 © 2026 CASIO COMPUTER CO., LTD. 版次：2026 年 7 月

# 手錶 使用手冊 5757

CASIO

## 目錄


### 關於本手錶

- 一般指南
- 在各功能間瀏覽
- 移動指針
- 在昏暗的環境中檢視錶面

### 時間校正

- 調整現在時間設定

### 秒錶

- 測量經過時間

### 指針和日期指示器對正

- 校正指針與日期指示器對正

### 規格

### 疑難排解

### 注意事項

- 操作須知
- 用戶維護保養
- 電池的更換

# 關於本手錶

本節將提供手錶概述，並介紹其便利的使用方式。

**手錶功能**

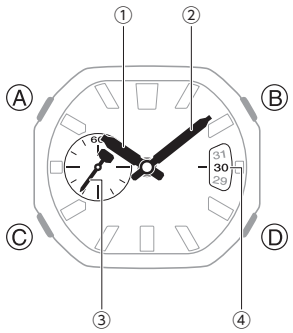
- 秒錶

  以一秒為增加單位，測量最長 30 分鐘的經過時間。

**註**

- 本使用手冊所包含的圖例主要用於輔助說明。圖例可能會與其所代表的項目稍有不同。

## 一般指南




① 時針

② 分針

③ 秒針

④ 日期指示器

**A 按鈕**

在「計時功能」中按住此按鈕至少兩秒會顯示設定畫面。

在顯示任何設定畫面時按下此按鈕會離開設定畫面。

**B 按鈕**

按下以開啟照明。

在任一設定畫面顯示時按下此按鈕會變更設定。

**C 按鈕**

每按一次即可在手錶的各種功能間循環切換。在任何功能中，按住此按鈕至少一秒即可返回「計時功能」。

**D 按鈕**

在任一設定畫面顯示時按下此按鈕會變更設定。

**重要！**

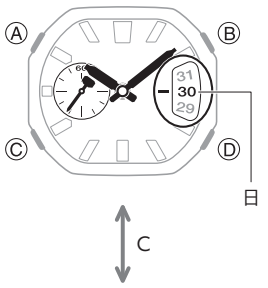
- 此手錶的分針設計通常是以磁力固定到位。
  因此，衝擊或震動可能導致分針震盪。分針也可能會因衝擊、震動或強烈的磁性而暫時移位。不過，它會在幾分鐘內回到正常位置。

## 在各功能間瀏覽

每按一次（C）即可在手錶的各種功能間循環切換。

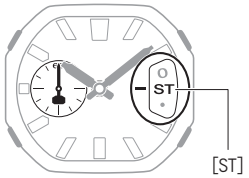
- 按住（C）至少一秒即可進入「計時功能」。
- 當您進入「秒錶功能」時，日期視窗會先顯示功能名稱。

計時功能




C

秒錶功能




**● 秒針休眠**

在「計時功能」中按住（D）至少三秒。秒針會停在 30 秒的位置，以降低電池耗電量。

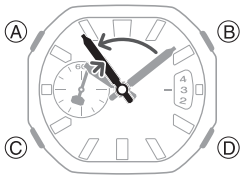
電池壽命（新電池）
啟用「秒針休眠」：約 5 年
停用「秒針休眠」：約 2 年

若要取消秒針休眠，再次按住（D）至少三秒。

## 移動指針

在「秒錶功能」中，您可以暫時移動指針，以便檢視測量值。

1. 按住（B）的同時，按下（C）。
   - 這會移動類比指針，以方便檢視顯示資訊。




2. 再次按住（B）的同時，按下（C），或是按下（C）變更功能。這會將指針返回到其正常計時狀態。

**註**

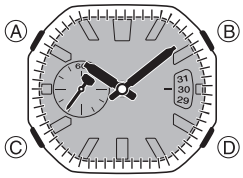
- 如果您讓手錶的指針移動，而且大約一小時內沒有執行任何操作，則指針會自動恢復為正常計時狀態。

