

CITIZEN®

手表说明书

商品型号: BR0***

机芯型号: J304

CTZ-CC8109-2

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。

目录

1. 特长	04
2. 使用之前	05
3. 部件名称	06
4. 设定时间	08
5. 设定日历	10
6. 使用双时区功能	12
7. 使用世界时间功能	14

8. 光动能手表的特殊功能	18
9. 充电时间	22
10. 光动能手表的使用须知	24
11. 对您有帮助的提示	27
12. 注意事项	29
13. 规格	40

1. 特长

本表是光动能手表，表盘内装有太阳能感光板，可以将太阳能转换成电能。本表还装备了易于观看的大日历窗和呈扇形的 24 小时表盘。

2. 使用之前

使用前要将其放到光亮处，以确保电量充足。

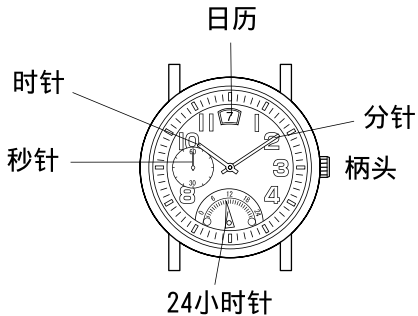
本表内装一块蓄电池来储存电能。该蓄电池属于环保型电池，不含有水银或其它有毒物质。充满电后，此表将持续运行6个月左右而无需另行充电。

<如何正确使用光动能手表>

为了保证手表的最佳性能，请务必在手表停下之前为其再次充电。此表无需担心充电过度（具有防止过度充电功能），所以建议您经常为手表充电。

3. 部件名称

- * 如果手表上装备的是螺旋锁型柄头的话，在操作柄头之前先将柄头向左拧以解开螺旋锁。在完成操作后将柄头推到正常位置，并边推边向右拧紧，将柄头牢固锁住。



* 本说明书中的插图可能与手表的实际外观不一样。

4. 设定时间

* 为了准确地设定时间

• 请按秒针，时针，分针，24 小时针的时间顺序进行设定。

(1) 当秒针走到 60 秒的位置时，将柄头拉出到第 2 挡。

(2) 转动柄头以设定时间。

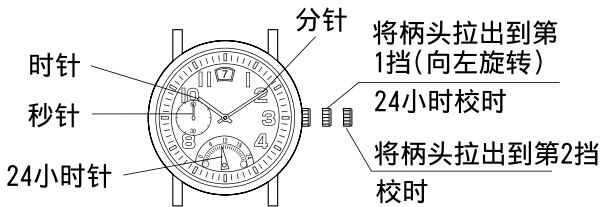
当时间接近 AM 2:00 时，日期会发生变化。在设定时间时不要弄错 AM 和 PM。

(3) 按照电话或其它报时工具上的确切时间将柄头退回到正常位置。秒针开始走动，手表开始正常运行。

(4)将柄头拉出到第1挡并向左旋转以设定24小时时间。(向右旋转可设定日历。)

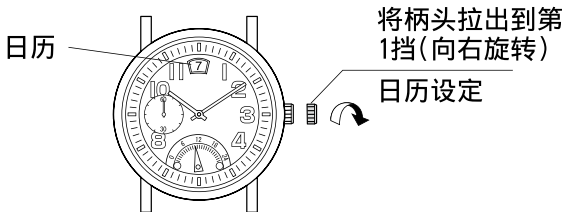
(5)将柄头退回到正常位置。

- 想要更加准确地设定时间，可将分针拨到超过正确时间4-5分钟的位置，然后再拨回到正确位置。



5. 设定日历

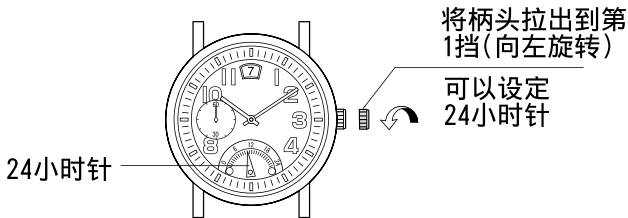
- (1)将柄头拉出到第1挡。
- (2)向右旋转柄头以设定日历。(向左旋转柄头可设定24小时针。)
- (3)设定日历之后，将柄头调整到正常位置。



