

HealthUp APP

穿戴裝置及行動裝置操作說明手冊

內容

壹、如何下載 HealthUp APP	3
貳、iOS 系統手機使用說明	4
一、開啟 iPhone 「健康」 APP	4
二、HealthUp APP 使用說明	5
三、iPhone 手機搭配穿戴裝置說明	6
1.iPhone 手機搭配 Apple Watch 手環必備項目	6
2.iPhone 手機搭配 Garmin 手環必備項目	7
3.iPhone 手機搭配小米手環必備項目	8
參、Android 系統手機使用說明	9
一、確認下載並開啟「Google Fit」APP	9
二、HealthUp APP 使用說明(Android)	10
三、Android 系統手機搭配穿戴裝置說明	11
1.Android 系統搭配 Garmin 手環必備項目	11
2. Android 系統手機搭配小米手環項目	13
肆、如何同步數據.....	14

壹、如何下載 HealthUp APP

一、於公司 EIP→集團 APP 下載區下載或直接掃描下圖 QR Code

[Health up! 精誠 i 健康]

Health up!，讓您輕鬆記錄與儲存運動數據，智慧管理與守護您的健康 立即下載Health up! 讓我們一起動起來，健康up! 活力up!

[Download Health up! APP](#)

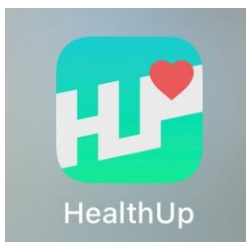
或掃描QR Code下載



掃描QR Code後
擇一點選下載



二、下載後即出現 HealthUp APP icon 如下



貳、iOS 系統手機使用說明

一、開啟 iPhone「健康」APP

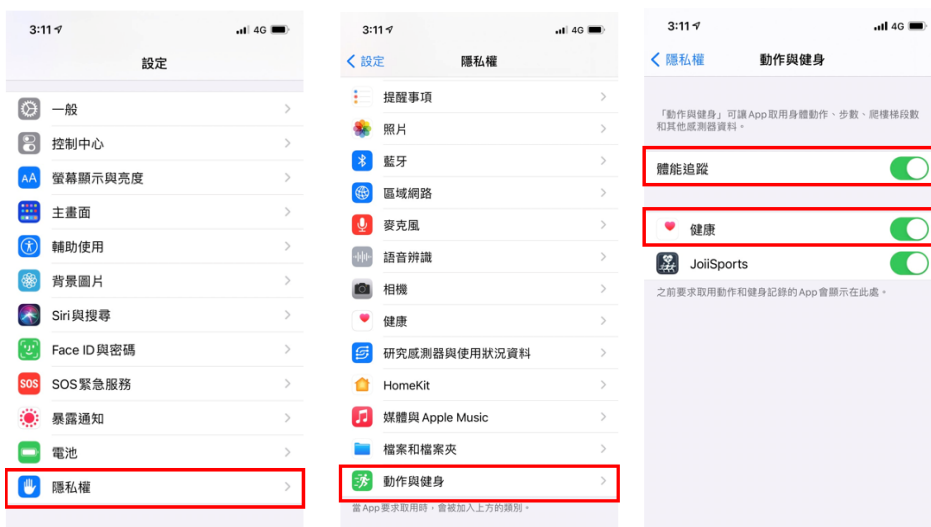
1. 「健康」APP 需在 iOS 11 或更新版本才會有。請至「設定」→「一般」→「關於本機」確認 iOS 版本。



2. 如您的手機已經是 iOS 11 以上卻找不到「健康」APP，由於該 APP 不會被刪除，有可能被放在某個資料夾中，請按住螢幕向下滑，在畫面最上端的搜尋欄中鍵入「健康」，應可在下方應用程式列表中看見「健康」APP。

