

**SAMSUNG**

# 使用手冊

SM-R930  
SM-R935F  
SM-R940  
SM-R945F  
SM-R950  
SM-R955F  
SM-R960  
SM-R965F

# 功能表

## 開始使用

6 關於 Galaxy Watch6/Galaxy Watch6 Classic

7 裝置部位圖和功能

7 手錶

13 無線充電器

13 給電池充電

13 無線閃充

14 使用無線電力共享為電池充電

15 電池充電技巧與使用須知

17 使用省電模式

17 配戴手錶

17 裝上及卸下錶帶

19 戴上手錶

19 錶帶使用技巧與注意事項

20 如何配戴手錶以進行精確測量

22 開啟和關閉手錶

23 將手錶連接到手機

23 安裝 Galaxy Wearable 應用程式

23 透過藍牙將手錶連接到手機

25 遠端連線

25 在手錶上新增帳號

26 控制螢幕

26 錶圈

27 觸控螢幕

28 螢幕編排

29 開啟和關閉螢幕

30 切換螢幕

30 應用程式螢幕

32 鎖定螢幕

32 手錶

32 手錶螢幕

32 變換錶面

34 開啟 Always On Display 功能

34 開啟限用手錶模式

35 通知

35 通知面板

36 查看收到的通知

36 選擇欲接收通知的應用程式

37 快速面板

40 輸入文字

40 鍵盤版面

41 附加鍵盤功能

## 應用程式與功能

### 42 安裝與管理應用程式

- 42 Play 商店
- 42 管理應用程式

### 43 訊息

### 45 電話

- 45 簡介
- 45 撥打電話
- 47 通話期間的選項
- 47 接聽電話

### 48 聯絡人

### 49 Samsung Wallet

### 50 Samsung Pay

- 50 簡介
- 50 設定 Samsung Pay
- 50 支付款項

### 51 Samsung Health

- 51 簡介
- 52 每日活動
- 53 步數
- 54 運動
- 65 食物
- 66 睡眠
- 69 心跳率
- 71 壓力
- 73 身體組成
- 76 週期追蹤
- 77 水
- 78 血氧
- 80 Together
- 81 設定

### 82 Samsung Health Monitor

- 82 簡介
- 82 測量血壓及心電圖的預防性措施
- 86 開始測量血壓
- 88 開始測量心電圖

### 90 GPS

### 91 音樂

- 91 簡介
- 91 使用音樂
- 91 管理儲存在手錶上的音訊檔案

### 92 媒體控制器

- 92 簡介
- 92 操控音樂播放器
- 93 操控影片播放器

### 94 提醒

### 95 日曆

### 95 Bixby

### 96 天氣

### 96 鬧鐘

### 97 世界時鐘

### 97 計時器

### 98 碼錶

### 98 媒體瀏覽器

- 98 簡介
- 98 將相片傳輸到手錶
- 99 使用媒體瀏覽器
- 99 檢視影像
- 100 自訂錶面
- 100 刪除影像

- 100 尋找我的手機
- 101 尋找我的手錶
- 102 傳送 SOS
  - 102 簡介
  - 102 輸入醫療資訊
  - 102 分享您的緊急狀況
- 103 請求 SOS
- 104 因跌倒而受傷時請求 SOS
- 105 停止分享定位資訊
- 106 語音錄製
- 107 計算機
- 107 指南針
- 107 Buds 控制器
- 108 相機控制器
- 108 Samsung Global Goals
- 109 SmartThings
- 109 Google 應用程式
- 110 設定
  - 110 簡介
  - 110 三星帳號
  - 110 連線
  - 114 模式
  - 115 通知
  - 115 聲音與震動
  - 116 顯示器
  - 116 Health
  - 117 安全性與隱私權
  - 117 定位
  - 118 安全與緊急狀況
  - 118 帳號與備份
  - 119 Google
  - 119 進階功能

- 120 電池與裝置維護
- 121 應用程式
  - 121 一般
  - 122 協助工具
  - 122 軟體更新
- 123 關於手錶

## Galaxy Wearable 應用程式

- 124 簡介
- 125 錶面
- 126 應用程式螢幕
- 127 資訊方塊
- 127 快速面板
- 128 手錶設定
  - 128 簡介
  - 128 三星帳號
  - 128 模式
  - 128 通知
  - 129 聲音與震動
  - 129 顯示器
  - 129 Health
  - 129 Samsung Wallet / Samsung Pay
  - 129 安全與緊急狀況
  - 130 帳號與備份
  - 130 進階功能
  - 131 電池與裝置維護
  - 131 應用程式
  - 131 管理內容
  - 132 行動方案  
(SM-R935F、SM-R945F、  
SM-R955F、SM-R965F)
  - 132 一般
  - 132 協助工具
  - 133 手錶軟體更新
  - 133 關於手錶

133 尋找我的手錶

133 商店

## 使用注意事項

134 裝置使用注意事項

136 包裝內容與配件注意事項

137 維護裝置防水和防塵功能

139 過熱注意事項

139 清潔與管理手錶

140 如您對手錶使用的任何材料過敏，  
請務必留意

## 附錄

141 疑難排解

145 注意事項

# 開始使用

## 關於 Galaxy Watch6/Galaxy Watch6 Classic

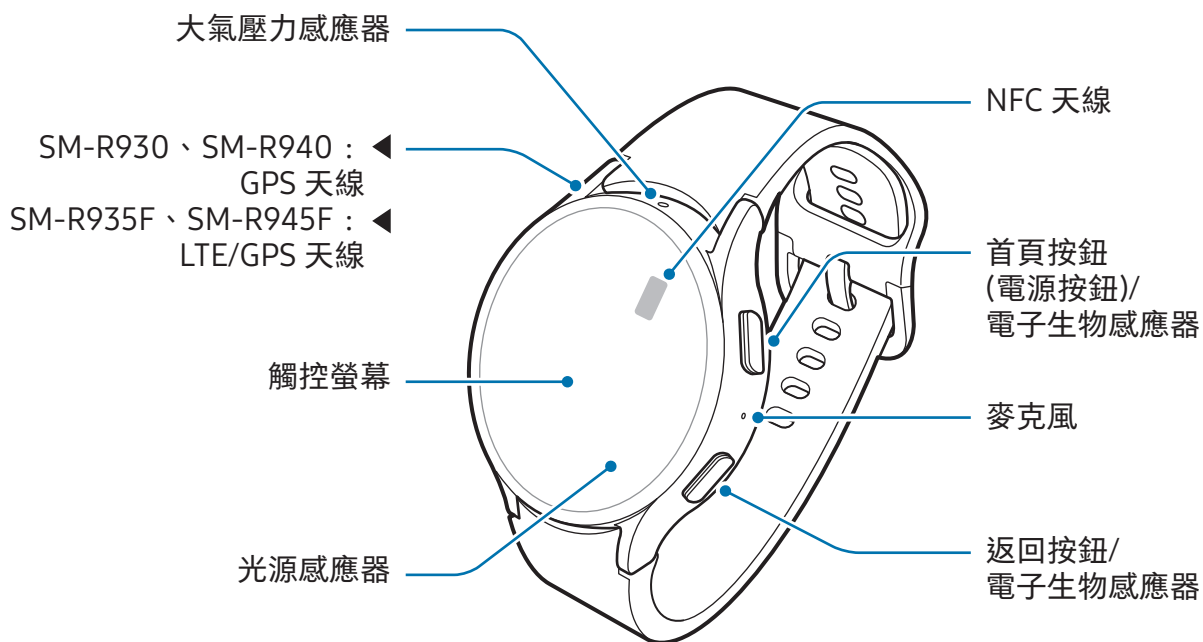
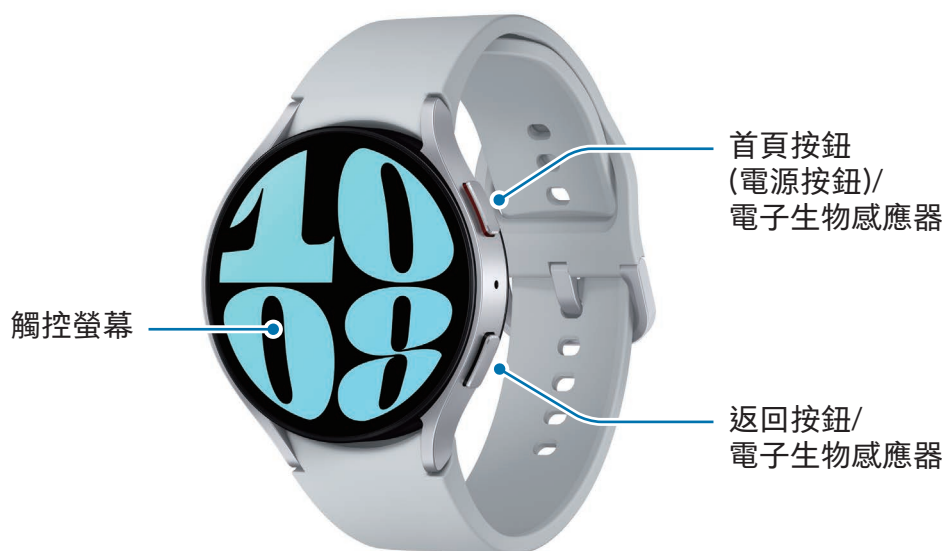
Galaxy Watch6/Galaxy Watch6 Classic (以下稱手錶) 智慧手錶可分析您的運動習慣、管理健康且可供您使用各種便利的應用程式來撥打電話與播放音樂。您可以透過錶圈瀏覽各種功能或輕觸螢幕來啟動功能，也可以依個人品味變換錶面。

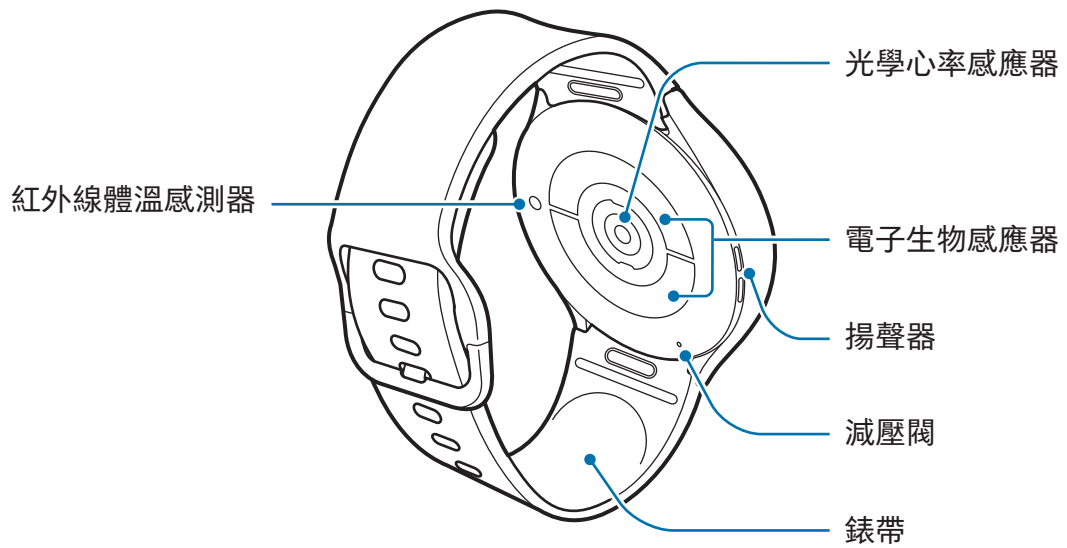
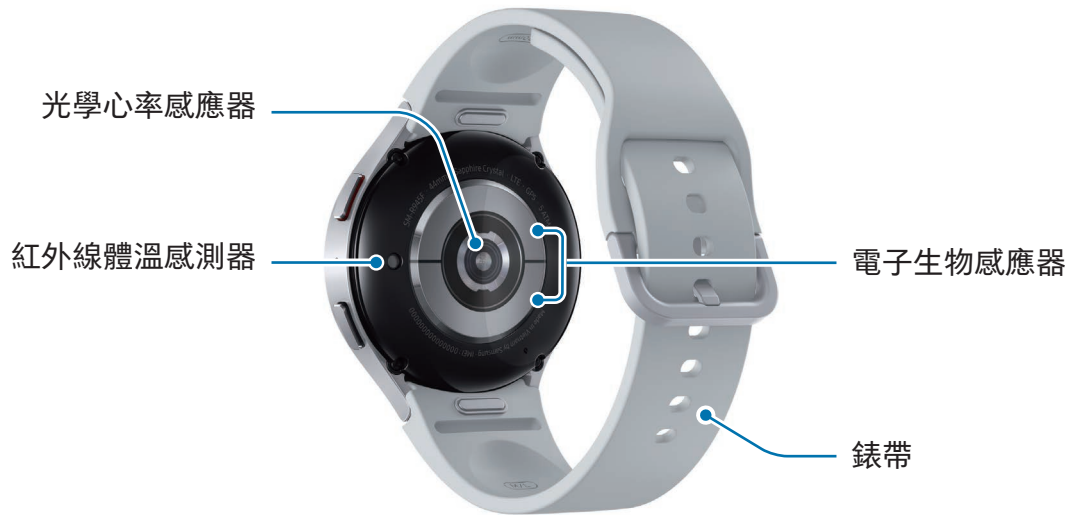
您可以將手錶連線到手機後使用。

# 裝置部位圖和功能

## 手錶

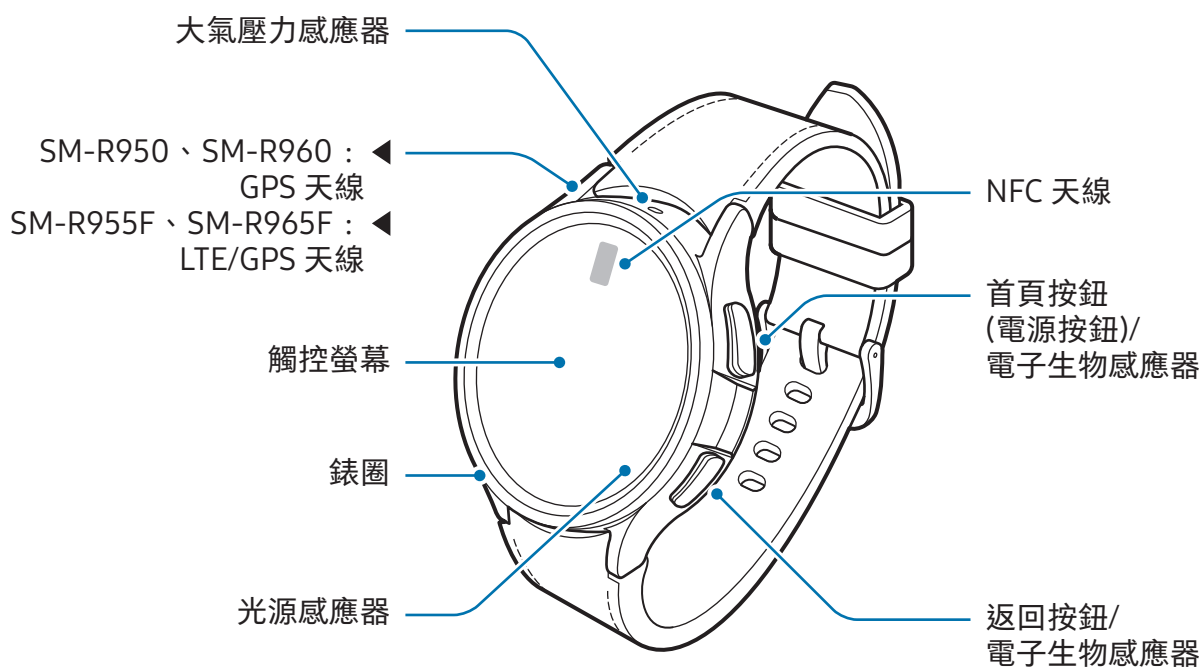
▶ Galaxy Watch6 :

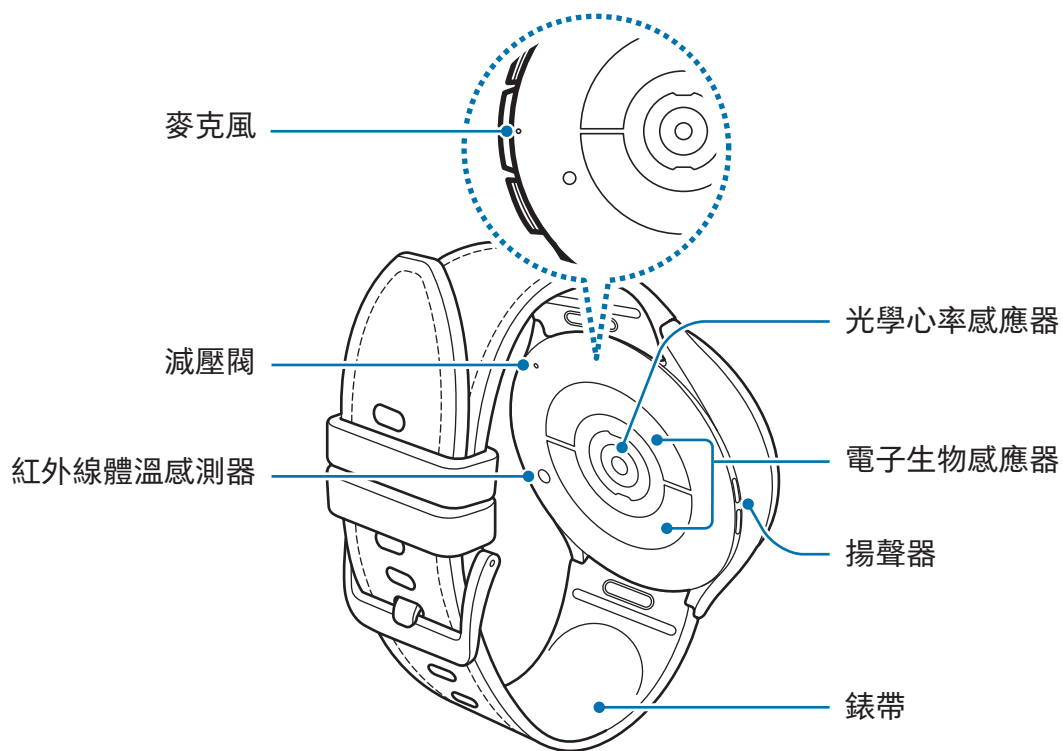






► Galaxy Watch6 Classic :







- 請於不受磁力干擾的地點使用裝置，以確保裝置可正常運作。
- 裝置及部分配件(另售)內含磁片。請將其與信用卡、植入式醫療器材及可能受磁力影響的其他裝置保持距離。若為醫療器材，請與裝置保持 15 cm 以上的距離。若您懷疑裝置對醫療器材產生了任何干擾，請停止使用裝置並諮詢您的醫師或醫療器材製造商。
- 若您的心臟裝有植入式醫療器材，則請勿將裝置放在靠近植入式器材的口袋內，例如胸前口袋或外套暗袋。
- 內含磁片的裝置和部分配件(另售)，需與易受磁力影響的物品保持安全距離。裝置中的磁鐵可能會造成物品損壞或失效，例如信用卡、存摺、門禁卡、登機證或停車證。



- 使用揚聲器播放媒體檔案時，請勿將手錶靠近耳朵。
- 確認錶帶保持潔淨。與灰塵和染料等污垢物接觸可能會在錶帶上留下污點，並且這些污點可能無法完全去除。
- 請勿將尖銳物體插入手錶外部孔洞。內部零件可能與防水功能一併損壞。
- 如在手錶玻璃機身破損的情況下使用，可能有受傷風險。請務必於手錶送交三星服務中心或授權服務中心維修後再行使用。
- 若灰塵或異物進入麥克風或揚聲器，手錶音效可能會呈現靜音狀態或特定功能可能無法運作。如試圖利用鋒利物體除去灰塵或異物，手錶可能會受損且外觀可能會受影響。

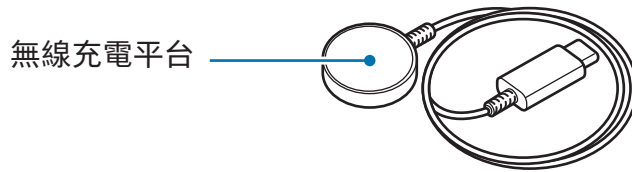


- 連線問題與電量消耗可能會在以下情形發生：
  - 若您將金屬貼紙貼在手錶的天線區域
  - 若您使用金屬錶帶
  - 若您在使用某些功能 (如通話或行動數據連線) 時以手或其他物體覆蓋手錶的天線區域
- 如減壓閥遭貼紙等配件遮擋，通話或媒體播放期間可能會產生不必要的噪音。
- 請勿以貼紙或保護殼之類的配件遮蓋光源感應器。否則可能會使感應器發生故障。
- 發出語音指令前，請務必確認手錶的麥克風不受干擾。
- 當您在氣壓改變的環境下使用手錶時，減壓閥可確保手錶內部零件與感應器正確運作。
- 使用手冊上的圖像為 Galaxy Watch6 Classic。

## 按鈕

按鈕	功能
首頁按鈕	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 手錶關閉時，按住即可開啟。</li> <li>• 螢幕關閉時，按下即可開啟螢幕。</li> <li>• 按住以開始與 Bixby 對話。請參閱<a href="#">使用 Bixby</a> 瞭解更多資訊。</li> <li>• 按兩下或按住即可開啟應用程式或設定的功能。(⚙️ (設定) → 進階功能 → 自訂按鈕)</li> <li>• 使用任一螢幕時，按下以開啟手錶螢幕。</li> </ul>
返回按鈕	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 螢幕關閉時，按下即可開啟螢幕。</li> <li>• 按下以啟動您設定的功能。(⚙️ (設定) → 進階功能 → 自訂按鈕)</li> </ul>
首頁按鈕 + 返回按鈕	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 同時按下以擷取螢幕截圖。</li> <li>• 同時按住以關閉手錶。</li> </ul>

## 無線充電器



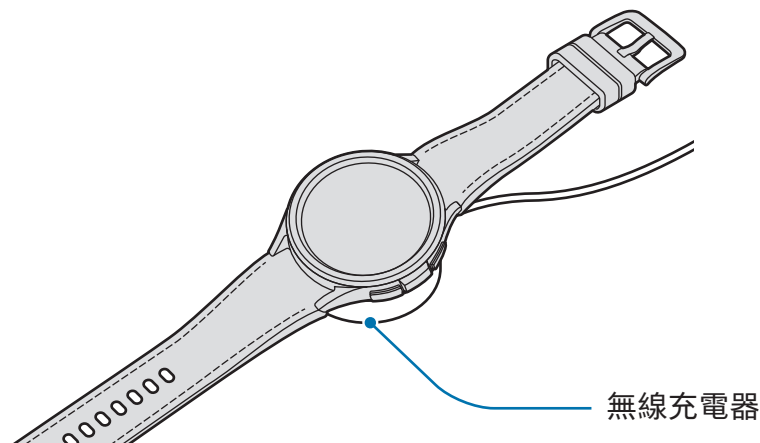
- ⚠ 由於無線充電器不具備與手錶相同的防水認證，因此請勿將無線充電器暴露於水中。

## 給電池充電

首次使用之前或長時間未使用手錶，請先充電。

### 無線閃充

- 1 將無線充電器連接至 USB 電源轉接器。
- 2 將手錶置於無線充電器上，並將手錶錶背正中央與無線充電器中心處對齊。視配件或保護套類型而定，無線充電可能無法順暢運作。建議將保護套或配件從手錶取下，以確保達成穩定的無線充電。



- 3 待完全充電後，請中斷手錶與無線充電器的連接。

## 檢查充電狀態

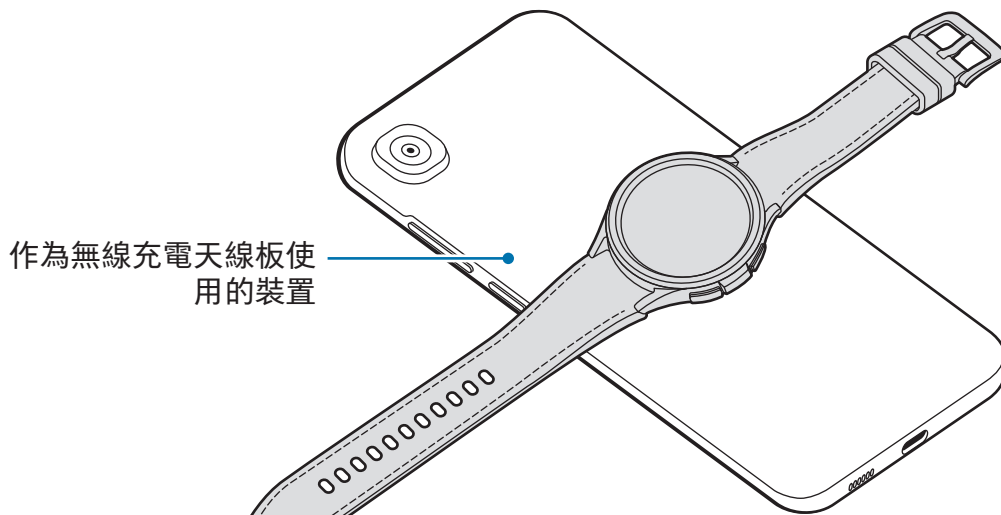
無線閃充期間，您可於螢幕上查看充電狀態。如果螢幕未顯示充電狀態，請在應用程式螢幕上輕觸 ⚙️ (設定) → 顯示器，然後輕觸顯示充電資訊開關，即可開啟此功能。

如在手錶關閉的情況下充電，按下任一按鈕即可在螢幕上查看充電狀態。

## 使用無線電力共享為電池充電


您可以將裝置的電池作為無線充電天線板，為手錶充電。即使作為無線充電天線板使用的裝置正在充電，仍可為手錶充電。視配件或上蓋的種類而定，無線電力共享功能可能無法正常運作。使用此功能前，建議移除作為無線充電天線板的裝置之上蓋與手錶。

