

CITIZEN®

手表说明书

商品型号：CB1*** · EC2***

机芯型号：H149

CTZ-CC8156-4

多谢您惠购西铁城手表。

在使用手表之前,请详读本说明书,以确保正确使用。
阅读后请妥善保管,以便将来查询。

查看机芯编号

表壳编号刻印在表壳背面（请参阅右图）。

表壳编号中前 4 位数字表示手表机芯编号。

在右图示例中，“1234”就是机芯编号。

刻印位置示例






不同型号手表的刻印位置可能不同。



安全预防注意事项

本手册可能包含某些安全建议。任何时候使用手表都应该遵循这些建议以确保获得手表的最佳性能，防止伤害自己，他人以及造成财产损失。

- 安全建议在本手册中按如下所示进行分类和描述：

 危险	极有可能造成死亡或严重伤害
 警告	可能造成严重伤害或死亡
 注意	可能造成轻微或中度伤害或损害

- 重要指示在本手册中按如下所示进行分类和描述：

	警告（注意）符号，后面跟着应该遵守的指示或应该遵守的预防措施。
	警告（注意）符号，后面跟着禁止事项。

使用之前的注意事项—保护贴膜

手表出厂前，部分表玻璃，表壳，金属表带和扣环的金属部件均覆盖了贴膜，保护手表在从工厂运输到商店的过程中不被印上指纹或刮花。

如果不先剥去贴膜就佩戴手表，汗水或水汽可能会进入保护贴膜和手表部件之间的缝隙而产生一些污垢，导致皮肤出现红疹或金属部件被腐蚀。

因此，请务必在佩戴手表前剥去贴膜。

使用手表前

使用手表前请务必先做下列事项：

检查手表剩余电量→第 13 页和第 14 页

检查手表的电量。

转换城市时间→第 17 页和第 18 页

选择您想要显示时间和日期的城市。

检查电波信号接收效果→第 15 页和第 16 页

检查电波信号的接收结果。



让表盘定期接受光线照射以进行手表充电。

有关充电的详情，请参阅第 43 至 47 页。

目录



使用手表前	6
手表各部位名称	10
检查手表剩余电量	13
检查电波信号接收效果	15
转换城市时间	17
电波信号接收说明	24
手动接收电波信号	33
切换夏令时和标准时间	36
关于充电	43



手动调整时间 / 日历	50
确认并调整指针基准位置	56
故障排除	60
Eco-Drive (光动能) 手表使用的注意事项	68
防水功能	73
注意事项	78
维护	88
信息	90
规格	92

如何使用螺旋式柄头及螺旋式按钮

部分采用螺旋式柄头或螺旋式按钮。

不调整手表时请锁紧柄头和按钮以防止误操作。本手表的部分功能如设置时间或日期必须解锁后才能使用。

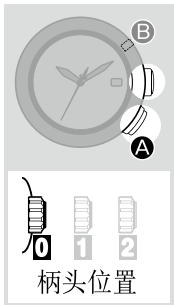
	解锁	锁紧
螺旋式柄头	 <p>逆时针方向旋转柄头，直到柄头从表壳弹出。</p>	 <p>将柄头轻轻推入表壳，并且沿顺时针方向旋转，请务必将柄头锁紧。</p>

	解锁	锁紧
螺旋式按钮	 <p>逆时针方向旋转按钮，直到不能旋转为止。</p>	 <p>顺时针方向旋转按钮直到锁紧。</p>

部分型号采用凹槽按钮。

使用细的尖头物体如木制牙签按下按钮。

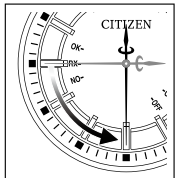
检查手表剩余电量



1. 确保柄头处于位置0。

2. 按下右下按钮**A**。

- 当手表电量低时，秒针会逆时针方向旋转四分之一圈。此时您需要为手表充电。请参阅第46和47页。



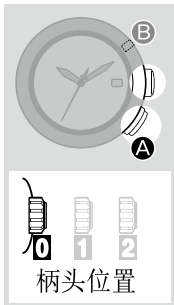
3. 按下右下按钮**A**完成步骤。

当前时间显示。

- 即使没有按下按钮，10秒钟后也会自动显示当前时间。

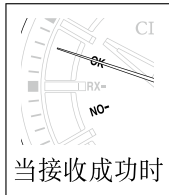
本步骤结束时秒针指向“OK”或“NO”以显示电波信号的接收结果。

检查电波信号接收效果



1. 确保柄头处于位置 0。
2. 按下右下按钮 **A**。
秒针走动并指示接收结果。

OK	接收成功。
NO	接收失败。



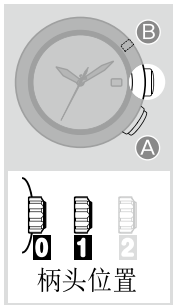
当接收失败时, 请参阅第 33 和 34 页。

3. 按下右下按钮 **A** 完成步骤。

当前时间显示。

- 即使没有按下按钮, 10 秒钟后也会自动显示当前时间。

转换城市时间



选择您想要显示时间和日期的城市。

1. 拉出柄头到位置 1。

秒针快速指向原先所选的城市。

2. 旋转柄头选择您想要显示时间和日期的城市。

- 有关城市选择的详情，请参阅第 19 到 23 页。





- 每次您选择一个城市, 指针就会指示您所选城市的时间和日期。

3. 推入柄头到位置 0 完成步骤。

设置城市后, 请检查显示的时间—夏令时或标准时间。(请参阅第 36 到 42 页。)