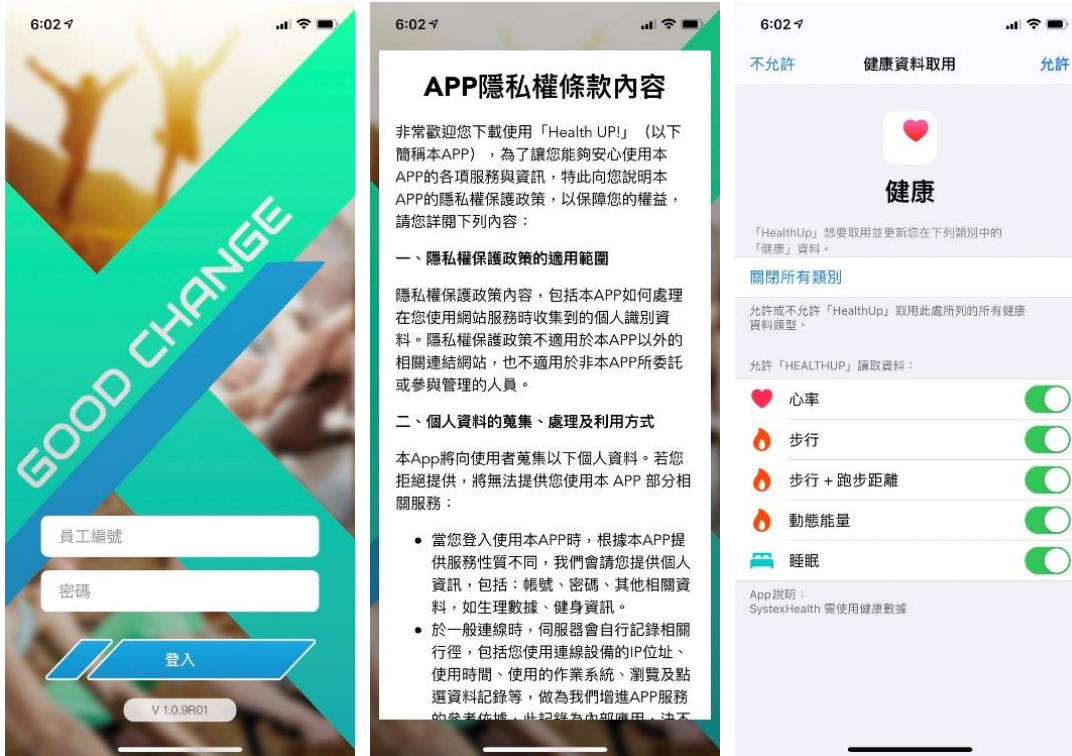


3. 請至「設定」→「隱私權」→「動作與健身」確認開啟資料授權。



二、HealthUp APP 使用說明

1. 開啟 HealthUp APP，使用 EIP 帳密登入。
2. 確認 APP 隱私權條款。
3. 開啟所有類別，並允許健康資料取用(若無允許則相關數據及無法帶入 APP 中計算)。



