、そのままお待ちください。 日付・曜日の動きが止まれば操作できるようになります。	P.28 -
	設定中に操作がわからなくなった	-----	① りゅうずが引き出されている場合は、りゅうずを戻してください。 ② しばらく放置すると通常運針に戻ります。 ③ その後で、改めて設定をやりなおしてみましょう。	-
その他	ガラスのくもりが消えない	パッキンの劣化などにより時計内部に水が入った。	お買い上げ店にご相談ください。	-

* 記載以外の現象はお買い上げ店にご相談ください。

万が一、異常な動きになったとき

万が一異常な動きになったとき、または十分な充電を行っても1秒運針にならないときは、①～⑪の操作を行うことで、正常に機能するようになります。

■ システムリセットをする (①～③)

① りゅうずを2段引くと秒針が0秒位置に停止する



※ ねじロック式りゅうずの場合はロックを外してください。→ P.11

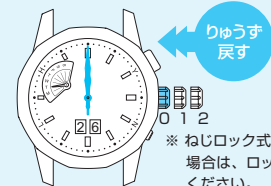
② ボタンA、Bを同時に4秒押し続けて離す



同時に4秒押し
離してから5秒後に秒針が1回転し、0秒位置に停止します。その後、時分針が0秒位置に向かって動きはじめます。
※ ボタンBは、先の細いもので押してください。→ P.10
※ ボタンBを先に押し、押したまま離さずにボタンAを押すと、うまく押すことができます。

③ 時分秒針が0秒位置に停止したら、りゅうずを戻す

▶ 0時0分0秒から動きはじめます。



※ ねじロック式りゅうずの場合は、ロックをしてください。→ P.11
システムリセット後は、時差の設定が東京（日本）になります。
※ 0時0分0秒から時計が動き出さない場合は、システムリセットが作動していません。②から操作をやりなおしてください。

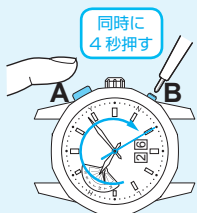
※ 次のページ以降で行う操作④～⑨で日付・曜針・秒針の動きが止まり操作のない状態が20秒以上続くと自動的に基準位置合わせモードが解除されます。操作途中の場合は、P.82の④から操作をやりなおしてください。

次のページに続く

■ 日付を「01」（1日）に合わせる (④～⑦)

④ 秒針が25秒位置に停止するまでボタンA・Bを同時に押す(4秒)

▶ 「日付の1の位」の基準位置合わせモードに入ります。



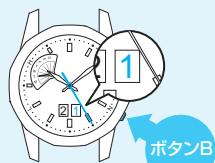
・ このモードに入った後、操作をしない状態が20秒以上続くと自動的にモードが解除されます。
・ 操作途中の場合は④から操作をやりなおしてください。

⑤ ボタンBを押して、日付の1の位を「1」にする

▶ 「1」の数字が、窓の中心になるように合わせてください。

※ 「1」が表示されている場合は、⑥の操作へ

連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる
微調整	断続的に押すと少しずつ進む



ボタンB

⑥ 秒針が35秒位置に停止するまで、ボタンAを押す(3秒)

▶ 「日付の10の位」の基準位置合わせモードに入ります。



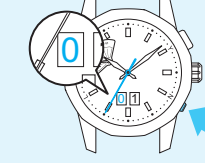
ボタンA
3秒押し

⑦ ボタンBを押して、日付の10の位を「0」にする

▶ 「0」の数字が、窓の中心になるように合わせてください。

※ 「0」が表示されている場合は、⑧の操作へ

連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる
微調整	断続的に押すと少しずつ進む



ボタンB

次のページに続く

※ 操作④～⑨で日付・曜針・秒針の動きが止まり、操作のない状態が20秒以上続くと、自動的に基準位置合わせモードが解除されます。操作途中の場合は、④から操作をやりなおしてください。

■ 曜日を「M」（月曜日）に合わせる (⑧～⑨)

⑧ 秒針が55秒位置に停止するまでボタンAを押す(3秒)

▶ 「曜日」の基準位置合わせモードに入ります。



ボタンA
3秒押し

⑨ ボタンBを押して曜針を「M」にする

▶ 「M」を示すように合わせてください。

※ 「M」が表示されている場合は、⑩の操作へ

連続送り	2秒以上押し続けると動き出し、もう一度押すと止まる
微調整	断続的に押すと少しずつ進む



ボタンB

※ 曜針は、時計回りに1周しますが異常ではありません。

⑩ 操作が終了したら20秒間放置する

▶ 自動的に基準位置合わせモードが終了し、秒針が動きはじめます。

■ 時刻を合わせる

強制受信のしかた → P.54～P.55

電波が受信できない環境では、手動で時刻・日付・曜日を合わせてください。

手動時刻合わせのしかた

→ P.56～P.57

手動日付・曜日合わせのしかた

→ P.58～P.63

時刻・日付・曜日を合わせたら操作は終了です。

製品仕様

1. 基本機能・・・ 3針(時・分・秒針)、日付表示、レトログレード式曜日表示
2. 水晶振動数・・・ 32,768Hz (Hz=1秒間の振動数)
3. 精度・・・ 平均月差 ±15秒以内(電波受信による時刻修正が行なわれない場合、かつ気温5℃～35℃において腕に着けた場合)
4. 作動温度範囲・・・ -10℃～+60℃
5. 駆動方式・・・ ステップモーター式
時分針、秒針、日付10の位、日付1の位、曜針
6. 持続時間・・・ 約9ヶ月(フル充電で、パワーセーブが作動しない場合)
※ フル充電をした状態からパワーセーブが作動した場合は最大約2年
7. 電波受信機能・・・ 自動受信(午前2時、4時)
※ 受信状況によって異なる。
※ 受信から次の受信までは上記クォーツの精度で動く
※ 強制受信機能付
8. 電子回路・・・ 発振、分周、駆動、受信回路:IC 3個
※仕様は改良のため予告なく変更することがあります。

Thank you very much for choosing a SEIKO watch.
For proper and safe use of your SEIKO watch,
please read carefully the instructions in this
booklet before using.

Keep this manual handy for easy reference.

※ Length adjustment service for metallic bands is available at the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER.
The service may also be available on a chargeable basis at other retailers, however, some retailers may not undertake the service.

86

Contents

1. About This Product	About reception conditions	102
Handing cautions	Radio signal reception range	102
Features	To enable the watch to easily receive a radio signal	103
Display and button operation	Environments in which it is difficult to receive a radio signal	104
How to use Button B	How to check the reception status	106
Crown	How to display the reception results	106
2. Before Use	4. Time Zone Adjustment Function	
Before use	What is the time zone adjustment function?	108
Checking the charging status	Features of time zone adjustment function	108
Checking the time, date and day	Questions and answers regarding time zone adjustment function	109
3. How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)	How to set the time zone	110
Setting the time, date and day by receiving a radio signal	List of major time zones around the world	112
Mechanism of radio signal reception		
Automatic reception and manual reception		

88

5. Solar Charging Function

About charging	114
How to charge the watch	114
The indication time for charging the watch	115
About energy	116
Energy depletion forewarning function	116
Power save function	117

6. To Preserve the Quality of Your Watch

To preserve the quality of your watch	118
Daily care	118
Performance and type	119
Water resistance	120
Magnetic resistance	124
Band	126
Special clasps	128
Lumibrite	133
Power source	134
Guarantee	136

After-sale service	138
--------------------	-----

7. Troubleshooting

How to conduct manual reception (Receiving a radio signal manually)	140
Conditions in which the watch may be unable to receive radio signals	142
How to manually set the time	142
How to manually set the date and day	144
Preliminary position	150
Things around you which generate magnetism	151
How to set the preliminary position	152
Setting the preliminary position of the date, day, minute and hour hands	152
Troubleshooting	158
In case of an abnormal movement	166
How to reset the Built-in IC	166

8. Specifications

Specifications	172
----------------	-----

89

Handing cautions

Warning

Indicates that a risk is assumed that improper use could lead to serious consequences such as severe injury.

- In the following cases, stop use of this product.
 - If a watch body and a band became sharp due to corrosion
 - If pins of the band stick out

- Keep the watch body and parts out of reach of infants.
Infants may swallow parts.
If swallowed, immediately consult a doctor because parts are harmful to humans.

※ Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or our customer service center.

90

CAUTIONS

To indicate the risks of light injuries or material damages unless the following safety regulations are strictly observed.

- Avoid the following places for wearing or keeping the watch.
 - Places where volatile agents (cosmetics such as polish remover, bug repellent, thinners etc.) are vaporizing
 - Places where the temperature drops below 5℃ or rises above 35℃ for a long time
 - Places of high humidity
 - Places affected by strong magnetism or static electricity
 - Dusty places
 - Places affected by strong vibrations

- If you observe any allergic symptoms or skin irritation
Stop wearing the watch immediately and consult a specialist such as a dermatologist or an allergist

- Other cautions
 - Do not disassemble or tamper with the watch.
 - Keep the watch out of the reach of babies and children.
Extra care should be taken to avoid risks of any injury or allergic rash or itching that may be caused when they touch the watch.

91

Features

This solar-drive and radio-controlled watch is equipped with a radio signal adjustment function.

- The watch is equipped with an easy-to-read date indicator and a retrograde day indicator.
- The watch is operated by using "electric energy" which is converted from the light received by the solar panel.
- This watch displays the precise time by receiving radio signals conveying the time information (this watch can receive official standard radio signals of Japan).

