

CITIZEN®

手表说明书

商品型号: BN101*

机芯型号: E365

CTZ-CC E365

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。

您可以访问西铁城网站 (<http://www.citizenwatch-global.com/>) 查看手表的操作演示。在此，您会找到如电子设置指南、常见问题解答、光动能充电信息等各种信息。

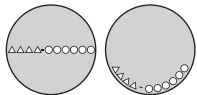
查看机芯编号

表壳编号是刻印在表壳后盖的 4 个字母数字字符加 6 个或更多字母数字字符。(右图)

表壳编号中，前 4 位字符表示手表机芯编号。

在右图示例中，“△△△△”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—重要事项

本手册包含随时都应严格遵守的说明，该说明不仅指导您正确使用，而且还防止您自身、其他人员受伤或财产损失。我们建议您阅读整个手册（尤其是第 36-49 页）并理解以下符号的含义：

- 本手册按如下所示将安全公告分类描述：

 危险	很可能导致死亡或严重受伤。
 警告	可引起严重受伤或死亡。
 注意	可能或将会引起轻微或中度受伤或损害。

- 重要指示在本手册中按如下所示进行分类和描述：（以下符号为象形图示例。）

	警告（注意）符号，表示应该遵守的指示或应该遵守的预防措施。
	警告（注意）符号，表示禁止的事项。

功能

光动能

不需要定期更换电池。本表以光源作为能源驱动。

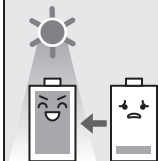
充满一次电后,即使不再进行充电也可连续运行365天。

目录

使用手表之前.....	8
表带调整.....	9
保护贴膜.....	9
如何使用专用的柄头/按钮.....	10
组件识别.....	12
调整时间.....	13
调整日历.....	14
为手表充电.....	16

当您长时间不打算使用手表时.....	22
当运行停止中的手表接受到光源照射时.....	23
故障排除.....	24
现象和解决方法.....	24
Eco-Drive(光动能)手表使用的注意事项.....	26
防水功能.....	31
注意事项和使用限制.....	36
规格.....	50

使用手表之前



本手表内含一个可充电电池，让表盘接受光照即可充电。

定期让表盘接受阳光直射为手表充电。有关充电的详细信息，请参阅第16页。

表带调整

建议您寻找有经验的手表维修技师来帮助您调整手表表带。如果调整不当,表带可能会意外脱落,导致手表丢失或使用者受伤(除含有表带调整工具的产品)。

请联络距离您最近的西铁城指定维修服务网点。

保护贴膜



确保拆下手表(表壳后盖、表带、表扣)上可能存在的保护贴膜。否则,汗水或水汽可能会进入保护贴膜与部件之间的空隙,从而导致皮疹或金属部件的腐蚀。



如何使用专用的柄头/按钮

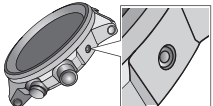
部分型号配备了专用柄头或按钮，以防止意外操作。

螺旋式柄头 / 按钮

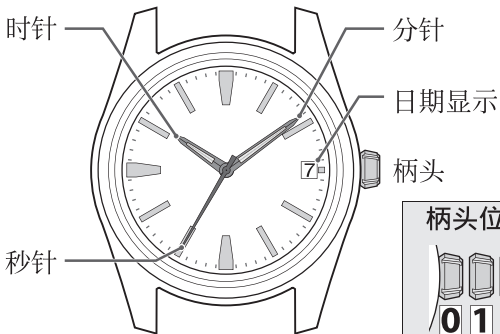
操作手表前，请先解锁柄头 / 按钮。

	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，直到按钮松动。</p>	 <p>顺时针方向旋转按钮，直到按钮锁紧。</p>

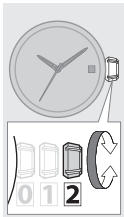
<p>凹钮</p> 	<p>使用没有污垢的尖头物体，如木制牙签按压凹钮。</p> <ul style="list-style-type: none"> 金属物体可能会导致凹钮被损坏或刮花。
---	--

