

CITIZEN®

手表说明书

商品型号：AV00**

机芯型号：E21*

CTZ-CC8093-1

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。某些型号可能具有外圈功能（如计算标尺，测速等）。外圈功能的操作演示也可在网站上查看。

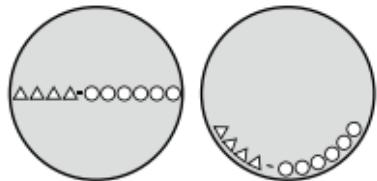
查看机芯编号

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

本手册包含的指示必须一直严格遵守，这不仅可以确保手表发挥出最佳性能，也可以防止自己、他人受到伤害，或遭受财产损失。建议您阅读整本手册（特别是 51 页到第 60 页），了解以下符号的含义：

- 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：（以下符号为象形图示例。）

	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。

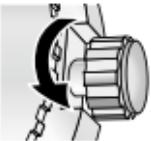
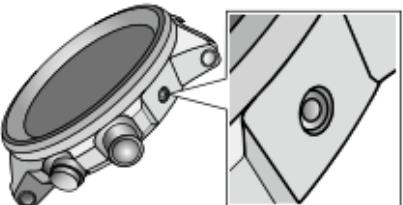
如何使用专用的柄头 / 按钮

某些型号配备了可以防止误操作的专用柄头 / 按钮。

螺旋式柄头 / 按钮

调整手表前请先为柄头 / 按钮解锁。

	解锁	锁紧
螺旋式 柄头	 逆时针方向 旋转柄头， 直到柄头从 表壳弹出。	 将柄头轻轻推入 表壳，并且沿顺 时针方向旋转， 请务必锁紧柄头。

	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>
凹钮	 <p>用没有沾上污垢的尖头物体，如木制牙签按下按钮。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 金属物体可能会导致按钮被刮花。 	

目录

1. 产品特点	10
2. 使用前须知	12
3. 部位名称	13
4. 柄头的操作	16
5. 时间及日期的设定	17
• 时间设定操作步骤	17
• 日期设定操作步骤	19
6. 计时器的使用	21
7. 闹铃的使用	27

8. 充电程度指示器的查阅	31
9. 参考充电时间	34
10. 光动能手表特有的功能	38
• 充电不足警告功能	40
• 防止过度充电功能	41
11. 使用注意事项	42
• 尽量使手表始终处于充电状态	42
• 充电注意事项	43
• 充电电池的使用	44
12. 充电电池的更换	45

13. 速度计的使用（仅限设有此功能的手表）	46
14. 系统复位	48
• 系统复位操作步骤	48
15. 注意事项	51
16. 规格	61

1. 产品特点

本表内置可储存电能的充电电池，通过将表盘放置在直射的阳光或荧光灯的光线下可进行充电。本表还配备有多种实用功能，其中包括：

- 计时器功能，其可以 1/5 秒为单位，最长计时 12 小时；
- 闹铃功能，其会在使用 12 小时指示针时每当到达预设时间时鸣响 20 秒，闹铃时间设定的精确度为 ± 5 分钟；
- 充电程度指示器功能，其可分 4 个阶段表示充电电池的充电水平。

维修

除表带外，任何有关本表的维修都必须委托 CITIZEN 处理。这是因为检测、修理、调试需要技术人员使用专业的仪器设备。所以当您有修理需求时请务必向西铁城客户服务中心进行咨询或将手表送至距离您最近的西铁城指定维修网点进行检测与维修。

2. 使用前须知

为有效地使用本表，请经常对本表进行充电，保持充电量指示针指向水平 3。请参阅第 9 章“参考充电时间”中的说明将表盘朝上放置在直射的光线下为其表充电。电量一旦充满，无需再次充电，本表最长可连续运行约 8 个月。

