htc



萌寶日記 APP

e-MANUAL

電子使用手冊

目錄

1.	APP 介紹	מ ק ק	1
2.	基本操作	介紹	1
	2.1 寶寶〕	資料建立	1
	2.2 編輯	多個寶寶	3
	2.3 寶寶	「應已接種之疫苗清單」確認	4
	2.4 主頁	面操作輕鬆上手	6
	2.4.1	如何更換各頁面的寶寶照片	7
	2.4.2	如何快速選取寶寶的某一年齡頁面?	7
	2.5 Draw	/er 功能	8
	2.5.1	疫苗接種提醒清單	8
	2.5.2	達成清單	9
	2.5.3	疫苗接種單位	9
	2.5.4	衛教資訊	10
	2.5.5	設定	11
	2.5.6	關於	11

3.	疫苗提醒	. 12
	3.1 疫苗圖示顯示狀態	. 12
	3.2 疫苗接種提醒清單的提醒時間	. 12
	3.3 疫苗預計接種日期及提醒設定	. 13
	3.4 疫苗接種提醒通知及延後提醒	. 14
	3.5 預計接種單位搜尋	. 15
	3.6 疫苗接種後,填入實際接種日期	. 16
	3.7 刪除接種紀錄	. 17
	3.8 疫苗資訊	. 17
4.	發展指標	. 18
	4.1 發展指標圖示顯示狀態	. 18
	4.2 填入達成發展指標日期	. 18
	4.3 分享達成發展動作照片	. 19
	4.4 刪除達成紀錄	. 20
5.	發育數據	. 21
	5.1 發育數據圖示顯示狀態	. 21
	5.2 紀錄發育數據	. 21
	5.3 發育數據百分位	. 22

	5.4 成長曲線	. 23
	5.5 修改及刪除發育紀錄	.24
6.	日記	. 25
	6.1 日記圖示顯示狀態	. 25
	6.2 紀錄生活日記	. 23
	6.3 分享日記照片	. 27
	6.4 編輯及刪除日記	. 28
	6.5 修改日記封面照片	. 29
7.	日常紀錄	30
	7.1 新增日常紀錄	30
	7.2 紀錄「吃東西」	32
	7.3 紀錄「睡覺」	34
	7.4 紀錄「換尿布」	35

1. APP 介紹

TotSpace 是一個主打寶寶健康功能的 APP。根據疾管署提供的疫苗接種時程及相關衛教資訊,設計出可讓使用者建立寶寶專屬的健康照護提醒機制,使爸媽在繁忙的生活中,有效率的完成寶寶疫苗接種及健康發展的重要使命。

2. 基本操作介紹

2.1 寶寶資料建立

安裝 APP 後,即可開始編輯寶寶基本資料,包括設定寶寶大頭照、寶寶暱稱、性 別、生日及您與寶寶的關係。其中,寶寶的暱稱、性別及生日為必填欄位。





貼心小功能,根據您輸入的寶寶性別,將決定整體使用介面的主題顏色。



請注意,因為系統會根據您輸入的寶寶生日,計算出所有疫苗及發展指標應達成時程,請再次確認您輸入資料(性別及生日)的正確性。若您不小心輸入錯誤資訊且又已儲存資料,請您解除 APP 後重新安裝。



2.2 編輯多個寶寶

您可以透過以下步驟建立多個寶寶的基本資料。

步驟: 點選 Drawer 內的「管理寶寶」 → 點選右下角「 💙 」 → 填入另一個寶

寶的基本資料 → 儲存



如何置換寶寶頁面?

