中文（繁體字）

B023/B035/B036/B690
E0xx/E1xx
J015/J165
說明手冊

CITIZEN

感謝您購買 Citizen 手錶。
使用手錶之前，請仔細閱讀使用說明書 (PDF) 以確保正確使用。
本使用說明書 (PDF) 同時介紹多種型號手錶的使用說明。關於各型號手錶功能之間的差異可參考第8頁的各型號功能清單。
也可透過以下 URL 訪問網頁版使用說明書： **https://www.citizenwatch-global.com/support/**
一些型號可能會配備如計算尺和視距儀等增強功能。想要了解本說明書中未涵蓋的一些特性/功能的使用方法及其他訊息，請訪問 CITIZEN 支援的網頁 (**https://www.citizenwatch-global.com/support/**)。

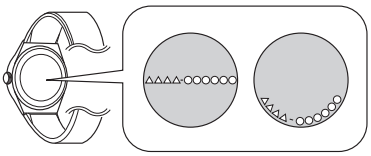
本說明書可用於哪些型號的手錶

本說明書中介紹了以下型號手錶的使用說明。

B	B023	B035	B036	B690			
E	E000	E001	E005	E010	E011	E013	E015
	E016	E030	E031	E033	E035	E036	E037
	E068	E075	E100	E101	E105	E106	E110
	E111	E115	E116	E118	E168	E175	
J	J015	J165					

若要檢查機芯編號

錶殼背面刻有 4 位數字元和 6 位數以上字元的錶殼編號（見右圖）。錶殼編號的前 4 個字元代表手錶的機芯編號。在該範例中，「△△△△」為機芯編號。刻印位置可能由於手錶型號的不同而有所不同。



安全預防注意事項 — 重要事項

本手冊包含隨時都應嚴格遵守的說明，該說明不僅可以最佳化使用，還可防止您自身、其他人員受傷或財產損失。我們鼓勵您閱讀整個手冊（尤其是第 **5** - **7** 頁）並理解以下符號的含義：

■ 本手冊按如下所示將安全公告分類描述：

⚠ **危險**	很可能導致死亡或嚴重受傷
⚠ **警告**	可引起嚴重受傷或死亡
⚠ **注意**	可能或將會引起輕微或中度受傷或損害

■ 本手冊按如下所示將重要說明分類描述：
（以下符號為象形圖範例。）

⃠	警告（注意）符號，表示禁止事項。
⚠	警告（注意）符號，表示應遵守的說明或應遵守的預防措施。

功能



Eco-Drive光動能

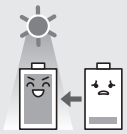
不需要定期更換電池。本款手錶以光源作為能源驅動。

- 「Eco-Drive（光動能）」是 Citizen 的原創技術。

目錄

使用手錶之前 2
錶帶調整 2
保護貼紙 2
如何使用專用的旋鈕 2
組件識別 2
設定時間 3
調整日曆 3
為手錶充電 4
當手錶電量不足時（電量不足警告功能） 4
不同環境所需的充電時間和電池續航時間 5
當您長時間不打算使用手錶時 5
當運行停止中的手錶接受到光源照射時 5
疑難排解 5
Eco-Drive 光動能手錶使用的注意事項 5
防水功能 6
注意事項和使用限制 6
規格 8
各型號功能清單 8

使用手錶之前



本款手錶內含一個充電電池，讓錶盤接受光照即可充電。
定期讓錶盤直接接受光照為手錶充電。有關充電的詳細資料，請參閱第 4 頁。

錶帶調整

我們建議您尋求有經驗的手錶維修技師來調整您的手錶。如果調整不當，錶鏈可能會意外脫落，導致手錶丟失或人員受傷（除含有錶帶調整工具的產品）。請聯絡官方客服中心。其他服務中心可能會收費，或不提供該項服務。

保護貼紙

確保移除手錶（錶殼背面、錶帶、表扣）上可能存在的保護貼紙。否則，汗水或濕氣可能會進入保護貼紙與零件之間的空隙，從而導致皮疹和/或金屬零件的腐蝕。

如何使用專用的旋鈕

部分型號配備專門旋鈕，以防止意外操作。

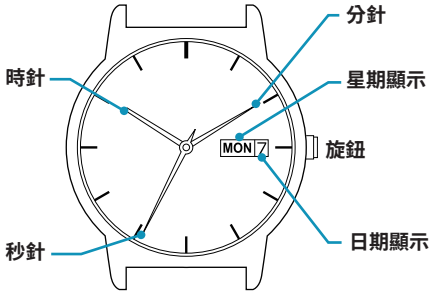
螺旋式旋鈕

操作手錶之前，請解鎖旋鈕/按鈕。

	解鎖		鎖定	
螺旋式旋鈕		逆時針旋轉旋鈕，直到從錶殼上釋放。		將旋鈕推至錶殼內。輕壓錶殼，順時針旋轉旋鈕，將其固定在錶殼上。確保擰緊。

組件識別

- 本使用手冊的附圖可能與您所購買手錶的實際外觀不同。
- 太陽能板置於錶盤下面。



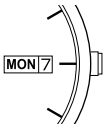
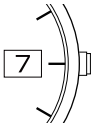
關於秒針

