CITIZEN®

取扱説明書

China	BPC
Japan	JJY

Europe	DCF77
North America	WWVB

JP この時計が、受信可能な標準電波は表の通りです。

EN **Time signals available to this watch are as shown on the table.**

CS 本款手表的可用时间信号如表格所示。

この時計の機種番号: H80*

このたびは、シチズンウオッチをお買い上げいただきましてありがとうございます。ご使用の前に取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いくださいますようお願い申し上げます。

日本語

Web取扱説明書

QRコードより、この時計のWeb取扱説明書をご覧いただけます。

citizen.jp/support/guide/html/h800/h800.html

- 最新情報やお知らせなどはこちらをご覧ください。
- 外装機能（計算尺、タキメーターなど）の操作方法もご覧いただけます。外装機能の搭載は、モデルによって異なります。

安全にお使いいただくために（必ずお読みください）

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを、次のように説明しています。
絵表示の意味をよく理解してから 60 ページ～ 69 ページを必ずお読みください。

■表示内容を無視して誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

⚠ **危険**	この表示の欄は、 「死亡または重傷などを負う可能性が高い」内容です。
⚠ **警告**	この表示の欄は、 「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。
⚠ **注意**	この表示の欄は、「傷害を負う可能性または物的損害のみが発生する可能性が想定される」内容です。

■お守りいただく内容の種類を、次の絵表示で区分し、説明しています。
（下記は絵表示の一例です。）

	このような絵表示は、気をつけていただきたい「注意喚起」内容です。
	このような絵表示は、してはいけない「禁止」内容です。

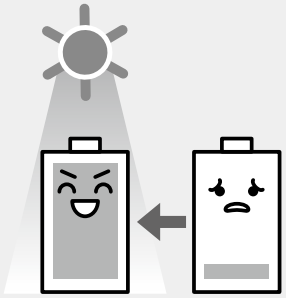
ご使用になる前に

時計をご使用になる前に、必ず以下の３つのことを行ってください。

◆ **現在の充電量を確認する→ 17 ページ**
現在の充電量が十分か確かめます。

◆ **ワールドタイムを設定する→ 22 ページ**
時刻・日を表示したい都市を選びます。

◆ **電波受信の結果を確認する→ 41 ページ**
前回の電波受信に成功しているか確かめます。



この時計は、文字板に光を当てて充電します。

時計を快適にお使いいただくために、時計に光をこまめに当てて充電してください。
充電については 12 ～ 19 ページをご覧ください。

◆ 保護シールについて

時計のガラス部分や金属部分（裏ぶた、バンド、中留め）にシールが貼られているときは、ご使用の前に必ずはがしてください。シールのすき間に汗や水分が入り込むと、皮膚のかぶれや金属の腐食の原因となる場合があります。

◆ バンド調整について

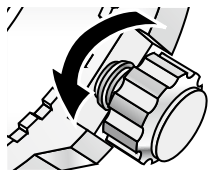
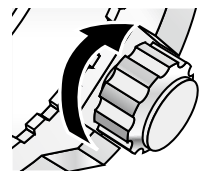
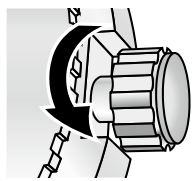
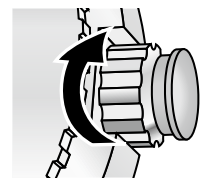
お客様ご自身で時計のバンド（金属やゴム）の長さを調整しないでください。時計が落下したり、調整時にケガをする怖れがあります。
(製品にバンド調整用の道具が付属している場合は除く)
バンドの調整は、お買い上げ店または、弊社お問い合わせ窓口にて承っております。その他のお店では 有料もしくは取り扱っていない場合があります。

◆ 特殊な構造のりゅうず / ボタンについて

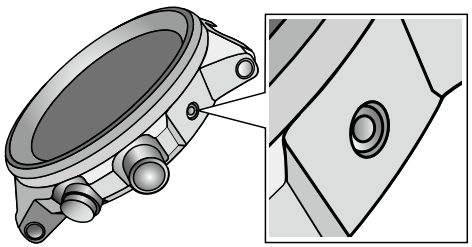
モデルによっては、誤操作を防ぐため、次のような構造のりゅうずやボタンの場合があります。

ねじロックりゅうず・ねじロックボタンの使い方

時計を操作するときは、ロックを解除してください。

	ロックを解除する	再びロックする
ねじロックりゅうず	 りゅうずが飛び出すまで、左に回す	 りゅうずを押し込みながら右に回し、しっかり締める
ねじロックボタン	 ねじを左に回し、止まるまでゆるめる	 ねじを右に回し、しっかり締める

隠しボタンの使い方



ボタンを押すときは、先の細いものなどで押してください。

もくじ

この時計の特長…… 10
各部の名称…… 11
充電について…… 12
クロノグラフを使う…… 20
ワールドタイムを設定する…… 22
サマータイムを設定する…… 26
電波受信について…… 33
電波の受信結果を確認する…… 41
電波を手動で受信する（強制受信）…… 43
時刻 / カレンダーを手動で合わせる…… 45
基準位置を確認・修正する…… 50

困ったときは…… 54
エコ・ドライブ取り扱い上の注意 …… 60
防水性能について…… 62
お取り扱いにあたって…… 64
その他の情報…… 70
保証とアフターサービスについて…… 72
製品仕様…… 74
お問い合わせ窓口…… 76

この時計の特長

電波時計
世界４地域５局の送信所からの電波を受信して、正確な時刻・カレンダーに自動で修正します。

ワールドタイム
時差や都市を設定するだけで、世界各地の時刻を簡単に表示できます。

エコ・ドライブ
光で充電するため、定期的な電池交換がいりません。

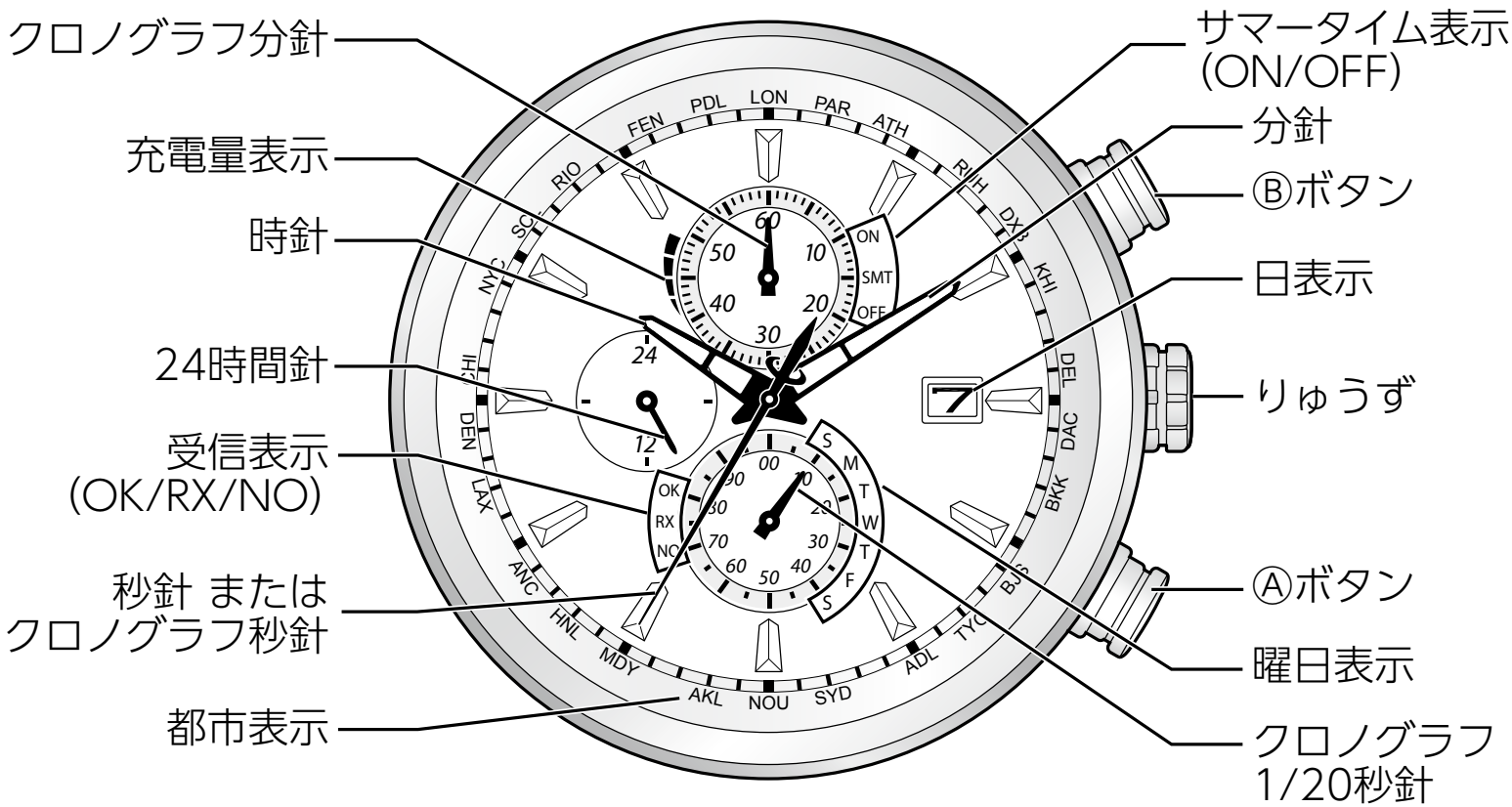
クロノグラフ
経過時間を計測・表示します。

Perfex(パーフェックス)
衝撃や磁気による針のずれを防ぎ、正確な時刻表示を保ちます。

パーペチュアルカレンダー
月末にカレンダーを自分で修正する必要はありません。
うるう年も自動で更新します。

・「エコ・ドライブ」「Perfex（パーフェックス)」は、シチズン独自の技術です。

各部の名称



・お買い上げいただいた時計とイラストは異なる場合があります。
・文字板の下面にソーラーセルが配置されています。

充電について

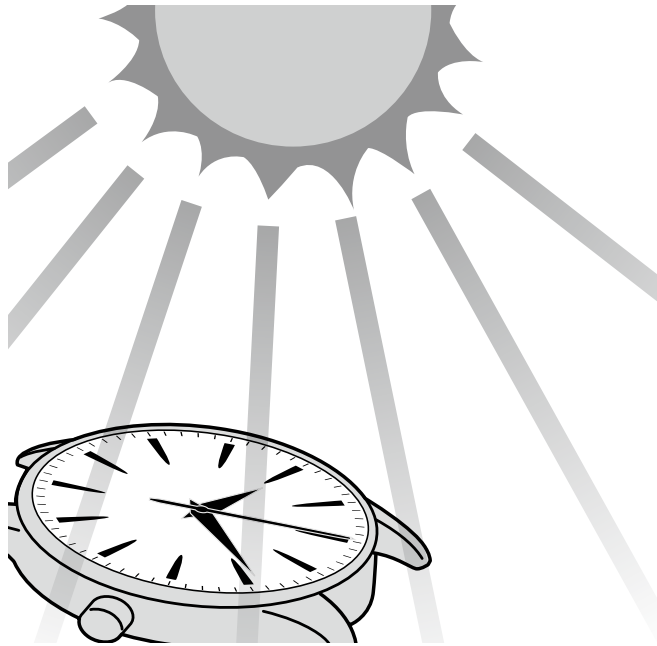
この時計は、電気エネルギーを蓄える二次電池を内蔵しています。文字板に直射日光や蛍光灯などの光を当てることにより、充電できます。

