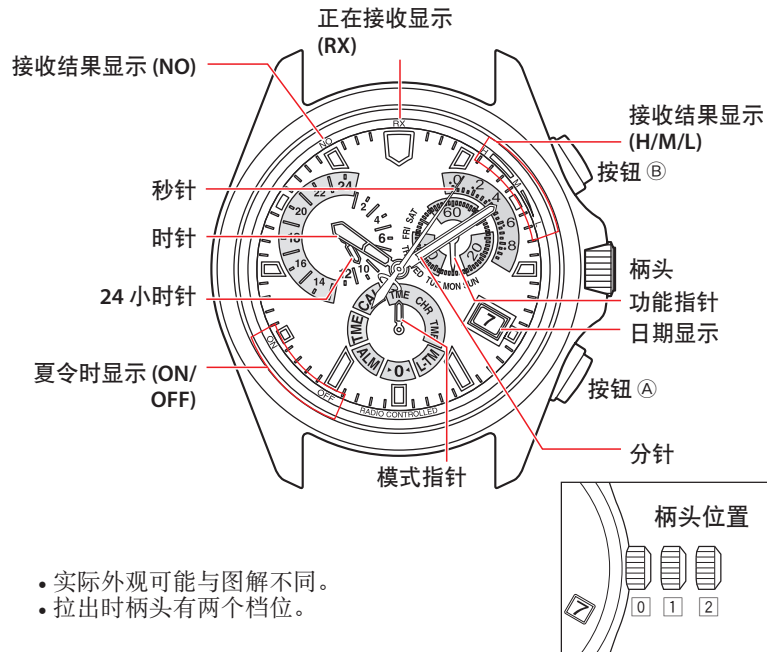


- 该手表是光动能手表。请将表盘接受光照且充满电后使用。
- 若要查看充电时间、规格和操作的详细信息，请参阅说明手册。

组件识别



- 实际外观可能与图解不同。
- 拉出时柄头有两个档位。

检查信号接收结果

- 此手表每天从日本信号站接收时间信号以自动调整时间。

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME] 或 [L-TM]。
3. 将柄头推入位置 ①。
4. 按下并释放右下方按钮 ④。

秒针走动显示上一次接收的结果。

显示	接收结果
H	已在非常好的条件下成功接收。
M	已在良好条件下成功接收。
L	已在较差条件下成功接收。
NO	接收失败。

- 如果上一次接收失败，请遵循 [手动接收信号（按需接收）](#) 中的步骤尝试信号接收。
5. 按下并释放右下方按钮 ④ 以完成步骤。
- 显示恢复至当前时间。
- 若未按下任何按钮，指针将在 10 秒内自动恢复至当前时间显示。

手动接收信号（按需接收）

- 完成接收需要 2-15 分钟。

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME] 或 [L-TM]。
3. 将柄头推入位置 ①。
4. 按住右下方按钮 ④ 2 秒以上。

秒针指向“RX”时，信号接收开始。完成接收后，秒针恢复正常走动。

接收成功	“哔哔”声响两次。时间将更新。
接收失败	“哔哔”声响一次。时间未修正，恢复之前设置的时间。

- 按住按钮 ④ 2 秒以上可取消接收。

使用当地时间

您能以 1 小时为增量设置与 [TME] 时间的时差，以指示当地时间。您可将当地时间设为夏令时。

- 时间差可以在 [TME] 时间的 -20 小时至 +3 小时范围内进行调整。

检查夏令时设置

1. 拉出柄头到位置 ①。
 2. 旋转柄头以将模式更改为 [L-TM]。
- 当地时间显示。
3. 按下并释放右上方按钮 ⑤。
- 秒针显示夏令时设置（“ON”或“OFF”），时长 10 秒。
4. 根据需要，旋转柄头更改模式。
 5. 推入柄头到位置 ① 以完成步骤。

当地时间和夏令时设置

1. 拉出柄头到位置 ①。
 2. 旋转柄头以将模式更改为 [L-TM]。
- 显示当前设置的当地时间。
3. 拉出柄头到位置 ②。
- 秒针显示夏令时设置（“ON”或“OFF”）。
4. 按下并松开右上角按钮 ⑤ 调整夏令时设置。
- 按下按钮时，哔声和夏令时设置的“ON”和“OFF”会交替变换。
- 设置为“ON”时，时针向前走动 1 小时。
5. 旋转柄头调整当地时间。
- 快速旋转柄头，指针将连续走动。要停止快速走动，请向任意方向旋转柄头。
 - 参照 24 小时针检查 AM/PM。
 - 夏令时设置为“ON”，可调范围为 -19 小时至 +4 小时。
6. 推入柄头到位置 ① 以完成步骤。