您可以直接點選「寶寶的大頭照片」或是從「管理寶寶」更換寶寶頁面。



	dede will advanced as	12:00
÷	官埋寶寶	
S	Q比 2015-06-21	0
Z	威威 2014-05-15	۲



您可以在「管理寶寶」頁面中,點選任一位寶寶做刪除。或是進入「寶寶資料」 的頁面,點選右下角的「刪除寶寶」做刪除。

	12:00	
實實	i i	← 寶寶資料
	0	
5-15	۲	
		(?sa.)) 威威
		♀ ● 男 ○ 女
		2014-05-15
		 請問您是寶寶的 媽媽 〇 爸爸 ● 非
	+	

2.3 寶寶「應已接種之疫苗清單」確認

根據寶寶的生日,系統會自動判讀您安裝本 APP 時寶寶的年齡及所有「應已接 種之疫苗清單」,以便調整日後寶寶接種疫苗的提醒機制,請您確實勾選。若此 階段不確定寶寶是否已接種某些疫苗項目,可在進入頁面後的「達成清單」中, 將疫苗紀錄做刪除。

🔊 🕕 👯 📶 91% (上午11:14
← 確認已接種疫苗	確定
从此此 請確認Q比是否已接種以下疫苗 (提醒您,政府並未強制規定接種自費	疫苗)
適合接種年齡:4個月	
五合一疫苗 (第二劑)	\odot
結合型肺炎鏈球菌疫苗 (第二劑)	\odot
輪狀病毒疫苗 二劑型 (第二劑) [自費疫苗]	0
輪狀病毒疫苗 三劑型 (第二劑) [自費疫苗]	0
適合接種年齡:2個月	
and a shade (data atal)	

步驟: 達成清單 → 疫苗接種清單中點選需修改之疫苗 → 右上角「刪除接種紀錄」

	12:00	🜵 🕑 🏺 👘 🔌 🕕 🏭	100% 🔲 下午12:22	🔲 🜵 🗠 🏺 👘 💿 🕕	^{₩G} , 100% 💷 下年12:22
		← 達成清單		← 疫苗內容	刪除接種紀錄
	5個月	疫苗接種	成長階段		
S		適合接種年齡:未滿1個月		卡:	介苗
Qtt		卡介苗	已接種 >		
🕐 管理實實	- A			⊂ fi	₹ ₹ <u>₩</u> √
(2) 疫苗接種提醒	4個月	B型肝炎疫苗 (第一劑)	□ 接種 >		
	~ 2015.11.20	適合接種年齡:滿1個月		+	Art 100 000 14
(注) 達成清單		B型肝炎疫苗 (第二劑)	已接種 >	· 送種口期	● 接種単位
⑦ 預防接種單位		適合接種年齡:滿2個月		2015-06-22	請輸入接種單位
(11) 衛教資訊	4月0天	輪狀病毒疫苗 二劑型 (第一劑) [自費疫苗]	未接種 >	疫苗	簡介
🛞 設定	結合型肺炎鏈 球菌疫苗(第二	輪狀病毒疫苗 三劑型 (第一劑)			?)
	A5)	[自費疫苗]	未接種 >		
		結合型肺炎鏈球菌疫苗 (第一劑)	已接種 >		
۵ C	đ			t C	à đ

2.4 主頁面操作輕鬆上手

主頁面以時間軸左右滑動的方式呈現,愈往右表示寶寶年齡愈長。各頁面的圓 形圖示為寶寶在該成長階段應完成之事項。包含應接種疫苗、應達長發展指標。 您亦可透過發育數據紀錄寶寶的身高、體重、頭圍。並以日記功能紀錄寶寶生 活的點點滴滴。(請參考各項功能操作介紹)



2.4.1 如何更換各頁面的寶寶照片

步驟:點選頁面原照片位置 → 選擇手機中的相片並裁切 → 完成



2.4.2 如何快速選取寶寶的某一年齡頁面?

您可透過頁面上方的下拉式選單,直接選取您欲前往之頁面,減少您左右滑動 頁面的時間。

7.96



2.5 Drawer 功能

Drawer 功能包含管理寶寶基本資料、疫苗接種提醒清單、達成清單(疫苗、成長)、疫苗接種單位、衛教資訊、設定及關於等功能。Drawer 開啟方式有兩種,





2.5.1 疫苗接種提醒清單

透過疫苗接種提醒清單,您可輕鬆確認近期須接種之疫苗項目,並點選安排預

計的接種時間。

 	☞ 下午5:34
請安排qq接種以下殘苗: (若不想收到娛麗,請至說定關閉)	
須儘快 接種之疫苗:	
卡介苗 點此設定預計接種日期	>
7天後 可開始接種之疫苗:	
流感疫苗 點此設定預計接種日期	>
五合一疫苗 (第三劑) 點此設定預計接種日期	>
B型肝炎疫苗(第三劑) 點此設定預計接種日期	>
\sim	7