- Radio Signal Receiving Function・・・ This watch adjusts the time precisely by automatically receiving radio signals daily. In addition, radio signals can be forcibly received with manual operation. This watch can receive official standard radio signals of Japan. → pages 100 - 105
- Display Function of Radio Signal Reception Level・・・ The movement of the second hand indicates the radio signal reception level during radio signal reception attempts. → page 141
- Display Function of Radio Signal Reception Results・・・ The movement of the second hand indicates radio signal reception results (Yes/No). → page 106

- Time Zone Adjustment Function・・・ This watch can display local time around the world by setting time zones. → pages 108 - 113

- Solar Charging Function・・・ A solar cell underneath the dial converts any form of light into electrical energy to charge it. Once fully charged, the watch continues to run for approximately nine months. → pages 114 - 115

- Energy Depletion Forewarning Function・・・ The movement of the second hand indicates that the battery should be charged. → pages 116

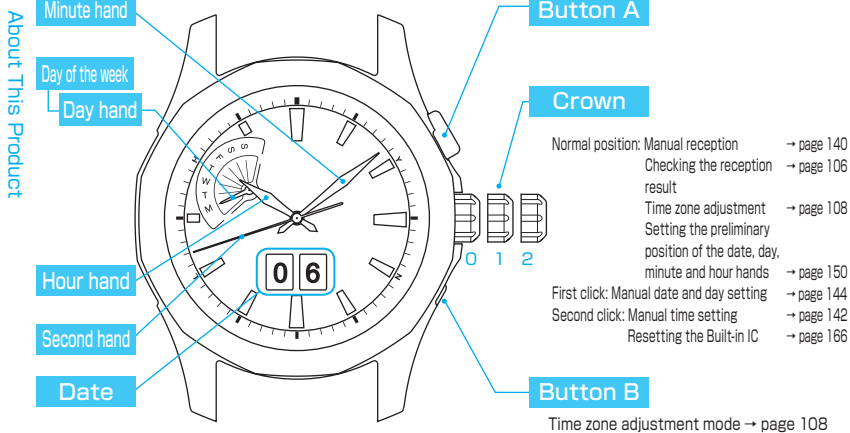
- Power Save Function・・・ This watch is equipped with a function which can suppress energy consumption when it is left without receiving an adequate light source for a certain length of time. → page 117

- Automatic Hand Position Alignment Function・・・ When the hand positions display an incorrect time as a result of external influences such as magnetism, the watch automatically corrects the hand misalignment. → page 150

92

93

Display and button operation



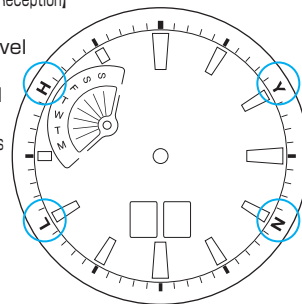
94

Display of Radio Wave Reception Level

[Automatic Reception and Manual Reception]

- H** ··· High reception level (50-second position)
- L** ··· Low reception level (40-second position)
- N** ··· Unable to receive radio signals (20-second position)

※ About display of radio wave reception level → page 141



Display of radio wave reception result

[Checking the reception results] → page 106

- Y** ··· Reception successful (10-second position).
- N** ··· Reception failed (20-second position).

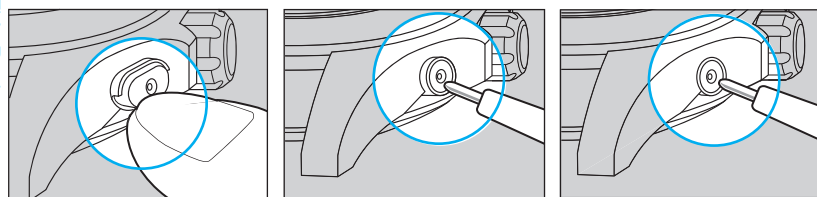
※ Positions of above displays may differ depending on the model.

About This Product

95

How to use Button B

Button B is recessed in the watchcase to prevent accidental input. Types of buttons differ depending on the design of the watch



Upper half of Button B is covered. Press the lower half of Button B or press the hollow in the middle of the button using an object with a long tapered tip.

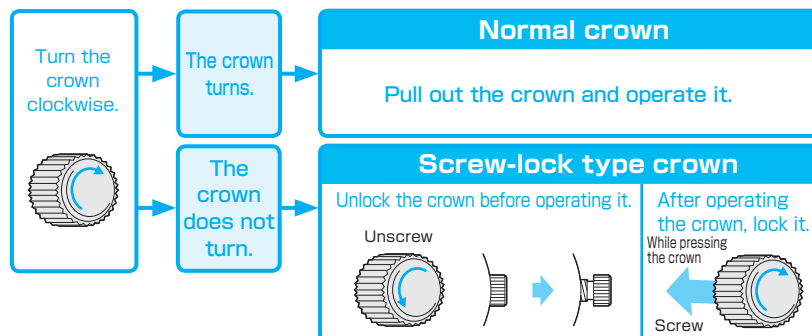
Button B is covered except the hollow in the middle of the button. Press the hollow using an object with a long tapered tip.

Button B is recessed in the watchcase. Button B is recessed in the watchcase. Press the hollow in the middle of the button using an object with a long tapered tip.

96

Crown

There are two types of crowns, a normal crown and a screw-lock crown. Check the crown on your watch.



※ If your watch has a screw-lock crown, the crown screws into the watch to prevent malfunction and increase water resistance.
 ※ Be careful not to screw the crown in by force as it may damage the slots of the crown.

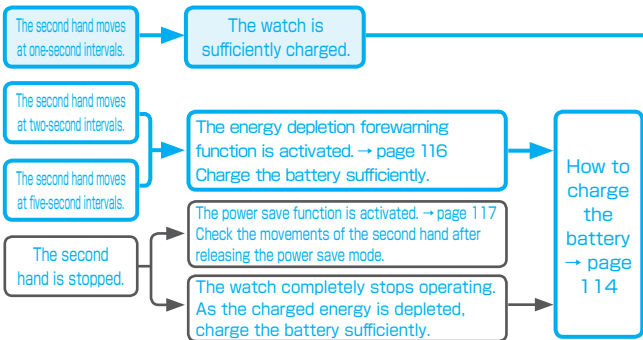
About This Product

97

Before Use

① Checking the charging status

When the movement of the second hand shows an energy depletion state, the battery requires charging.

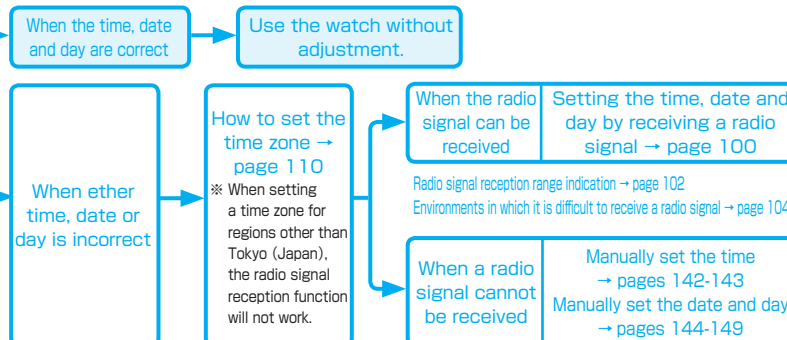


※ If the second hand does not move at one-second intervals even after fully charging the battery → "Charging the solar battery" in Troubleshooting on page 161

98

② Checking the time, date and day

※ The hands of this watch cannot be moved by turning the crown. So when adjusting the time, refer to the following pages regarding the procedures.



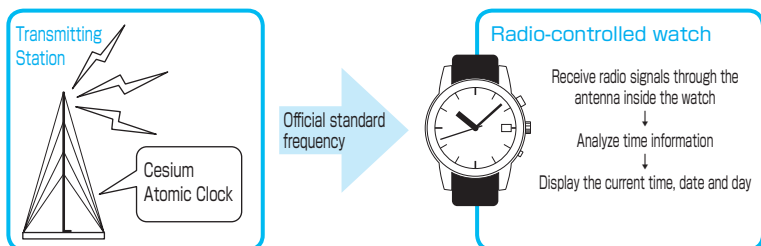
Before Use

99

Setting the time, date and day by receiving a radio signal

Mechanism of radio signal reception

The radio-controlled watch displays the precise time, date and day by automatically receiving and synchronizing itself with the radio signal of an official standard frequency.



Time signal transmitted by a standard frequency is based on a super accurate "Cesium Atomic Clock" that may have a 1 second loss or gain per one hundred thousand years.

100

Automatic reception and manual reception

• Automatic reception

This watch sets the time, date and day by automatically receiving a radio signal at a fixed time. This watch automatically receives a radio signal at 2:00 AM and 4:00 AM.

※ When the watch successfully receives a radio signal, it will stop automatic reception.
 ※ It takes 12 minutes at the longest according to the receiving state of a radio signal.

When receiving radio signals, place the watch in a place where it can easily receive a radio signal. → To enable the watch to easily receive a radio signal → page 103

• Manual reception

When this watch cannot automatically receive a radio signal due to a difficult receiving environment, it is possible to receive them arbitrarily at any time. → How to conduct manual reception → pages 140-141

※ When setting a time zone for regions other than Tokyo (Japan), the radio signal reception function will not work. Check the setting of the time zone → How to set the time zone on pages 110-111
 ※ Radio signal reception results depend on a receiving condition. → Environments in which it is difficult to receive a radio signal on page 104
 ※ This watch is unable to receive radio signals outside a reception range → Radio signal reception range indication on page 102
 ※ When the watch is not displaying the precise time, date and day even after successfully receiving a radio signal → In this case, refer to Troubleshooting: Misalignment of the time and hands on page 162 and Misalignment of the date and day on page 164.

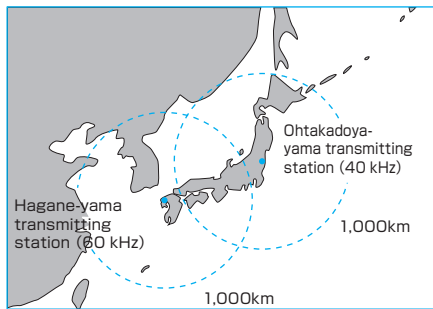
How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)

101

About reception conditions

Radio signal reception range

The reception range from each transmitting station is approximately 1,000 km (1,000 km radius of each station).