[注]

- 如果在手表走到大约PM 11:00和AM 2:00之间时设定日历，日历可能不会改变到下一天。此种情况发生时，可先将表针拨到上述时间段之外，然后再设定日历。
- 本表的日历以31天日历为基准。对于少于31天的月份（所有30天的月份和二月份）时，必须使用柄头将这个月最后一天调整成下个月的最初一天。

6. 使用双时区功能



24小时针可用于设定另一个时区的时间。24小时时间设定功能可以1小时为增量幅度进行设定，以便使用双时区功能。

- (1)将柄头拉出到第1挡。
- (2)向左旋转柄头可以将小时针设定成另一个时区的时间。（向右旋转柄头可校正日历。）
- (3)设定完成之后，将柄头推回到正常位置。
 - 24小时针的分钟显示位置会停在连接至分针的位置。
 - 双时区功能仅能作为一般参考来使用。

7. 使用世界时间功能

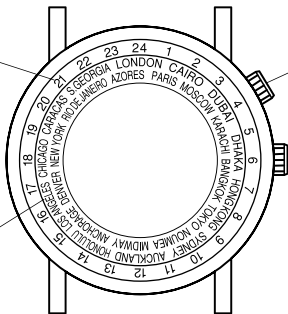
* 仅对应配备世界时间功能的型号

世界时间功能使您可以查看世界上24个主要城市的时间。

24小时
表盘

24小时表盘
柄头

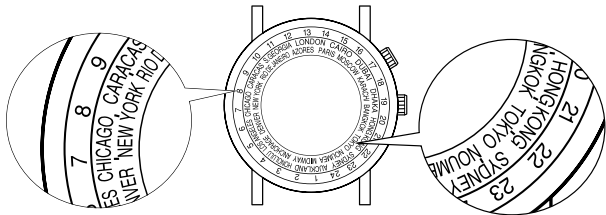
城市名



* 世界时间功能不支持夏令时。

<如何查看其他城市时间>

* 例：查看纽约的时间



将“NEW YORK”
上方表盘对准数
字“8”。

以下例1示
意图

“TOKYO”位于表
盘上数字“22”
的下方。

例1：在纽约查看当地8点时的东京时间。

(1)转动24小时表盘柄头，使表盘上的数字“8”位于“NEW YORK”上方。

(2)表盘上数字“22”则位于“TOKYO”上方。

现在您可以看到纽约当地时间为8点时，东京时间为22点。

例2：在伦敦查看当地12点时的纽约时间。

(1)转动24小时表盘柄头，使表盘上的数字“12”位于“LONDON”上方。

(2)表盘上数字“7”则位于“NEW YORK”上方。

现在您可以看到伦敦当地时间为12点时，纽约时间为7点。

8. 光动能手表的特殊功能

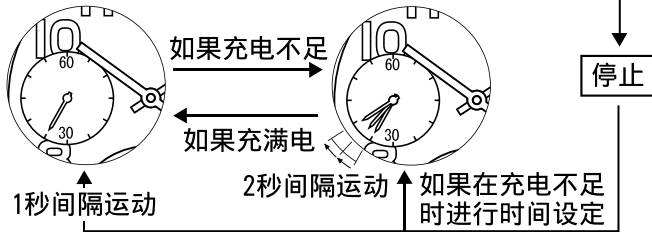
本表附带一种报警功能，如果本表电量不足，该功能便会启动，以改变显示的方法来通知您电量不足。

手表在接受到光线后，快速启动功能便开始运行，秒针开始运转。一旦手表被完全充满电后，便可正确地设定时间。

如果充电不足状态（2秒间隔运动）持续3天或更长的时间

[正常时刻显示]

[充电不足报警显示]



<充电不足报警功能>

秒针变为2秒间隔运动，以显示充电不足。即使在这种情况下，手表亦能保持正确的时刻，但是，若2秒间隔运动经过了大约3天，手表便会停止运行。使手表接受光照以充电。手表便会返回至1秒间隔运动。

<快速启动功能>

手表被完全放电后便会停止运行。将其置于光照之下，表针在10秒钟之后便可开始运行。（然而，手表启动所需的时间根据表的型号和光线的亮度而异。）需要注意的是，如果光线被遮断，手表会重新停止，导致再度充电不足。