- 1 在要當作無線充電天線板的裝置上開啟無線電力共享功能，並將手錶錶背正中央置於作為無線充電天線板的裝置上。




2 完全充電後，請將手錶與作為無線充電天線板使用的裝置中斷連接。


 請勿在共享電力時使用耳機或藍牙耳機。這樣做可能會影響附近裝置。

 • 視裝置型號而定，無線充電線圈的位置可能不同。調整裝置或手錶，確保彼此正確連接。

- 分享電力的情況下無法使用配戴手錶時可執行的部分功能。
- 若要正確充電，充電時請勿移動或使用作為無線充電天線板的裝置或手錶。
- 充入手錶的電力，可能低於作為無線充電天線板使用的裝置所分享之電力。
- 若您為作為無線充電天線板使用的裝置充電時，同步對手錶充電，視充電器類型而定，充電速度可能變慢，或手錶可能無法正確充電。
- 視作為無線充電天線板使用的裝置狀態或周遭環境而定，充電速度或效率可能不同。
- 如以無線充電天線板運作的裝置剩餘電量降至特定程度，則會停止電力共享。

## 電池充電技巧與使用須知

 僅限使用專為您的手錶設計並經過三星認可的充電器和傳輸線。不相容的充電器和傳輸線可能引起嚴重事故或損壞裝置。

-  • 若充電器連接不當，可能導致裝置嚴重毀損。任何因使用不當所造成的損壞，均不在保固範圍內。
- 僅限使用手錶隨附的無線充電器。如使用第三方無線充電器將無法為手錶正常充電。
- 若於無線充電器潮濕時為手錶充電，裝置可能受損。為手錶充電前，請確認無線充電器完全乾燥。



- 為了節約能源，當不使用時請拔下充電器插頭。充電器本身沒有電源開關，所以在不用時必須從插座上拔下充電器的插頭以免浪費電。在充電時應保持充電器與電源插座緊密連結且易於插拔。
- 手錶配備內建無線充電線圈。您可以透過無線充電天線板為電池充電。無線充電天線板需另行購買。如欲瞭解可用無線充電天線板資訊，請參閱三星網站。
- 使用充電器時，建議採用經認可且充電效能獲得保證的充電器。
- 手錶與無線充電器之間有異物時，手錶可能無法正常充電。充電前，請先確認裝置上是否有任何汗漬、液體或灰塵。
- 如果在電池完全放電的情況下連接無線充電器時，手錶將無法立即開機。先為電力耗盡的手錶充電幾分鐘後即可開啟。
- 若同時使用多個應用程式、使用網路應用程式或需要連接另一裝置的應用程式，電池電量會消耗更快。為避免資料傳輸期間斷電，應在電池完全充電後使用這些應用程式。
- 無線充電器與電腦或其他多功能充電集線器等電源連接時，手錶可能無法正確充電，或可能會因為低電流而導致充電速度變慢。
- 雖然可以在充電時使用手錶，但是可能會延長電池完全充電的時間。
- 於手錶使用中且同步充電的狀態下，若電源不穩，則觸控螢幕可能會沒有反應。若發生這類情況，請中斷手錶與無線充電器的連接。
- 充電時，手錶可能變熱。此為正常現象，不會影響手錶的使用壽命或效能。請待手錶降溫後再配戴使用。若電池比正常情況熱，充電器可能停止充電。
- 如果手錶無法正常充電，請將手錶和無線充電器攜至三星服務中心或授權服務中心。
- 請避免使用彎曲或損毀的無線充電器。若無線充電器受損，請停止使用。




## 使用省電模式

開啟省電模式即可延長電池使用時間。

自螢幕上緣向下拖曳開啟快速面板，然後輕觸  即可開啟功能。或者在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 電池與裝置維護 → 電池再輕觸省電開關來開啟。


將開啟省電模式且部分功能可能受限。


 若裝置電量低於某種程度，將出現省電螢幕畫面。輕觸開啟即可打開省電模式。在此情況下，省電模式將於手錶電池充達 15% 以上時自動關閉。不過，若您從設定功能表或快速面板開啟省電模式，即便手錶電池充達 15% 以上，省電模式也不會自動關閉。

## 配戴手錶

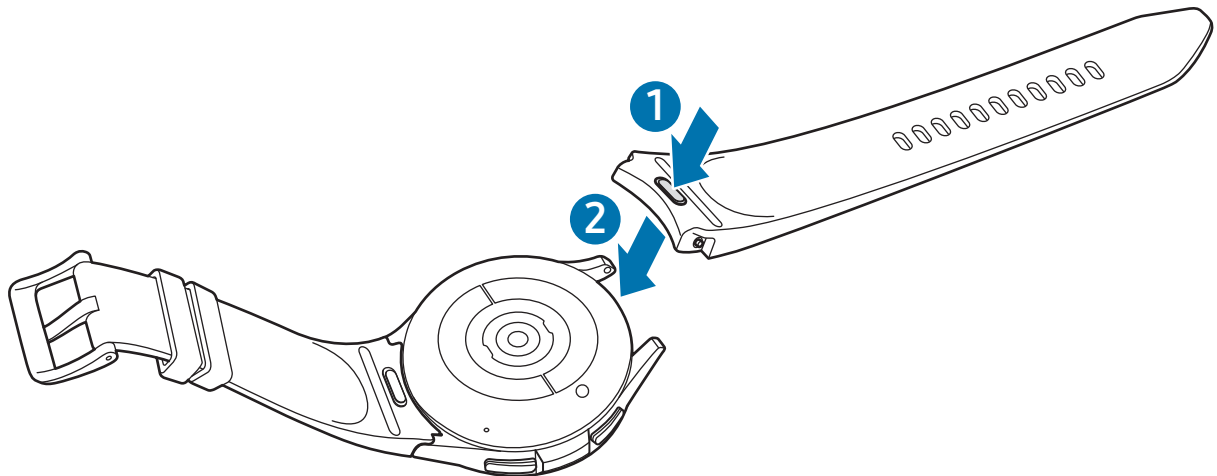
### 裝上及卸下錶帶

使用手錶前請裝上錶帶。您可以將錶帶從手錶卸下，換上新錶帶。

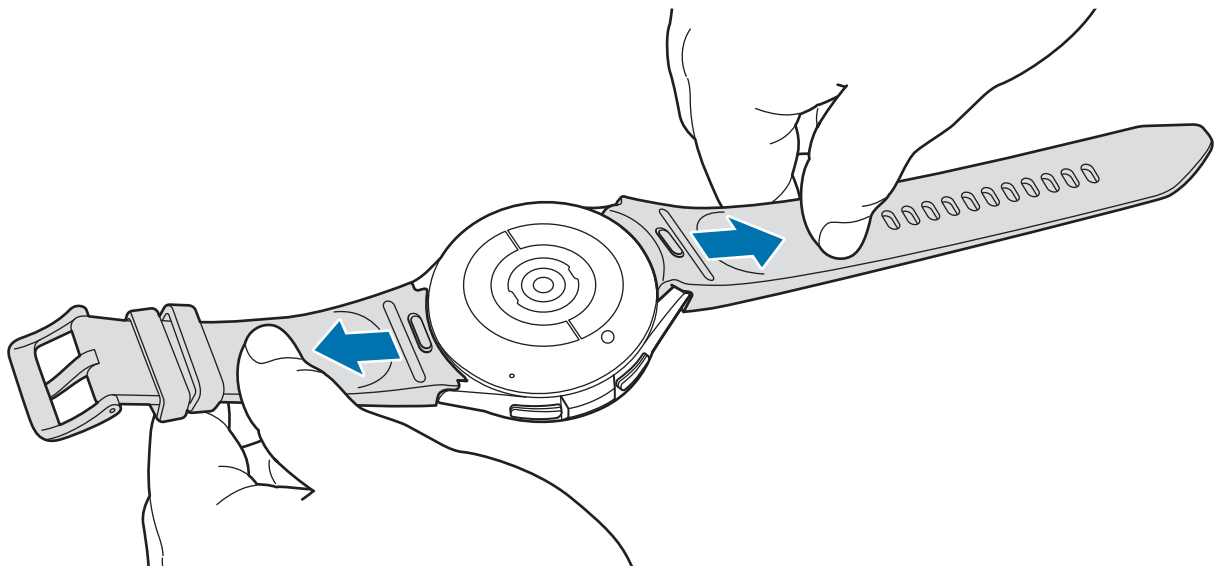
 裝上或更換錶帶時，請注意不要弄傷您的指甲。

-  隨附錶帶視所在地區或型號而定。
- 隨附錶帶尺寸可能因型號而異。請使用符合錶款大小的錶帶。

1 將錶帶裝上手錶的同時用力按下錶帶的按鈕。




2 輕拉兩側錶帶，確保錶帶已固定於手錶上且不會脫落。




按下錶帶按鈕即可同步卸下錶帶。

## 戴上手錶

打開錶帶扣並將手錶戴在手腕上。將插針插入調整孔以將錶帶扣到您的手腕，然後按下錶帶扣以扣緊。若錶帶過緊，請使用另一個孔洞。

 請勿過度彎折錶帶。這樣做可能會損壞手錶。

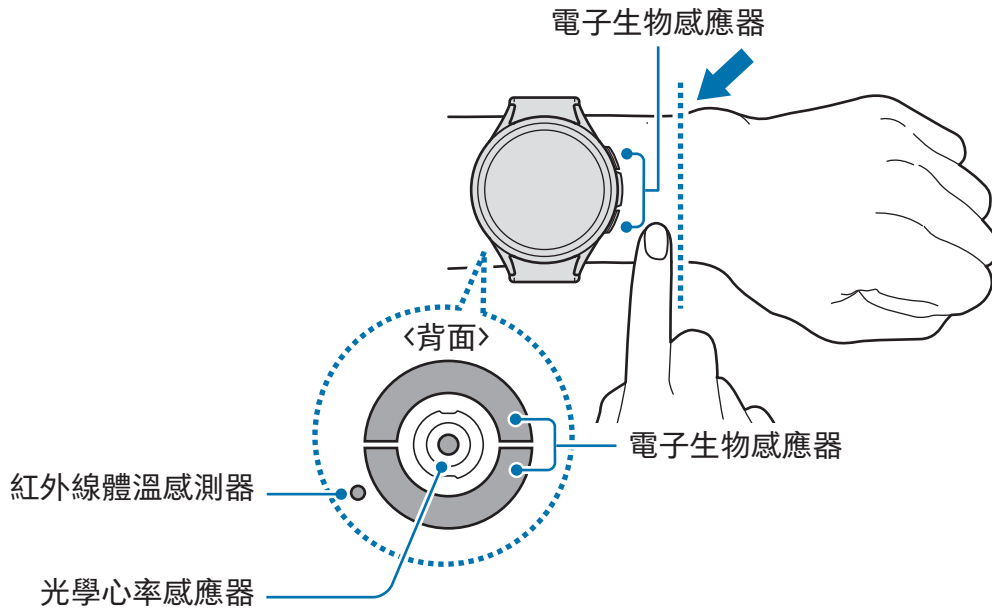
-  若要透過手錶精確地測量身體狀態，請將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上。請參閱[如何配戴手錶以進行精確測量](#)瞭解更多資訊。
- 根據物品材質類型而定，如某些物質與手錶的背面接觸，則手錶可能會認為裝置正由使用者配戴中。
- 若手錶背面的感應器超過 10 分鐘未與手腕貼合，則手錶可能會認為使用者未將手錶戴在腕間。

## 錶帶使用技巧與注意事項

- 為確保精準量測，配戴手錶時請務必與手腕貼合。測量後，請鬆開錶帶讓皮膚透氣。配戴手錶時建議保持適度服貼，不過緊、不過鬆，在一般情況下感覺舒適。
- 如長時間配戴手錶或在配戴時進行激烈運動，可能會因摩擦、壓力與水分而對皮膚產生刺激。若您長時間配戴手錶，請暫時將裝置取下以預防皮膚不適，同時讓手腕透氣休息。
- 皮膚刺激問題可能因過敏、環境因素、其他因素或當肌膚長期暴露於肥皂或汗水而造成。在此情況下，請立即停止使用手錶，等待 2 至 3 天讓症狀緩解。如症狀持續或加劇，請諮詢醫師。
- 配戴手錶前，請確認您的肌膚保持乾燥。若您配戴的手錶長時間處於潮濕狀態，肌膚可能會遭受感染。
- 若您在水中使用手錶，請除去皮膚上的異物，取下手錶，並徹底拭乾，避免肌膚受到刺激。
- 請勿在水中使用除手錶以外的任何配件。

## 如何配戴手錶以進行精確測量

為取得正確量測結果，請如下圖所示，將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂處，同時保留約一根手指的寬度。



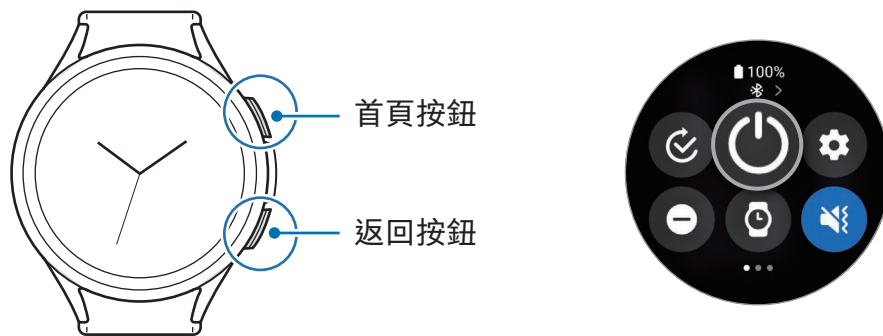
- ❗ 若將手錶繫得太緊，可能會刺激到肌膚；如繫得太鬆，則可能會有摩擦情形。
- 請勿直視光學心率感應器的光線。請確保兒童不直視光線。否則可能會損害您的視力。
- 如手錶溫度升高，無法觸碰，請將其移除，直至其降溫。如肌膚與表面溫度升高的手錶接觸一段時間，可能導致低溫灼傷。
- 測量身體組成與心電圖前，請徹底去除手錶與錶帶的所有水分。
- 如紅外線體溫感測器上沾有水分、灰塵或污漬，量測結果可能不準確。
- 請以軟布或棉花棒清潔紅外線體溫感測器。



- 心跳功能僅可用於測量您的心跳。視週遭環境、測量條件與使用者的生理狀況而定，光學心率感應器的精確度可能減弱。
- 環境溫度低可能會影響量測結果，冬天或天氣冷的情況下如欲查看心跳率，請注意保暖。
- 進行測量前吸煙或喝酒可能導致心跳與正常心跳不同。
- 在進行心率量測時，請勿移動、說話、打呵欠或深呼吸。否則可能使記錄的心跳不準確。
- 如果心跳極高或極低，量測值可能不準確。
- 測量兒童的心跳時，測量結果可能不準確。
- 在手錶鬆動時，由於光線反射不均勻，因此手腕較細的使用者可能會收到不準確的心跳測量。在此情況下，請將手錶朝手腕內側方向配戴。
- 如果心跳測量功能無法正確運作，請於手腕向右、向左、向上或向下調整手錶的光學心率感應器位置，或將手錶緊貼您的手腕內側，以便感應器與肌膚接觸。
- 若光學心率感應器和電子生物感應器沾染髒污，請擦拭感應器並重試。如有異物導致光源無法均勻反射，測量結果可能不準確。
- 光學心率感應器效能可能會受到配戴手錶該隻手腕上的刺青、胎記、與毛髮影響。這可能會導致手錶無法辨識您的配戴情形，且手錶功能可能無法正確運作。因此，請以不會影響手錶功能的該隻手腕配戴手錶。
- 測量功能可能受到特定因素影響而無法正常運作，例如根據您的肌膚亮度、皮下血流量，以及感應區的清潔度而定，光學心率感應器的光線可能因此受阻。
- 為取得準確的量測結果，請使用 Ridge 運動錶帶。視型號而定，Ridge 運動錶帶可能為另售。

## 開啟和關閉手錶

- 在禁止使用無線裝置的區域(例如：飛機上和醫院裡)，請遵守所有張貼的警告和官方人員的指示。




### 開啟手錶


按住首頁按鈕數秒即可開啟手錶。

首次開啟手錶或重設時，手機螢幕將會顯示 Galaxy Wearable 應用程式開啟指示。請參閱[將手錶連接到手機](#)瞭解更多資訊。

### 關閉手錶

1 同時按住首頁按鈕和返回按鈕。或者自螢幕上緣向下拖曳，然後輕觸  來開啟快速面板。

2 輕觸 。



- 您可以將手錶設定為按住首頁按鈕即可關閉。在應用程式螢幕上，輕觸  (設定) → 進階功能 → 自訂按鈕，輕觸首頁按鈕下方的長按，然後選取電源關閉功能表。

### 強制重啟

若手錶當機無法回應，請同時按住首頁按鈕和返回按鈕超過 7 秒以重新啟動。

## 緊急電話

您可以播打緊急通話。

- 1 同時按住首頁按鈕和返回按鈕。或者自螢幕上緣向下拖曳，然後輕觸  來開啟快速面板。
  - 2 輕觸緊急電話。
-  若要管理您的醫療資訊和緊急聯絡人，在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式，輕觸手錶設定 → 安全與緊急狀況。

## 將手錶連接到手機

### 安裝 Galaxy Wearable 應用程式

若要將手錶連接到手機，請在手機上安裝 Galaxy Wearable 應用程式。

視手機而定，您可從下列位置下載 Galaxy Wearable 應用程式：

- 三星 Android 手機：應用商店、Play 商店
  - 其他 Android 手機：Play 商店
-  • 此應用程式與支援 Google 行動服務的 Android 手機相容。
- 無法在不支援手錶同步的手機上安裝 Galaxy Wearable 應用程式。請確認您的手機與手錶相容。
  - 無法將手錶連接平板或電腦。

### 透過藍牙將手錶連接到手機

- 1 開啟手錶。
- 2 選擇欲使用的語言，然後輕觸 。
- 3 選擇國家、地區，然後輕觸重新啟動。  
手錶隨即會關閉再重新啟動。
- 4 自螢幕底部向上滑動。  
螢幕將顯示 Galaxy Wearable 應用程式的開啟指示。

5 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。

若 Galaxy Wearable 應用程式不是最新版本，請先將 Galaxy Wearable 應用程式更新至最新版本。

6 輕觸繼續。


7 請於螢幕上選擇您的手錶。

如找不到您的手錶，請輕觸連線時遇到問題嗎？。

8 請依照螢幕上的指示完成連線。



完成連線後，輕觸開始，然後按照螢幕上的指示，瞭解手錶的基本操控。



- 初始設定畫面可能根據地區而有所差異。
- 連線方式可能因您的所在地區、型號、手機與軟體版本而異。
- 手錶的體積較一般智慧型手機小，因此網路連線品質可能較差，尤其是在訊號微弱或收訊不佳的範圍。在無法取得藍牙連線的情況下，行動網路或網際網路連線訊號可能不佳或遭中斷。
- 如為首次使用或重設後將手錶連線到智慧型手機，手錶電池的耗用速度可能會在同步聯絡人等資料時變快。
- 支援的手機與功能也會視您的所在區域、電信業者或裝置製造商而異。
- 如果您無法建立手錶和手機的藍牙連線， 狀態指示燈圖示將顯示在手錶螢幕頂端。


## 將手錶連接到新手機

您可以將手錶連接至與舊手機使用同一個 Google 帳戶的新手機，且無需重設手錶的資料。

1 在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 一般 → 將手錶移轉到新手機 → 。

2 在新的手機上，開啟 Galaxy Wearable 應用程式以連接您的手錶。



若您想在重設手錶後將手錶連接至新手機，在應用程式螢幕上輕觸  (設定)，接著輕觸一般 → 重設。



## 遠端連線

手錶和手機是透過藍牙連線。您可以在智慧型手機和手錶完成遠端連線時，為兩部裝置進行同步作業，這項操作在沒有藍牙連線時也可進行。遠端連線是透過行動網路或 Wi-Fi 來完成。

如果此功能已關閉，請在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式，輕觸手錶設定 → 進階功能 → 遠端連線，然後輕觸開關即可啟用。

## 在手錶上新增帳號

在連線手機上註冊您的三星或 Google 帳戶，並在手錶上新增上述帳號，即可存取各種手錶功能。

### 在手錶上註冊三星帳號

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。
- 2 輕觸手錶設定 → 帳號與備份。
- 3 在手機上輕觸三星帳號，並按照螢幕上的說明完成三星帳號登入。  
若您已登入三星帳號，則可以查看已註冊的三星帳號。

### 在手錶上新增 Google 帳戶

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。
- 2 輕觸手錶設定 → 帳號與備份。
- 3 輕觸 Google 帳戶。
- 4 輕觸新增 Google 帳戶，並按照螢幕上的說明將您的 Google 帳戶從手機新增至手錶上。

## 控制螢幕

### 錶圈

手錶上的錶圈採用觸控式或旋轉式設計。順時鐘或逆時鐘旋轉或滑動錶圈即可操控手錶的各種功能。



觸控錶圈  
(Galaxy Watch6)



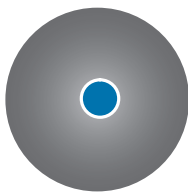
旋轉式錶圈  
(Galaxy Watch6 Classic)

- 捲動螢幕：旋轉或滑動錶圈即可移動至其他螢幕畫面。
  - 瀏覽項目：旋轉或滑動錶圈即可在不同項目間移動瀏覽。
  - 調整輸入值：旋轉或滑動錶圈即可調整音量或亮度。調整亮度時，順時鐘旋轉或滑動錶圈即可增加螢幕亮度。
  - 使用電話或鬧鐘功能：順時鐘旋轉或滑動錶圈即可接聽來電或關閉鬧鐘。逆時鐘旋轉或滑動錶圈即可拒接來電或啟用鬧鐘延遲功能。
- ⚠️
- 請勿使旋轉式錶圈沾染灰塵或沙粒等異物。
  - 請勿讓旋轉式錶圈靠近磁性物質，例如磁鐵或磁力項圈。旋轉式錶圈可能會因為磁力干擾而無法正常運作。
- 📄
- 若錶圈無法運作，請將手錶攜至三星服務中心或授權服務中心，且不得拆解。

## 觸控螢幕

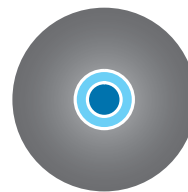
### 輕觸

輕觸螢幕。



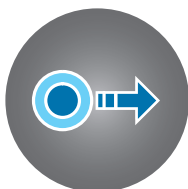
### 輕觸並按住

輕觸並按住螢幕約 2 秒鐘。



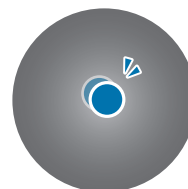
### 拖曳

輕觸並按住項目，並將其拖曳到目標位置。



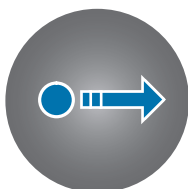
### 輕觸兩下

輕觸兩下螢幕。



### 滑動

向上、下、左或右滑動。



### 張開與合攏

在螢幕上張開雙指或合攏。

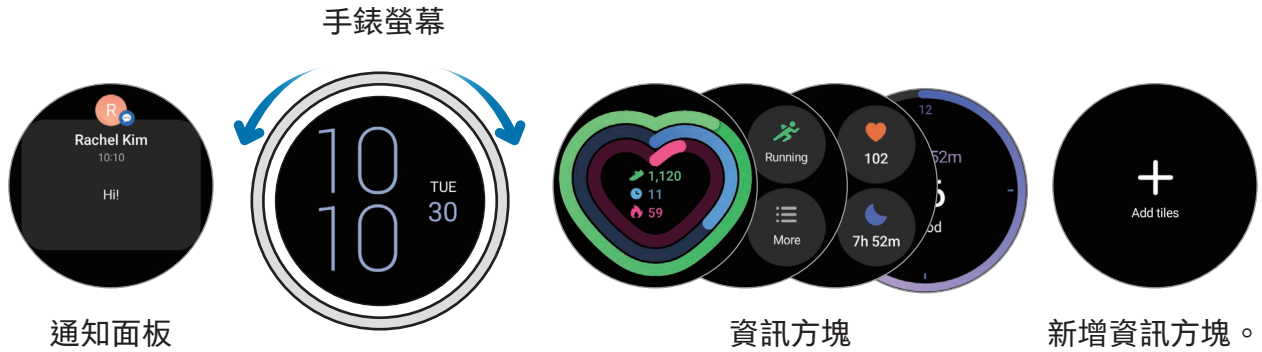



- ❗ 請勿讓觸控螢幕接觸到其他電子裝置。靜電會導致觸控螢幕出現故障。
- 為避免損壞觸控螢幕，請勿使用任何尖銳物體點觸螢幕，或以手指或其他物件過度施壓。
- 建議不要長時間在部分或整個觸控螢幕上顯示固定圖形。如此可能會導致殘影(螢幕烙印)或鬼影現象。
- ✍ 手錶可能無法識別螢幕邊緣附近的觸碰輸入，因為這部分不屬於觸碰輸入區。
- 水中鎖定模式開啟時，無法使用觸控螢幕。

## 螢幕編排

主螢幕包含數個頁面，手錶螢幕則為主螢幕的開始畫面。

您可以左右滑動螢幕或使用錶圈來查看資訊方塊或開啟通知面板。




 可用的面板、資訊方塊與其排列可能因軟體版本而異。

## 使用資訊方塊

如要新增資訊方塊，請輕觸新增資訊方塊，然後選取資訊方塊。




輕觸並按住資訊方塊時，您可以存取編輯模式，藉此變更資訊方塊的排列或移除資訊方塊。

- 移動資訊方塊：輕觸並按住資訊方塊即可移動並拖曳至所需的位置。
- 移除資訊方塊：輕觸  資訊方塊即可予以移除。

## 開啟和關閉螢幕

### 開啟螢幕

請使用下列方法開啟螢幕。

- 透過按鈕開啟螢幕：按下首頁按鈕或返回按鈕。
- 透過舉起手腕來開啟螢幕：舉起戴著手錶的手腕。如果螢幕並未在您舉起手腕後開啟，請在應用程式螢幕上輕觸  (設定)，輕觸顯示器，然後輕觸螢幕喚醒下方的舉起手腕即可喚醒開關，以便開啟此功能。
- 透過輕觸螢幕來開啟螢幕：輕觸螢幕。如果螢幕並未在您輕觸螢幕後開啟，請在應用程式螢幕上輕觸  (設定)，輕觸顯示器，然後輕觸螢幕喚醒下方的觸碰螢幕即可喚醒開關，以便開啟此功能。
- 透過錶圈開啟螢幕：旋轉錶圈。如果螢幕並未在您旋轉錶圈後開啟，請輕觸應用程式螢幕上的  (設定)，輕觸顯示器，然後輕觸螢幕喚醒下方的旋轉錶圈即可喚醒開關，以便啟用此功能 (Galaxy Watch6 Classic)。

