

6A32

BSB6A32-A0705

セイコーウォッチ株式会社 <http://www.seiko-watch.co.jp/>

お客様相談窓口(全国フリーダイヤル)0120-612-911(下記の最寄地に着信いたします)

お客様相談室

東京 〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町 2-1-10

大阪 〒550-0013 大阪市西区新町 1-4-24 大阪四ツ橋新町ビルディング 8階

SEIKO

取扱説明書

INSTRUCTIONS AUTO CALENDAR

J

この度は弊社製品をお買い上げいただき、
誠にありがとうございました。
ご使用前にこの説明書をよくお読みの上
正しくご愛用くださいますよう、お願い申し上げます。
なお、この説明書はお手元に保管し必要に応じてご覧ください。

※ お買い求めの際の金属バンドの調整は
お買い上げ店・弊社お客様相談窓口
(裏表紙に記載)にて承っておりますが、
その他のお店では有料もしくはお取扱い
いただけない場合があります。

※ 保証期間内でも電池交換は
有料となります。
お買い上げの時計には検査用のモニター
電池が入っています。所定の年数よりも
早めに電池が切れることがあります。



警告

取扱いを誤った場合に、重傷を負うなどの重大な結果になる危険性が想定されることを示します。



時計から電池を取り出さないでください



乳幼児の手の届くところに時計本体や部品を置かないでください

電池や部品を乳幼児が飲み込んでしまうおそれがあります。万一飲み込んだ場合は、身体に害があるため、ただちに医師とご相談ください。



次のような場合、ご使用を中止してください

- 時計本体やバンドが腐食等により鋭利になった場合
- バンドのピンが飛び出してきた場合

※ すぐに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口（裏表紙に記載）にご相談ください

2



注意

取扱いを誤った場合に、軽傷を負う危険性や物質的損害をこうむることが想定されることを示します。



以下の場所での携帯・保管は避けてください

- 揮発性の薬品が発散しているところ（除光液などの化粧品・防虫剤・シンナーなど）
 - 5℃～35℃から外れる温度に長期間なるところ ○ 高湿度なところ
 - 磁気や静電気の影響があるところ ○ ホコリの多いところ ○ 強い振動のあるところ
- ※ 電池が切れた状態で長時間放置しないでください。電池が漏液するおそれがあります。



アレルギーやかぶれを起こした場合

ただちに時計の使用をやめ、皮膚科など専門医に相談してください。



その他のご注意

- 提げ時計やペンダント時計のひもやチェーンが衣類や手・首などを傷つけるおそれがありますのでご注意ください。
- 商品への分解・改造はしないでください。
- 乳幼児に時計が触れないようにご注意ください。ケガやアレルギーをひき起こすおそれがあります。

3

目次

製品の特長	5
ご使用になる前に	6
操作について	
各部の名称とはたらき	8
時刻の合わせかた	10
カレンダー（年・月・日付）の合わせかた	12
ご注意いただきたいこと	
アフターサービスについて	18
保証について	20
お手入れについて	22
防水性能について	24
耐磁性能について（磁気の影響）	28
バンドについて	30
特殊な中留の使い方について	32
使用電池・電池寿命・精度について	38
ルミブライトについて	39
こんなときには	40

4

製品の特長

この時計は、うるう年を含めた大の月、小の月を判別し、自動的に月末の日付を修正するフルオートカレンダー機能を搭載した時計です。
 2031年12月31日までのカレンダーを修正する必要がありません。
 2032年以降もP.16の年確認表を用いて、カレンダーを修正することで、2100年2月28日までうるう年、月末の日付修正なしでお使い頂けます。

○フルオートカレンダー機能

うるう年を含めた大の月、小の月を判別し、自動的に月末の日付を修正します。2月29日までである年が、うるう年です。

5

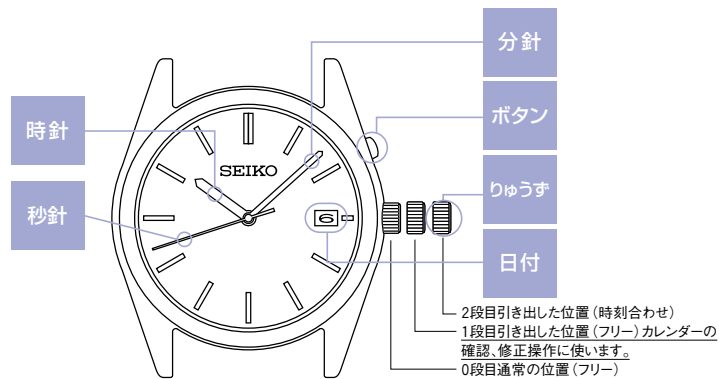
ご使用になる前に

この時計は、内部にカレンダー（年、月、日付）を記憶しており、月末の日付（うるう年を含め、小の月の日付）修正を自動的に行い、以降お客様がその度に修正される必要が無いようになっています。ご使用になる前に、現在時刻に合わせてからご使用ください。「時刻の合わせかた」の項をご参照ください。

6

操作について

各部の名称とはたらき

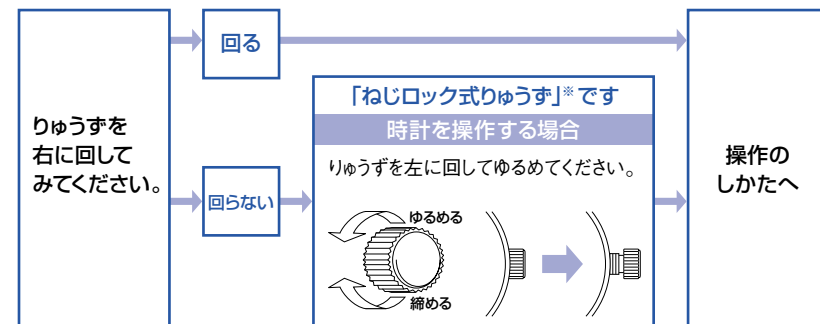


ご注意

この時計は、りゅうず1段目、および2段目の引き出し状態で放置しないでください。（電池寿命が短くなります。）

8

りゅうずをご確認ください



※ りゅうずが誤って引き出される事を防止するため、時計本体にねじ止めできるりゅうずです。

- 時計の操作後は必ずりゅうずを押し付けながら右に回して元通りに締めてください。
- りゅうずを締める時、回しにくい場合は元に戻してからやり直してください。
- 無理に締めますとねじを壊す恐れがあります。

9

時刻の合わせかた

- 通常は、工場出荷時点でカレンダー（年・月・日付）が正しく設定されていますので、お客様はカレンダー（年・月・日付）を改めて設定される必要がありませんが、万一、日付が正しく表示されない場合は、「カレンダー（年・月・日付）の合わせかた」をご参照ください。
- 日付は、時刻に連動しており、時計の運針状態、りゅうず操作による時刻合わせのどちらでも24時間に1度切り替わります。日にちをまたいで時刻を進めると日付も進み、時刻を戻すと日付も戻ります。
 - ・時計の運針状態では、午前0時前後（午後11時00分～午前1時00分の間）で日付が切り替わります。
 - ・りゅうず操作による時刻合わせで、時刻を進める場合と戻す場合では日付の切り替わり時刻が異なりますが、午後9時から翌日午前3時の間で切り替わります。その後、通常運針では、通常の午前0時前後（午後11時30分～午前0時30分の間）で日付が切り替わります。