可选城市表

- 下列城市名称的显示可能因手表款式不同而不同。
- 根据所选城市不同，所接收的电波信号会不同。虽然一些城市划分在信号站区域内，但是由于信号发射距离的原因，有可能不易接收信号。
- 当您在下表所示以外的地方使用手表时，请您选择与您的所在地为同一时区的城市。
- 表格中的时差是以UTC协调时为准。
- 因国家或地域的规定，时差有可能会发生变更。
- 以 / 显示的城市，会共同显示夏令时或者标准时间。

显示		秒针位置	城市名称	时差	电波信号源
LONDON	LON	0	伦敦	0	德国
PARIS	PAR	2	巴黎	+1	
ATHENS	ATH	4	雅典	+2	
MOSCOW	MOW	7	莫斯科	+3	
DUBAI	DXB	9	迪拜	+4	
KARACHI	KHI	11	卡拉奇	+5	中国
DELHI	DEL	14	德里	+5.5	
DHAKA	DAC	16	达卡	+6	

显示		秒针位置	城市名称	时差	电波信号源
BANGKOK	BKK	18	曼谷	+7	中国
BEIJING	BJS	21	北京	+8	
TOKYO	TYO	23	东京	+9	日本
ADELAIDE	ADL	25	阿德莱德	+9.5	
SYDNEY	SYD	28	悉尼	+10	
NOUMEA	NOU	30	努美阿	+11	
AUCKLAND	AKL	32	奥克兰	+12	

显示		秒针位置	城市名称	时差	电波信号源
MIDWAY	MDY	35	中途岛	-11	美国
HONOLULU	HNL	37	檀香山	-10	
ANCHORAGE	ANC	39	安克雷奇	-9	
L.ANGELES	LAX	42	洛杉矶	-8	
DENVER	DEN	44	丹佛	-7	
CHICAGO	CHI	46	芝加哥	-6	
NEW YORK	NYC	49	纽约	-5	

显示		秒针位置	城市名称	时差	电波信号源
SANTIAGO	SCL	51	圣地亚哥	-4	美国
R.JANEIRO	RIO	53	里约热内卢	-3	
F.NORONHA	FEN	56	费尔南多	-2	德国
AZORES	PDL	58	亚速尔群岛	-1	

有关各个信号站的详情，请参阅第 27 到 30 页。

电波信号接收说明

接收电波信号

接收电波信号的方式有三种：

方式	解释说明
自动接收 (定时接收)	每天凌晨2:00接收信号。如果接收不到信号，手表会在凌晨3:00和4:00再次接收信号。
手动接收 (强制接收)	当您想要调整时间和日期时可手动接收信号。请参阅第33和34页。
恢复自动接收	手表电量不足而停止运转之后，一旦充分充电后，手表就会自动接收信号一次。

* 仅当柄头处于位置 0 时，这些接收方法可用。

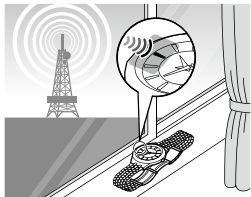
秒针指示接收结果 (OK/NO)。(请参阅第 15 和 16 页。)

- 无法关闭电波信号接收功能。
- 即使手表顺利接收到电波信号，但根据接收环境和手表的内部处理，时间显示也有可能出现一些细微的偏差。
- 即使手表无法接收信号，手表仍然可以按月差 ± 15 秒以内的误差精度正常运转。

接收电波信号时

取下手表，放在比较容易接收到信号的稳固平面上，如靠窗位置。

- 接收天线位于手表的 9 点位置。放置手表时，请将手表的 9 点位置朝向信号站的方向。
- 接收电波信号期间，请勿移动手表。
- 秒针每两秒移动一次，代表电量不足（电量不足警告），此时手表无法接收电波信号。请在手表接收信号之前进行充电。



电波信号说明

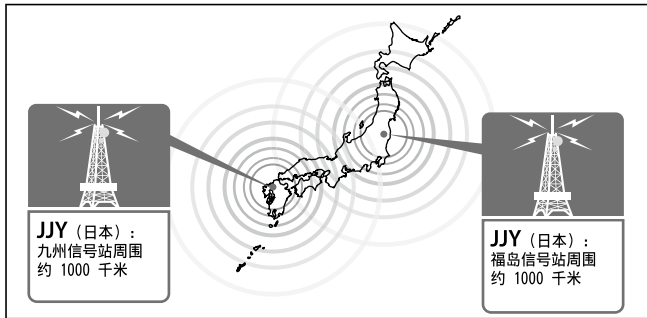
本手表可以从四个地区的五个信号站接收电波信号，然后自动调整时间和日期。可用的信号站列出如下：