### 關閉螢幕

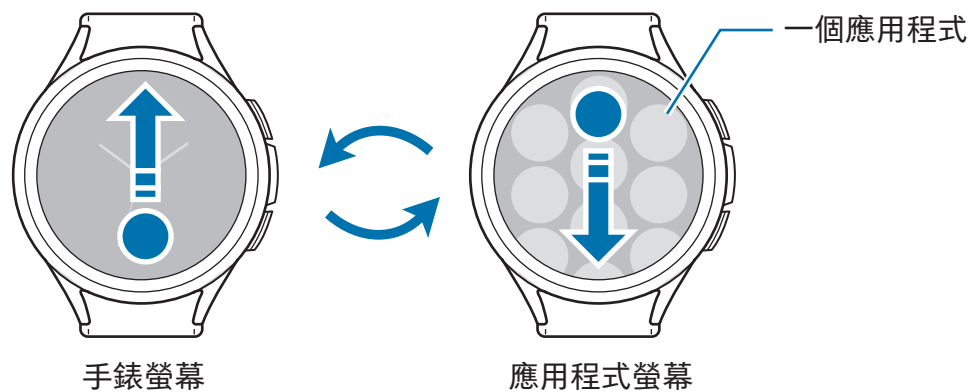
若要關閉螢幕，請用手掌或其他物品將螢幕蓋住。此外，如果手錶在一段特定時間內未使用，螢幕將自動關閉。

## 切換螢幕

### 在手錶螢幕與應用程式螢幕間切換

在手錶螢幕上，向上滑動即可開啟應用程式螢幕。

若要回到手錶螢幕，請在應用程式螢幕由上往下滑動。或者按下首頁按鈕或返回按鈕。



### 返回上一個螢幕

若要返回前一個螢幕，請向右滑動螢幕或按下返回按鈕。


## 應用程式螢幕

應用程式螢幕會顯示所有安裝在手錶的應用程式圖示。


 可用的應用程式可能因軟體版本而異。

### 開啟應用程式

在應用程式螢幕上，輕觸一個應用程式圖示以將其開啟。

若要從最近使用的應用程式清單開啟應用程式，請在應用程式螢幕上輕觸  (最近的應用程式)。

### 關閉應用程式

- 1 在應用程式螢幕上，輕觸  (最近的應用程式)。
- 2 使用錶圈或左右滑動螢幕即可前往應用程式並關閉。
- 3 在應用程式上向上滑動來關閉。

若要關閉所有開啟的應用程式，輕觸關閉全部。

## 編輯應用程式螢幕

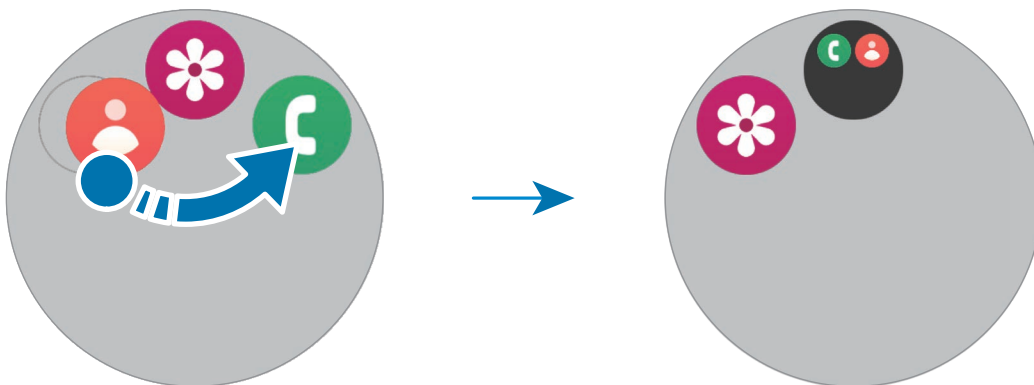
### 移動項目

將項目拖曳到新位置。

### 建立資料夾

將應用程式拖曳至另一個應用程式上。

這麼做會建立新資料夾，其中包括了剛剛選擇的應用程式。輕觸資料夾名稱並輸入資料夾名稱。



- **新增更多應用程式**

輕觸資料夾上的 **+**。勾選欲新增的應用程式，並輕觸完成。您也可以將應用程式拖曳到資料夾以新增應用程式。

- **移動資料夾中的應用程式**

將應用程式拖曳到資料夾外的新位置。

- **刪除資料夾**

輕觸並按住資料夾，然後輕觸刪除。只會刪除選定的資料夾。該資料夾內的應用程式將會重新放置於應用程式螢幕。

## 鎖定螢幕

使用螢幕鎖定功能可保護您的資料，例如儲存在手錶上的個人資訊。開啟此功能後，每次使用手錶時都必須解除鎖定。然而，配戴手錶時一旦解除鎖定，裝置便會維持解除鎖定狀態。

### 設定螢幕鎖定

在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 安全性與隱私權 → 鎖定類型，接著選擇鎖定方式。

- 圖形：繪出四點以上的解鎖圖形以解鎖螢幕。
- 數字密碼：輸入 PIN 碼以解鎖螢幕。

## 手錶

### 手錶螢幕

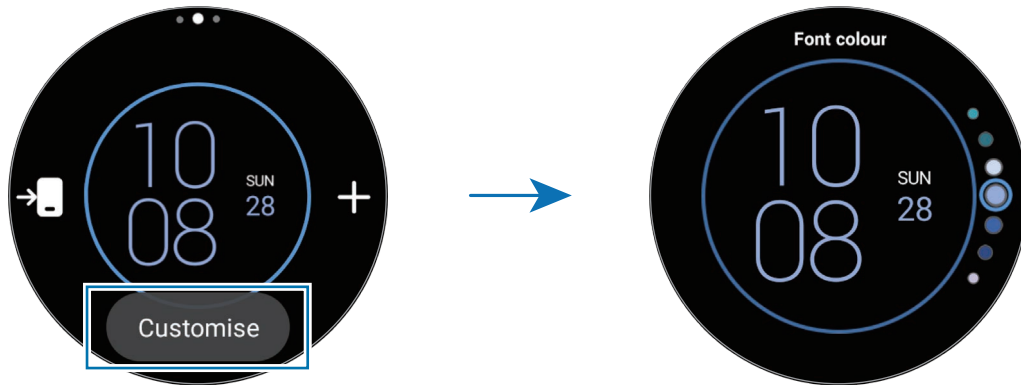
您可以查看目前時間或查看其他資訊。未使用手錶螢幕時，請按下首頁按鈕返回手錶螢幕。


### 變換錶面

- 1 輕觸並按住手錶螢幕，然後輕觸新增錶面。
- 2 使用錶圈或上下滑動螢幕，然後選取錶面。  
如輕觸更多錶面，則可透過 Play 商店應用程式下載更多錶面。



- 3 輕觸自訂即可自訂錶面。向左或向右滑動螢幕即可移動欲自訂的項目，接著使用錶圈或向上或向下滑動螢幕來選取所需色彩及其他設定。若要設定功能，請輕觸所需的各個功能區域。



-  您也可以透過手機變更及自訂錶面。在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸錶面。

## 使用相片自訂錶面


從手機匯入相片後，將相片套用為您的錶面。如需更多從手機匯入相片的資訊，請參閱 [將相片傳輸到手錶](#)。

- 1 輕觸並按住手錶螢幕，然後輕觸新增錶面。
- 2 輕觸相片、鵝卵石或照片貼圖。
- 3 輕觸自訂。
- 4 左右滑動螢幕即可移動至背景或相片項目。

5 輕觸螢幕，選擇欲套用為錶面的相片並輕觸確認。

若要縮放相片，請輕觸兩下相片，或於相片上打開或合攏兩指。放大相片時，滑動螢幕即可讓照片各部分顯示於畫面上。



- 若要同時選擇數張相片，請輕觸並按住相片，使用錶圈或左右滑動螢幕來選取相片，然後輕觸 。相片選取完畢後，如欲新增其他相片，請輕觸新增相片。但若是選擇照片貼圖作為錶面，則僅能選擇一張相片。
- 選擇相片或鵝卵石作為錶面時，最多可以新增 20 張相片作為錶面。
- 若您選擇以相片作為錶面，當您輕觸螢幕時，隨即會出現您新增的相片。

6 輕觸確認。

7 滑動螢幕即可變更複雜功能等其他項目，並返回上一個畫面。

## 開啟 Always On Display 功能

將手錶螢幕與部分應用程式的畫面設為在您配戴手錶時一律維持開啟。然而，使用這項功能時，電池的耗電速度會比平常更快。

若要使用此功能，自螢幕上緣向下拖曳，然後輕觸  來開啟快速面板。或者在應用程式螢幕上，輕觸  (設定) → 顯示器，然後輕觸 Always On Display 開關以開啟此功能。

## 開啟限用手錶模式

在限用手錶模式中，僅會顯示時間，所有其他功能都無法使用。

在應用程式螢幕上，輕觸  (設定) → 電池與裝置維護 → 電池 → 僅使用手錶，然後輕觸開啟。

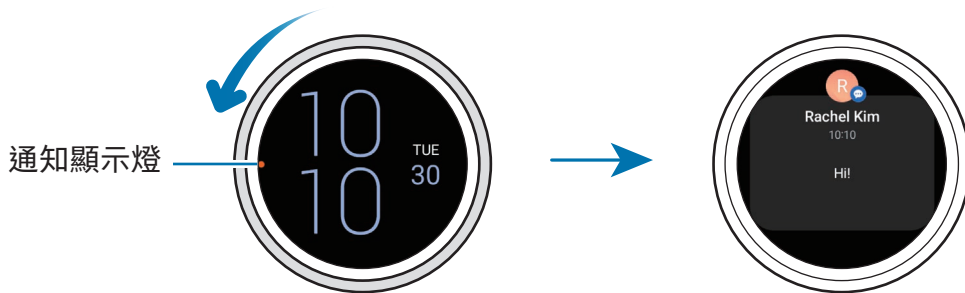
若要關閉限用手錶模式，按住首頁按鈕。或者將手錶置於無線充電器上。

## 通知

### 通知面板

在通知面板上查看如新訊息或未接來電等通知。在手錶螢幕上，逆時鐘旋轉或滑動錶圈。或者，向右滑動螢幕以開啟通知面板。

如有新通知，手錶螢幕上將顯示橘色通知指示燈。如果螢幕未顯示通知指示，請在應用程式螢幕上輕觸 ⚙️ (設定) → 通知 → 進階設定，並輕觸通知指示燈開關，即可開啟此功能。

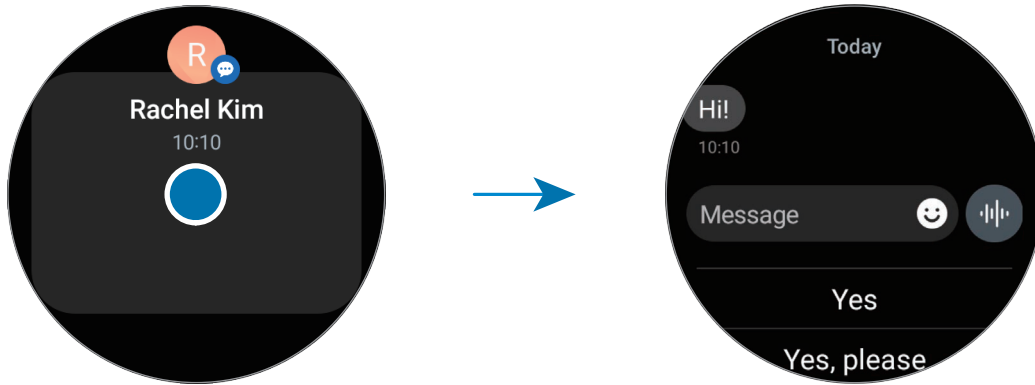


- 您僅會在配戴手錶時收到通知。
- 如使用手機，則無法在手錶上收到通知。若要在使用手機時於手錶上同步查看通知，在應用程式螢幕上輕觸 ⚙️ (設定)，輕觸通知 → 在手錶上顯示手機通知，接著選擇手機使用中仍顯示提醒。

## 查看收到的通知

收到通知時，通知類型或傳送時間等相關資訊會顯示在螢幕上。如收到超過兩則以上的通知，請使用錶圈或左右滑動螢幕來查看更多通知。

輕觸要查看詳細資料的通知。



## 刪除通知

查看通知時向上滑動螢幕。

## 選擇欲接收通知的應用程式

在手錶上選擇欲接收通知的手機或手錶應用程式。

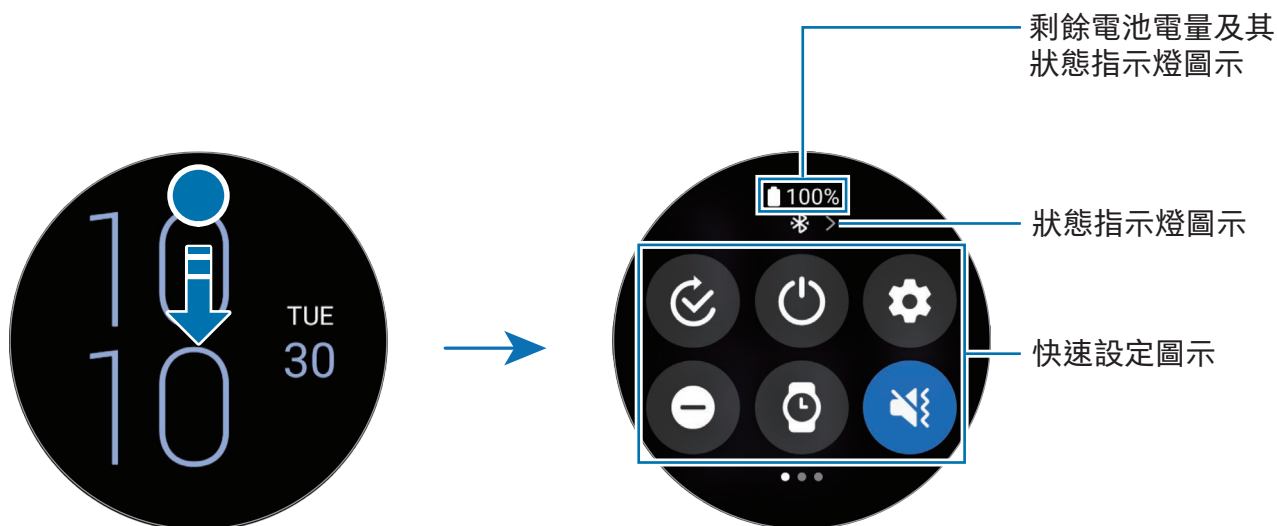
- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。
- 2 輕觸手錶設定 → 通知 → 應用程式通知。
- 3 輕觸應用程式旁的開關來接收應用程式清單上的通知。

## 快速面板

透過快速面板查看手錶的目前狀態並配置設定。







若要開啟快速面板，請自螢幕上緣向下拖曳。若要關閉快速面板，請向上滑動螢幕。



使用錶圈或左右滑動螢幕即可前往下一個或上一個快速面板。



### 查看狀態指示燈圖示

狀態指示燈圖示將顯示於快速面板頂部，告知您手錶目前的狀態。表格中列出的圖示是最常見的圖示。

圖示	意義
	藍牙已連接
	訊號強度
	已連接 LTE 網路
	Wi-Fi 已連接
	手錶和手機已遠端連線
	電池電量

-  表示部分功能模式或手錶充電狀態等資訊的狀態指示燈圖示也會顯示於手錶螢幕頂端。若要在手錶螢幕上隱藏狀態指示燈圖示，在應用程式螢幕上輕觸  (設定)，輕觸進階功能 → 狀態顯示器，接著選擇顯示 2 秒後隱藏。
- 視地區、電信業者或型號而定，狀態指示燈圖示可能有所不同。



## 查看快速設定圖示

快速設定圖示顯示於快速面板上。輕觸圖示即可變更基本設定或啟動功能。如欲查看更多詳細設定，請輕觸並按住快速設定圖示。

如欲進一步瞭解如何在快速面板上新增或移除快速設定圖示，請參閱[編輯快速面板](#)。



圖示	意義
	開啟選取模式功能表
	存取電源選項
	開啟設定
	開啟請勿打擾模式
	開啟 Always On Display 功能
	開啟聲音、震動或靜音模式
	開啟手電筒
	調整亮度
	開啟省電模式
	開啟音量功能表
	連接 Wi-Fi 網路
	開啟水中鎖定模式
	開啟飛航模式
	連接藍牙耳機

圖示	意義
	開啟尋找我的手機應用程式
	開啟 GPS 功能
	連接行動網路 (SM-R935F、SM-R945F、SM-R955F、SM-R965F)
	開啟 NFC 功能
	開啟觸控靈敏度功能
	連接藍牙 (SM-R935F、SM-R945F、SM-R955F、SM-R965F)

-  視執行模式而定， 快速設定圖示的外觀可能有所不同，且使用模式的過程中，可透過輕觸圖示來關閉模式。
- 視連線手機的軟體版本而定，快速設定圖示的外觀可能有所不同。

## 編輯快速面板

輕觸  即可進入編輯模式來變更快速設定圖示的排序，或新增或移除快速設定圖示。

- 移動快速設定圖示：輕觸並按住快速設定圖示即可移動並拖曳至所需的位置。
- 新增快速設定圖示：輕觸快速設定圖示上的  即可新增。
- 移除快速設定圖示：輕觸快速設定圖示上的  即可移除。

## 輸入文字

### 鍵盤版面

鍵盤會在您輸入文字時自動顯示。



- 文字輸入螢幕可能根據您開啟的應用程式而有差異。
- 有些語言不支援文字輸入。若要輸入文字，必須將其變更為接受支援的輸入語言之一。

### 變更輸入語言

向上拖曳 圖示，輕觸 → 輸入語言 → 管理語言，然後選取欲使用的語言。如選擇兩種語言，則可左右滑動空格鍵，在輸入語言之間做切換。您可以最多新增兩種語言。

- 若要設定輸入語言，您也可以輕觸應用程式螢幕上的 (設定)，並輕觸一般 → 輸入 → 三星鍵盤 → 輸入語言 → 管理語言。

### 變更鍵盤類型

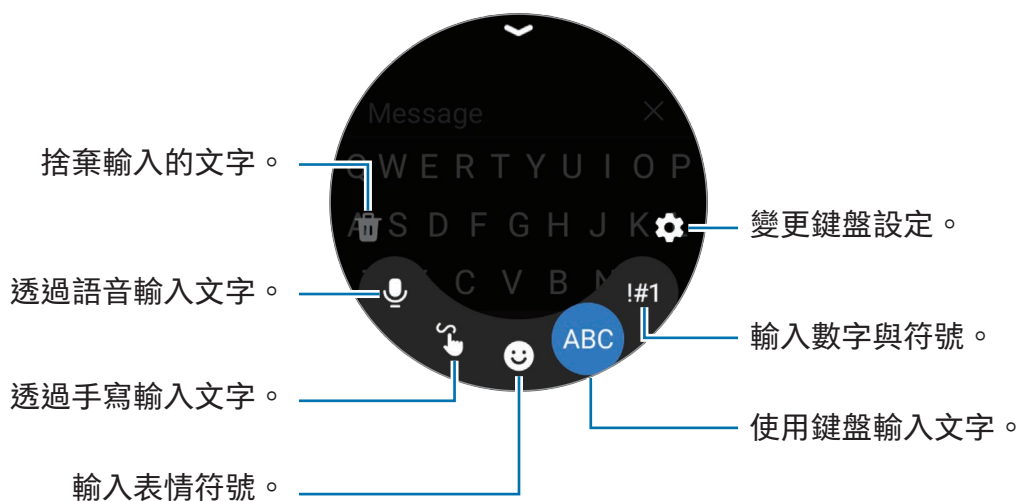
向上拖曳 圖示，輕觸 → 輸入語言，選擇語言，然後選取欲使用的鍵盤類型。


- 3 x 4 鍵盤上，一個按鍵對應三到四個字元。若要輸入字元，反覆輕觸相應的按鍵，直至所需的字元出現。



## 附加鍵盤功能

向上拖曳鍵盤螢幕上的  圖示即可使用其他鍵盤功能。





 視語言、電信業者或型號而定，可能無法使用部分功能。


# 應用程式與功能

## 安裝與管理應用程式

### Play 商店

購買與下載應用程式。


在應用程式螢幕上輕觸  (Play 商店)。依類別瀏覽應用程式，或輕觸  搜尋關鍵字。

-  • 在手錶上註冊 Google 帳戶即可使用 Play 商店應用程式。請參閱 [在手錶上新增 Google 帳戶](#) 瞭解更多資訊。
- 若要變更自動更新設定，請輕觸設定，再輕觸自動更新應用程式開關，即可開啟或關閉此功能。


### 管理應用程式

#### 解除安裝或停用應用程式

在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式，並輕觸手錶設定 → 應用程式，輕觸應用程式，然後選擇選項。


- 解除安裝：解除安裝已下載的應用程式。
  - 停用：停用無法從手錶解除安裝的所選預設應用程式。
-  • 某些應用程式可能不支援此功能。
  - 在手錶的應用程式螢幕上輕觸並按住應用程式，接著輕觸解除安裝，即可移除某些應用程式。

#### 啟用應用程式

在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式，輕觸手錶設定 → 應用程式，選擇 ，然後輕觸已停用 → 確認。選擇應用程式，然後輕觸啟用。

## 設定應用程式權限

為了讓某些應用程式正常運作，您可能需要給予應用程式在手錶上存取或使用資訊的權限。


若要根據權限類別查看或變更應用程式權限設定，請在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 應用程式 → 權限管理員。請選擇項目並選擇應用程式。

 如果您不給予應用程式權限，應用程式的基本功能將無法正常運作。

## 訊息

使用手錶查看並回覆訊息。

漫遊時傳送或接收訊息可能會產生額外費用。

 Android 訊息應用程式是否可用，可能需視地區而定，而預設訊息應用程式的設定會與連接的手機同步。

## 查看訊息

1 在應用程式螢幕上輕觸  (訊息)。

或者，可開啟通知面版並查看新訊息。

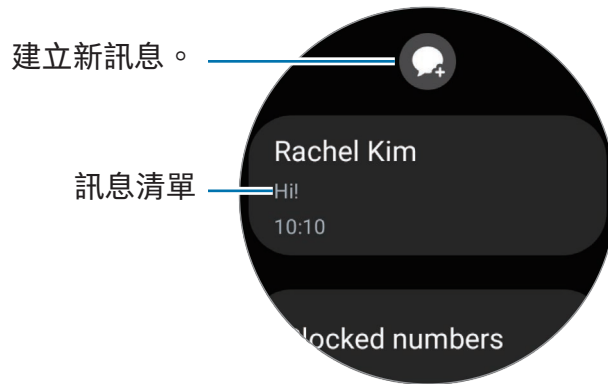
2 捲動訊息清單或使用錶圈選擇聯絡人即可查看對話。






若要在手機上查看訊息，請輕觸顯示於手機。

若要回覆訊息，請輕觸訊息輸入欄位並輸入訊息。

## 傳送訊息



- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (訊息)。

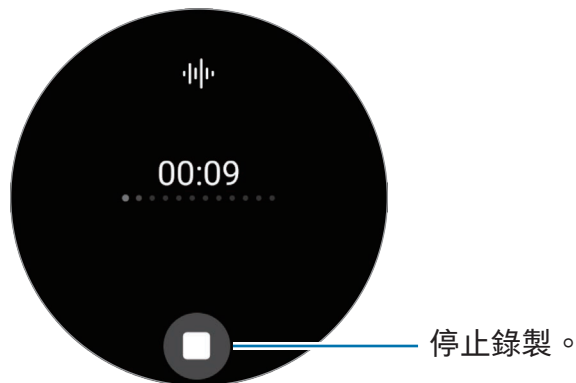


- 2 輕觸 。
- 3 輕觸收件人或輕觸  來輸入訊息收件人或電話號碼。或者，輕觸  並從聯絡人名單中選取訊息收件人。
- 4 輕觸訊息輸入欄位並輸入訊息或選取文字範本，然後輕觸  或 。


### 錄製並傳送語音訊息

您可以錄下想說的話後傳送語音檔案。

在訊息輸入螢幕上輕觸 ，然後錄製想要傳送的内容，接著輕觸 。




## 刪除訊息

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (訊息)。
- 2 捲動訊息清單或使用錶圈選擇聯絡人即可查看對話。
- 3 輕觸並按住一則訊息，然後輕觸刪除。  
訊息隨即會從手錶和連接的手機上同步刪除。


## 電話

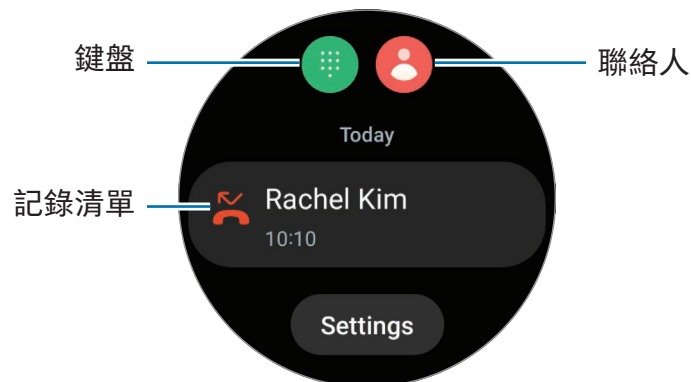
### 簡介

您可以撥接並查看來電。






 如於收訊不佳的區域通話，聲音可能不清晰，且僅可進行短暫通話。

### 撥打電話

在應用程式螢幕上輕觸  (電話)。







請使用下列其中一種方法撥打電話。


- 輕觸 ，使用鍵盤輸入號碼，然後輕觸 。
- 輕觸 ，使用錶圈或捲動聯絡人清單，選擇聯絡人，然後輕觸 。
- 使用錶圈或捲動記錄清單，選擇記錄項目，然後輕觸 。

## 選擇撥打電話欲使用的號碼 (SM-R935F、SM-R945F、SM-R955F、SM-R965F)

您可於手錶和連線手機間選擇用以通話的號碼。此外，如手錶連線的手機支援雙 SIM 卡，則可選取一張 SIM 卡用以撥號。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (電話)。
  - 2 輕觸 。
  - 3 輕觸  並選擇所需選項。
    - 手機：以連線手機的號碼撥打電話。
    - SIM 1：使用連線手機的 SIM 卡 1 號碼撥打電話。
    - SIM 2：使用連線手機的 SIM 卡 2 號碼撥打電話。
    - 手錶：使用手錶的號碼撥打電話。
-  • 視連線的手機而定，某些功能可能無法使用。
- 您也可選擇記錄項目，接著輕觸並按住通話按鈕來選擇號碼。