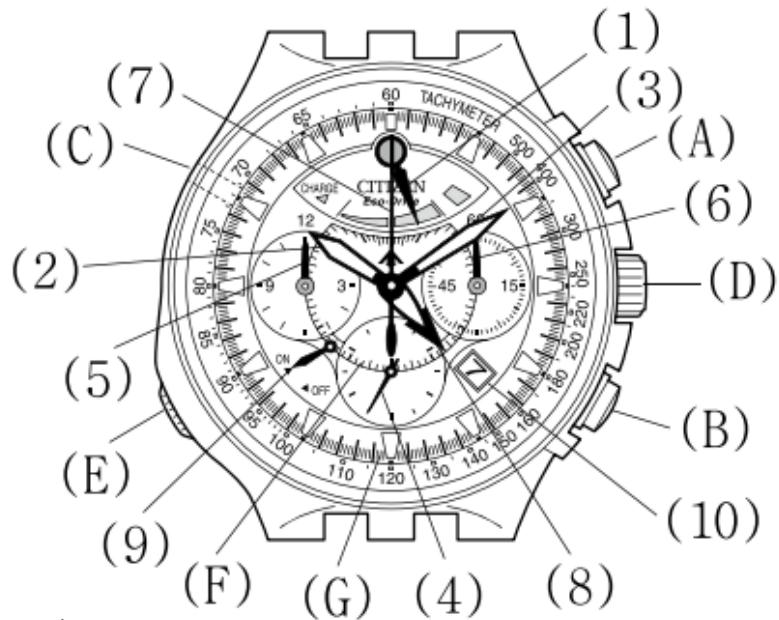
〈当长期不使用本表时〉

在长期保存本表之前，请务必先为其充电，直至充电水平指示针至少指向水平 3。即使不使用本表，亦建议您定期为其充电。

3. 部位名称

- 本说明书以在 3:00 位置上有柄头的手表型号为示范向您介绍使用本表的操作步骤。除柄头位置由 3:00 改变为 12:00 以外，说明书的其他内容完全相同。
- 闹铃刻度以 10 秒为单位，而计时器刻度以 1/5 秒为单位。

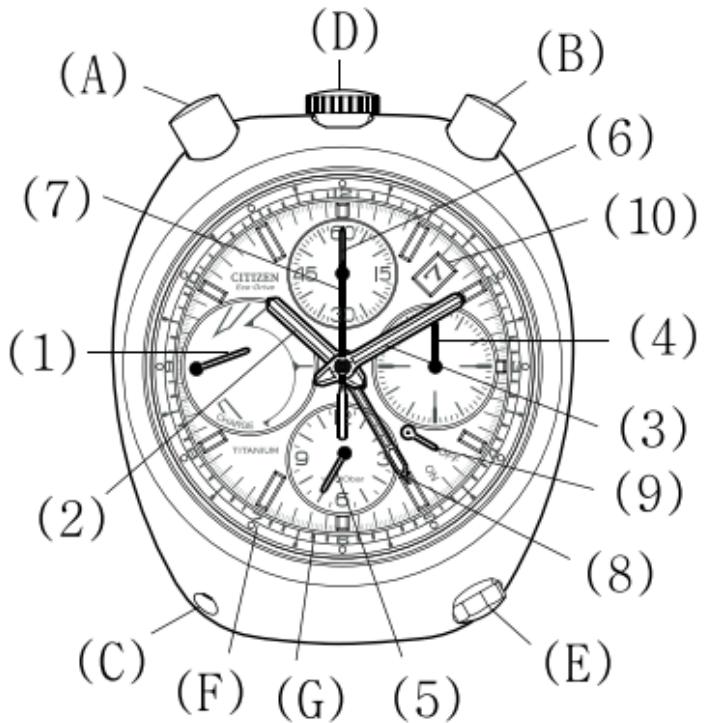
(在 3:00 位置上有柄头的手表型号)



1.	电量指示针
2.	时针
3.	分针
4.	秒针
5.	计时器时针
6.	计时器分针
7.	计时器秒针
8.	闹铃指示针
9.	闹铃开关针
10.	日期

☆ 设计会依型号的不同而有所差异。

(在 12:00 位置上有柄头的手表型号)



