CITIZEN QUARTZ
C300 ワールドタイム World Time C11 ⑨

このたびは、シチズンクオーツウォッチをお買上げ戴きましてありがとうございました。ご使用の前にこの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。なお、この取扱説明書は大切に保存し必要に応じてご覧ください。

Thank you for your purchase of this Citizen quartz watch. Before using this watch, read this instruction manual carefully to ensure correct use. After reading this manual, store it in a safe it in a safe place for future reference.

安全上のご注意（必ずお守りください）

Safety precautions Instructions be followed at all time.

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、次のように説明しています。

This manual contains the following instrutions that should be strictly followed at all times to prevent injury to yourself and other persons as well as damage to property.

■表示内容を無視して誤った使い方をした時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。

⚠警告	この表示の欄は、「死亡又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

■Injuries and damages which might be caused by using the watch improperly or neglecting any of the instructions or precautions contained in this manual are classified with the following symbols.

⚠WARNING	Can cause serious injury or death
⚠CAUTION	Can or will cause minor or moderate injury or damage

■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、気を付けていただきたい「注意喚起」内容です。

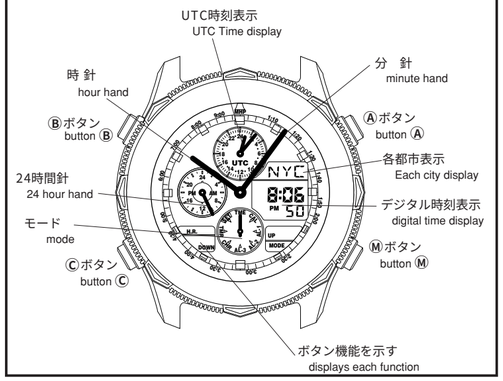
■Important instructions that should be followed are classified with the following symbol.

⚠ Warning(caution) symbol followed by instructions that should be followed or precautions that should be observed.

1 各部の名称 Description

この時計は、世界30都市の時刻を呼びだすことができます。また、1プッシュでアナログとデジタルの入れかえが可能です。

This watch can display 30 local times around the world. It is possible to switch between analog and digital with one push.



2 モードの選び方 Selecting modes

Ⓜボタンを押して各機能を切りかえます。
各機能をモード針が示します。

Push the button Ⓜ to change each function.
The mode hand will display each function.

モード針
Mode hand

TME	：通常時刻機能 Normal time function
CAL	：カレンダー機能 Calendar mode
AL-1	：アラーム1機能 Alarm 1 mode
AL-2	：アラーム2機能 Alarm 2 mode
AL-3	：アラーム3機能 Alarm 3 mode
CHR	：クロノグラフ機能 Chronograph mode
TMR	：タイマー機能 Timer mode
SET	：ゾーンセット機能 Zone set mode

3 世界各都市の時刻とカレンダーの呼びだし方 Calling the local time and calendar for individual cities around the world

Ⓜボタンを押して表示を（TME）モードまたは（CAL）にします。
Set (TME) mode or (CAL) by pushing button Ⓜ.
ⒶまたはⒸボタンで各都市を呼びだします。
Display each city by pushing button Ⓐ or Ⓒ.

この時計での都市表示は以下のようになっています。（時差はグリニッジ標準時との時差）
The city display for this watch, is as follows. (The time difference is the difference between Greenwich Mean Time)

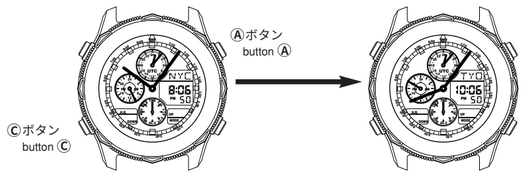
時計での表示 Watches display	都市名 City name		時計での表示 Watches display	都市名 City name		時計での表示 Watches display	都市名 City name	
UTC	国際標準時 Universal Time Co-ordinated	±0						
LON	ロンドン London	±0	DAC	ダッカ Dhaka	+6	ANC	アンカレッジ Anchorage	−9
PAR	パリ Paris	+1	BKK	バンコク Bangkok	+7	LAX	ロサンゼルス Los Angeles	−8
ROM	ローマ Rome	+1	SIN	シンガポール Singapore	+8	DEN	デンバー Denver	−7
CAI	カイロ Cairo	+2	HKG	ホンコン Hong Kong	+8	CHI	シカゴ Chicago	−6
IST	イスタンブール Istanbul	+2	PEK	ペキン Beijing	+8	MEX	メキシコシティー Mexico City	−6
MOW	モスクワ Moscow	+3	TYO	トウキョウ Tokyo	+9	NYC	ニューヨーク New York	−5
KWI	クエート Kuwait	+3	SYD	シドニー Sydney	+10	YUL	モントリオール Montreal	−5
DXB	ドバイ Dubayy	+4	NOU	ヌメア Noumea	+11	CCS	カラカス Caracas	−4
KHI	カラチ Karachi	+5	AKL	オークランド Auckland	+12	RIO	リオデジャネイロ Rio de Janeiro	−3
DEL	ニューデリー New Delhi	+5.5	HNL	ホノルル Honolulu	−10	BUE	ベェノスアイレス Buenos Aires	−3