信号站	电波信号类型
福岛信号站，日本	JJY
九州信号站，日本	
柯林斯堡信号站，美国科罗拉多州丹佛市	WWVB
Mainflingen 信号站，德国法兰克福东南	DCF77
商丘信号站，中国河南	BPC

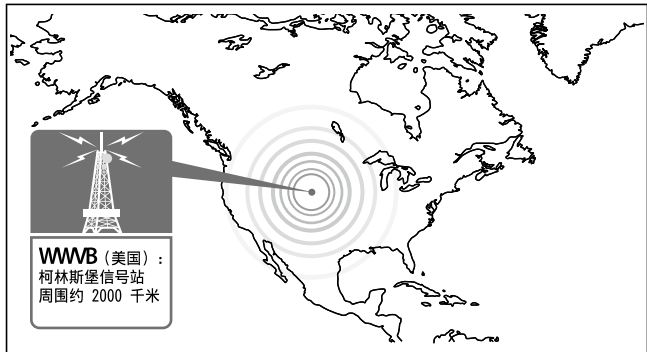
请参阅第 28 到 30 页的地图，粗略了解信号站位置以及能接收到信号的区域。

可接收区域大概范围

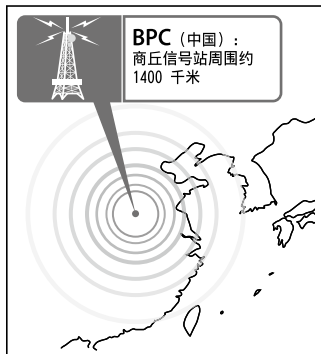
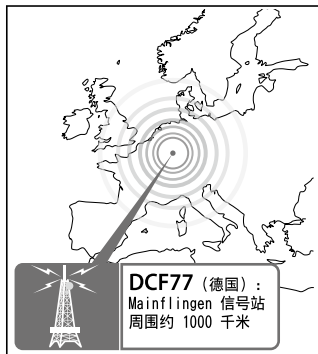
因为电波信号的接收会受到环境和天气的影响，所以可接收范围的距离仅作为近似值使用。



因为电波信号的接收会受到环境和天气的影响，所以可接收范围的距离仅作为近似值使用。



因为电波信号的接收会受到环境和天气的影响，所以可接收范围的距离仅作为近似值使用。



接收不良的区域

在下列容易产生电波干扰的场所和标准电波不易传播的环境中，可能无法接收电波信号。

- 温度极高或极低的地方



- 交通工具内



- 电气设备或办公室
装置设备附近



- 高压电线、铁路
高架电线或通信
设施附近



- 钢筋混凝土大
楼内，摩天大
楼之间，群山
或地下



- 使用中的移动
电话附近



当信号接收不良时

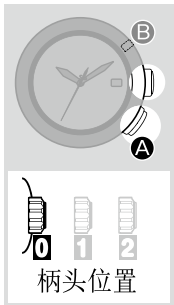
房子附近的高压电线或其他结构可能会导致电波信号受到干扰，从而使手表无法顺利接收到电波信号。

请参阅第 28 到 30 页，寻找更容易接收到信号的地点。

然后，请依照第 33 到 35 页所提供的步骤来手动接收电波信号。

* 隔着含有金属网的窗户可能很难接收到电波信号。

手动接收电波信号

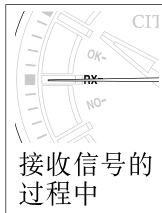


当手表时间和日期不正确，或接收结果为“NO”时，您可以随时接收电波信号来调整手表时间。

- 如果秒针每两秒移动一次（此为电量不足的警告），手表将无法接收信号。在此之前，请为手表充电。
- 在接收信号之前，请确认您是否选择了正确的城市。请参阅第 17 到 23 页。

1. 确保柄头处于位置 0。
 2. 按住右下按钮 **A** 两秒以上。
秒针移到“RX”，手表开始接收信号。
接收信号后，秒针将正常走动。
- 完成信号的接收需要二到十五分钟。

信号接收成功	时间更新为修正后的时间，手表恢复正常运转。
信号接收失败	手表恢复正常运转，但显示更新之前的时间。



取消接收

按住右下按钮 **A** 两秒以上。

取消接收并返回到原有时间。

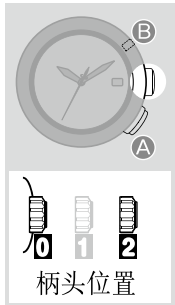
切换夏令时和标准时间

夏令时是在某些国家 / 地区采用的一种制度，在夏天通过将标准时间提前一个小时，使白天的时间能够得到更加有效利用。

- 夏令时的规则可能因国家或地区的规定而发生变化。
- 当夏令时生效时，标准电波中会包含夏令时信号。
- 本手表在接收电波信号时，会根据电波中是否包含夏令时信号来自动切换夏令时和标准时间（自动切换功能）。
- 在夏令时季节前后，请确认手表所显示的是哪一种时间。