A.	(A) 钮 (开始／停止)
B.	(B) 钮 (复位)
C.	(C) 钮
D.	柄头
E.	闹铃柄头
F.	闹铃刻度
G.	计时器刻度

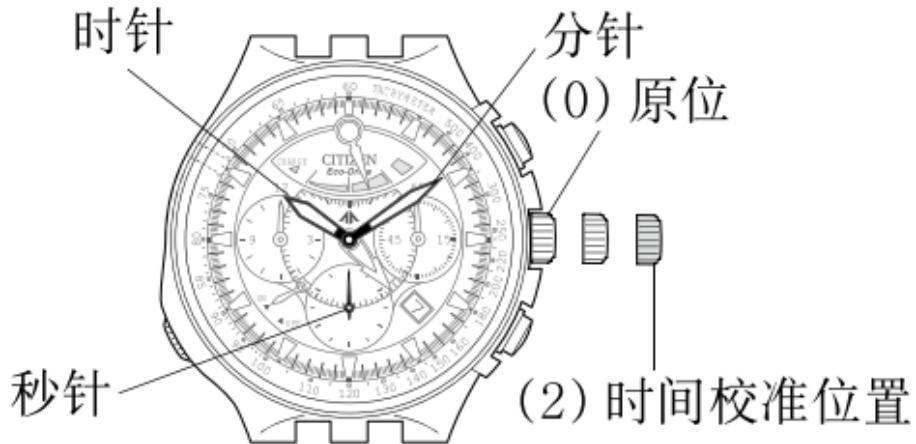
4. 柄头的操作

完成了时间等设定后,请务必将柄头按回原位(零秒位置)。若柄头未被按回原位,其有可能停止在日历修正位置,由此而会改变日期设定或损坏柄头本身。若您手表的柄头带有螺旋锁紧功能,请先向左转动柄头以松开其机械装置然后再进行操作。操作完毕并将柄头恢复至原位后,在按入的同时向右转动柄头以将其锁紧。请确认柄头已被牢固锁紧,否则有可能会导致柄头被折弯、时间不正确或破坏手表的防水性能。

5. 时间及日期的设定

〔时间设定操作步骤〕

1. 当秒针转动到零秒位置时将柄头拉出至时间校准位置
（第二档位）。
2. 转动柄头设定时间。
 - 日期会在凌晨 24:00 时改变。
请正确设定时间的上午 (AM) 及下午 (PM)。
3. 根据电话报时或其他报时讯号
将柄头按回原位 (0 位)。

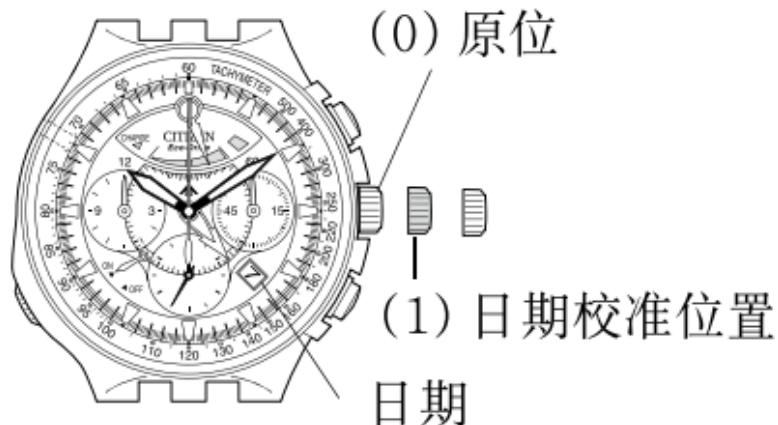


精确设定时间的有用诀窍：

将秒针停止在 0 秒位置后，将分针调过正确时间 4、5 分钟，然后再将其调回到正确时间。如此设定时间可排除手表的齿轮动作误差。根据电话报时或其他报时讯号按回柄头可使指针移动到正确时间。

〔日期设定操作步骤〕

- 本表未装备全自动日历。若下个月少于 31 天（30 天的月份及二月），您要操作柄头将日期正确调整到下个月的第一天。（日期以一个月 31 天为基准循环显示。）



1. 将柄头拉出至日期校准位置（第一档）。
2. 向左转动柄头设定日期。向右转动柄头不会改变日期及其他任何设定。
 - 请避免在晚上 21:00 到凌晨 1:00 间设定日期。若在此时间内设定日期，在第二天到来时，日期有可能不会改变。
3. 日期设定完毕后，请将柄头按回原位（0 位）。
 - 日期会在凌晨 24:00 左右自动改变。若日期在中午 12:00 改变，请将时间调快 12 小时。