4 アナログとデジタルの入れかえ Switching between analog and digital

この時計は、デジタルとアナログ表示の時刻を入れかえることができます。
This watch can be switched between digital and analog time.

1.（TME）または（CAL）モードにします。
2. ⒶボタンとⒸボタンを同時に押してください。

1. Set to (TME) or (CAL) mode.
2. Push button Ⓐ and button Ⓒ simultaneously.



ⒶボタンとⒸボタンを同時に押す
Push button Ⓐ and button Ⓒ simultaneously.

こうすると便利です。
Useful functions

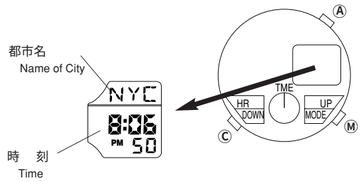
1. 旅行の出発前にデジタル時刻表示へ目的地を呼びだしておく。
1. Before leaving for a trip, display the destination while in the digital time mode.

2. 目的地到着後、目的地の時刻をアナログに、出発地の時刻をデジタルに入れかえます。瞬時に可能です。
2. After arriving at the destination, switch the destination place time to the analog mode, and the departure place time to the digital mode. Then it is possible to switch between them instantly.

5 時刻の合わせ方（時刻はデジタル表示により修正します） Setting the time (Time is corrected by digital display)

30都市のうち、いずれかひとつの時刻合わせを行うだけで、他の都市は自動的に時差換算され時刻を表示します。アナログ時刻「分、時、24時間針、UTC時刻の各針」はデジタル時刻を修正すると、デジタル時刻に連動して自動的に修正されます。

By adjusting the local time, the time difference for all the 30 different cities will automatically be calculated and displayed.
When digital time is corrected, the minute, hour, 24 hour and UTC hour and minute hands of the analog time are corrected automatically in conjunction with digital time.



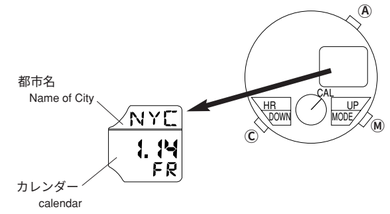
1. Ⓜボタンを押して、モード針を（TME）に合わせます。
2. ⒶまたはⒸボタンで時刻修正したい都市を呼び出します。
3. Ⓜボタンを引き出します。デジタル表示の時、分、秒が点滅します。
☆この時、サマータイムの切りかえを行う事ができます。
サマータイムの切りかえはⒸボタンを押して行ってください。
4. Ⓐボタンを押して時刻修正を行いたい箇所を順番に点滅させてください。
5. Ⓒボタンで点滅させた箇所の時刻修正を行ってください。
6. Ⓜボタンを通常位置に押し込み、時刻合わせは終了です。

1. Push button Ⓜ and set the mode hand to (TME).
2. Display the city you want to adjust the time to, with button Ⓐ or Ⓒ.
3. Pull out button Ⓜ. While in the digital display, the hour, minute, seconds will flash.
*During that time, you can switch to summer time. Switch to summer time by pushing button Ⓒ.
4. Push button Ⓐ to move the flashing area one by one to the position you wish to adjust.
5. Adjust the time of the flashing digit with button Ⓒ.
6. Return button Ⓜ to the normal position to complete the time setting.

6 カレンダーの合わせ方 Setting the calendar

30都市のうち、いずれかひとつのカレンダー合わせを行うだけです。
他の都市は自動的に時差換算されカレンダーを表示します。

By adjusting the local calendar, the time difference for all the 30 different cities will automatically be calculated, and the calendar displayed.