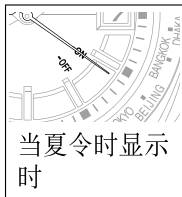
检查当前显示的时间

确认手表所显示的是夏令时还是标准时间。



1. 拉出柄头到位置 2。
秒针快速指向所显示的时间类型。

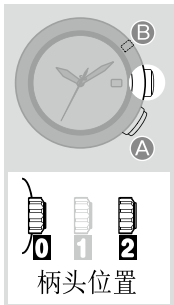
ON	夏令时显示
OFF	标准时间显示



2. 推入柄头到位置 0 完成步骤。

若想要变更所显示的时间类型，请参阅第 38 页。

变更显示的时间类型



1. 拉出柄头到位置 2。
2. 旋转柄头来变更显示的时间类型。

想要显示夏令时：

向右旋转柄头选择“ON”。

想要显示标准时间：

向左旋转柄头选择“OFF”。

- 如果您手动显示标准时间，则手表在接收电波信号时将不显示夏令时。请参阅第 41 页。

3. 推入柄头到位置 0 完成步骤。

每个城市的时间显示

下列城市的夏令时/标准时间的显示是连动的，若一个城市自动显示为夏令时，则下列表中的其他城市也会共同显示为夏令时，而无需一个一个进行切换。

- 若在某一城市内手动使手表显示标准时间，则此区域会一直显示标准时间，不与其他城市连动。

从美国接收信号的地区	安克雷奇 (ANCHORAGE/ANC) , 洛杉矶 (L.ANGELES/LAX) , 丹佛 (DENVER/DEN) , 芝加哥 (CHICAGO/CHI) , 纽约 (NEW YORK/NYC)
从德国接收信号的地区	伦敦 (LONDON/LON) , 巴黎 (PARIS/PAR) , 雅典 (ATHENS/ATH) , 莫斯科 (MOSCOW/MOW) , 亚述尔群岛 (AZORES/PDL)

上述列表以外的城市则会单独被记忆，而不能连动。

取消自动切换功能

如果您在第 38 页的步骤 2 中手动显示了标准时间，则自动切换功能关闭，即使接收到电波信号中所含的夏令时信号，手表也将不显示夏令时。

如果您正处于能接收到夏令时信号、但不采用夏令时制的地区，请关闭自动切换功能。

再次启动自动切换功能

在第 38 页的步骤 2 中选择“ON”来显示夏令时。

- 该操作也可以启动自动切换功能。
- 如果您在非夏令时季节启动自动切换功能，则手表会接收电波信号显示标准时间。

关于充电

本表的表盘下有一个太阳能感光板，当受到阳光或荧光灯的照射时即可为机芯内的充电电池（蓄电池）充电。

为确保最佳性能，请注意下列各项：

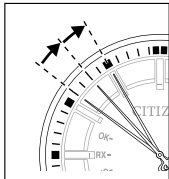
- 每月至少一次让表盘在阳光下照射五至六小时。
- 取下手表后，放置时请让表盘朝向亮光处，如窗户附近。
- 长期将手表保存于暗处之前，请确保对其完全充电。

如果手表经常被衣服的长袖所遮挡，手表可能无法获得完全充电。请保证有足够的光照为手表充电。

切勿在高温环境下（约 60°C 或以上）为手表充电。

手表电量不足时—电量不足警告功能

手表剩余电量不足时，秒针会每两秒移动一次—这就是电量不足的警告功能。请尽快让表盘接受光照使手表充电。



- 将手表进行充电，稍过一会儿后，秒针将正常走动。
- 如果出现电量不足警告之后超过三天没有为手表充电，手表将会耗尽电量而停止。

注意

- 即使秒针每两秒移动一次，当前时间和日期也会正常显示。但其他所有操作均无法进行。
- 当您检查剩余电量（第 13 和 14 页）或检查电波信号接收结果时（第 15 和 16 页），若秒针逆时针方向旋转四分之一圈，则您的手表需要进行充电，但仍然可以进行日常操作。

不同环境下所需的充电时间

下表列举在不同照度的环境下大约所需的充电时间。此表仅供参考。

环境	照度 (Lx)	秒针正常走动一天所需的充满时间
室外 (阳光直射处)	100000	4分钟
室外 (阴天)	10000	12分钟
荧光灯 (30W) 下20厘米	3000	40分钟
室内照明	500	4小时

手表完全充电后，大约可使用6个月的时间，如果启用节电功能，甚至可使用长达2年的时间。

秒针开始每两秒移动一次后，手表可运行约3天时间。

	从电池无电到秒针一秒一秒正常走动所需要的充电时间	从充电电池电量耗尽到完全充满所需的充电时间
	40分钟	30小时
	1小时	40小时
	2.5小时	150小时
	14小时	970小时