## 事先設定主要號碼 (SM-R935F、SM-R945F、SM-R955F、SM-R965F)

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (電話)。
- 2 輕觸設定。
- 3 輕觸慣用號碼並選擇所需選項。
  - 電話：設定以連線手機的號碼撥打電話。
  - 手錶：設定以手錶的號碼撥打電話。
  - 每次詢問：設定撥打電話時一律詢問欲使用的號碼。

## 通話期間的選項


以下為可供使用的操作：



 螢幕外觀可能因型號而異。


## 用藍牙耳機撥打電話

連接藍牙耳機時，通話會自動導向耳機。

未連接藍牙耳機的情況下，在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 連線 → 藍牙。可用的藍牙裝置清單顯示時，選擇想要使用的藍牙耳機。



## 接聽電話

### 接聽電話

收到來電時，請順時鐘旋轉或滑動錶圈。或將  拖曳至圓圈之外。您可以透過手錶的內建麥克風、揚聲器或連接的藍牙耳機進行通話。

### 拒接來電

您可以拒接來電並向來電者傳送婉拒訊息。

收到來電時，請逆時鐘旋轉或滑動錶圈。或將  拖曳至圓圈之外。若要傳送拒接訊息，請向上拖曳  圖示並選擇所需訊息。


## 未接來電

如果有未接來電，未接來電通知將顯示於通知面板。在通知面板上查看未接來電通知。或者，在應用程式螢幕上輕觸  (電話) 以查看未接來電。


## 聯絡人

您可以撥打電話或傳送訊息給聯絡人。儲存在連線手機上的聯絡人，也將同步儲存到手錶。



在應用程式螢幕上輕觸  (聯絡人)。

 手機上的我的最愛聯絡人清單，將顯示於聯絡人清單最上方。


使用下列搜尋方法之一：


- 輕觸  並於聯絡人清單上方輸入搜尋條件。
- 捲動瀏覽聯絡人清單。
- 使用錶圈。快速轉動或滑動錶圈時，清單會按照首個字母的順序捲動。

選擇聯絡人後，可執行下列操作之一：

- ：撥打語音電話。
- ：撰寫訊息。

## 在資訊方塊上選擇常用聯絡人

新增聯絡人資訊方塊中的常用聯絡人，以便直接透過簡訊或電話與對方聯絡。輕觸新增 → ，然後選取聯絡人。


-  • 若要使用此功能，必須新增聯絡人資訊方塊。請參閱[使用資訊方塊](#)瞭解更多資訊。
- 最多可於資訊方塊上新增四個聯絡人。



# Samsung Wallet

使用 Samsung Wallet 的多項便利功能。可進行付款，查看票券或登機證等。

輕觸應用程式螢幕的  (Samsung Wallet) 並選取所需功能。

-  • 此應用程式可用與否，視地區、電信業者、型號或連線手機而定。
- 視所在地區而定，可能無法使用部分功能。
- 視地區或電信業者而定，初始設定的步驟可能有所不同。

## 設定 Samsung Wallet

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。
- 2 輕觸手錶設定 → Samsung Wallet，然後依照螢幕上的說明完成設定。

## 支付款項

在 Samsung Pay 中註冊卡片以進行付款。請參閱 [Samsung Pay](#) 瞭解更多資訊。

## 使用票券


加入登機證、電影票、體育活動入場券等，並於單一位置統一取用。

# Samsung Pay

## 簡介

在 Samsung Pay 中註冊卡片以進行付款。

您可以前往 [www.samsung.com/samsung-pay](http://www.samsung.com/samsung-pay) 查看更多資訊，例如支援此功能的卡片等。

-  • 若要透過 Samsung Pay 付款，視所在地區不同，裝置可能必須連線至 Wi-Fi 或行動網路。
- 此應用程式可用與否，視地區、電信業者、型號或連線手機而定。
- 視地區或電信業者而定，初始設定和卡片註冊的步驟可能有所不同。

## 設定 Samsung Pay

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。
- 2 輕觸手錶設定 → Samsung Pay，然後依照螢幕上的說明完成卡片註冊。

## 支付款項

- 1 若要透過手錶付款，請按住手錶螢幕或 Samsung Pay 簡介頁面上的返回按鈕。
- 2 輸入 PIN 碼或畫出您設定的圖形。
- 3 捲動卡片清單，選擇卡片並輕觸付款。

#### 4 將手錶靠近讀卡機。

讀卡機識別成功卡片資訊後會馬上付款。



- 付款可能因為網路連線而失敗。
- 付款驗證方法可能視讀卡機而異。

## Samsung Health

### 簡介

Samsung Health 會記錄並管理您 24 小時的活動與睡眠模式，以培養健康的生活習慣。您可透過連線手機上的 Samsung Health 應用程式，儲存並管理健康相關資料。

持續配戴手錶運動超過 10 分鐘後 (跑步則為 3 分鐘)，隨即會開啟自動偵測運動功能。此外，如果手錶辨識到超過 50 分鐘未活動，就會發出通知並顯示伸展動作教學，或顯示鼓勵您進行輕量活動的畫面。如果手錶辨識到您在開車或睡眠中，可能就不會發出通知，也不會顯示伸展教學畫面，即便您的身體並沒有動作。

如需詳細資料，請造訪 [www.samsung.com/samsung-health](http://www.samsung.com/samsung-health)。

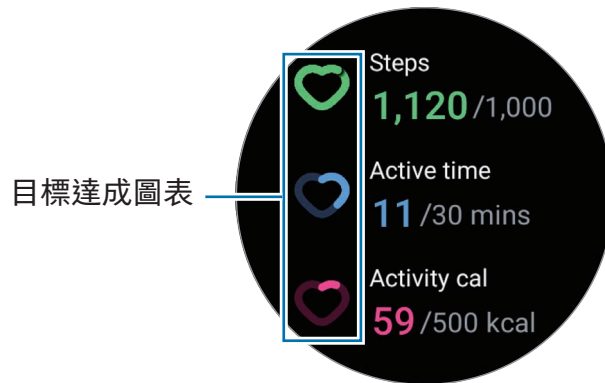
- Samsung Health 的功能適合用於休閒、健康、運動用途。非醫療用途。使用這些功能時，請仔細閱讀相關說明。
1. 正式醫療用是採用“心電電流測量法”而本裝置是採用“光電測量法”，手錶底部安置 LED 燈和發射接收器，原理是基於手臂的血管的血液在脈動時候會發生密度改變而引起透光率的變化，依據反射回來的光強度變化而測得脈搏跳動頻率。
  2. 手錶的心跳率應用程式功能僅適用於健身和資訊提供目的，不適用於診斷疾病或其他健康狀況，或用於醫治、緩和、治療或預防疾病。

## 每日活動

查看當天的每日狀態，例如步數、活動時間、活動卡路里，以及各活動的目標和相關資訊。

### 查看每日活動


在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health) 並輕觸每日活動。



- 步數：查看一整天行走的步數量。越接近步數目標，圖表也會隨之上升。
- 活動時間：查看一整天活動身體的總時數。隨著伸展或走路等輕量運動的活動時間接近目標，圖表也會隨之上升。
- 活動消耗熱量：查看一整天從事活動所消耗的卡路里總量。越接近活動卡路里目標，圖表也會隨之上升。

若要查看其他與每日活動相關的資訊，請使用錶圈或上下滑動螢幕。

### 設定每日活動目標

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸每日活動並輕觸設定目標。
- 3 選擇活動選項。
- 4 使用錶圈或上下滑動螢幕來設定目標。
- 5 輕觸完成。

## 步數


手錶會計算您走過的步數。

### 測量您的步數


在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health) 並輕觸步數。



若要查看其他與步數相關的資訊，請使用錶圈或上下滑動螢幕。

-  由於手錶需要等到您開始走動後才能正確偵測到動作，因此當您開始測量步數後，步數追蹤器將在短暫延遲後才會開始進行測量並顯示您的行走步數。此外，為了能準確測量步數，在目標達成通知出現前，您可能會經歷短暫延遲的狀況，而只有在下載、安裝並使用 Samsung Health 應用程式時才會出現此類通知。
- 如果乘坐汽車或火車出行時使用步數追蹤工具，伴隨的震動可能會影響您的步數。
- 一層樓大約計算為 3 公尺。測得的樓層數可能與實際爬過的樓層數不同。
- 依環境、使用者動作、建築狀況不同，測得的樓層數可能不準確。
- 若大氣壓力感應器滲入水分 (淋浴及水上活動) 或外界物質，則可能無法精準測量樓梯數。如手錶上沾有任何洗潔劑、汗水或雨滴，使用前請先以清水沖洗並徹底擦乾手錶，包含大氣壓力感應器。

## 設定步數目標

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸步數並輕觸設定目標。
- 3 使用錶圈或上下滑動螢幕來設定目標。
- 4 輕觸完成。

## 運動

記錄運動資訊並查看結果。



- 若您符合下列任一情況，使用此功能前，請先諮詢醫生等持有執照的專業醫事人員：
  - 患有慢性病，例如心臟病或高血壓。
  - 懷孕
  - 年紀不適合獨自運動
- 若運動期間覺得頭暈、感覺疼痛或呼吸困難，請立即停止運動，並向持有執照的醫療專業人士(如醫師)尋求意見。
- 開始運動後，裝置會測量您的心跳率。為準確測量，請將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上。請參閱[如何配戴手錶以進行精確測量](#)瞭解更多資訊。
- 螢幕顯示心跳率之前請不要移動，這才能讓量測更準確。
- 周遭環境、您的生理狀態，或是手錶配戴方式等因素變化可能會導致暫時無法顯示心跳率。

在寒冷天氣環境中運動前請注意下列條件：

- 避免在寒冷的天氣中使用裝置。如有可能，在室內使用裝置。
- 如在寒冷的天氣中於戶外使用裝置，使用前請以袖口蓋住手錶。

## 開始運動

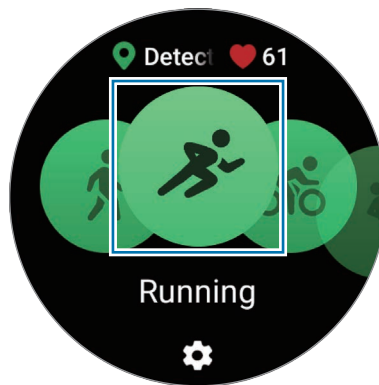
1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。

2 輕觸**健身**。

 您可以在將健身活動新增到**多種類健身資訊方塊**後，直接從該資訊方塊中開始運動。

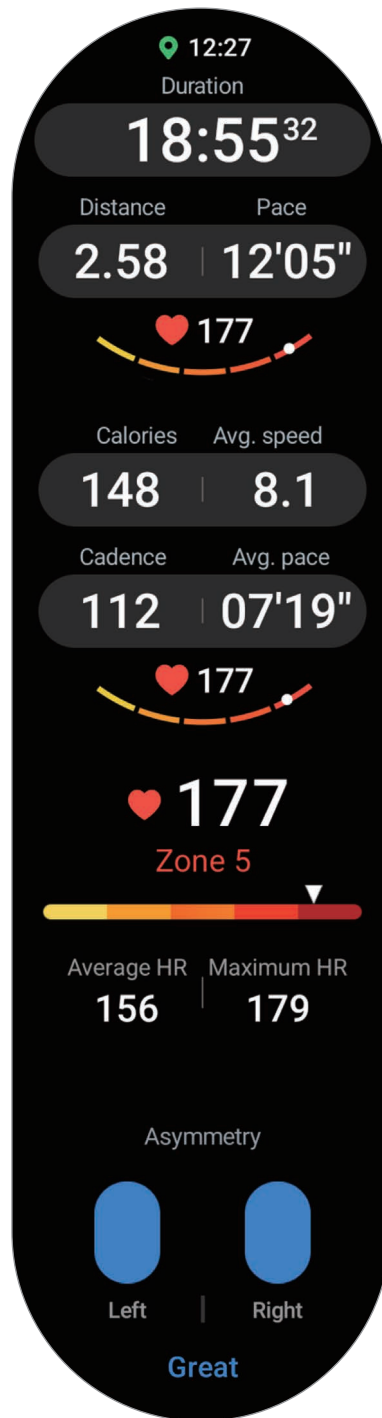
3 使用錶圈或左右滑動螢幕即可選擇欲進行的運動類型。

如無符合需求的運動類型，請輕觸**新增**，然後選擇目標運動類型。



運動隨即會開始。針對特定的運動類型，輕觸開始即可開始運動。

- 4 使用錶圈或上下滑動螢幕，即可在健身畫面上查看運動資訊，例如心跳率、距離或時間。



向左滑動螢幕即可播放音樂。





- 如選擇游泳或游泳(戶外)時，將自動開啟水中鎖定模式，且觸控螢幕將無反應。水中鎖定模式可防止您在水中運動時，不慎誤觸螢幕或輸入文字。如開啟水中鎖定模式，則抬高手腕喚醒功能與 Always On Display 功能等，包含螢幕觸控都將自動關閉。
- 選擇游泳或游泳(戶外)時，如發生下列情況，記錄數值可能不精確：
  - 如在抵達終點前停止動作
  - 如在路程中變換泳式
  - 如在抵達終點前停止划動手臂
  - 若您游泳時未划動手臂
  - 若您僅以單手游泳
  - 若您於水下游泳
  - 若您在開始運動後離開泳池並走動
  - 如果您並未暫停或重新開始運動，但卻在休息時結束運動

## 5 向右滑動螢幕，並輕觸完成。

若要暫停或重新開始運動，請向右滑動螢幕並輕觸暫停或繼續。或者，也可按住返回按鈕。




- 若要結束游泳，請先按住首頁按鈕來停用水中鎖定模式，甩動手錶徹底去除水分，確保大氣壓力感應器能正常運作，接著輕觸確認。
- 即使您完成運動，仍將繼續播放音樂。若要停止播放音樂，請先停止播放音樂再結束運動，或開啟音樂應用程式或媒體控制器以停止播放音樂。

## 6 完成運動後，使用錶圈或上下滑動螢幕即可查看運動結果。


## 進行多種運動

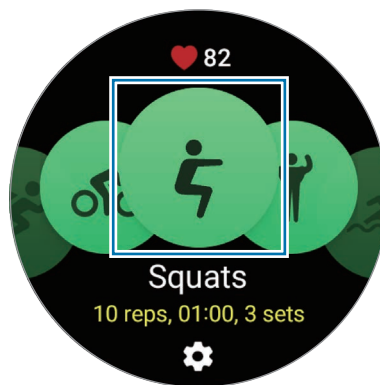
您可以輸入不同運動，並在結束目前運動後直接進行下一種運動，完整走完運動流程。運動時向右滑動螢幕，輕觸新，然後選取下個想要從事的運動類型。

 若要結束游泳，請先按住首頁按鈕來停用水中鎖定模式，甩動手錶徹底去除水分，確保大氣壓力感應器能正常運作，接著輕觸確認。

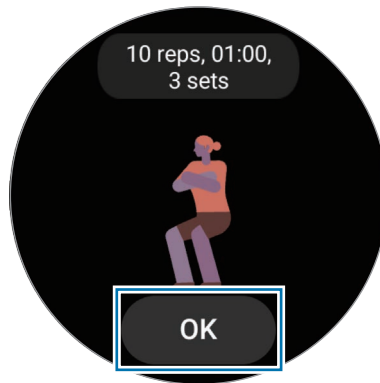
## 開始重複性運動

從事深蹲或硬舉等重複性運動時，手錶會發出嗶聲來計算您重複動作的次數。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸健身。
- 3 使用錶圈或左右滑動螢幕即可選擇想要開始的重複性運動類型。  
如無符合需求的重複性運動類型，請輕觸新增，然後選擇目標運動型態。

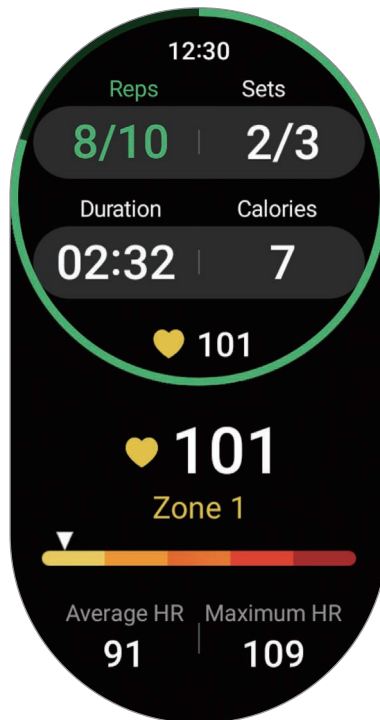


4 待您依照螢幕指示擺出正確姿勢後，請輕觸確定。




嗶聲響起後便開始計算。

5 使用錶圈或上下滑動螢幕，即可在健身畫面上查看運動資訊，例如心跳率、訓練次數或卡路里。



向左滑動螢幕即可播放音樂。

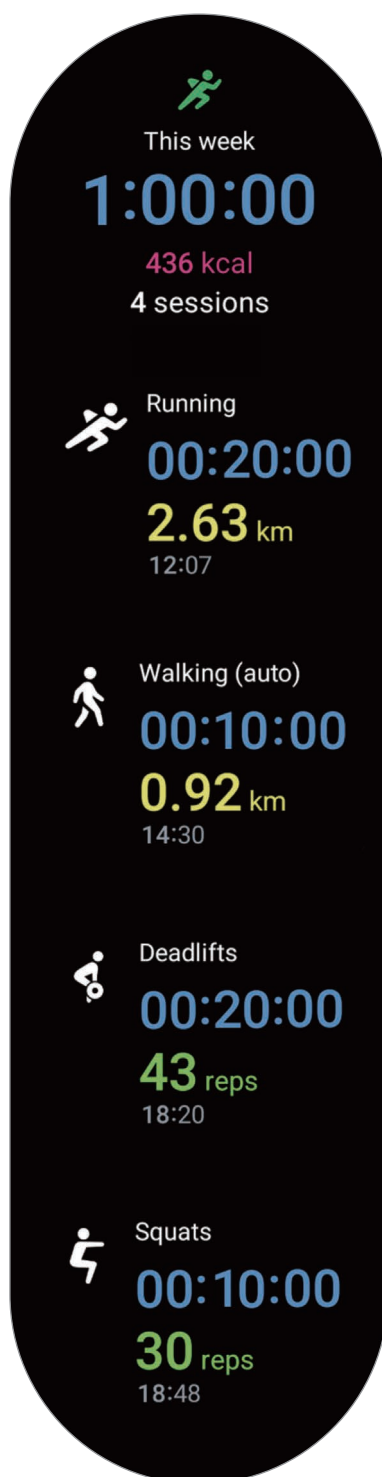
- 6 完成一組動作後稍作休息。若想直接跳到下一組運動而不休息，請輕觸略過。在您依照螢幕上的指示擺出正確姿勢後，隨即展開運動。
- 7 向右滑動螢幕，並輕觸完成。若要暫停或重新開始運動，請向右滑動螢幕並輕觸暫停或繼續。或者，也可按住返回按鈕。
-  即使您完成運動，仍將繼續播放音樂。若要停止播放音樂，請先停止播放音樂再結束運動，或開啟音樂應用程式或媒體控制器以停止播放音樂。
- 8 完成運動後，使用錶圈或上下滑動螢幕即可查看運動結果。

## 查看運動記錄

您可以查看以日期及運動類型分類的運動記錄。


- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸檢視記錄。

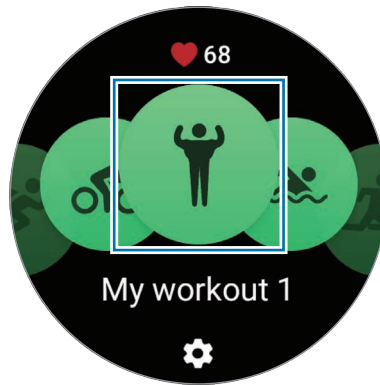
3 使用錶圈或上下滑動螢幕即可查看所有運動記錄。



## 新增專屬運動後開始健身




除了手錶提供的預設運動類型，您也可以新增專屬運動，並測量運動時間、消耗的卡路里，還可以查看您的運動結果。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸健身。
- 3 輕觸新增 → 新建運動。
- 4 輸入名稱後輕觸使用 GPS 記錄距離、速度與路線開關，即可記錄其他選項。
- 5 輕觸儲存。  
隨即會新增運動。



- 6 選擇您新增的運動並開始。

## 設定運動


- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
  - 2 輕觸**健身**。
  - 3 在每個運動類型下方輕觸  並設定各種運動選項。
    - **游泳池長度**：設定游泳池長度。
    - **目標**：開啟運動目標功能並進行設定。
    - **健身畫面**：設定運動過程中顯示的畫面。
    - **心率區間指南**：開啟此功能後，只要您達成設定的心跳率區間目標，就會收到提醒。
    - **自動計圈**：按兩下返回按鈕即可設為手動記錄單圈時間，或於運動期間依照設定距離或時間自動記錄。
    - **語音指導頻率**：設定後便能在達成指定距離、時間或長度時接收指導內容。
    - **健身指導訊息**：設定於運動中接收健身指導訊息以達到適當配速。
    - **自動暫停**：設定手錶的運動功能，以便於停止健身時自動暫停追蹤。
    - **開始運動**：設定開始健身的方式。
    - **語音導覽**：開啟語音指導即可透過語音瞭解目標達成狀況以及圈數。
    - **永遠開啟螢幕**：設定運動期間維持螢幕開啟狀態。
    - **自動偵測運動**：開啟自動偵測運動功能並進行設定。請參閱[自動偵測運動功能](#)瞭解更多資訊。
-  • 您也可以**在運動前或運動期間變更某些設定**。開始運動前，輕觸倒數螢幕或 GPS 螢幕上的設定。或者，在運動過程中，向右滑動螢幕並輕觸設定。
- 可用的運動設定選項可能會因運動類型而異。

## 自動偵測運動功能

一旦您配戴手錶進行運動超過 10 分鐘 (跑步則為 3 分鐘)，裝置會自動辨識到您正在運動，並開始記錄運動類型、進行時間以及卡路里燃燒量等運動資訊。



當您停止從事某項運動超過 1 分鐘，手錶會自動辨識您已停止運動，並結束記錄。


- 可查看自動偵測運動功能支援的運動清單。在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health) 並輕觸設定 → 欲偵測活動。如未自動辨識運動，請開啟自動偵測運動功能，並在欲偵測活動下方輕觸使用此功能的運動類型開關。
- 自動偵測運動功能會使用加速感應器來測量您花費的運動時間與燃燒的熱量。視您的走路姿勢、運動流程與生活型態而定，測量結果的正確度也可能會有所變化。

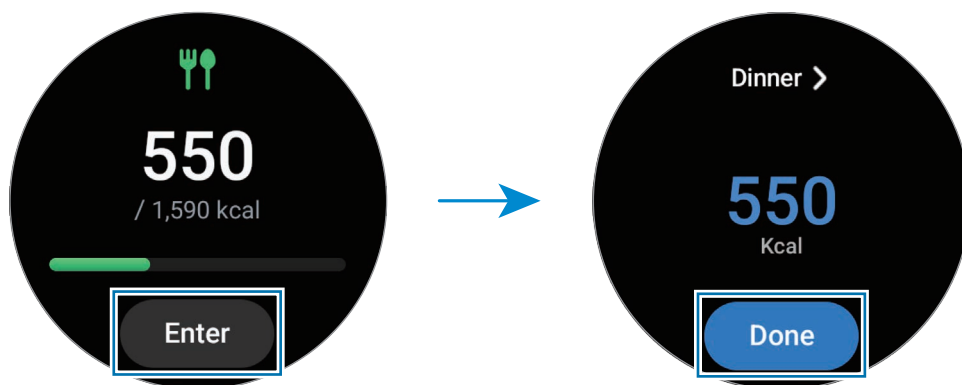


## 食物

記錄您每日攝取的卡路里，並與您的目標卡路里進行比對，協助您管理體重。


### 記錄卡路里

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸食物。
- 3 輕觸輸入，再輕觸螢幕上的餐食類型，然後選擇選項。
- 4 使用錶圈或上下滑動螢幕來設定卡路里攝取量，接著輕觸完成。




若要查看其他與卡路里攝取量相關的資訊，請使用錶圈或上下滑動螢幕。

### 刪除記錄


- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸食物並輕觸刪除。
- 3 選擇欲刪除的資料，然後輕觸刪除。


### 設定卡路里攝取量目標

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸食物並輕觸設定目標。
- 3 使用錶圈或上下滑動螢幕來設定目標。
- 4 輕觸完成。


## 睡眠

透過測量睡眠時的心跳率與動作來分析並記錄您的睡眠。

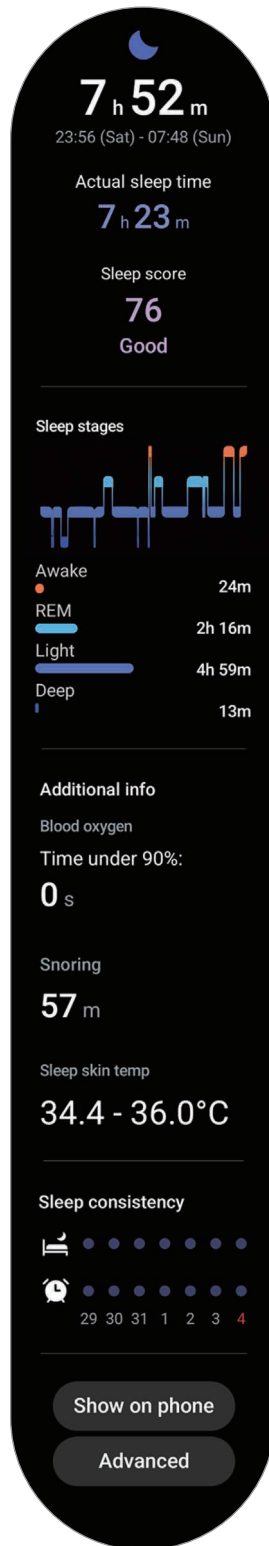
 此功能僅供一般健康與健身用途。因此，請勿使用於醫療目的，例如診斷症狀、治療或預防疾病。