2.5.2 達成清單

疫苗接種及成長階段達成清單一目了然·點選任一項目即可直接連結至該項目

位於主頁面之位置。



2.5.3 疫苗接種單位

可直接搜尋周遭提供疫苗接種之合約院所資訊,包括診所地址、電話、接種疫 苗項目及接種時間。

2.5.4 衛教資訊

目前資訊包含「疫苗接種」及「小兒傳染病」兩個部分。

「疫苗接種」:可以看到「各項常規疫苗最小接種年齡與最短接種間隔」及「國 小新生入學後預防接種紀錄檢查與補種指引」等資訊。

← 衛教資訊	12:00
疫苗接種	小兒傳染病
如寶寶在特殊情況下,包括 或近期預定前往疾病流行國 力,在考量不影響接種效益 下,可參照「最小接種年齡	缺漏劑次多、頻繁往返國際 家等,為儘速建立免疫保護 ,並經醫師評估無接種禁忌 與最短接種間隔」安排接種
前往疾管署網站下載"各項 與最短接種間隔"	i常規疫苗最小接種年齡 >
前往疾管署網站下載"國小 錄檢查與補種指引"	新生入學後預防接種紀 >



「小兒傳染病」:包含疾管署提供的各種小兒流行病的介紹、預防方法及就醫

相關資訊等。

	12:00
← 衛教資訊	
疫苗接種	小兒傳染病
腸病毒感染併發重症	>
流行性感冒	>
病毒性腸胃炎	>
麻疹	>
水痘併發症	>
百日咳	>

t	\land	

	12:00
÷	腸病毒感染併發重症
	疾病簡介
腸病又歸型個疾感fo(床體hemo 病毒陸類被案病冒of-fr (h表麻mo	為一群病毒的總稱,包含小兒麻痺病毒、克沙奇 型及B型、伊科病毒及腸病毒等60餘型,近年來 發現多種型別,依據基因序列分析結果將之重新 分為人類腸病毒本人B、C、D型,其中腸病毒71 響節公類腸病毒水包、C、D型,其中腸病毒71 響節公類腸病毒水菌、医、D型,其中腸病毒71 響節公類腸病毒之動。臺灣全年都有腸病毒感染 以 4到9月為主要流行期。腸病毒可以引發多種 其中很多是沒有症狀的感染,或只出現類似一般 與輕微症狀,常引起之症狀為手足口病(hand- nouth disease)、疤疹性咽峡炎 pangina),有些時候則會引起一些較特殊的臨 ,包括無菌性腦臟炎(acute rrhagic conjunctivitis)等。
	傳播方式
腸病毒 食物汽 可經由	時的傳染性極強,主要經由腸胃道(糞一口、水或 5染)或呼吸道(飛沫、咳嗽或打噴嚏)傳染,亦 1接觸病人的分泌物而受到感染 。
	潛伏期
腸病毒	F感染的潛伏期大約2至10天,平均約3到5天,發

2.5.5 設定

通知設定: 您可以選擇疫苗提醒的通知方式, 甚至關閉疫苗通知提醒。

位置設定: 若您不允許系統抓取您的所在位置·使用在搜尋周遭疫苗接種單位的 功能上·則可在此點選設定關閉「位置定位服務」。

* 提醒您,因安卓系統的設計機制,一旦關閉「位置定位服務」,則您手機

上所有需要定位服務之應用程式將一併關閉此定位服務。

🔲 🕑 🜵 🏺	101 1151 95% 🐼 ⊤ ≠6:04
← 設定	
通知設定	
通知	•
震動	
手機 LED	
通知鈴聲 Spiderman is the best	
位置設定	
更改位置設定	>