4. 若原本無允許要改允許方式，導致步數無法帶入 HealthUp APP 時

- (1) 將 APP 刪除重新下載並點選所有項目允許
- (2) 至手機設定→健康→資料權限與裝置→HealthUp→將項目開啟允許



三、iPhone 手機搭配穿戴裝置說明

1.iPhone 手機搭配 APPLE Watch 手環必備項目

確認 APPLE Watch 已連結 iPhone

(1)在 iPhone 上，前往「設定」→「藍牙」，確定藍牙已開啟。

(2)確認 APPLE Watch 已連線。

(3)仍無法連線請至 APPLE 官網（<https://support.apple.com/zh-tw/HT204505>）參閱詳細設定流程



2.iPhone 手機搭配 Garmin 手環必備項目

(1)確認已下載「Garmin Connect Mobile™」APP



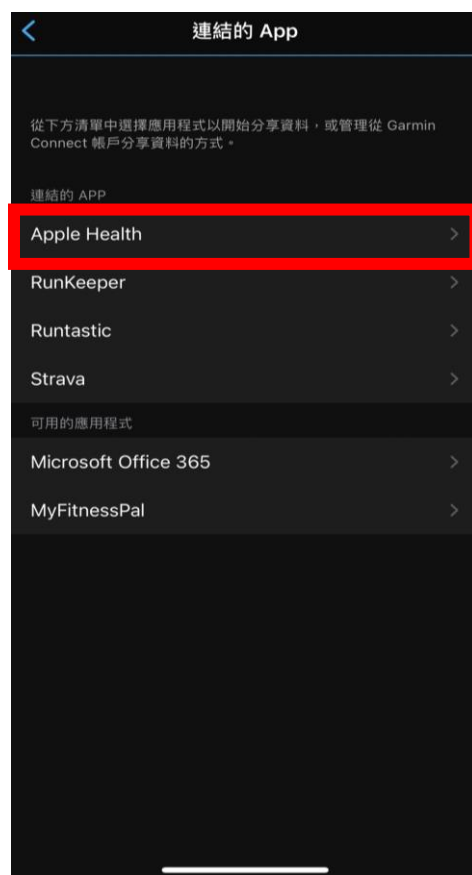
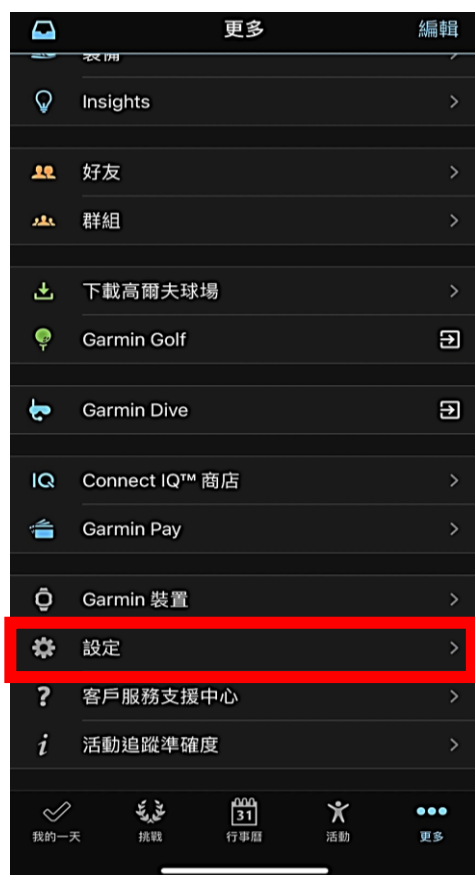
i.確認 Garmin 手環電源開啟。