-  睡眠模式會使用您入睡時的移動與心跳率變化，針對四階段睡眠(清醒、快速動眼期、淺眠、熟睡)進行分析。您可以在連線手機圖表上查看各睡眠狀態量測結果的建議範圍。
- 若您的心跳率不規則，或是手錶無法確實辨識到您的心跳率，睡眠模式分析結果將會以三種狀態呈現(不安穩、淺眠、安穩)。
- 您只能在手錶連接到手機時查看睡眠分析詳情。
- 測量前，請將手錶的電量充達 30% 以上。
- 為準確測量，請將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上。請參閱[如何配戴手錶以進行精確測量](#)瞭解更多資訊。



## 測量您的睡眠

- 1 配戴手錶入睡。  
手錶將會開始測量您的睡眠。
- 2 起床後在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 3 輕觸睡眠。

4 使用錶圈或上下滑動螢幕即可查看睡眠記錄相關資訊。



## 使用鼾聲偵測功能

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
  - 2 輕觸設定。
  - 3 輕觸鼾聲偵測。  
Samsung Health 應用程式會在手機上開啟。
  - 4 輕觸開關以開啟。
  - 5 選擇偵測鼾聲下方的永遠即可在您睡覺時持續偵測鼾聲。
  - 6 睡前將手機連接充電器並調整手機麥克風方向，讓它面向您的位置。  
戴著手錶入睡時，除了其他睡眠記錄，還會偵測您的鼾聲。
-  您可透過連線手機上的 Samsung Health 應用程式 (6.18 以上版本) 開啟鼾聲偵測功能。
  - 睡前請確實執行下列動作以偵測您的鼾聲：將鼾聲偵測功能設為永遠、將手機連接充電器，讓麥克風面向您的位置。

## 使用睡眠期間體溫記錄功能

記錄睡眠期間的體溫變化，並透過協助打造最佳睡眠環境。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸設定。

### 3 輕觸睡眠期間的體溫開關即可啟用。

戴著手錶入睡時，除了其他睡眠記錄，還會偵測您的體溫。



- 如果設為睡眠時持續測量體溫，電池的耗電速度會比平常更快。
- 測量體溫時，您可以看見光學心率感應器發出的閃爍光源。
- 手錶可能會在您清醒的狀態下測量體溫，因為手錶可能會在您閱讀、看電視或看電影時將您辨識為已進入睡眠狀態。
- 將手錶服貼於手腕，確保您的手腕和手錶之間不會因為睡眠中的翻身動作而出現空隙。

## 心跳率

測量並記錄您的心跳。



手錶的心跳率追蹤工具僅適用於健身和資訊提供目的，不適用於診斷疾病或其他健康狀況，或用於醫治、緩和、治療或預防疾病。




為準確測量，請將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上。請參閱[如何配戴手錶以進行精確測量](#)瞭解更多資訊。

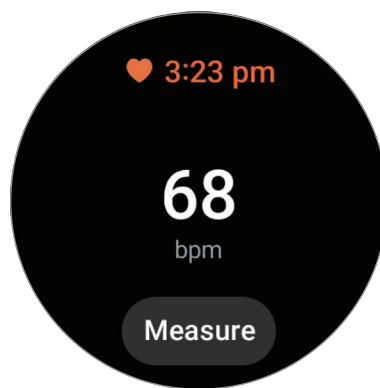
測量心跳前，請留意以下狀況：

- 測量前休息五分鐘。
- 如果測量值與期望的心跳差異較大，請休息 30 分鐘，然後重新測量。
- 在冬季或寒冷的天氣條件下，在測量心跳時請注意保暖。
- 進行量測前吸煙或飲酒可能導致心跳加快且可能造成心跳率異常。
- 在進行心跳測量時，請勿說話、打呵欠或深呼吸。否則可能使記錄的心跳不準確。

- 心跳測量結果可能因測量方法和測量時的環境而有所不同。
- 若感應器無法運作，請檢查手錶在手腕上的位置，並排除任何干擾感應器的物件。若感應器持續發生相同問題，請前往三星服務中心或授權服務中心。


## 手動測量心跳率

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸心跳率。
- 3 輕觸測量以開始測量您的心跳。  
在畫面上查看測得的心跳率。




若要查看其他與心跳率相關的資訊，請使用錶圈或上下滑動螢幕。

## 變更心跳率量測設定

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸心跳率。
- 3 輕觸設定，並選擇量測下方的測量方式。
  - 連續測量：裝置將連續測量您的心跳率。
  - 靜止狀態下每 10 分鐘測量一次：休息的時候，裝置會每隔 10 分鐘測量一次您的心跳率。
  - 僅限手動：您必須輕觸測量才能手動測量心跳率。


## 設定心跳率提醒

如心跳率高於或低於設定的靜止心跳率，且持續超過 10 分鐘，便會傳送提醒給您。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸心跳率。
- 3 輕觸設定，並於心跳率提醒下方設定提醒。
  - 心跳率高：設定如心跳率持續高於設定的心跳次數，即傳送提醒給您。
  - 心跳率低：設定如心跳率持續低於設定的心跳次數，即傳送提醒給您。

## 壓力

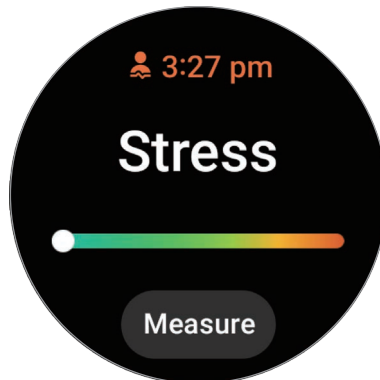
利用手錶收集的生物資料查看您的壓力指數，並透過手錶提供的呼吸練習減輕壓力。

-  • 越常測量壓力程度，累積更多資料，結果就越準確。
- 您的壓力程度與情緒狀態並無直接關聯。
- 當您睡覺、健身、活動量大或剛完成健身時，可能無法測量壓力程度。
- 為準確測量，請將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上。請參閱[如何配戴手錶以進行精確測量](#)瞭解更多資訊。
- 是否有此功能，視所在地區而定。





## 手動測量您的壓力程度

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸壓力。


- 3 輕觸測量以開始測量您的壓力程度。  
在畫面上查看測得的壓力程度。



### 透過呼吸練習紓解壓力

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸壓力。
- 3 輕觸  或呼吸訓練底下的  即可變更呼吸練習的時間與次數。如要變更呼吸練習時間，請輕觸呼吸長度。
- 4 輕觸開始並開始呼吸。  
若要停止呼吸練習，請輕觸螢幕，然後輕觸 。



### 變更壓力測量設定

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸壓力。
- 3 輕觸設定，並選擇量測下方的測量方式。
  - 連續測量：裝置將連續測量您的壓力指數。
  - 僅限手動：您必須輕觸測量才能手動測量壓力指數。



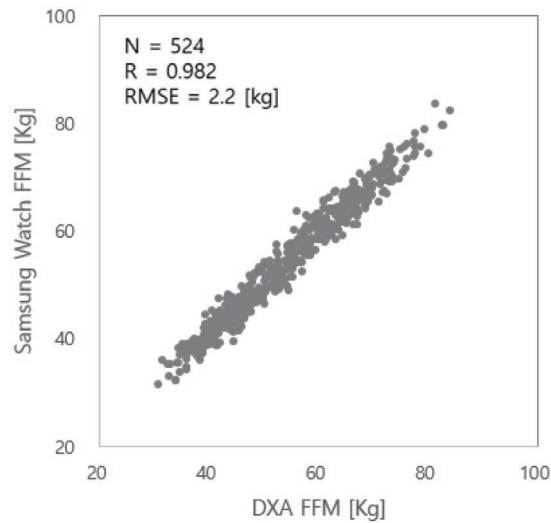
## 身體組成

測量您的身體組成，例如骨骼肌重量或脂肪量。

-  • 此功能僅供一般健康與健身用途。因此，請勿使用於醫療目的，例如診斷症狀、治療或預防疾病。
- 如果您有植入心律調節器、去顫器或任何其他體內電子裝置，請勿測量身體組成。
- 測量身體組成時，體內會有低電流通過。儘管此電流對人體無害，但請勿在懷孕時測量身體組成。
-  • 為準確測量，請將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上。請參閱[如何配戴手錶以進行精確測量](#)瞭解更多資訊。
- 為準確測量身體組成，請先於連線手機的 Samsung Health 應用程式設定檔中輸入您的實際身高、體重與性別，也須同步在三星帳號中輸入實際生日。如果測得的身體組成結果不準確，請在手機上的 Samsung Health 應用程式查看使用者個人檔案並加以修改。
- 與專業身體組成測量儀器不同，手錶必須配戴在手腕上，測量上半身的身體組成，並估算全身的身體組成後才能提供結果。因此在下列情況下，測得的身體組成結果可能不準確：上半身與下半身的身體組成不平衡；過度肥胖；或肌肉量極高。





- 手錶利用生物電阻抗分析 (BIA) 方法來測量身體組成，與業界視為黃金標準的雙能量 X 光吸收儀 (DXA) 方法相比，相關性超過 98%。

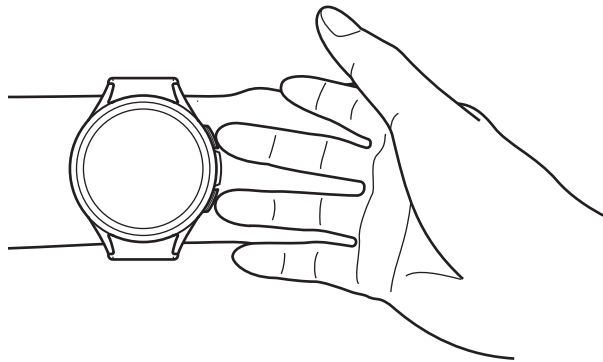


測量身體組成前，請留意以下狀況：

- 如果您未滿 20 歲，測量身體組成時結果可能不準確。
- 如確實遵守下列測量條件，則可獲得較準確的身體組成測量結果：
  - 在每天相同時段測量 (建議早上測量)
  - 空腹測量
  - 上過廁所後測量
  - 在非經期時測量
  - 在從事運動、沖澡或桑拿等會使體溫升高的活動之前測量。
  - 從身上取下項鍊等金屬物件後測量
  - 請使用手錶隨附錶帶來取代金屬錶帶

## 測量身體組成

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
  - 2 輕觸身體組成。
  - 3 輕觸測量。
-  您可輕觸如何測量，在螢幕上瞭解身體組成測量方式詳情。
- 4 輸入體重並輕觸確認。
  - 5 按照螢幕上的指示，將兩根手指放在首頁和返回按鈕上即可開始測量身體組成。



以左手配戴手錶且按鈕位於右側時，正確測量身體組成的姿勢

### 正確的量測姿勢

- 將雙臂放在胸口高度的位置，但不碰觸身體。
- 請確保放在首頁和返回按鈕上的兩根手指沒有互相接觸。此外，除了按鈕以外，亦請不要觸碰手錶的其他部分。
- 身體保持穩定，不要移動，以便取得準確測量結果。
- 手指皮膚乾燥時，訊號可能會受到干擾。這種情況下，請先塗抹化妝水或乳液來滋潤手指肌膚，再測量身體組成。
- 若皮膚或頭髮過於乾燥，測量結果可能不準確。
- 測量前請先將手錶錶背擦拭乾淨，以取得正確的量測結果。

在螢幕上查看身體組成測量結果。



若要查看其他與身體組成相關的資訊，請使用錶圈或上下滑動螢幕。

## 週期追蹤

請輸入生理期來開始追蹤週期。管理並追蹤月經週期來預測如下一次生理期等資料。

- ⚠️ • 此功能僅限用於管理與追蹤您的生理週期。因此，請勿使用於醫療目的，例如診斷症狀、治療或預防疾病。
- 此功能不適用於懷孕計畫或避孕目的之用。
- 預測日期僅供個人參考。預測日期可能與實際日期有所不同。
- 18 歲以下之青少年須徵求監護人的同意以使用此功能。
- 不得在未經專業醫師診斷的情況下，依預測日期做出任何醫療決策。另外，如未事先諮詢合格的專業醫療人員，則請勿使用 Samsung Health 應用程式提供的資訊，或做出任何醫療相關決策。
- 📝 • 在手機的 Samsung Health 應用程式中開啟經期追蹤功能即可於您的手錶上使用此功能。
- 預測日期可能因輸入資訊而有所改變。


1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。

2 輕觸週期追蹤。

- 3 輕觸輸入生理期。
- 4 輕觸輸入欄位並使用錶圈或上下滑動螢幕來設定經期的開始日期。
- 5 輕觸儲存。

若要查看其他與經期追蹤相關的資訊，請使用錶圈或上下滑動螢幕。

## 透過測量體溫推估生理週期

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸設定。
- 3 輕觸以體溫計算經期開關即可啟用。

 視地區、電信業者或型號而定，可能無法使用部分功能。


## 水

記錄並追蹤您每天喝了幾杯水。

### 記錄飲水量


- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
  - 2 輕觸水。
  - 3 當您喝一杯水時輕觸 。
- 如果您不小心輸入了錯誤的數量，您可以輕觸  修正。

### 設定目標飲水量

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸水並輕觸設定目標。
- 3 使用錶圈或上下滑動螢幕來設定每日目標。
- 4 輕觸完成。

## 血氧

測量血氧濃度，以便確認您的血液是否正常輸送氧氣到身體各部位。

 此功能僅供一般健康與健身用途。因此，請勿使用於醫療目的，例如診斷症狀、治療或預防疾病。

測量血氧濃度前，請留意以下狀況：

- 測量前休息五分鐘。
- 在冬季或寒冷的天氣條件下，在測量血氧濃度時請注意保暖。
- 血氧濃度量測結果可能因測量方法和測量時的環境而有所不同。

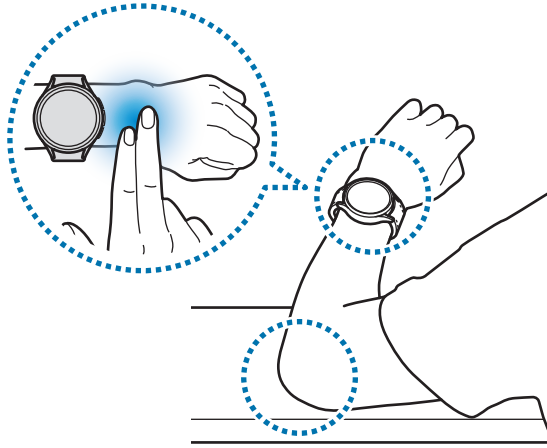
### 手動測量您的血氧濃度

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸血氧。

### 3 輕觸測量即可開始測量血氧濃度。

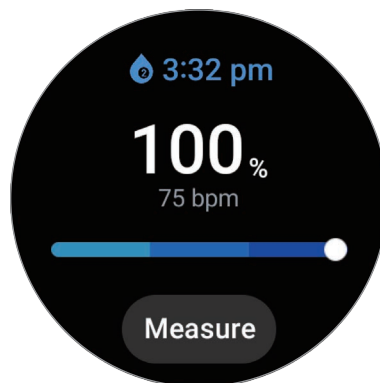
#### 正確的量測姿勢

- 為取得精確量測結果，請如圖所示將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上，距離手腕約兩根手指的寬度。此外，請將手肘放在桌面上，並讓手腕靠近心臟。




- 請勿移動，並維持正確姿勢，直至測量完畢。
- 您可輕觸如何測量，在螢幕上瞭解血氧濃度詳情。

在畫面上查看測得的血氧濃度。如果您休息時的血氧濃度落在 95% 到 100%，可視為介於正常範圍。




## 睡眠時測量您的血氧濃度

設為睡眠時持續測量您的血氧濃度。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸設定。
- 3 輕觸睡眠期間血氧濃度開關即可啟用。

戴著手錶入睡時，除了其他睡眠記錄，手錶也會測量您睡眠時的血氧濃度。


-  • 如果設為睡眠時持續測量血氧濃度，電池的耗電速度會比平常更快。
- 測量血氧濃度時，您可以看見光學心率感應器發出的閃爍光源。
- 手錶可能會在您清醒的狀態下測量血氧濃度，因為手錶可能會在您閱讀、看電視或看電影時將您辨識為已進入睡眠狀態。
- 將手錶服貼於手腕，確保您的手腕和手錶之間不會因為睡眠中的翻身動作而出現空隙。

## Together

與其他使用 Samsung Health 應用程式 together 功能的好友比較步數記錄。開始與好友進行步數挑戰後，即可在手錶上查看挑戰狀態。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health)。
- 2 輕觸 Together。

輕觸顯示於手機，即可在連線手機上查看 Together 功能相關的詳細資訊。

-  在手機的 Samsung Health 應用程式中開啟 Together 功能，並在手錶上查看 Together 資訊。




## 設定

您可以設定與運動及健身相關的各种設定選項。

在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health) 並輕觸設定。

- **量測**：設定心跳率與壓力的測量方式，並開啟或關閉睡眠期間可測量的其他功能。
- **實驗室**：使用手錶新功能。
- **自動偵測運動**：開啟自動偵測功能並配置設定，例如選擇欲偵測的運動類型。
- **閒置時間**：開啟此功能後，若持續 50 分鐘未活動即會收到提醒，也可以設定欲接收通知的時間與天數。
- **開放其他裝置搜尋**：允許其他裝置搜尋您的手錶。
- **將資料分享給裝置與服務**：設為與其他連線的健康平台應用程式、運動器材和電視共用資訊。
- **隱私設定**：選擇欲分享資訊的目標應用程式或服務供應商，以在運動期間顯示所需資訊。

 視地區、電信業者或型號而定，可能無法使用部分功能。

# Samsung Health Monitor

## 簡介

手錶同時具備光學心率感應器和電子生物感應器，只要您有需求，就可以在手錶的 Samsung Health Monitor 應用程式上測量血壓和心電圖。由於手錶已和手機自動同步，您可使用連線手機的 Samsung Health Monitor 應用程式查看量測記錄。

您可以與您的醫師一起根據量測結果，更有系統地管理健康資訊。



- 如連線手機上未安裝 Samsung Health Monitor 應用程式，請於手錶上開啟 Samsung Health Monitor 應用程式，並依照螢幕上的說明，前往手機的應用商店進行下載。
- Samsung Health Monitor 應用程式僅適用於三星手機。
- 未滿 22 歲人士不可使用 Samsung Health Monitor 應用程式測量血壓或記錄心電圖。
- 視所在地區而定，可能不支援此應用程式。

## 測量血壓及心電圖的預防性措施



### 一般預防性措施

- Samsung Health Monitor 應用程式無法作為高血壓、心律不整和其他心臟疾病等醫療診斷之用。無論任何情況下，都請勿將此應用程式取代醫師的醫療診斷或治療。緊急情況下，請立即聯絡鄰近醫院。
- 未經醫師建議，請勿更動您的藥物、劑量或使用方式。
- Samsung Health Monitor 應用程式的數值和結果僅供參考。無論任何情況下，如未取得醫師意見，請勿利用這些資料做出醫療決策。
- 為準確測量，請將手錶牢固配戴於手腕上方的下臂上。請參閱[如何配戴手錶以進行精確測量](#)瞭解更多資訊。



- 測量血壓或心電圖前，請準備好舒適的座椅和桌面，以便擺放手臂和手機。
- 坐進您準備的舒適座椅，坐直並將背部靠在椅背上。
- 測量血壓或記錄心電圖時，請務必將手臂舒適地靠在桌面上。
- 測量血壓或記錄心電圖之前，請以舒適的坐姿休息至少五分鐘。
- 請在安靜的室內環境中，測量血壓或心電圖。
- 請勿在從事身體活動時測量血壓或心電圖。
- 開始測量血壓或記錄心電圖後，請保持平靜，不要說話，直至測量完成以前都不要移動或交談。
- 如果您位於會產生強烈電場的機器附近，例如 MRI (核磁共振成像)、X 光機、電磁防盜系統或金屬探測器，請勿測量血壓或記錄心電圖。
- 基於安全性理由，請務必在家中或安全場所中，透過藍牙將手錶連線至手機。不建議在公共場所連線至手機。
- 請勿在手術或心臟去顫等醫療處理過程中測量血壓或記錄心電圖。
- 測量血壓或心電圖的環境溫度建議介於 12 °C 到 40 °C，相對溼度介於 30% 到 90%。



### 測量血壓的預防性措施

- 測量血壓前 30 分鐘，請避免飲酒、攝取含咖啡因的食物、抽菸、運動和洗澡。
- 測量血壓時，請確保手腕乾燥，且如有塗抹乳液或大量流汗，請勿測量。
- 測量血壓時請勿刻意深呼吸或放慢呼吸，正常呼吸即可。
- 如果您懷有身孕，血壓量測結果可能不準確。
- 如果您有下列任何狀況，請勿使用 Samsung Health Monitor 應用程式測量血壓：
  - 心律不整
  - 患有心臟疾病或遭遇心臟病發作
  - 血液循環或末梢血管疾病
  - 心脈瓣膜疾病 (主動脈瓣疾病)
  - 心肌病
  - 其他心血管疾病
  - 末期腎臟病 (ESRD)
  - 糖尿病
  - 神經功能障礙 (例如：顫抖)
  - 凝血功能障礙或正在服用抗凝血劑
- 請勿使用有刺青或有任何記號的手腕測量血壓，光學心率感應器可能會受到刺青或記號的影響。

- ⚠️ • Samsung Health Monitor 應用程式會從穿戴血壓計的手臂上讀取的數據來校正與測量血壓。如果雙臂的血壓落差過大(超過 10 mmHg)，請務必諮詢醫師。
- 請勿使用經他人校正過的手錶來測量自己的血壓。
- Samsung Health Monitor 應用程式可測量的血壓讀數範圍如下：如果經過校正，收縮壓範圍介於 80 mmHg 到 170 mmHg，舒張壓則介於 50 mmHg 到 110 mmHg。測量時，收縮壓範圍介於 70 mmHg 到 180 mmHg，舒張壓則介於 40 mmHg 到 120 mmHg。
- 訊號可能會因個人的皮膚亮度、肌膚底下的血量與感應器的清潔度而受到影響。


#### ⚠️ 測量心電圖的預防性措施


- 測量心電圖時，請確認手腕並未過度乾燥。如果與感應器接觸的肌膚經過適量汗水、化妝水或乳液的滋潤，就能取得更準確的心電圖訊號。
- 如果您有植入心律調節器、去顫器或任何其他體內電子裝置，請勿測量心電圖。
- 如果您有心房顫動以外的心律不整問題，請勿使用 Samsung Health Monitor 應用程式記錄心電圖。
- Samsung Health Monitor 應用程式無法偵測心臟病發作。如發生任何可疑症狀，請立即聯絡急診服務。
- 如確實遵守下列測量條件，則可獲得較準確的心電圖量測結果：
  - 從身上取下項鍊等金屬物件後測量
  - 請使用手錶隨附錶帶來取代金屬錶帶

## 開始測量血壓

### 測量血壓前的預設步驟


測量血壓前，請先在 Samsung Health Monitor 應用程式輸入設定檔並校正手錶。如果未輸入設定檔，就無法測量血壓，且若未校正手錶或經過他人的校正，讀數則無效。

 購入手錶後，初次使用 Samsung Health Monitor 應用程式測量血壓時，請務必用手臂式血壓計校正手錶。初次校正後，請每隔 28 天重新校正一次。手臂式血壓計請另行購買。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health Monitor)。
- 2 輕觸**血壓** → 開啟**電話**應用程式。  
Samsung Health Monitor 應用程式會在手機上開啟。
- 3 輕觸**接受**。
- 4 輸入設定檔資訊，例如姓名、性別和生日，並輕觸**繼續**。
- 5 輕觸**校正手錶**。
- 6 請將血壓計壓脈帶穿戴在未配戴手錶的上臂。請參閱血壓計的使用手冊，以深入瞭解如何正確穿戴壓脈帶。
- 7 依照螢幕上的說明完成校正。

## 測量血壓

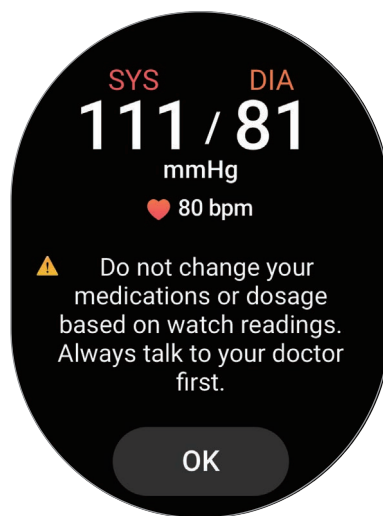
校正後，即可使用手錶的光學心率感應器測量血壓，無需透過手臂式血壓計等任何其他醫療裝置。

 校正時，必須將手錶配戴在慣用手的手腕上。

1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health Monitor)。

2 輕觸**血壓** → **測量**。

螢幕上隨即會顯示測得的收縮壓、舒張壓及脈搏。



## 查看讀數


測量血壓後，在手錶的螢幕上查看讀數。您可在連線手機的 Samsung Health Monitor 應用程式查看先前的讀數和資訊。此外也可在手機的 Samsung Health Monitor 應用程式上共用、刪除與管理您的量測結果。

如果讀數異常過高或過低，並且您感覺到不尋常的身體症狀，請立即聯絡鄰近醫院尋求適當的醫療檢查。如果您並非處於緊急情況，請至少再測量 2 次。

## 開始測量心電圖


### 測量心電圖前的預設步驟

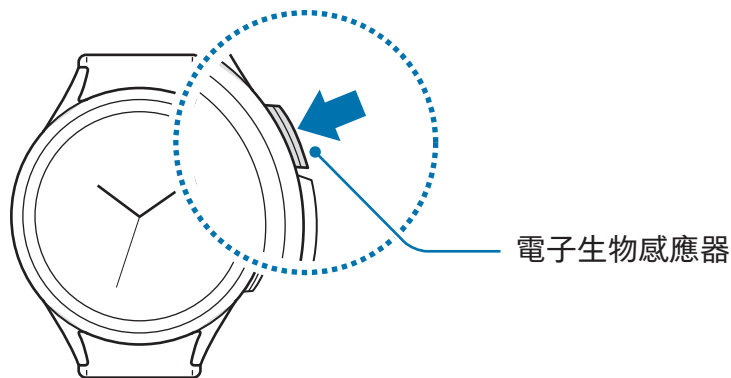
測量心電圖前，先在 Samsung Health Monitor 應用程式輸入設定檔。如未輸入設定檔，即無法測量心電圖。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health Monitor)。
- 2 輕觸心電圖 → 開啟電話應用程式。  
Samsung Health Monitor 應用程式會在手機上開啟。
- 3 輕觸接受。
- 4 輸入設定檔資訊，例如姓名、性別和生日，並輕觸繼續。
- 5 輕觸開始使用，然後依照螢幕上的說明準備測量心電圖。