2.5.6 關於

您可以從「關於」裡,確認本應用程式版本號及隱私權政策及服務條款。

3. 疫苗提醒

3.1 疫苗圖示顯示狀態

位於主頁面上的疫苗圖示,可看出疫苗接種狀態。無填滿狀態表示未接種,

填滿狀態則表示已接種。

[未接種]



結合型肺炎鏈球菌 疫苗 (第二劑)



[已接種]

結合型肺炎鏈球菌 疫苗 (第二劑)

3.2 疫苗接種提醒清單的提醒時間

🕑 🖞 🏺 👘 👫 📶 95% 洒	下午5:34
← 疫苗接種提醒	
Aunt	
請安排qq接種以下疫苗: (若不想收到提醒,請至設定關閉)	
須儘快 接種之疫苗:	
卡介苗 點此說定預計接種日期	>
7天後 可開始接種之疫苗:	
流感疫苗 點此說定預計接種日期	>
五合一疫苗(第三劑) 點此說定預計接種日期	>
B型肝炎疫苗 (第三劑) 點此設定預計接種日期	>

根據寶寶的生日,系統會計算出所有疫苗可開始接種的時間。此建議時間會 隨著每劑疫苗實際接種日期而自動調整。當疫苗接種清單上僅有"須盡快" 接種之疫苗項目時,此清單會於每周五提醒您,當清單上有"未來"可接種 疫苗之項目時,則清單會每天跳出通知提醒。

須盡快接種之疫苗: 某劑疫苗超過了可開始接種的日期但尚未接種。
 未來可接種疫苗: 包含當天、一天後、七天後可開始接種之疫苗項目。
 請注意:系統自動提醒您的疫苗範圍不包含「自費疫苗」。

3.3 疫苗預計接種日期及提醒設定

點選任一疫苗項目後,即可設定疫苗預計接種日期及提醒。

步驟:點選「預計接種日期」 → 選擇疫苗接種之「預計日期」及「時間」 → 選擇「鬧鐘設定」(系統提醒時間)

🔲 🕑 🌵 🏺 💦 🔌 🕕 👯 📶 100% 🛲 ד+6:50
← 疫苗內容 ⑦
結合型肺炎鏈球菌疫苗 (第二 劑) ^{可開始接種日期:2015-10-21}
預計接種日期預計接種單位
未設定
夏寶已接行
5 6 7

👁 🜵 🕑 📰 🏺	0 #	.ıll 99% 🖅	下年7:03
← 預計接種日			儲存
➡ 預計日期			
	10	08	
2015	11	09	
2016	12	10	
① 預計時間		02:30 -	下午
🔔 鬧鐘設定			
● 當天	(○一天前	
〇 三天前	ŭ (〇不提醒	
Ð		D	

3.4 疫苗接種提醒通知及延後提醒

一旦設定疫苗接種日期、時間及鬧鐘設定,系統將根據您的設定跳出提醒 通知。收到通知時,除了可以關閉提醒外,若您臨時有事需調整接種時程, 甚至可延後系統提醒時間。



	🔊 🕕 🁯 📶 100% 🛲 1	r ≠6: 53
^{您已安}	^{推Q比於2015-11-09室醫院接租 型肺炎鏈球菌疫苗 (第二 劑)}	1
	◉ 一天後提醒我	
	○ 三天後提醒我	
	○ 七天後提醒我	
	○ 不再提醒我	
	確定	
t		

3.5 預計接種單位搜尋

系統可根據您的位置·搜尋周遭可接種疫苗之合約院所 · 您亦可直接輸入

院所名稱搜尋院所資訊。

[定位搜尋]



[院所名稱搜尋]



點選合約院所,即可查看院所之詳細資訊,包括:電話、地址、接種時間及



可接種之公費、自費疫苗項目。

 ■ < ● ◎ ◎ ◎ ○ ◎ ○ ◎ ○ ※ ● ※ ※ ● ※ ※ ● ● ※ ● <l< th=""></l<>
電話: 語音預約 0 <u>2-23567890</u> 總機 0 <u>2-23123456</u> 地址: <u>臺北市中正區中山南路8號</u>
接種時間: 1.週二、四、五健兒門診 13:30-17:00 2.其 它兒科門診時間 3.卡介苗接種 週二、四、五 健兒門診15:30-17:00
公費疫苗: 卡介苗、B型肝炎疫苗、B型肝炎免疫球蛋 白、五合一疫苗、麻疹腮腺炎德面麻停混合 疫苗、水痘疫苗、日本腦炎疫苗、減量破傷 ■白端非細胞性百日該及不活化小兒疫療混 ♪ ロ □