ii.下載並安裝最新版的「Garmin Connect Mobile™」APP

(2)同步資料至「健康」APP

i.打開「Garmin Connect」APP，點選「更多」→「設定」→「連接的 app」。

ii.點選「連接的 app」確認與「APPLE Health」連結。



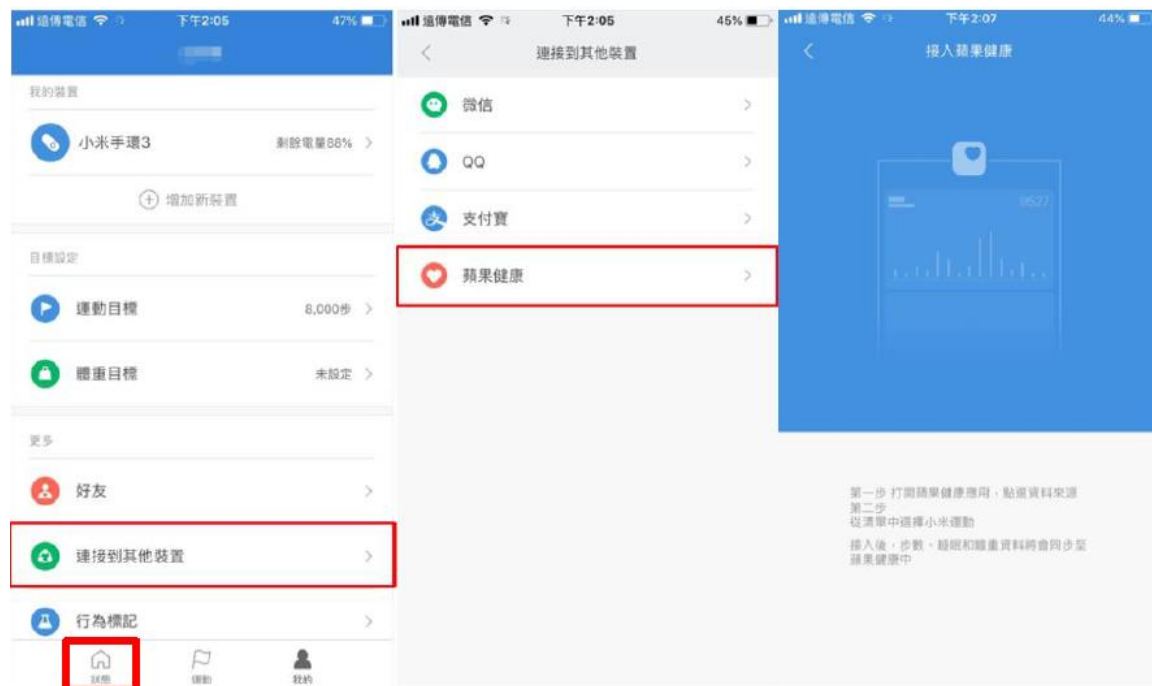
iii.開啟「設定」→「健康」APP，點選「資料權限與裝置」確認連結成功。

3. iPhone 手機搭配小米手環必備項目

(1) 確認已下載「小米運動」APP

i. 安裝並打開「小米運動」APP

ii. 點選「我的」→「連接到其他裝置」，再點選「APP 健康」，確認接入蘋果健康。



(2) 同步資料至「健康」APP

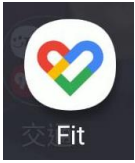
i. 開啟「健康」APP，點選「來源」確認來源包含「小米運動」及「HealthUp」。



參、Android 系統手機使用說明

一、確認下載並開啟「Google Fit」APP

1.確認已下載「Google Fit」APP (有些手機沒有內建 Google Fit、需額外至 play store 下載)



2.開啟 Google Fit App，確認使用帳號

(若有多個帳號，請選擇『一個主帳號』做綁定登入，多重帳號使用系統會抓不到正確數據)



二、HealthUp APP 使用說明(Android)

1. 「HealthUp」APP 需在 Android 6.0 或更新版本才會有。請至「設定」→「一般/關於手機」→「軟體資訊」確認 Android 版本。
2. 開啟 HealthUp APP，使用 EIP 帳密登入。
3. 確認 APP 隱私權條款。
4. 選取正確 Google 帳號（**綁定 google Fit 的那個主帳號**）。
5. 開啟所有類別，並允許健康資料取用(若無允許則相關數據及無法帶入 APP 中計算)。



6. 補充說明：

(1) 若已誤選授權帳號，以下兩種解決方式，操作後再依上述步驟執行

- i. 解除安裝 HealthUp，並重新安裝
- ii. 手機設定->應用程式->HealthUp->儲存->清除資料

(2) 變更授權同意

- i. 手機設定->應用程式->HealthUp->許可->"人體感測器"、"體能活動記錄"