<防止过度充电功能>

本表的蓄电池被充满电后，防止过度充电功能便会启动，以防止过度充电。该功能可令您放心地反复充电而不用担心会损坏手表。

9. 充电时间

充满所需要的时间根据表的型号（表盘的颜色等）而不同。下表为您提供测量充电时间的一般参考数据。

照度 (勒克斯)	环境
500	在普通办公室内
1,000	在荧光灯下 (30 瓦) (60-70 公分)
3,000	在荧光灯下 (30 瓦) (20 公分)
10,000	室外、阴天
100,000	室外、夏季, 晴天

充足电所需的充电时间：指从停表状态下一直到充满电所需的时间。

使用一天所需的充电时间：以1秒间隔运行方式能使手表运行1天所需的充电时间。

充电时间（大约）			
	从表停到 1 秒运动需要	使用 1 天需要	充满电需要
	70 小时	4 小时	—————
	35 小时	2 小时	—————
	10 小时	40 分钟	130 小时
	3 小时	12 分钟	40 小时
	25 分钟	3 分钟	8 小时

10. 光动能手表的使用须知

<务必确保定期充电>

- 请注意，如果穿长袖衣服，手表可能会因为受不到光照而停止运行。
- 当您不戴手表时，尽可能将其放在明亮之处。这样能够保证手表会继续准确运行。

注意：充电须知

- 在手表变得异常高温（达 60℃ 以上）的情况下为其充电将会损坏手表。请避免在手表变热状态下为其充电。例如：请勿在白炽灯，卤素灯或其它可产生高热的光源附近来充电，也不要将手表放在汽车的仪表板或其它受到高温辐射的场所为其充电。
- 用白炽灯为手表充电时，请将手表放在远离光源 50cm 以外之处，以防异常高温损坏手表。

<更换蓄电池>

本表所用的蓄电池可以反复充电和放电，因此不必要像一般电池那样定期更换。

警告 关于蓄电池的使用

- 尽量不要从表内将蓄电池取出。
- 如果因为某种原因需要将蓄电池从表内取出时，一定要存放在儿童拿不到的地方，以防误食。
- 如果误食了蓄电池，请立即去看医生。

警告 只能使用指定型号的电池

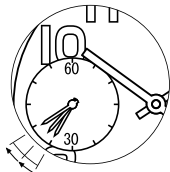
本表绝对不能使用指定型号以外的蓄电池。本表的结构被设计成其他型号的电池不能驱动本表，如果将氧化银电池或其它型号的电池装到本表内并为本表充电时，电池可能会过度充电而破裂。此种情况会损坏手表和伤及用户。

因此在更换蓄电池时，请务必使用指定型号的蓄电池。

11. 对您有帮助的提示

<秒针进行2秒间隔运动>

- 表示充电不足警告功能已经启动。此时要立即为手表充电，以使表回到1秒间隔运动。



2秒间隔运动

<如果24小时针和时针之间出现不符>

- 在设定时间时如果将柄头拉出到第2挡并向反方向（逆时针方向）旋转时，或者在设定日历的过程中拨动了表针时，当时间经过AM:00时，24小时针会停止在0:00位置。此种情况发生时，可将柄头拉出到第1挡并向左

旋转，直到24小时针所指的时刻与时针所指的时刻相一致。但是，如果已经设定了双时区功能，在重新设定时间时允许时刻不一样。

<日历在大约AM 2:00时改变>

- 说明在校正时间时选错了12小时时间段（AM/PM）。（参阅“设定时间”章节重新将时间设定到正确的时刻。）

12. 注意事项

注意：防水能力

防水手表有多种类型，如下表所示。

为了保证手表在设计限度内使用，请先查对你手表表面和表壳上标示的防水等级并参考下表。

- “bar” 大约等于 1 个大气压
- * WATER RESIST(ANT) xx bar 亦会以 W.R. xx bar 表示。

名称	表示	
	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

- 日常使用防水能力（至 3 个大气压）：这类表可抵抗轻微沾水。比如戴着手表洗脸都没问题。不过，它不是设计来供浸入水中使用。
- 日常使用加强防水能力（至 5 个大气压）：这类表可抵抗中等程度的沾水。比如戴着手表游泳都没问题：不过，它不是设计来供赤身潜水时使用。
- 日常使用加强防水能力（至 10/20 个大气压）：这类表可于赤身潜水时使用，但不能戴着水下呼吸器或以氦气的浸透式潜水时使用。