节电功能

若将手表存放在阴暗处，连续七天以上未接受光照时，手表的分针和秒针会自动停止，以减少电量的消耗。但手表仍能记忆正确时间。

- 当柄头处于位置 1 或 2 时，节电功能将不启用。
- 不能手动启动节电功能。

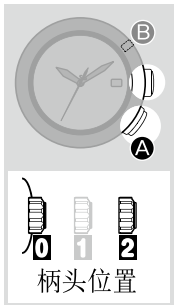
取消节电功能

把手表放置在明亮光线下充电时，节电功能会自动取消，并且会恢复正常的时间指示。

节电功能取消后，请您手动接收电波信号进行对时。请参阅第 33 到 35 页。

- 旋转柄头或按动按钮无法取消节电功能。

手动调整时间 / 日历



1. 拉出柄头到位置 2。
 2. 按下右下按钮 **A**。
秒针移到 0 秒位置。
 3. 旋转柄头来调整分钟。
 - 秒针旋转一圈，分针走动一分钟。
 - 当时间过了“0:00:00”时，日期变动一天。
- 当您调整时间时请注意 AM/PM 状态。

4. 按下右下按钮 **A**。
时针摆动一下。
5. 旋转柄头来调整小时。
 - 当时间过了“0:00:00”时，日期变动一天。
当您调整时间时请注意 AM/PM 状态。
6. 按下右下按钮 **A**。
日期摆动一下。
7. 旋转柄头来调整日期。
8. 按下右下按钮 **A**。
秒针指向当前的年和月。

9. 旋转柄头来调整月份和年份。

- 如何读取年份和月份，请参阅第 53 到 55 页。

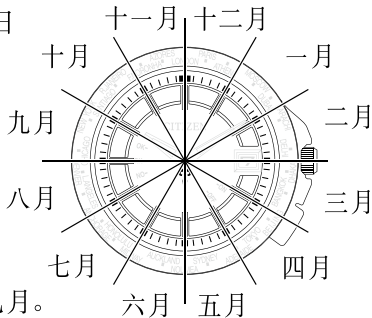
10. 推入柄头到位置 0 完成步骤。

当前时间显示。

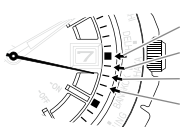
调整分钟 / 小时 / 日期时，您可以快速旋转柄头几次使指针或日期持续走动。想要使其停止走动，向任意方向旋转柄头。

月份和年份指示

当您手动调整时间和日历时，秒针指示年份和月份。如果年份（闰年之后第几年）和月份设定正确，则月末日期会自动修正。



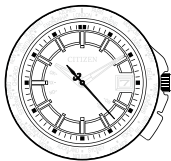
秒针指向几点，就表示几月。



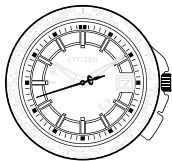
闰年
 闰年之后第一年
 闰年之后第二年
 闰年之后第三年

例如
 图中秒针指示的是闰年之后第二年的三月。

每一个分钟刻度代表闰年之后经过的年数。



图中显示的是闰年之后第三年（如 2011 年）的四月。



图中显示的是闰年之后第二年（如 2014 年）的八月。

闰年之后经过年数的对照表

秒针的指示	经过的年数	年份
小时刻度	闰年	2012, 2016, 2020
第一个分钟刻度	第一年	2013, 2017, 2021
第二个分钟刻度	第二年	2014, 2018, 2022
第三个分钟刻度	第三年	2011, 2015, 2019

确认并调整指针基准位置

如果成功接收电波信号后时间或日期仍不能正确显示，请确认基准位置是否正确。

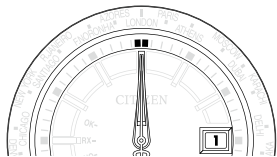
何为基准位置？

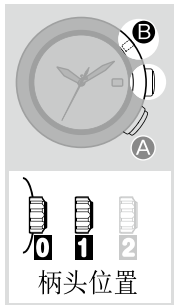
所有指针以该位置为基准，用于显示时间和日期。

- 对应时间指示：“0:00:00”
- 对应日期指示：“1”

如果时间和日期指示的基准位置偏离了正确位置，手表将不能正确显示时间和日期。

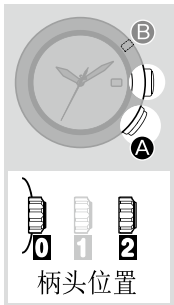
正确的基准位置





1. 拉出柄头到位置 1。
2. 按住右上按钮 **B** 五秒以上。
所有指针和日期转动，指向当前基准位置。
 - 在指针和日期转动过程中，无法调整手表。

基准位置	下一操作
正确	推入柄头到位置0完成步骤。 (无需调整基准位置。)
错误	调整基准位置。 (操作第58页上的步骤3。)



3. 拉出柄头到位置 2。
4. 按下右下按钮**A**。
时针摆动一下。
5. 旋转柄头将时针调整到“0:00:00”位置。
 - 如果您快速旋转柄头几次，手表的指针将持续走动。想要使其停止走动，向任意方向旋转柄头。
6. 按下右下按钮**A**。
分针和秒针摆动一下。

7. 旋转柄头将分针和秒针调整到“0:00:00”位置。
 - 如果您快速旋转柄头几次，手表的指针将持续走动。想要使其停止走动，向任意方向旋转柄头。
8. 按下右下按钮 **A**。
日期摆动一下。
9. 旋转柄头将日期调整到“1”位置。
 - 如果您快速旋转柄头几次，手表的日期将持续走动。想要使其停止走动，向任意方向旋转柄头。
10. 推入柄头到位置0完成步骤。
基准位置调整已完成，指针恢复到时间状态。