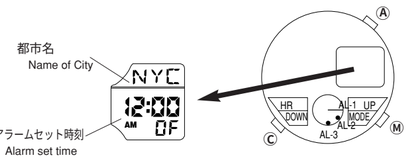


1. Ⓜボタンを押して、モード針を（CAL）に合わせます。
2. ⒶまたはⒸボタンでカレンダー修正したい都市を呼び出します。
3. Ⓜボタンを引き出します。
4. Ⓐボタンを押してカレンダー修正を行いたい箇所を順番に点滅させてください。
☆曜のセットは不要です。
5. Ⓒボタンで点滅させた箇所のカレンダー修正を行ってください。
6. Ⓜボタンを通常位置に押し込み、カレンダー合わせは終了です。

1. Push button Ⓜ and set the mode hand to (CAL).
2. Display the city you want to adjust the calendar with button Ⓐ or Ⓒ.
3. Pull out button Ⓜ.
4. Push button Ⓐ to move the flashing area one by one to the calendar position you wish to adjust.
* Setting the day of the week is not necessary.
5. Adjust the flashing part of the calendar with button Ⓒ.
6. Return button Ⓜ to the normal position to complete the calendar adjustment.

7 アラームのセット方法 Alarm setting

AL-1/AL-2/AL-3という3パターンのアラームセットが可能です。
操作は全て同じです。
Three alarm setting patterns AL-1/AL-2/AL-3 are possible. All operations are the same.



1. Ⓜボタンを押して、モード針をAL-1、2または3に合わせます。
2. ⒶまたはⒸボタンでアラームセットしたい都市を呼び出します。
3. Ⓜボタンを引き出します。
4. Ⓐボタンを押して時刻セットを行いたい箇所を順番に点滅させてください。
5. Ⓒボタンで点滅させた箇所の時刻のセットを行ってください。
☆ON/OF（Off）の切りかえもこの時、同様に行ってください。
6. Ⓜボタンを通常位置に押し込み、時刻合わせは終了です。
7. Ⓜボタンを押し表示を、（TME）モードに戻しておきます。

☆アラーム音は、Ⓐ Ⓑ Ⓒ Ⓜのいずれかを押せば止まります。

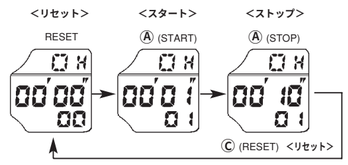
1. Push button Ⓜ to set the mode hand at AL1, 2, or 3.
2. Display the city you want the set to alarm to, with button Ⓐ or Ⓒ.
3. Pull out button Ⓜ.
4. Push button Ⓐ to move the flashing area one by one to the position you wish to set.
5. Set the flashing area with button Ⓒ.
* At that time Switch ON/OF (Off) in the same way.
6. Return button Ⓜ to the normal position to complete time setting.
7. Push button Ⓜ to return the display to (TME) mode.

* Push either Ⓐ Ⓑ Ⓒ Ⓜ to stop the alarm sound.

8 クロノグラフの使い方 Using the Chronograph

このクロノグラフは、最大23時間59分59秒99まで計測できます。最小1/100秒まで計測表示できます。
This chronograph can time and display a maximum of 23 hours, 59 minutes, 59 seconds 99 and a minimum of 1/100 second.

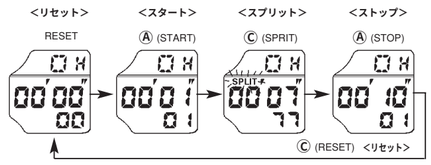
＜使い方例 1＞
Usage example 1



Ⓜボタンを押して、モード針をCHRに合わせます。
1. Ⓐボタンで計測をスタートさせてください。
2. Ⓐボタンで計測をストップさせてください。
3. Ⓒボタンで表示をリセットさせてください。

Push button Ⓜ to set the mode hand at (CHR).
1. Start timing with button Ⓐ.
2. Stop timing with button Ⓐ.
3. Reset the display with button Ⓒ.

＜使い方例 2＞
Usage example 2



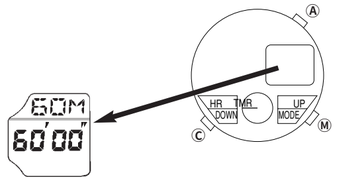
1. Ⓐボタンで計測をスタートさせてください。
2. Ⓒボタンを押すとスプリット表示を10秒間行います。
☆マラソン等の通過点での時間を知りたいときなどに使用すると便利です。

1. Start timing with button Ⓐ.
2. Push button Ⓒ to display the split time display for 10 seconds.
* This is a convenient function to know the passing point of a marathon, etc.