秒針的位置可能因手錶型號而異。而且有些型號的手錶沒有秒針。

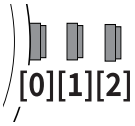
有秒針的型號		沒有秒針的型號
標準秒針	小秒針	
		

關於日曆

有些型號的手錶沒有日曆。日曆的顯示位置和顯示內容可能因手錶型號而異。

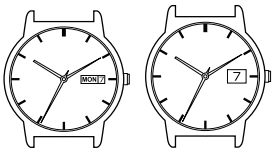
有日曆的型號		沒有日曆的型號
日期、星期	僅日期	
		

旋鈕位置

有日曆的型號	沒有日曆的型號
	

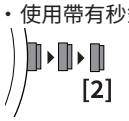
設定時間

有日曆的型號



1 將旋鈕拉出到位置 [2]。

- 使用帶有秒針的手錶時，當指針指向 0 秒位置時拉出旋鈕。



2 旋轉旋鈕來設定時間。

- 為了精準設定時間，可將指針從想要設定的時間處向前撥動 4、5 分鐘，然後再將其撥回來。
- 小時、分鐘和日曆會同步移動。查看日期顯示的切換狀況以正確設定上午/下午。

3 根據可靠的時間源將旋鈕推至位置 [0] 完成步驟。

沒有日曆的型號



1 將旋鈕拉出到位置 [1]。

- 使用帶有秒針的手錶時，當指針指向 0 秒位置時拉出旋鈕。

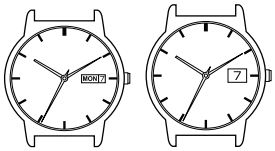


2 旋轉旋鈕來設定時間。

- 為了精準設定時間，可將指針從想要設定的時間處向前撥動 4、5 分鐘，然後再將其撥回來。

3 根據可靠的時間源將旋鈕推至位置 [0] 完成步驟。

調整日曆



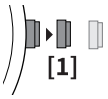
有日曆的型號可調整日期顯示（若配備星期顯示，亦可進行調整）。

- 在手錶上某段時間內調整日曆可能會導致顯示的更改不正確。請勿在手錶顯示時間為以下時段時調整日曆。

有日期顯示和星期顯示的型號	僅有日期顯示的型號
	
9:00 PM - 4:30 AM	9:00 PM - 1:00 AM

- 星期顯示的切換是從凌晨 1:00 左右開始到凌晨 4:00 之後結束。
- 日期顯示採用 31 天日曆。需要在三月、五月、七月、十月和十二月的第一天調整日曆。

1 將旋鈕拉出到位置 [1]。

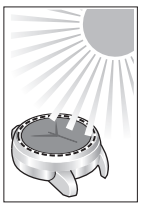


2 旋轉旋鈕調整日期和星期。

- 逆時針旋轉：日期顯示改變。
- 順時針旋轉：星期顯示改變。（如果是僅帶有日期顯示的型號，則不會發生任何變更。）

3 將旋鈕推至位置 [0] 完成步驟。

為手錶充電



本款手錶的錶盤下方有一個太陽能電池，手錶自動將電池產生的電能儲存在其內置的可充電電池中。
將錶盤暴露在光照下，如陽光直射或螢光燈照射，即可為電池充電。
為了確保最佳性能，請注意下列各項：

- **將手錶放在錶盤可以受光線照射的位置，如在窗邊，即使沒有在使用。**
- **每月至少一次讓手錶直接接受光照 5 或 6 小時。**
- **避免將手錶長時間放置在暗處。**

注意

- 請勿在高溫下（約 60°C 或更高的溫度）對手錶進行充電，因為這可能導致手錶的機芯發生故障。
- 如果衣服的長袖經常遮住手錶，則手錶可能需要再另外充電才能確保持續運行。

- 充滿電後手錶會自動停止充電（防止過度充電功能）。此功能預防對手錶以及可充電電池由於過度充電而造成損壞。

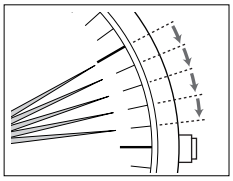
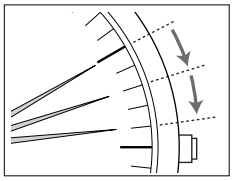
當手錶電量不足時（電量不足警告功能）

對於配備「電量不足警告功能」的型號，當電量不足時，秒針或分針的走動會發生變化，提示需要充電。此時請立刻將錶盤置於光線下充電。

- 可以在第 8 頁的各型號功能清單中查看您的手錶是否配備此功能。

有秒針的型號

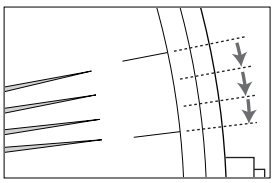
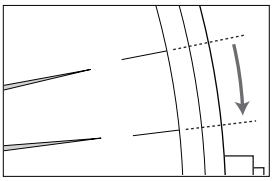
秒針每 2 秒走動一次（兩秒間隔走動）。