6. 计时器的使用

- 本计时器可以 1/5 秒为单位，最长计时及显示 12 小时的时间。经过 12 小时后，计时器会自动停止。
- 开始计时时，请首先确认计时器的所有指针已全部复位至 12:00 位置。若指针没有全部复位至 12:00，请按 (B) 钮将其复位。
- 当开始首次计时时需用较大一点的力按 (A) 钮，以表示开始计时器计时。请确实地按下 (A) 钮直到本表发出喀嚓声。

[计时操作步骤]

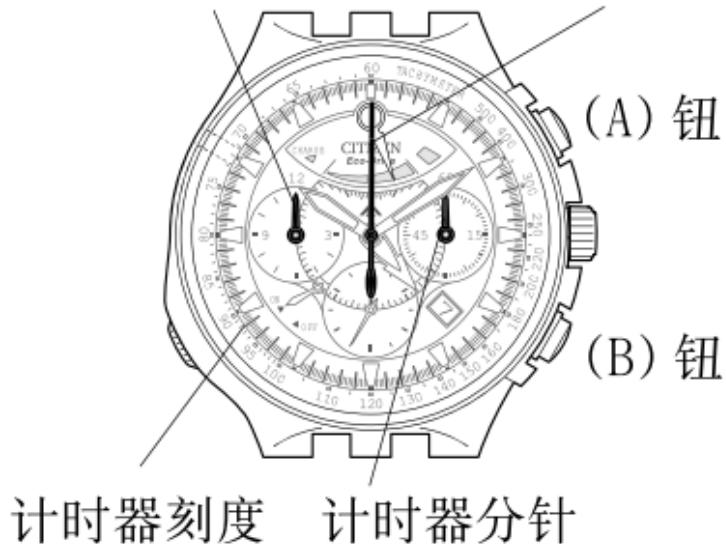
1. 当本表处于计时器复位状态时按 (A) 钮可开始计时。
再次按 (A) 钮可停止计时。
 - 每按一次 (A) 钮，计时会重复交替开始或停止。



请注意不要按闹铃柄头。

[计时复位状态]

计时器时针 计时器秒针



(A) 钮

(B) 钮

{ 注意 }

按 (A) 钮时，不要触碰到闹钟旋钮，以避免干扰已经设置好的闹铃功能。

2. 停止计时后按 (B) 钮会将计时器复位为 0 秒。

- 在计时过程中按 (B) 钮不会将计时器复位。若要复位计时，请先按 (A) 钮中断计时，然后再按 (B) 钮。
- * 若计时器反复进行开始及停止的操作，而不进行复位操作，则在经过 12 小时后，计时器的指针可能偶尔会与 12:00 位置有些微偏差。

〈经过 12 小时后重新开始计时时〉

- 当计时连续进行了 12 小时时，计时会自动停止并且所有计时器指针会停止在 12:00。但此时计时器并未复位至零，因此在开始新的计时前请务必复位计时器。

[复位操作步骤]