10

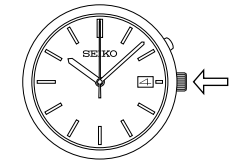
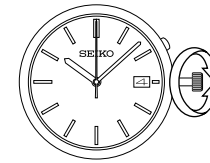
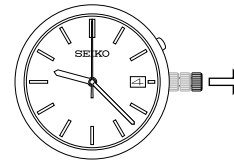
秒針が12時の位置で、りゅうずを2段目まで引き出します。



りゅうずを回して時刻を合わせます。正確に合わせるために分針を正しい時刻より4～5分進めてから逆に戻して合わせてください。



時報と同時にりゅうずを押し込みます。



ご注意

ねじロック式りゅうずのモデルは、必ずりゅうずを元通りに締めてください。

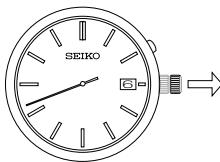
○時刻合わせは電話の時報サービス[te117]が便利です。

11

カレンダー（年・月・日付）の合わせかた

- りゅうず、ボタン操作により、年・月・日の設定ができます。
- 時刻表示が午後11時から午前1時の間（日送り時間帯）に以下の操作を行うと翌日になっても日付が変わらない恐れがあります。この時間外に針を動かしてから日付け合わせを行ってください。

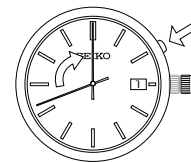
1.りゅうずを1段目に引き出します。



12

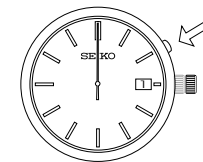
2.ボタンを2秒押し続けます。秒針が12時位置、カレンダーが「1」に停止します。

・秒針停止位置が12時位置でなかった場合秒針を12時位置に修正します。りゅうずを右に回すと1秒進み、左に回すと1秒戻ります。



3.ボタンを1回押します。カレンダーが上下に動き、「1」に停止します。

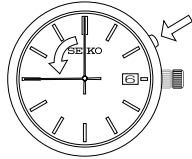
・カレンダー表示が「1」でなかった場合カレンダーを「1」に合うように調整します。りゅうずを素早く、右に2回以上回すことで進み方向、左に2回以上回すことで戻る方向にカレンダーを早送りすることができます。止めるときは逆方向にりゅうずを回してください。また、りゅうずを一回、回すことでカレンダーの微調整が可能となっています。



13

4. ボタンを1回押します。
秒針が9時位置に停止し、
カレンダーが現在設定されて
いる「日付」に停止します。

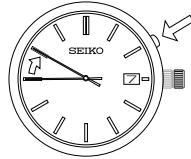
・「日付」が違っていた場合
カレンダーを「日付」に合うように調整します。
りゅうずを右に回すことで進み方向、左に回
すことで戻る方向にカレンダーを動かすこと
ができます。また、2回以上素早く回すことで
早送りすることが可能です。止めるときには
逆方向にりゅうずを回してください。



14

5. ボタンを1回押します。
秒針が10時位置に停止し、
カレンダーが現在設定されている「月」
に停止します。

・「月」が違っていた場合
カレンダーを「月」に合うように調整します。
りゅうずを右に回すことで進み方向、左に回すこと
で戻る方向にカレンダーを動かすことができます。また、
2回以上素早く回すことで早送りすることが可能です。
止めるときには逆方向にりゅうずを回してください。こ
こでは、カレンダーは1～12の間で駆動するようにな
っています。



6. ボタンを1回押します。
秒針が11時位置に停止し、
カレンダーが現在設定されている「年」
に停止します。

・「年」が違っていた場合
カレンダーを「年」に合うように調整します。
(2032年以降はP.16の年確認表を用いて対応する「年」
に合わせてください。)
りゅうずを右に回すことで進み方向、左に回すことで
戻る方向にカレンダーを動かすことができます。また、2回
以上素早く回すことで早送りすることが可能です。止
めるときには逆方向にりゅうずを回してください。



7. りゅうずを押し込むことにより、
針は現在時刻、カレンダーは日
付に復帰します。



15

年確認表

カレンダー表示	うるう年から	西暦	西暦	西暦	西暦
4	うるう年	—	2032	2060	2088
5	1年	2005	2033	2061	2089
6	2年	2006	2034	2062	2090
7	3年	2007	2035	2063	2091
8	うるう年	2008	2036	2064	2092
9	1年	2009	2037	2065	2093
10	2年	2010	2038	2066	2094
11	3年	2011	2039	2067	2095
12	うるう年	2012	2040	2068	2096
13	1年	2013	2041	2069	2097
14	2年	2014	2042	2070	2098
15	3年	2015	2043	2071	2099
16	うるう年	2016	2044	2072	
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	
28	うるう年	2028	2056	2084	
29	1年	2029	2057	2085	
30	2年	2030	2058	2086	
31	3年	2031	2059	2087	

16

ご注意ください

アフターサービスについて

修理用部品について

- この時計の修理用部品の保有期間は通常7年を基準としています。
- 修理の際、一部代替部品を使用させていただくことがありますのでご了承ください。

電池交換について

- 電池交換はお買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご依頼ください。
(交換の際に電池の回収をおこなっております。)
その際防水性能を維持するためパッキン交換をご依頼ください。
- 電池交換は保証期間内でも有料となります。
- 10気圧防水以上の時計は、防水検査をご依頼ください。
防水検査は日数を要しますので期間をご確認ください。
- 電池交換してもすぐ止る場合はオーバーホールが必要です。

18

分解掃除による点検調整(オーバーホール)について

時計は精密機械です。部品の油切れや磨耗により止まり遅れが生じることがあります。その際にはオーバーホールをご依頼ください。オーバーホールの際にはパッキンやばね棒の交換もご依頼ください。

保証と修理について

- 修理やオーバーホールの際は、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口にご相談ください。
- 保証期間内の場合は必ず保証書を添えてください。
- 保証内容は保証書に記載したとおりです。よくお読みいただき大切に保管してください。

19

保証について

取扱説明書にそった正常な使用により、お買い上げ後1年以内に不具合が生じた場合には、下記の保証規定によって無料で修理・調整いたします。

保証の対象部分

- 時計本体(ムーブメント・ケース)及び金属バンドです。

保証の適用除外(保証期間内あるいは保証対象部分であっても、次のような場合には有料になります)

- 電池交換及び皮革・ウレタン・布等のバンドの交換
- 事故または不適切な取扱いによって生じた故障および損傷
- ご使用中に生じるキズ・汚れ等
- 火災・水害・地震等の天災地変による故障及び損傷
- 保証書記載項目の全てが記入された保証書のみが有効です。
故意に字句を書き換えた場合は規定の無償修理は受けられません。

20

保証は、保証書に明示した期間・条件のもとにおいて、無料修理をお約束するものです。これによりお客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証書は日本国内のみ有効です。

保証を受ける手続き

- 保証対象の不具合が生じた場合は、時計と別紙保証書をご持参の上、お買い上げ店にご依頼ください。
- お買い上げ店の保証が受けられない場合には、「セイコーウオッチ株式会社 お客様相談窓口」に保証書を添えてご依頼ください。