### 測量心電圖

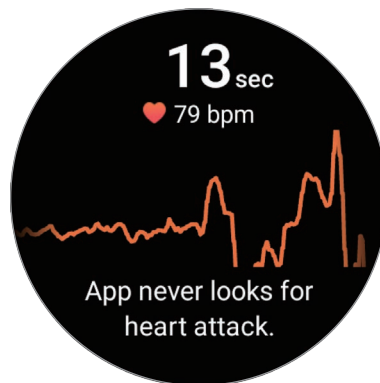
事先透過心電圖量測結果來確認自己的心臟狀態，以便管理自身健康。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Samsung Health Monitor)。
- 2 輕觸心電圖 → 確定並將一根手指輕輕放在電子生物感應器上。手腕和手錶之間請勿留下任何空隙。





測量開始後，螢幕將顯示心電圖波形。



在畫面上查看測得的心電圖結果。

3 輕觸新增，選擇目前經歷的其他症狀，接著輕觸儲存。

4 輕觸完成。


## 查看結果



完成心電圖記錄後，可在手錶和連線智慧型手機的 Samsung Health Monitor 應用程式螢幕上查看結果和心電圖波形。心電圖波形會顯示心跳節律和電子化的心臟活動，且會區分成數個部分。如果您在心電圖波形和讀數中發現異常結果，請與醫師分享心電圖表和結果，以便透過更徹底的檢查獲得準確診斷。

您可在連線手機的 Samsung Health Monitor 應用程式查看先前的測量結果和資訊。此外也可在手機的 Samsung Health Monitor 應用程式上共用、刪除與管理您的量測結果。

- 竇性心律：正常的心跳節律介於 50 到 100 BPM。
- 心房顫動：一種心跳不規律的心律不整類型。請諮詢醫師。
- 不明確：結果並非竇性心律或心房顫動類型，也無法歸類為下列其中一種症狀：
  - 記錄心電圖波形時心跳少於 50 或超過 100 BPM，也沒有心房顫動
  - 心電圖波形無法歸類為竇性心律或心房顫動
  - 心跳超過 120 BPM，且心電圖波形顯示有心房顫動


- 記錄效果不理想：裝置似乎並未正確測量到用於分析心電圖量測結果的訊號。這種情況下，請再次測量。


 如持續顯示不明確或記錄效果不理想，且您感到有不尋常的身體症狀，請立即聯絡醫師或鄰近醫院。

-  如持續顯示記錄效果不理想，請將電子生物感應器擦拭乾淨並再次測量心電圖。訊號可能會因為感應器接觸到乾燥肌膚或手腕上的毛髮而發生中斷情形。這種情況下，請先塗抹化妝水或乳液來滋潤肌膚，或去除部分毛髮，再測量心電圖。
- 如果心電圖波形上下顛倒，可能是心電圖分析不正確。在應用程式螢幕上輕觸  (設定)，接著輕觸一般 → 方向，即可查看配戴手腕的設定以及按鈕的位置。接著，以正確方向配戴手錶，並再次測量心電圖。

## GPS

手錶搭載 GPS 天線，無須連接手機即可隨時查看即時定位資訊。

在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 定位，並輕觸開關以開啟。


-  手錶與手機連接時，此功能會使用手機上的 GPS。開啟手機的定位功能後才能使用 GPS 感應器。
- 手錶的 GPS 天線將於使用 Samsung Health 功能和健康平台應用程式時開啟，即使手錶連接至智慧型手機時也不例外。
- 在訊號受阻擋的地方 GPS 訊號強度會降低，例如：在建築物內或低窪地區，或惡劣天氣條件下。


# 音樂

## 簡介

聆聽儲存在手錶上的音樂。

## 使用音樂

在應用程式螢幕上輕觸  (音樂)。

向上拖曳  圖示並輕觸媒體庫即可開啟媒體庫畫面。在媒體庫畫面上，您可以查看播放清單，然後按照曲目、專輯、演出者排序音樂。




## 管理儲存在手錶上的音訊檔案

查看手錶上根據類型分類的音訊檔案，並依照需求透過新增或移除進行管理。

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。
- 2 輕觸手錶設定 → 管理內容。

### 3 選擇手錶上的歌曲。

螢幕將會顯示儲存在手錶上的音訊檔案，並根據類型分類。



- 若要將手機上的音訊檔案傳送至手錶，輕觸 ，選擇音訊檔案，接著輕觸新增至手錶。
- 若要刪除儲存在手錶上的音訊檔案，輕觸並按住欲刪除的檔案，接著輕觸刪除。

若要將手機上的音訊檔案與手錶每隔 6 小時進行同步，輕觸音樂下的自動同步開關即可開啟此功能。然後，輕觸要同步的播放清單，選擇要匯入手錶的播放清單，再輕觸完成。在手錶剩餘電量超過 15% 以及省電模式停用的情況下，所選播放清單將自動同步到手錶。

## 媒體控制器

### 簡介

控制安裝在手錶或連線手機上的媒體應用程式，以播放或暫停音樂和影片。

-  若希望在連線手機上播放音樂或影片時，自動從手錶開啟此應用程式，請在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 顯示器，並輕觸顯示媒體操控選項開關以開啟。

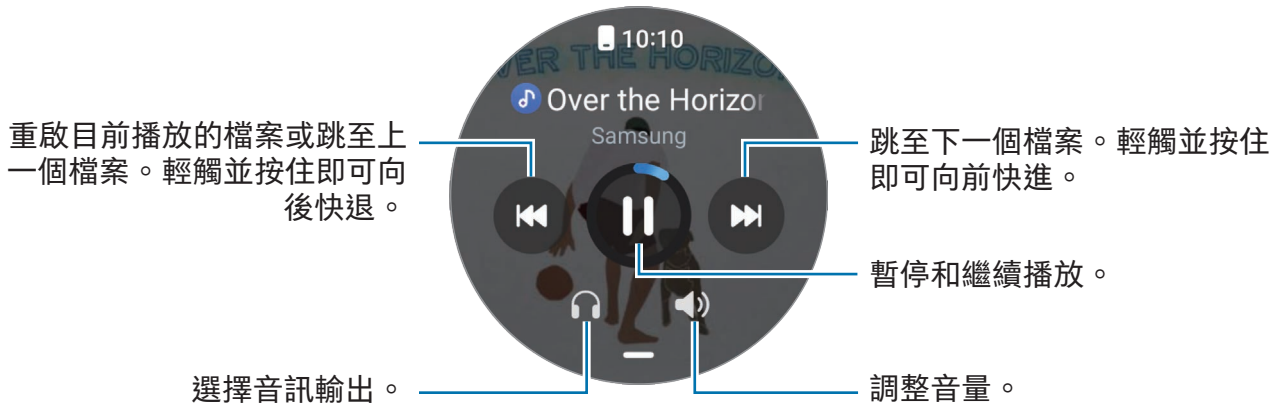
### 操控音樂播放器

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (媒體控制器)。

## 2 選擇手機或手錶。

如選擇手機，將從連線手機的音樂應用程式播放音樂，且可透過手錶控制音樂播放器。

如選擇手錶，則會從手錶的音樂應用程式播放音樂，且可使用手錶的揚聲器或連線藍牙耳機收聽音樂。



## 操控影片播放器

1 在連線手機上播放影片。


2 在應用程式螢幕上輕觸  (媒體控制器)。



3 輕觸手機。

您可以使用手錶操控影片播放器。

## 提醒

將待辦事項註冊為提醒並依據設定條件來接收通知。

-  若要在特定位置收到提醒通知，必須透過藍牙連接手錶和手機。不過，設定為在特定位置接收提醒通知的功能，僅可在手機上使用。
- 手錶上的所有提醒事項皆會自動同步到連線手機，讓您在手機上也能接收與查看提醒。

- 在應用程式螢幕上輕觸  (提醒)，然後輕觸撰寫。  
若您有儲存的提醒事項，請輕觸提醒清單頂端的 。
- 輸入提醒事項。
- 輕觸設定時間來設定通知。
- 輕觸輸入欄位，使用錶圈或上下滑動螢幕來設定時間，接著輕觸下一頁。
- 設定其他通知選項，例如通知傳送日期，以及是否要重複提醒，然後輕觸完成。
- 輕觸儲存。  
儲存好的提醒事項會新增到提醒清單，並在您以鬧鐘設定的時間到達時顯示。

### 完成提醒

在提醒清單中，輕觸  或選取提醒，然後輕觸完成。

### 還原提醒

還原已完成的提醒。


- 在提醒清單上輕觸已完成。
- 選擇欲還原的提醒事項並輕觸還原。  
將新增提醒至提醒清單中，接著便會再次向您發出提醒通知。

### 刪除提醒

請輕觸並按住提醒清單上的提醒事項，然後輕觸刪除。

## 日曆

您可在手錶上查看儲存於手機上的一週活動行程。

在應用程式螢幕上輕觸  (日曆)，即可查看您儲存在手機上的活動行程。

若要新增行程，請輕觸顯示於手機，並將其新增至連線手機。

## Bixby

Bixby 使用者介面可協助您以更輕鬆的方式使用手錶。


您可以與 Bixby 對話。Bixby 會啟動您要求的功能或顯示所需資訊。如需詳細資料，請造訪 [www.samsung.com/bixby](http://www.samsung.com/bixby)。



- 發出語音指令前，請務必確認手錶的麥克風不受干擾。
- Bixby 僅適用於部分語言，且視您的所在地區而定，某些功能可能無法使用。

### 啟動 Bixby

按住首頁按鈕即可啟動 Bixby，並依照螢幕上的說明完成設定。

若無法透過首頁按鈕啟動 Bixby，請在應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 進階功能 → 自訂按鈕，輕觸首頁按鈕下方的長按，然後選擇 Bixby。

### 使用 Bixby



按住首頁按鈕即可開始與 Bixby 對話。或者在開啟螢幕後先說喚醒指令，然後再說出您的要求。

例如，您可以按住首頁按鈕，說聲「How's the weather today?」螢幕即會顯示天氣資訊。

對話期間若 Bixby 向您提問，您可繼續與 Bixby 對話，而無需按下首頁按鈕或 。


## 透過語音喚醒 Bixby

說聲「Hi, Bixby」或「Bixby」，就能開始與 Bixby 對話。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (Bixby)。或者，也可按住首頁按鈕。
- 2 輕觸  → Voice wake-up。
- 3 輕觸 Wake with “Hi, Bixby” 開關即可開啟此功能。
- 4 輕觸 Wake-up phrase 並選擇欲使用的喚醒指令。  
接著即可說出喚醒指令開始對話。

## 天氣

於手錶上查看連線手機設定的位置天氣資訊。


在應用程式螢幕上輕觸  (天氣)。

若要查看天氣資訊，例如特定時間的天氣或當週資訊，請使用錶圈或上下滑動螢幕。


若要新增其他城市的天氣資訊，輕觸管理地點 → 在手機上管理，並從連線手機上新增城市。

## 鬧鐘

分別設定與管理手錶和手機的鬧鐘。

 如果手錶透過藍牙連線到手機，則可從手錶上查看手機的完整鬧鐘清單。

### 設定鬧鐘

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (鬧鐘)。
- 2 輕觸從手錶新增，以設定只會在手錶上響鈴的鬧鐘。  
您也可以輕觸從手機新增，以從連線手機上新增鬧鐘。
- 3 輕觸輸入欄位，使用錶圈或上下滑動螢幕來設定鬧鐘時間，接著輕觸下一頁。



- 4 設定其他鬧鐘選項，例如響鈴日期，以及是否要重複響鈴，然後輕觸儲存。  
儲存的鬧鐘將會新增至鬧鐘清單。

若要開啟或關閉鬧鐘，輕觸鬧鐘清單中鬧鐘旁的開關。

## 關閉鬧鐘


將  拖出圓形範圍可關閉鬧鐘。或者，順時鐘旋轉或滑動錶圈。

如欲使用延遲功能，請將  拖曳至大圓圈外。或者，逆時鐘旋轉或滑動錶圈。

## 刪除鬧鐘

在鬧鐘清單中輕觸並按住鬧鐘，然後輕觸刪除。




# 世界時鐘


在應用程式螢幕上輕觸  (世界時鐘)，即可查看從手機新增的世界時鐘。

若要新增世界時鐘，請輕觸從手機新增。或者，如果您已新增世界時鐘，請輕觸在手機上管理，然後在連線手機上新增或移除世界時鐘。



# 計時器

## 設定計時器






- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (計時器)。
- 2 輕觸 。
- 3 輕觸輸入欄位，使用錶圈或上下滑動螢幕來設定持續時間，接著輕觸 。

 如果選擇預設值，計時器會馬上開始計時。您也可以使用錶圈或上下滑動螢幕來查看更多預設選項。

## 關閉計時器

計時器結束計時後，請將  拖出圓圈。或者，順時鐘旋轉或滑動錶圈。  
若要重新開始計時，請將  拖出大圓圈外。或者，逆時鐘旋轉或滑動錶圈。

## 碼錶

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (碼錶)。
- 2 請使用錶圈或左右滑動螢幕來選取理想的碼錶樣式。  
若要變更碼錶樣式，請輕觸並按住螢幕。
- 3 輕觸開始為活動計時。  
若要在活動中記錄單圈時間，請輕觸記錄或 。
- 4 輕觸停止或  以停止計時。
  - 若要重新開始計時，請輕觸繼續或 。
  - 若要清除單圈時間，請輕觸重設或 。

## 媒體瀏覽器

### 簡介

您可以存取儲存在手錶上或與手機同步的圖像、相簿和圖像故事。此外，您也可以使用相片打造個人化錶面。

### 將相片傳輸到手錶

將手機上的相片傳輸到手錶上或在裝置間自動同步。

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。
- 2 輕觸手錶設定 → 管理內容。

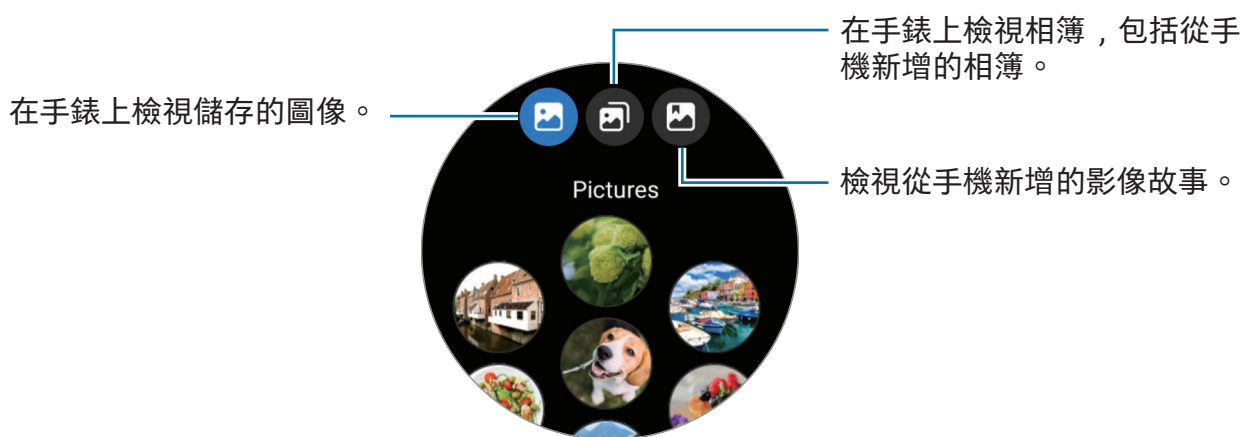
3 選擇新增圖像。

4 選擇欲傳輸到手錶的相片並輕觸完成。

若要將手機中的圖像與手錶同步，請輕觸媒體瀏覽器下的自動同步相簿開關，以開啟此功能。然後，輕觸要同步的相簿，選擇要匯入手錶的相簿，再輕觸完成。在手錶剩餘電量超過 15% 以及省電模式停用的情況下，所選相簿將自動同步到手錶。

## 使用媒體瀏覽器

在應用程式螢幕上輕觸  (媒體瀏覽器)。



## 檢視影像

查看並管理儲存在手錶上的圖像。

1 在應用程式螢幕上輕觸  (媒體瀏覽器)。

2 選擇類別。

3 使用錶圈或上下滑動螢幕，即可捲動圖像清單並選擇圖像。



## 放大或縮小

查看圖像時，輕觸兩下圖像、在圖像上兩指分開或合攏以縮放。



影像放大時，可以在螢幕上捲動，以檢視影像的其他部分。

## 自訂錶面

使用相片個人化錶面之後，即可在錶面上檢視相片。請參閱[使用相片自訂錶面](#)瞭解更多資訊。



- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (媒體瀏覽器)。
- 2 輕觸並按住欲使用的圖像。
- 3 使用錶圈或左右滑動螢幕，然後選取更多圖像。
- 4 輕觸  並選擇錶面類型。

## 刪除影像

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (媒體瀏覽器)。
- 2 輕觸並按住欲刪除的圖像。
- 3 使用錶圈或左右滑動螢幕並選取任何想刪除的圖像。  
若要選擇所有影像，請輕觸全部。
- 4 輕觸  。

## 尋找我的手機

若您的手機遺失，手錶可協助您找回。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (尋找我的手機)。
- 2 輕觸開啟。  
手機會發出音效並震動，也會開啟螢幕。  
若要停止發出音效與震動，請輕觸  並於手機上拖曳，或在手錶上輕觸停止。

## 尋找我的手錶

如果您的手錶不慎遺失，在連線手機上使用 Galaxy Wearable 應用程式，或開啟安裝於該連線手機上的 SmartThings 應用程式，透過 SmartThings Find 功能，都能協助您找回。




- SmartThings Find 功能的支援情況可能視連線手機的軟體版本而有所不同。
- 如果連線的智慧型手機支援 SmartThings Find 功能，螢幕可能會自動切換為以 SmartThings Find 來尋找手錶。

### 透過 Galaxy Wearable 應用程式尋找

1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸尋找我的手錶。

2 輕觸開始。

手錶會發出音效並震動，也會開啟螢幕。

若要停止音效與震動，請在手錶上將  拖出大圓圈外。或者直接使用錶圈。您也可以在手機上輕觸停止來停止裝置的動作。

### 遠端邀控手錶

手錶遺失或遭竊時，在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式，輕觸尋找我的手錶 → 設定安全性，然後從遠端控制手錶。

### 以 SmartThings 應用程式的 SmartThings Find 功能尋找


在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸尋找我的手錶。

SmartThings 應用程式的 SmartThings Find 畫面會顯示在手機上，您可以從地圖上確認遺失手錶的所在位置。此外，您也可以循著手錶發出的鈴聲找到它。

# 傳送 SOS

## 簡介

如發生跌倒受傷等緊急狀況，您可以向先前註冊的聯絡人撥打緊急電話並傳送包含定位資訊的 SOS 求救訊息。此外，您也可以將手錶設定為在傳送 SOS 求救訊息後顯示您的醫療資訊。

-  若手錶未開啟 GPS 功能，又需要傳送您的定位資訊，裝置將會自動開啟定位功能以判別您的所在位置。
- 定位資訊可能因您的所在地區或情況而無法傳送。

## 輸入醫療資訊

輸入您的醫療資訊，例如姓名及血型。遇到緊急狀況時，他人將可直接從您的手錶上存取此資訊。

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸手錶設定 → 安全與緊急狀況。
- 2 輕觸醫療資訊，輸入您的資訊，然後輕觸儲存。

傳送 SOS 求救訊息或分享您的緊急狀況時，輸入的醫療資訊將會顯示在手錶的 SOS 螢幕上。

## 分享您的緊急狀況


### 註冊緊急聯絡人

新增分享緊急狀況後能幫助您的聯絡人。

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸手錶設定 → 安全與緊急狀況。
- 2 輕觸緊急聯絡人。
- 3 輕觸新增成員，並從您現有的聯絡人中選擇目標對象，接著輕觸完成。

## 分享緊急資訊

分享緊急狀況時，將會向您的緊急聯絡人發送一則訊息，其中包括您的位置資訊以及低電量提醒警告。此外，手錶上也會顯示 SOS 螢幕並提供您的醫療資訊，若有任何人發現您處於緊急狀況，即可透過此資訊提供協助。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (設定)。
- 2 輕觸安全與緊急狀況 → 緊急救援情報分享。
- 3 輕觸開始。





您目前的位置資訊將會分享給您的緊急聯絡人，手錶也將同步顯示 SOS 螢幕。

## 請求 SOS

### 設定 SOS 請求

- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸手錶設定 → 安全與緊急狀況。
- 2 輕觸 SOS 緊急服務。
  - 若要選擇欲撥打緊急通話的聯絡人，輕觸欲撥打的緊急求救號碼，並選擇聯絡人或手動輸入。
  - 若要向緊急聯絡人傳送包括目前定位資訊的 SOS 訊息，輕觸與緊急聯絡人分享資訊開關即可開啟此功能。請參閱[註冊緊急聯絡人](#)瞭解更多傳送訊息給緊急聯絡人的相關設定資訊。
  - 在 SOS 請求螢幕上輕觸倒數開關以開啟，並設定自動開啟緊急通話及傳送 SOS 求救訊息的時間。若關閉此功能，您將需要在特定時間內於 SOS 請求畫面上手動撥打緊急通話並傳送訊息。若無動作，手錶將會自動取消 SOS 請求。

## 傳送 SOS 請求

- 1 發生緊急情況時，請按五下手錶的首頁按鈕。
  - 2 震動時，將  拖曳至圓圈之外。或者，逆時鐘旋轉或滑動錶圈。將會自動撥打電話給緊急聯絡人。
  - 3 若通話結束仍持續震動，將  拖曳至大圓圈外。或者，逆時鐘旋轉或滑動錶圈。您目前的位置資訊將會分享給您的緊急聯絡人，手錶也將同步顯示 SOS 螢幕。
-  若不需要撥打電話或分享您目前的定位資訊，在 SOS 請求螢幕上將  拖曳至大圓圈外。或者，順時鐘旋轉或滑動錶圈。
  - 若與緊急聯絡人分享資訊功能未開啟，將不會向緊急聯絡人傳送含有您目前定位資訊的訊息。
  - 若倒數功能為開啟狀態，一過您設定的時間，手錶便會自動撥打緊急通話並傳送 SOS 求救訊息。

## 因跌倒而受傷時請求 SOS

### 設定因跌倒而受傷時請求 SOS


- 1 在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸手錶設定 → 安全與緊急狀況。
- 2 輕觸重摔偵測，然後輕觸開關即可開啟。
- 3 輕觸如偵測到跌倒狀況，並選擇手錶偵測跌倒受傷的情況。
  - 若要選擇欲撥打緊急通話的聯絡人，輕觸欲撥打的緊急求救號碼，並選擇聯絡人或手動輸入。
  - 若要在您跌倒受傷時向緊急聯絡人傳送包括目前定位資訊的 SOS 訊息，輕觸與緊急聯絡人分享資訊開關即可開啟此功能。請參閱[註冊緊急聯絡人](#)瞭解更多傳送訊息給緊急聯絡人的相關設定資訊。



## 設定因跌倒而受傷時傳送 SOS 請求

如發生重大撞擊，手錶會透過手臂動作來偵測摔傷情況，並且顯示通知，同時震動與發出音效。


若您在 60 秒內沒有回應，手錶將會在倒數計時後，自動向先前註冊的聯絡人撥打緊急通話並傳送 SOS 求救訊息。

-  從事高強度運動時，手錶可能會認為您在跌倒中受傷。若是如此，請取消警示來停止傳送 SOS 求救訊息。
- 若與緊急聯絡人分享資訊功能未開啟，將不會向緊急聯絡人傳送含有您目前定位資訊的訊息。
- 若您在重摔後想要取消 SOS 請求，或手動撥打緊急通話並傳送 SOS 訊息，在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式，輕觸手錶設定 → 安全與緊急狀況 → 重摔偵測，然後輕觸倒數開關以停用。

## 停止分享定位資訊

分享您的定位資訊時，手錶螢幕上將會顯示  圖示，您可以在通知面板上查看分享狀態。

若要停止分享定位資訊，輕觸通知面板，然後輕觸停止分享 → 。

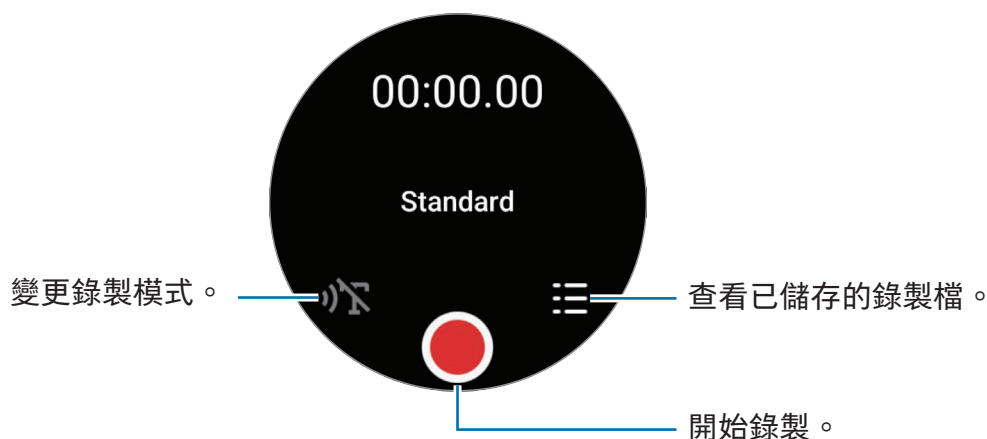
-  如未停用 SOS 訊息 (其中包含位置資訊)，則首封訊息送出後的 24 小時內，每隔 15 分鐘將持續傳送額外訊息給先前登記的聯絡人。不過，只有在您目前所處位置與上一封訊息傳送的位置有一段距離的情況下才會傳送訊息。