3.6 疫苗接種後,填入實際接種日期

因系統會根據您填入的疫苗實際接種日期,自動為您計算出下一劑疫苗可開始
接種的時間,當您的寶寶完成各疫苗接種時,請記得確實填入實際接種時間。
步驟:點選「寶寶已接種」 → 輸入「接種日期」(接種單位可不輸入) → 確定

40 👘 👬 📶 100% 💷 ד+7:44
苗 (第二
15-10-21

3.7 删除接種紀錄

若您輸入錯誤的疫苗實際接種日期,點選該疫苗圖示進入頁面後,點選右上角一刪

除接種紀錄」則可刪除紀錄。

■ ② ↓ 四 ♥ ● 第l 100% ● 7×9:15 ← 疫苗內容 白喉破傷風非細胞性百日咳 B	 □ / · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
型嗜血桿菌及不活化小兒麻痺 五合一疫苗 (第二劑) _{已接種√}	型嗜血桿菌及不活化小兒麻痺 五合一疫苗 (第二劑) _{已接種✓}
┢ 接種日期 │ 接種單位	┢ 接種日期 ◎ 接種單位
2015-09-18 請輸入接種單位	2015-09-18 請輸入接種單位
疫苗簡介	疫苗簡介
?	?
5 6 8	

3.8 疫苗資訊

點選右上角「 🕐 」,即可了解各疫苗資訊,包括疫苗介紹、疫苗接種年齡、接種

■ 四 ↓ ♥ ● ● い 装ll 100% (■ 7±6:50 ← 疫苗內容	■ < □ ╬1100% = T*6:54 ← 結合型肺炎鏈球菌疫苗
結合型肺炎鏈球菌疫苗 (第二 劑) ^{可開始接種日期 : 2015-10-21}	接種禁忌與注意專項 第1期:出生24小內值速接種,愈早愈好。 第2期:出生滿1個月。 第3期:出生滿6個月。
	接種禁忌
預計接種日期 預計接種單位 未設定 未設定	 先前接種本疫苗或對本疫苗任何成分留發生屬重過敏反應者。 發旗或正準急性中重度疾病者,宣待病情穩定後再接種。 出生未滿6週。 其他經醫師評估不適合接種者。
	接種後可能產生的反應
實實已接種	 接種後少数的人可能發生注封部位疼痛、紅腦的反應,一般 於接種之子內核復。 發積,像色安羅黨將作用極少發生,接種後如有待練發燒、 嚴重過程反應,如呼吸困難,氣喘,貼管、心跳加塔等不過 症狀,應僅違就醫,請醫師報道一步的判斷與處理。
	疾病簡介

禁忌及接種後可能產生之副作用等等。

4. 發展指標

4.1 發展指標圖示顯示狀態

位於主頁面上的發展指標圖示,可看出發展指標的達成狀態。無填滿狀態表示 未達成,填滿狀態則表示已達成,若寶寶已完成指標動作且您有輸入照片,則 指標圖示則會顯示寶寶的照片。



4.2 填入達成發展指標日期

當寶寶完成某個發展指標動作時,可輸入寶寶動作的達成時間,並且上傳照片、 影片來紀錄這一刻。此指標圖示會隨著寶寶動作達成的時間移動到該月份。 步驟:點選「寶寶已達成」 → 選擇「達成日期」 → 新增照片/影片 → 儲存

 ● • 図 ■ ● • ● ● ₩I 84% (■ 1×7.09 ← 微笑反應 	 □ ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
跟寶寶說話或逗他時,會有微笑 的反應 預計達成年齡:2個月	跟寶寶說話或逗他時,會有微笑 的反應 □☆2015-11-11達成
寶寶已達成	编辑新片/影片
5 <u>0</u>	