正常運行	兩秒間隔走動
	

- 在電量不足警告狀態下（兩秒間隔走動），時間和日曆正常顯示。
- 在電量不足警告狀態下（兩秒間隔走動）為手錶充電可使秒針恢復正常走動。
- 如果出現電量不足警告之後幾天沒有為手錶充電，手錶將會耗盡電量而停止運轉。
- 在正常運行狀態下，秒針每秒走動一次。

沒有秒針的型號（僅 B023）

分針每分鐘走動一次（1 分鐘間隔走動）。

正常運行	1 分鐘間隔走動
	

- 在電量不足警告狀態下（1 分鐘間隔走動），時間和日曆正常顯示。
- 在電量不足警告狀態下（1 分鐘間隔走動）為手錶充電可使分針恢復正常運行。
- 如果出現電量不足警告之後幾天沒有為手錶充電，手錶將會耗盡電量而停止運轉。
- 在正常運作狀態下，分針每 20 秒走動一次。

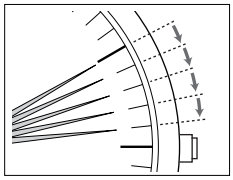
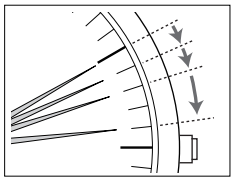
時間設定警告功能

當某些型號的手錶在停止運行後為其充電並重新開始運行時，指針會按以下方式走動以提示手錶的時間不正確。為手錶充足電後需要調整時間。

- 可以在第 8 頁的功能清單中查看您的手錶是否配備此功能。

有秒針的型號

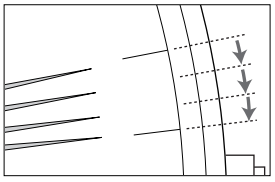
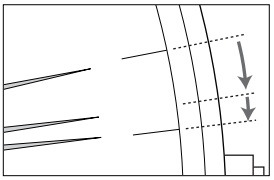
秒針每 4 秒走動 3 次（不規則的 2 秒間隔走動）。

正常運行	不規則的 2 秒間隔走動
	

- 調整時間後，手錶將恢復正常運行。

沒有秒針的型號（僅 B023）

分針每分鐘走動兩次（不規則的 1 分鐘間隔走動）。

正常運行	不規則的 1 分鐘間隔走動
	

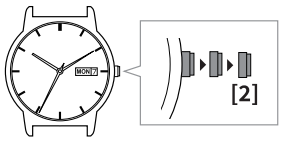
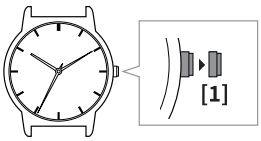
- 調整時間後，手錶將恢復正常運行。

不同環境所需的充電時間和電池續航時間

不同型號手錶的充電時間和電池續航時間因手錶型號而異。詳細資訊請參閱第 9 - 16 頁。

當您長時間不打算使用手錶時

請勿將本手錶放置在黑暗的地方。將其放置在錶盤可受到光照的地方。
如下圖所示，拉出旋鈕使手錶停止運行（進入省電模式）可以節省電力消耗。

有日曆的型號	沒有日曆的型號
	

當運行停止中的手錶接受到光源照射時

某些型號的手錶在接受光源照射後不久秒針便開始以 2 秒為間隔進行走動（快速啟動功能）。

- 可以在第 8 頁的功能清單中查看您的手錶是否配備此功能。
- 室內照明的光源較弱，可能無法使其走動。
- 將其放置在明亮的光源下保持充電，直到秒針開始每秒走動一次。
- 沒有配備快速啟動功能的型號，需要更多時間才能開始 2 秒間隔走動。這些型號的手錶可放在明亮的光源下持續充電，直到秒針開始以每秒間隔走動。

疑難排解

- 如果您的手錶在嘗試以下方法後仍有問題，請聯絡官方客服中心。

指針走動異常。

問題症狀	解決方法	頁次
秒針每次走兩秒。（配備秒針的型號）	充電不足警告功能已啟動。手錶剩餘電量幾乎為空。請立即充電。	4
分針每分鐘走動一次。(沒有秒針的型號)	充電不足警告功能已啟動。手錶剩餘電量幾乎為空。請立即充電。	4
秒針不走動。	將旋鈕推至位置 [0]。	2
指針不走動。	可能其動力儲備不足。 可將手錶置於陽光直射下充電，直到手錶正常運行。	4

日曆不正確。

問題症狀	解決方法	頁次
手錶的日曆將在中午前後自動切換。	重新調整時間以正確設定 AM 和 PM。	3

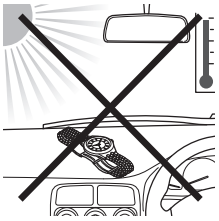
Eco-Drive 光動能手錶使用的注意事項

<務必使手錶定期充電>

- **長袖可能會抑制光傳輸至您的手錶。這可能會導致您的手錶無法充電。在這些情況下，需要另外給手錶進行充電。**
- **當您摘下手錶時，請將其放在盡可能明亮的位置。這將確保手錶運行效果最佳。**