時計を外したら、太陽光の当たる窓際などの明るい場所に置き、こまめに充電してください。

図のように文字板が光に当たるように置いて充電すると、比較的効率よく充電する事ができます。

時計を快適にお使いいただくために、次のことを行ってください。

- 月に一度は長時間直射日光に当てて、5 ～ 6 時間充電してください。
- 光の当たらない場所での長期保管は避けてください。



・衣服などで時計が隠れて光に当たらないと、十分に充電できないのでご注意ください。
・高温下（約 60℃以上）での充電はおやめください。

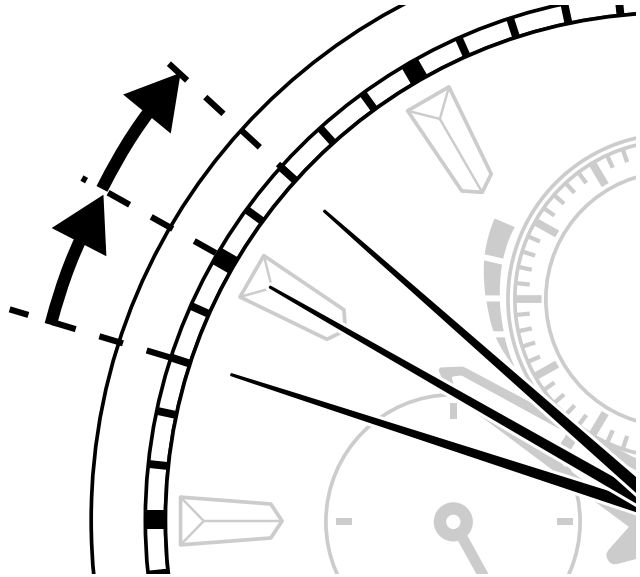
◆ 充電不足になると（充電警告機能）

充電不足になると「充電警告機能」が働き、秒針が 2 秒毎に動きます（2 秒運針）。文字板を光に当てて充電してください。

・しばらく充電すると、秒針が 1 秒毎に動くようになります。

・ 2 秒運針が 2 日以上続くと、充電不足で時計が停止します。

2 秒運針しているときは、時刻は表示されますが、各設定や確認、クロノグラフの操作はできません。



◆ 環境ごとの充電時間の目安

連続して照射した場合の数値です。目安としてご利用ください。

環境	明るさ (lx、ルクス)	充電時間（約）		
		通常に動く状態を 1 日保つ	時計が停止してから通常に動き出すまで	時計が停止してから充電完了まで
屋外（晴天）	100,000	5 分	2 時間	30 時間
屋外（曇天）	10,000	11 分	2 時間	40 時間
30W 蛍光灯の 20cm 下	3,000	40 分	3.5 時間	130 時間
屋内照明	500	4 時間	15 時間	920 時間

充電完了後、一度も充電しないで時計が停止するまで：
約 6 ヶ月（通常使用時）、約 10 ヶ月（パワーセーブ時）

◆ パワーセーブ機能

夜間など長時間文字板に光があたらない状態が続くと、時計が自動的に停止する判断を行い、内蔵電池の消耗を抑えます。
このとき、秒針の動きは止まりますが、時計は動作し続けます。

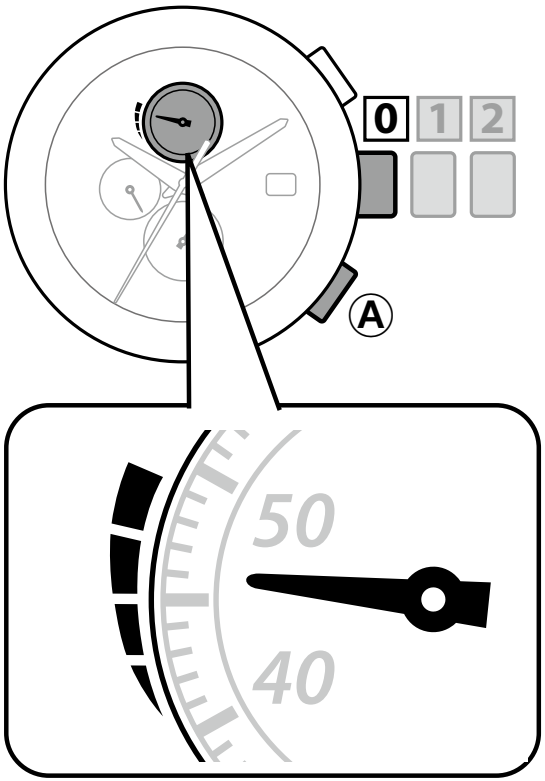
・りゅうずの位置が1または2のときは、パワーセーブ機能は働きません。
・手動でパワーセーブ機能を働かせることはできません。

◆ パワーセーブを解除するには

文字板に光が当たり充電が始まると、パワーセーブは解除され、通常時刻表示になります。

◆ 充電量を確認する

現在の充電量を確認します。



1. りゅうずの位置を0にする

2. Ⓐボタンを押す

クロノグラフ分針が充電量を示します。

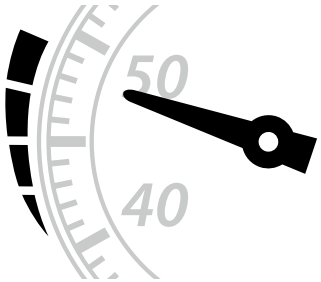
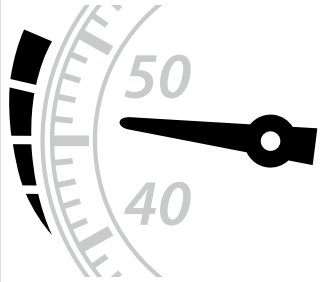
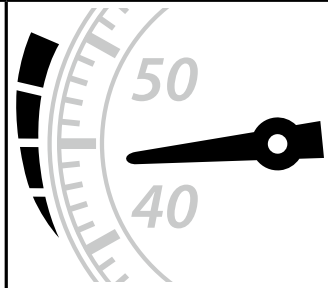
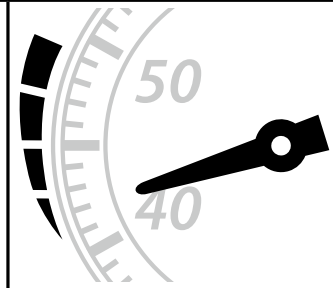
・充電量表示の見かたについては、次ページをご覧ください。

3. Ⓐボタンを押して、確認を終了する

・何の操作もしないまま約 10 秒たつと自動的に通常時刻表示に戻ります。

クロノグラフを使用しているときは、
この操作はできません。

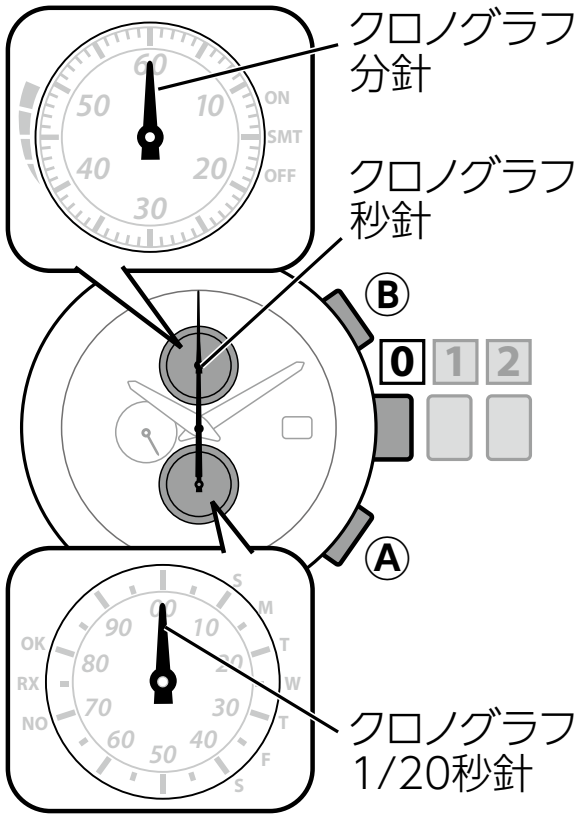
充電量表示の見かた

レベル	3	2	1	0
充電量表示				
各レベルのおよその継続時間	約180日～130日	約130日～30日	約30日～2日	約2日
	十分充電されています。安心してお使いいただけるレベルです。	充電状態は良好です。安心してお使いいただけるレベルです。	やや充電量が不足しています。	充電不足です。充電警告をお知らせするレベルです。
			すぐに充電が必要です。	

・クロノグラフ分針は充電量レベルが 1 と 0 の時には、常時充電量を表示するようになります。
・充電量のレベルが 0 のときには、時刻表示はされますが、各設定や確認、クロノグラフの操作はできません。

クロノグラフを使う

１／２０秒単位で、最大６０分まで計測することができます。



1. りゅうずの位置を0にする

2. Ⓑボタンを押す

クロノグラフモードに移行します。

・図のように、クロノグラフ分針、クロノグラフ秒針、クロノグラフ 1/20 秒針が真上を指します。

3. Ⓑボタンを押して、計測を始める

4. Ⓑボタンを押して、計測を止める

・もう一度Ⓑボタンを押すと、中断した計測が再開されます。

5. Ⓐボタンを押して、計測時間をリセットする

・計測が終わったら、必ずリセットを行ってください。

6. 再度Ⓐボタンを押して通常時刻表示に戻る

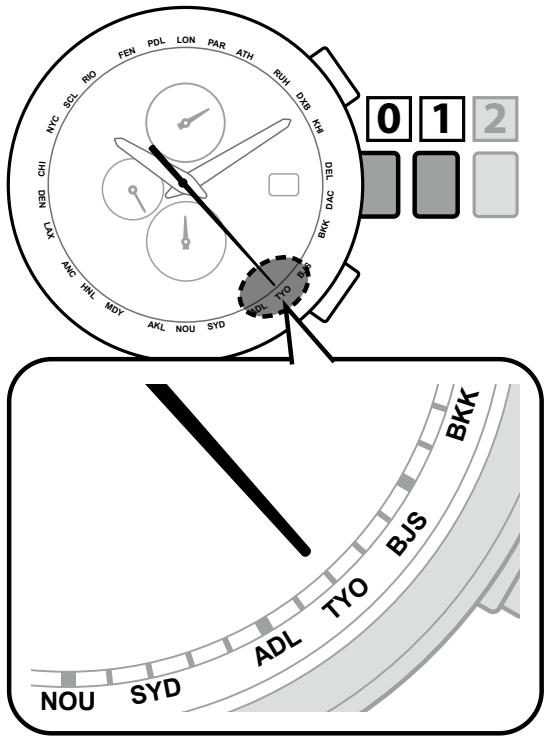
・何の操作もしないまま約 3 時間たつと自動的に通常時刻表示に戻ります。

・計測を開始（または再開）して 30 秒が経過すると、クロノグラフ 1/20 秒針が 0 秒の位置で停止しますが、計測は継続しています。
・充電量のレベルが 0 の時には使用できません。充電量のレベルが 1 の時でも、充電を行ってからの使用をお勧めします。
・クロノグラフ計測中にりゅうずを引かないでください。計測がストップされてしまいます。