JJY is operated by the National Institute of Information and Communications Technology (NICT). JJY is transmitted from two stations in Japan. Each station transmits JJY in a different frequency.
Fukushima (Ohtakadoya-yama transmitting station: 40 KHz)
Kyushu (Hagane-yama transmitting station: 60 KHz)

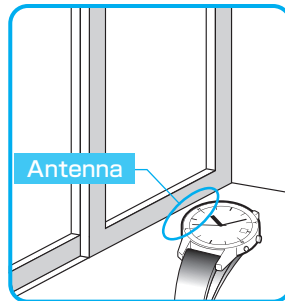
※ NICT: National Institute of Information and Communications Technology

※ Whether the watch succeeds in receiving radio signals or not depends on the receiving conditions. Refer to "About reception environment" on page 104.

To enable the watch to easily receive a radio signal

Place the watch in a place where it can easily receive a radio signal. The antenna for receiving radio signals inside the watch is at the 9 o'clock position. Turning the antenna toward the outside of the window enables the watch to receive radio signals more easily.

※ Locations of transmitting stations → Radio signal reception range indication on page 102



To enhance the reception of radio signals, do not move the watch or do not change the orientation of the watch while it is receiving radio signals.

※ The reception of the radio signals cannot be conducted unless the watch is still.

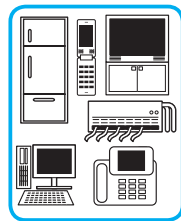
How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)

102

How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)

103

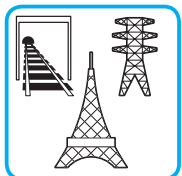
Environments in which it is difficult to receive a radio signal



- Close to home electrical appliances such as TV's, refrigerators or air conditioners
- Close to OA devices such as mobile phones, personal computers or fax machines
- Close to steel desks or other furniture made of metal



- In places generating radio interference, such as construction sites or places with heavy traffic.



- Close to overhead power lines, TV stations, train cables.



- Inside a building, between tall buildings, underground.



- Inside a vehicle, train, or airplane

Avoid putting the watch in such places when it receives radio signals.

How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)

104

How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)

105

NOTICE

- The watch may display the wrong time if it fails to receive radio signals properly because of interference. The watch may also fail to receive radio signals properly depending on the location or radio wave receiving conditions. In this case, move the watch to another place where it can receive radio signals.
- When the watch is out of reception range, its accurate quartz movement will continue to keep the time.
- The time signal transmission may be stopped during maintenance of the facilities of each transmitting station or because of a lightning strike. In such a case, see each station's website for further information or contact SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER.
- Websites of transmitting stations (as of Feb, 2008)
Japan: NICT (Japan Standard Time Group) <http://www.jjy.nict.go.jp/>
• SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER: 0120-612-911 (toll free in Japan)

How to check the reception status

How to display the reception results

This watch displays the latest reception results (Yes/No) of a radio signal for five seconds.

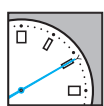
1 Press Button A once and then release it.



※ When Button A is kept pressed for three seconds or longer, the second hand starts to move to the "0-second position," and then the watch switches to the manual reception mode. In this case, press button A again to display the time.

2 The second hand indicates the reception results.

If a reception was successful:
The second hand points to Y
10-second position



If a reception has failed:
The second hand points to N
20-second position



※ If Button A is pressed after five seconds or while the second hand is moving to display the reception results, the reception results display function is cancelled and the second hand resumes its normal movement.

How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)

106

How to Set the Time, Date and Day (Radio Signal Reception)

107

If a reception was successful: The second hand points to Y

- A radio signal has been received successfully. Use the watch without any adjustments.
※ When the watch is not displaying the precise time, date and day even after successfully receiving a radio signal → In this case, refer to Troubleshooting: Misalignment of the time and hands on page 162 and Misalignment of the date and day on page 164.

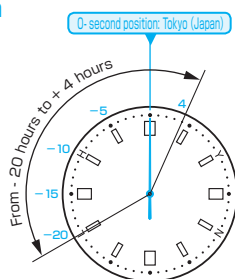
If reception has failed: The second hand points to N.

- Place the watch in a place where it can easily receive a radio signal, or change its direction. Even within the radio signal reception range, this watch may fail to receive a radio signal depending on the condition (due to the influence of weather, geographical features, buildings, or direction) . → In this case, refer to Environments in which it is difficult to receive a radio signal on page 104. This watch is unable to receive radio signals outside a reception range → Radio signal reception range indication on page 102
- Attempt to receive a radio signal in a different time period (In the case of manual reception). Receiving environments differ according to time periods even at the same place. Due to radio signal characteristics, the watch is able to easily receive radio signals during nighttime hours.
- When manually adjusting the time even after successfully receiving a radio signal, reception results are reset to "N."
※ When pulling the crown to the second click, the watch enters the manual time setting mode, and resets the reception results without adjusting the time.
- When the watch is unable to receive radio signals, it may move depending on the quartz movement.
Accuracy of loss / gain: ± 15 seconds per month

What is the time zone adjustment function?

Features of time zone adjustment function

- Set the watch to an overseas local time on the basis of Japan time. This watch is able to be set to an overseas local time in one hour units. Most of the regions around the world adopt time differences based on one-hour units. The range of time differences around the world centered from Japan is "from - 20 hours to + 4 hours."
- This watch can automatically display the local time of a desired area by selecting its time zone. When the watch is set in the time zone adjustment mode, the second hand indicates the time zone. Press the button to set the time zone referring to the position of the second hand. This watch selects a radio signal transmitting station by setting the time zone. When setting a time zone for regions other than Tokyo (Japan), the radio signal reception function will not work.
→ How to set the time zone on pages 110-111
→ List of major time zones around the world on page 112



Time Zone Adjustment Function

108

Time Zone Adjustment Function

109

Questions and answers regarding time zone adjustment function

- Q: When the watch is returned from overseas to Japan, is the time automatically changed to Japan time?
A: The watch will not be automatically set to Japan time if it is just moved to Japan. When you use the watch in Japan, set to Japan time by using the "time zone adjustment function." When setting a time zone for regions other than Japan, the watch will not receive a radio signal.
- Q: Since the hands stop during use of the time zone adjustment function, is an incorrect time displayed?
A: Since the internal circuit memorizes the time, the correct time is always displayed.
- Q: When a time zone for regions out of the radio signal reception range is set, the watch will not receive a radio signal. How is the accuracy of the watch at that time?
A: The watch can be used with the same accuracy as a normal quartz watch. (Monthly average of loss / gain: ± 15 seconds)
- Q: What should I do to set the watch to the local time of a region with a time zone in 15 or 30-minute units?
A: Use the function the "manual time setting mode" to set the watch to the local time of a region with a time zone in 15 or 30-minute units.
→ How to manually set the time on page 142

How to set the time zone

① Press Button B once and then release it (4 seconds).

The second hand starts to move, and then the watch enters the time zone adjustment mode.

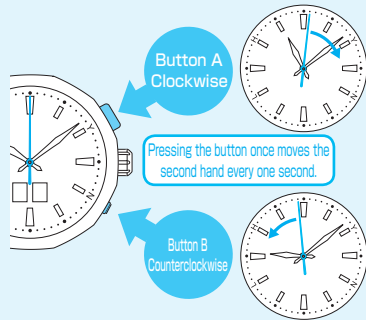


When a no movement state of the second hand is kept for ten seconds or more, the watch automatically switches to the time display state. When it is in the middle of operation, re-attempt the operation from procedure "1."

② Set the time zone by pressing the button to move the second hand.

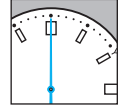
When setting a time zone for regions other than Tokyo (Japan), the radio signal reception function will not work.

The one-second movement of the second hand is equivalent to one hour in the time zone.



※ The buttons can be pressed continuously.

If the watch is used in Japan Set the second hand to the 0-second position.



If the watch is used in other areas List of major time zones around the world → page 112

When the no movement state of the second hand is kept for ten seconds or more, the watch automatically switches to the time display state. When it is in the middle of operation, re-attempt the operation from procedure "1."

③ When the no movement state of the minute and hour hands is kept for ten seconds, the watch automatically terminates the time zone adjustment mode.

In the case that the date and day change, the date and day displays change afterward.

※ During movement of the date or day hand, neither the buttons nor the crown can be operated.

List of major time zones around the world

When setting a time zone for a region outside Tokyo, the radio signal reception function will not work.

Position that the second hand indicates	Time difference with Japan Standard Time	Name of representative city (Time zone)
51-second position	-9 hours	London/UTC ★
52-second position	-8 hours	Paris/Berlin ★
53-second position	-7 hours	Cairo ★
54-second position	-6 hours	Moscow ★
55-second position	-5 hours	Dubai
56-second position	-4 hours	Karachi
57-second position	-3 hours	Dhaka
58-second position	-2 hours	Bangkok
59-second position	-1 hours	Hong Kong
0-second position	± 0 hour	Tokyo
1-second position	+1 hours	Sydney ★
2-second position	+2 hours	Nouméa
3-second position	+3 hours	Wellington ★
4-second position	+4 hours	(DST Wellington)

Position that the second hand indicates	Time difference with Japan Standard Time	Receivable radio signal
51-second position	-9 hours	London/UTC ★
50-second position	-10 hours	Azores ★
49-second position	-11 hours	(DST Rio de Janeiro)
48-second position	-12 hours	Rio de Janeiro ★
47-second position	-13 hours	Santiago ★
46-second position	-14 hours	New York ★
45-second position	-15 hours	Chicago ★
44-second position	-16 hours	Denver ★
43-second position	-17 hours	Los Angeles ★
42-second position	-18 hours	Anchorage ★
41-second position	-19 hours	Honolulu
40-second position	-20 hours	Midway Islands

★ Daylight Saving Time (Summer Time) is in effect in time zones indicated with a "★" mark. (As of December 2008)

There are time differences around the world based on "Coordinated Universal Time (UTC)." There are 24 regions (Time Zones) around the world with a time difference of one hour. This system has been adopted internationally by setting the total time difference around the world as 24 hours.