故障排除

手表发生异常现象时，请参阅下表进行调整操作。

现象	解决方法	页码
有关电波信号接收的问题。		
在可接收信号区域内顺利接收信号。	推入柄头到位置0。	-
	确认城市设置。	17至23
	避开可能干扰电波信号接收的物体，然后放置手表，使手表的9点位置朝向信号站的方向。	26和31
	信号接收尚未完成之前，请勿移动手表。	26
	秒针每两秒移动一次时，手表会无法接收到电波信号。请为手表充电。	46和47

现象	解决方法	页码
----	------	----

已成功接收信号，但是未能显示正确的时间和日期。	确认城市设置。	17至23
	确认并调整指针基准位置。	56至59

指针未能正常运转。

当您确认接收结果时，秒针沿逆时针方向旋转四分之一圈。	请为手表充电。	46和47
秒针每两秒移动一次。	请为手表充电。	44至48
所有指针都停止不动。	推入柄头到位置0。	-
	让手表直接接受阳光照射五至六小时，进行充电。	46和47

现象	解决方法	页码
----	------	----

指针未能正常运转。

从表盒取出手表时，指针开始快速转动。	手表正在取消节电功能。请静候直到指针停止快速走动。	48和49
--------------------	---------------------------	-------

时间或日期错误。

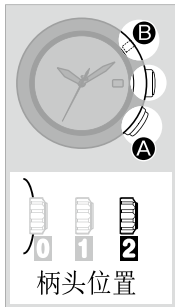
时间或日期错误。	确认城市设置。	17至23
	确认并调整指针基准位置。	56至59
	手动接收电波信号来调整时间和日期。	33至35
	手动调整时间/日历。	50至55
夏令时不显示。	手动选择“ON”或接收电波信号。	36至42

现象	解决方法	页码
----	------	----

即使城市设置正确且信号接收成功，时间仍显示错误。	确认显示的时间类型—夏令时或标准时间—并在需要时进行变更。	36至42
	确认并调整指针基准位置。	56至59
日期会在午间12:00左右时改变。	手动接收电波信号来调整时间和日期。	33至35
	手动调整时间 12 小时。	50至55

现象	解决方法	页码
其他		
指针不动，即使手表完全充电也一样。	让手表直接接受阳光照射五至六小时，进行充电。 如果充电后问题仍未解决，请联络最近的西铁城指定维修网点。	46和47

复位手表



手表如果受到静电影响或撞击，可能会无法正常运转。此时，您必须复位手表。

注意

- 进行复位之前请务必使手表完全充电。（第 46 和 47 页）
- 复位手表之后您必须调整当前基准位置。

复位手表后，设置会变更为如下状态：

- 日历： 1 月 1 号（闰年）
- 城市： 伦敦
- 夏令时：所有城市变更为“OFF”（自动切换）

1. 拉出柄头到位置 2。

2. 按下右上和右下按钮 **A** 和 **B**，然后松开。

秒针移到“0”秒位置，时针和日期摆动一下，手表被复位。

复位手表后

您必须按照下列步骤，再次设置手表。

1. 调整指针基准位置。

请参阅第 58 和 59 页上的步骤 3~10。

2. 选择城市。

请参阅第 17 页到第 23 页。

3. 调整时间 / 日历。

- 手动接收电波信号来调整时：
→ 请参阅第 33 到 35 页。
- 手动调整时间 / 日历：
→ 请参阅第 50 到 55 页。

Eco-Drive（光动能）手表使用的注意事项

务必给手表定期充电

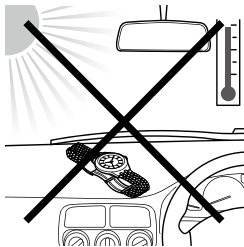
- 在日常生活中，穿长袖衣服时，袖子有可能会遮住手表使其不能见光，容易造成手表电量不足。
- 取下手表时，请尽量将手表放在光亮处，以确保手表持续正常运转。

⚠ 注意 重新充电的注意事项

- 切勿在 60°C 以上高温环境中为手表充电，因为这可能导致手表的敏感部件损坏和发生故障。

例如：

- 在白炽灯、卤素灯等容易产生高温的地方充电。
- * 当在白炽灯下给手表充电时，确保灯和手表之间有 50 厘米的距离，以免手表受热过度。切勿使用卤素灯为手表充电，因为卤素灯会产生大量的热能。
- 在可能会产生高温的环境下为手表充电，例如在夏季阳光直射的汽车仪表板上。