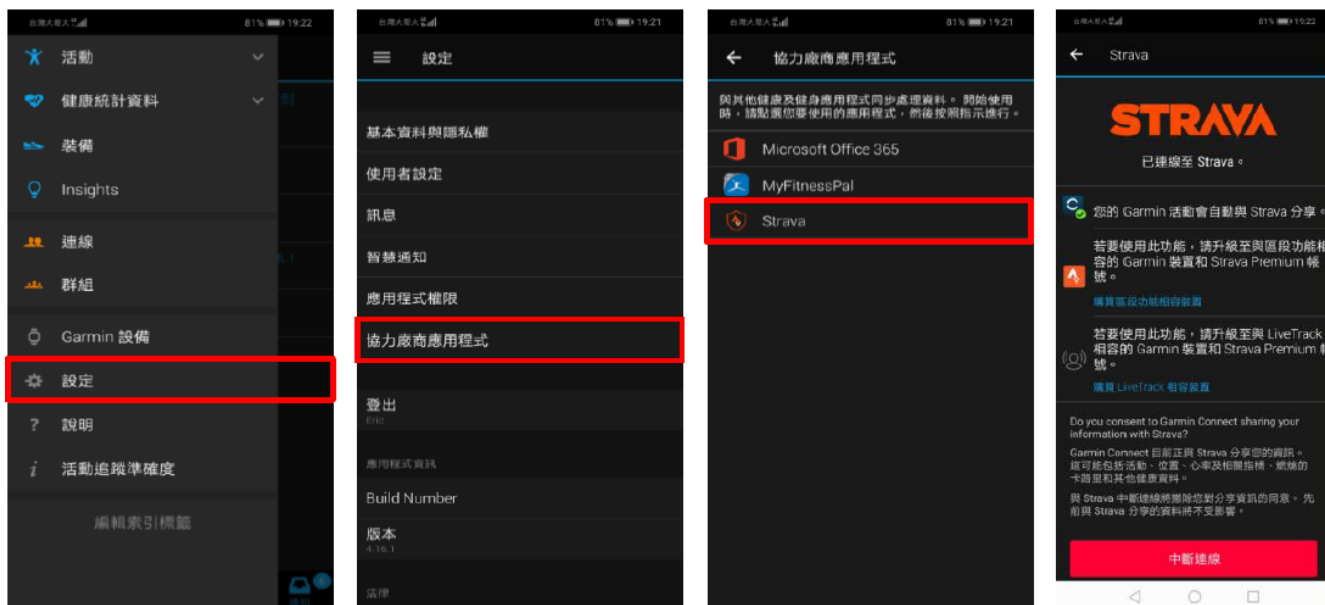
三、Android 系統手機搭配穿戴裝置說明

1.Android 系統搭配 Garmin 手環必備項目

- (1)確認 Garmin 手環電源開啟。
- (2)下載並安裝最新版的「Garmin Connect Mobile™」APP。
- (3)同步資料至「Google Fit」APP

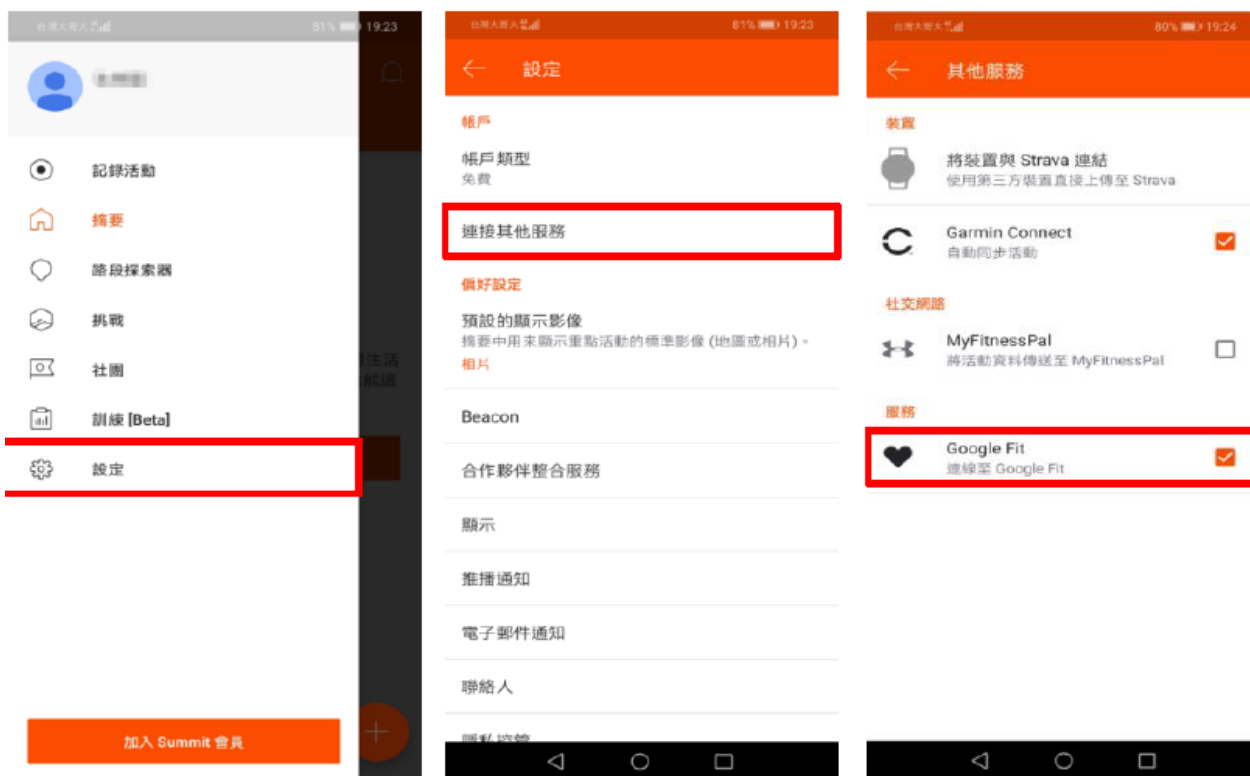
i.打開「Garmin Connect」點選「更多」→「設定」→「協力廠商應用程式」。