## 在昏暗的環境中檢視錶面

手錶具備 LED 燈，開啟此燈即可在昏暗的環境中讀錶。

**● 開啟照明**

按下（B）以開啟照明。




- 當指針以高速移動時，照明會停用。
- 開啟或關閉時，燈可能會有閃爍情形。

# 時間校正

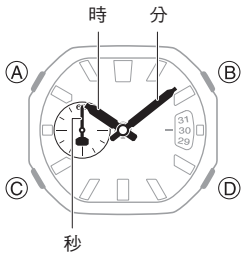
使用本章節的程序來調整日期和時間設定。



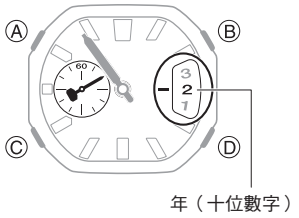
## 調整現在時間設定

使用本章節的程序來調整日期和時間設定。

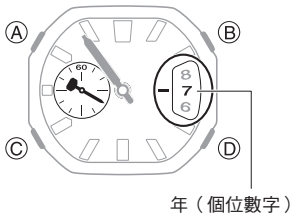
1. 進入「計時功能」。
   在各功能間瀏覽
2. 按住（A）至少兩秒。
   這會使秒針移至 0 秒位置。
   放開按鈕後，秒針會指向 0 秒位置（代表上午時間）或是 30 秒位置（代表下午時間）。
   此動作會啟用小時與分鐘的設定操作。



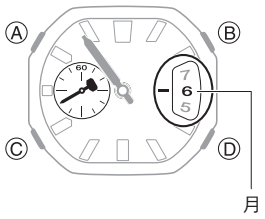

3. 使用（B）和（D）設定小時與分鐘。
   - 秒針會指向 0 秒位置（代表上午時間）或是 30 秒位置（代表下午時間）。請務必設定正確的上午/下午時間。
   - 按住（B）或（D）即可快速捲動設定。
4. 按下（C）。
   這樣您就可以設定年份的十位數字。
5. 使用（B）和（D）設定年份的十位數字。



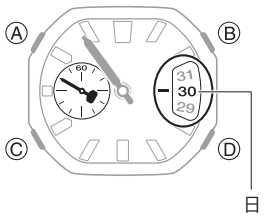

6. 按下（C）。
   這樣您就可以設定年份的個位數字。
7. 使用（B）和（D）設定年份的個位數字。




8. 按下（C）。
   如此一來，即可啟用月份設定操作。
9. 使用（B）和（D）設定月份。




10. 按下（C）。
    如此一來，即可啟用日期設定操作。
11. 使用（B）和（D）設定日期。




12. 聽到時間訊號時，按下（A）。

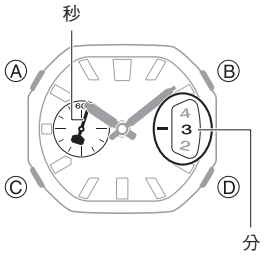
## 秒錶

以一秒為增加單位，測量最長 30 分鐘的經過時間。



### 測量經過時間

1. 進入「秒錶功能」。
   在各功能間瀏覽
2. 使用下列操作方式來測量經過時間。




Ⓓ 開始
↓
Ⓓ 停止
↓
Ⓓ 恢復
↓
Ⓓ 停止

3. 按下（A）將測量時間全部歸零。

**註**

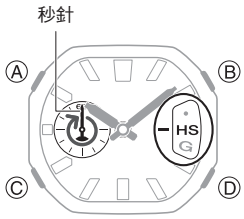
- 即使日期視窗正在從日期變更為[ST]，您也可以依照步驟 1 的指示開始計時。
- 若要在進行或暫停秒錶測量時返回「計時功能」，請按住（C）至少一秒。按下即可將秒錶全部重設歸零。