9 タイマーの使い方 Using the timer

このタイマーは、最大60分からの減算タイマーになっています。
最小1分まで、1分間隔でセットすることができます。
This is a decreasing timer function, with a maximum of 60 minutes.
This watch can be set in 1 minute intervals to a minimum of 1 min.

タイマーのセット
Timer setting



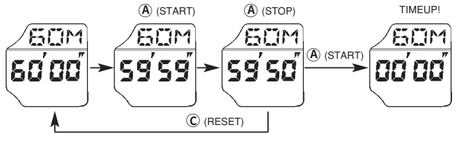
1. Ⓜボタンを押して、モード針をTMRに合わせます。
2. Ⓜボタンを引き出します。
3. Ⓒボタンでタイマーをセットしてください。
4. Ⓜボタンを通常位置に押し込み、タイマーセットは終りです。

1. Push button Ⓜ to set the mode hand to (TMR)
2. Pull out button Ⓜ
3. Set the timer with button Ⓒ
4. Return button Ⓜ to the normal position to complete the timing function.

使い方例 1
Usage example 1

1. Ⓐボタンで計測をスタートさせてください。
☆…5秒前、4 秒前、3秒前、2 秒前、1秒前、0でタイムアップすると終了音が5秒間鳴ります。鳴り終わると自動的にセット時間に戻ります。
2. 計測中にⒶボタンを押すとストップ状態となり、再度Ⓐボタンを押すとスタートします。
3. ストップ状態でⒸボタンを押すとセット時間に戻ります。

1. Start timing with button Ⓐ.
* Before 5 seconds, 4 seconds, 3 seconds, 2 seconds, 1 second, 0, the timing is up, and then a completed alarm will sound for 5 seconds.
2. During timer running press button Ⓐ to stop the timer,then press button Ⓐ again start the timer.
3. Press button Ⓒ while in stop mode,watch return to the timer set time.



使い方例 2
Usage example 2

☆タイマーのやり直しが、素早くワンタッチで行える機能です。
* This is a function to re-time quickly with one touch operation.

1. Ⓐボタンで計測をスタートさせてください。
2. Ⓒボタンを押すとタイマーがリセットされたと同時に自動的に計測をスタートします。

1. Start timing with button Ⓐ.
2. Push button Ⓒ to reset the timer and simultaneously start timing automatically.

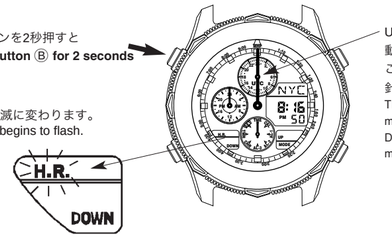
10 覚えておくと便利な機能 Convenient function

デジタル表示の上にアナログ針が重なってしまってよみにくい時
When the display is hard to read due to analog hands covering the digital display.

針退避機能は、12時位置に時針と分針を退避させることができます。
表示窓に（HR）が点灯しているときにⒷボタンを2秒以上押して、離してください。
The hand rewinding function makes the hour hand and minute hand rewind to the 12 o'clock position.
Keep pushing button Ⓑ for more than 2 seconds while (HR) appears in the display window.

針退避機能の解除 →もう一度、Ⓑボタンを押してください。

Cancellation of the hand rewinding function →Push button Ⓑ again.



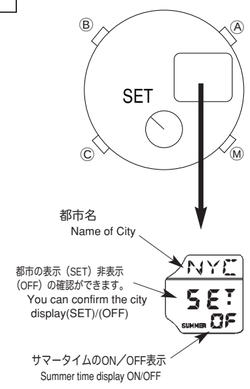
使用しない都市の時刻を表示させたくないと思った時
If you don't want to display the cities local time.

ゾーンセット機能は、その中でも呼びだし表示したい都市の時刻だけを表示できます。
Zone setting function displays only the time of the city you want to call up and display.

ゾーンセット（表示／非表示）
Zone setting (display / no display)

1. Ⓜボタンを押して、モード針を（SET）に合わせます。
2. Ⓜボタンを引き出します。
3. Ⓐボタンで都市名の選択を行ってください。
4. Ⓑボタンで都市の表示（SET）または非表示（OFF）の選択を行ってください。
5. Ⓒボタンでサマータイムの有り（ON）または無し（OFF）の選択を行ってください。
6. Ⓜボタンを押し込んで終了です。

1. Push button Ⓜ , set the mode hand to “SET” position.
2. Pull out button Ⓜ.
3. Select the city with button Ⓐ.
4. Select the city SET or OFF with button Ⓑ.
5. Select the summer time ON or OFF with button Ⓒ.
6. Push in button Ⓜ to complete.