## 語音錄製

錄製或播放錄音檔。

### 錄音




- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (語音錄製)。
- 2 輕觸  開始錄製。對手錶的麥克風說話。  
若要暫停錄製，輕觸 。



- 3 輕觸  完成錄製。  
系統將儲存此錄音檔。若要聽取錄製的聲音，請選擇錄音檔。

### 變更錄製模式


在應用程式螢幕上輕觸  (語音錄製)。  
選擇所需模式。

- ：此為一般的錄製模式。
  - ：手錶最長可錄製聲音達 10 分鐘，轉換為文字並儲存。為達最佳結果，請將手錶靠近您的嘴部，在安靜的空間裡大聲、清晰地說話。
-  如果語音轉文字的語言設定與您說的語言不同，手錶將無法辨識您的聲音。使用此功能前，請輕觸語音轉文字來設定語音轉文字語言。

## 計算機

您可以執行計算。

在應用程式螢幕上輕觸  (計算機)。


輕觸  並查看計算記錄。若要清除記錄，請輕觸清除歷程記錄。

向上拖曳  圖示即可計算小費或使用單位換算工具。


## 指南針

您可以將手錶作為指南針使用。

1 在應用程式螢幕上輕觸  (指南針)。

2 向上拖曳  圖示並輕觸校準，即可透過揮動配戴手錶的手腕來校正指南針。  
校正後隨即會顯示指南針。

向上拖曳  圖示即可查看其他資訊，如坡度、高度與大氣壓力。

-  如果附近有磁性物質，例如無線充電器，手錶的內建指南針感應器可能會受影響，進而降低準確度。此外，視您配戴錶帶的方式而定，含有磁性物質的金屬錶帶可能會透過磁通量影響手錶的內建指南針感應器。
- 即便指南針是在高樓林立處、建築物內或在室內停車場或車內等有限室內空間中進行校準，指南針感測器仍可能受到磁性干擾，因此降低準確性。


## Buds 控制器

您可以查看連線至手錶的 Galaxy Buds 電池狀態，並且變更設定。


在應用程式螢幕上輕觸  (Buds 控制器)。

## 相機控制器

您可以遠端控制連線至手錶的手機相機，遠距拍攝相片或錄製影片。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (相機控制器)。  
相機應用程式將會在連線手機上開啟。
- 2 查看預覽畫面，然後輕觸  來拍攝相片，或輕觸  以錄製影片。  
若要變更拍攝模式，輕觸  或 。



 此應用程式可用與否，需視連線的手機而定。


## Samsung Global Goals

全球發展目標由聯合國大會於 2015 年設立，目標旨在協助建立永續社會。相關目標擁有終結貧困、對抗不平等，以及中止氣候變遷的能力。


歡迎與 Samsung Global Goals 一同深入瞭解全球目標的相關內容，並加入各項活動以邁向更美好的未來。

## SmartThings

您可以透過手錶操控與手機連線的智慧家電和物聯網產品。

- 1 在應用程式螢幕上輕觸  (SmartThings)。
- 2 選擇欲操控的裝置或情境。


若要新增情境或裝置，請輕觸顯示於手機，並將其新增至連線手機。

-  若尚未在連線手機上安裝 SmartThings 應用程式，或是手錶和手機上的 SmartThings 版本不一致，將無法使用此應用程式。輕觸顯示於手機即可透過手機下載最新版本的應用程式。

## Google 應用程式


Google 提供部分手錶適用的應用程式。可能需要使用 Google 帳戶才能存取某些應用程式。


- 地圖：在地圖上搜尋您的定位並使用 GPS 查看地圖。
- 訊息：在手錶或手機上收發訊息。

-  視電信業者或型號而定，可能無法使用部分應用程式。

# 設定

## 簡介

自訂功能與應用程式的設定。您可以變更不同的設定，按照自己的使用模式設定手錶。  
在應用程式螢幕上輕觸  (設定)。

 視地區、電信業者或型號而定，可能無法使用設定中的部分功能。

## 三星帳號

在連線手機上註冊三星帳號或查看先前註冊的三星帳號。

在設定螢幕上，輕觸三星帳號。

## 連線

### 藍牙

透過藍牙連線到手機。您可以連接其他具有藍牙功能的裝置，例如藍牙耳機或電腦。

在設定螢幕上，輕觸連線 → 藍牙。


### 藍牙使用注意事項

- 對於透過藍牙傳送或接收的資料遺失、攔截或誤用，三星概不負責。
- 共享和接收資料時，確保裝置隨時皆已採取安全措施，且屬可信任的裝置。如果裝置間存在障礙物，有效距離可能會縮短。
- 某些裝置 (尤其未經 Bluetooth SIG 測試或核可的裝置) 可能與您的裝置不相容。
- 請勿將藍牙功能使用於非法目的 (例如，盜版文件的檔案或非法竊聽用於商業用途的通訊)。對於非法使用藍牙功能造成的影響，三星概不負責。

## Wi-Fi


開啟 Wi-Fi 功能來連接到 Wi-Fi 網路。

- 1 在設定螢幕上，輕觸連線 → Wi-Fi，並輕觸開關以開啟。
- 2 從 Wi-Fi 網路清單中選擇網路。  
需要輸入密碼的網路會顯示鎖圖示。
- 3 輕觸連接。

 若您無法正確連接 Wi-Fi 網路，請重新啟動手錶的 Wi-Fi 功能或無線路由器。

## NFC 及感應式支付

您可以使用此功能來付款或購買車票或活動門票，但前提是須先下載所需的應用程式。  
在設定螢幕上，輕觸連線 → NFC 及感應式支付。

 手錶包含內建 NFC 天線。使用手錶時請小心，以免損壞 NFC 天線。


### 透過 NFC 功能付款

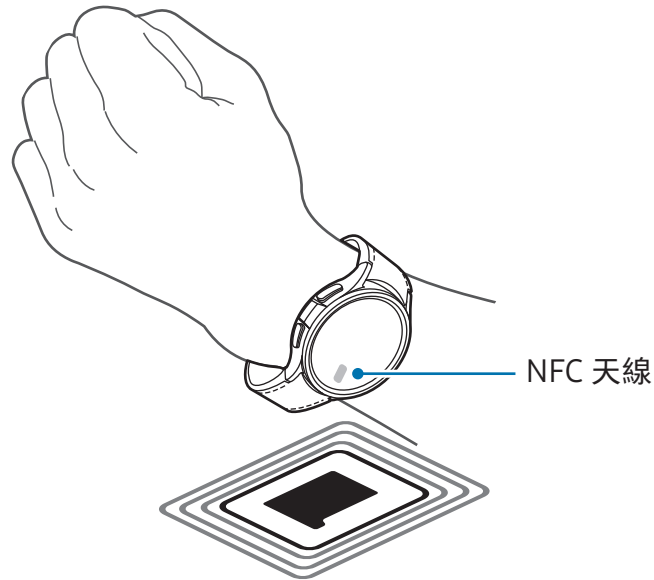
必須先註冊手機付款服務，才能使用 NFC 功能進行付款。若要註冊或取得關於服務的更多資訊，請聯絡您的服務供應業者。

- 1 在設定螢幕上，輕觸連線 → NFC 及感應式支付，然後輕觸開關以開啟。

2 將手錶的 NFC 天線區域觸碰 NFC 讀卡機。

若要設定預設應用程式，請在設定螢幕上輕觸連線 → NFC 及感應式支付 → 繳款，然後選擇應用程式。


 付款服務清單可能不包括所有可用的付款應用程式。



## 飛航模式

將手錶設為關閉所有無線功能。您僅可使用非網路服務。

在設定螢幕上，輕觸連線，然後輕觸飛航模式開關以開啟。



 請遵守航空公司所制定的規範與空服人員的指示。在允許使用裝置的情況下，請務必保持飛航模式。



## 行動網路 (SM-R935F、SM-R945F、SM-R955F、SM-R965F)

自訂設定以控制行動網路。

在設定螢幕上輕觸連線 → 行動網路，並選擇行動網路連線選項。

- 自動：設定即可在手錶與手機的藍牙連線中斷時，自動改用行動網路。
  -  • 手錶透過藍牙連線到手機時，手錶的行動網路就會關閉，藉此節省電力。因此，您無法接收手錶號碼收到的訊息與來電。
    - 如果與手機的藍牙連線中斷，手錶隨即會自動連接行動網路。接著便可接收手錶號碼收到的訊息與來電。
- 永遠開啟：設為一律使用手錶的行動網路，不論是否與手機連線。
- 永遠關閉：設為不使用手錶的行動網路。
- 行動方案：申辦電信業者的行動方案或其他服務。
  -  • 視電信業者而定，可能無法使用某些需要網路連線的服務。
    - 如未向電信業者申辦任何行動方案，則會關閉手錶的行動網路來節省電量，且無法使用網路服務。

## 數據使用量 (SM-R935F、SM-R945F、SM-R955F、SM-R965F)

追蹤數據用量，並且自訂上限設定。將手錶設為在達到指定的行動數據上限時，自動停用行動數據連線。

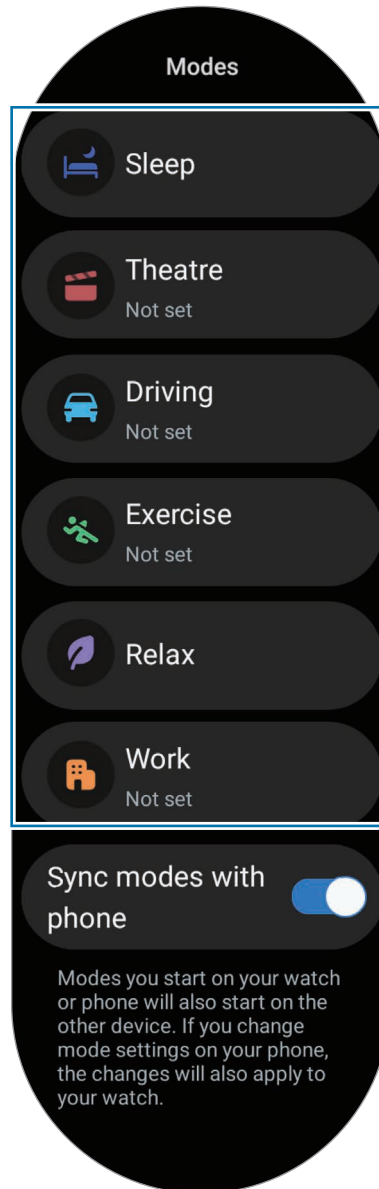
在設定螢幕上，輕觸連線 → 數據使用量。

- 帳單計費週期始於：：設定月費方案數據使用的開始日期。
- 設定數據限制：開啟或關閉在達到指定的行動數據上限時，自動停用行動數據連線的功能。
- 數據上限：設定行動數據上限。

## 模式

依據目前活動或定位來開啟或關閉同步到連線手機的模式。  
在設定螢幕上，輕觸模式。


1 選擇所需模式。



2 輕觸開啟。

針對自動執行的模式，將於連線手機偵測到新增條件時自動開啟。  
若要變更模式定，請輕觸在手機上設定即可於連線手機上調整設定。

若連線手機和手錶間的模式同步功能無效，請輕觸將模式同步到手機開關即可開啟。如連線手機上加入任何新模式或模式設定有所變更，則包含模式執行狀態在內，都將一併同步到手錶。

 如關閉將模式同步到手機功能，或連線手機的軟體版本不同，則某些模式將受到限制。

## 通知

變更通知設定。

在設定螢幕上，輕觸通知。

- 應用程式通知：在手錶上選擇欲接收通知的手機或手錶應用程式。
- 在手錶上顯示手機通知：設定手錶根據手機的使用狀態顯示手機通知。
- 將手機通知靜音：設定在手錶上顯示通知時，將手機上的應用程式通知靜音。
- 請勿打擾：設定手錶將所有通知靜音，允許的例外狀況除外。
- 進階設定：設定通知進階設定。

## 聲音與震動

變更聲音與震動設定。

在設定螢幕上，輕觸聲音與震動。

- 聲音/震動/靜音：設定裝置使用聲音模式、震動模式或靜音模式。
- 響鈴時震動：設定手錶同步響鈴震動。
- 震動：設定震動持續時間與強度。
- 通話震動：設定來電的震動模式。
- 通知震動：設定通知的震動模式。
- 系統震動：為特定動作啟用震動。
- 音量：調整音量。
- 鈴聲：變更鈴聲。
- 通知音效：變更通知音效。
- 系統聲音：為特定動作啟用聲音。

## 顯示器

變更螢幕設定。

在設定螢幕上，輕觸顯示器。

- **亮度**：調整螢幕亮度。
- **最佳化亮度**：將手錶設為持續追蹤您的亮度調整值並自動套用至類似的亮度條件。
- **Always On Display**：將手錶螢幕與部分應用程式的畫面設為在您配戴手錶時一律維持開啟。然而，使用這項功能時，電池的耗電速度會比平常更快。
- **螢幕喚醒**：選擇螢幕開啟方式。請參閱[開啟螢幕](#)瞭解更多資訊。
- **顯示媒體操控選項**：設為連線手機正在播放音樂或影片時，手錶會自動開啟媒體控制器應用程式。
- **螢幕逾時**：設定在關閉螢幕背光前，手錶等待的時間長度。
- **顯示上一個應用程式**：設定螢幕關閉後，最後使用的應用程式維持開啟的時間。如螢幕關閉後，於所設時間內再度開啟螢幕，將會顯示最後使用的應用程式畫面，而非顯示手錶螢幕。
- **字型**：設定螢幕的字型樣式。
- **觸控靈敏度**：設定手錶以允許配戴手套使用觸控螢幕。
- **顯示充電資訊**：將手錶設為充電期間螢幕關閉的狀態下，仍會顯示充電資訊。

## Health

調整運動與健身相關的各种設定。

在設定螢幕上，輕觸 Health。

- **量測**：設定心跳率與壓力的測量方式，並開啟或關閉睡眠期間可測量的其他功能。
- **實驗室**：使用手錶新功能。
- **自動偵測運動**：開啟自動偵測功能並配置設定，例如選擇欲偵測的運動類型。

- **閒置時間**：開啟此功能後，若持續 50 分鐘未活動即會收到提醒，也可以設定欲接收通知的時間與天數。
- **開放其他裝置搜尋**：允許其他裝置搜尋您的手錶。
- **將資料分享給裝置與服務**：設為與其他連線的健康平台應用程式、運動器材和電視共用資訊。
- **隱私設定**：選擇欲分享資訊的目標應用程式或服務供應商，以在運動期間顯示所需資訊。

## 安全性與隱私權

查看手錶的安全性與隱私權狀態並變更設定。

在設定螢幕上，輕觸**安全性與隱私權**。

- **鎖定類型**：變更螢幕鎖定方式。請參閱[鎖定螢幕](#)瞭解更多資訊。
- **隱私設定**：更改隱私權設定，設定為根據興趣和手錶使用習慣來取得個人化服務。
- **左右手偵測**：設定以偵測您是否正配戴手錶。

## 定位

變更定位資訊的使用設定。

在設定螢幕上，輕觸**定位**。

- **應用程式權限**：查看擁有手錶定位存取權限的應用程式清單並編輯權限設定。
- **位置服務**：查看手錶正在使用的定位服務。

## 安全與緊急狀況

管理醫療資訊與緊急聯絡人。也可設定在發生緊急狀況時，選擇自動或手動發出 SOS 求救訊息。請參閱[傳送 SOS](#) 瞭解更多資訊。

在設定螢幕上，輕觸[安全與緊急狀況](#)。

- **醫療資訊**：輸入醫療資訊。
- **緊急聯絡人**：新增緊急聯絡人。
- **SOS 緊急服務**：設定在緊急情況下按五下手錶的首頁按鈕來發出 SOS 求救。
- **重摔偵測**：設定手錶在偵測到重摔時自動或手動發出 SOS 請求。
- **緊急救援情報分享**：向緊急聯絡人發送一則訊息，其中包括您的定位資訊以及低電量提醒警告。
- **無線緊急警報**：變更緊急情況相關設定，例如無線緊急警報。

## 帳號與備份

在連線手機上註冊三星或 Google 帳戶後，即可使用各種手錶功能，並將其新增至手錶。您可以透過連線手機上的 Smart Switch 自動定期備份手錶的資料和檔案。

在設定螢幕上，輕觸[帳號與備份](#)。

- **帳號**：在連線手機上註冊三星或 Google 帳戶並將其新增到手錶。請參閱[在手錶上新增帳號](#)瞭解更多資訊。
- **備份**：查看手錶上的資料是否透過連線手機上的 Smart Switch 自動備份。

## Google

變更 Google 設定。

在設定螢幕上，輕觸 Google。

- 帳戶：查看在連線手機上註冊的 Google 帳戶，並將其新增到手錶。

## 進階功能

開啟進階功能。

在設定螢幕上，輕觸進階功能。

- 中斷連線提醒：設定在配戴手錶時，如果與手機的藍牙連線中斷，即自動即傳送提醒。
- 水中鎖定：下水前開啟水中鎖定模式。如開啟水中鎖定模式，則抬高手腕喚醒功能與 Always On Display 功能等，包含螢幕觸控都將自動關閉。
- 自訂按鈕：選擇在您按兩下或按住首頁按鈕時欲啟動的應用程式或功能。您也可以選擇按下返回按鈕時欲啟動的功能。
- 狀態顯示器：變更狀態指示燈圖示於手錶頂端的顯示設定。
- 手勢：開啟手勢功能並配置設定。請參閱[手勢](#)瞭解更多資訊。

## 手勢

開啟手勢功能並配置設定。

在設定螢幕上，輕觸進階功能並於手勢下方選取所需功能。

- 接聽來電：設為用您配戴手錶的慣用手，揮動手臂兩次，即可接聽來電。
- 關閉提醒與來電：設為轉動配戴手錶的手腕兩次，即可關閉提醒並拒接來電。

- **快速啟動**：設定在螢幕開啟的五秒鐘內，握住您配戴手錶的手腕拳頭，上下擺動兩次即可啟動特定功能。輕觸選取選項，並將功能設定為以此方式開啟。

## 電池與裝置維護


裝置維護功能可供您查看手錶電池、儲存空間和記憶體等狀態概覽。

### 電池

檢查剩餘電力與能使用手錶的時間。電力過低時，開啟省電模式即可降低耗電量。

在設定螢幕上，輕觸電池與裝置維護 → 電池。


- **省電**：開啟省電模式以延長電池使用時間。
- **休眠應用程式**：選擇在背景中進入休眠的應用程式。休眠應用程式僅會偶爾在背景運作，以延長電池的使用時間。
- **僅使用手錶**：為降低耗電量，僅會顯示手錶且將關閉所有其他功能。按下首頁按鈕即可查看手錶。若要關閉限用手錶模式，按住首頁按鈕。或者將手錶置於無線充電器上。

 剩下的使用時間顯示電力用盡前還剩下多少時間可使用裝置。剩下的使用時間可能會因您的手錶設定和操作條件而有所不同。

### 儲存空間

檢查已使用與可用的儲存空間狀態。

在設定螢幕上，輕觸電池與裝置維護 → 儲存空間。

-  作業系統和預設應用程式會占用部分儲存空間，因此內部儲存空間的實際可用容量會小於指定的容量。可用容量可能會在您更新手錶時變更。
- 您可於三星網站的規格區查看手錶的內部儲存空間可用容量。



## 記憶體

在設定螢幕上，輕觸電池與裝置維護 → 記憶體。

若要透過中止於背景中執行的應用程式來提升手錶效能，請從應用程式清單勾選應用程式，然後輕觸立即清理。

## 應用程式

配置手錶應用程式的設定。

在設定螢幕上，輕觸應用程式。

- 選擇預設應用程式：選擇功能相似的預設應用程式。
- 健康平台：設定個人檔案以供健康資料管理使用，並設定與其他連線的健康應用程式分享資訊。
- 應用程式清單：管理手錶的應用程式。您也可以查看應用程式的使用資訊，並解除安裝或停用非必要的應用程式。
- 權限管理員：查看所有應用程式(包括系統應用程式)的權限清單，並變更權限設定。
- 三星應用程式更新：查看部分預載三星應用程式的更新。

## 一般

自訂手錶的一般設定。也可將手錶連接新手機或重設手錶。

在設定螢幕上，輕觸一般。

- 觸碰錶圈：變更觸控錶圈的設定。(Galaxy Watch6)
- 文字轉語音：變更 TalkBack 開啟時的文字轉語音功能設定，如語言、速度等。
- 輸入：變更鍵盤設定並設定快速回覆功能。
- 日期與時間：手動設定日期與時間。



由於已和連線手機同步，中斷手機與手錶的連線即可使用此功能。


- 方向：設定手錶和戴錶的同一隻手腕配對(不分左右手)以及戴上手錶後，首頁按鈕或返回按鈕的方向。

- **將手錶移轉到新手機**：您可以將手錶連接至與舊手機使用同一個 Google 帳戶的新手機，且無需重設手錶的資料。請參閱[將手錶連接到新手機](#)瞭解更多資訊。
- **重設**：刪除手錶上所有的資料。然而，重設之前，若手錶已與手機連線，隨即會自動備手錶資料與檔案。

## 協助工具

配置不同設定以改善手錶的協助工具。

在設定螢幕上，輕觸協助工具。

- **現正使用的功能**：查看您正在使用的協助工具功能。
  -  此功能僅於正在使用協助工具功能的情況下適用。
- **TalkBack**：開啟 TalkBack 即可提供語音回饋。若要查看說明資訊以瞭解如何使用此功能，請輕觸設定 → [教學課程和說明](#)。
- **改善可見度**：自訂設定以供視障使用者操作。
- **聽力輔助**：自訂設定以供聽障使用者操作。
- **互動與敏銳度**：自訂設定，以便靈活度較低的使用者操作。
- **進階設定**：管理其他進階功能。
- **已安裝的應用程式**：查看手錶上安裝的協助工具服務。

## 軟體更新

透過空中韌體升級 (FOTA) 服務更新手錶軟體。您也可以變更更新設定。

在設定螢幕上輕觸軟體更新。

- **下載並安裝**：手動檢查並安裝更新。
- **自動更新**：設定手錶正在充電期間且剩餘電量超過 30% 的情況下隔夜自動安裝更新。

## 關於手錶

存取手錶的其他資訊。

在設定螢幕上，輕觸關於手錶。

- 狀態資訊：查看資訊，例如 Wi-Fi MAC 位址、藍牙位址以及序號。
- 法律資訊：存取與手錶相關的法律資訊。您也可以將手錶的診斷資訊傳送給三星。
- 軟體資訊：存取軟體版本和安全性狀態。
- 電池資訊：查看電池資訊。


# Galaxy Wearable 應用程式

## 簡介

若要將手錶連接到手機，務必在手機上安裝 Galaxy Wearable 應用程式。您可以透過 Galaxy Wearable 應用程式查看手錶的剩餘電力與配置設定。


在手機上開啟 Galaxy Wearable 應用程式。

若要輸入關鍵字搜尋設定，輕觸 Q。您也可透過選取建議下的標籤來搜尋設定。

 視連線手機類型而定，某些功能可能無法使用。



輕觸  以使用下列其他選項：

- ：配置 Galaxy Wearable 應用程式的設定。
- 加入新裝置：將裝置與目前連接的手機中斷連線，然後連接新裝置。請依照螢幕上的指示完成連線。請參閱[透過藍牙將手錶連接到手機](#)瞭解更多資訊。

- **管理裝置**：在超過兩部裝置與手機連線的情況下管理連線的裝置。若要將裝置與您的手機中斷連線，請選擇裝置並輕觸**移除**。

 視地區、電信業者或型號而定，可能無法使用部分功能。

## 錶面


可以變手錶螢幕上顯示的手錶樣式。


在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**錶面**。

選擇理想錶面，並輕觸**自訂**來變換螢幕顏色或元件，如時針與錶盤，甚至可選擇欲顯示於手錶螢幕上的項目。

### 製作 My style 錶面

從拍攝的相片擷取色彩元素來將錶面變更為圖騰。手錶錶面可與任何您喜歡的造型樣式搭配。


 此功能僅適用於三星或 Android 手機。

- 1 在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**錶面**。
- 2 選擇設計風下方的**我的風格**。
- 3 輕觸**自訂** → **背景** → **相機**。  
若要選擇儲存在手機上的相片，請輕觸**媒體瀏覽器**。
- 4 輕觸  以拍攝相片，然後輕觸**確定**。
- 5 將欲使用的相片部位拖曳至圓圈內，或是調整相片尺寸，以選擇欲使用的色彩。
- 6 選擇圖樣類型，然後輕觸**完成**。
- 7 輕觸**儲存**。  
錶面隨即會變更為 My style 中設定的選項。

## 製作 AR 貼圖錶面

將錶面變更為專屬 AR 貼圖。

 此功能僅適用於支援 AR 貼圖的三星手機。

- 1 在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸錶面。
- 2 選擇設計風下方的 AR 貼圖。
- 3 輕觸自訂 → 卡通人物。
- 4 輕觸  然後依照螢幕上的說明製作 AR 貼圖。
- 5 選擇其他虛擬人偶下方建立的 AR 貼圖即可將其傳輸至手錶。
- 6 輕觸儲存。  
錶面隨即會變更為 AR 貼圖設定。



## 應用程式螢幕

重新排序應用程式螢幕上的應用程式。


在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸應用程式螢幕。

若要重新排序應用程式，請輕觸並按住應用程式即可移動，拖曳到理想位置後，輕觸儲存。

## 資訊方塊

自訂手錶上的資訊方塊。您也可重新排列資訊方塊。  
在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸資訊方塊。

### 新增或移除資訊方塊

於新增資訊方塊下方，輕觸欲新增的資訊方塊，或在欲移除的資訊方塊上輕觸 ，然後輕觸儲存。

### 重新排序資訊方塊

輕觸並按住欲移動的資訊方塊，並將其拖曳到理想位置，然後輕觸儲存。

## 快速面板

在手錶的快速面板上，選取所顯示的快速設定圖示。您也可以重新排列快速設定圖示。  
在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸快速面板。

