

## 您的健康好夥伴~健康便利站在宜大

本校積極推動學校健康促進，為提升服務品質、促進師生及社區民眾自我健康管理，整合血壓、血氧、體溫、身高及體重等五項健康量測項目，鼓勵自我定期健康量測，及早發現異常警訊以促進健康，設置宜蘭大學「健康便利站」。期全校教職員工生及社區民眾能主動積極將全人健康的觀念融入健康生活中。

此項便捷服務透過友善便捷的健康量測儀器、簡明語音操作提醒，經由使用個人悠遊卡，自動上傳至健康雲端系統平台-台北市政府衛生局健康雲(<https://cloud.health.gov.tw>)，建立專屬個人雲端健康管理帳戶，使用者可至雲端系統查詢個人歷次檢查資料，方便進行自我健康管理。

**設置地點：宜蘭大學體育館一樓中庭**

~使用操作說明~

- 一、請確定電腦螢幕已開機。
- 二、以手指碰觸螢幕點選『操作說明語音導覽』。
- 三、量測前請將悠遊卡或悠遊晶片卡放置於桌上感應區。
- 四、進入量測主畫面後，即可依您的需要選擇儀器開始進行量測。
- 五、如您不知設備如何使用，可在量測主畫面上方點選『簡易操作說明』或參考便利桌右側「儀器操作手冊」。
- 六、量測後數據會直接顯示於儀器上及螢幕畫面上並自動上傳至健康雲。
- 七、若您想查詢歷次量測記錄可於首頁按下『查詢歷次量測資料』。
- 八、健康便利站所有量測儀器只讀取晶片卡號，不讀取您的個人資料、不扣款，無個資問題，請放心使用。
- 九、健康便利站所有量測儀器配合節能政策，若未持續使用則數分鐘後自動進入待機或關機狀態，您無須關機處理。
- 十、您的檢測資料將自動上傳至台北市健康雲 <https://cloud.health.gov.tw/>，您可於該網站作相關查詢及個人健康管理。

提供您更便利的健康管理，歡迎本校教職員工生攜帶具「悠遊卡功能」之卡片前往使用！



讀卡機



放置 悠遊卡在讀卡機上



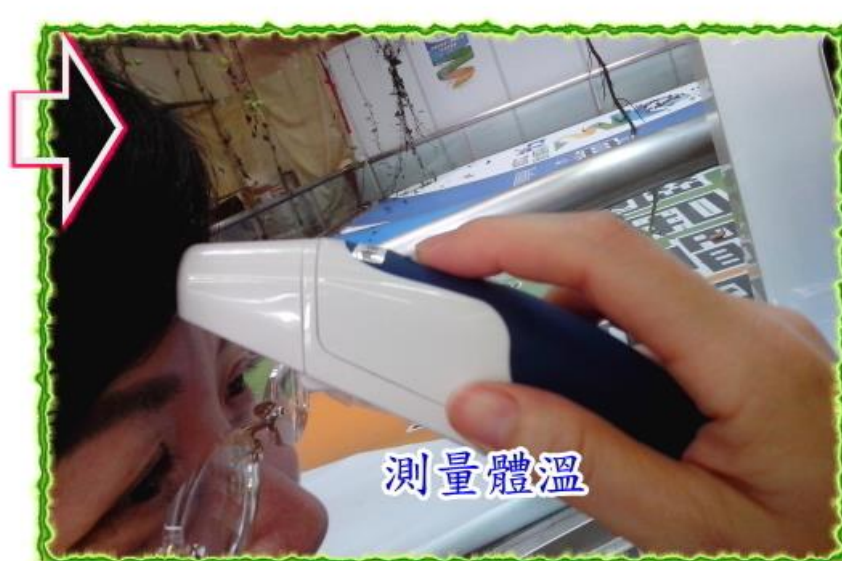
量測血壓



測量收縮壓 舒張壓 脈博



量測體溫



測量體溫



量測完畢，請取回卡片，量測之紀錄將傳輸至「[健康雲·悠遊臺北](#)」網站儲存！

健康雲-悠活臺北

https://cloud.health.gov.tw/index.aspx

請輸入網址或掃描QR-code至健康雲官網查閱

健康雲·悠活臺北  
健康管理服務  
Health Services

個人健康管理 >  
健康檢查 >  
會員服務 >

衛生教育 >> 宣導活動 >>

全國首座智慧生活館 營造都會健康悠活！台...  
2014.05.08  
人口高齡化是全球社會普遍現象，臺北市高齡者比例在2013年已高達13.5%，為因應高齡社會的全...

到訪人數統計：295679  
網站內容最後更新日期：2014/5/22

地址：11008臺北市信義區市府路1號 | 電話：1999(外縣市請撥02-2720-8889) | 著作權聲明 | 隱私權說明 | 網站地圖

健康雲-悠活臺北

https://cloud.health.gov.tw/index.aspx

應用服務 NIU-Cloud 宜大校景 宜蘭大學 Google Yahoo!奇摩 Lien\_sir Pizza,必勝客 全球飛機起降...

健康雲·悠活臺北  
臺北市衛生局 Department of Health, Taipei City Government

個人健康管理 健康評量表介紹 衛生教育(健康識能) 宣導活動 服務簡介

Google™ 自訂搜尋

## 健康管理服務

Health Services

- 使用台北卡或悠遊卡，建立專屬個人的雲端健康管理帳戶
- 量測數值可自動記錄與上傳至雲端平台

1 2 3

個人健康管理 >

健康檢查 >

會員服務 >

衛生教育 **NEW** 更多 >>

宣導活動 **NEW** 更多 >>

電子報 請輸入E-mail  
訂閱 取消訂閱

會員登入 匿名登入

**會員登入**

帳號

密碼

驗證碼

9UTS

登入 會員申請

會員申請須知 忘記密碼

定期進行糖尿病檢查 預防失明及洗腎  
2014.05.19  
糖尿病高居101年全國及臺北市十大死因第5位，同時也是引起失明、洗腎及截肢的主要原因，102年...

