



員工入門指南

Mac 強大生產力

macOS Ventura



簡介

Mac 滿載眾多出色的 app 與功能，可讓你輕鬆打理各種日常事務，例如發送電子郵件、撰寫文件、瀏覽網頁，與同事交流聯繫等。你所使用的多款 iPhone 或 iPad app，同時也在 Mac 上為你效力。

Apple 裝置經過精心設計，彼此可無縫搭配，讓你輕鬆規劃每日行程、管理專案、創作內容，並與同事協同合作。此外，本指南列舉的各項生產力技能皆可應用於你現有的工作流程中，並據此因應調整，不僅能助你持續達成日常目標，更能超越專業上的要求表現。

本指南為《員工入門指南》系列的一部分。請參閱《員工入門指南：macOS 基礎》手冊，了解 macOS 和 Mac 硬體的主要特色。

目錄

使用入門	5
製作和處理檔案	6
存取和整理檔案	7
使用 iWork	8
使用 Microsoft 365	9
搜尋和瀏覽網頁	10
自訂 Safari	11
製作和註解 PDF	12
用白板呈現構想	13
拍攝截圖	14
共享工作成果	15
製作筆記	16
加入提醒事項	17
傳送郵件	18
安排行程	19
管理聯絡人	20
使用訊息 App 溝通	21
透過 FaceTime 交流聯繫	22
掌握所在方位	23
管理時間	24
跨裝置使用，切換自如	25

目錄

互聯運作相得益彰	26
使用 iPhone 作為網路攝影機	27
在附近的裝置上接續工作	28
連接個人熱點	29
掃描文件	30
在裝置間複製與貼上	31
使用 iPad 作為第二部顯示器	32
用一組滑鼠和鍵盤控制 Mac 及 iPad	33
在不同裝置之間即時對檔案進行註解	34
將塗鴉插入文件	35
使用 Apple Watch 解鎖 Mac	36
自動執行日常作業	37
探索更多 App	38
取得支援	39
詞彙表	40

使用入門

若要開始使用企業網路，你或 IT 團隊必須將你的 Mac 註冊到企業服務中，才能存取公司的 Wi-Fi、郵件和行事曆。

[進一步了解設定描述檔](#) ↗

如有任何問題，請聯絡你的 IT 管理者了解詳情。



製作和處理檔案

你可使用 Pages 或「備忘錄」等 Mac 內建 app，或透過 App Store 取得第三方 app，來製作報告、試算表、財務圖表、簡報、幻燈片等精彩內容。也能使用「標示」工具，在 PDF 文件中加入簽名、填寫表格、編輯影像和進行更多操作。

[在 Mac 上打開文件](#)

[製作和編輯文件](#)

[使用標示工具加註檔案](#)

[將檔案結合到 PDF 中](#)

[列印檔案](#)



小訣竅

與照片中的文字互動

使用「照片」app 中的「原況文字」，可以拷貝影像中的文字並貼入電子郵件、文件或訊息中。

[進一步了解](#)



存取和整理檔案

有了 Mac，就能把日常任務變簡單，例如整理計畫案檔案夾、移動工作檔案、將項目分組到堆疊中，以及在同一位置存取第三方雲端解決方案中的檔案。

[整理 Mac 上的檔案](#)

[使用堆疊整理檔案](#)

[使用標籤來尋找檔案和檔案夾](#)

[在 Finder 中執行快速動作](#)



小訣竅

存取雲端儲存空間

透過自訂側邊欄，就能在 Finder 視窗中輕鬆存取「iCloud 雲碟」，或是 Dropbox、Box、OneDrive 和 Google 雲端硬碟等第三方雲端解決方案。[進一步了解](#)



使用 iWork

iWork 是一款內建的 Apple app 套件，與 Microsoft Office 檔案相容，能滿足你所有業務需求。你可分別運用 Pages、Keynote 和 Numbers，來處理文件、簡報和試算表。