In addition, Daylight Saving Time (Summer Time) is individually adopted in some regions.

[What is UTC (Coordinated Universal Time)?]

UTC is the universal standard time coordinated through international agreement. It is used as the official time around the world. UTC is determined by adding a leap second to GMT (Greenwich Mean Time), which is determined through astronomical measurement, in order to keep the precise time.

[What is summer time (DST)?]

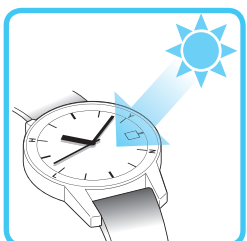
Summer time is daylight saving time. Advancing the watch one hour to prolong daytime during longer daylight hours in summer. Daylight saving time has been adopted in about 80 countries, mainly in Europe and North America. The adoption and duration of daylight saving time vary depending on the country.

※ Time differences between regions and daylight saving time may change due to circumstances of a country or region.
 ※ A time difference established in 15 minute or 30 minute units is adopted in very limited regions (ex. India).

About charging

How to charge the watch

To enjoy optimal performance of this watch, make sure that the watch is kept sufficiently charged at all times.



To charge the watch, expose the dial (solar cell) to adequate light.

※ When changing the watch, keep the watch temperature under 60°C
 ※ Before initially using the watch or when the watch has stopped as a result of complete depletion of stored power, charge the watch sufficiently.



If the watch is concealed under a long sleeve shirt, or if it is used or stored continually under conditions where it cannot receive sufficient light, the power stored in the solar cell may be easily depleted because the watch cannot be sufficiently charged.

The indication time for charging the watch

Charge the watch based on the following indication times:

Illumination 1 x (LUX)	Light source	Condition (Example)	Time required for fully charging the watch	Time required for charging the watch to start moving at one-second intervals	Time required for charging the watch to run for one day
500	Incandescent light	60W 60cm	—	—	6 hours
700	Fluorescent light	General offices	—	—	4 hours
1,000	Fluorescent light	30W 70cm	—	40 hours	3 hours
3,000	Fluorescent light	30W 20cm	230 hours	6 hours	1 hours
5,000	Fluorescent light	30W 12cm	150 hours	4 hours	35 minutes
10,000	Fluorescent light	30W 5cm	60 hours	1.5 hours	15 minutes
	Sunlight	Cloudy day			
100,000	Sunlight	Sunny day (Under the direct sunlight on a summer day)	30 hours	30 minutes	3 minutes

★ The values in this column represent the charging time required "until the second hand moves constantly at one-second intervals" after the watch is exposed to light.
 Even if the watch is not recharged for the time specified in the column, the second hand may temporarily move at one-second intervals. However, it will soon resume moving at two-second intervals. Therefore, charge the watch based on the indication times above.
 ※ The required charging time slightly varies depending on the model of the watch.
 ※ For the movement of the second hand, confirm the energy status. → Checking the charging status on page 98

About energy

Energy depletion forewarning function

The energy depletion forewarning function is activated when the energy stored in the watch runs low. In such a case, the second hand moves at two-second intervals. If the watch continues to be in the state of two-second interval movement, the watch switches to five-second interval movement, followed by a completely stopped state. If the energy depletion forewarning function is activated, charge the watch sufficiently.

How to charge the watch page 114
 Standard charging time page 115
 Power save function next page

※ Neither the buttons or the crown can be operated while the second hand moves at two-second or five-second intervals (this is not a malfunction).
 ※ While the second hand moves at five-second intervals, the hour and minute hands, date and day stop operating.
 ※ While the second hand moves at five-second intervals, the watch is unable to receive radio signals automatically. After the watch is charged sufficiently and the second hand returns to normal one-second interval movement, conduct the manual reception of radio signals to set the watch to the correct time. (Refer to Automatic reception and manual reception → page 101.)

Power save function

This watch is equipped with a power save function (Power saving) which can suppress energy consumption when it is left without receiving an adequate light source for a certain length of time.

	Power Save 1	Power Save 2
Condition	When the watch is exposed to a state without receiving an adequate light source for 72 hours or longer.	When the watch is in an insufficient charging state for a long time.
Situation	The second hand stops pointing at the 15-second position, and the hour and minute hands also stop.	The second hand stops pointing at the 45-second position, and the hour and minute hands also stop. The watch does not conduct automatic radio signal receiving.
How to handle the situation	When the watch is exposed to an adequate light source for five seconds or longer, it displays the current time again after the second hand is rapidly advanced.	After sufficiently charging the battery, set the watch for the current time, if necessary.

Power Save 2
 ※ While the watch is being charged, the second hand moves at "Five-second Intervals."
 During the "Five-second Interval Movement," neither the buttons nor the crown can be operated.
 ※ If the "Power Save 2" mode is prolonged, the stored power amount drops and the internal current time information stored will be lost. When the watch returns to its normal movement of one-second interval after sufficiently charging the battery, set the current time by receiving a radio signal. (Refer to Automatic reception and manual reception → page 101)

To preserve the quality of your watch

Daily care

The watch requires good daily care

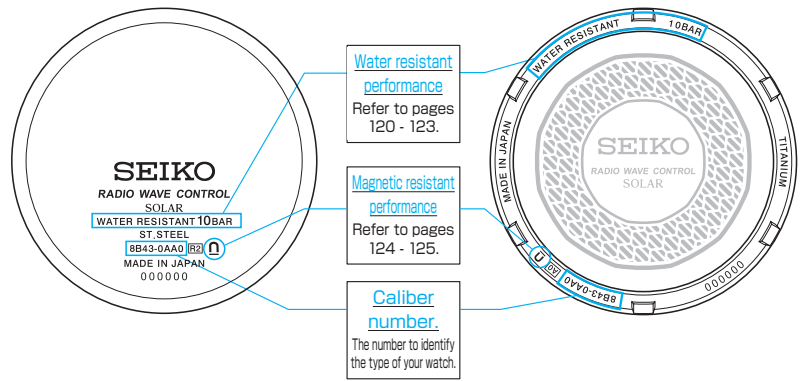
- Wipe away moisture, sweat or dirt with a soft cloth
- To clean the clearances (around the metallic band, crown or case back), a soft toothbrush is convenient.
- After soaking the watch in seawater, be sure to wash the watch in clean pure water and wipe it dry carefully.

Turn the crown from time to time

- In order to prevent corrosion of the crown, turn the crown from time to time.
- The same practice should be applied to a screw lock type crown. (No need to pull out the screw lock type crown.)
Crown → P.97

Performance and type

The case back shows the caliber and of your watch.



※ The figure above is one example. Performance of your watch is different from above sample..

Water resistance

Refer the table below for the description of each degree of water resistant performance of your watch before using.

(Refer to "page 119")

Indication on the case back	Water resistant performance
No indication	Non-water resistance
WATER RESISTANT	Water resistance for everyday life
WATER RESISTANT 5 BAR	Water resistance for everyday life at 5 barometric pressures
WATER RESISTANT 10 (20) BAR	Water resistance for everyday life at 10(20) barometric pressures.

Condition of use	
Avoid drops of water or sweat	
The watch withstands accidental contact with water in everyday life.	WARNING Not suitable for swimming
The watch is suitable for sports such as swimming.	
The watch is suitable for diving not using an air cylinder.	

WARNING

Do not use the watch in scuba diving or saturation diving.

The various tightened inspections under simulated harsh environment, which are usually required for watches designed for scuba diving or saturation diving, have not been conducted on the water-resistant watch with the BAR (barometric pressure) display. For diving, use special watches for diving.

CAUTION

※ If the inner surface of the glass is clouded with condensation or water droplets appear inside of the watch for a long time, the water resistant performance of the watch is deteriorated. Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER (listed on the end of a book).

Do not turn or pull out the crown when the watch is wet.

Water may get inside of the watch.

CAUTION

Do not leave moisture, sweat and dirt on the watch for a long time.

Be aware of a risk that a water resistant watch may lessen its water resistant performance because of deterioration of the adhesive on the glass or gasket, or the development of rust on stainless steel.

Do not wear the watch while taking a bath or a sauna.

Steam, soap or some components of a hot spring may accelerate the deterioration of water resistant performance of the watch.

Do not pour running water directly from faucet.

The water pressure of tap water from a faucet is high enough to degrade the water resistant performance of a water resistant watch for everyday life.

Magnetic resistance (Magnetic influences)

Affected by nearby magnetism, an analog quartz watch may temporarily gain or lose time or stop operating.

※ Even if this watch temporarily gains or loses time by magnetism, it automatically corrects the hand misalignment by "Automatic hand position alignment function." (page 150)

Indication on the back case	Condition of use
No indication	Keep the watch more than 10cm away from magnetic products.
	Keep the watch more than 5cm away from magnetic products. (JIS level-1 standard)
	Keep the watch more than 1cm away from magnetic products. (JIS level-2 standard)

Examples of common magnetic products that may affect watches

	Cellular phone (speaker)	Magnetic health belt
	Bag (with magnet buckle)	Magnetic necklace
	AC-powered shaver	Magnetic health mat
	Portable radio (speaker)	Magnetic health pillow
	Magnetic cooking device	etc

The reason why analogue quartz watch is affected by magnetism.

It is because the built-in motor of the watch, which harnesses magnetic power and external strong magnetism, affect each other to stop the motor or suppresses the turn of the motor.

■ Band

The band contacts the skin directly and becomes dirty with sweat or dust. Therefore, lack of care may accelerate deterioration of the band or cause skin irritation or stains on the sleeve cuff. The watch requires thorough attention for long usage.