组件识别



- 实际外观可能与图解不同。

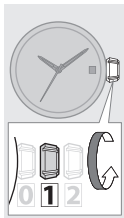
调整时间



- 1.当秒针指向 0 秒时，将柄头拉出到位置 2。
秒针停止。
- 2.旋转柄头来设置时间。
 - 将分针向前拨动 4 或 5 分钟，然后再向后拨动以便更加精确地设置分针位置。
 - 日期显示变更时为 0:00AM。请注意时间设置为 AM 或 PM。
- 3.根据可靠的时间源将柄头推入到位置 0 完成该步骤。

调整日历

本款手表是以 31 天的日历为基准设置的日期显示。需要在三月、五月、七月、十月和十二月的第一天调整日历。请勿在 9:00PM 至 1:00AM 之间调整日历。否则日历可能无法正确切换。



- 1.拉出柄头到位置 1。
- 2.逆时针旋转柄头以设置日历。
 - 顺时针旋转柄头无任何作用。
- 3.推入柄头到位置 0 完成步骤。

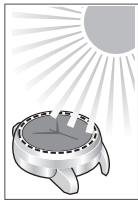
为手表充电

本款手表的表盘下方有一个太阳能感光板，手表自动将感光板产生的电能存储在其内置的可充电电池中。

将表盘暴露在光照下，如阳光直射或荧光灯照射，即可为电池充电。

为了确保最佳性能，请注意下列各项：

- 不使用时，也将手表放置在表盘朝向亮光的位置，如窗户附近。
- 每月至少一次让手表表盘接受阳光直射 5 或 6 小时。
- 避免将手表长时间放置在暗处。

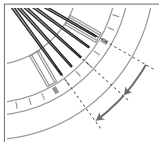


注意

- 请勿在高温（大约 60°C 或更高）下为手表充电，因为这可能导致手表的机芯发生故障。
 - 如果衣服的长袖经常遮住手表，则手表可能需要再另外充电才能确保持续运行。
-
- 完成充电后手表自动停止充电（过度充电保护功能）。此功能可以防止因过度充电引起的手表性能和可充电电池损害。

手表电量不足时（充电不足警告功能）

手表的剩余电量不足时，秒针会每两秒走动一次。这就是充电不足警告功能。确保按照下文所述立即为手表充满电。



- 手表充满电后，秒针将正常走动。
- 如果出现电量不足警告之后几天没有为手表充电，手表将会耗尽电量而停止运转。

处于充电不足警告状态时
时间和日历正确显示。

不同环境下所需的充电时间

下表列举在不同照度环境下大约所需的充电时间。此表仅供参考。

- 建议接受阳光直射为手表充电。荧光灯或室内照明的照度不足以有效地为可充电电池充电。

环境	照度 (lx)	运行一天	
室外（晴天）	100,000	1 分钟	
室外（阴天）	10,000	9 分钟	
荧光灯（30W）下 20 厘米	3,000	30 分钟	
室内光线	500	3 小时	

手表充满电后不另外充电时
约 1 年

充电时间（大约）	
从电池电量耗尽到 手表正常运行	从电池电量耗尽到 完全充满
6 分钟	40 小时
1 小时	70 小时
3.5 小时	190 小时
25 小时	—

当您长时间不打算使用手表时

请勿将本手表放置在黑暗的地方。将其放置在表盘可受到光照的地方。

您可以将柄头拉出至位置 2 以停止手表运行（使手表进入节能状态），这样可以节省电量消耗。

当运行停止中的手表接受到光源照射时

手表在接受光源照射后不久，秒针便开始以两秒为间隔进行走动（快速启动功能）。

- 室内照明的光源较弱，可能无法使其走动。
- 将其放置在明亮的光源下保持充电，直到秒针开始每秒走动一次。

故障排除

现象	解决方法	页码
指针走动异常		
秒针每两秒走动一次。	充电不足警告功能已启动。手表剩余电量几乎为空。请立即充电。	18
秒针不走动。	将柄头推入位置0。	-
指针停止不动。	置于阳光直射下为手表充电，直到秒针正常走动。	20-21