その他

- 修理のとき、ムーブメントを交換させていただいたり、ケース・文字板・針・ガラス・バンドなどに、一部代替部品を使用させていただくこともありますので、ご了承ください。ご使用部品の保有期間は本取扱説明書(P.18)をご参照ください。
- 金属バンド等の調整は、お買い上げ店または弊社お客様相談窓口にご依頼ください。上記以外の販売店での調整は有料になります。

21

お手入れについて

日頃からこまめにお手入れしてください

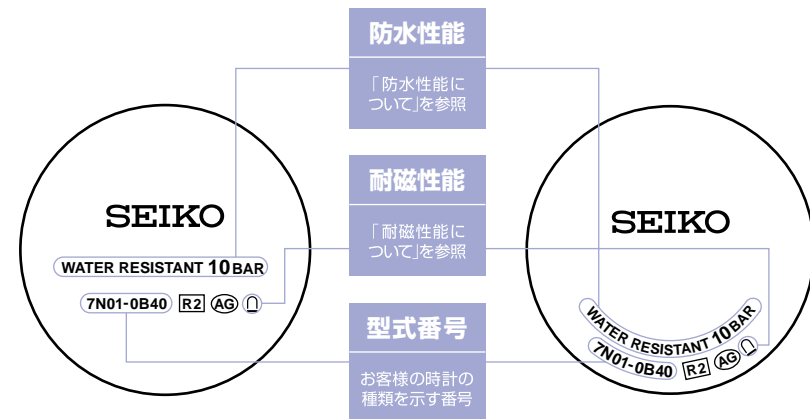
- 水分や汗、汚れはこまめに柔らかい布で拭き取るように心掛けてください。
- すきま(金属バンド、りゅうず周り、裏ぶた周りなど)の汚れは柔らかい歯ブラシが有効です。
- 海水に浸けた後は、必ず真水でよく洗ってから拭き取ってください。
その際、直接蛇口から水をかけることは避け、容器に水をためるなどしてから洗ってください。

りゅうずは時々回してください

- りゅうずの錆び付きを防止するために、時々りゅうずを回してください。
- ねじロック式りゅうずの場合も同様です。(りゅうずを引く必要はありません)

22

時計の裏ぶたでも性能と型式の確認ができます



※上記の図は例であり、お買上げいただいた時計とは異なります。

23

防水性能について

お買い上げいただいた時計の防水性能を
下記の表でご確認の上ご使用ください。
(「P.23」をご覧ください)

裏ぶた表示	防水性能
表示なし	非防水です。
WATER RESISTANT	日常生活用防水です。
WATER RESISTANT 5 BAR	日常生活用強化防水で5気圧防水です。
WATER RESISTANT 10(20) BAR	日常生活用強化防水で10(20)気圧防水です。

24



注意

- 防水性能を維持するため、電池交換の際は必ずパッキン交換をご依頼ください。
- また電池交換の際、10気圧防水以上の時計は防水検査をご依頼ください。

お取扱方法

水滴がかかったり、汗を多くかく場合には、使用しないでください。

日常生活での「水がかかる」程度の環境であれば使用できます。 **警告** 水泳には使用しないでください。

水泳などのスポーツに使用できます。

空気ポンペを使用しないスキンドIVINGに使用できます。

25

警告



この時計はスキューバダイビングや飽和潜水には絶対に使用しないでください

BAR (気圧) 表示防水時計はスキューバダイビングや飽和潜水用の時計に必要とされる苛酷な環境を想定した様々な厳しい検査を行っていません。専用のダイバーズウォッチをご使用ください。

注意

※ 万一、ガラス内面にくもりや水滴が発生し、長時間消えない場合は防水不良です。お早めに、お買い上げ店・弊社お客様相談窓口 (裏表紙に記載) にご相談ください。



水分のついたまま、りゅうずやボタンを操作しないでください

時計内部に水分が入ることがあります。

注意



水や汗、汚れが付着したままにしておくのは避けてください

防水時計でもガラスの接着面・パッキンの劣化や、ステンレスが錆びることにより、防水不良になる恐れがあります。



入浴やサウナの際はご使用を避けてください

蒸気や石けん、温泉の成分などが防水性能の劣化を早めてしまうからです。



直接蛇口から水をかけることは避けてください

水道水は非常に水圧が高く、日常生活用強化防水の時計でも防水不良になる恐れがあります。

耐磁性能について (磁気の影響)

アナログクォーツ時計は、身近にある磁気の影響を受け、時刻が狂ったり止まったりします。

※磁気により時刻が狂っても、遠ざければ正常に動きます。時刻を合わせ直してお使いください。

裏ぶた表示	お取扱方法
表示なし	磁気製品より10cm以上遠ざける必要があります。
	磁気製品より5cm以上遠ざける必要があります。 (JIS水準1種)
	磁気製品より1cm以上遠ざける必要があります。 (JIS水準2種)

時計に影響を及ぼす身の周りの磁気製品例



携帯電話 (スピーカー部)

磁気健康バンド



バッグ (磁石の止め金)

磁気ネックレス



交流電気かみそり

磁気健康マット



携帯ラジオ (スピーカー部)

磁気健康枕

電磁調理器

など

アナログクォーツ時計が磁気の影響を受ける理由

内蔵されているモーターは磁石を使用しており、外からの強い磁力で互いに影響し合い、モーターを止めたり、無理に回転させてしまうためです。

バンドについて

バンドは直接肌に触れ、汗やほこりで汚れます。そのため、手入れが悪いとバンドが早く傷んだり、肌のかぶれ・そで口の汚れなどの原因になります。長くお使いになるためには、こまめなお手入れが必要です。

金属バンド

- ステンレスバンドも水・汗・汚れをそのままにしておくとさび易くなります。
- 手入れが悪いとかぶれやワイシャツの袖口が黄色や金色に汚れる原因になります。
- 水や汗・汚れは、早めに柔らかな布で取り除いてください。
- バンドのすき間の汚れは、水で洗い、柔らかな歯ブラシ等で取り除いてください。
(時計本体は水にぬれないように台所用ラップなどで保護しておきましょう)

皮革バンド

- 水や汗、直射日光には弱く、色落ちや劣化の原因になります。
- 水がかかった時や汗をかいた後は、すぐに乾いた布などで吸い取るように軽く拭いてください。
- 直接日光にあたる場所に放置しないでください。
- 色味の薄いバンドは、汚れが目立ちやすいので、ご使用の際はご注意ください。

30

- 時計本体が日常生活強化防水(10気圧防水)になっているものでも、アクアフリーバンド以外の皮革バンドは、入浴中や水泳、水仕事などでのご使用はお控えください。

ポリウレタンバンド

- 光で色が褪せたり、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。
- 特に半透明や、白色、淡色のバンドは、他の色を吸着し易く、また変色をおこします。
- 汚れたら水で洗い、乾いた布で良く拭き取ってください。
(時計本体は水にぬれないように台所用ラップなどで保護しておきましょう)
- 弾力性がなくなり、ひび割れを生じたら取り替え時期です。