• Metallic band


- Water, sweat or dirt may cause rust even on a stainless metal band if left for a long time.
- Lack of care may cause skin irritation or a yellowish or gold stain on the sleeve cuff.
- Wipe off water, sweat or dirt with a soft cloth as soon as possible.
- To clean the dirt in the joint gaps of the band, wipe it out in water and then brush it off with a soft toothbrush, etc.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap, etc.)
- Even if the band is a titanium band, stainless steel with superior strength may be used for the pins and rust may occur on the stainless steel pins.
- If rust becomes severe, pins may stick out or come out of the band, causing the watch to fall off. Otherwise, the inner stopper cannot be unlocked.
- Should the pins stick out of the band, it may cause injury. Immediately stop use of the watch and request repair.

• Leather band

- A leather band is susceptible to discoloration and deterioration from moisture, sweat and direct sunlight.
- Wipe off moisture and sweat as soon as possible by gently blotting them up with a dry cloth.
- Do not expose the watch to direct sunlight for a long time.
- Please take care when wearing a watch with light-colored band, as dirt is likely to show up.
- Refrain from wearing a leather band watch other than Aqua Free bands while bathing, swimming, and when working with water even if the watch itself is water-resistant enforced for daily use (10-BAR water resistant).

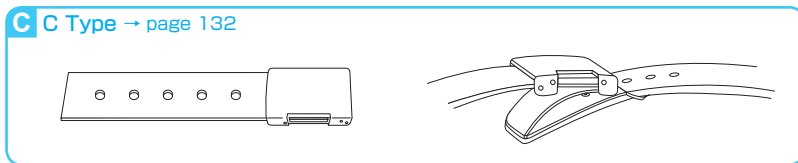
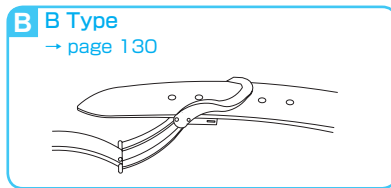
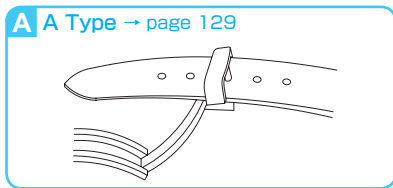
• Polyurethane band

- A polyurethane band is susceptible to discoloration from light, and may be deteriorated by solvent or atmospheric humidity.
- Especially a translucent, white, or pale colored band easily adsorbs other colors, resulting in color smears or discoloration.
- Wash out dirt in water and clean it off with a dry cloth.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)
- When the band becomes less flexible or cracked, replace the band with a new one.

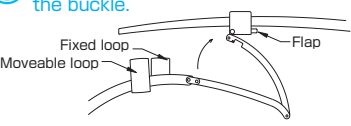
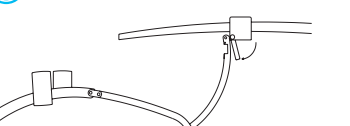
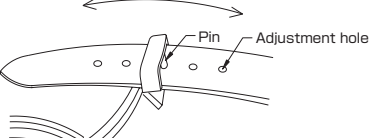
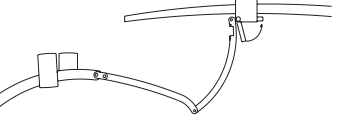
Notes on skin irritation and allergy	Skin irritation caused by a band has various reasons such as allergy to metals or leathers, or skin reactions against friction on dust or the band itself.
Notes on the length of the band	Adjust the band to allow a little clearance with your wrist to ensure proper airflow. When wearing the watch, leave enough room to insert a finger between the band and your wrist. 

■ Special clasps

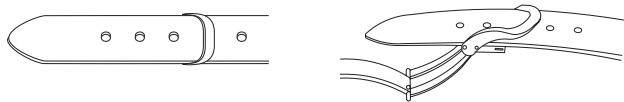
There are 3 type of special clasps as described below; If the clasp of the watch you purchased is one of them, please refer to the indications.



A A Type

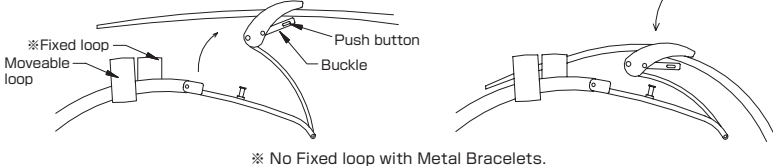
- 1 Lift up the clasp to release the buckle. 
- 2 Open the flap. 
- 3 Take the pin out of the adjustment hole, adjust the size of the strap by sliding it back and forth, and then put the pin back into the appropriate adjustment hole. 
- 4 Close the flap. 

B B Type

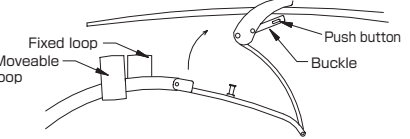
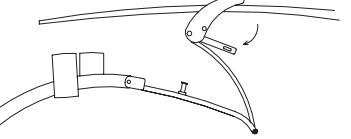
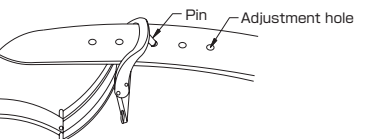
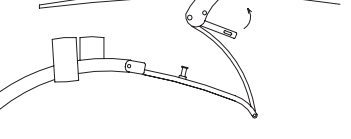


• How to wear or take off the watch

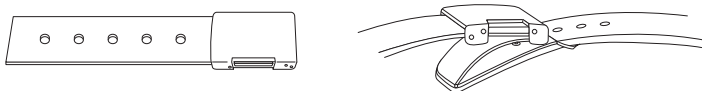
- 1 Press the button on both sides of the buckle ; pull the buckle up. The band will automatically come out of the loop.
- 2 Place the tip of the band into the moveable loop and fixed loop, and fasten the clasp by pressing the frame of the buckle.



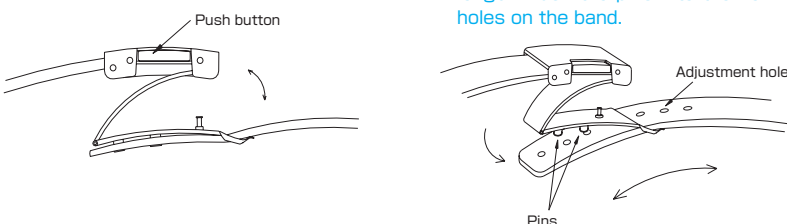
• How to adjust the length of the leather band

- 1 With pressing buttons on both sides of the buckle, pull the leather band out of the moveable loop and fixed loop. Then open the clasp. 
- 2 Press the push buttons again to unfasten the buckle. 
- 3 Pull the pin out of a adjustment hole of the band. Slide the band to adjust its length and find an appropriate hole. Place the pin into the hole. 
- 4 Fasten the buckle with pressing the push buttons. 

C C Type



- 1 Press the button on the buckle, and lift to open the clasp.
- 2 To adjust : Pull the pins out of the adjustment holes on the band. Slide the band to the appropriate length. Push the pins into the new holes on the band.



■ Lumibrite

If your watch has Lumibrite

Lumibrite is a luminous paint that is completely harmless to human beings and natural environment, containing no noxious materials such as radioactive substance. Lumibrite is a newly-developed luminous paint that absorbs the light energy of the sunlight and lighting apparatus in a short time and stores it to emit light in the dark. For example, if exposed to a light of more than 500 lux for approximately 10 minutes, LumiBrite can emit light for 3 to 5 hours. Please note, however, that as Lumibrite emits the light it stores, the luminance level of the light decreases gradually over time. The duration of the emitted light may also differ slightly depending on such factors as the brightness of the place where the watch is exposed to light and the distance from the light source to the watch.

Condition		Illumination
Sunlight	Fine weather	100,000 lux
	Cloudy weather	10,000 lux
Indoor (Window-side during daytime)	Fine weather	more than 3,000 lux
	Cloudy weather	1,000 to 3,000 lux
	Rainy weather	less than 1,000 lux
Lighting apparatus (40-watt daylight fluorescent light)	Distance to the watch: 1 m	1,000 lux
	Distance to the watch: 3 m	500 lux (average room luminance)
	Distance to the watch: 4 m	250 lux

Power source

Overcharge prevention function

When the secondary battery is fully charged, the overcharge prevention function is automatically activated to avoid further charging. There is no need to worry about damage caused by overcharging no matter how much the secondary battery is charged in excess of the "time required for fully charging the watch".

※ Refer to "Standard charging time" on page 115 to check the time required for fully charging the watch.

NOTICE

(Notes on charging the watch)

- When charging the watch, do not place the watch in close proximity to an intense light source such as lighting equipment for photography, spotlights or incandescent lights, as the watch may be excessively heated resulting in damage to its internal parts.
- When charging the watch by exposure to direct sunlight, avoid places that easily reach high temperatures, such as a car dashboard.
- Always keep the watch temperature under 60°C.

134

Power source

The battery used in this watch is a special secondary battery, which is different from ordinary batteries. Unlike an ordinary silver oxide battery, the secondary battery does not require periodic replacement. However, if the secondary battery is charged or discharged repeatedly over an extended period of time, its life may shorten. (This condition changes depending upon usage condition and storage environment.) The secondary battery is an environmentally friendly, clean energy storage device.

NOTICE

- When replacing the secondary battery, make sure that the exclusive secondary battery for this watch is used. Installation of an ordinary silver oxide battery can generate heat that can cause bursting or ignition.
- Even when a silver oxide battery is substituted, electrical continuity cannot be obtained.

135

Guarantee

Within one year from the date of purchase, we guarantee free repair/adjustment service against any defects according to the following guarantee regulations, provided that the watch was properly used as directed in this instruction booklet.