### 新增或移除快速設定圖示

於可用按鈕下方，輕觸圖示上的 ，或輕觸欲移除圖示上的 ，然後輕觸儲存。

### 重新排序快速設定圖示

輕觸並按住欲移動的圖示，並將其拖曳到理想位置，然後輕觸儲存。

# 手錶設定

## 簡介

查看手錶的狀態並調整手錶的設定。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定**。

## 三星帳號

在連線手機上註冊三星帳號或查看先前註冊的三星帳號。

在手機的 Galaxy Wearable 畫面上，輕觸**手錶設定** → **三星帳號**。請參閱[在手錶上註冊三星帳號](#)瞭解更多資訊。

## 模式

設定將手錶和手機的睡眠模式設定同步。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **模式**。

- **同步睡眠模式**：設定將手錶和手機的模式設定同步。開啟此功能時，如連線手機上加入任何新模式或模式設定有所變更，則包含模式執行狀態在內，都將一併同步到手錶。

 視連線手機的軟體版本而定，可能僅支援部分模式同步功能。

## 通知

變更通知設定。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **通知**。

- **應用程式通知**：在手錶上選擇欲接收通知的手機或手錶應用程式。
- **在手錶上顯示手機通知**：設定手錶根據手機的使用狀態顯示手機通知。
- **將手機上的通知靜音**：設定在手錶上顯示通知時，將手機上的應用程式通知靜音。



- **與手機同步請勿打擾設定**：設定即可同步手錶和手機上的請勿打擾設定。
- **進階通知設定**：設定通知的進階設定。

## 聲音與震動

變更聲音與震動設定。

在手機的 Galaxy Wearable 畫面上，輕觸**手錶設定** → **聲音與震動**。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的[聲音與震動](#)。

## 顯示器

變更螢幕設定。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **顯示器**。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的[顯示器](#)。

## Health

調整運動與健身相關的各種設定。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **Health**。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的[Health](#)。

## Samsung Wallet / Samsung Pay

使用 Samsung Wallet 或 Samsung Pay 的多項便利功能。

在手機的 Galaxy Wearable 畫面上，輕觸**手錶設定** → **Samsung Wallet** 或 **Samsung Pay**。

 此功能可用與否，視所在地區或服務連線手機而定。

## 安全與緊急狀況

管理醫療資訊與緊急聯絡人。也可設定在發生緊急狀況時，選擇自動或手動發出 SOS 求救訊息。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的[安全與緊急狀況](#)或[傳送 SOS](#)。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **安全與緊急狀況**。

## 帳號與備份

在連線手機上註冊三星或 Google 帳戶後，即可使用各種手錶功能，並將其新增至手錶。您也可以透過連線手機上的 Smart Switch 自動定期備份手錶的資料和檔案，並將備份資料儲存至三星雲端。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **帳號與備份**。



- 儲存自動定期備份至三星雲端的手錶資料和檔案，如此一來便能在您不慎執行原廠資料重設而導致資料和檔案損毀或遺失時進行復原。
- 使用 Samsung Health 應用程式時，系統僅會將過去 28 天內的記錄儲存於手錶。若要查看 28 天之前儲存的記錄，請在連線手機上安裝 Samsung Health 應用程式並自動備份資料。
- **帳號**：在連線手機上註冊三星或 Google 帳戶並將其新增到手錶。請參閱[在手錶上新增帳號](#)瞭解更多資訊。
- **備份**：透過連線手機上的 Smart Switch 查看自動備份的手錶資料，輕觸將備份資料儲存到三星雲端開關以啟用，即可將備份資料儲存至三星雲端。

## 進階功能

開啟進階功能。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **進階功能**。除所列功能之外，如需更多其他功能的資料，請參閱應用程式與功能中的[進階功能](#)。

- **遠端連線**：將手錶設為裝置間的藍牙連線無法使用時，可透過行動網路或 Wi-Fi 網路與智慧型手機進行遠端連線。

## 電池與裝置維護

裝置維護功能可供您查看手錶電池、儲存空間和記憶體等狀態概覽。您也可以測試手錶。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **電池與裝置維護**。除所列功能之外，如需更多其他功能的資料，請參閱應用程式與功能中的**電池與裝置維護**。

- **診斷**：使用 Samsung Members 測試您的手錶。

## 應用程式

配置手錶應用程式的設定。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **應用程式**。

- **應用程式設定**：變更部分手錶應用程式的詳細設定。
- **您的應用程式**：管理手錶的應用程式並查看各應用程式的使用資訊，或解除安裝或停用不需要的應用程式。

## 管理內容

將手機上儲存的音訊或圖像檔同步到手錶，或傳輸到手錶。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸**手錶設定** → **管理內容**。


- **音樂**
  - **手錶上的歌曲**：根據分類查看並管理手錶上的音訊檔案。請參閱**管理儲存在手錶上的音訊檔案**瞭解更多資訊。
  - **自動同步**：將手機設定為每隔 6 個小時自動將新增至要同步的播放清單中的音訊檔案同步到手錶。
  - **要同步的播放清單**：選擇要自動同步到手錶的播放清單。




如果手機已安裝 Samsung Music 應用程式，且開啟自動同步功能，此功能才會顯示。

- 媒體瀏覽器

- 新增圖像：將手機上的相片傳輸到手錶。請參閱[將相片傳輸到手錶](#)瞭解更多資訊。
- 自動同步相簿：將手機設定為自動將新增至欲同步的相簿中的圖像同步到手錶。
- 要同步的相簿：選擇欲自動同步到手錶的相簿。
- 自動同步圖像上限：選擇一次可從手機傳送到手錶的圖像數量。

 要同步的相簿與自動同步圖像上限可能會在您開啟自動同步相簿功能時出現。

- 自動同步最新影像故事：將手機設定為自動將最近的影像故事同步到手錶。

 唯有手錶剩餘電量超過 15% 且省電模式關閉的情況下，才能同步手錶和手機之間的檔案。

## 行動方案 (SM-R935F、SM-R945F、SM-R955F、SM-R965F)

在手錶上啟用行動網路後，即可透過行動網路使用各種服務。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸手錶設定 → 行動方案。

## 一般

自訂手錶的一般設定。也可將手錶連接新手機或重設手錶。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸手錶設定 → 一般。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的一般。

## 協助工具

配置不同設定以改善手錶的協助工具。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸手錶設定 → 協助工具。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的協助工具。

## 手錶軟體更新

透過空中韌體升級 (FOTA) 服務更新手錶軟體。您也可以變更更新設定。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸手錶設定 → 手錶軟體更新。請參閱[軟體更新](#)瞭解更多資訊。

## 關於手錶

存取手錶的其他資訊。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸手錶設定 → 關於手錶。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的[關於手錶](#)。

## 尋找我的手錶

尋找遺失或遺忘所在位置的手錶並進行遠端控制。

在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸尋找我的手錶。

- **開始：**查看手錶目前的所在位置。如需更多資訊，請參閱應用程式與功能中的[尋找我的手錶](#)。
- **設定安全性：**
  - **鎖定手錶：**遠端鎖定手錶以防止未經授權的存取。您可於手機透過藍牙或遠端連線連接到手錶時使用此功能。手錶鎖定時，請輸入預設 PIN 碼來手動解鎖，或透過藍牙再次將手錶連接到手機來自動解鎖。
  - **重設手錶：**刪除所有儲存在手錶上的資料。手錶重設後，即無法還原資訊或使用尋找我的手錶功能。然而，重設前在手錶與手機連線期間所備份與儲存的資料，仍可透過三星雲端存取。

## 商店

下載要在手錶上使用的應用程式與錶面。



在手機的 Galaxy Wearable 螢幕上，輕觸商店。


# 使用注意事項

## 裝置使用注意事項




使用裝置時，請先閱讀本手冊，以確保安全和妥善使用。

- 說明以裝置的預設設定為基礎。
- 部分內容可能與您的裝置不同，視乎地區、服務提供者、型號規格或裝置的軟體而定。
- 裝置使用某些應用程式或功能時，需要連接 Wi-Fi 或行動網路。
- 需要高 CPU 和記憶體使用量的內容 (高品質內容) 將會影響裝置的整體效能。視裝置的規格和裝置使用的環境而定，與該內容相關的應用程式可能不會正常運作。
- 對於由三星以外的提供者提供的應用程式所導致的效能問題，三星概不負責。
- 因修改登錄檔或作業系統軟體造成的效能或不相容性問題，三星概不負責。嘗試自訂作業系統可能會導致您的裝置或應用程式不能正常工作。
- 本裝置中提供的軟體、聲源、桌布、圖片及其他媒體僅提供有限使用許可。針對商業或其他用途擷取和使用這些資料將違反版權法。對於非法使用媒體而導致的法律問題，使用者應負全部責任。
- 視資費方案而定，使用訊息、上傳和下載、自動同步或定位服務等資料服務可能會產生額外費用。對於大資料傳輸，建議使用 Wi-Fi 功能。
- 裝置隨附的預設應用程式隨時可能更新，並可能在未經事先通知的情況下撤銷支援。
- 本裝置的作業系統與前幾代的部分 Galaxy Watch 不同，因此有相容性問題，導致您無法使用過去購買的內容。
- 型號規格和支援的服務可能視地區而異。

- 修改裝置的作業系統或安裝非官方來源的軟體，可能會導致裝置發生故障並毀損或遺失資料。這些操作違反三星授權協議，會使您的保固失效。
- 視您連線至手錶的手機製造商與型號而定，部分功能可能無法如本使用手冊中所述般運作。
- 裝置會根據周圍環境自動調整對比範圍，即使在戶外強光下仍可清晰瀏覽觸控螢幕。由於產品原有特性，長時間顯示固定圖形可能會導致殘影(螢幕烙印)或重影。
  - 建議不要長時間在部分或整個觸控螢幕上顯示固定圖形，不使用裝置時，則請關閉觸控螢幕。
  - 可將觸控螢幕設定為不使用時即自動關閉。在手錶的應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 顯示器 → 螢幕逾時，然後選擇觸控螢幕關閉前裝置的待機時間。
  - 若要將觸控螢幕設為根據周圍環境自動調整亮度，請在手錶的應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 顯示器，然後輕觸最佳化亮度開關來啟用此功能。
- 某些裝置必須獲得聯邦通訊委員會 (FCC) 的核准，視乎區域或型號而定。

若您的裝置經 FCC 核准，則可查看手錶的 FCC ID。若要存取 FCC ID，請在手錶的應用程式螢幕上輕觸  (設定) → 關於手錶 → 狀態資訊。如裝置無 FCC ID，代表裝置尚未授權於美國或其領土販售，若攜帶前往美國境內，僅限裝置擁有者個人使用。
- 您的裝置內含磁片。請將其與信用卡、植入式醫療器材及可能受磁力影響的其他裝置保持距離。若為醫療器材，請與裝置保持 15 cm 以上的距離。若您懷疑裝置對醫療器材產生了任何干擾，請停止使用裝置並諮詢您的醫師或醫療器材製造商。
- 警語：使用過度恐傷害視力。
- 注意事項：
  - 使用 30 分鐘請休息 10 分鐘。
  - 未滿 2 歲幼兒不看螢幕，2 歲以上每天看螢幕不要超過 1 小時。

## 說明圖示

-  **警告**：可能會對您或其他人造成傷害的情形
-  **小心**：可能會導致裝置或其他設備受損的情形
-  **注意**：註解、使用提示或其他資訊

## 包裝內容與配件注意事項

請參考快速入門指南了解包裝內容。

- 視所在地區或電信業者而定，手錶隨附項目和可用配件可能會有所差異。
- 隨附項目僅針對本裝置設計，與其他裝置並不相容。
- 外觀和規格如有變更，恕不另行通知。
- 可另向當地的三星零售商購買附加的配件。購買前請確認其與手錶相容。
- 除了手錶，部分隨附商品與配件可能不具相同的防水與防塵認證。
- 請使用三星核可的配件。使用未經核可的配件可能造成效能問題和故障，此情形不在保固範疇內。
- 是否提供所有配件完全因生產廠家而定。有關可用配件的更多資訊，請參閱三星網站。



## 維護裝置防水和防塵功能

- 本裝置具防水防塵功能，且符合下列國際標準。
  - 5ATM 防水等級認證：裝置通過浸入靜止的水下 50 m 10 分鐘的測試，符合 ISO 22810:2010 之要求。
  - IPX8 防水等級認證：裝置通過浸入靜止的水下 1.5 m 30 分鐘的測試，符合 IEC 60529 之要求。
  - IP6X 防塵等級認證：通過測試測試，符合 IEC 60529。
- 您可於運動、洗手或雨天的情況下使用本裝置。
- 您可穿戴裝置前往水深適當的游泳池或海邊游泳。
- Galaxy 裝置的防水功能並非永久有效，且可能隨著時間而使效果下降。建議您每年前往三星服務中心進行一次 Galaxy 裝置防水功能檢測。
- 請務必遵循相關準則以維護裝置防水防塵功能。
  - 為維持裝置防水效果，游泳完畢待泳池水或海水乾後，請以清水沖洗裝置並用乾淨軟布徹底拭乾。防水功效果可能受到游泳池的消毒劑或海水鹽分影響。
  - 如有清水以外的液體滲入裝置，包含咖啡、飲料、肥皂水、油質、香水、防曬乳、乾洗手或化妝品等化學物質，請以清水沖洗裝置，並徹底拭乾，以維持其防水功能。

- 請勿穿戴裝置長時間處於水下、浮潛、潛水或水肺潛水，或從事滑水、衝浪等水上遊戲，且不得在河川等急流中游泳。此外，請勿讓裝置與高壓清洗機或類似產品接觸。如此恐導致水壓大幅升高，使本公司產品保證的防水效果受到影響。
- 若裝置遭受撞擊或受損，防水防塵功能可能會連帶受到影響。
- 請勿自行拆解裝置，須由專業人士正確指導。
- 若以吹風機等傳導熱空氣的機器烘乾裝置，或於桑拿等高溫環境下使用裝置，則防水功能恐因空氣或水溫大幅變化而受損。

## 過熱注意事項

若您在使用裝置時感到不適，請立即停止使用並將裝置從手腕上取下。

- 為避免裝置故障、皮膚不適與電池電力耗盡等問題，裝置達到特定溫度時，將出現警告。出現第一次警告時，裝置功能自動關閉，直到裝置降到一定的溫度為止。不過，LTE 機型仍可使用緊急通話功能。
- 若裝置溫度持續增加，將出現第二次警告。此時，裝置將自動關機。請等待裝置回到建議的操作溫度範圍後再使用裝置。然而，使用 LTE 機型時，雖然第二次警告會出現，先前連接的緊急通話功能將維持啟用，直到通話結束為止。

### 建議操作溫度範圍

本裝置的建議操作溫度是介於 0 °C 到 35 °C 之間。於建議溫度範圍外的環境下使用裝置可能造成裝置受損或降低電池壽命。

## 清潔與管理手錶

依據相關要點來確保您的手錶妥善運作，並維護其外觀。如不遵守則可能導致手錶受損且使皮膚感到刺激。

- 清潔前，請關閉手錶並取下錶帶。
- 避免讓裝置暴露於灰塵、汗水，墨水，油以及化妝品、抗菌噴霧、洗手劑、洗衣精以及殺蟲劑等化學產品下。否則可能會損害手錶裝置的內、外部零件，或導致效能降低。若手錶裝置接觸到任何上述物質，請使用不含棉絨的柔軟布料來清潔裝置。
- 請勿使用肥皂、清潔劑、拋光物質與壓縮空氣系統來清潔，且請勿使用超音波或外來熱源清洗您的手錶。這樣做可能會損壞手錶。肌膚可能因肥皂、乾洗手劑或手錶殘留的清潔劑而受到刺激。

- 欲卸除防曬油、乳液或護膚油，請使用無皂清潔劑，然後洗淨並徹底拭乾手錶。
- 混合材質的錶帶不防水。使用混合材質錶帶時，請勿於游泳或淋浴時配戴。
- 由於皮革材質的特性，手錶的混合材質錶帶連接處可能會發出摩擦異音。此為正常現象，您可於錶帶連接處使用皮革保養產品來解決此情況。
- 避免使手錶的混合材質錶帶直接化學成分、暴露於陽光、潮濕或炎熱環境之中，或接觸到水分。否則皮革材質的顏色和形狀可能改變。若錶帶沾濕，請以不含棉絨的柔軟布料，於通風良好的陰涼處立即將其拭乾。
- 若混合材質錶帶沾染髒污，請以不含棉絨的柔軟布料擦拭。必要時將布料以淡水稍微沾濕。



隨附錶帶視所在地區或型號而定。請確認您依照說明妥善清潔並維護錶帶。

## 如您對手錶使用的任何材料過敏，請務必留意

- 三星已透過內部與外部認證機構對手錶上發現的有毒物質進行測試，包含所有與皮膚接觸的物質、皮膚毒性測試以及手錶配戴測試。
- 手錶內含鎳材質。如您是過敏性肌膚或對手錶所採用的任何物質過敏，請務必留意。
  - 鎳：手錶內含少量的鎳，低於歐盟 REACH 法規限制參照含量。您將不會直接接觸手錶內部的鎳，且手錶已通過國際認證測試。然而，若您對鎳敏感，使用手錶時請特別留意。
- 三星僅會使用符合美國消費品安全委員會 (CPSC)、歐洲國家法規以及其他國際標準的材質來製造手錶。
- 如需更多三星化學物質管理方式的詳細資訊，請參閱三星網站。

# 附錄

## 疑難排解

在聯絡三星服務中心或授權服務中心前，建議嘗試下列解決方法。有些情形可能不適用於您的手錶。

您也可使用 Samsung Members 來解決裝置使用期間可能遭遇的所有問題。

### 手錶將顯示網路或服務的錯誤訊息

- 若您在訊號微弱或收訊不良的區域中，可能會無法接收訊號。請移至另一個區域，然後重試。移動時，可能會反覆出現錯誤訊息。
- 若無訂閱，則無法使用部分選項。如需詳細資料，請聯絡您的電信業者。

### 手錶未開機

電池完全放電後，手錶將無法開啟。手錶開機前，請先將電池充滿。

### 觸控螢幕回應緩慢或未適當回應

- 如果在觸控螢幕上貼上螢幕保護貼或可選配件，觸控螢幕可能無法正常運作。
- 如果在觸碰觸控螢幕時佩戴手套、手不乾淨，或用尖利物體或指尖輕觸螢幕，觸控螢幕可能會發生故障。
- 在潮濕環境下或沾到水時觸控螢幕可能會出現故障。
- 請重新啟動手錶，以清除所有暫存性的軟體錯誤。
- 請確認您的手錶軟體已更新至最新版本。
- 如觸控螢幕遭刮傷或損壞，請造訪三星服務中心或授權服務中心。

## 手錶當機或發生問題

請嘗試下列解決方法。如果問題仍然未得到解決，請聯絡三星服務中心或授權服務中心。

### 重新啟動手錶


若手錶發生當機，您可能需要關閉應用程式，或者關閉手錶並重新開機。

### 強制重啟

若手錶當機無法回應，請同時按住首頁按鈕和返回按鈕超過 7 秒以重新啟動。

### 重設手錶

如果上述方法無法解決問題，請執行重設為原廠設定。

在應用程式螢幕上，輕觸  (設定) → 一般 → 重設 → 重設。或者，開啟手機上的 Galaxy Wearable 應用程式並輕觸手錶設定 → 一般 → 重設 → 重設。若重設手錶時，您的手錶和手機並未連線，儲存在手錶上的資料將會被刪除。

## 另一部藍牙裝置無法定位您的手錶

- 確認手錶的藍牙功能已開啟。
- 重設手錶並重試。
- 請確認您的手錶和其他的藍牙裝置位於藍牙連線範圍內 (10 m)。距離可能因裝置使用的環境而有所不同。

若上述建議無法解決問題，請聯絡三星服務中心或授權服務中心。

## 未建立藍牙連線或您的手錶與手機已中斷連線

- 確認兩部裝置上的藍牙功能皆已開啟。
- 確認裝置之間不存在障礙物，例如牆壁或電子裝置。
- 確認手機上已安裝最新版本的 Galaxy Wearable 應用程式。若 Galaxy Wearable 應用程式不是最新版本，請先將 Galaxy Wearable 應用程式更新至最新版本。
- 請確認您的手錶和其他的藍牙裝置位於藍牙連線範圍內 (10 m)。距離可能因裝置使用的環境而有所不同。
- 重新開啟兩部裝置，並開啟手機上的 Galaxy Wearable 應用程式。

## 電話無法接通

- 請確認手錶已透過藍牙連接到手機。
- 請確認手機與手錶已存取正確的行動網路。
- 請確認您並未對手機上撥打的電話號碼設定通話限制。
- 請確認您並未對手機上的來電號碼設定通話限制。
- 查看是否有開啟的模式。若您開啟某些模式，則來電可能會靜音，且收到來電時螢幕可能不會開啟。開啟螢幕並查看來電。

## 對方無法聽到您的通話

- 確認您沒有蓋住內建麥克風。
- 確認麥克風靠近嘴部。
- 若使用藍牙耳機，請確認耳機連接正確。

## 通話時出現回音

調整音量或移至另一區域。

## 行動網路或網際網路經常斷線或音質很差

- 請確認手錶內部天線並未遭到遮蔽。
- 若您在訊號微弱或收訊不良的區域中，可能會無法接收訊號。由於電信業者基地台發生問題，可能遇到連線故障。請移至另一個區域，然後重試。
- 在移動中使用裝置時，由於電信業者可能發生網路問題，因此可能無法使用無線網路服務。

## 電池未正常充電 (適用於三星核可的充電器)

- 請確認您已將手錶正確連接至無線充電器。
- 請造訪三星服務中心或授權服務中心更換電池。

## 電池耗盡的速度比購買之初更快

- 將手錶或電池暴露在極冷或極熱的溫度條件下，有效電量可能會下降。
- 使用某些應用程式時，電池消耗增加。
- 電池屬於消耗品，隨著時間的推移，有效電量將會變短。

## 手錶摸起來過熱

使用需要更多電量的應用程式或長時間使用手錶上的應用程式時，手錶可能會變熱。此為正常現象，不會影響手錶的使用壽命或效能。

若手錶過熱或發燙時間過久，請暫時不要使用。如手錶過熱情況仍持續，請聯絡三星服務中心或授權服務中心。



## 手錶找不到您目前所在位置

手錶將使用手機的定位資訊。GPS 訊號在某些位置可能受阻，例如室內。設為使用 Wi-Fi 或行動網路尋找您目前所在位置。

## 手錶錶殼外圍有一個小空隙

- 此空隙是一種製造生產工藝上的技術限制，且搖晃部件可能會發生輕微顫動或震動。
- 隨著時間過去，部件間的摩擦可能會使此空隙稍微擴大。

## 手錶的儲存空間不足

刪除不需要的資料、未使用的應用程式或檔案，即可釋出儲存空間。

## 注意事項

### 電磁波警語：

- 取得審驗證明之低功率射頻器材，非經核准，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能。
- 低功率射頻器材之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。
- 前述合法通信，指依電信管理法規定作業之無線電通信。低功率射頻器材須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。
- 應避免影響附近雷達系統之操作。
- 高增益指向性天線只得應用於固定式點對點系統。

商品名稱 / 型號	腕帶式裝置 / SM-R930, SM-R935F, SM-R940, SM-R945F, SM-R950, SM-R955F, SM-R960, SM-R965F
額定電壓	5.0 V ; 2.0 A
製造年份	請參照腕帶式裝置背面標籤製造年份標示
製造國別	請參照腕帶式裝置背面鐳射製造國別標示
製造 / 產品號碼	請參照腕帶式裝置背面標籤 IMEI 號碼
廠商名稱、地址、電話 (製造 / 進口 / 代理商)	台灣三星電子股份有限公司 台北市內湖區陽光街 292 號 3-4 樓 02-6603-5168
功能規格或相容性	符合全球 GSM/WCDMA 行動電話規範標準
使用方法	請參照線上使用手冊
使用規範及注意事項	請參照線上使用手冊中的注意事項章節
緊急處理方法	請參照線上使用手冊緊急處理方法或洽原購買代理商或經銷商
服務諮詢專線	0800-329-999
額定頻率	50-60 Hz

\* 減少電磁波影響，請妥適使用。

## 製造商名稱及地址

SAMSUNG ELECTRONICS VIETNAM

THAI NGUYEN Co., Ltd.

Yen Binh Industrial Park, Dong Tien Ward, Pho Yen Town

Thai Nguyen Province

Vietnam

設備名稱：腕帶式裝置，型號(型式)：SM-R930, SM-R940, SM-R950, SM-R960 Equipment name                      Type designation (Type)						
單元 Unit	限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols					
	鉛 Lead (Pb)	汞 Mercury (Hg)	鎘 Cadmium (Cd)	六價鉻 Hexavalent chromium (Cr <sup>+6</sup> )	多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
電路板	-	0	0	0	0	0
外殼	0	0	0	0	0	0
螺絲	0	0	0	0	0	0
螢幕	0	0	0	0	0	0

備考 1.“超出 0.1 wt %”及“超出 0.01 wt %”係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。

Note 1 : “Exceeding 0.1 wt %”and“exceeding 0.01 wt %”indicate that the percentage content of the restricted substance exceeds the reference percentage value of presence condition.

備考 2.“0”係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。

Note 2 : “0”indicates that the percentage content of the restricted substance does not exceed the percentage of reference value of presence.

備考 3.“ - ”係指該項限用物質為排除項目。

Note 3 : The“ - ”indicates that the restricted substance corresponds to the exemption.

- 本機限在不干擾合法電臺與不受被干擾保障條件下於室內使用。
- 型號 1 (SM-R930) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK23LP0850T4
- 型號 2 (SM-R935F) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK234G0140T6
- 型號 3 (SM-R940) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK23LP0860T7
- 型號 4 (SM-R945F) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK234G0110T0
- 型號 5 (SM-R950) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK23LP0870T0
- 型號 6 (SM-R955F) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK234G0120T0
- 型號 7 (SM-R960) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK23LP0880T0
- 型號 8 (SM-R965F) :
  - 審定合格標籤 :  CCAK234G0130T3

## 版權

Copyright © 2023 Samsung Electronics Co., Ltd.

本手冊受國際版權法保護。

不得以任何形式或方式 (電子或機械) 複製、分發、轉譯或傳播本手冊中的任何內容，包括影印、錄製或儲存在任何儲存空間和檢索系統中。

## 商標

- SAMSUNG 和 SAMSUNG 標誌是 Samsung Electronics Co., Ltd. 的註冊商標。
- Bluetooth® 是 Bluetooth SIG, Inc. 的全球註冊商標。
- Wi-Fi®、Wi-Fi Direct™、Wi-Fi CERTIFIED™ 和 Wi-Fi 標誌是 Wi-Fi Alliance 的註冊商標。
- 其他所有商標和版權的所有權歸各自所有人所有。