ii.點選「協力廠商應用程式」確認與「Strava」連結。

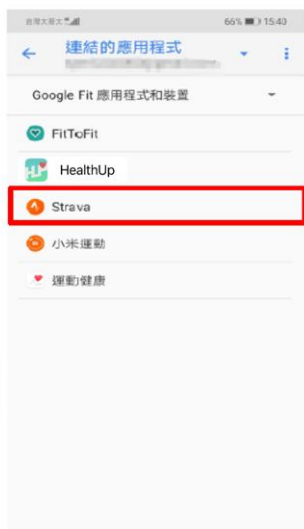


iii.打開「Strava」點選「設定」→「連接其他服務」。

iv.確認連線至 Google Fit。



v.開啟「Google Fit」APP，點選「個人資料」→「設定」→「管理已連結的應用程式」確認連結成功。

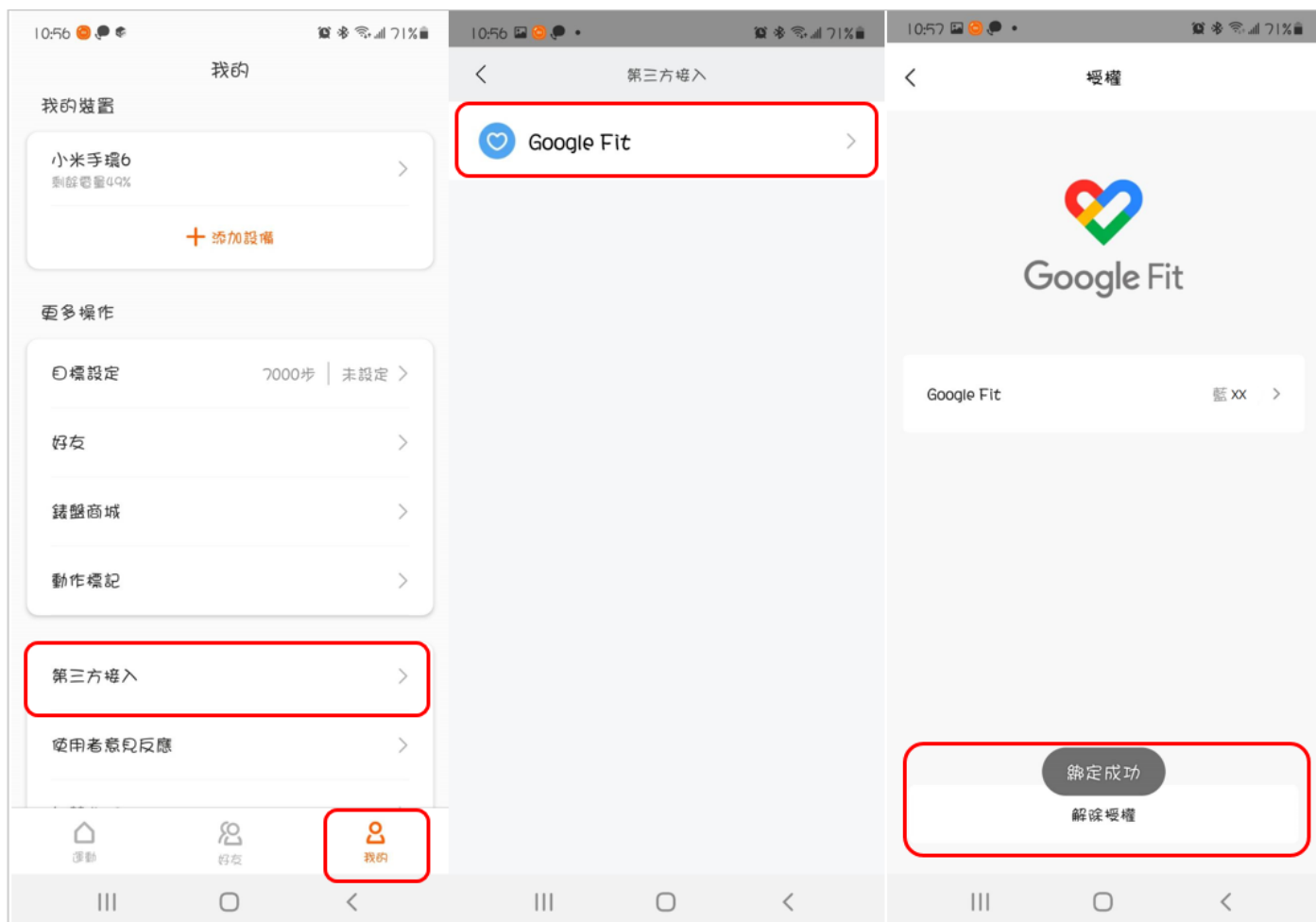


2. Android 系統手機搭配小米手環項目

- (1) 確認小米手環電源開啟。
- (2) 下載並安裝最新版的「小米運動」APP 並開啟。

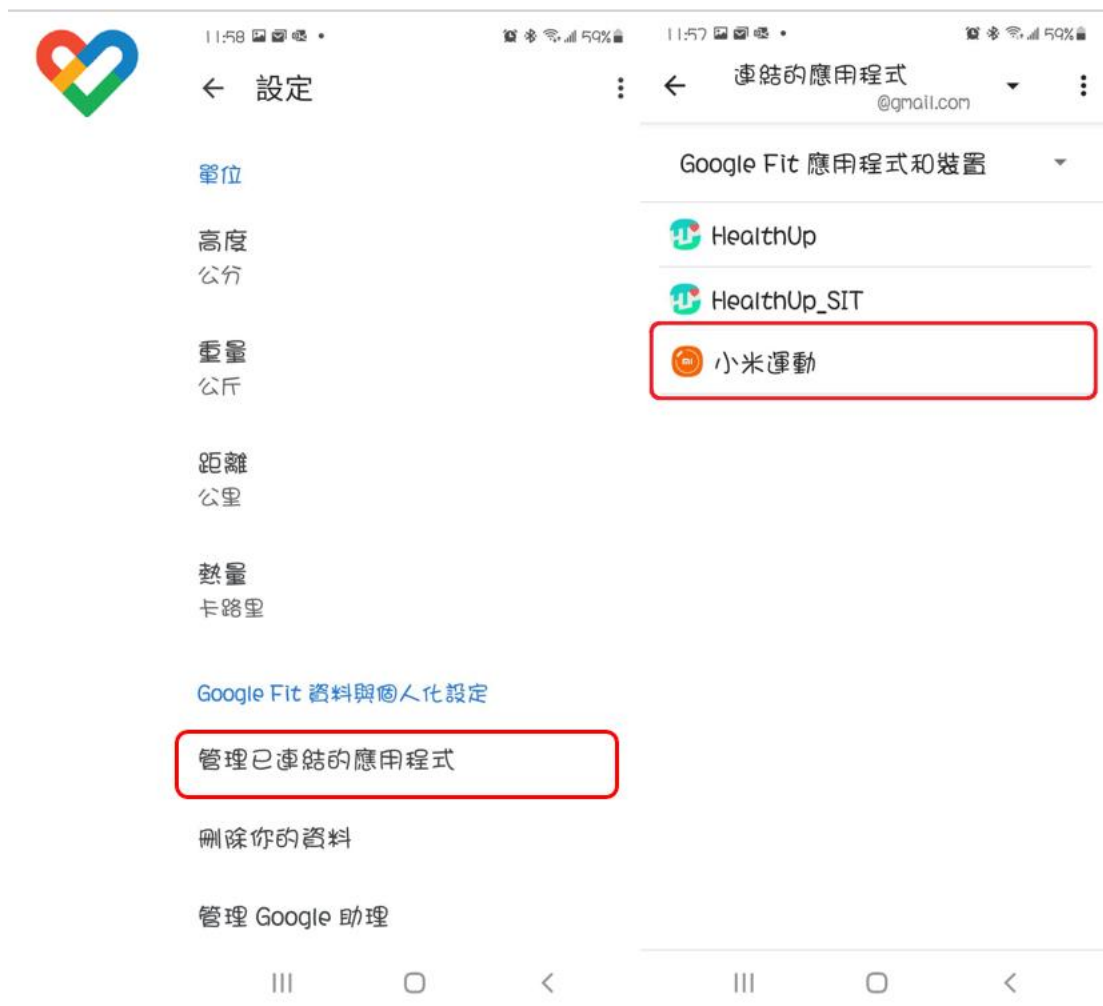


- (3) 點選「我的」→「第三方接入」，再點選「Google Fit」，選擇帳戶以繼續使用「小米運動」→綁定成功。



(4)同步資料至「Google Fit」APP