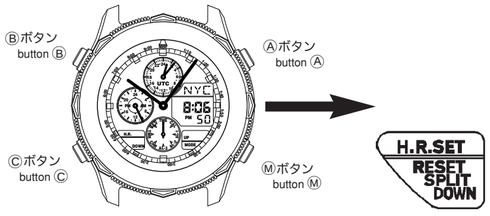
11 時計がおかしな表示をした時には When the watch shows unusual display

時計がおかしな表示をした時には、オールリセット機能およびゼロ位置合わせを行ってください。**When the watch shows unusual displays, perform the all reset function and zero position setting.**

オールリセット All reset

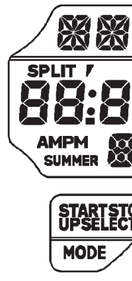
1. Ⓜボタンを引き出します。
2. Ⓐ Ⓑ Ⓒボタンを同時に2秒以上押してください。

1. Pull out button Ⓜ.
2. Press and hold down Ⓐ Ⓑ Ⓒ buttons simultaneously for more than 2 seconds.



ゼロ位置合わせ Zero position setting

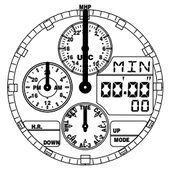
デジタル表示が全点灯します
Digital display will flash.



オールリセットの後、Ⓑボタンを押してください。
Push button Ⓑ after all reset.

1. デジタル表示が全点灯から、この時計のゼロ位置合わせの表示に切りかわります。
2. Ⓑボタンを押すと、デジタル表示が、UTC（UTCの時分針）→HR（時針／24時間針）→MIN（分針）の順に切りかわります。
3. それぞれの針を2の順で、Ⓐボタン（針が右回転）、Ⓒボタン（針が左回転）にて動かし、すべての針を真上に合わせてください。
4. Ⓜボタンを通常位置に押し込み、終了です。

1. The digital display will switch from all the segments being displayed to the zero position setting.
2. Push button Ⓑ to switch the digital display in the order of UTC (hour, min, hands of UTC) HR (hour/24hour hands) MIN (min).
3. Turn each hand in the same order as “2”, with button Ⓐ (clockwise), button Ⓒ (counter-clockwise), and set all hands to the top.
4. Return button Ⓜ to the normal position to complete.



★同様に「CHR」モードでもゼロ位置合わせができます。
* In the same way, it is possible to set zero position in [CHR] mode.

12 製品仕様 Specification

●キャリバーNo.	C300
●型式	コンビネーションウオッチ
●水晶振動数	32,768Hz（Hz＝1秒間の振動数）
●時間精度（常温携帯精度）	月差±20秒以内（5℃～35℃）
●時間系作動温度範囲	0℃～+55℃
●保有機能	時刻（時／分） カレンダー（月／日／曜） アラーム1/2/3モード クロノグラフモード タイマーモード ゾーンセットモード
●使用電池	280-44（電池コード SR927W）
●電池寿命	新しい電池組込み後　約3年

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。

●Caliber No.	C300
●Type	Combination watch
●Quarts frequency	32.768HZ (HZ = frequency cycles per sec)
●Timer accuracy (Under normal operating temperature) within ± 20 sec per month.(+5℃ ~ +35℃)	
●Operating temperature range for time keeping	0℃ ~ +55℃
●Available functions.	Time (hour/min) Calendar (month/day/day of the week) Alarm 1/2/3 mode Chronograph mode Timer mode Zone setting mode
●Battery	280-44 (Battery code SR927W)
●Battery life span	About 3 years after installing a new battery.

Specifications may change without notice.