かぶれやアレルギーについて

バンドによるかぶれは、金属や皮革が原因となるアレルギー反応や、汚れもしくはバンドとのすれなど不快感が原因となる場合など、いろいろな発生原因があります。

バンドサイズの目安について

バンドは多少余裕をもたせ通気性をよくしてご使用ください。時計をつけた状態で、指一本入る程度が適当です。



31

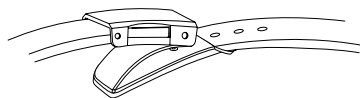
特殊な中留の使い方について

皮革バンド、および、メタルバンドの一部に特殊な中留を用いたものがございます。お買い上げの時計の中留が下記のいずれかに当てはまる場合は、各々の操作方法をご覧ください。

- Ⓐ 三つ折れ中留 (皮革バンド専用) Ⓑ ワンプッシュ三つ折れ中留 (皮革バンド、メタルバンド)



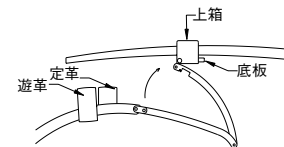
- Ⓒ ワンプッシュ三つ折れ中留 (皮革バンド専用)



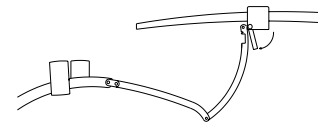
32

Ⓐ 三つ折れ中留 (皮革バンド専用) の使い方

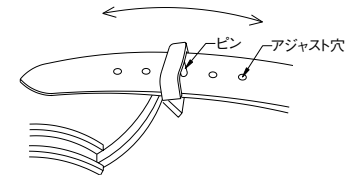
- 1) バンドを定革、遊革から抜いて、中留を開きます。



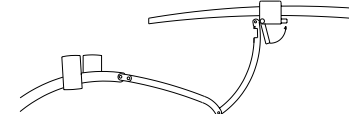
- 2) 上箱の底板を下に開きます。



- 3) ピンをバンドのアジャスト穴から外し、バンドを左右にスライドさせて適切な長さのところでピンをアジャスト穴にもう一度入れます。



- 4) 底板を閉めます。
(底板を押し込みすぎないようにしてください。)



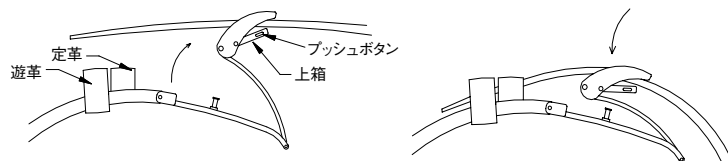
※中留を装着するときは、バンドの剣先(先端)を定・遊革に入れてから、中留をしっかり留めてください。

33

B ワンプッシュ三つ折れ中留 (皮革バンド、メタルバンド) の使い方

① 時計の着脱方法

- 1) 両方のプッシュボタンを押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。
- 2) バンドの剣先 (先端) を定革・遊革に入れてから、上箱の上面位置をしっかり押さえ留めます。

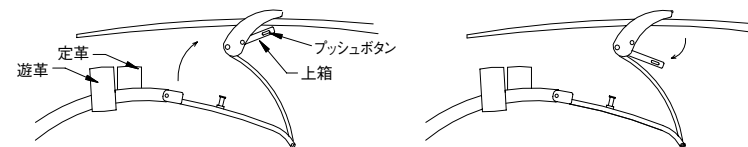


※メタルバンドの場合は、定革がない場合がございます。

34

② バンドの長さ調整方法

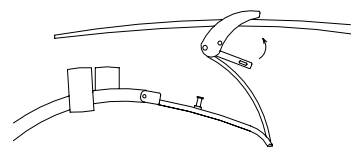
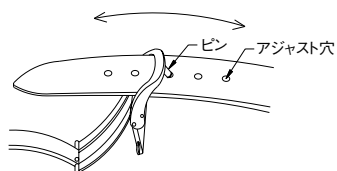
- 1) 両方のプッシュボタンを押しながらバンドを定革・遊革から抜いて、中留を開きます。
- 2) もう一度プッシュボタンを上箱を下に開きます。



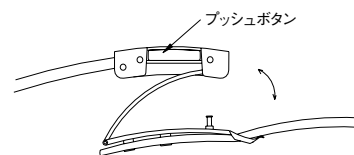
35

C ワンプッシュ三つ折れ中留 (皮革バンド専用) の使い方

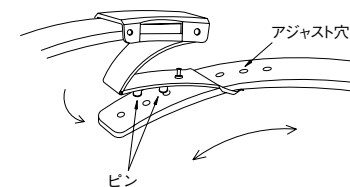
- 3) ピンをバンドのアジャスト穴から外し、バンドを左右にスライドさせて適切な長さのところでピンをアジャスト穴に入れます。
- 4) プッシュボタンを押しながら上箱を開めます。



- 1) プッシュボタンを押しながら中留を開きます。



- 2) バンドのアジャスト穴をピンから外し、バンドを左右にスライドさせて適切な長さのところでピンをアジャスト穴にもう一度入れプッシュボタンを押しながら中留をしっかり抑え留めます。



36

37

使用電池・電池寿命・精度について

機種は裏ぶたでご確認いただけます。
 (「お手入れについて」をご覧ください)

機種	型式番号の前4桁 (例:6A32-00H0)	使用電池 SB-	電池 寿命	精度 (平均 月差)
6A32		AP	約4年	±20秒

- 上記の電池寿命は新しく電池を入れたときのものです。
- お買い上げ時の電池は検査用のモニター電池ですので、上記期間より早く切れる事があります。
- 秒針が2秒おきに動くのは、電池が切れる合図です。この場合でも時刻は正常です。
- 精度は常温(5℃~35℃)において腕につけた場合のものです。
- 作動温度範囲は-5℃~+50℃です。

38

ルミブライトについて

【お買い上げの時計がルミブライトつきの場合】

ルミブライトは、放射能等の有害物質を全く含んでいない、環境・人に安全な蓄光(蓄えた光を放出する)物質です。

ルミブライトは、太陽光や照明器具の明かりを短時間(10分間:500ルクス以上)で吸収して蓄え、暗い中で長時間(約3~5時間)光を放つ夜光です。なお、蓄えた光を発光させていますので、輝度(明るさ)は時間が経つに従ってだんだん弱まってきます。また、光を蓄える際のまわりの明るさや時計との距離、光の吸収度合いにより、光を放つ時間には多少の誤差が生ずることがあります。

〈照度データ〉(目安値)

- ①太陽光 [晴天] 100,000ルクス [曇天] 10,000ルクス
- ②屋内(昼間窓際) [晴天] 3,000ルクス以上 [曇天] 1,000~3,000ルクス
[雨天] 1,000ルクス以下
- ③照明(白色蛍光灯40Wの下で) [1m] 1,000ルクス
[3m] 500ルクス(通常室内レベル)
[4m] 250ルクス

39

こんなときには

現象	考えられる原因	このようにしてください
時計が止まった	電池の容量がなくなった。	電池交換をお買い上げ店にご依頼ください。
秒針が2秒遅針している。	電池寿命切れが近づいた。	
時計が一時的に進む/遅れる	暑いところ、または、寒いところへ放置した。	常温に戻れば元の精度に戻ります。時刻を合わせ直してください。この時計は気温5℃~35℃で腕につけたときに安定した時間精度が得られるように調整してあります。
	磁気を発生するもののそばに置いた。	磁気を遠ざけると、元の精度に戻ります。時刻を合わせ直してください。元に戻らない場合には、お買い上げ店にご相談ください。
	落としたり強くぶつけたりまたは激しいスポーツをした。強い振動が加えられた。	時刻を合わせ直してください。元に戻らない場合には、お買い上げ店にご相談ください。
ガラスのくもりが消えない	パッキンの劣化などにより時計内部に水分が入った	お買い上げ店にご相談ください。
日中、日付が切り替る	時刻合わせが12時間ずれている	12時間、針を進めて時刻を合わせ直してください。

※その他の現象は、お買い上げ店にご相談ください。

40

41

Thank you very much for choosing a SEIKO watch.
For proper and safe use of your SEIKO watch,
please read carefully the instructions
in this booklet before using.