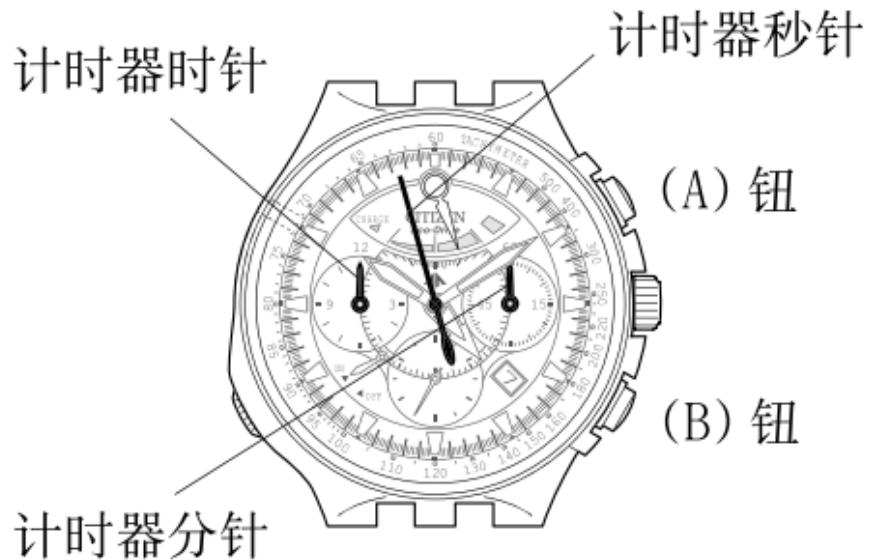
1. 按 (A) 钮停止计时器。
2. 按 (B) 钮复位计时器。

- 此操作复位了经过 12 小时后的计时。按 (A) 钮可重新开始计时。

注：在计时过程中请勿使手表受强烈撞击。

- 在计时过程中或在计时经过 12 小时后计时器处于自动停止状态时手表受强烈撞击有可能会使计时器的指针出现些微偏差。此时，请执行上述步骤复位计时器。若在执行上述复位操作后仍有计时器的任一指针无法复位至 12:00，请立即将手表送去维修。

(当计时器秒针无法被正确复位时)

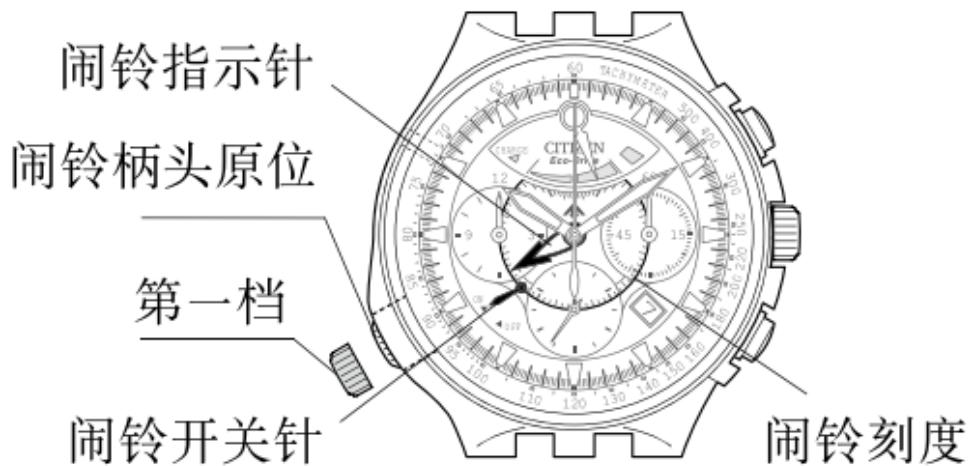


7. 闹铃的使用

- 闹铃功能使用一个 12 小时指示针。
- 设定闹铃开关针为 ON 时，当到达预设时间时闹铃会鸣响 20 秒。闹铃只会鸣响一次。因闹铃是以 12 小时制为准，所以其会在上午及下午到达设定时间时各鸣响一次，共两次。
- 由于是用指示针来设定闹铃时间，因此预设闹铃时间可能会有些微误差。指示针仅为预设闹铃时间的大致表示。

(设定闹铃时间的操作步骤)

1. 将闹铃柄头拉出至第一档。
2. 转动闹铃柄头将闹铃指示针拨至您需要的闹铃时间。



- 设定闹铃时间时，请向前将闹铃指示针拨过需要的设定时间约 30 分钟，然后再将指针拨回（逆时针方向）至需要的设定时间。

3. 将闹铃柄头恢复至原位。

4. 按闹铃柄头设定闹铃开关针为 ON。

- 此时，闹铃时间设定操作完毕。

[切换闹铃 ON 及 OFF]

- 每按一次柄头会在 ON 及 OFF 间切换闹铃。

〔闹铃的停止〕

- 当闹铃鸣响时按闹铃柄头可停止闹铃。注意闹铃开关针此时会被切换为 OFF。
- 请等至少 20 分钟之后再将闹铃重新设定为 ON。若在上一次闹铃鸣响后未等 20 分钟便将闹铃开关针设定为 ON，则闹铃会再次鸣响。