13 保証とアフターサービス Warranty and Service

1．保証について
保証期間内に、取扱説明書にそった正常なご使用状態で、万一故障が生じた場合には、保証書に従い、無料修理致します。

2．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。但し、ケース・ガラス・文字板・針・りゅうず・バンド等の外装部品については、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。

3．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。但し、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、現品ご持参のうえ販売店でご相談ください。尚、長時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。

4．定期点検（有償）について
安全に永くご使用いただくために、2～3年に一度点検（有償）を行ってください。防水時計の防水性能は、経年劣化しますので、防水性能を維持するために、部品の交換が必要です。必要に応じてパッキングやパネ棒などの交換を行ってください。部品交換の際は、純正部品とご指定ください。交換だけでなく他の部品の点検または修理を行う必要がある場合もありますので、交換修理料金など、詳しくはお買い上げ店または最寄りの弊社お問い合わせ窓口にご相談ください。

5．電池について
お買い上げの時計に予め組み込まれている電池は工場出荷時に、機能・性能を確認するためのモニター用電池ですので、時計の価格には含まれません。保証期間中であっても電池交換は有料となります。保証や修理、その他不明の点がございましたら、お買い上げ店又は、最寄りの弊社お問い合わせ窓口にご相談ください。

1. The guarantee
In the event there are any problems during the guarantee period under normal usage, we will make repairs free of charge according to separate items in the guarantee certificate.

2. The guarantee period for the replacement of parts.
We normally keep replacement parts for a standard period of 7 years, however in the case of external parts such as the case, glass, dial, hands, crown, band,etc. Please understand that in some cases we use substitute parts that may look a little different.

3. The length of the serviceable life.
Repairs are possible while replacement parts are in stock, however this term is different according to the condition and environment of usage. Take the watch to a shop and ask if the watch is repairable or not. If the precision of the watch deteriorates due to age, it may be impossible to provide service that restores it to original precision.

4. Periodic Inspection (Charge basis)
You should have your watch inspected (Charge basis) every 2-3 years to extend its life and ensure safety.
When replacing parts, always make sure to request genuine parts. When it becomes necessary to replace packings and springs, it may sometimes also be necessary to inspect other parts or to make repairs in addition to replacing the parts. Please ask for more detailed information on repair or replacement expenses at the shop where you purchased your watch or Citizen Consumer help desk, your nearest Customer Support Center.

5. Batteries
The battery which is alredy in your watch when you purchased it, is a monitor battery used to check the watches functions and precision once it leaves the factory, so is not included in the price of the watch. Therefore you will be requested to pay for the battery replacement, even though the guarantee may still be valid. If there are any question about the guarantee, service, and anything else, please ask the shop you purchased your watch from or Citizen Consumer help desk, your nearest Customer Support Center.

14 お取り扱いにあたって Precautionary Items and usage limitations

⚠ 警告 防水性能について

●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）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。

防水性について
●時計の文字板及び裏ぶたの防水性能表示をご確認の上、下図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）

名称 Name	表示 Indication 文字板 Dial	表示 Indication ケース Case back	仕様 Specification	使用例 Water-related use: 水がかかる程度の使用。（洗顔、雨など） When water is simply splashed onto the watch (washing your face or in rain)	水仕事や、一般水泳に使用。 Swimming and general washing work (kitchen work/swimming, etc.)	スキンダイビング、マリンスポーツに使用。 Water sports and skin diving (without air tank)	空気ボンベを使用するスキューバ潜水に使用。 Scuba diving (with air tank)	水滴がついた状態でのボタンの操作。 Operate the button when the watch is wet
日常生活用強化防水時計 Upgraded everyday use water-resistant watch	WATER RESIST5bar または無表示 or no indication	WATER RESIST(ANT) 5bar または or WATER RESIST(ANT)	5気圧防水 Water-resistant to 5 atmospheres	○	○	×	×	×
日常生活用強化防水時計 Upgraded everyday use water-resistant watch	WATER RESIST 10/20bar または無表示 or no indication	WATER RESIST(ANT) 10/20bar または or WATER RESIST(ANT)	10気圧防水 20気圧防水 Water-resistant to 10 or 20 atmospheres	○	○	○	×	×

＊WATER RESIST（ANT）△△ barは W.R. △△ bar と表示している場合があります。＊WATER RESIST（ANT） xx bar may also be indicated as W.R. xx bar.