Keep this manual handy for easy reference.

※Length adjustment service for metallic bands is available at the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER (listed on the back cover). The service may also be available on a chargeable basis at other retailers, however, some retailers may not undertake the service.

※Battery replacement is at cost even within the guarantee period.

The battery in the watch at the time of purchase is a monitor battery inserted in the watch at the factory for performance checks. Therefore, the battery may run down earlier than the specified period.

WARNING

To indicate the risks of serious consequences such as severe injuries unless the following safety regulations are strictly observed.



Do not remove the battery from the watch.



Keep the watch and accessories out of the reach of babies and children.

Care should be taken to prevent a baby or a child accidentally swallowing the battery or accessories.
If a baby or child swallows the battery or accessories, immediately consult a doctor, as it will be harmful to the health of the baby or child.



Immediately stop wearing the watch in following cases.

- If the watch body or band becomes edged by corrosion etc.
- If the pins protrude from the band.

※Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER (listed on the back cover).

CAUTIONS

To indicate the risks of light injuries or material damages unless the following safety regulations are strictly observed.



Avoid the following places for wearing or keeping the watch.

- Places where volatile agents (cosmetics such as polish remover, bug repellent, thinners etc.) are vaporizing
- Places where the temperature drops below 5 °C or rises above 35 °C for a long time
- Places of high humidity
- Places affected by strong magnetism or static electricity
- Dusty places Places affected by strong vibrations

※ Do not leave a dead battery within the watch for a long time as leakage might occur.



If you observe any allergic symptoms or skin irritation

Stop wearing the watch immediately and consult a specialist such as a dermatologist or an allergist



Other cautions

- Note that there is a risk of damaging your clothes, hand or neck with the band, cord or chain of the pocket watch or pendant watch.
- Do not disassemble or tamper with the watch.
- Keep the watch out of the reach of babies and children. Extra care should be taken to avoid risks of any injury or allergic rash or itching that may be caused when they touch the watch.

CONTENTS

Features	47
Before using the watch	48

HOW TO USE

Names of the parts	50
How to set the time	52
Time setting	53
How to adjust the calendar (the year, month, date)	54

TO PRESERVE THE QUALITY OF YOUR WATCH

After-sale service	60
Guarantee	62
Daily care	64
Water resistance	66
Magnetic resistance	70
Band	72
Special clasps	74
Battery/Battery life/Accuracy	80
Lumibrite	81
Troubleshooting	82

46

Features

This watch features a full auto calendar that automatically adjusts for odd and even months including February of leap years up to December 31, 2031.

After 2032, see the "Year table" to confirm the actual year corresponding to the number displayed.

• Fullauto calendar function

Identifying the number of days in each month including February of leap years, the calendar adjusts itself at the end of the month.

* The leap year refers to the year that has an extra day on February 29.

47

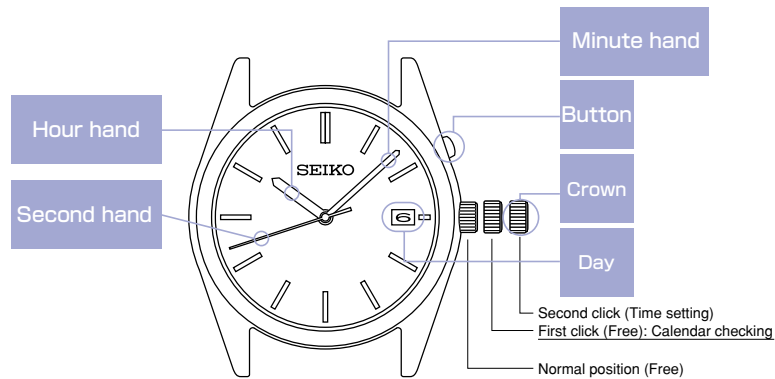
Before using the watch

- This watch stores in its built-in memory such calendar data as the current year, month and date. Once set, therefore, the calendar automatically adjusts for odd and even months including February of leap years, eliminating the need of date setting at the end of each month.
- Before using the watch, set the correct time, referring to "How to set the time".

48

HOW TO USE

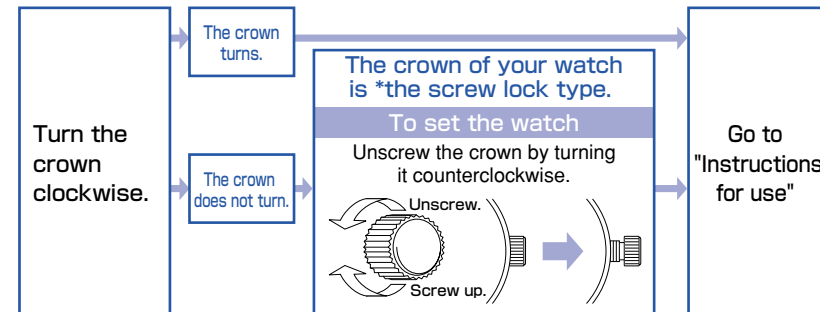
Names of the parts



*Do not leave the crown at the first or second click when you use the watch, as this will shorten the battery life.

50

Check the type of the crown of your watch



※This type of crown can be screwed into the watch body to avoid being pulled out by mistake.

- After completing all settings of the watch, screw the crown in again by turning it clockwise while pressing it.
- If the crown turns out to be too stiff to be screwed up, turn the crown counterclockwise once and then give another try.
- Do not screw it in by force as it may damage the slots of the crown.

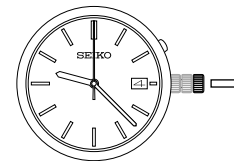
51

How to set the time

- The calendar data, namely, the current year, month and date, are pre-recorded at the factory, and it is not necessary to adjust the calendar. In case the calendar indication is not correct, check the calendar referring to "How to adjust the calendar".
- The date changes correspondingly with the time. It changes once in 24 hours or can be changed manually by turning the hour hand two full circles. The date advances or returns by one day by advancing or turning back the hour hand past the 12 o'clock marker, respectively.
- The date changes between 11:00 p.m. and 1:00 a.m. while the watch is in operation.
- When the date is changed manually by turning the crown, it changes between 9:00 p.m. and 3:00 a.m. Once the desired date is set, however, the date changes properly between 11:30 p.m. and 12:30 a.m. while the watch is in operation.