充电电池的更换

- 本表中的电池并不需要经常更换。

但长期使用后,因油污等可能会造成电流消耗量变大,充电电池的电流提前耗尽,所以推荐您对手表进行定期保养。

注:定期的维护不包括在保修条款中。

警告 充电电池的处理

- 勿随意取出电池。

取出的电池应该放到安全地方，不可被小孩抓到，以免误吞服。

如果意外吞入充电电池，请立即就医治疗。

- 切勿将充电电池和普通垃圾一起处理。请按照当地市政府关于电池回收的指示进行处理，以防止火灾危险或污染环境。

警告 只使用指定的充电电池

- 切勿使用本手表指定充电电池以外的电池。本手表装入其他电池将无法运转，若强行使用其他电池，可能会造成充电过度，引起电池爆炸，伤及手表和人体。所以需要更换电池时，请务必使用原装指定电池。建议您联络最近的指定维修网点。

防水功能

⚠ 警告 防水功能

- 参阅表盘和表背上关于手表防水功能的指示。下表提供了用途示例作为参考，以确保手表的正常使用。
(防水功能单位“1bar”大致相当于1个大气压。)
- WATER RESIST(ANT)××bar 也会以 W.R.××bar 显示。

名称	防水标记	
	表盘和壳背	
日常使用防水功能手表	WATER RESIST (ANT)	防水能
日常使用加强防水功能手表	WATER RESIST (ANT) 5 bar	防水能
	WATER RESIST (ANT) 10/20 bar	防水能

遇水情况下的使用



轻微沾水（洗脸、
雨水、溅湿等）



中等程度沾水
（冲凉、厨房家务、
游泳等）

规格

力达 3 个大气压

可以

不可以

力达 5 个大气压

可以

可以

力达 10/20 个大气压

可以

可以

接
下
页

遇水情况下的使用



水上运动
(赤身潜水)



戴水下呼吸器潜水
(戴氧气瓶)



会使按钮或柄头
弄湿时的做法

不可以

不可以

不可以

不可以

不可以

不可以

可以

不可以

不可以

- 不防水手表不能在水中或与水有接触的环境中使用。
- 日常使用防水功能（达 3 个大气压）表示这类表可在洗脸或淋雨时使用，但不能浸入水中使用。
- 日常使用加强防水功能（达 5 个大气压）表示这类表可在游泳时使用，但不能在赤身潜水时使用。
- 日常使用加强防水功能（达 10/20 个大气压）表示这类表可在赤身潜水时使用，但不能在戴着水下呼吸器或用氮气的浸透式潜水时使用。
- 对金属，塑料或橡胶表带，宜用清水清洗污垢。用软刷除去夹在金属表带接缝处的污垢。如果手表不防水，请务必不要弄湿表壳。

注意事项

⚠ 注意 为避免引起伤害

- 当您戴着手表抱小孩时,请特别小心,以避免引起伤害。
- 当您从事剧烈运动或工作时,请特别小心,以避免伤害自己和他人。
- 在可能会变得极热的场所,如桑拿,按摩浴缸或其他地方,请勿佩戴手表。这可能会烫伤戴表者或引起手表故障。
- 由于表带扣的结构各异,在佩戴或摘取手表时应该小心,避免不慎刮到皮肤或弄伤指甲。

注意 注意事项

- 切勿自行调节表带的长度。在调节时如果操作错误，可能会受伤或者损坏手表，所以若您有需要，请联系您购买手表的商店或最近的西铁城指定维修网点。如果您购买的产品附带了表带调节的专用工具，那么您可以小心地自行调节表带。
- 在佩戴手表时务必将柄头按入正常位置。如果柄头为螺旋式，请务必将柄头正确拧入（锁入）表壳。
- 手表潮湿时，请勿操作柄头或任何按钮。这可能会让水汽渗入，损坏敏感组件。

- 如果有水进入表内或水雾在表内长时间不散，请联络指定维修网点进行检查和维修。
- 如果防水等级为日常使用加强防水功能的手表浸入海水中或接触到过量汗水，请用清水彻底冲洗手表后用柔软的干布将其完全擦干。
- 如果有海水进入表内，请将手表用盒子或塑料袋包好立刻送去修理。否则，表内的压力会逐渐增大，可能使一些部件（表面，柄头，按钮等）脱落。

- 衣服或其他配件上的染料或污渍可能会弄脏橡胶表带。由于这些污渍可能成为永久性的，因此佩戴手表时请注意可能会染色的物品（如衣服，皮包，镀色手链等东西）。
- 溶剂，水汽和汗水可能导致表带质量退化。请务必更换失去弹性或已开裂的表带，以防因表带断裂而造成的损失。

温度

- 在极高或极低的温度下，本表可能停走或其功能可能失灵。切勿在限定温度范围以外的环境中使用本表。

静电

- 石英手表中使用的集成电路（IC）对静电很敏感。所以若将手表置于强静电环境中，本表可能发生故障。

磁性

- 指针式石英表是以使用一小块磁铁的马达作为动力的。若本表遇到外部强力磁场时，会扰乱马达运行，无法显示正确时间，所以切勿让本表接近磁性物品。如磁性“健康”手链或项链，磁性硬币盘，柜子和冰箱的磁性门封，手袋和手机袋的磁性扣，移动电话的扬声器，某些运动配件，磁共振成像设备等。