⚠ 注意

※水分のついたままボタンの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。
※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きる場合があります。水の中で使うことが多い日常生活用強化防水時計の場合は脱色、接着はがれなどの不具合を起こすことがありますので、あらかじめ他の材質のバンド（金属製またはゴム製）にお取り替えの上、ご使用ください。
※日常生活用強化防水時計の場合、海水に浸した時や多量の汗をかいた後は、真水でよく洗い、よく拭き取ってください。
※万一、時計内部に水が入ったり、ガラス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。
※時計内部に海水が入った場合は、箱やビニール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、ボタンなど）が外れる危険があります。

⚠ 注意 携帯時の注意

●幼児を抱く時などは、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充分ご注意ください。
●激しい運動や作業などを行う時は、ご自身や第三者へのけがや事故防止のため、充分ご注意ください。
●サウナなど時計が高温になる場所では、火傷の恐れがあるため絶対に使用しないでください。
●ウレタンバンドは、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、バック等）と一緒に使用する場合はご注意ください。

⚠ 注意 バンドのお取り扱いについて（着脱時の注意）

●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。

⚠ 警告 電池の取り扱いについて

●幼児の手が届かないところに置いてください。
誤って電池を飲み込んだ場合にはただちに医師に相談して治療を受けてください。

⚠ 注意 電池交換について

●電池寿命切れの時計をそのままにしておきますと、漏液等により故障の原因となることがあります。早めに電池交換してください。
●電池交換の際は必ず指定電池をご使用ください。

⚠ 注意 時計は常に清潔に

●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。
●かぶれやすい体質の人や体調によっては、皮膚にかゆみやかぶれを生じることがあります。異常を感じたら、ただちに使用を中止してすぐに医師に相談してください。
かぶれの原因は
1. 金属、皮革アレルギー
2. 時計本体およびバンドに発生したサビ、汚れ、付着した汗などです。

●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ご使用ください。
●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。

＜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。
●皮革バンドは乾いた布で、汚れを取ってください。
●金属／プラスチック／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取り除いてください。
※溶剤類（シンナー・ベンジンなど）の使用は、変質の恐れがありますのでお避けください。

ナチュライト付きの場合
・「ナチュライト」は、放射線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蓄光性の物質を使用した夜光塗料です。ナチュライトは、太陽光や室内照明などの光を蓄え、暗い所で発光します。
ただし、蓄えた光を放出させるため、時間の経過と共に少しずつ明るさ（輝度）は落ちていきます。また、光を蓄えるときの光の明るさや光源からの距離、光の照射時間などによって発光する時間に誤差が生じます。光が充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。

＜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。

＜温度について＞
●0℃～+55℃から外れた温度下では機能が低下したり、停止することがあります。
●常温（+5℃～+35℃）から外れた温度下で長時間放置すると電池が漏液したり、電池寿命が短くなったりすることがありますのでご注意ください。

＜磁器について＞
磁石には近づけないでください。磁気健康器具（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・バックの止め具、携帯電話のイヤホン部など、磁気に近づけると時刻が狂います。この場合は磁気から離して時刻修正をし直してください。

＜静電気について＞
クオーツウオッチに使われているICは静電気に弱い性質を持っています。テレビ画面などの強い静電気を受けると表示が狂うこと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及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・接着剤等）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。薬品類には充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。

＜保管について＞
長期間ご使用にならない時は、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。また、電池寿命切れの電池を入れたまま長時間放置しますと、電池の漏液により機械部品が損傷する場合がありますので、ご注意ください。

⚠ WARNING Water resistance

・Upgraded water-resistance for daily use (to 5 atmospheres) means that the watch may be worn while swimming, but is not to worn while skin diving.
・Upgraded water-resistance for daily use (to 10/20 atmospheres) means that the watch may be worn while skin diving, but not while scuba or saturated diving using helium gas.

Water Resistance:
・Refer to the watch dial and the case back for the indication of the water resistance of your watch. The chart provides examples of use for reference to ensure that your watch is used properly. (The unit “bar” is roughly equal to 1 atmosphere.)

⚠ CAUTION

・Do NOT operate the button when the watch is wet. Water may penetrate into the watch, causing deterioration of water resistance.
・The durability of a leather band may be affected when wet, owing to the properties of the material. In the case of a watch of upgraded water resistance for daily use that is frequently used in water, fading, peeling of adhesive or other problems may occur. It is therefore recommended to use another type of band (metal or rubber watchband).
・If a watch of upgraded water resistance for daily use is immersed in sea water or subjected to excessive perspiration, thoroughly rinse with fresh water and wipe completely dry with a soft cloth.
・If water enters the watch or the watch fogs up and does not clear up even after a long time, consult your dealer or Citizen Consumer help desk, your nearest Customer Support Center for inspection and/or repair.
・If seawater enters the watch, place the watch in a box or plastic bag and immediately take it in for repair. Otherwise, pressure inside the watch will increase, and parts (crystal, crown, buttons, etc.) may come off.