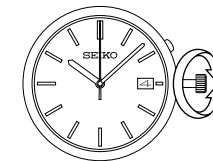
52

Pull out the crown to the second click when the second hand is at the 12 o'clock position.



Turn the crown to set the time.

In order to set the time accurately, turn the minute hand 4 to 5 minutes ahead and then return it to the correct time.



Push the crown back in to its normal position simultaneously with a time signal.



Note

For models with a screw lock type crown, always screw the crown up again after setting the time

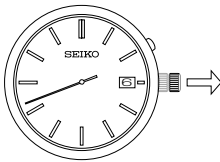
- The telephone time signal service (Tel. 117) is convenient for setting the time.

53

How to adjust the calendar (the year, month, date)

- The current year, month, date can be adjusted by operating crown and button.
- Do not adjust the calendar between 11:00 p.m. and 1:00 a.m. If the calendar is adjusted between 11:00 p.m., and 1:00 a.m., the date may not change properly. In such case, first change the time to any time outside this period, and then set the date.

1. Pull out the crown to first click.

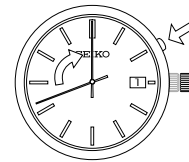


54

2. Press the button for 2 seconds.

The second hand will move and stop at the 12 o'clock position. The numeral in the calendar frame will automatically move and stop to show "1."

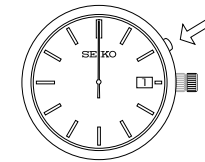
- If the second hand is not set at the 12 o'clock position, turn the crown clockwise or counterclockwise to set the second hand to the 12 o'clock position. The second hand advances or moves back in 1-second increments when the crown is turned until it clicks.



3. Press the button once.

The numeral in the calendar frame will swing and stop (the numeral remains as "1").

- If the numeral is not set to "1," turn the crown clockwise or counterclockwise until "1" appears in the calendar frame, and place "1" in the middle of the frame by turning the crown slowly.

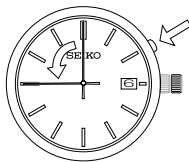


55

4. Press the button once.

The second hand will move back and stop at the 9 o'clock position. The numeral in the calendar frame will return to the current date.

- If the numeral in the calendar frame does not return to the current date, turn the crown clockwise or counterclockwise to set the numeral to the current date. If the crown is turned continuously, the numeral moves quickly. To stop the numeral, turn the crown in the reverse direction until it clicks once.

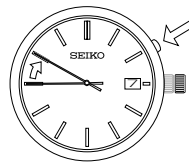


56

5. Press the button once.

The second hand will advance and stop at the 10 o'clock position. The current month will be shown in the calendar frame.

- If the current month is not shown in the calendar frame, turn the crown clockwise or counterclockwise to set the numeral to the current month (the numeral changes between 1 and 12).



6. Press the button once.

The second hand will advance and stop at the 11 o'clock position. The last 1 or 2 digits of the current year will be shown in the calendar frame.

- If the current year is not shown in the calendar frame, turn the crown clockwise or counterclockwise until the last 1 or 2 digits of the current year are shown. See the year table to confirm the last 1 or 2 digits of the current year.



7. Push back in to the normal position.

The watch will resume normal movement (the watch hands will show the current time again). The numeral in the calendar frame will return to the current date.



57

Year table

Number displayed corresponding to the year	Number of years since the last leap year	Year	Year	Year	Year
4	leap year	—	2032	2060	2088
5	1 year	2005	2033	2061	2089
6	2 year	2006	2034	2062	2090
7	3 year	2007	2035	2063	2091
8	4 year(leap year)	2008	2036	2064	2092
9	1 year	2009	2037	2065	2093
10	2 year	2010	2038	2066	2094
11	3 year	2011	2039	2067	2095
12	4 year(leap year)	2012	2040	2068	2096
13	1 year	2013	2041	2069	2097
14	2 year	2014	2042	2070	2098
15	3 year	2015	2043	2071	2099
16	4 year(leap year)	2016	2044	2072	
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮	
28	4 year(leap year)	2028	2056	2084	
29	1 year	2029	2057	2085	
30	2 year	2030	2058	2086	
31	3 year	2031	2059	2087	

58

TO PRESERVE THE QUALITY OF YOUR WATCH

After-sale service

Repair parts

- The repair parts of this watch will be retained usually for 7 years.
- Some alternative parts may be used for repair if necessary.

Battery replacement

- Contact the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER to have the battery replaced with a new one. It is recommended to exchange the gasket at the same time to maintain the water resistant performance.
- Battery replacement will be at cost even within the guarantee period.
- For a water resistant watch with 10 BAR or above, a water resistant performance check is also recommended. Please note that it may take some days to conduct the check.
- If the watch runs down on a new battery, it requires an overhaul.

60

Notes on overhaul

The watch is a precision device. If the parts run short of the oil or get worn out, the watch may stop its operation or lose time. In such a case, have the watch overhauled. Be sure to have the gasket and push-pin replaced with new ones when overhauling the watch.

Notes on guarantee and repair

- Contact the retailer the watch was purchased from or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER for repair or overhaul.
- Within the guarantee period, present the certificate of guarantee to receive repair services.
- Guarantee coverage is provided in the certificate of guarantee. Read carefully and retain it.

61

Guarantee

Within one year from the date of purchase, we guarantee free repair/adjustment service against any defects according to the following guarantee regulations, provided that the watch was properly used as directed in this instruction booklet.

Guarantee coverage

- The watch body (movement·case) and metallic band.

Exceptions from guarantee

In following cases, repair/adjustment services will be at cost even within the guarantee period or under guarantee coverage.

- Battery replacement and change of leather/urethane/cloth band
- Troubles or damage caused by accidents or improper usage
- Scratches or grime caused by use
- Problems and damage caused by acts of god, natural disasters including fire, floods or earthquakes.
- The certificate of guarantee is valid only if all the necessary items are properly filled in. We will not honor an altered or tampered certificate of guarantee for free repair services.

62

Free repair services are guaranteed only under the period and conditions specified in the certificate of guarantee. It does not affect specific legal rights of a consumer.

The certificate of guarantee is valid only in Japan.

Procedure to claim free repair services

- For any defects under guarantee, submit the watch together with the attached certificate of guarantee to the retailer from whom the watch was purchased.
- If repair services cannot be provided by the retailer from whom the watch was purchased, contact SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. In this case, the attached certificate of guarantee is also needed.

Others

- The case, dial, hands, glass and bracelet, or parts thereof may be repaired with substitutes if the originals are not available. If necessary, movements will be replaced. Refer to the page 60 of this booklet for the retention period of the parts.
- For length adjustment service of a metallic band, ask the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER. Other retailers may undertake the service on a chargeable basis.