强烈撞击

- 避免摔落手表，或使其受到强烈碰撞。这可能导致故障或性能衰退，及表壳和表带的损坏。

化学物质，腐蚀性气体和水银

- 如果手表接触到涂料稀释剂，苯或其他含有这些物质的产品或溶剂（包括汽油，洗甲水，甲酚，洗涤剂 and 粘合剂，防水剂等），则可能褪色，性能退化或损坏。避免接触这些化学物质。如果接触到温度计内使用的水银，则表带和表壳也可能褪色。

注意 务必保持手表干净

- 时常旋转柄头、按动按钮，避免被积累的污渍卡住。
注：手表潮湿时，请勿操作柄头或任何按钮。
- 表壳和表带同内衣一样与皮肤直接接触。金属的腐蚀或一些细小的不容易被注意到的污垢，如由汗水和灰尘造成的污垢，可能会弄脏衣服的袖子和其他部分。请时刻保持手表干净。
- 表壳和表带与皮肤直接接触。累积的物质可能会导致手表生锈，褪色和过早磨损。请务必定期用柔软的干布清洁手表。如果污垢累积严重，您可能需要请专业人员清洁表壳或表带。

- 在某些情况下，灰尘和异物的累积可能会引起皮肤反应。如果发生这种情况，请立即停止使用手表并洽询您的医生。
- 皮革，布料和其他真皮表带可能会因水汽，汗水或累积的灰尘而褪色或失去弹性。想要最大限度地使用表带，请务必每天用柔软的干布擦拭皮革表带，使其保持清洁和干燥。

注意 保养手表

- 用柔软的干布擦掉表壳和表面的污垢或水汽，如汗水。
- 如果您准备长期不使用本表，请仔细擦掉汗水，灰尘或水汽，并将其存放在妥当的地方，避免极热或极冷且湿度大的地方。

维护

日常维护

- 时常旋转柄头、按动按钮，避免被积累的污渍卡住。
- 定期使用干净软布擦掉表壳和玻璃上的灰尘，汗水及水分。
- 清洁金属，塑料部件或塑胶表带时，请用水洗去污渍。使用软刷，刷除卡在金属表带间隙的灰尘和污渍。
- 请勿使用具磨光作用的布，否则可能损伤手表的表面及某些特殊处理层。
- 请勿使用溶剂（稀释剂，苯等），否则可能损伤表面处理层。

定期检查

为确保使用安全及延长使用寿命，请每两，三年检查手表一次。防水圈及其他组件需定期更换，才能确保手表的防水性能。其他部件需要定期检查，并视情况进行更换。更换部件时，请务必使用西铁城原装部件。

信息

电波信号

电波信号会每天定时发射，但有时可能会因为维护原因而中断。您可以在发射台网站查询电波信号的发射状况。

电波信号不会对人体或医疗设备产生影响。

关于涂有发光涂料的手表

本表的表盘和指针上涂有发光涂料，可帮助您在昏暗的环境中读取时间。该发光涂料既能储存自然光源，也能储存人工光源。不含任何对人体或环境有害的放射性物质。

- 随着时间的推移，发光涂料发出的光逐渐减弱。
- 因储存光源时光的亮度、与光源的距离及光的照射时间不同，夜光的发光时间可能会发生存在一些差异。
- 如果没有存储足够的光，夜光有可能在暗处无法发光，或者发光后立即变暗。

规格

型号	H149	类型	指针式光动能手表
走时精度（没有收到电波信号时）	在正常操作温度（+5 °C和+35 °C之间）下佩戴，每月±15秒内		
使用温度范围	-10 °C 至 +60 °C		
显示功能	<ul style="list-style-type: none">• 时间：小时，分钟，秒• 日历：日期• 城市		

<p>完全充电后最长运转时间</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 完全充电到耗尽（中途不充电）： 约两年（节电功能开启时） 约六个月（正常运转时） • 发出电量不足警告到手表停走的运行时间： 约三天
<p>电池</p>	<p>充电电池1个</p>
<p>其他功能</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 利用光发电的功能 • 剩余电量指示功能 • 过度充电保护功能



其他功能

- 电量不足警告功能（两秒间隔移动）
- 节能功能
- 接收电波信号（自动，手动，自动恢复）
- 确认接收状态（RX）
- 自动选择电波信号站功能（仅JJY）
- 显示上次接收结果（OK/NO）
- 夏令时（ON/OFF）

其他功能	<ul style="list-style-type: none">• 城市设置 (26个城市)• 万年历功能 (到2100年2月28日)• JIS1型防磁功能/撞击侦测功能/指针修正功能
------	--

* 使用说明如有变更，请注意公司网站最新的版本内容，
公司网址 <http://www.citizen.com.cn/>

产品中有害物质的名称及含量

	部件名称	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	
			内部零件	×	○
	外部零件	○	○	○	
	电池	○	○	○	

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制。

○：表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB

×：表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量



此记号为根据中华人民共和国电子信息产品污染控制管
息产品的环保使用期限。



此标志表示不包含有害物质

有害物质		
六价铬 (Cr(VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
○	○	○
○	○	○
○	○	○

GB/T 26572 标准规定的限量要求以下。

超出 GB/T 26572 标准规定的限量要求。

管理办法及电子信息产品环保使用期限通则，销售的电子信息