開啟「Google Fit」APP，點選「個人資料」→「設定」→「管理已連結的應用程式」確認連結成功。



(5)補充說明，若發現 HealthUp APP 中無數據，請確認小米 APP 有開啟，讓數據從手環同步到小米 APP，再開 Google Fit 確認數據同步，最後再開 HealthUp APP，這樣數據才會上傳到 HealthUp APP。

肆、如何同步數據

ios 無手環裝置

ios 經由內建裝置(健康)，會將數據直接上傳至 Health up APP，需進入 APP 並下拉頁面才可與健康中的數據同步。

ios 穿戴手環裝置

- (1) apple watch：數據會直接傳入健康，與 APP 同步的步驟同無手環裝置。
- (2) 小米手環：每日打開順序 小米 APP → 健康(確認小米數據有無上傳) → Health UP APP(最後開啟)
開啟 Health UP APP 仍需下拉頁面進行更新。
- (3) Garmin：每日打開順序 Garmin APP → 健康(確認小米數據有無上傳) → Health UP APP(最後開啟)
開啟 Health UP APP 仍需下拉頁面進行更新。

Android 無手環裝置

經由 Google Fit 將數據上傳至 Health up APP，進入 APP 後需下拉頁面才可 Google Fit 數據同步。

Android 穿戴手環裝置

- (1) 小米手環：每日打開順序 小米 APP → Google Fit APP (確認小米數據有無上傳) → Health UP APP(最後開啟)，開啟 Health UP APP 仍需下拉頁面進行更新。
- (2) Garmin：每日打開順序 Garmin APP → Google Fit APP (確認小米數據有無上傳) → Health UP APP(最後開啟)，開啟 Health UP APP 仍需下拉頁面進行更新。

註：：Google 帳號務必綁定一個主帳號就好!!!!