注意

- 在使用手表时柄头须按入（正常位置）。如果柄头是螺丝式的，就一定要把柄头完全拧紧。
- 手湿或表湿时都不宜操作柄头。不然，很容易让水渗入表内而影响防水功能。
- 曾于海水中用过手表，以清水冲洗再用干布抹干。
- 如果有水进入表内，或表玻璃内层有雾气且整天不散，就要立刻将表送到西铁城指定维修站或客户服务中心进行检测或修理。如果任由水汽留在表内不理，会使零件腐蚀。

- 如果有海水进入表内，则宜将手表用盒子或塑料袋包好立刻送去修理。不然，表内的压力会逐渐增大，可能使一些零件脱落（表玻璃、柄头、按钮等）。

注意：时刻保持手表清洁

- 在表壳和柄头之间若积有灰尘和污垢会使柄头难以拔出。需时常把柄头在正常位置中转一转、让积结的灰尘和污垢松散，再用刷子刷干净。
- 表壳底盖或表带的缝隙中最易积聚灰尘和污垢。积聚的灰尘和污垢容易造成腐蚀作用及弄脏衣服。应经常清理手表。

清理手表

- 用软布擦除表壳和表玻璃上的灰尘、汗渍和水分。
- 用干的软布擦除皮革表带上的灰尘、汗渍和水分。
- 金属、塑料、或橡胶表带可用肥皂水刷洗。用软刷刷除金属表带缝隙中的灰尘和污垢。如果手表不是防水的，应送到西铁城指定维修站清理。

注意：要避免使用一些溶剂（如油漆稀释剂、汽油等来清洁手表），因这些溶剂很容易损伤饰面。

注意：使用环境

- 要依照使用手册中规定的使用温度范围使用手表。
如在超出使用手册中规定的温度范围中使用手表，容易使手表功能退化，甚至使手表停顿。
- 勿在高温环境，例如蒸气浴室中使用手表。因在高温环境中使用手表易引起皮肤烫伤。
- 勿将手表置于高温环境中，例如在夏季阳光直晒的汽车仪表板上。否则，很容易使手表损坏，比如使塑料零件变形等。

- 勿将手表放在靠近磁铁处。
如果把手表靠近磁性保健用品，如磁性项链或电冰箱的磁性门闩，手套的磁性扣，或手机的听筒旁放置，都会使手表走时不准。如遇此情况，应将手表移出磁场环境，并重新调整时间。
- 勿把手表放在会产生静电家电附近。
如果把手表放在强静电场环境中，例如在电视荧光屏辐射出来的静电场中，则易使手表走时失准。
- 勿让手表受到强烈振动，例如掉在坚硬的地板上等。
- 避免在可能有化学或腐蚀性气体弥漫的环境中使用手表。

如果手表接触到化学溶剂，如油漆稀释剂和汽油或含有这类溶剂的物质等，就会引起变色、熔化、碎裂等情况。如果手表接触到温度计内的水银，则表壳、表带或其它零件都会变色。

定期检查

为了使您的手表能够安全而长期地使用，手表应每2—3年检查一次。

为了保持手表的防水性能，胶圈需要定期更换。其他部件也应定期检查，如果需要则应更换。在更换部件时，请使用西铁城纯正部件。

13. 规格

1.型号：J304

2.类型：指针式光动能手表

3.精准度：每月平均在±15秒以内

(在+5℃至+35℃之间的正常温度下佩戴时)

4.使用温度范围：-10℃至+60℃

5.显示功能：时间：24小时，小时，分钟，秒

日历：日期

6.附加功能：日期快速设定功能

充电不足报警功能

快速启动功能

防止过度充电功能



7.持续运行时间：从充满电到停止运行：约6个月

从2秒间隔运动到停止运行：约3天

8.使用的蓄电池：充电电池一个

* 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