4.3 分享達成發展動作照片

當您的寶寶完成某項發展指標動作時·除了可以用照片及影片紀錄這動人 的一刻·您甚至可以將此重要里程碑分享給周遭的親朋好友。

步驟: 點選右上角「≤」分享圖示 → 移動「 某月某天已達成」的印章 到您喜歡的位置→ 確定 → 選擇您欲使用的分享軟體 → 完成



4.4 删除達成紀錄



您可以透過右上角「刪除達成紀錄」刪除發展指標的達成紀錄。

跟寶寶說話或逗他時,會有微笑 的反應 □ 於2015-11-11達成



🔲 🖉 🌵 🖭 💡	🌵 🚏 📶 100% 💷 🖙 9:15
← 疫苗內容	刪除接種紀錄
白喉破傷風 型嗜血桿菌及 五合一疫苗(ŧ細胞性百日咳 B え不活化小兒麻痺 第二劑) ^{己接種√}
└── 接種日期 2015-09-18	◎ 接種單位 請輸入接種單位
	疫苗簡介
	?
Ð	

5. 發育數據

5.1 發育數據圖示顯示狀態

位於主頁面上的發展數據圖示,可看出您是否已紀錄過該月份的發育數據, 如未紀錄過,則圖示顯示為無填滿,若當月已紀錄過,則顯示為填滿狀態。 請注意,若尚未到達寶寶年齡之頁面,將無法填入該未來月份之發育數據, 則圖示會有上鎖的記號。



5.2 紀錄發育數據

您可在此發育數據功能,紀錄寶寶的身高、體重、頭圍以及量測日期,儲 存後該筆紀錄會成為一張卡片。您可於同一月份紀錄多筆寶寶的發育數據, 點選右下角「 」圖示,則可加入另一筆量測數據。

🔲 🥶 🜵 🕶 🏺	0 15	.ıll 100% 💳	下午8:44
← 發育數排	豦 (3個月)		
➡ 量測日期			
	8	16	
2015	9	17	
♀ ↓ 身高			公分
			_
◎ 體重			公斤
			公分
			-
C		ð	

5.3 發育數據百分位

點選「發育數據百分位」,則可看到該筆量測記錄的數據百分位,即

為您寶寶的身高、體重、頭圍,在該同齡圈中的百分等級。

■ ♥ ⊉ ፼ ← 發育數	♥	00% 🔲 T#8:41
	2015-09-17	
日 1 公分		() 40.5 公分
	發育百分位 >	
	2015-09-08	•
60	୍ଦ୍ର 6	<u> </u>
公分	公斤 發育百分位 >	公分
		+
Ð	۵	ð

📰 🕑 🜵 🖤 🏺 🛛 🕕 🏪 🚛 84% 🕮 7+7:13
← 發育百分位 (2015-09-17) :
9月 身高百分位
60公分 (24百分位)
56.7公分 66.2公分
◎ 體重百分位
6公斤 (20百分位)
4.8公斤 8.3公斤
頭團百分位
40公分 (33百分位)
37.8公分 43.3公分

5.4 成長曲線

成長趨勢的差異。

🔲 🥶 🌵 🕶 🕯	🏺 👘 🖓 💷 1	00% 🚍 🖙 🕫 🕅
← 發育數	牧據 (3 個月)	~
	2015-09-17	
Ĵ	\bigcirc	
61 公分	6.5 _{公斤}	40.5 ^{公分}
	發育百分位 >	
	2015-09-08	
	$\textcircled{\begin{tabular}{c} \hline \end{tabular}}$	
60 公分	6 公斤	40 公分
	發育百分位 >	
		+
Ð		đ