Guarantee coverage

The watch body (movement·case) and metallic band.

Exceptions from guarantee

- In following cases, repair/adjustment services will be at cost even within the guarantee period or under guarantee coverage.
- Change of leather/urethane/cloth band
 - Troubles or damage caused by accidents or improper usage
 - Scratches or grime caused by use
 - Problems and damage caused by acts of god, natural disasters including fire, floods or earthquakes.
 - The certificate of guarantee is valid only if all the necessary items are properly filled in. We will not honor an altered or tampered certificate of guarantee for free repair services.

136

Free repair services are guaranteed only under the period and conditions specified in the certificate of guarantee. It does not affect specific legal rights of a consumer. The certificate of guarantee is valid only in Japan.

Procedure to claim free repair services

- For any defects under guarantee, submit the watch together with the attached certificate of guarantee to the retailer from whom the watch was purchased.
- If repair services cannot be provided by the retailer from whom the watch was purchased, contact SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. In this case, the attached certificate of guarantee is also needed.

Others

- The case, dial, hands, glass and bracelet, or parts thereof may be repaired with substitutes if the originals are not available. If necessary, movements will be replaced.
- For length adjustment service of a metallic band, ask the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. Other retailers may undertake the service on a chargeable basis.

137

After-sale service

Repair parts

- The repair parts of this watch will be retained usually for 7 years.
- Some alternative parts may be used for repair if necessary.

Notes on overhaul

Periodic inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul) is recommended approximately once every 3 to 4 years in order to maintain optimal performance of the watch for a long time. According to use conditions, the oil retaining condition of your watch mechanical parts may deteriorate, abrasion of the parts may occur due to contamination of oil, which may ultimately lead the watch itself to stop. As the parts such as gasket may deteriorate, water-resistant performance may be impaired due to intrusion of perspiration and moisture. Please contact the retailer from whom the watch was purchased for inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul). For replacement of parts, please specify "SEIKO GENUINE PARTS." When asking for inspection and adjustment by disassembly and cleaning (overhaul), make sure that the gasket and push pin are also replaced with new ones.

138

Notes on guarantee and repair

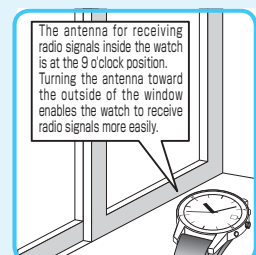
- Contact the retailer the watch was purchased from or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER for repair or overhaul.
- Within the guarantee period, present the certificate of guarantee to receive repair services.
- Guarantee coverage is provided in the certificate of guarantee. Read carefully and retain it.

139

How to conduct manual reception (Receiving a radio signal manually)

1 Placing the watch

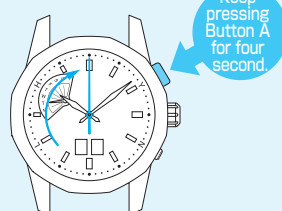
- When receiving a radio signal, place the watch where it can easily receive a signal.



→ To enable the watch to easily receive a radio signal on page 103

2 Keep pressing Button A until the second hand has finished its movement to the 0-second position (4 seconds)

- When the second hand has moved to the 0-second position, the watch will start to receive a radio signal.



※ When setting a time zone for regions other than Tokyo (Japan), the function of the manual radio signal reception will not work. (The second hand does not move to the 0-second position.) Confirm the time zone setting.
→ How to set the time zone on pages 110-111

3 Do not move the watch while receiving a radio signal.

※ The reception of a radio signal cannot be conducted unless the watch is still.

It takes 12 minutes at the longest according to the receiving state of a radio signal.

- After about one minute from the start of receiving a radio signal, the second hand will start to indicate the receiving level.

4 The watch displays the time when receiving a radio signal and after receiving a signal.

- Check whether the receiving a radio signal has been successful.
→ How to check the reception status on page 106
- ※ During the movement of the date and day, neither the buttons nor the crown can be operated.

Display during reception

Receiving level
High: H
50-second position



Receiving level
Low: L
40-second position



If the reception has failed

Receiving level
Reception failed: N
20-second position



Reception level is updated by moving the second hand every one minute.
※ The minute hand moves by one minute along with the movement of the second hand.

After five seconds, the watch will resume displaying the time.

※ It is difficult to receive the signals in some receiving conditions. → Environments in which it is difficult to receive a radio signal indication on page 104
※ This watch is unable to receive a radio signal outside a reception range → Radio signal reception range on page 102
※ When the watch is unable to receive radio signals → If the reception has failed: The second hand points to N on page 107.

140

141

Conditions in which the watch may be unable to receive radio signals

How to manually set the time

The watch may be unable to receive a radio signal due to a variety of reasons. → Troubleshooting on page 160

If the watch is unable to receive a radio signal even after the troubles are corrected, it is recommended manually adjust the time.

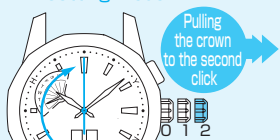
When the watch is used continuously in conditions in which the watch may be unable to receive a radio signal, it can be manually adjusted.

※ When the watch is unable to receive a radio signal, it can move depending on normal quartz movement (accuracy of loss / gain: ± 15 seconds per month).

- When adjusting the time, date and day will be accordingly adjusted.
- When the watch receives a radio signal after manual adjustment of the time, it displays the received time.
- When using the watch again in regions in which the watch is able to receive a radio signal, it is recommended to perform "Manual reception." → How to conduct manual reception on pages 140-141

1 When pulling the crown to the second click, the second hand stops at the 0-second position.

▶ The watch enters the manual time setting mode.



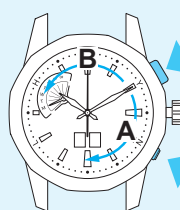
Pulling the crown to the second click

※ When the crown is a screw lock type, unlock it. → page 97

※ When the watch enters the manual time setting mode, the reception results will be indicated as "N," since the reception results data will be lost.

2 Press Button A or Button B to set the time.

One minute Advance	Press Button A once and then release it.
Continuous Advance	When Button A is kept pressed for two seconds or longer, the hand will start to move. Press Button A again to stop.



Button A Clockwise

※ Press Button B with a pointed object. → page 96

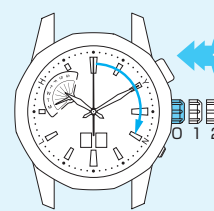
Button B Counterclockwise

※ The hand will not move by turning the crown.

※ The point in which the date and day change at 0:00 AM (12:00 PM). Adjust the time taking into consideration that it is set during the AM and PM.

3 Push the crown back in according to the time signal.

▶ Operation has been completed. The watch resumes its normal movement.



Pushing the Crown Back In

※ When the crown is a screw lock type, unlock it. → page 97

How to manually set the date and day

When the date and day are not automatically changed due to an environment such as the area out of the radio signal reception range (overseas) in which the watch is unable to receive a radio signal (when changing from months with 30 days or less to months with 31 days), the date and day can be adjusted manually.

※ Even if the watch is unable to receive a radio signal, it operates with an accuracy of a quartz watch (accuracy of loss / gain: ± 15 seconds per month).

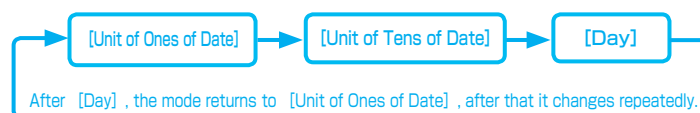
- The date and day can be adjusted independently regardless of the time.
- When the watch receives a radio signal after conducting manual adjustment of the time, it displays the time based on the information of time received.
- When using the watch again in regions in which the watch is able to receive the radio signals, it is recommended to perform "Manual reception." → How to conduct manual reception on pages 140-141

※ When the date and day are not correct even if the watch successfully receives a radio signal, the preliminary position of the date and day may be misaligned. Setting the Preliminary position of the date, day, minute and hour hands page 152

[Manual date and day setting mode]

There are three manual date and day setting modes.

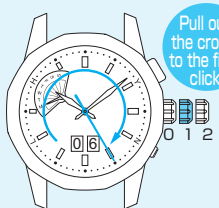
The mode changes in the order of [Unit of Ones of Date] → [Unit of Tens of Date] → [Day].



How to operate on pages 146 - 149.

1 Pull out the crown to the first click. The second hand moves to stop at the 25-second position.

▶ The watch enters the "Unit of Ones of Date" setting mode.



Pull out the crown to the first click.

※ When the crown is a screw lock type, unlock it. → page 97

※ The watch operates while it enters the mode. (The second hand remains stopped.)

2 Press Button B to set the unit of ones of date.

※ If the unit of ones of date is not corrected, go to procedure 3.

One Day Advance	Press Button B once and then release it.
Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.



※ Press Button B with a pointed object. → page 96

Button B

3 Press and hold Button A until the second hand stops at the 35-second position. (3 seconds)

▶ The watch enters the "Unit of Tens of Date" setting mode.



Keep pressing Button A for 3 seconds.

4 Press Button B to set the Unit of Tens of Date.

※ If the Unit of Tens of Date is not corrected, go to procedure 5.

One Day Advance	Press Button B once and then release it.
Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.



Button B

Go on to the next page

5 Press and hold Button A until the second hand stops at the 55-second position. (3 seconds)

▶ The watch enters the "day" setting mode.



Keep pressing Button A for 3 seconds.

6 Press Button B to set the day.

※ If the day is not corrected, go to procedure 7.

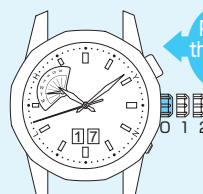
One Day Advance	Press Button B once and then release it.
Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.



Button B

7 Push the crown back in.

▶ Operation has been completed. The watch resumes its normal movement.



Pushing the Crown Back In

※ When the crown is a screw lock type, unlock it. → page 97

Preliminary position

When the watch is unable to display the precise time, date or day even if it successfully receives a radio signal with the correct time zone setting, the preliminary position may be misaligned.