ワールドタイムを設定する

世界 26 都市の時刻を自由に選んで表示させることができます。

・一覧表にない地域で時計を使用する場合は、同じ時差の都市を選び設定してください。



1. りゅうずの位置を[1]にする

秒針が現在の都市設定、クロノグラフ分針がサマータイム ON/OFF 設定、クロノグラフ 1/20 秒針がサマータイムの自動／手動の設定を示します。

・サマータイム設定について → 26 ページ

2. りゅうずを回し、都市を選ぶ

・都市名一覧表内「秒針の指す位置」に、秒針を合わせて都市を選択します。

3. りゅうずの位置を[0]にして設定を終了する

◆ 都市名一覧

略称	都市名または秒針の指す位置			時差	電波局
LON	＊ ロンドン	LONDON	0 秒	0	ドイツ
PAR	＊ パリ	PARIS	2 秒	+1	
ATH	＊ アテネ	ATHENS	4 秒	+2	ドイツ◆
RUH	リヤド	RIYADH	7 秒	+3	
DXB	ドバイ	DUBAI	9 秒	+4	
KHI	カラチ	KARACHI	11 秒	+5	中国◆
DEL	デリー	DELHI	14 秒	+5.5	
DAC	ダッカ	DHAKA	16 秒	+6	
BKK	バンコク	BANGKOK	18 秒	+7	
BJS/HKG	北京／香港	BEIJING/HONGKONG	21 秒	+8	中国

＊25ページの注釈を参照してください

◆の都市は受信範囲外であり、受信することはできません。受信時には各局の電波を受信しようと動作します。
また、サマータイムの設定については必要に応じて手動で標準時刻・サマータイムの設定をおこなってください。

ワールドタイムを設定する

略称	都市名または秒針の指す位置			時差	電波局
TYO	東京	TOKYO	23 秒	+9	日本
ADL	アデレード	ADELAIDE	25 秒	+9.5	日本◆
SYD	シドニー	SYDNEY	28 秒	+10	
NOU	ヌーメア	NOUMEA	30 秒	+11	
AKL	オークランド	AUCKLAND	32 秒	+12	
MDY	ミッドウェー諸島	MIDWAY ISLANDS	35 秒	− 11	アメリカ◆
HNL	ホノルル	HONOLULU	37 秒	− 10	
ANC	＊＊ アンカレジ	ANCHORAGE	39 秒	− 9	
LAX	＊＊ ロサンゼルス	LOS ANGELES	42 秒	− 8	アメリカ
DEN	＊＊ デンバー	DENVER	44 秒	− 7	
CHI	＊＊ シカゴ	CHICAGO	46 秒	− 6	
NYC	＊＊ ニューヨーク	NEW YORK	49 秒	− 5	

＊25ページの注釈を参照してください

略称	都市名または秒針の指す位置			時差	電波局
SCL	サンティアゴ	SANTIAGO	51 秒	－ 4	アメリカ◆
RIO	リオデジャネイロ	RIO DE JANEIRO	53 秒	－ 3	
FEN	フェルナンド・デ・ノローニャ諸島	FERNANDO DE NORONHA	56 秒	－ 2	ドイツ◆
PDL	＊ アゾレス諸島	AZORES	58 秒	－ 1	

・時計に表記されている都市名はモデルによって異なる場合があります。
・＊ の都市では、サマータイム／標準時刻の表示が連動しています。
・＊＊ の都市では、サマータイム／標準時刻の表示が連動しています。
・一覧表の時差は UTC（協定世界時）からの時差です。
・時差は、国や地域の事情により変更される場合があります。
・電波の届きにくい環境では、電波を受信できないことがあります。
・◆の都市は受信範囲外であり、受信することはできません。受信時には各局の電波を受信しようと動作します。
　また、サマータイムの設定については必要に応じて手動で標準時刻・サマータイムの設定をおこなってください。

サマータイムを設定する

◆ サマータイムについて

サマータイムとは、夏の時期に時刻を標準時刻よりも +1 時間進めて、日中の時間を有効活用するための制度で、欧米を中心に導入されています。サマータイムを実施している地域では、電波信号にサマータイム信号が含まれます。

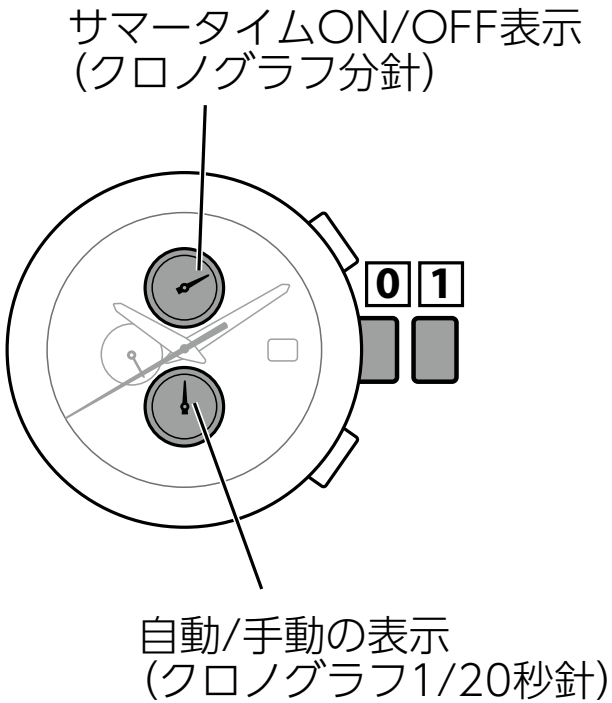
この時計は、サマータイム信号を受信すると、自動でサマータイムの ON ／ OFF を切り替えます。

・電波受信地域でサマータイムを実施しない地域では、手動でサマータイム OFF に設定できます。→ 30、31 ページ

・電波受信地域外であってもサマータイムを手動で設定することができます。→ 30、31 ページ

・サマータイム制度は、国や地域の事情により変更される場合があります。
・サマータイムの実施期間は、国や地域によって異なります。

◆ サマータイム設定を確認する

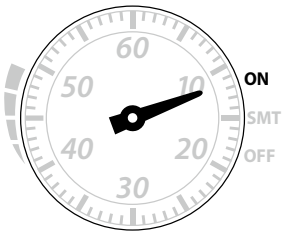
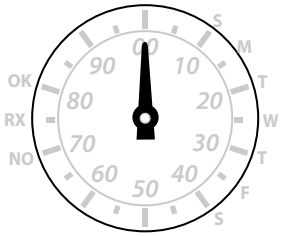
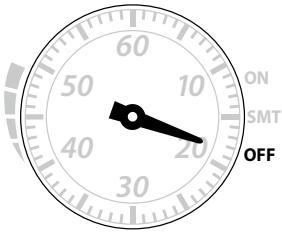


1. りゅうずの位置を1にする

秒針が現在の都市設定、クロノグラフ分針がサマータイム ON/OFF 設定、クロノグラフ 1/20 秒針がサマータイムの自動／手動の設定を示します。

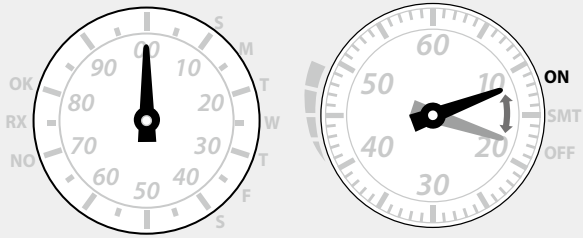
・次ページの表を参考に設定を確認してください。

サマータイムを設定する

サマータイム ON/OFF 表示 (クロノグラフ分針)	自動 / 手動の表示 (クロノグラフ1/20秒針)	設定内容
サマータイムに設定（ON） 	自動設定（真上） 	サマータイムと標準時刻を、電波受信で自動的に切り替える ・電波を受信するとサマータイム ON/OFF 設定は変更されます。
標準時刻に設定（OFF） 	手動設定（真下） 	サマータイムと標準時刻を、手動で切り替える ・電波を受信してもサマータイム ON/OFF 設定は変更されません。

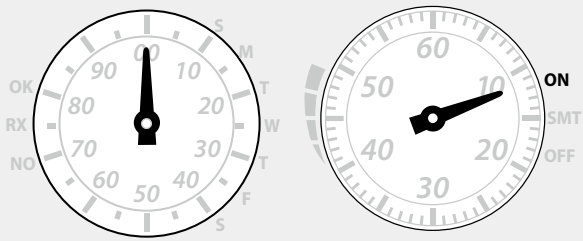
・サマータイムの ON/OFF 切り替え → 30 ページ
・サマータイム自動／手動切り替え → 31 ページ

電波が受信できる地域で使用していて全て自動で設定して欲しい



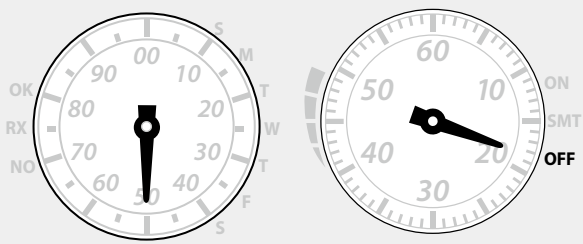
自動／手動の切り替えを自動にしておく（サマータイム信号を受信して自動的にON/OFFが切り替わる）

電波が受信できない状況で、自分でサマータイムに設定したい



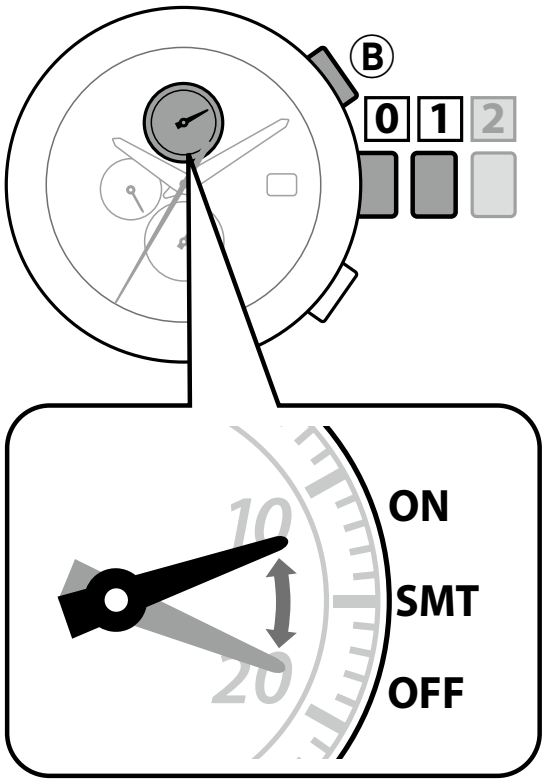
サマータイムにしたいタイミングでサマータイムON/OFF切り替えをONにする

電波を受信して勝手にサマータイムに切り替わるのをやめたい



手動切り替えに設定し、サマータイムON/OFF切り替えをOFFにする

◆ サマータイムの ON/OFF 切り替え

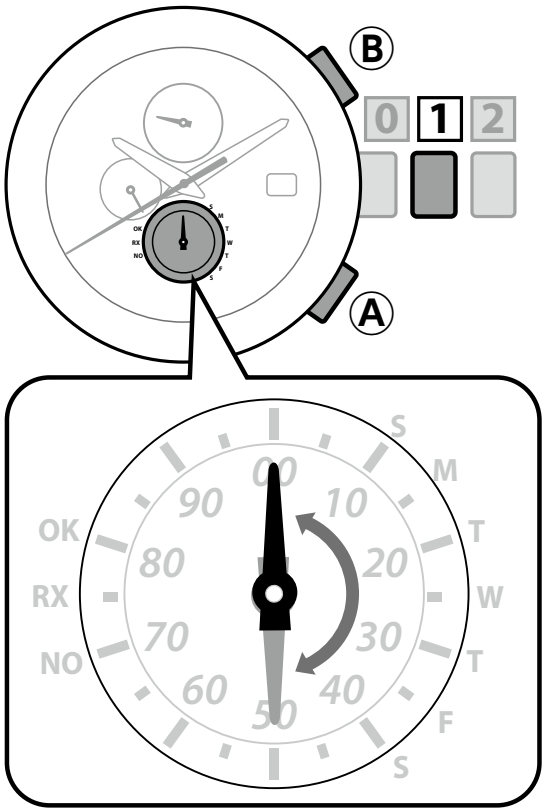


1. りゅうずの位置を1にする
クロノグラフ分針が、サマータイム ON/OFF 設定を示します。

2. Ⓑボタンを押して、サマータイム ON/OFF 切り替えを行う
Ⓑボタンを押すごとに、クロノグラフ分針 が、**SMT ON ↔ SMT OFF** を 指 し、サマータイムの ON/OFF が切り替わります。