⚠注意　重新充電的注意事項

- 切勿在高溫下（約 60°C 或更高）進行手錶充電，因為這可能導致手錶的機芯發生故障。
  例如：
  -將手錶放在太靠近可產生大量熱能的光源，如日光燈或鹵素燈等的地方。當在日光燈下給手錶充電時，確保燈和手錶之間至少有 50 公分的距離，以避免手錶受熱過度。
  -在可能會產生高溫的環境下進行手錶充電，例如汽車儀表板位置。



<充電電池的更換>

- 本款手錶使用特殊的充電電池，因此不需要定期更換電池。
  但是，長期使用之後，由於內部組件的磨損和潤滑運動的退化，電力消耗可能會增加。這可能會導致儲存的電力以更快的速度被耗盡。

⚠警告　充電電池的處理

- 請勿將充電電池從手錶中取出。如果有任何理由需要將充電電池從手錶中取出，盡可能使充電電池遠離孩童容易取得處，以免孩童誤吞。如果意外吞入充電電池，請立即就醫治療。
- 切勿將充電電池和普通垃圾一起處理。請按照當地市政府關於電池回收的指示進行處理，以防止火災危險或污染環境。

⚠警告　只使用指定的電池

- 切勿使用本款手錶指定充電電池以外的電池。
  基於手錶的設計，裝入其他類型的電池將無法運行，若強行使用普通手錶電池或其他類型的電池進行充電，可能因充電過度而引起電池破裂。此舉可能會損壞手錶並傷害佩戴者。更換充電電池時，請務必使用指定的充電電池。

防水功能

⚠警告　防水功能

- 參閱錶盤和/或錶背上關於手錶防水功能的標示。下表提供了用途示例作為參考，以確保手錶的正常使用。（防水功能單位「**1 bar**」大致相當於 1 個大氣壓。）
- **WATER RESIST(ANT) ×× bar** 也會以 **W. R. ×× bar** 標示。
- 不防水手錶不能在與水有接觸的環境中使用。小心不要使該防水等級的手錶接觸到水氣。
- 日常使用防水功能（達 3 個大氣壓）表示這類錶可防止偶爾濺到的水花進入手錶。
- 日常使用加強防水功能（達 5 個大氣壓）表示這類錶可在游泳時使用，但不能在赤身潛水或戴著水下呼吸器潛水時使用。
- 日常使用加強防水功能（達 10/20 個大氣壓）表示這類錶可在赤身潛水時使用，但不能在戴著水下呼吸器潛水或以氦氣的浸透式潛水時使用。

名稱		不防水	日常使用的防水手錶	改進的日常使用防水手錶	
顯示	錶盤或錶殼背面	–	**WATER RESIST**	**W. R. 5 bar**	**W. R. 10 bar** **W. R. 20 bar**
規格		不防水	防水為 3 個大氣壓力	防水為 5 個大氣壓力	防水為 10 或 20 個大氣壓力
遇水情況下的使用	少量觸水（洗臉、下雨等）	**不可**	**可**	**可**	**可**
	游泳及一般的清洗工作	**不可**	**不可**	**可**	**可**
	徒手潛水、水上運動	**不可**	**不可**	**不可**	**可**
	使用氧氣罐的水肺潛水	**不可**	**不可**	**不可**	**不可**
	利用氦氣的飽和潛水	**不可**	**不可**	**不可**	**不可**
	手錶受潮時操作旋鈕或按鈕	**不可**	**不可**	**不可**	**不可**

注意事項和使用限制

⚠注意　為避免引起傷害

- 當您戴著手錶抱小孩時，請特別小心，以避免引起傷害。
- 當您從事劇烈運動或工作時，請特別小心，以避免傷害自己和他人。
- 在可能會變得極熱的場所，如三溫暖或其他地方，請勿佩戴手錶，否則可能會被燙傷。
- 戴上和取下手錶時請小心，因為有可能損壞指甲，這取決於錶帶扣住的方式。
- 睡覺前請取下手錶。可能會導致意外傷害或皮疹。

⚠注意　注意事項

- 在使用手錶時務必將旋鈕按入（正常位置）。如果旋鈕為螺旋式，請務必將旋鈕完全擰緊。
- 手錶潮濕時，請勿操作（使用旋鈕或任何按鈕）。這可能會讓水滲入手錶，損壞手錶重要組件。
- 如果手錶進水或起霧，長時間後仍未消除，請聯絡經銷商或官方客服中心檢查和/或維修。
- 即使手錶的防水等級很高，也請注意以下事項