## 指針和日期指示器對正

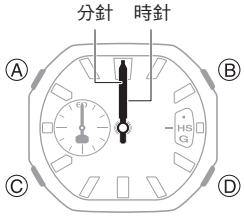
強烈的磁性或撞擊可能會導致指針和/或日期指示器失準。如果發生此情形，請將指針和日期指示器校準。

### 校正指針與日期指示器對正

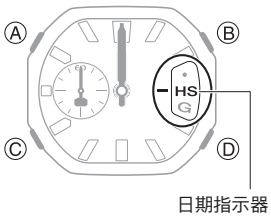
1. 進入「計時功能」。
   在各功能間瀏覽
2. 按住（A）至少五秒。秒針轉完一整圈後，請放開按鈕。
   如此一來可調整秒針對正。




3. 使用（B）和（D）將秒針對齊至 0 秒位置。
4. 按下（C）。
   如此一來，即可調整時針和分針對正。




5. 使用（B）和（D）將時針與分針對齊至 12 點鐘位置。
6. 按下（C）。
   如此一來可調整日期指示器校準。




7. 使用（B）和（D）將[HS]於日期視窗中置中。
8. 按下（A）。

**註**

- 進行設定時，若兩或三分鐘內沒有進行操作，手錶將自動離開設定操作。

## 規格

**正常溫度下的精準度：**

每個月 ±15 秒

**計時功能：**

時、分（指針以 20 秒的間隔移動）、秒、日（2000 到 2099 年全自動日曆）

**秒錶：**

測量單位：1 秒鐘
測量範圍：30 分鐘
測量功能：經過時間

**其他：**

LED 燈（殘照機能）
秒針休眠
　將秒針停在 30 秒位置。
指針移動

**電源供應：**

CR1025 x 1
電池的額定電壓：3V
電池壽命：約 2 年
條件:
　照明：1 次（1.5 秒）/日

規格若有變更，恕不另行通知。

# 疑難排解

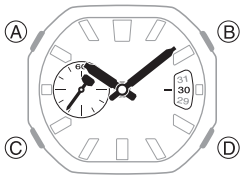
## 指針移動及其代表的含意

**Q1** 我不知道手錶正在使用什麼功能。

按住（C）至少一秒即可進入「計時功能」。

進入「計時功能」時，時針和分針會稍微偏離目前時間。

在各功能間瀏覽




**Q2** 為何指針快速移動時我無法執行任何按鈕操作？

手錶設定變更等動作後，按鈕操作會在指針快速移動時停用，除了功能瀏覽按鈕之外。等待指針停止移動之後，再執行按鈕操作。

**Q3** 指針和/或日期指示器未正確對正。

強烈的磁性或撞擊可能會導致指針和/或指示器失準。將指針和/或日期指示器校正至正確位置。

指針和日期指示器對正

**Q4** 時間設定正確，但是日期指示卻顯示在兩天之間。

日期指示器未正確對正。將日期指示器校正至對正。

指針和日期指示器對正

## 其他

**Q1** 我在這裡找不到所需的資訊。

請造訪以下網站。

https://world.casio.com/support/

# 注意事項

## 操作須知

### ● 防水

- 下述資訊適用於在後蓋上刻印有 WATER RESIST 或 WATER RESISTANT 字樣的手錶。

**在日常使用的環境下防水**

| 刻印在手錶正面或後蓋上 | 沒有 BAR 標記 |
|---|---|

日常使用例

| | |
|---|---|
| 洗手，下雨 | 可 |
| 接觸水的工作，游泳 | 不可 |
| 帆板運動 | 不可 |
| 徒手潛水 | 不可 |

**在日常使用環境下的加強防水**
**5 個大氣壓**

| 刻印在手錶正面或後蓋上 | 5BAR |
|---|---|

日常使用例

| | |
|---|---|