3. りゅうずの位置を0にして設定を終了する

◆ サマータイムの自動／手動切り替え



1. りゅうずの位置を1にする

クロノグラフ 1/20 秒針が、現在の自動／手動の設定を示します。

2. Ⓐボタンを 2 秒以上押す

Ⓐボタンを 2 秒以上押すごとに、クロノグラフ 1/20 秒針の位置が
真上（自動）↔ 真下（手動）を指します。

手動に設定された状態では、電波信号を受信してもサマータイムの ON/OFF 設定は変更されません。前ページの方法で ON/OFF を切り替えてください。

3. りゅうずの位置を0にして設定を終了する

◆ 都市または時差ごとの表示時刻について

次の都市または時差はそれぞれの地域内でサマータイムと標準時刻の表示が連動して記憶／変更されるため、個別に切り替える必要はありません。

・手動で標準時刻を表示させた都市または時差では常に標準時刻が表示され、他と連動しません。

アメリカ電波受信地域	
都市表記	時差
Anchorage/ANC（アンカレッジ）	－9
L.Angeles/LAX（ロサンゼルス）	－8
Denver/DEN（デンバー）	－7
Chicago/CHI（シカゴ）	－6
New York/NYC（ニューヨーク）	－5

ドイツ電波受信地域	
都市表記	時差
London/LON（ロンドン）	0
Paris/PAR（パリ）	+1
Athens/ATH（アテネ）	+2
Azores/PDL（アゾレス諸島）	－1

上記以外の都市または時差では、個別に記憶されます。

電波受信について

この時計は、次の 3 つの方法で電波を受信します。
また前回受信した電波の受信結果（受信の成否）をお知らせする機能を搭載しています。(→ 41 ページ)

受信方法	概要
定時受信	毎日、夜間に自動で受信します。
強制受信	必要なときに、手動で電波受信を始めることができます。(→ 43 ページ)
復活自動受信	充電不足により時計が止まった場合に、十分に充電されると、自動で開始されます。

- 電波を正しく受信しても、受信環境や時計の内部処理により、時刻表示にわずかなずれが生じることがあります。
- 標準電波が受信できない場合でも、時計は月差± 15 秒以内の精度で動き続けます。

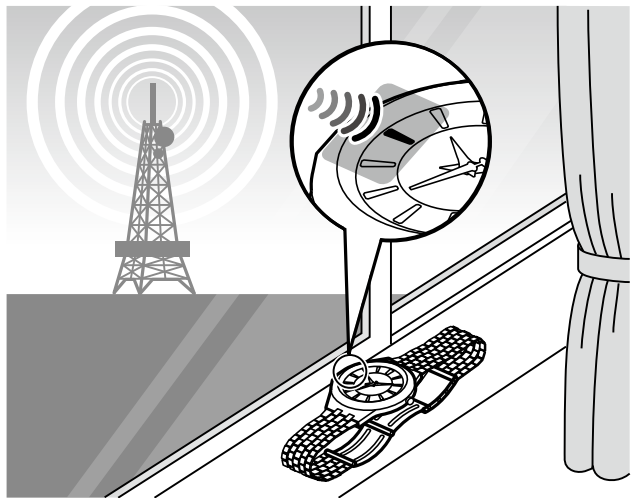
◆ 電波を受信するときは

標準電波を受信するときは時計を腕から外し、窓際など電波を受信しやすい安定した場所に置きます。

・電波受信用のアンテナは、この時計の９時位置に組み込まれています。時計の９時位置を電波送信所の方向に向けて置いてください。

・電波の受信中は時計を動かさないでください。

・秒針が２秒ごとに動いているとき（充電警告中）は、電波受信は行われません。先に、充電を行ってください。



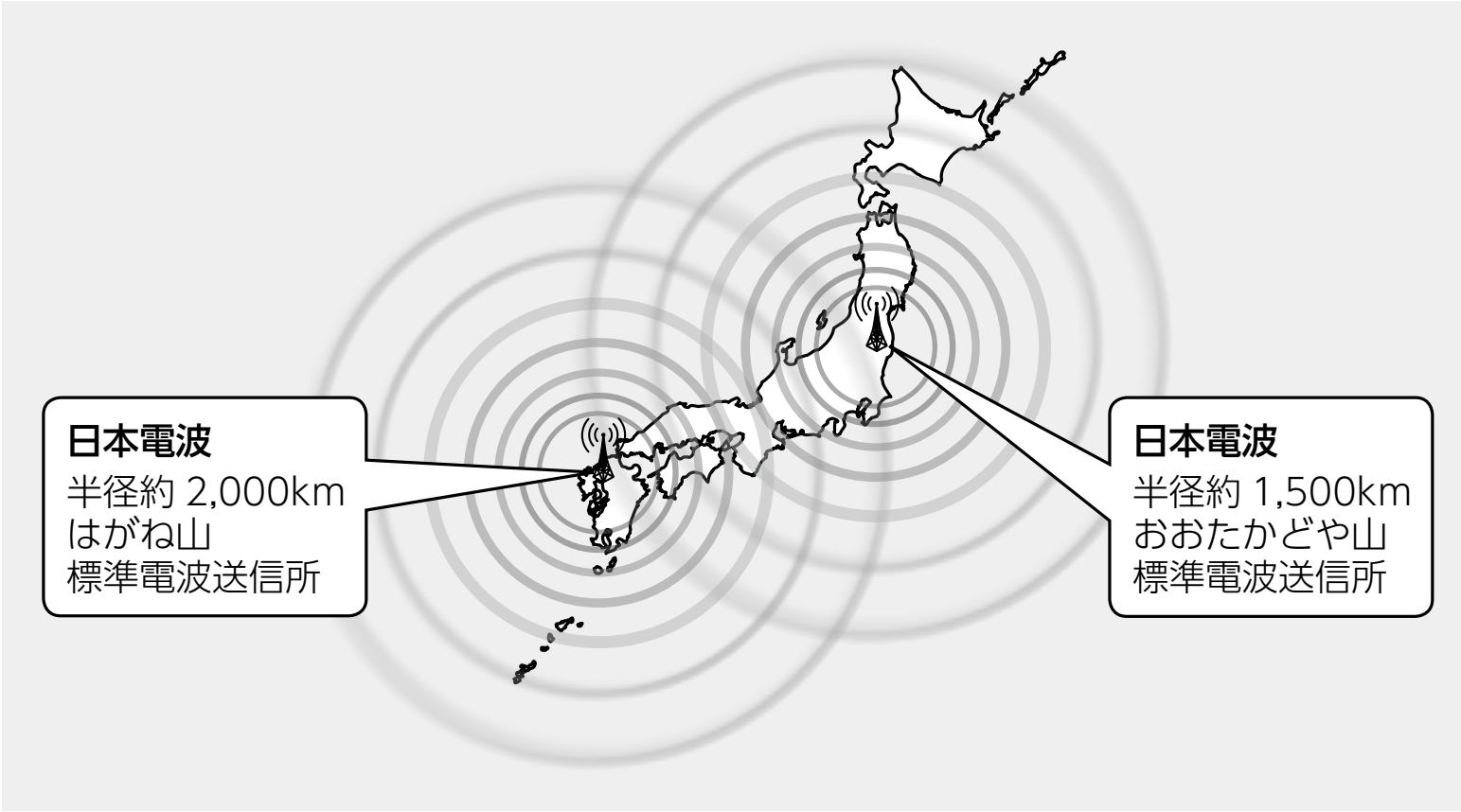
◆ 標準電波について

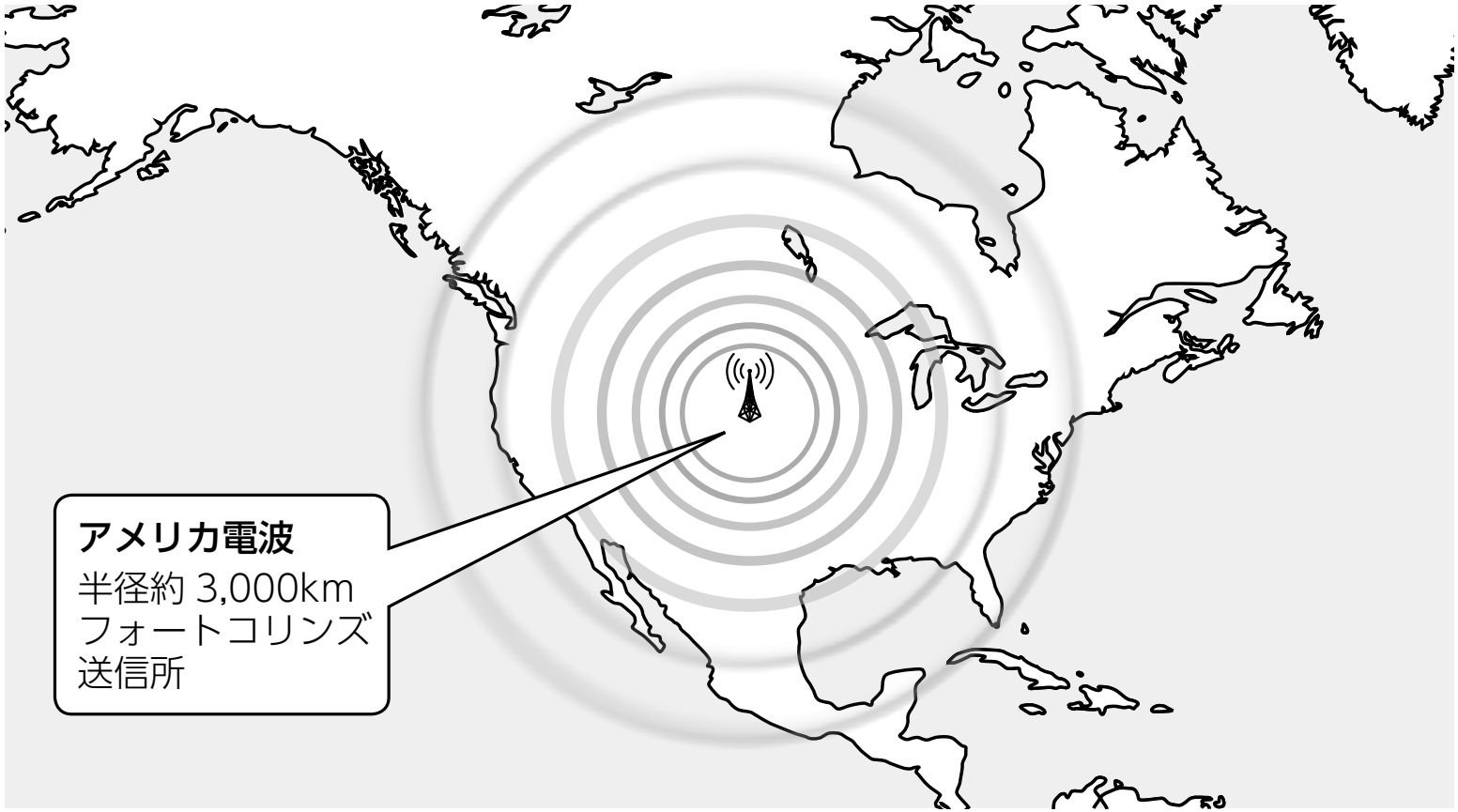
この時計は、世界 4 地域 5 局の標準電波送信所から送信される時刻情報を受信し、時刻と日を自動修正する電波時計です。受信できる送信所は次のとおりです。