8. 充电程度指示器的查阅

- 充电程度指示器分 4 个阶段表示充电电池的当前充电水平。
- 电量指示针指向每个水平的中央。
- 充电程度指示器只表示充电电池充电水平的大致值，在使用本表时可作参考使用。建议您保持手表至少充电至水平 2。

注：当电量指示针指向“CHARGE 时”，充电电池内的电量已所剩无几，并且秒针会以 2 秒为间隔转动。约 7 天后，充电电池内的电量会完全耗尽并且手表会停止。请务必在手表到达这种状态前为手表充电。

剩余电量：1. 在不再次接受光源照射的情况下手表可保持运走的大约时间

(充电电池充电程

水平	第 1 个图像充电	第 2 个图像级数 1	
表示的电量水平 柄头位于 3:00 位置 柄头位于 12:00 位置	 	 	
剩余电量 (参考值)	无电量—7 天	7 天—5 个月	
	充电不足警告功能 启动的水平	充电略微不足的水平 (请立即将手表充电 至水平 3)	

2. 此数值依计时器及闹铃等的使用频率而定。

度指示器的查阅)

第3个图像级数2	最后一个图像级数3
	
5个月—7个月	7个月—8个月
无需担心充电，可放心使用本表的水平	电量充足的水平

9. 参考充电时间

需要的充电时间依手表的型号（文字板颜色等）而不同。
以下时间请仅作参考使用。

* 充电时间为手表需连续放置在光线下进行充电的时间。

照度 (lx)	环境	充电时间 (大约)
		手表运行一天所需的 大约充电时间
500	在一般办公室内	3.5 小时
1,000	在荧光灯下 60-70 厘米 处 (30W)	2 小时
3,000	在荧光灯下 20 厘米处 (30W)	35 分钟
10,000	室外, 阴天	11 分钟
100,000	室外, 夏季, 直射 阳光下	2 分钟

充电时间（大约）		
从停止状态充电至水平 1（以 1 秒为间隔转动）的充电时间	从停止状态充电至水平 2 的充电时间	从停止状态充电至水平 3（电量充足）的充电时间
40 小时	—	—
18 小时	—	—
6 小时	100 小时	150 小时
2 小时	30 小时	45 小时
25 分钟	5.5 小时	8.5 小时

手表运行一天所需的充电时间：秒针以 1 秒为间隔转动时手表运行一天所需的充电时间。

充足电量时间：从停止状态充电至电量充满所需的充电时间。

水平 1：充电不足，秒针无法以 1 秒为间隔转动。请至少充电至水平 2 。

10. 光动能手表特有的功能

若手表从正常时间显示状态改变至充电不足警告显示，

〔正常时间显示〕



当手表未被放在阳光下
充电而导致充电不足时

当手表被放在直射阳光
下进行充电时

〔充电不足警告显示〕
秒针的转动从以 1 秒为
间隔改为以 2 秒为间隔



直到电量指示针指向水平 3，请将手表放置在直

请参照第9章“参考充电时间”使手表照到光线以为其充电，直到电量指示针指向“水平3”。

(停止)
所有指针停止运走
若不对手表进行充电继续使用
约7天后手表将停止走动。



若手表充电不足，秒针以2秒为间隔转动
射的阳光下进行充电。

注：一旦手表停止，即使将手表光照充电，其亦不会立即开始走动。至少 10 分钟之后，手表才会再次开始走动。

[充电不足警告功能]

当秒针的转动从以 1 秒为间隔改为以 2 秒为间隔时，此功能为充电不足警告。同时，计时器及闹铃功能将无法正常使用。请立即让本表接受光照充电。

〔防止过度充电功能〕

当手表的太阳能感光板受到光线照射，并将光能转换为电能为手表充足电时，防止过度充电功能会自动启动以防止电池被充电过度。无论手表被充电多长时间，此功能会保护充电电池、计时的精确性及各性能，使其不受影响。

11. 使用注意事项

(尽量使手表始终处于充电状态)