| 洗手，下雨 | 可 |
| 接觸水的工作，游泳 | 可 |
| 帆板運動 | 不可 |
| 徒手潛水 | 不可 |

**10 個大氣壓**

| 刻印在手錶正面或後蓋上 | 10BAR |
|---|---|

日常使用例

| | |
|---|---|
| 洗手，下雨 | 可 |
| 接觸水的工作，游泳 | 可 |
| 帆板運動 | 可 |
| 徒手潛水 | 可 |

**20 個大氣壓**

| 刻印在手錶正面或後蓋上 | 20BAR |
|---|---|

日常使用例

| | |
|---|---|
| 洗手，下雨 | 可 |
| 接觸水的工作，游泳 | 可 |
| 帆板運動 | 可 |
| 徒手潛水 | 可 |

- 本錶不可用於水肺潛水或其他需要空氣罐的潛水。
- 後蓋上未刻印有 WATER RESIST 或 WATER RESISTANT 字樣的手錶不能防汗。請避免在會大量出汗或水汽多的地方，以及會濺上水的環境下使用此種手錶。
- 即使手錶防水，仍請注意下述使用須知。這些使用方法會減弱防水效能並使玻璃起霧。
  - 手錶浸在水中或被打濕時不要操作錶冠或按鈕。
  - 請避免在浴室內戴著手錶。
  - 不要在溫水游泳池、桑拿、或任何其他高溫/高濕的環境中佩戴手錶。
  - 不要在洗手或洗臉時，做家務時或進行任何其他使用肥皂或洗滌劑的工作時佩戴手錶。
- 在浸過海水後，請用清水沖洗掉手錶上的所有鹽份及髒物。
- 為保持防水性能，請定期更換手錶的墊圈（約每兩年或三年一次）。
- 在更換電池時，訓練有素的技術人員會檢查手錶的防水性能。電池的更換需要專用工具。必須將電池的更換作業委託給您的經銷商或卡西歐特約服務中心。
- 有些防水手錶配的錶帶為時尚的皮革錶帶。請避免戴著手錶游泳、洗澡或進行任何其他會使皮革錶帶直接接觸水的活動。
- 驟然降溫時手錶玻璃的內表面有可能會起霧。若霧很快消散，則表示沒有問題。驟然和極度的溫度變化（如在夏天進入空調房並站在空調出風口的附近，或冬天在有暖氣的室內並讓手錶接觸雪）會使手錶起霧，並且需要很長時間才能消散。若霧不消散或手錶內結露了，則請立即停止使用本錶，將手錶送去您的經銷商或卡西歐特約服務中心修理。
- 本防水手錶通過了國際標準組織規定的測試。

### ● 錶帶

- 把錶帶繫得過緊可能會使您出汗，並使空氣不易在錶帶下流通，此種情況可能會導致皮膚發炎。因此不要把錶帶繫得過緊。錶帶與手腕之間應有能插入一個手指的空間。
- 磨損、生鏽及其他情況都可能會使錶帶斷裂或脫離手錶，並使錶帶上的栓錯位或掉落。這有造成手錶從手腕上掉落並丟失，或造成人身傷害的危險。錶帶必須用心保養並保持乾淨。
- 若出現下列任何一種情況，請立即停止使用錶帶：錶帶失去彈性，錶帶有裂紋，錶帶褪色，錶帶鬆弛，錶帶的連接栓錯位或掉落，或任何其他異常。請將手錶送到您的經銷商處或卡西歐服務中心進行檢查和修理（有償服務）或更換錶帶（有償服務）。

### ● 溫度

- 切勿將手錶放在汽車的儀表板上、加熱器附近或任何其他會產生高溫的地方。亦不要將手錶放在溫度極低的地方。溫度極端會使手錶的時間失準、停止或發生其他故障。

### ● 衝擊

- 本錶在設計上能承受日常生活中及籃球、網球等非劇烈運動中的衝擊。但讓手錶掉落或使其受到強烈的衝擊可能會使其發生故障。請注意，防震設計的手錶（G-SHOCK、BABY-G、G-MS）能在鏈鋸作業中，其他會產生強震動的活動中，或劇烈體育運動（越野摩托車賽等）中佩戴使用。