  -如果手錶浸到海水中，請用清水沖洗乾淨，然後用乾布擦乾。

  -切勿將手錶放在水龍頭下直接沖洗。

  -洗澡前請取下手錶。
- 如果有海水進入錶內，則宜將手錶用盒子或塑料袋包好立刻送去修理。否則，錶內的壓力會逐漸增大，可能使一些零件（錶面，旋鈕，按鈕等）脫落。

⚠注意　佩戴手錶時

<錶帶>

- 汗水污垢會讓皮革錶帶和橡膠（氨基甲酸乙酯）錶帶逐漸老化。由於其天然材質的屬性，隨著時間的推移，皮革錶帶會磨損，變形和褪色。建議定期更換新品錶帶。
- 皮革錶帶的材質屬性決定了這種錶帶在遇到潮濕時耐受性會受到影響（褪色，黏合劑脫落）。另外，潮濕的皮革錶帶可能會引起皮疹。
- 切勿用含有揮發性物質，漂白劑，酒精（包括化妝品）的物質弄髒皮革錶帶。這可能會導致褪色和過早老化。紫外線，如直射的日光，可能會導致褪色或變形。
- 如果手錶濕了，建議將其取下，即使該手錶本身防水。
- 切勿將錶帶扣得太緊。儘量在錶帶和皮膚之間留足夠的空間，以便進行通風。
- 衣服或其他配件上的染料或污漬可能會弄髒橡膠（氨基甲酸乙酯）錶帶。由於這些污漬可能無法去除，因此佩戴手錶時請注意容易染色的物品（如衣服，皮包等東西）。此外，溶劑或空氣中的水氣可能會導致錶帶的質量發生退化。請更換已失去彈性或開裂的錶帶。

(續接下頁)

注意事項和使用限制（續）

・請在以下情況下申請調節或維修錶帶:

-由於腐蝕而造成錶帶異常。

-錶帶連接銷向外突出。

・我們建議您尋求有經驗的手錶維修技師來調整您的手錶。如果調整不當，錶鏈可能會意外脫落，導致手錶丟失或人員受傷（除含有錶帶調整工具的產品）。
請聯絡官方客服中心。其他服務中心可能會收費，或不提供該項服務。

<溫度>

・在極高或極低的溫度下，本錶可能停走或其功能可能失靈。切勿在規格中描述的操作溫度範圍以外的環境中使用本錶。

<磁性>

・指針式石英手錶是以使用一小塊磁鐵的步進馬達作為動力的。若本錶遇到外部強烈磁力，則可能導致馬達無法正常運行，手錶無法顯示正確的時間。
切勿讓本錶接近磁性醫療裝置（磁性項鍊，磁性橡皮圈等）或冰箱的磁性門封，手袋的磁性扣，移動電話的揚聲器，電磁烹飪裝置等。

<強烈撞擊>

・避免摔落手錶，或使其受到強烈碰撞。這可能導致故障和/或性能衰退，及錶殼和錶帶的損壞。

<靜電>

・石英手錶中使用的集成電路（IC）對靜電很敏感。請注意若將手錶置於強靜電環境中，手錶可能運行異常或完全無法運行。

<化學物質，腐蝕性氣體和水銀>

・請勿在含有化學品或腐蝕性氣體的環境中使用手錶。如果手錶接觸到塗料稀釋劑，苯或其他含有這些溶劑的產品或溶劑（包括汽油，洗甲水，甲酚，浴室清潔劑和黏合劑，防水劑等），則可能褪色，溶解或破裂。小心使用這些化學物質。如果接觸到溫度計內使用的水銀，則錶帶和錶殼也可能褪色。

<保護貼>

・確保移除手錶（錶殼背面、錶帶、表扣）上可能存在的保護貼紙。否則，汗水或濕氣可能會進入保護貼紙與零件之間的空隙，從而導致皮疹和/或金屬零件的腐蝕。

⚠注意　務必保持手錶乾淨

・旋轉旋鈕的同時將它完全壓入，並且定期按壓按鈕，可讓旋鈕和按鈕不至於因為異物累積而卡住。

・錶殼和錶帶與皮膚直接接觸。當金屬錶帶暴露於水氣或汗水中時，金屬的腐蝕或累積的異物可能會導致金屬錶帶中產生黑色殘留物。請確保時刻保持手錶乾淨。

・錶殼和錶帶與皮膚直接接觸。在極少數情況下，累積的污垢和異物可能會使皮膚受刺激。若您認為身體出現了問題，立即停止佩戴手錶並聯絡醫師。
在金屬錶帶或錶殼積累汗水或污垢的情況下，請使用刷子及中性洗滌劑徹底清除。如果是皮革或者橡膠（氨基甲酸乙酯）錶帶，請使用乾燥的軟布擦乾淨。

・皮革錶帶會因汗水或污垢而褪色。請務必用乾布擦拭，使皮革錶帶保持清潔。

保養手錶

・用柔軟的乾布擦掉錶殼和錶面的污垢或水氣，如汗水。

・若是金屬、塑膠或橡膠（聚氨酯）錶帶，請使用清水清洗任何污垢。請使用軟刷擦除積於金屬錶帶細縫之間的少量污垢。

・對應皮革錶帶，請用乾布擦去污垢。

・如果您準備長期不使用本錶，請仔細擦掉汗水，灰塵或水氣，並將其存放在妥當的地方，避免極熱或極冷且濕度大的地方。

當手錶上塗有發光塗料時

錶盤和指針上的塗料可幫助您在黑暗的地方讀取時間。發光塗料可儲存光源（日光或人工光源）並在黑暗處發光。

這種塗料不含任何放射性物質或任何對人體或環境有害的物質。

・發出的光線一開始很亮，然後隨著時間的推移會慢慢減弱。

・照明（「發光」）的持續時間長短取決於光源亮度、 類型及距離、 暴露時間以及塗料量。

・塗料如果暴露於光線的時間不足，可能會無法發光及/或是只能短暫發光。

維修

如果手錶的錶殼背面上刻有「SERVICE CENTER REPAIR ONLY」或「DON'T OPEN!」字樣，表示本款手錶的所有零件（錶帶除外）只能拿到特約服務中心進行維修。這是因為進行維修、檢查和調整需要專業技術和設備。需要維修手錶時，請諮詢購買手錶的商店或服務中心。