5.5 修改及刪除發育紀錄

您可透過右上角「修改紀錄」修改您為寶寶紀錄的發育數據。亦可透過「刪 除發育紀錄」將已紀錄的數據做刪除。





24

6. 日記

6.1 日記圖示顯示狀態

您可以在日記功能裡,為您的寶寶紀錄每天的生活照片及影片。當您在該月未 紀錄任何寶寶的照片時,圖示為未填滿的⁺。」。當有紀錄照片時,則圖示會 改為寶寶的照片。







5個月囉

6.2 紀錄生活日記

點選「⁺」日記圖示進入頁面之後,您可以自訂一個當天日記的主題及並選 擇日期,最後加入您寶寶的照片或影片(可一張或多張)並儲存後,則完成當天 的日記記錄。



	12:00
	編輯日記儲存
\bigcirc	5個月囉
	2015-12-10
為日言	記加一些照片/影片吧
4	



Ð	D
_	

您可以紀錄多筆日記於同一個月分中,每一天的日記會成為一顆照片圖示顯示。



6.3 分享日記照片

您可以分享寶寶的生活照片給周遭親朋好友。

步驟: 點選右上角「▲」分享圖示 → 選擇分享「單張照片」或是「整本相簿」 → 移動印章到您喜歡的位置→ 確定 → 選擇您欲使用的分享軟體 → 完成





6.4 編輯及刪除日記

您可於右上角「編輯日記」及「刪除日記」的功能·對整篇日記做編輯或刪除。



☐ 2015-11-11
5個月囉



亦可點選某一張特定照片做刪除。



☐ 2015-12-10
5個月囉





修改日記封面照片 6.5

您可以自行選擇任一張照片做為該篇日記的封面照片

步驟:點選右上角「修改封面照片」→選擇任一張您希望更換的封面照片 →

完成



 \bigcirc

7. 日常紀錄

您可以在日常紀錄功能裡,輕鬆紀錄您寶寶每天的睡覺、飲食、換尿布狀況,以調整 或是維持寶寶良好的生活習慣。當您在該月份曾經有紀錄時,則圖示會呈現實心狀態。



[已紀錄]



日常紀錄

7.5 新增日常紀錄

點選「日常紀錄」進入頁面後,先確認上方您欲紀錄的日期,若需調整,點選日期的位置,則可從行事曆介面選擇您要記錄的日期。確認 日期後,即可點選右下角「, 」圖示,選擇您希望記錄的選項,包 含吃東西、睡覺以及換尿布。



7.6 紀錄「吃東西」

可紀錄「餵奶」(指奶瓶餵)、「哺乳」(指母親親餵)、「副食品」三種飲食狀況。 餵奶:可紀錄餵奶時間以及寶寶所喝的 cc 數



哺乳:可紀錄哺乳開始時間,以及哺乳時間長度。



哺乳時間長度可直接選填或是點選鬧鐘計時。

[直接選填]





(計時停止)



點選右上角「儲存」後,則時間會自動顯示在紀錄上。



副食品:可紀錄飲食時間以及食物內容(文字敘述)。



「吃東西」的紀錄完成後,會成為一張卡片呈現。

← 日常紀	錄 2015-12-10	12:00
02:30 下午	左邊: 右邊:	25 分鐘 25 分鐘
		+
Ð		

7.7 紀錄「睡覺」

可紀錄寶寶睡覺開始時間、睡眠總長,也可以輸入文字註記。

「睡覺」的紀錄儲存後,亦會成為一張卡片呈現。

	12:00
← 睡覺 (2015-12-10)	儲存
時間	03:00 下午
總長	25分鐘 🌀
新增註記	

D

▲ 12:00			
02:30 下午			
03:00 下午 共 25 分鐘 睡覺			
•			

7.8 紀錄「換尿布」

可紀錄寶寶換尿布的時間以及大小便狀況(大便的軟硬度及顏色)·也可以文字註記。 由於換尿布時,可能同時看到寶寶的大小便狀況,因此可以同時記錄。

[僅記錄小便]

[僅記錄大便]

[同時記錄大小便]



「換尿布」的紀錄儲存後,成為一張卡片如下。

			12:00
← 日常紀	錄 201	5-12-10 🝷	
02:30 下午	必 哺乳	左邊: 25 分鐘 右邊: 25 分鐘	
02:35 下午	代野 換尿布	大便狀況:正常 大便顏色:正常 小便:正常	
03:00 下午	は、	共 25 分鐘	+
Ð	٢		