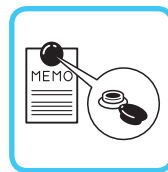
The radio-controlled watch can automatically adjust the time, however, if the preliminary hand position is an improper one, the watch will be unable to display the precise time even when receiving a radio signal. When comparing the state of "Misaligned Preliminary Hand Position" to that of a weight scale, it is like "a scale which is unable to display the correct weight because its needle is not set to the zero position before weighing."

- **When it is necessary to adjust the preliminary position**
When displaying an incorrect time, date or day after receiving a radio signal correctly, or when performing system reset, the preliminary position must be adjusted.
- **Adjustment of preliminary position of the minute and hour hands (Automatic Hand Position Adjustment Function)**
The second, minute and hour hands have an "Automatic hand position adjustment function," which automatically corrects an incorrect preliminary position. Automatic hand position adjustment function activates once a minute for the second hand and once every 12 hours (at 12:00 both for the AM and PM) for the minute and hour hands.
※ The preliminary position of the minute and hour hands can be corrected manually. → page 152
- **Adjustment of preliminary position of date or day**
Since the preliminary position of the date or day is not automatically adjusted, it must be adjusted manually.
→ Setting the preliminary position of the date, day, minute and hour hands on page 152

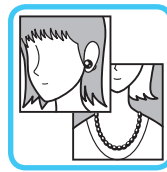
<Misalignment of the time, date and day>

- In the case of having a strong impact: Misalignment of the time, date and day may occur when dropping or hitting the watch.
- In the case of a magnetic influence: Misalignment of the time, date and day may occur when bringing the watch close to an object which generates magnetism.

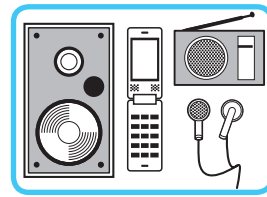
Things around you which generate magnetism



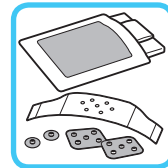
• Magnetic Clip



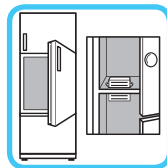
• Accessories using a magnet



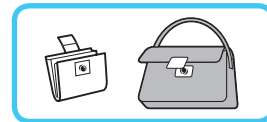
• Magnetic therapy devices (a heating pad, bedding, a lumbago band, etc.)



• Magnet of doors for a refrigerator or furniture



• Speakers used for such as audiovisual apparatus, radio, an earphone, and a cellular phone.



• Clasps for a bag or wallet

How to set the preliminary position

Setting the preliminary position of the date, day, minute and hour hands

- The preliminary position of the date is "01" (1st).
- The preliminary position of the day is "M" (Monday).
- The preliminary position of the minute and hour hands is "12 o'clock."

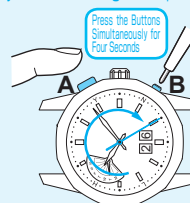
When the preliminary position is incorrect, the correct time, date or day cannot be displayed even if the watch receives a radio signal. Loss or gain of the time, date or day can be adjusted by setting the preliminary position.

- In the case that the numerical number of the date deviates from the center of the window, it also can be corrected by the same procedures as mentioned above.
- In the case that the day hand does not point to the correct day, it also can be corrected.

※ When the watch has no movement of the date, the day hand or the second hand for 20 seconds or longer, it automatically displays the time again. When it is in the middle of operation, re-attempt the operation from procedure 1.

1 Press and hold Button A and Button B simultaneously until the second hand stops at the 25-second position (for 4 seconds).

- ▶ The watch enters the mode to adjust the preliminary position of the "Unit of Ones of Date." And then the date and the day hand start moving and stop at the preliminary position.



※ Press Button B with a pointed object.
→ page 96

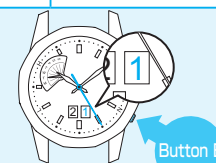
※ During movement of the date and the day hands, the buttons cannot be operated. When the watch has no movement of the date and the day hands for 20 seconds or longer after the date and the day hand stop, it automatically displays the time again. When it is in the middle of operation, re-attempt the operation from procedure 1.

2 Press Button B to set the Unit of Ones of Date to "1."

- ▶ Adjust the Unit of Ones of Date so that "1" will locate at the center of the window.

※ When "1" is displayed in the date window, go to procedure 3.

Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.
Fine Adjustment	Each pressing Button B slightly advances the Unit of Ones of Date.



Go on to the next page

3 Press and hold Button A until the second hand stops at the 35-second position (3 seconds)

- ▶ The watch enters the mode to adjust the preliminary position of the "Unit of Tens of Date."



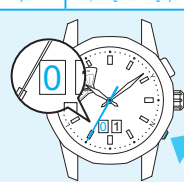
Keep pressing Button A for 3 seconds.

4 Press Button B to set the Unit of Tens of Date to "0"

- ▶ Adjust the Unit of Tens of Date so that "0" will locate at the center of the window.

※ When "0" is displayed in the date window, go to procedure 5.

Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.
Fine Adjustment	Each pressing Button B slightly advances the Unit of Ones of Date.



Button B

5 Press and hold Button A until the second hand stops at the 55-second position (3 seconds)

- ▶ The watch enters the mode to adjust the preliminary position of the "day."



Keep pressing Button A.

6 Press Button B to set the day hand to "M"

- ▶ Adjust the day hand so that it will point to "M."

※ When the hand points to "M", go to procedure 7.

Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.
Fine Adjustment	Each pressing Button B slightly advances the Unit of Ones of Date.

※ The day hand rotates clockwise (this is not a malfunction).



Button B

Go on to the next page

7 Press and hold Button A until the second hand stops at the 0-second position (3 seconds)

- ▶ The watch enters the mode to adjust the preliminary position of the "minute and hour hands."

※ When the correct time is displayed, go to procedure 9.



Keep pressing Button A

8 Press Button B once and release it

- ▶ The minute and hour hands move to stop at "12 o'clock."



Press Button B once.

※ Press Button B with a pointed object. → page 96

9 After the procedures are completed, the watch is left for 20 seconds.

- ▶ The preliminary position adjustment mode is automatically terminated and the second hand starts moving.

Confirm whether the time, date and day are correct after the watch resumes displaying time.

In the case that the time, date and day are not correct, adjust the time, date and day.

Set the time, date and day by receiving a radio signal.
How to conduct manual reception → pages 140-141

If the watch is unable to receive radio signals
How to manually set the time → pages 142-143
How to manually set the date and day → pages 144-149

Troubleshooting

Troubleshooting

	At trouble	Possible causes	Solutions	Reference pages
Hand movement	The second hand moves at two-second intervals.	The energy depletion forewarning function is activated. (page 116) If the second hand moves at two or five-second intervals while you wear the watch everyday, the watch is in a condition where it cannot acquire sufficient light, for instance, the watch is concealed under a long sleeve shirt.	Fully charge the watch so that the second hand may move at one-second intervals. Be careful not to conceal the watch under a sleeve, etc., while wearing it. When taking off the watch, place it in as bright a location as possible.	page 114
	The second hand moves at five-second intervals.			
	The stopped second hand pointing to the 15-second position started operating.	The power save function has been activated. (page 117) When the watch is not exposed to adequate light for a certain period of time, the power save function to limit energy consumption is automatically activated.	Wait until the current time is displayed. No operation is needed (this is not a malfunction.)	—
	The stopped second hand pointing to the 45-second position started operating.	The power save function has been activated. (page 117) When the watch is not exposed to adequate light for a certain period of time, the power save function to limit energy consumption is automatically activated.	① Fully charge the watch so that the second hand may move at one-second intervals. ② After that, if the watch displays the incorrect time, receive a radio wave as needed.	page 114 page 101
	The watch hands advance rapidly unless a button is pressed. After the rapid advancement is completed, the watch resumes its normal movement.	The power save function has been activated. (page 117) The automatic hand position alignment function was activated. (page 150) When the hand positions deviate to display incorrect time as a result of external influences, etc., the watch automatically corrects the hand misalignment by the automatic hand position alignment function.	No operation is needed (this is not a malfunction).	—

158

159

Troubleshooting

Troubleshooting

	At trouble	Possible causes	Solutions	Reference pages
Reception of a radio signal	When the watch is unable to receive a radio signal	The watch was moved while it was receiving a radio signal.	Do not move the watch while it is receiving a radio signal. The reception of the radio signals cannot be conducted unless the watch is still.	page 103
		The watch was left where the radio signal was weak or where it was unable to receive a radio signal (page 104).	Place the watch where it is able to easily receive a radio signal.	page 103
	The reception results have failed and the second hand points to N (the watch does not receive a radio signal).	Transmitting stations may have stopped transmitting radio signals for some reason (Transmission stop).	Check the website of each transmitting station for further information concerning a transmission stop. Attempt to receive a radio signal again after a while.	page 105
		The watch is set to a time zone other than Tokyo (Japan).	① Check the time zone that the watch is currently set for, and select the time zone for Tokyo (Japan). ② When the watch is not displaying the precise time, receive a radio signal again if necessary.	page 110 page 101
Charging the solar battery	The stopped watch was exposed to an adequate light for longer than "the time required to fully charge the watch," however, it does not resume its normal one-second interval movements.	The light is too weak or the manner of lighting the watch has been altered while the watch is being charged.	Charge the watch in an environment where the watch can be exposed to an adequate intensity of light in a stable condition.	page 114
		The Built-in IC of the watch has fallen into an unstable condition.	Refer to "In case of an abnormal movement" to reset the Built-in IC.	page 166