規格

型號	B023/B035/B036/B690 E000/E001/E005/E010/E011/E013/E015/E016/E030/E031/E033/E035/E036/E037/E068/E075/E100/E101/E105/E106/E110/E111/E115/E116/E118/E168/E175 J015/J165
類型	指針式光動能手錶
計時準確性	平均月準確性：在常溫環境（+5 °C - +35 °C 之間）下配戴時為 ±15 秒
工作溫度範圍	–10 °C 至 +60 °C
顯示功能	請參閱下面的「各型號功能清單」。
續航時間	請參閱「充電時間、續航時間和警告時間」（第 9 - 16 頁）。
電池	可充電電池（二氧化錳鋰電池），1 塊。

規格和內容如有變更，恕不另行通知。

各型號功能清單

機芯編號	顯示功能		電力不足警告功能	快速啟動功能	時間設定警告功能	防止過度充電功能
	時間	日曆				
B023	小時、分鐘	-	✓	-	✓	✓
B035	小時、分鐘、秒	-	✓	-	-	✓
B036						
B690	小時、分鐘、秒	日期	✓	✓	-	✓
E000	小時、分鐘、秒	星期、日期	✓	✓	✓	✓
E001	小時、分鐘、秒	星期、日期	✓	✓	-	✓
E005						
E010	小時、分鐘、秒	日期	✓	✓	✓	✓
E011	小時、分鐘、秒	日期	✓	✓	-	✓
E013						
E015						
E016						
E030	小時、分鐘、秒	-	✓	✓	✓	✓
E031	小時、分鐘、秒	-	✓	✓	-	✓
E033						
E035						
E036						
E037						
E068	小時、分鐘、秒	日期	✓	✓	-	✓
E075	小時、分鐘	日期	-	-	-	✓
E100	小時、分鐘、秒	星期、日期	✓	✓	✓	✓
E101	小時、分鐘、秒	星期、日期	✓	✓	-	✓
E105						
E106						
E110	小時、分鐘、秒	日期	✓	✓	✓	✓
E111	小時、分鐘、秒	日期	✓	✓	-	✓
E115						
E116						
E118						
E168						
E175	小時、分鐘	日期	-	-	-	✓
J015	小時、分鐘	日期	-	-	-	✓
J165						

充電時間、續航時間和警告時間

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

B023

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	1 分鐘	45 分鐘	11 小時
室外（陰天）	**10,000**	6 分鐘	6.5 小時	60 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	18 分鐘	25 小時	190 小時
室內燈光	**500**	2 小時	150 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1 年

・從 1 分鐘間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 14 天

B035/B036

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	30 分鐘	11 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	4 小時	60 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	14 小時	190 小時
室內燈光	**500**	4 小時	100 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 7 個月

・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

B690

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	1 小時	10 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	9.5 小時	70 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	35 小時	230 小時
室內燈光	**500**	4 小時	240 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 9 個月

・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 7 天

充電時間、續航時間和警告時間（續）

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

E000

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	4 分鐘	31 分鐘	12 小時
室外（陰天）	**10,000**	10 分鐘	3.5 小時	35 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	31 分鐘	11 小時	120 小時
室內燈光	**500**	3.5 小時	69 小時	780 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E001

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	11 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	40 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	130 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	910 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E005

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	9 分鐘	40 小時
室外（陰天）	**10,000**	15 分鐘	1.5 小時	100 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	50 分鐘	5 小時	300 小時
室內燈光	**500**	5 小時	40 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1 年
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

充電時間、續航時間和警告時間（續）

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

E010

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	4 分鐘	31 分鐘	12 小時
室外（陰天）	**10,000**	10 分鐘	3.5 小時	35 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	31 分鐘	11 小時	120 小時
室內燈光	**500**	3.5 小時	69 小時	780 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E011/E013

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	11 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	40 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	130 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	910 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E015/E016

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	9 分鐘	40 小時
室外（陰天）	**10,000**	15 分鐘	1.5 小時	100 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	50 分鐘	5 小時	300 小時
室內燈光	**500**	5 小時	40 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1 年
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

充電時間、續航時間和警告時間（續）

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

E030

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	4 分鐘	31 分鐘	12 小時
室外（陰天）	**10,000**	10 分鐘	3.5 小時	35 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	31 分鐘	11 小時	120 小時
室內燈光	**500**	3.5 小時	69 小時	780 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E031/E033

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	11 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	40 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	130 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	910 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E035/E036/E037

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	9 分鐘	40 小時
室外（陰天）	**10,000**	15 分鐘	1.5 小時	100 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	50 分鐘	5 小時	300 小時
室內燈光	**500**	5 小時	40 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1 年
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

充電時間、續航時間和警告時間（續）

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

E068

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	11 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	40 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	130 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	910 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E075