手动调整时间和日历

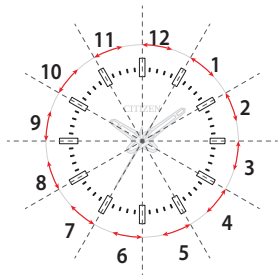
设置时间

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [TME]。
3. 拉出柄头到位置 ②。
秒针加速转动，恢复正常走动。
4. 按下并松开右下方按钮 ④ 或右上方按钮 ⑤。
秒针指向 0 秒。
5. 旋转柄头以调整时间。
 - 快速旋转柄头几次，指针将连续走动。要停止快速走动，请向任意方向旋转柄头。
 - 时针、分针和 24 小时针同时走动。
 - 参照 24 小时针检查 AM/PM。
6. 请将柄头推入至位置 ③ 与可靠时间源保持一致来完成该程序。

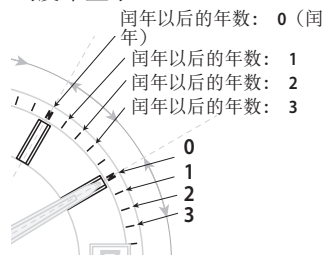
设置日历

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [CAL]。
3. 拉出柄头到位置 ②。
秒针显示当前设置的年和月。
4. 反复按下并松开右上角按钮 ⑥ 更改待修正的显示。
 - 每次按下按钮时，目标都会发生下列变化：
年 → 月 → 日 → 星期 → (返回顶部)
 - 日期可调时，功能指针在整个表盘内来回移动。
 - 星期可调时，功能指针来回移动半周，指向星期。
5. 旋转柄头以调节显示。
 - 秒针指示年和月。

“月”对应下图显示的 12 个区域之一。
每个数字代表一个月份。



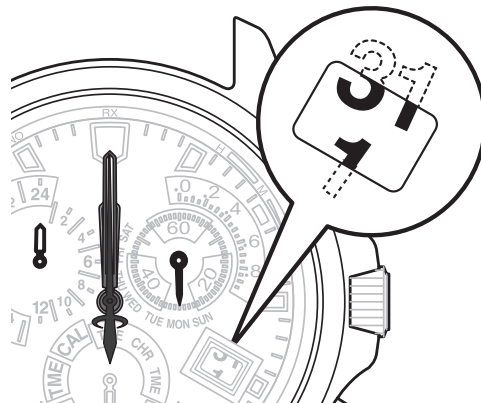
“年”对应闰年以后的年数，通过每个月份区域中的刻度来显示。



6. 重复步骤 4 和 5。
7. 推入柄头到位置 ③ 以完成步骤。

检查基准位置

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [▶0◀]。
3. 将柄头推入位置 ③。
指针和显示开始走动至内存中存储的当前基准位置。
4. 检查基准位置。
正确的基准位置：
 - 时针、分针和秒针：0 小时 00 分钟 0 秒
 - 24 小时针：24
 - 功能指针：MON
 - 日期显示：“31”与“1”之间的空间



当前基准位置与正确位置不同时，按照 [修正基准位置](#) 的步骤调整位置。

5. 拉出柄头到位置 ①。
6. 根据需要，旋转柄头更改模式。
7. 推入柄头到位置 ③ 以完成步骤。

修正基准位置

1. 拉出柄头到位置 ①。
2. 旋转柄头以将模式更改为 [▶0◀]。
指针和显示开始走动至内存中存储的当前基准位置。
3. 拉出柄头到位置 ②。
秒针快速转动后停止，表示可以调整基准位置。
4. 反复按下并松开右上角按钮 ⑥ 更改待修正的指针/显示。
 - 每次按下按钮时，目标都会发生下列变化：
秒针 → 时针/分针/24 小时针 → 功能指针和日期显示 → (返回顶部)
5. 旋转柄头以调节指针/显示。
 - 快速旋转柄头几次，指针/显示将连续走动。要停止快速走动，请向任意方向旋转柄头。
 - 调整秒针时顺时针旋转柄头。逆时针旋转柄头不会转动秒针。
 - 功能指针旋转 5 次时日期显示往后移动一天。
6. 重复步骤 4 和 5。
7. 推入柄头到位置 ③ 以完成步骤。

修正基准位置后

修正基准位置后，将模式更改为 [TME]，手动调节时间和日历，或手接收时间信号（按需接收）。