送信所	標準電波
日本　おおたかどや山標準電波送信所（福島局）	JJY
日本　はがね山標準電波送信所（九州局）	
アメリカ　コロラド州デンバー　フォートコリンズ送信所	WWVB
ドイツ　フランクフルト南東　マインフリンゲン送信所	DCF77
中国　河南省商丘市送信所	BPC

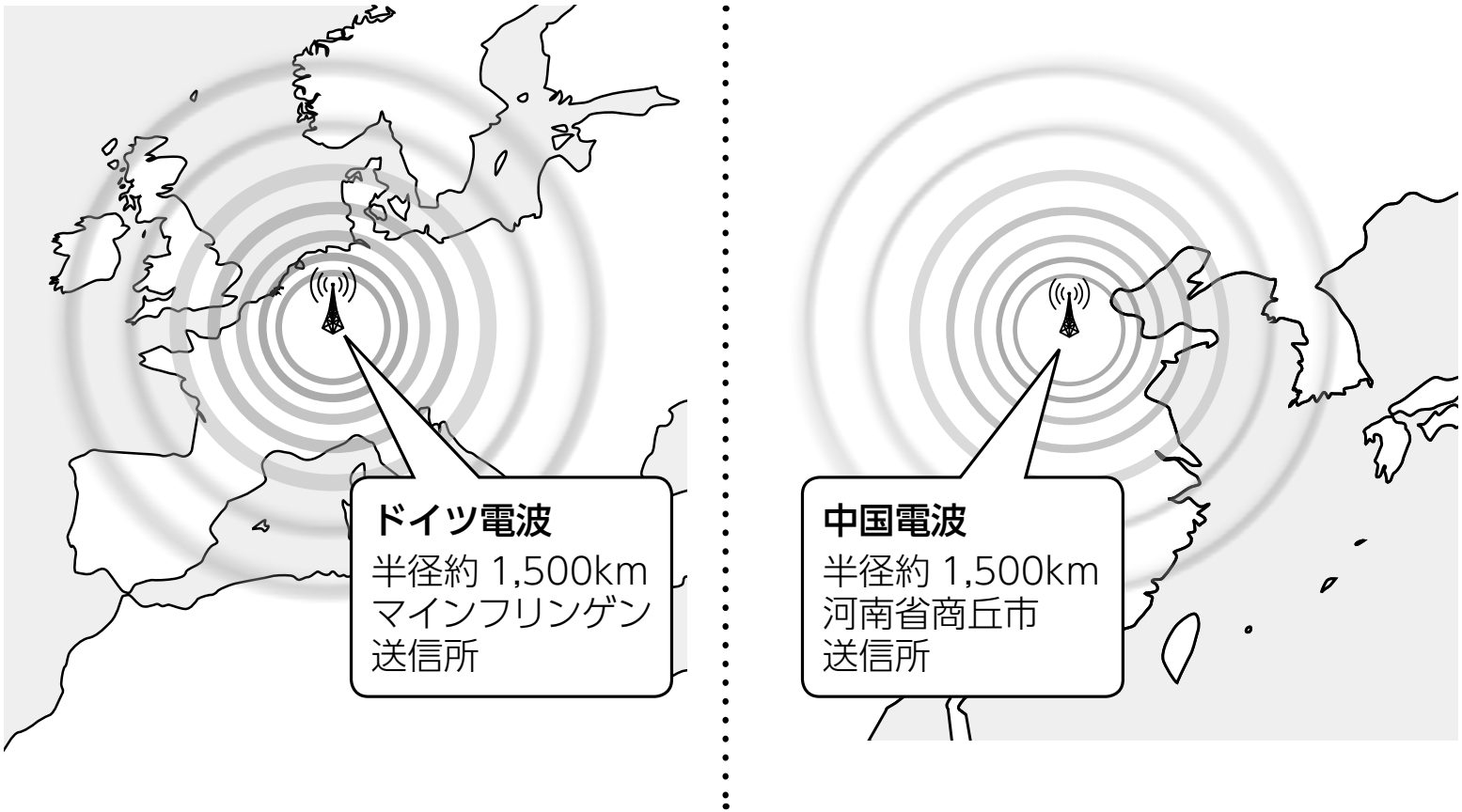
・各送信所の位置と受信可能範囲の目安は、36 ～ 38 ページの図をご覧ください。

電波受信について


日本電波
半径約 2,000km
はがね山
標準電波送信所
日本電波
半径約 1,500km
おおたかどや山
標準電波送信所


アメリカ電波
半径約 3,000km
フォートコリンズ
送信所

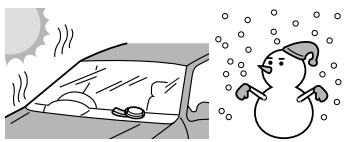
電波受信について



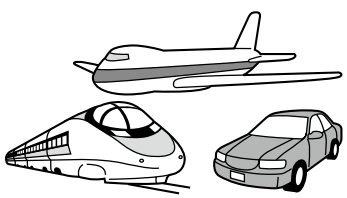
◆ 受信が困難な場所

次のような電波ノイズが発生しやすい場所や、標準電波の届きにくい環境では、電波を受信できないことがあります。

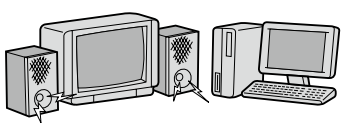
・極端に高温や低温の場所



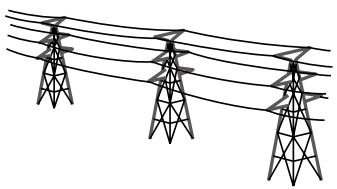
・乗り物の中



・電化製品や OA 機器の近く



・高圧線（電線）、電車の架線、飛行場（通信施設）の近く



・鉄筋コンクリートの建物の中、高層ビルや山などの谷間、地下

・通信中の携帯電話の近く

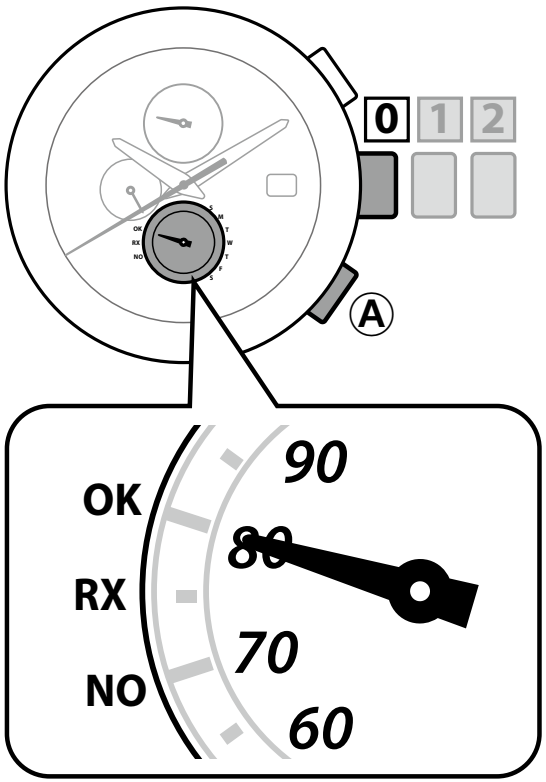
◆ 電波受信がうまくいかないお客様へ

電波受信には、周囲の環境も大きく影響する場合があります。
お近くに高圧線があるなど、電波受信が困難な場所であることも考えられます。お近くの送信所の位置（→ 36 ～ 38 ページ）などを参考に、受信しやすい場所を探してください。
その後、送信所方向の窓際に時計を置いて、強制受信（→ 43 ページ）をお試しください。

・窓ガラスに網が入っている場合は、窓を開けるか場所を変えて受信してください。
・電波受信がうまくいかないお客様には、電波送信所の方向を示した地図をご希望によりお送りしております。
「シチズンお客様時計相談室」（TEL：0120-78-4807）へご依頼ください。

電波の受信結果を確認する

前回の電波受信の結果を確認します。



1. りゅうずの位置を0にする

2. Ⓐボタンを押す

クロノグラフ 1/20 秒針が電波受信の結果を示します。

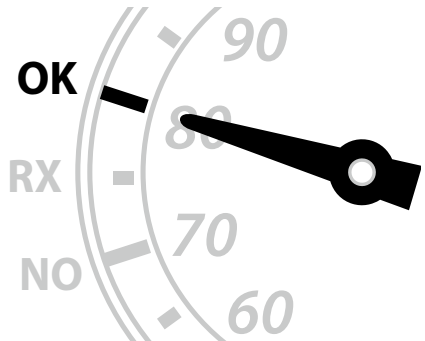
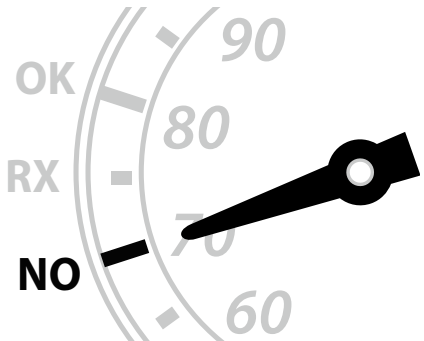
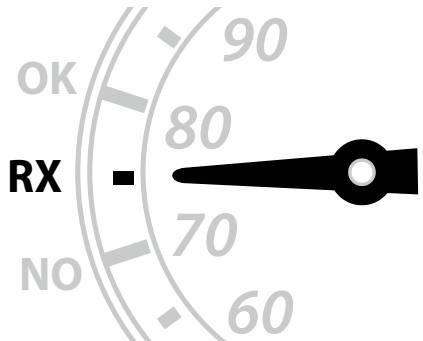
・表示の見かたについては、次ページをご覧ください。