⚠ CAUTION When Wearing your Watch

・Be particularly careful when wearing your watch while holding a small child, to avoid injury.
・Be particularly careful when engaged in strenuous exercise or work, to avoid injury to yourself and others.
・Do NOT wear your watch while in a sauna or other location where your watch may become excessively hot, since there is the risk of burns.
・The rubber(urethane) band may be stained by dyes or soil present in or on clothing or other accessories. Since these stains may not be able to be removed, caution is required when wearing your watch with articles that tend to easily transfer color (articles of clothing, purses, etc.).

⚠ CAUTION Handling the Band (Putting on and Taking off Band)

・Be careful when putting on and taking off your watch, since there is the risk of damaging your fingernails, depending on the manner in which the band is fastened.

⚠ WARNING Handling of Battery

・Keep the battery out of the reach of small children.
・In the event a battery is swallowed, immediately consult a physician.

⚠ CAUTION Battery Replacement

・If a depleted battery is left in your watch, damage may be caused by leakage of battery fluid. Be sure to replace the battery promptly.
・Always be sure to select a battery of the correct specifications when replacing the battery.

⚠ CAUTION Always Keep your Watch Clean

・The case and band of the watch come into direct contact with the skin in the same manner as undergarments. Corrosion of the metal or unnoticed soiling such as that caused by perspiration and dirt can soil sleeves and other portions of clothing.
Keep your watch clean at all times.
・Wearing this watch may cause itching or rash if you have sensitive skin or certain physical conditions. If you think there is something wrong, discontinue wearing the watch immediately and consult your physician.
Possible causes of rashes include:
1. Allergy to certain metals or leather
2. Rust, dirt or perspiration present on the watch's body or band
・Leather bands may become discolored by perspiration or dirt. Always keep your leather band clean by wiping with a dry cloth.
・Do NOT wear the band too tightly. Try to leave enough space between the band and your skin to allow adequate ventilation.

<Caring for your Watch>
・Wipe any dirt or moisture such as perspiration from the case and crystal with a soft cloth.
・Remove any dirt from a leather band with a dry cloth.
・For a metallic, plastic or rubber watchband, wash any dirt off with water. Remove the small amounts of dirt trapped between the crevices of the metallic band with a soft brush.
・Do NOT use solvents (such as paint thinner or benzene) for cleaning, since they may mar the surface of the band.

When equipped with Natural Light
・“Natural Light” uses luminous paint that emits no hazardous radiation at all, and is not harmful to human beings or to the environment. It emits light stored during exposure to daylight or artificial light.
・However, the brightness of the light will diminish as the watch remains in darkness. In addition, depending on the brightness of the daytime light source and the distance between the watch and the light source, the length of time the watch emits light will vary.
・Note that if the light stored in the watch is insufficient, the watch may not emit much light or will lose brightness quickly.

<Temperature>
・The function of the watch may be impaired or the watch may even stop if the ambient temperature is outside the range of 0℃ to +55℃.
・If the watch is left for an extended period under temperatures outside the normal range (+5℃ to +35℃), fluid may leak from the battery, resulting in considerable shortening of battery life.

<Magnetism>
・Do NOT allow the watch to come into close proximity to magnets. If the watch is used near a magnetic health device (magnetic necklace, magnetic elastic band, etc.) or the magnets used in the latches of refrigerator doors, earphone of a mobile phone, and so forth, it will not keep time accurately. If this should happen, move the watch away from the magnet and reset it to the correct time.

<Static Electricity>
・The integrated circuits used in the watch are sensitive to static electricity. If exposed to intense static electricity, the watch's display may become incorrect.

<Strong Shock>
・Avoid dropping the watch or subjecting it to other strong impact.

<Chemicals, Corrosive Gasses and Mercury>
・If paint thinner, benzene or other solvents or products containing these solvents (including gasoline, nail-polish remover, cresol, bathroom cleaners and adhesives) are allowed to come into contact with the watch, they may discolor, dissolve or crack the materials. Be careful when handling these chemicals. Contact with mercury such as that used in thermometers may also cause discoloration of the band and case.

<Storage>
・If you will not be using your watch for an extended period of time, carefully wipe off any perspiration, dirt or moisture and store in a proper location, avoiding locations subject to excessively high or low temperatures and high humidity. Do NOT leave a depleted battery in the watch for a long time. Be sure to replace it with new one. If battery fluid leaks out, it is likely to damage the watch.