请注意，若您经常穿长袖上衣，手表会因受遮挡无法照到光线而导致充电不足。尤其在冬季，请尽量使手表始终处于充电状态。

⚠ 注意 充电注意事项

- 请避免在高温环境（约 60℃ 以上）下为手表充电，在充电过程中若手表的温度过高，会导致手表的外部部件的变形及变色，以及内部部件的故障。

范例：在距离如白炽灯或卤素灯一类的易产生高温的光源过近的地方充电。在易达到高温的汽车仪表板上充电。

- 当用白炽灯、卤素灯或其他易产生高温的光源为手表充电时，请务必将手表置于距这些光源至少 50 厘米以上的距离，以防止手表的温度过高。

⚠ 警告 充电电池的使用

- 切勿试图从手表内取出充电电池。
- 若不得已取出了充电电池，请将其保存在儿童无法触及的地方，以防止儿童意外吞食电池。
- 万一儿童吞食了电池，请立即求医救治。
- 当需要更换充电电池时，请将手表送往西铁城指定维修网点。

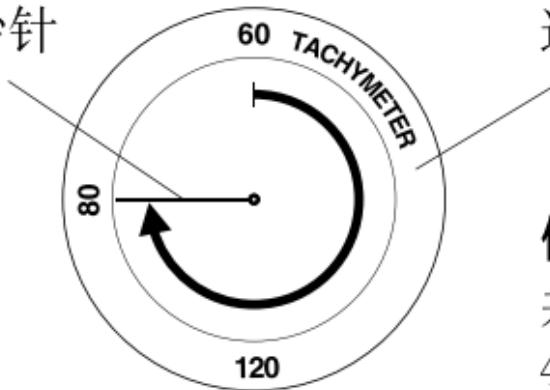
12. 充电电池的更换

虽然充电电池一般无需定期更换，但其亦有无法将电充足的可能。例如，即使经过参考充电时间亦无法充电至水平 3 时，请立即将手表送去维修。

13. 速度计的使用 (仅限设有此功能的手表)

速度计可用以测量诸如汽车等驾驶速度。本表可通过测量行走 1 公里所需的秒数（测量范围：最多 60 秒）计算出大约的平均速度。具体计算平均速度的方法如下：在开动汽车时，使用计时器开始计时。在行驶 1 公里时，按停计时器。此时计时器的秒针所指的数值则是平均速度值（公里 / 小时）。

计时器秒针



速度计

例：

若行驶 1 公里需要
45 秒，则平均速度
为每 80 公里 / 小时。

14. 系统复位

- 本表会因静电、磁场的干扰及强烈的撞击等因素而计时不准。此时，请执行系统复位操作步骤。
- 在执行系统复位操作步骤之前，请将手表充电，直到电量指示针指向水平 2 或更高水平，并请确认计时器处于复位状态。

[系统复位操作步骤]