3. Ⓐボタンを押して、確認を終了する

・何の操作もしないまま約 10 秒たつと自動的に通常時刻表示に戻ります。

クロノグラフを使用しているときは、この操作はできません。

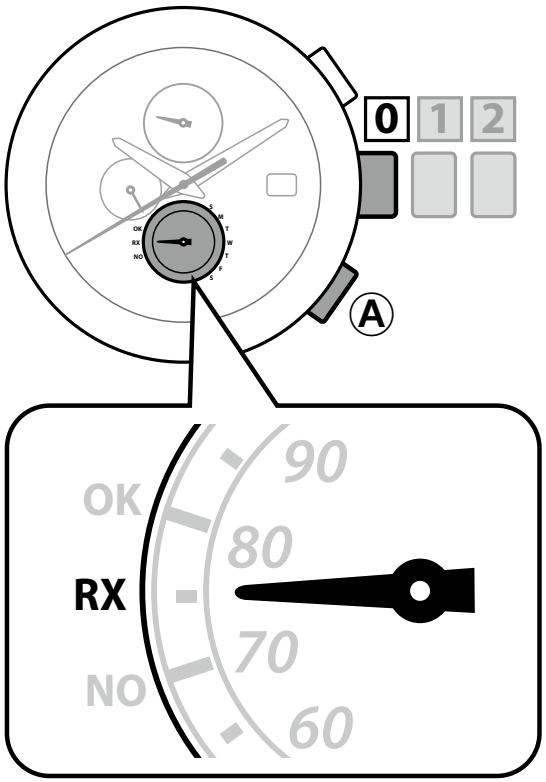
◆ 電波受信の結果

表示			
受信結果	OK	NO	RX
意味	受信に成功しました。	受信に失敗しました。 時刻 / カレンダーの修正は行われていません。	受信中です。

・電波受信については、33 ページをご覧ください。

電波を手動で受信する（強制受信）

前回の定時受信に失敗していたり、時刻・日の表示がずれている場合、手動で電波を受信することができます。



・設定した都市によって受信局は異なります。都市設定をご確認ください。
・クロノグラフを使用しているときは、この操作はできません。

1. りゅうずの位置を0にする

2. Ⓐボタンを２秒以上押す

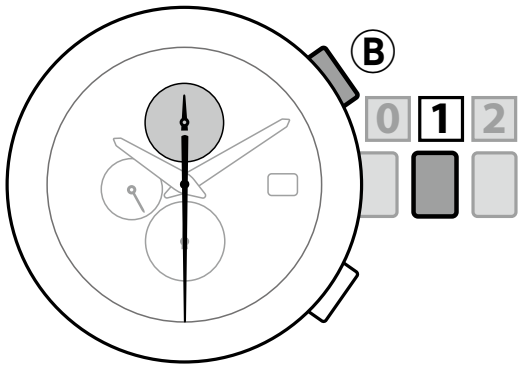
前回の電波受信の結果が表示され、その後強制受信が始まります。(2 分～ 30 分)

・クロノグラフ 1/20 秒針が「RX」を示します。

・秒針が 2 秒ごとに動いているとき（充電警告中）は、電波受信は行われません。
・設定した都市と現在地が異なるときは電波を受信しません。
・受信中にⒶボタンを 2 秒以上押すと、電波受信は中断されます。
・通常時刻表示に戻ったら受信完了です。

時刻 / カレンダーを手動で合わせる

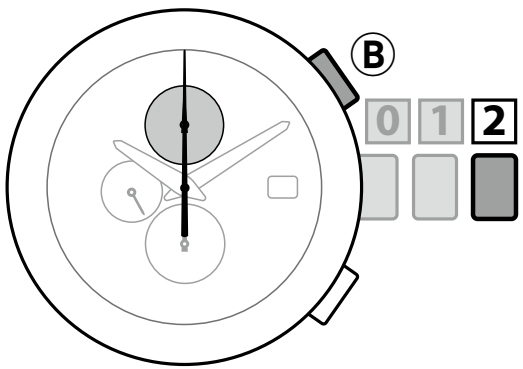
標準電波が受信できないときなど、時刻 / カレンダーを手動で合わせます。



1. りゅうずの位置を1にする

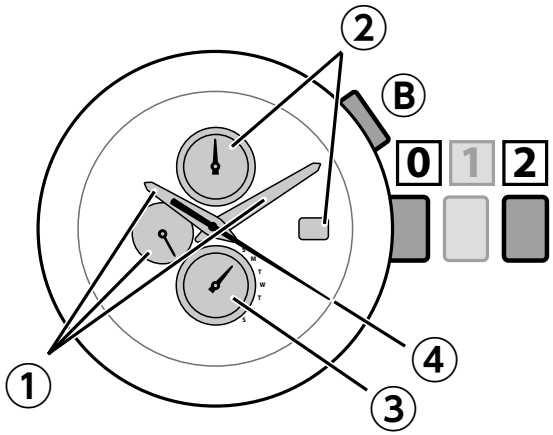
2. Ⓑボタンを 2 秒以上押す

秒針が 30 秒位置に、クロノグラフ分針が 60 分位置に移動します。



3. りゅうずの位置を2にする

秒針が 0 秒位置に移動し、時刻 / カレンダー合わせができるようになります。

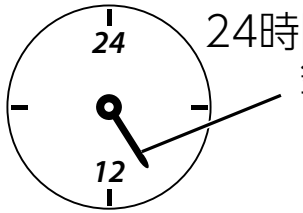


4. Ⓑボタンを押して、修正する対象を選ぶ

Ⓑボタンを押すごとに、次のように切り替わり、修正対象の針が少し動きます。

①**時刻**（分／時／24 時間）→ ②**日** → ③**曜** →④**年月**→（始めに戻る）

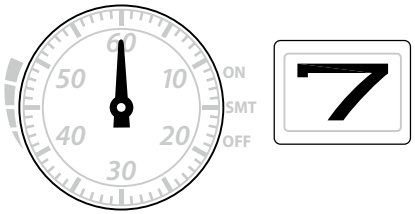
①時刻



24時間針

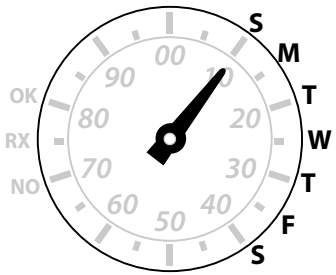
分針が動き、連動して時針、24時間針が動きます。

②日



クロノグラフ分針が5回転するごとに日表示が1日切り替わります。

③曜



クロノグラフ1/20秒針が曜日を示します。

④年月

5. りゅうずを回して、各設定を合わせる

・りゅうずを素早く回転させると、時刻と日は連続して回転します。りゅうずを少し回すと止まります。
・日は少し回すと 1 日単位で切り替わります。
・年と月は、秒針で表示されます。次のページの図を参考に合わせます。

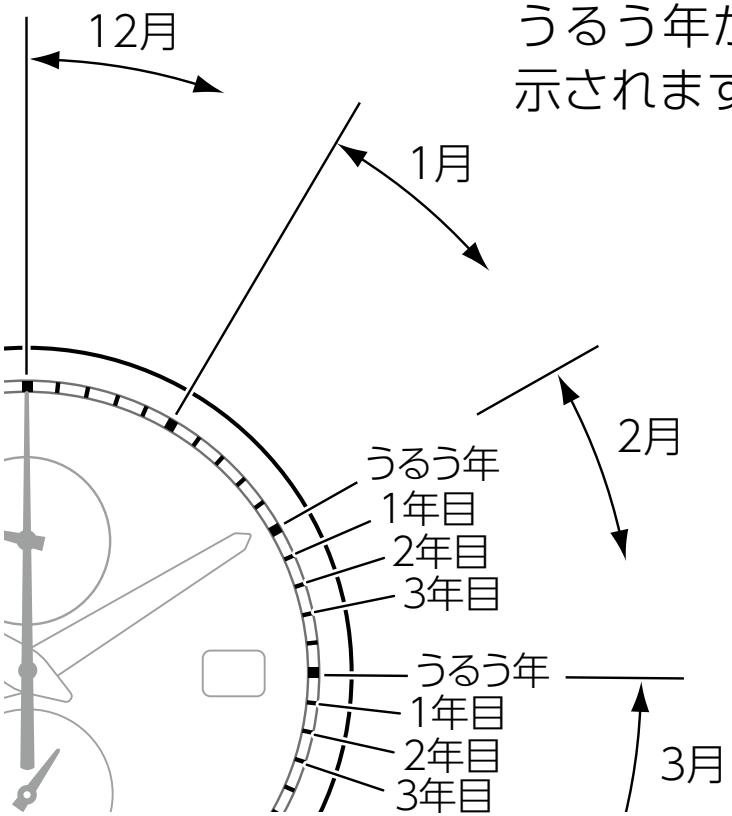
6. 手順 4 と 5 をくり返す

7. りゅうずの位置を0にして設定を終了する

秒針が 0 秒位置から動き出し、時刻 / カレンダー表示に戻ります。
・時報に合わせて、りゅうずを押し込んでください。

・通常時刻表示では、日は午前 0 時ごろから切り替わります。
切り替わりにおよそ 5 秒かかります。

◆ 年と月の表示について



うるう年からの経過年と月が、秒針の位置で表示されます。

【月の見かた】

12 月：12 時と 1 時の間
1 月　： 1 時と 2 時の間
2 月　： 2 時と 3 時の間

【年の見かた】

うるう年：
　　各月の範囲の最初の目盛り
うるう年から 1 年目：
　　各月の範囲の 1 目盛り目
うるう年から 2 年目：
　　各月の範囲の 2 目盛り目
うるう年から 3 年目：
　　各月の範囲の 3 目盛り目

下の表を例に、うるう年からの経過年から、実際の年を読み取ることができます。

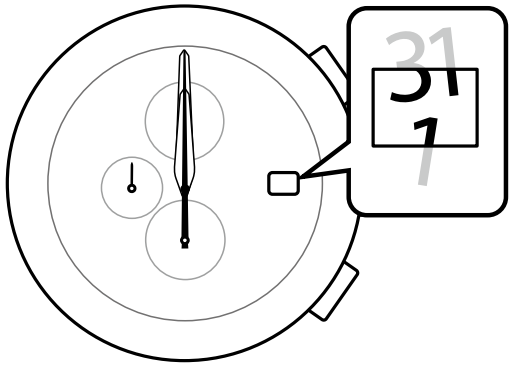
秒針の位置	経過	年
月の表示範囲の最初の目盛り	0 年（うるう年)	– 2020 2024
1 目盛り目	1 年	– 2021 2025
2 目盛り目	2 年	– 2022 2026
3 目盛り目	3 年	2019 2023 2027

うるう年については、弊社ホームページで年表がご覧いただけます。
https://citizen.jp/cs/guide/leapyear/index.html

基準位置を確認・修正する

◆ 基準位置とは

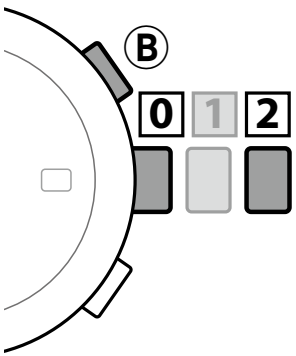
時刻･日を表示するために基準としている、針と日の位置のことです。
基準位置が正しい位置にない場合、時刻や各機能が正しく表示されません。