现象	解决方法	页码
日历不正确。		
手表的日历会在中午前后切换。	重新调整时间以正确设置AM和PM。	13

Eco-Drive（光动能）手表使用的注意事项

＜务必给手表定期充电＞

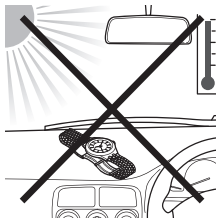
- 为了确保最佳性能，手表应保持充满电的状态。
- 长袖可能会妨碍光线照射到手表上。这可能导致手表失去电量。此时，需要再为手表另行充电。
- 当您取下手表时，请将其放在明亮的地方以确保最佳性能。

⚠ 注意 充电的注意事项

- 切勿在高温下（约 60℃ 或更高）为手表充电，因为这可能导致手表的机芯发生故障。

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，确保灯和手表之间至少有 50 厘米的距离，以免手表受热过度。
- 在可能会产生高温的环境下为手表充电，例如汽车仪表板上。



＜充电电池的更换＞

- 本表使用的是专用的充电电池，因此不需要定期更换。但经过多年的使用后，由于内部部件的磨损和润滑油质量的退化，充电电池的电量消耗会变大。这可能会导致储存的电量被快速耗尽。

警告 充电电池的处理

- 切勿随意取出电池。若不得已需要取出电池时，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，若强行使用普通手表电池或其他电池并进行充电，可能会造成充电过度，引起电池破裂。这会伤及手表和人体。更换充电电池时，请务必使用指定的充电电池。

防水功能

警告 防水功能

- 参阅表盘或表后盖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 指示。

名称	显示	规格
	表盘和表后盖	
不防水	-	不防水
日常使用的防水手表	WATER RESIST	防水为 3 个大气压
日常使用的强化防水手表	W.R.5bar	防水为 5 个大气压
	W.R.10/20bar	防水为 10 或 20 个大气压

遇水情况下的使用



少量触水（洗脸、
下雨等）

不可以

可以

可以

可以



游泳及一般的
清洗工作

不可以

不可以

可以

可以



徒手潜水、
海上运动

不可以

不可以

不可以

可以

接下页

遇水情况下的使用



利用空气罐的
水肺潜水

不可以

不可以

不可以

不可以



利用氦气的饱
和潜水

不可以

不可以

不可以

不可以



手表受潮时操作
柄头或按钮

不可以

不可以

不可以

不可以

- 不防水手表不能在与水有接触的环境中使用。小心不要使该防水等级的手表接触到水汽。
- 日常使用防水功能（达 3 个大气压）表示这类表可防止偶尔溅到的水花进入手表。
- 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。

注意事项和使用限制

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，如桑拿或其他地方，请勿佩戴手表，否则可能会被烫伤。
- 由于表带扣的结构各异，在佩戴和摘取手表时应该小心，避免不慎弄伤指甲。
- 睡觉前请取下手表。

注意 注意事项

- 在使用手表时务必将柄头按入（正常位置）。如果柄头为螺旋式，请务必将柄头锁紧。
- 手表潮湿时，请勿操作柄头或任何按钮，这可能会让水渗入手表，损坏手表重要部件。
- 如果有水进入表内或水雾在表内长时间不散，请联络距离您最近的西铁城指定维修服务网点进行检测或维修。

注意 注意事项 (续)

- 即使手表的防水等级很高，也请注意以下事项。
 - 如果手表浸到海水中，请用清水冲洗干净，然后用干布擦干。
 - 切勿将手表放在水龙头下直接冲洗。
 - 洗澡前请取下手表。
- 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（表玻璃、柄头、按钮等）脱落。

⚠ 注意 佩戴手表时

表带

- 随着时间的累积，汗水和污渍会让皮革表带和橡胶表带的质量发生退化。因为天然材质的缘故，皮革表带将会被逐渐磨损、变形和褪色。建议定期更换表带。
- 皮革表带的材质属性决定了这种表带在遇到潮湿时寿命会受到影响（褪色、粘合剂脱落等）。此外，潮湿的皮革表带会引起湿疹。

- 切勿让挥发性材料、漂白剂、酒精（包括化妆品）等物质弄脏皮革表带，可能会出现褪色和提前老化。紫外线，如直射阳光可能会导致褪色或变形。
- 即使手表具有防水功能，但还是建议您在接触水之前将手表取下来。
- 切勿将表带扣得过紧。在表带和皮肤之间留出足够的空间，确保充足的通风。
- 衣服或其他配件上的染料或污渍可能会弄脏橡胶表带。由于这些污渍可能无法去除，因此佩戴手表时请注意容易染色的物品（如衣服、皮包等）。此外，溶