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	8 分鐘	35 小時
室外（陰天）	**10,000**	14 分鐘	1.5 小時	130 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	50 分鐘	5 小時	430 小時
室內燈光	**500**	5 小時	40 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1.5 年
・從 2 秒間隔走動開始至手錶停止運行的警告時間：無（未配備電量不足警告功能）

E100

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	3 分鐘	21 分鐘	7.6 小時
室外（陰天）	**10,000**	8 分鐘	2.5 小時	27 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	25 分鐘	8.5 小時	92 小時
室內燈光	**500**	2.5 小時	53 小時	605 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

充電時間、續航時間和警告時間（續）

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

E101

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	12 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	45 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	150 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月

・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E105

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	9 分鐘	40 小時
室外（陰天）	**10,000**	15 分鐘	1.5 小時	100 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	50 分鐘	5 小時	300 小時
室內燈光	**500**	5 小時	40 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1 年

・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E106

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	12 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	45 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	150 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月

・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

充電時間、續航時間和警告時間（續）

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

E110

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	3 分鐘	21 分鐘	8 小時
室外（陰天）	**10,000**	8 分鐘	2.5 小時	27 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	25 分鐘	8.5 小時	92 小時
室內燈光	**500**	2.5 小時	53 小時	605 小時

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E111

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	12 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	45 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	150 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E115/E116/E118

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	9 分鐘	40 小時
室外（陰天）	**10,000**	15 分鐘	1.5 小時	100 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	50 分鐘	5 小時	300 小時
室內燈光	**500**	5 小時	40 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1 年
・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

充電時間、續航時間和警告時間（續）

下面顯示的大約充電時間是指持續放在光線下照射時的充電時間。此表僅供參考。

・**建議將您的手錶直接接受陽光充電。**螢光燈或室內燈光沒有足夠的照明以有效地為可充電電池充電。

E168

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	18 分鐘	12 小時
室外（陰天）	**10,000**	12 分鐘	3 小時	45 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	40 分鐘	8 小時	150 小時
室內燈光	**500**	4 小時	60 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 6 個月

・從 2 秒間隔走動開始到手錶停止運行的警告時間：約 4 天

E175

環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	9 分鐘	35 小時
室外（陰天）	**10,000**	15 分鐘	1.5 小時	130 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	50 分鐘	5 小時	450 小時
室內燈光	**500**	5 小時	40 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 1.5 年

・從 2 秒間隔走動開始至手錶停止運行的警告時間：無（未配備電量不足警告功能）

J015/J165

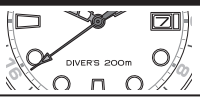
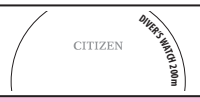
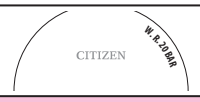
環境	照度 (lx)	充電時間（大約）		
		運行一天	從電池電力耗盡到手錶正常運行	從電池電力耗盡到充飽電力
室外（晴天）	**100,000**	2 分鐘	45 分鐘	11 小時
室外（陰天）	**10,000**	10 分鐘	7 小時	60 小時
螢光燈（30 瓦）下 20 公分	**3,000**	35 分鐘	25 小時	180 小時
室內燈光	**500**	3.5 小時	190 小時	-

・充滿電後電池的續航時間：約 9 個月

・從 2 秒間隔走動開始至手錶停止運行的警告時間：無（未配備電量不足警告功能）

使用潛水手錶時

資訊顯示範例

	潛水手錶	普通手錶
錶盤		
錶殼背面		

請參考以下顯示範例查看您的手錶是否為潛水手錶。

如果是潛水手錶，請務必閱讀後述的「潛水時的注意事項」和「關於水深量測功能」。

「潛水手錶」是指潛水時使用的手錶。這款手錶配備潛水專用功能，具有強力的防水性能，可用於水肺潛水或其他類型的潛水。潛水手錶的錶盤或錶殼背面上顯示有「DIVER' S」或「xxx m」等資訊。

潛水時的注意事項

使用潛水手錶時，閱讀章節**「潛水時的注意事項」**之前還請在本公司網頁上查閱關於防水性能的詳細說明。

https://www.citizenwatch-global.com/support/maintenance/wr_ct.html

・上述網頁中，名稱為「飽和潛水用防水」或「潛水用防水」的手錶為潛水手錶。
除此之外的手錶請勿將其用於水肺潛水或飽和潛水。

禁止　若出現下列狀況，請勿在潛水時使用手錶……

・若手錶停止或出現任何異常運行，請勿在潛水時使用手錶。
・當手錶秒針每 2 秒走動一次、顯示充電不足警報或低電池電量警報等情況下，請勿使用此手錶進行潛水。

⚠ 注意　佩戴手錶潛水

・強烈建議使用潛水手錶的人員接受關於潛水的適當指導與訓練，並始終遵守這些規則。
・僅在充分理解運作程序和注意事項後正確使用此款手錶。
未按照使用手冊的說明使用此手錶可能造成手錶出現故障，無法正常運行。
・請查看錶盤或後蓋上的防水標記。切勿潛水到標記的水深以下。