「台北卡」二代健康卡-兒童發展篩檢集點活...  
2014.05.12  
為守護孩童健康，鼓勵家長定期幫孩童做篩檢，不再忽視孩童的健康成長，臺北市衛生局將於103年...

全國首座智慧生活館 營造都會健康悠活！台...  
2014.05.08  
人口高齡化是全球社會普遍現象，臺北市高齡者比例在2013年已高達13.5%，為因應高齡社會的全...

到訪人數統計：295679  
網站內容最後更新日期：2014/5/22

地址：11008臺北市信義區市府路1號 | 電話：1999(外縣市請撥02-2720-8889) | 著作權聲明 | 隱私權說明 | 網站地圖

[f 訊息](#) | [健康評量服務](#) | [https://cloud.health.gov.tw/App\\_Prog/CareBP\\_2.aspx](https://cloud.health.gov.tw/App_Prog/CareBP_2.aspx)

應用服務 | NIU-Cloud | 宜大校景 | 宜蘭大學 | Google | Yahoo!奇摩 | Lien\_sir | Pizza,必勝客 | 全球飛機起降... | Facebook

**健康雲·悠活臺北** | 臺北市衛生局 Department of Health, Taipei City Government

首頁 | 您好  會員服務 | 登出

**使用會員登入顯示名字**

個人健康管理 | 健康評量表介紹 | 衛生教育(健康識能) | 宣導活動 | 服務簡介 | Google™ 自訂搜尋

**個人健康管理** | 首頁 > 個人健康管理

血壓 | 血氧濃度 | 血糖 | 身高體重 | 膽固醇 | 體溫 | Ubike 微笑單車 | 台北悠活 | 健康檢查

編輯 | 展開

**血壓查詢** | 血壓檢測

**最新量測**  
 2014/07/21 血壓: **110 / 64** mmHg  
 收縮壓  舒張壓 

最後更新時間: 2014/7/21 上午 10:31:55  
 正常 | 高血壓前期 | 高血壓第一期 | 高血壓第二期

最近7天 | 最近14天 | 量測時間: 2014.06.21 ~ 2015.06.21 | 檢測結果: 請選擇 | 查詢 | 健康平均值: 開 關



日期	收縮壓 (mmHg)	舒張壓 (mmHg)	脈搏 (b/min)
07/15	122	69	68
07/15	113	65	65
07/16	115	66	62
07/21	110	64	68

[f 訊息](#) | [健康雲-悠活臺北](#) | <https://cloud.health.gov.tw/index.aspx>

應用服務 | [DSM NIU-Cloud](#) | [宜大校景](#) | [宜蘭大學](#) | [Google](#) | [Yahoo!奇摩](#) | [Lien\\_sir](#) | [Pizza,必勝客](#) | [全球飛機起降...](#) | [Facebook](#)


**健康雲·悠活臺北**  
 臺北市政府衛生局 Department of Health, Taipei City Government

[個人健康管理](#) | [健康評量表介紹](#) | [衛生教育\(健康識能\)](#) | [宣導活動](#) | [服務簡介](#) |

## 健康管理服務

Health Services

- 使用台北卡或悠遊卡，建立專屬個人的雲端健康管理帳戶
- 量測數值可自動記錄與上傳至雲端平台

- [個人健康管理](#)
- [健康檢查](#)
- [會員服務](#)

---

[衛生教育](#) NEW [更多>>](#)

[宣導活動](#) NEW [更多>>](#)

**定期進行糖尿病檢查 預防失明及洗腎**  
2014.05.19

糖尿病高居101年全國及臺北市十大死因第5位，同時也是引起失明、洗腎及截肢的主要原因，102年...

**「台北卡」二代健康卡-兒童發展篩檢集點活...**  
2014.05.12

為守護孩童健康，鼓勵家長定期幫孩童做篩檢，不再忽視孩童的健康成長，臺北市政府衛生局將於103年...

**全國首座智慧生活館 營造都會健康悠活！台...**  
2014.05.08

人口高齡化是全球社會普遍現象，臺北市高齡者比例在2013年已高達13.5%，為因應高齡社會的全...

**電子報**

[會員登入](#) | [匿名登入](#)  
   
  
[匿名登入說明](#)

---

到訪人數統計：295684 | 地址：11008臺北市信義區市府路1號 | 電話：1999(外縣市請撥02-2720-8889) | [著作權聲明](#) | [隱私權說明](#) | [網站地圖](#)  
 網站內容最後更新日期：2014/5/22

到訪人數統計：295685  
 網站內容最後更新日期：2014/5/22

地址：11008臺北市信義區市府路1號 | 電話：1999(外縣市請撥02-2720-8889) | 著作權聲明 | 隱私權說明 | 網站地圖

您可以「會員登入」方式查閱紀錄(需先申請成為會員)：

如有個資疑慮，亦可以「匿名登入」方式查閱紀錄，(僅需輸入卡號)！

**為自己的健康把關！加油！！**

若您仍有使用上的問題

請洽體育館 2 樓衛生保健組 (分機 7277) 或健康中心 (分機 7170) ！

學務處衛生保健組關心您