剂或空气中的水汽可能会导致表带的质量发生退化。
请更换已失去弹性或开裂的表带。

- 请在以下情况下更换或维修表带：
由于腐蚀而造成表带异常。
表带连接销向外突出。
- 建议您寻找有经验的手表维修技师来帮助您调整手表表带。如果调整不当，表带可能会意外脱落，导致手表丢失或使用者受伤。（除含有表带调整工具的产品）
- 请联络距离您最近的西铁城指定维修服务网点。

温度

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

磁性

- 指针式光动能手表是以使用一小块磁铁的步进马达作为动力。若本表遇到外部强力磁场时，会扰乱马达运行，无法显示正确的时间。

切勿让本表接近磁性保健物品（磁性项链，磁性橡皮圈等）或冰箱的磁性门封，手袋的磁性扣，移动电话的扬声器，电磁烹饪设备等。

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。比如掉在坚硬的地面上。

静电

- 光动能手表中使用的集成电路（IC）对静电很敏感。请注意若将手表置于强静电环境中，手表可能运行异常或完全无法运行。

化学物质、腐蚀性气体和水银

- 请勿在含有化学品或腐蚀性气体的环境中使用手表。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，溶解或开裂。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。

保护贴膜

- 请确保将手表上的保护贴膜剥去（表壳后盖、表带、表扣等）。否则，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渍，从而导致皮肤出现红疹或金属部件被腐蚀。

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。
- 表壳和表带与皮肤直接接触。当表带与水汽或汗水接触时，金属的腐蚀或累积的异物可能会导致表带出现黑色残留物。请时刻保持手表干净。
- 请确保定期清洁表带和表壳，清除积累的污渍和异物。在少数情况下，累积的污渍、异物可能会刺激皮肤。如果遇到这种情况，请勿继续佩戴手表，并联络您的医生。

- 请确保定期使用软刷和温和的肥皂水清洁金属表带、合成橡胶表带（聚氨酯）或金属表壳的异物和累积的物质。如果手表不是防水型，请小心勿让表壳接触水汽。
- 皮革表带会因汗水或污渍而褪色。请务必用干布擦拭，使皮革表带保持清洁。

保养手表

- 用柔软的干布擦掉表壳和表玻璃的污渍或水汽，如汗水。
- 对于金属、塑料或合成橡胶（聚氨酯）表带，请使用柔软的牙刷沾肥皂水清洁。请确保在清洁后彻底冲洗表带，将残留的肥皂清除干净。
- 对于皮革表带，请用干布擦去污渍。
- 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。

< 当手表上涂有发光涂料时 >

表盘和指针上涂有发光涂料可帮助您在黑暗的地方读取时间。发光涂料可储存光源（日光或人工光源）并在黑暗处发光。

不含任何对人体或环境有害的放射性物质。

- 发出的光起初很亮，随着时间的流逝会逐渐变暗。
- 光亮（“发光”）时间取决于光源的亮度，光源的类型，与光源的距离以及光源的照射时间和发光涂料的用量。
- 如果手表接受的光照不足，则发光涂料可能不会发光，或发光后立即变暗。


规格

型号	E365
类型	指针式光动能手表
走时运行精度	平均月差精度：在常温 + 5℃ 至 + 35℃ 下佩戴时，每月 ±15 秒
使用温度范围	-10℃ 至 + 60℃
显示功能	<ul style="list-style-type: none">• 时间：时，分，秒• 日历：日期
持续时间	<ul style="list-style-type: none">• 手表充满电后，在不另外充电的情况下运转：约 1 年• 电量不足警告开始后：约 4 天

电池	充电电池一枚
其他功能	<ul style="list-style-type: none">• 光动能功能• 过度充电保护功能• 电量不足警告功能（以2秒为间隔走动）• 快速启动功能• 快速日期显示调整

* 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)
○	○	○
○	○	○
○	○	○

/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。

理办法及电子信息产品环保使用期限通则，销售的电子信