63

Daily care

The watch requires good daily care

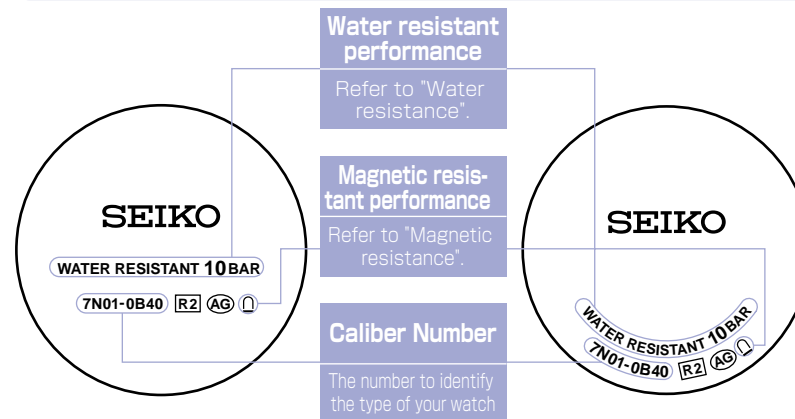
- Wipe away moisture, sweat or dirt with a soft cloth
- To clean the clearances (around the metallic band, crown or case back), a soft toothbrush is convenient.
- After soaking the watch in seawater, be sure to wash the watch in clean pure water and wipe it dry carefully.

Turn the crown from time to time

- In order to prevent corrosion of the crown, turn the crown from time to time.
- The same practice should be applied to a screw lock type crown. (No need to pull out the screw lock type crown.)

64

The case back shows the caliber and performance of your watch



※The figure above is one example. Performance of your watch is different from above sample.

65

Water Resistance

Refer the table below for the description of each degree of water resistant performance of your watch before using.
(Refer to " P.65 ")

Indication on the case back	Water resistant performance
No indication	Non-water resistance
WATER RESISTANT	Water resistance for everyday life
WATER RESISTANT 5 BAR	Water resistance for everyday life at 5 barometric pressures
WATER RESISTANT 10(20) BAR	Water resistance for everyday life at 10(20) barometric pressures.


66

<p>⚠ Cautions</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ In order to maintain the water resistant performance at factory-adjusted level, make sure to replace the gasket when changing the battery. ○ For a water resistant watch with 10 BAR or above, be sure to have the water resistant performance check when changing the battery.
--------------------------	--

Condition of Use	
Avoid drops of water or sweat	
<p>The watch withstands accidental contact with water in everyday life.</p>	<p>⚠ WARNING Not suitable for swimming</p>
<p>The watch is suitable for sports such as swimming.</p>	
<p>The watch is suitable for diving not using an air cylinder.</p>	

67

⚠ WARNING




Do not use the watch in scuba diving or saturation diving.

The various tightened inspections under simulated harsh environment, which are usually required for watches designed for scuba diving or saturation diving, have not been conducted on the water-resistant watch with the BAR (barometric pressure) display. For diving, use special watches for diving.

⚠ CAUTION

※ If the inner surface of the glass is clouded with condensation or water droplets appear inside of the watch for a long time, the water resistant performance of the watch is deteriorated. Immediately consult the retailer from whom the watch was purchased or SEIKO CUSTOMER SERVICE CENTER (listed on the back cover).




Do not turn or pull out the crown when the watch is wet.

Water may get inside of the watch.


68

⚠ CAUTION




Do not leave moisture, sweat and dirt on the watch for a long time.

Be aware of a risk that a water resistant watch may lessen its water resistant performance because of deterioration of the adhesive on the glass or gasket, or the development of rust on stainless steel.



Do not wear the watch while taking a bath or a sauna.

Steam, soap or some components of a hot spring may accelerate the deterioration of water resistant performance of the watch.



Do not pour running water directly from faucet.



The water pressure of tap water from a faucet is high enough to degrade the water resistant performance of a water resistant watch for everyday life.

69

Magnetic resistance (affect of magnetic field)

Affected by nearby magnetism, a quartz watch may temporarily gain or lose time or stop operating.

※This defective condition caused by magnetism will be corrected soon after the watch is removed from the magnetic source. Reset the time once again before using the watch.

Indication on the case back	Condition of use
No indication	Keep the watch more than 10 cm away from magnetic products.
	Keep the watch more than 5 cm away from magnetic products. (JIS level-1 standard)
	Keep the watch more than 1 cm away from magnetic products. (JIS level-2 standard)

70

Examples of common magnetic products that may affect watches



Cellular phone (speaker)



Bag (with magnet buckle)

AC-powered shaver



Portable radio (speaker)



Magnetic cooking device etc

Magnetic health belt

Magnetic necklace

Magnetic health mat

Magnetic health pillow

The reason why analogue quartz watch is affected by magnetism.

It is because the built-in motor of the watch, which harnesses magnetic power and external strong magnetism, affect each other to stop the motor or suppresses the turn of the motor.

71

Band (maintenance procedure)

The band touches the skin directly and becomes dirty with sweat or dust. Therefore, lack of care may accelerate deterioration of the band or cause skin irritation or stain on the sleeve edge. The watch requires a lot of attention for long usage.

Metallic band

- Moisture, sweat or soil will cause rust even on a stainless steel band if they are left for a long time.
- Lack of care may cause a yellowish or gold stain on the lower sleeve edge of shirts.
- Wipe off moisture, sweat or soil with a soft cloth as soon as possible
- To clean the soil around the joint gaps of the band, wipe it out in water and then brush it off with a soft toothbrush.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)

Leather band

- A leather band is susceptible to discoloration and deterioration from moisture, sweat and direct sunlight.
- Wipe off moisture and sweat as soon as possible by gently blotting them up with a dry cloth.
- Do not expose the watch to direct sunlight for a long time.
- Please take care when wearing a watch with light-colored band, as dirt is likely to show up.

72

- Refrain from wearing a leather band watch other than Aqua Free bands while bathing, swimming and when working with water even if the watch itself is water-resistant enforced for daily use (10-BAR water resistant).

Polyurethane band

- A polyurethane band is susceptible to discoloration from light, and may be deteriorated by solvent or atmospheric humidity.
- Especially a translucent, white, or pale colored band easily adsorbs other colors, resulting in color smears or discoloration.
- Wash out dirt in water and clean it off with a dry cloth.
(Protect the watch body from water splashes by wrapping it up in plastic wrap etc.)
- When the band becomes less flexible or cracked, replace the band with a new one.

Notes on skin irritation and allergy

Skin irritation caused by a band has various reasons such as allergy to metals or leathers, or skin reactions against friction on dust or the band itself.

Notes on the length of the band

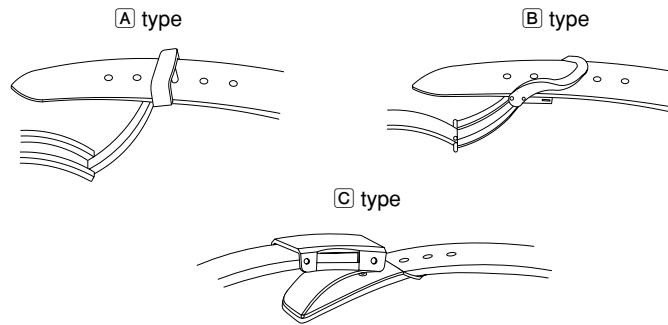
Adjust the band to allow a little clearance with your wrist to ensure proper airflow. When wearing the watch, leave enough room to insert a finger between the band and your wrist.