### ● 磁力

- 指針及混合式（指針 - 數字）手錶由使用磁力的電動機驅動指針。當這種手錶在會發射強磁場的裝置（揚聲器、磁項鏈、手機等）附近時，計時可能會被這種磁力減速、加速或停止，導致指示時間的不準。
- 應避免受到非常強的磁場（從醫療裝置等發出的）的影響，因為非常強的磁場會使手錶發生故障，並損壞電子部件。

### ● 靜電

- 極強的靜電會使手錶表示錯誤的時間。非常強的靜電甚至會損壞電子部件。

### ● 化學品

- 不要讓手錶接觸稀釋劑、汽油、溶劑、植物油或動物油，或任何清潔劑、粘合劑、塗料、藥品或含有這些成分的化妝品。否則會使樹脂錶殼、樹脂錶帶、皮革及其他部件變色或損壞。

### ● 保管

- 打算長期不使用手錶時，應徹底擦去其上髒物、汗水及水汽，並將其保管在陰涼、乾燥的地方。

### ● 樹脂部件

- 當手錶上沾有水時長時間與其他物品接觸，或與其他物品存放在一起，會使樹脂部件上的顏色轉染到其他物品上，或使其他物品的顏色轉染到手錶的樹脂部件上。因此，在保管之前必須確認手錶已完全乾燥，保管時不要與其他物品接觸。
- 讓手錶長時間曝露在直射陽光（紫外線）下，或長期未從手錶上清除去髒物，會使手錶變色。
- 因某些環境因素（強烈的外力，持續的磨擦、撞擊等）引起的磨擦會使塗漆部件褪色。
- 若錶帶上有印刷字，印刷區的強烈磨擦可能會使字褪色。
- 讓手錶長期處于潮濕狀態會使螢光褪色。打濕後請盡快擦乾手錶。
- 半透明的樹脂部件可能會因汗水及髒物、長期高溫高濕等而變色。
- 手錶的日常使用或長期保管會使樹脂部件劣化、斷裂或彎曲。這種損壞的程度依使用條件或保管條件而不同。

### ● 皮革錶帶

- 當手錶上沾有水時長時間與其他物品接觸，或與其他物品存放在一起，會使皮革錶帶的顏色轉染到其他物品上，或使其他物品的顏色轉染到手錶的皮革錶帶上。因此，在保管之前必須確認手錶已用軟布完全擦乾，保管時不要與其他物品接觸。
- 讓皮革錶帶長時間曝露在直射陽光（紫外線）下，或長期未從皮革錶帶上清除去髒物，會使其變色。

  **注意：**
  皮革錶帶長期受到摩擦或粘有髒物會使顏色轉染或褪色。

### ● 金屬部件

- 即使部件是不鏽鋼或電鍍的，未從金屬部件上除去髒物仍會使其生鏽。若金屬部件沾有汗或水，請用一塊吸水的軟布徹底擦乾，然後將手錶存放在通風良好的地方晾乾。
- 請使用一個軟牙刷或類似的工具，蘸水與中性清潔劑的稀釋溶液或肥皂液刷洗金屬。然後，用水沖洗，洗去所有殘留的清潔劑並用吸水的軟布擦乾。刷洗金屬部件時，請用保鮮膜包住錶殼，以避免讓其接觸到清潔劑或肥皂。

### ● 防細菌及防氣味錶帶

- 防細菌及防氣味錶帶能防止細菌從汗水中形成並產生異味，保證錶帶狀態良好及衛生。為確保最佳的防細菌及防氣味性能，應保持錶帶清潔。請使用吸水的軟布徹底擦去錶帶上的髒物、汗水及濕氣。防細菌及防氣味錶帶能抑制有機體及細菌的形成。但本錶不能防止因過敏反應等而引起的皮疹。