正しい基準位置の図

・針：すべてが真上を指している
・日：「31」と「1」の間

◆ 基準位置を確認・修正する



1. りゅうずの位置を0にする

2. Ⓑボタンを 10 秒間押しつづける

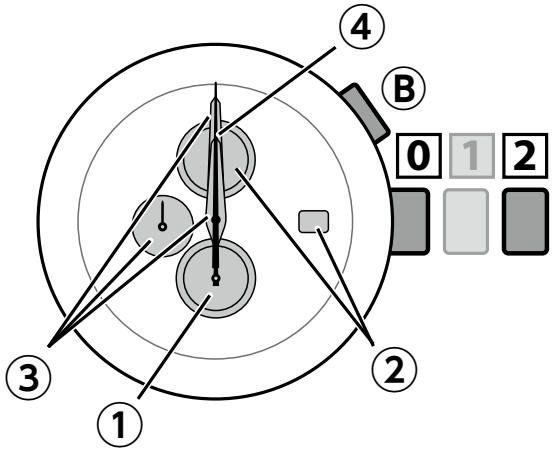
各針と日表示が動き、現在の基準位置が表示されます。

・基準位置が合っていた場合、Ⓑボタンを押して通常時刻表示に戻します。

・基準位置がずれていた場合、以降の手順で修正してください。

3. りゅうずの位置を2にする

基準位置の修正ができるようになります。

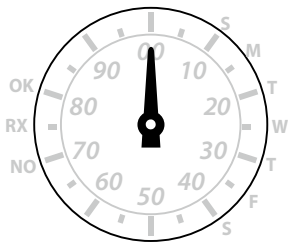


4. Ⓑボタンを押して、修正する対象を選ぶ

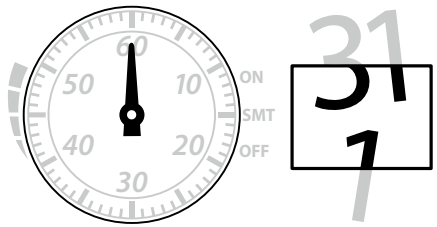
Ⓑボタンを押すごとに、次のように切り替わり、修正対象の針が少し動きます。

①クロノグラフ 1/20 秒針 →
②クロノグラフ分針／日表示 →
③分針／時針／ 24 時間針 → ④秒針 →
(始めに戻る)

①クロノグラフ 1/20 秒針

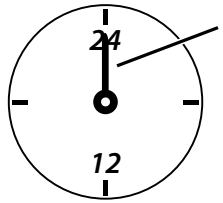


②クロノグラフ分針／日表示



クロノグラフ分針と日表示は連動して動きます。

③分針／時針／24 時間針



24時間針

分針が動き、連動して時針、24時間針が動きます。

④秒針

5. りゅうずを回して、すべての針を正しい基準位置に修正する

・りゅうずを素早く回転させると、各針が連続して回転します。りゅうずを少し回すと止まります。

6. りゅうずの位置を0にして修正を終了する

7. Ⓑボタンを押して通常時刻表示に戻る

困ったときは

困ったときは以下の項目をご確認ください。

電波受信がうまくできない

時計の状態	対処方法	詳細ページ
受信可能地域内で受信が成功しない	りゅうずの位置を0にする	−
	電波を遮るものや、ノイズが発生するものを避けて、時計の９時位置を送信所に向けて受信する	34、39
	受信が終わるまで、時計を動かさない	34
	2 秒運針中は受信できません。先に、充電を行う必要があります。	14
	「シチズンお客様時計相談室」にお問い合わせください。	77
受信はできるが正しい時刻・日が表示されない	基準位置を確認・修正する	51
	都市設定を確認する	22
	サマータイム設定を確認する	27

針の動きがおかしい

時計の状態	対処方法	詳細ページ
操作中に、意図しない動きがある	クロノグラフを止める	20
秒針が 2 秒毎に動く	充電する	14
全ての針が停止している	りゅうずの位置を0にする	–
	直射日光で、秒針が 1 秒ごとに動くまで充電します。充電後、自動で電波の受信が始まります。(復活自動受信)	14
クロノグラフモードに移行しない	充電量のレベルが 0 のときはクロノグラフが使用できません。充電してください。	12
クロノグラフ分針が真上を指していない	充電不足の場合、充電量表示のレベル 1 が示されます。充電してください。	12
時計をケースなどから出した途端に針が高速で回りだす	パワーセーブが解除されています。 現在の時刻が表示されるまでお待ちください。	16

時刻・日がおかしい

時計の状態	対処方法	詳細ページ
時刻や日が正しくない	都市設定を確認する	22
	サマータイムの設定を変更する	27
	基準位置を確認・修正する	51
	電波を受信して、時刻・日を合わせる	43
	手動で時刻・日を合わせる	45
昼の 12 時頃に日が変わる	基準位置を確認・修正する	51
	電波を受信して、日を合わせる	43
	手動で時刻を修正する	45

その他

時計の状態	対処方法	詳細ページ
充電しても､すぐに止まる	直射日光で約 5 ～ 6 時間充電します。 それでも、変化がないときは、お買い上げ店または弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。	12、77

◆ オールリセットについて

時計の動作が不安定なときなど、すべての設定をリセットすることができます。充電量が少ないときは、先に充電を行ってください。

オールリセットを行う前にご確認ください

オールリセットのあとは、すべての設定をやり直す必要があります。次の順序にしたがって設定を行ってください。

1. 基準位置を修正する　51 ページをご覧ください。

2. 都市を設定する　22 ページをご覧ください。

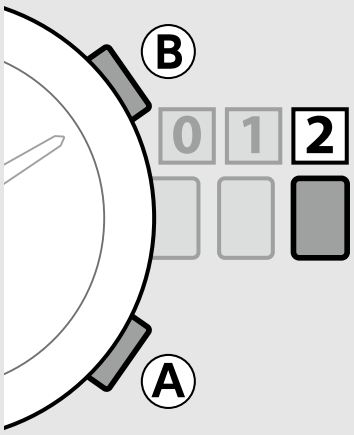
・サマータイムを設定するときは、27 ページをご覧ください。

3. 時刻を合わせる

電波を受信して合わせるときは 43 ページを、手動で合わせるときは 45 ページをご覧ください。

◆ オールリセットを行う

前ページの内容をご確認いただいた上で行ってください。



1. りゅうずの位置を2にする

2. ⒶボタンとⒷボタンを同時に 4 秒以上押す

オールリセットが行われます。オールリセットのあと、各設定は以下のようにリセットされます。

オールリセット後の設定

- 各針／日の基準位置：りゅうずを押し込んだときの位置
- カレンダー：うるう年 0 年 1 月／日曜日
- 都市設定：LON（ロンドン）
- サマータイム設定：OFF（標準時刻）
- サマータイム切替：自動

エコ・ドライブ 取り扱い上の注意

《時計は常に充電を心がけてお使いください》

■ 日常長袖などを着用していると、時計が隠れて光に当たらないため、充電不足になりやすいのでご注意ください。

■ 時計を外したときも、できるだけ明るい場所に置くように心がけると、時計は常に正しく動き続けます。

⚠注意　充電上の注意

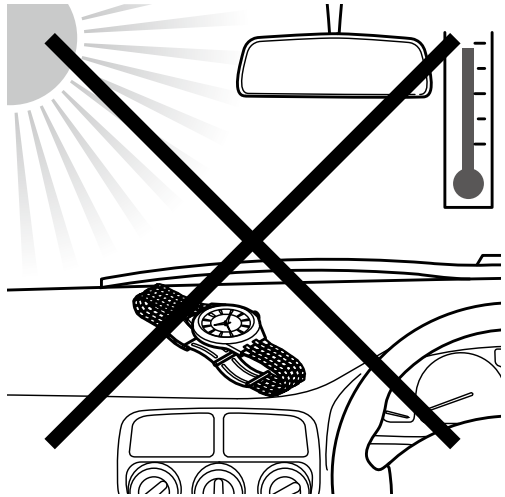
・充電の際に時計が高温になると、故障の原因となりますので高温（約 60℃以上）での充電は避けてください。

例）

- 白熱灯、ハロゲンランプなど、高温になりやすい場所での充電

※ 白熱灯で充電するときは、必ず 50cm 以上離して時計が高温にならないように注意して充電してください。

- 車のダッシュボードなどの高温になりやすい場所での充電



《二次電池の交換について》

・この時計に使われている二次電池は充電を繰り返し行えるため、従来の一次電池のように定期的な電池交換の必要はありません。
ただし、長期間使用されますと、歯車の汚れ、油切れなどにより電流消費が大きくなり二次電池の容量が早くなくなります。定期的な分解掃除（有料）をお奨めします。

⚠警告　二次電池の取り扱いについて

・お客様は時計から二次電池を取り出さないでください。
やむを得ず二次電池を取り出した場合は、誤飲防止のため、幼児の手の届かない所に保管してください。
万一、二次電池を飲み込んだ場合は、ただちに医師と相談して治療を受けてください。
・一般のゴミと一緒に捨てないでください。発火、環境破壊の原因となりますので、ゴミ回収を行っている市町村の指示に従ってください。

⚠警告　指定の二次電池以外は使わないでください

・この時計に使われている二次電池以外の電池は、絶対に使用しないでください。
他の種類の電池を組み込んでも時計は作動しない構造になっていますが、無理に銀電池など、他の種類の電池を使い、万一充電されると過充電となり電池が破裂して時計の破損および人体を傷つける危険があります。二次電池交換の際は、必ず指定の二次電池をご使用ください。

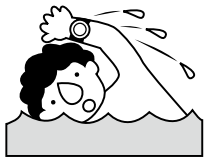
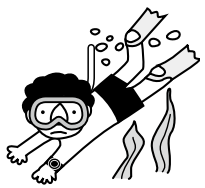
防水性能について

⚠警告　防水性能について

- 時計の文字板および裏ぶたの防水性能表示をご確認の上、下表を参照して正しくご使用ください。（1bar は約 1 気圧に相当します）
- WATER RESIST（ANT）×× bar は W.R. ×× bar と表示している場合があります。
- 非防水時計は、水中や水に触れる環境での使用はできません。
- 日常生活用防水時計（3 気圧防水）は、洗顔などには使用できますが、水中での使用はできません。

名称	表示 文字板または裏ぶた	仕様
非防水時計	―	非防水
日常生活用防水時計	WATER RESIST(ANT)	3 気圧防水
日常生活用強化防水時計	WATER RESIST(ANT) 5 bar	5 気圧防水
	WATER RESIST(ANT) 10/20 bar	10 気圧防水、20 気圧防水

- 日常生活用強化防水時計（5 気圧防水）は、水泳などには使用できますが、素潜り（スキンダイビング）やスキューバ潜水などには使用できません。
- 日常生活用強化防水時計（10/20 気圧防水）は、素潜りには使用できますが、スキューバ潜水・ヘリウムガスを使う飽和潜水には使用できません。

	使用例				
	水がかかる程度の使用。（洗顔、雨など）	 水仕事や一般水泳に使用。	 スキンダイビング、マリンスポーツに使用。	空気ボンベを使用するスキューバ潜水に使用。	水滴がついた状態でのりゅうずやボタンの操作。
	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×
	○	○	×	×	×
	○	○	○	×	×

お取り扱いにあたって

⚠注意　人への危害を防ぐために

- 幼児を抱くときなどは、幼児のけがや事故防止のため、あらかじめ時計を外すなど十分ご注意ください。
- 激しい運動や作業などを行うときは、ご自身や第三者へのけがや事故防止のため、十分ご注意ください。
- サウナなど時計が高温になる場所では、やけどの恐れがあるため絶対に使用しないでください。
- バンドの中留め構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。
- 時計をしたまま就寝しないでください。思わぬけがやかぶれを引き起こす恐れがあります。