1. 当秒针转动到零秒位置时将柄头拉出至时间校准位置（柄头二档）。

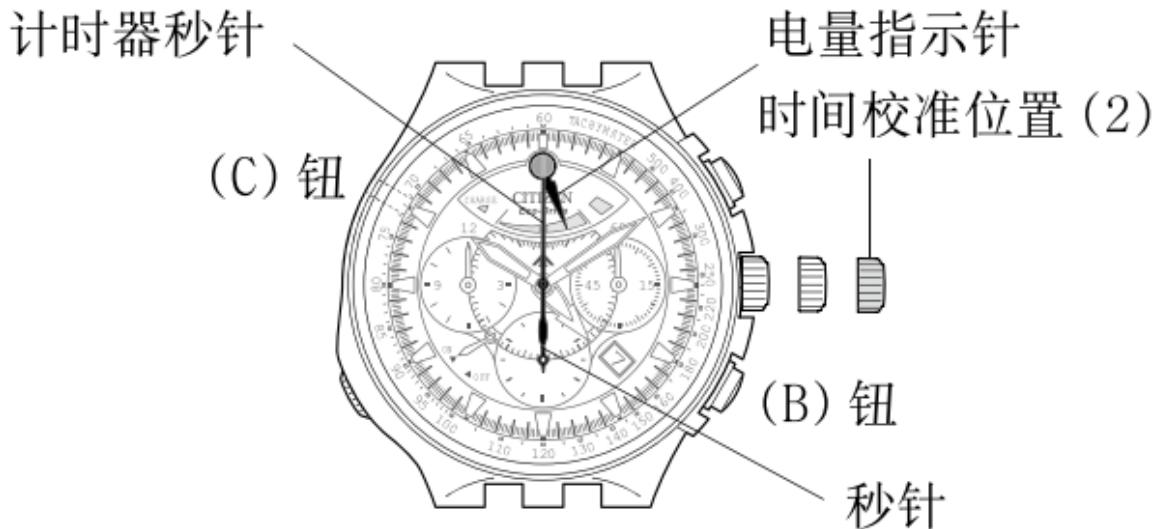
2. 同时按 (B) 钮及 (C) 钮。

- 闹铃会鸣响，电量指示针会移动至“水平 3”并且手表会自动执行参考位置调节步骤。

3. 将柄头恢复回原位。

- 电量指示针会作演示移动（钟摆移动）并且秒针会开始以 1 秒为间隔转动。随后，电量指示针会指向水平 2 或水平 3。
- 此时系统复位操作完毕。在使用手表之前，请依照下述各步骤准确设定时间、闹铃及其他设定。另外，若系统复位未被执行，请联系西铁城客户服务中心进行咨询或送往西铁城指定维修服务中心进行修理。

(完成系统复位后的状态)



15. 注意事项

⚠ 警告：防水能力

- 参阅表盘和表壳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 显示。
- 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。

名称	表示	
	表盘和表壳后盖	
不防水	—	
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		
规格		
不防水	不可以	不可以
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)



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

承上页

⚠ 警告：防水能力

- 日常使用防水功能（达 3 个大气压）表示这类表可防止生活中清水的水滴水溅。
- 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氦气的浸透式潜水时使用。

⚠ 注意

- 使用手表时柄头必须按入（原位）。若手表的柄头设有螺旋锁紧功能，请务必将其柄头锁紧。
- 手湿或表湿时都不宜操作按钮或柄头。不然，很容易让水渗入表内而影响防水功能。
- 曾在海水中用过的手表，要用清水冲洗后用干布擦干。
- 如果有水进入表内或表盘内层有雾气整天不散的话，需要立即将手表送到表店或西铁城指定维修服务中心修理。如果任由水气留在表内不管，会使机件腐蚀。
- 如果有海水进入表内，则宜将手表用表盒或塑料袋包好立即送去修理。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于拔出。宜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。
- 表壳后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。宜时常清理手表。

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和水洗刷。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，应送到表店清理。

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，会
容易使手表功能退化，甚至使手表停走。
- 勿在高温环境，例如蒸汽浴室中使用手表。
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下，例如汽车的工具箱或仪表

板上面。不然，手表很容易老化，比如会使塑料零件变形等。

- 勿将手表置于磁铁附近。

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，都会使手表计时不准。如遇此情况，应将手表远离磁铁放置，并重新校正时间。

- 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，则易使手表计时失准。

- 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、表带或其他零件都会变色。

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，表壳胶圈需要定期更换。其它部件也应定期检查，如果需要则应更换。

在更换部件时，请使用西铁城纯正部件。

16. 规格

型号	E21*	类型	指针式光动能手表
走时精度	平均 ± 15 秒 / 月以内 (在常温 +5°C 至 +35°C 环境中佩戴使用时)		
使用温度范围	手表的运行温度范围 : -10°C 至 +60°C 计时器的运行温度范围 : 0°C 至 +60°C		
显示功能	<ul style="list-style-type: none">时间 : 小时、分、秒日期 日期 (配备有快速校时功能)		

附加功能

- 计时器
(以 1/5 秒为单位，最长计时 12 小时)
- 闹铃 (12 小时指示针时)
闹铃持续鸣响时间：20 秒
闹铃时间设定的精确度：±5 分钟
- 充电程度指示器
(4 个水平，扇形指示图)
- 充电不足警告功能
(秒针以 2 秒为间隔转动)
- 防止过度充电功能

连续运行时间	<ul style="list-style-type: none"> • 手表充满电后，在正常使用且不另外充电的情况下可运转： 约 8 个月（持续运行时间依闹铃、计时器及其他功能的使用频率而定） • 秒针从 2 秒运行状态到完全停止走动的时间：约 7 天
电池	可充电电池 1 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)
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

/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，销售的电子信息产