73

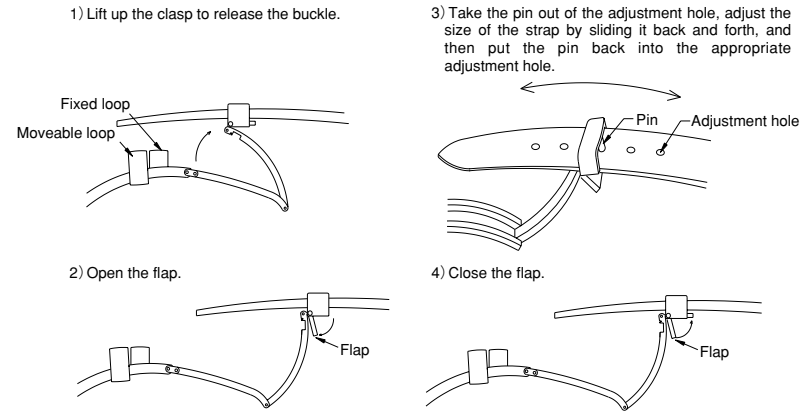
Special Clasps

There are 3 type of special clasps as described below;
If the clasp of the watch you purchased is one of them,
please refer to the indications.



74

A Type

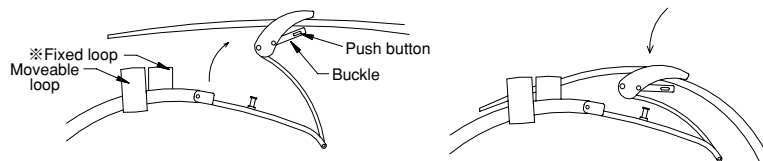


75

B Type

1 How to wear or take off the watch

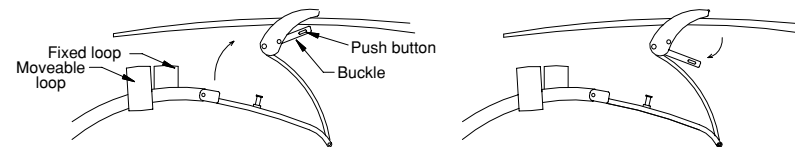
- 1) Press the button on both sides of the buckle ; pull the buckle up. The band will automatically come out of the loop.
- 2) Place the tip of the band into the moveable loop and fixed loop, and fasten the clasp by pressing the frame of the buckle.



76

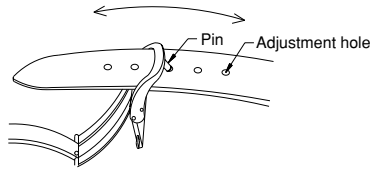
2 How to adjust the length of the leather band

- 1) With pressing buttons on both sides of the buckle, pull the leather band out of the moveable loop and fixed loop. Then open the clasp.
- 2) Press the push buttons again to unfasten the buckle.



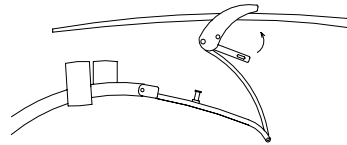
77

3) Pull the pin out of a adjustment hole of the band. Slide the band to adjust its length and find an appropriate hole. Place the pin into the hole.

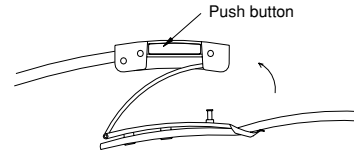


78

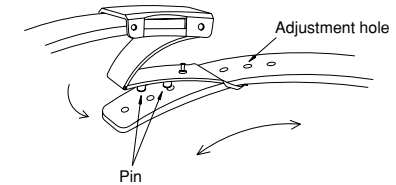
4) Fasten the buckle with pressing the push buttons.



1) Press the button on the buckle, and lift to open the clasp.



2) To adjust : Pull the pins out of the adjustment holes on the band. Slide the band to the appropriate length. Push the pins into the new holes on the band.



79

Battery/Battery life/Accuracy

Battery life and its accuracy vary depending on the type of your watch.
Check the case back of your watch to identify the type of watch.
(Refer to " Daily care ".)

Type of watch (The first four digits of the caliber number of your watch Ex. 6A32-00H0)	Battery SB-	Battery life	Loss/Gain (per month)
6A32	AP	Approx. 4 years	±20 seconds

- The battery life shown above is for a watch with a new battery.
- The battery in the watch at the time of purchase is a monitor battery inserted in the watch at the factory for performance checks, therefore, the battery may run down earlier than the above-specified period.
- When the battery is exhausted, the second hand moves at two-second intervals.
While the small second hand is moving at two-second intervals, the time accuracy is not affected.
- The accuracy is under the condition that the watch is worn on the wrist in a normal temperature range between 5 °C and 35 °C.
- Operational temperature range is -5 °C~+50 °C(23 °F~122 °F)

80

Lumibrite

[If your watch has lumibrite]

LumiBrite is a luminous paint that is completely harmless to human beings and natural environment, containing no noxious materials such as radioactive substance. LumiBrite is a newly-developed luminous paint that absorbs the light energy of the sunlight and lighting apparatus in a short time and stores it to emit light in the dark. For example, if exposed to a light of more than 500 lux for approximately 10 minutes, LumiBrite can emit light for 5 to 8 hours. Please note, however, that, as LumiBrite emits the light it stores, the luminance level of the light decreases gradually over time. The duration of the emitted light may also differ slightly depending on such factors as the brightness of the place where the watch is exposed to light and the distance from the light source to the watch.

<Reference data on the luminance>

(A) Sunlight

[Fine weather]: 100,000 lux [Cloudy weather]: 10,000 lux

(B) Indoor (Window-side during daytime)

[Fine weather]: more than 3,000 lux [Cloudy weather]: 1,000 to 3,000 lux

[Rainy weather]: less than 1,000 lux

(C) Lighting apparatus (40-watt daylight fluorescent light)

[Distance to the watch: 1m]: 1,000 lux

[Distance to the watch: 3m]: 500 lux (average room luminance) [Distance to the watch: 4m]: 250 lux

81

Troubleshooting

Trouble	Possible causes	Solutions
The watch stops operating	The battery has run down.	Have the battery replaced with a new one immediately by the retailer from whom the watch was purchased.
The second hand moves at two second intervals	The battery nears its end.	
The watch temporarily gains or loses time.	The watch has been left or worn in extremely high or low temperatures.	Return the watch to a normal temperature so that it works accurately as usual, and then reset the time. The watch has been adjusted so that it works accurately when it is worn on your wrist under a normal temperature range between 5°C and 35°C.
	The watch has been left close to an object with a strong magnetic field.	Correct this condition by moving and keeping the watch away from the magnetic source. If this action does not correct the condition, contact the retailer from whom the watch was purchased.
	You drop the watch, hit it against a hard surface, or wear it while playing active sports. The watch is exposed to strong vibrations.	Reset the time. If the watch does not return to its normal accuracy after resetting the time, contact the retailer from whom the watch was purchased.
The inner surface of the glass is clouded.	Moisture has entered the watch because the gasket has deteriorated.	Contact the retailer from whom the watch was purchased.
The date changes at 12 o'clock noon.	AM/PM is not properly set.	Advance the hour hands for 12 hours to correctly set the time and date.

※ In the event of any other problem, please contact the retailer from whom the watch was purchased.