⚠注意　使用上の注意

- りゅうずは常に押し込んだ状態（通常位置）でご使用ください。りゅうずがねじ締めタイプであれば、しっかり固定されているか確認してください。
- 水分のついたままりゅうず操作をしないでください。時計内部に水分が入り防水不良となる場合があります。
- 万一、時計内部に水が入ったり、またガラスの内面にクモリが発生し長時間消えないときは、そのまま放置せず、お買い上げ店または、弊社お問い合わせ窓口へ修理、点検を依頼してください。

・時計の防水性能が高い場合でも、次のことにご注意ください。
- 海水に浸したときは、真水で洗い乾いた布で良くふきとる。
- 水道水を蛇口から直接時計にかけない。
- 入浴するときは時計をはずす。

・時計内部に海水が入った場合には、箱やビニール袋に入れてすぐに修理依頼をしてください。時計内部の圧力が高まり、部品（ガラス、りゅうず、プッシュボタンなど）が外れる危険があります。

⚠注意　携帯時の注意

<バンドについて>

・皮革バンドやウレタンバンド（ゴムバンド）は、汗や汚れにより劣化します。定期的な交換を行ってください。
・皮革バンドは材質の特性上、水に濡れると耐久性に影響がでる場合があります。（脱色、接着はがれ）また、かぶれの原因にもなります。
・皮革バンドの時計は防水時計であっても、水を使うときは時計を外すことをおすすめします。
・バンドは多少余裕を持たせ、通気性を良くしてご使用ください。
・ウレタンバンド（ゴムバンド）は、衣類等の染料や汚れが付着し、除去できなくなることがあります。色落ちするもの（衣類、バッグ等）と一緒に使用する場合はご注意ください。また、溶剤や空気中の湿気などにより劣化する性質があります。弾力性がなくなり、ひび割れを生じたらお取替えください。

・以下の場合は、速やかにバンドの調整・修理をご依頼ください。
- 腐食により、バンドに異常が認められたとき
- バンドのピンが飛び出しているとき

・お客様ご自身で時計のバンド（金属やゴム）の長さを調整しないでください。時計が落下したり、調整時にケガをする怖れがあります。（製品にバンド調整用の道具が付属している場合は除く）バンドの調整は、お買い上げ店または、弊社お問い合わせ窓口にて承っております。その他のお店では 有料もしくは取り扱っていない場合があります。

<温度について>

・極端な高温 / 低温の環境下では、時計が停止したり、機能が低下する場合があります。製品仕様の作動温度範囲外でのご使用はおやめください。

<磁気について>

・アナログ式クオーツ時計は、磁石を利用した「ステップモーター」で動いており、外部から強い磁気を受けるとモーターの動きがみだされて、正しい時刻を表示しなくなる場合があります。
磁気の強い健康器具（磁気ネックレス・磁気健康腹巻など）、冷蔵庫のマグネットドア、バッグの留め具、携帯電話のスピーカー部、電磁調理器などに近づけないでください。

<ショックについて>

・床面に落とすなどの激しいショックは与えないでください。 外装・バンドなどの損傷だけでなく機能、性能に異常を生じる場合があります。

<静電気について>

・ クオーツ時計に使われているICは、静電気に弱い性質を持っています。 強い静電気を受けると正しい時刻を表示しない場合がありますので、ご注意ください。

<化学薬品・ガス・水銀について>

・化学薬品・ガスの中でのご使用はお避けください。 シンナー・ベンジン等の各種溶剤およびそれらを含有するもの（ガソリン・マニキュア・クレゾール・トイレ用洗剤・接着剤・撥水剤など）が時計に付着しますと、変色・溶解・ひび割れ等を起こす場合があります。 薬品類には十分注意してください。 また、 体温計などに使用されている水銀に触れたりしますと、 ケース・バンド等が変色することがありますのでご注意ください。

<保護シールについて>

・時計のガラス部分や金属部分（裏ぶた、バンド、中留め）にシールが貼られているときは、ご使用の前に必ずはがしてください。 シールのすき間に汗や水分が入り込むと、皮膚のかぶれや金属の腐食の原因となる場合があります。

⚠注意　時計は常に清潔に

- りゅうずやプッシュボタンを長期間動かさないままにしていると、付着しているゴミや汚れが固まり、操作できなくなる事がありますので、ときどきりゅうずを空回りさせたり、プッシュボタンを押してください。また、ゴミ、汚れを落としてください。
- ケースやバンドは、肌着類と同様に直接肌に接しています。金属の腐食や汗、汚れ、ほこりなどの気づかない汚れで衣類の袖口などを汚す場合があります。常に清潔にしてご使用ください。
- ケースやバンドは直接肌に接しています。ケースやバンドに発生したサビ、汚れ、付着した汗、または金属、皮革アレルギーなどにより皮膚にかゆみ・かぶれを生じる場合があります。異常を感じたらすぐに使用を中止して医師に相談してください。
- 汗や汚れが付着した場合は、金属材質のバンドやケースは、はけなどを使い中性洗剤で汚れを除去してください。皮革材質のバンドは、乾いた布などで拭き、汚れを除去してください。
- 皮革バンドは汗や汚れにより「色落ち」を起こすことがあります。乾いた布で拭くなどして常に清潔にご使用ください。

時計のお手入れ方法

- ケース・ガラスの汚れや汗などの水分は、柔らかい布で拭き取ってください。
- 金属バンド・プラスチックバンド・ウレタンバンド（ゴムバンド）は水で汚れを洗い落としてください。
  金属バンドのすき間につまったゴミや汚れは柔らかいハケなどで除去してください。
- 皮革バンドは乾いた布などで拭いて汚れを除去してください。
- 時計を長時間ご使用にならないときは、汗・汚れ・水分などを良く拭き取り、高温・低温・多湿の場所を避けて保管してください。

夜光付き時計の場合は

時計の文字板や針には、放射性物質などの有害物質を一切含まない、人体や環境に安全な物質を使用した蓄光塗料が使用されています。
この塗料は太陽光や室内照明（白熱灯を除く）などの光を蓄え、暗い所で発光します。

- 蓄えた光を放出させるため、時間の経過とともに少しずつ明るさ（輝度）は落ちていきます。
- 光を蓄えるときの光の明るさや光源からの距離、光の照射時間や蓄光塗料の量などによって、発光する時間に差異が生じます。
- 光が十分に蓄えられていないと、暗い場所で発光しなかったり、発光してもすぐに暗くなってしまう場合がありますのでご注意ください。

その他の情報

◆ 標準電波について

日本国内の標準電波はほぼ 24 時間継続して送信されていますが、保守点検等で送信が中断されることがあります。標準電波の送信状態の確認は、情報通信研究機構・日本標準時プロジェクトのホームページ（http://jjy.nict.go.jp/）をご覧ください。

標準電波は、人体や医療機器には一切影響がありません。

◆ 時計に磁気や衝撃が加わっても（パーフェックス）

３つの機能を一体化させることによって、衝撃や磁気などの外部要因による針ずれを防止します。

JIS1 種耐磁性能

日常生活で磁界を発生する機器に 5cm まで近づけても、時計の機能を維持します。

衝撃検知機能

時計が衝撃を受けたときに秒針のずれを防ぐ機能です。

針補正機能（針の基準位置自動補正機能）

一定時間毎に針の位置をチェックし、ずれがあったときは自動的に補正し、正しい時刻を保持します。

Perfex
パーフェックス

保証とアフターサービスについて

＜保証について＞

正常なご使用で、保証期間内に万一故障が生じた場合には、保証書に従い、無料修理いたします。

＜修理用部品の保有期間について＞

当社は時計の機能を維持するための修理用部品を、通常7年間を基準に保有しております。ただし、ケース・ガラス・文字板・針・りゅうず・プッシュボタン・バンドなどの外装部品には、外観の異なる代替部品を使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。

＜修理可能期間について＞

当社の修理用部品の保有期間中は修理が可能です。ただし、ご使用の状態・環境でこの期間は著しく異なります。修理の可否については、現品ご持参の上販売店でご相談ください。なお、長期間のご使用による精度の劣化は、修理によっても初期精度の復元が困難な場合があります。

＜ご転居・ご贈答品の場合＞

保証期間中にご転居されたり、ご贈答品のためにご使用の時計がお買い上げ店のアフターサービスを受けられない場合には、弊社お問合せ窓口へご相談ください。

<定期点検（有償）について>

- 防水性能について
  防水時計の防水性能は経年劣化しますので、安全に永くご使用いただくために２～３年に一度防水検査を行なっていただくことをお勧めします。防水性能を維持するためには、部品の交換が必要ですので、パッキンなどの交換をご依頼ください。
- 分解掃除（内装修理）について
  腕時計を永くご愛用いただくには分解掃除（内装修理）が必要です。歯車などの部品は永くご使用いただくことにより磨耗してしまいますが、これを抑えるために潤滑油を使用しております。しかし経年劣化により潤滑油の汚れなどで部品の磨耗が進み、故障に至ることがあります。目安として５年に一度の分解掃除のご依頼をお勧めします。

<修理について>

時計の品質を維持するために、この時計はバンドを除く全ての修理は「メーカー修理」となります。これは、修理、点検、調整等に特殊技術、設備を必要とするためです。修理等の際は弊社お問い合わせ窓口へご依頼ください。

<その他お問い合わせについて>

保証や修理、その他不明な点がございましたら、お買い上げ店または弊社お問合せ窓口へご相談ください。

製品仕様

機種	H80*	型式	アナログソーラーパワーウオッチ
時間精度 (非受信時)	平均月差± 15 秒　常温（+ 5℃～+ 35℃）携帯時		
作動温度範囲	− 10℃～+ 60℃		
表示機能	・時刻：時 / 分 / 秒 /24 時間 ・カレンダー：日 / 曜 ・充電量：4 段階		
持続時間	・充電完了後、一度も充電しないで時計が停止するまで： 約 10 ヶ月（パワーセーブ機能が作動しているとき） 約 6 ヶ月（パワーセーブ機能が作動しないとき） ・充電警告が始まってから時計が停止するまで：約 2 日 ※表記されている持続時間は下記の条件での持続時間です。 ・クロノグラフを 1 日に 1 回、60 分使用する ・ 1 日に 1 回、電波の定時受信を行う		
使用電池	二次電池（ボタン型リチウム電池）　1 個		

付加機能	・光発電機能　・過充電防止機能 ・充電警告機能（2 秒運針）・パワーセーブ機能（節電機能） ・電波受信機能（定時受信 / 強制受信 / 復活自動受信） 対応局：日本局（東 / 西）/ アメリカ局 / ドイツ局 / 中国局 ※時差修正を行うと、受信局が切り替わります。 ・受信表示機能（RX、OK または NO） ・前回受信結果表示機能 ・サマータイム設定機能（ON/OFF 切り替え、自動／手動切り替え） ・クロノグラフ機能（最大 60 分、1/20 秒単位） ・都市設定機能（26 都市）　・充電量表示機能 ・パーペチュアルカレンダー（2100 年 2 月 28 日まで） ・Perfex（パーフェックス）—JIS1 種耐磁性能 / 衝撃検知機能 / 針自動補正機能 ・基準位置確認・修正機能

製品仕様は、改良のため、予告なく変更することがあります。

HAR15 ⑨

https://citizen.jp/

Cal.H80*