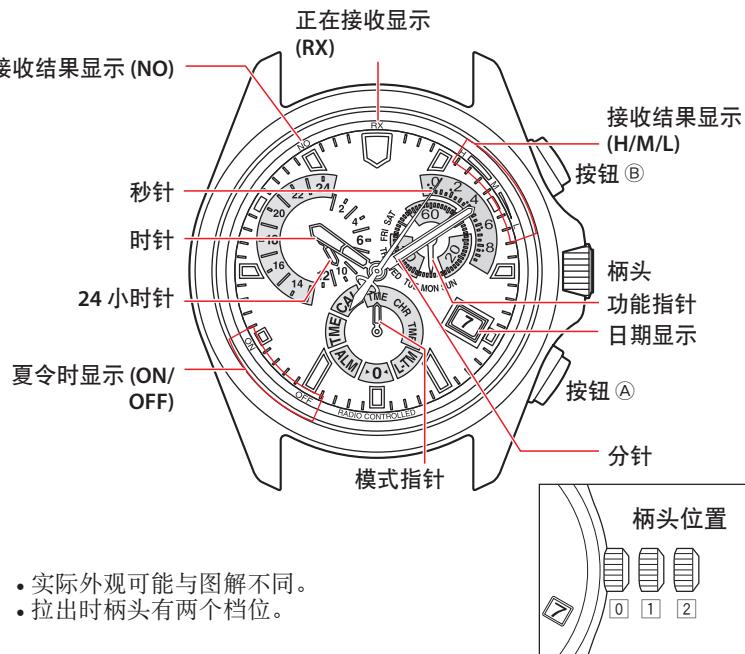


- 该手表是光动能手表。请将表盘接受光照且充满电后使用。
- 若要查看充电时间、规格和操作的详细信息，请参阅说明书。

## 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 ②。
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 ②。
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]。
3. 按下并释放右上方按钮 ⑤。
4. 根据需要, 旋转柄头更改模式。
5. 推入柄头到位置 ② 以完成步骤。

### 当地时间与夏令时设置

1. 拉出柄头到位置 ①。
  2. 旋转柄头以将模式更改为 [L-TM]。
  3. 拉出柄头到位置 ②。
  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 ② 以完成步骤。

## 手动调整时间和日历

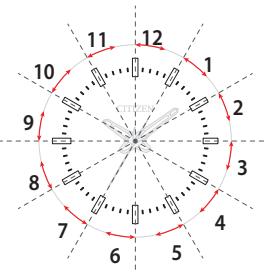
### 设置时间

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 Ⓐ 或右上方按钮 Ⓑ。  
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。

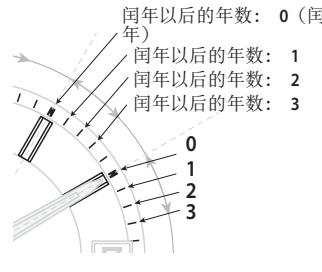
### 设置日历

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 Ⓑ 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。



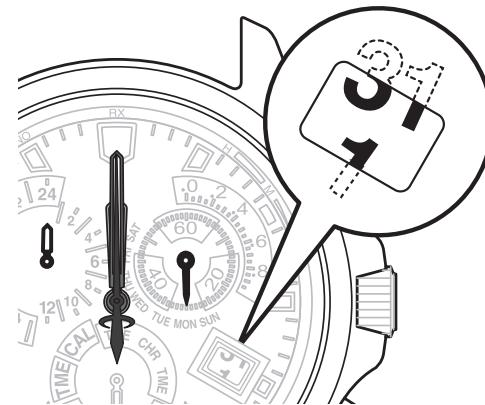
“年”对应闰年以后的年数，通过每个月份区域中的刻度来显示。



6. 重复步骤 4 和 5。
7. 推入柄头到位置 ④ 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 ④。  
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 ④ 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 Ⓑ 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 ④ 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）。