請注意，卡西歐計算機公司（CASIO Computer Co., Ltd.）對於用戶本人或任何第三方因使用本錶或因其發生故障而引起的任何損害或損失一律不負任何責任。

## 用戶維護保養

### ● 手錶的保護

請記住，佩戴手錶時其直接與皮膚接觸，就像衣服一樣。為確保本錶以其設計的水準運轉，要經常用軟布進行擦拭，以保持手錶和錶帶清潔，不會粘著髒物、汗水、水及其他異物。

- 每當本錶沾上海水或泥時，請用清水沖洗乾淨。
- 對於有金屬部件的金屬錶帶或樹脂錶帶，請使用一個軟牙刷或類似的工具，蘸水與中性清潔劑的稀釋溶液或肥皂液刷洗錶帶。然後，用水沖洗，洗去所有殘留的清潔劑並用吸水的軟布擦乾。刷洗錶帶時，請用保鮮膜包住錶殼，以避免讓其接觸到清潔劑或肥皂。
- 對於樹脂錶帶，請用水刷洗後用軟布擦乾。請注意，樹脂錶帶的表面上有時可能會出現像污跡一樣的圖案。這對皮膚或衣服沒有任何影響。用布擦拭就可以擦去。
- 請用軟布擦去皮革錶帶上的水或汗水。
- 不操作手錶的錶冠、按鈕或旋轉刻盤會使其以後出現操作問題。定期轉動錶冠及旋轉刻盤、按按鈕可保持其正常的可操作性。

### ● 手錶保護不周時的危險

**生鏽**

- 雖然本錶使用的金屬鋼能高度防鏽，但在變髒後若不清潔其仍會生鏽。
  - 手錶上的髒物使氧氣接觸到金屬，破壞金屬表面上的防氧化層，導致手錶生鏽。
- 鏽可使金屬部件上出現棱角，並使錶帶上的栓錯位或掉落。發現任何異常時應立即停止使用本錶，並將其送至您的經銷商或卡西歐特約服務中心處。
- 即使金屬表面看上去乾淨，裂縫中的汗水及灰塵仍會弄髒衣袖，使皮膚發炎，甚至干擾手錶的性能。

**過早變舊**

- 不擦去樹脂錶帶或刻盤上的汗或水，或將手錶存放在濕度高的地方，會使手錶過早變舊、裂開或斷裂。

**皮膚發炎**

- 皮膚敏感的人或身體狀態不佳時佩戴手錶，有可能會引起皮膚發炎。這類人士尤其要保持皮革錶帶或樹脂錶帶的清潔。若發生皮疹或其他皮膚炎症，請立即取下手錶並向皮膚專家諮詢。

## 電池的更換

- 電池的更換作業最好委託給您的經銷商或卡西歐特約服務中心。
- 祇能用“規格”中指定的種類的電池進行更換。使用不同種類的電池會使手錶發生故障。
- 更換電池時，還應要求作業人員檢查防水性能。
- 在通常的日常使用過程中，裝飾性的樹脂部件會逐漸變舊、破裂或彎曲。請注意，手錶需要更換電池時，若其發現有損壞或任何其他異常，手錶將顯示對異常現象的說明，而不會提示送往服務中心。

### ● 原裝電池

- 購買時本錶中的原裝電池是在工廠中測試功能及性能用的。
- 測試用電池可能會很快耗盡，比在“規格”中註明的通常的電池壽命短。請注意，即使是在本手錶的保修期內，此電池的更換亦為有償服務。

### ● 電池電力不足

- 很大的計時誤差、畫面昏暗或畫面空白都表示電池的電力不足。
- 電池電力不足時繼續使用有可能會導致故障。請盡快更換電池。