160

161

Troubleshooting

Troubleshooting

	At Trouble	Possible causes	Solutions	Reference pages
Misalignment of the time and hand positions	The watch temporarily gains or loses time.	The watch fails to receive a radio signal correctly as a result of external influence (incorrect reception).	① Place the watch where it is able to receive a radio signal more easily. ② Conduct manual reception if necessary.	page 103 page 140
		The watch has been left in an extremely high or low temperature place for a long time.	① When the watch returns to a normal temperature, it will display the precise time as before. ② If the watch still gains or loses the time, conduct manual reception if necessary. ③ If the watch cannot resume normal movement even after conducting the above mentioned procedures, consult the retailer from whom the watch was purchased.	— page 140 —
	The watch displays an incorrect time hour unit, even though it displays the precise time of minutes and seconds	The watch may be set to a time in a different time zone from the region where the watch is currently used.	Check the time zone that the watch is currently set for, and select the time zone for Tokyo (Japan).	page 110
	The reception results are successful, but the precise time is not displayed.	The hand positions were misaligned as a result of external influence. The hands are out of the preliminary position as a result of external influence. → Preliminary position on page 150	① No crown or button operation is needed, since the automatic hand position adjustment function will be activated to align the hand positions. Automatic Hand Position Adjustment Function activates once a minute for the second hand and at 12:00 both for the AM and PM for the minute and hour hands. ② If the watch still gains or loses time, refer to "In case of an abnormal movement" to perform procedures. ③ If the watch cannot resume normal movement even after conducting the above mentioned procedures, consult the retailer from whom the watch was purchased.	page 150 page 166
	The second hand position is not correctly aligned in "the reception results display" or "the reception level display."	The second hand is out of the preliminary position as a result of external influence. → Preliminary position on page 150		—

162

163

Troubleshooting

Troubleshooting

	At trouble	Possible causes	Solutions	Reference pages
Misalignment of date	Even if the watch receives a radio wave successfully, it displays the incorrect date (the time is correct).	The preliminary position of the date is misaligned. This happens when the date is out of preliminary position as a result of external influences or system reset.	Set the preliminary position of the date to "01" (1st).	P.150
Misalignment of day	Even if the watch receives a radio wave successfully, the day hand points to the incorrect day (the time is correct).	The preliminary position of the day is misaligned. This happens when the date is out of preliminary position as a result of external influences or system reset.	Set the preliminary position of the day to "M" (Monday).	P.150
Operation	The buttons or crown cannot be activated (operated).	The stored energy is running short. Date numeral in the date window or the day hand is moving right after the various crown or button operations for setting.	Fully charge the watch so that the second hand may move at one-second intervals. Wait with the watch untouched. When the movement of the date numeral and the day hand stops, the crown and buttons can be operated.	P.114 —
	Forget step in the middle of the setting procedures.	-----	① When the crown is pulled out, push it back in. ② Leave the watch untouched for a while. The watch will resume its normal movement. ③ Then start the setting procedure from the beginning.	—
Others	Blur on the dial glass persists.	Water has gotten inside the watch due to deterioration of the packing.	Consult the retailer from whom the watch was purchased.	—

164

165

Troubleshooting

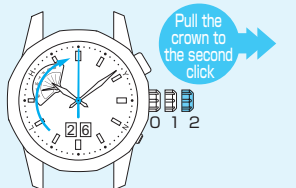
* For the solution of troubles other than the above, consult the retailer from whom the watch was purchased.

In case of an abnormal movement

In the case that the watch moves abnormally or that the watch does not move at one-second intervals even after fully charging the battery, perform the procedures from ① - ⑪ to re-establish normal function.

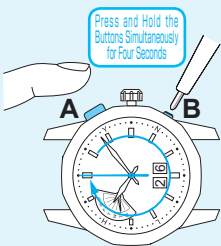
How to reset the Built-in IC, (① - ③)

① When pulling the crown to the second click, the second hand stops at the 0-second position.



※ When the crown is a screw lock type, unlock it. → page 97

② Press and hold Button A and Button B simultaneously for four seconds, and then release them.



Press and Hold the Buttons Simultaneously for Four Seconds

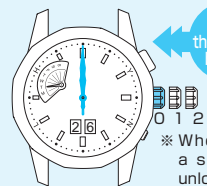
▶ In five seconds after releasing the buttons, the second hand makes a full rotation and stops at the 0-second position. Then the hands of the hour and minute will start to move toward the 0-second position.

※ Press Button B with a pointed object. → page 96

※ In order to perform the procedures easily, it is recommended to first press and hold Button B, and then press Button A.

③ When all the hands return to the 0-second position, push the crown back in.

▶ The second hand will start to move from 0:0:0 AM



Push the crown back in

※ When the crown is a screw lock type, unlock it. → page 97

After the system reset, the time zone is set to Tokyo (Japan).

※ The second hand will start to move from "0:0:0 AM". If the second hand does not start to move from "0:0:0 AM," the resetting of the Built-in IC may not activate. In such a case, re-attempt the operation from the procedure "2."

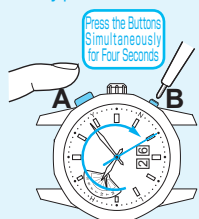
※ In procedures 4 - 9 that are performed after the next pages, when the movements of the date numeral, day hand and second hand stop and the watch has no operation for 20 seconds or longer, the preliminary position adjustment mode is automatically terminated. When it is in the middle of operation, re-attempt the operation from procedure 4 on page 168.

Go on to the next page

Set the date to "01" (1st) (④ - ⑦)

④ Press and hold Button A and Button B simultaneously until the second hand stops at the 25-second position (4 seconds).

▶ The watch enters the mode to adjust the preliminary position of the "Unit of Ones of Date."



When the watch has no movement of the date numeral and the day hands for 20 seconds or longer after the date numeral and the day hand stop, it automatically displays the time again.

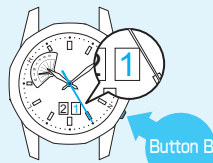
When it is in the middle of operation, re-attempt the operation from procedure 1.

⑤ Pressing Button B to Set the Preliminary Position to the "1st."

▶ Adjust the date so that the position of "1" will locate at the center of the window.

※ When "1" is displayed in the date window, go to procedure 3.

Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.
Fine Adjustment	Each pressing Button B slightly advances the Unit of Ones of Date.



※ In procedures ④-⑨, when the watch has no movement of the date numeral, the day hand or the second hand for 20 seconds or longer, it automatically displays the time again. When it is in the middle of operation, re-attempt the operation from procedure 4.

⑥ Press and hold Button A until the second hand stops at the 35-second position (3 seconds)

▶ The watch enters the mode to adjust the preliminary position of the "Unit of Tens of Date."



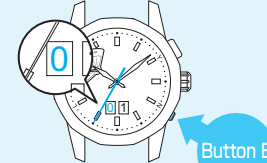
Keep pressing Button A for 3 seconds.

⑦ Press Button B to set the Unit of Tens of Date to "0"

▶ Adjust the Unit of Tens of Date so that "0" will locate at the center of the window.

※ When "0" is displayed in the date window, go to procedure 8.

Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.
Fine Adjustment	Each pressing Button B slightly advances the Unit of Ones of Date.



Go on to the next page.

Set the day to "M" (Monday) (⑧ - ⑨)

⑧ Press and hold Button A until the second hand stops at the 55 second position (3 seconds)

▶ The watch enters the mode to adjust the preliminary position of the "day."



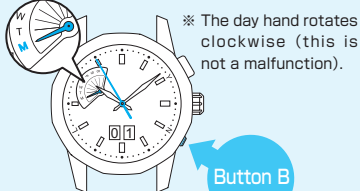
Keep pressing Button A.

⑨ Press Button B to set the day hand to "M"

▶ Adjust the day hand so that it will point to "M."

※ When the hand points to "M," go to procedure 10.

Continuous Advance	When Button B is kept pressed for 2 seconds or longer, the hand starts to move. Press Button B again to stop.
Fine Adjustment	Each pressing Button B slightly advances the Unit of Ones of Date.



※ The day hand rotates clockwise (this is not a malfunction).

⑩ After the procedures are completed, the watch is left for 20 seconds.

▶ The preliminary position adjustment mode is automatically terminated and the second hand starts moving.

⑪ Setting the time by receiving a radio signal

How to conduct manual reception → pages 140-141

How to conduct manual reception → pages 140-141
When the watch is used in conditions in which the watch may be unable to receive a radio signal, time, date and day can be manually adjusted.
How to manually set the time → pages 142-143
How to manually set the date and day → pages 144-149

The operation has been completed when setting the time, date and day.

Specifications

- Main functions--Three hands (hour, minute and second hands), date indicator and retrograde day indicator
- Frequency of crystal oscillator--32,768 Hz (Hz = Hertz ... Cycles per second)
- Loss/gain (monthly rate) ...Loss / gain ± 15 seconds on a monthly rate (Except the case when the watch is used without an automatic time setting by receiving a radio signal and when it is worn on the wrist within a normal temperature range between 5°C and 35°C).
- Operational temperature range--Between -10°C and +60°C
- Driving systems--Step motor
Hour and minute hands, second hand, unit of tens of date, unit of ones of date and day hands
- Duration of operation--Approximately nine months (Fully charged, and the Power Save is not activated).
※ If the Power Save is activated after it is fully charged, the watch continues to run for approximately two years at maximum.
- Time setting by receiving the JY-LF radio signal--Automatic reception (at 2:00 AM and 4:00 Reception attempts depend on the radio signal receiving conditions).
※ After having received a radio signal, the watch will start to move depending on the quartz movement until the next reception.
※ Manual reception is also possible
- IC (Integrated Circuit) ...Oscillator, frequency divider and driving circuit C-MOS-IC, 3 pieces
※ The specifications are subject to change without prior notice for product improvement.

全国共通フリーダイヤル 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 大阪市西区新町 1-4-24 大阪四ツ橋新町ビルディング

セイコーウォッチ株式会社

本社 〒105-8467 東京都港区虎ノ門 2-8-10
<http://www.seiko-watch.co.jp/>