⚠ 注意　潛水前檢查事項

在使用此手錶進行潛水之前，請先檢查下述事項：
・確保手錶正確運行（檢查時間/日曆的運行狀況）
・確保手錶的電量充足可進行潛水：
- 機械錶：檢查手錶是否已上滿弦。
- 電池表：檢查低電池電量警報功能是否未處於啟動狀態（配備此功能時）。
- 光動能表：檢查手錶是否已充足電，充電不足警報功能（秒針每　2　秒走動一次）是否未處於啟動狀態。
・查看錶冠是否已按回到正常位置，螺旋式按鈕是否已鎖好。
・確保錶帶牢牢固定在錶身上。
・確保錶帶或玻璃表面上沒有裂縫或其他損壞。
・確保旋轉表圈旋轉正常。
- 關於如何使用旋轉錶圈之詳細訊息，請參閱本公司網頁。
https://www.citizenwatch-global.com/support/exterior/index_ct.html

⚠ 注意　潛水時

・不要在水中按任何按鈕或拉出錶冠。在水中操作任意一個旋鈕均可能引起故障，包括防水性能退化。
・注意不要使手錶撞到設備或岩石等堅硬物體上。

⚠ 注意　潛水後

・在用清水沖洗手錶上附著的海水、髒物或泥沙之前，請查看錶冠是否已按回到正常位置，螺旋式按鈕是否已鎖好。沖洗後，擦去水分。

⚠ 警告　如何保持防水功能

・手錶中的密封用部件屬於消耗品，長期使用會惡化。惡化可能導致滲水，引起手錶故障或停止走動。每 2 到 3 年應咨詢授權客服中心進行檢查（有償），根據需要更換脹圈、玻璃等部件。

潛水手錶的潛水性能

盤或錶殼背面上的資訊顯示範例	・DIVER' S xxx m ・AIR DIVER' S xxx m ・DIVER' S WATCH xxx m	・DIVER 'S WATCH xxx m FOR SATURATION DIVING ・Professional DIVER 'S xxx m ・He-GAS DIVER 'S xxx m
規格範例	xxx m 防水	
名稱	水肺潛水用防水手錶	飽和潛水用防水手錶
潛水性能	利用空氣罐的水肺潛水	
	不能將其用於使用氦氣的飽和潛水。	利用氦氣的飽和潛水

・本公司生產的潛水手錶符合國際標準 ISO6425: 1996 或 ISO 6425: 2018。
・關於潛水以外使用本錶時的防水性能或防水功能，請另參閱使用說明書中的其他注意事項。

盤或錶殼背面上的資訊顯示範例		・DIVER' S xxx m ・AIR DIVER' S xxx m ・DIVER' S WATCH xxx m	・DIVER 'S WATCH xxx m FOR SATURATION DIVING ・Professional DIVER 'S xxx m ・He-GAS DIVER 'S xxx m
遇水情況下的使用	少量觸水（洗臉、下雨等）	**可**	**可**
	游泳及一般的清洗工作	**可**	**可**
	徒手潛水、水上運動	**可**	**可**
	利用空氣罐的水肺潛水	**可**	**可**
	利用氦氣的飽和潛水	**不可**	**可**
	手錶受潮時操作旋鈕或按鈕	**不可**	**不可**

關於水深量測功能

如果您的手錶具有水深量測功能，請務必閱讀以下內容。

⚠ 危險	本款手錶的水深量測功能未經授權單位認證為量測儀器。 確保在潛水時，本款手錶使用專業潛水儀器。請勿僅依賴於本款手錶的功能。
⚠ 警告	在下列情況下，請勿使用本款手錶的水深量測功能： ・需要判斷當前的行動或情況是否具有危險性時。 ・此情況需要特殊處理時。 ・充電不足或低電池電量警報功能處於啟動狀態時。

⚠ 注意

・在下列情況下，量測結果可能不準確：
- 水深急劇變化時。
- 有異物黏附在水壓傳感器周圍時。

⚠ 注意　水深量測前

・潛水前，請務必接受安全潛水的指導和訓練。
・檢查以下各項。
- 準備商用的專業潛水裝置。
- 錶帶未磨損或損壞。
- 水壓傳感器或水傳感器周圍無異物。
- 錶冠和各按鈕已鎖好。
- 手錶電量充足或電池壽命足夠長。
- 未顯示出表示無法進行量測的“OVER”等資訊。
- 時間顯示正確。

⚠ 注意　在高海拔地區和淡水中潛水時

・在淡水或高海拔地區潛水之前，請務必完成安全特訓。
・請勿在海拔超過4 000m的地方使用此手錶，因為此種地方無法準確量測出水深。
・水深量測功能的原理是在量測水壓後將量測值轉換為海水（比重1.025）中的深度。因此，在淡水（比重1.000）中潛水時，實際深度比手錶上顯示的深度深出 2.5%。
淡水中的測量範例：20m（顯示深度）x 1.025 = 20.5m（實際深度）

維修

本款手錶的所有零件（除錶帶外）只能到特約服務中心進行維修。
這是因為進行維修、檢查和調整需要專業技術和設備。需要維修手錶時，請諮詢購買手錶的商店或服務中心。