[製作和設計文件](#)

[製作引人注目的簡報](#)

[使用試算表以視覺化方式呈現資料](#)

[將 iWork 檔案換成 Microsoft Office 文件](#)

[即時邀請同事共同處理文件](#)



小訣竅

用說話代替打字

哪裡能打字，聽寫文字功能都能代勞。選擇「蘋果」選單 > 「系統設定」，按一下「鍵盤」，然後按一下「聽寫」。 [進一步了解](#)



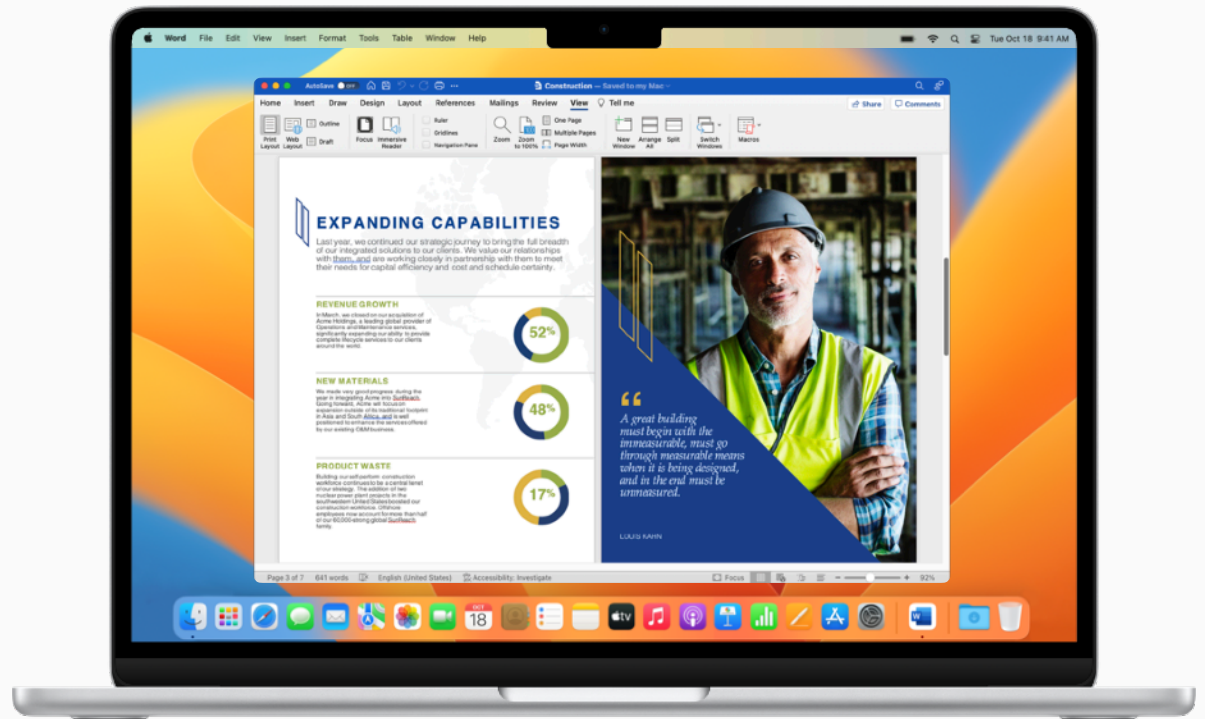
使用 Microsoft 365

工作上常用的幾款 Microsoft app 都已經可以在 Mac 上取得。使用 Mac 版 Word、Excel 及 PowerPoint 來檢視、製作及編輯各式文件、試算表與簡報。

[進一步了解 Mac 版 Microsoft Word](#)

[進一步了解 Mac 版 Microsoft Excel](#)

[進一步了解 Mac 版 Microsoft PowerPoint](#)



小訣竅

查看公司是否已擁有 Microsoft 365 授權

公司也許已經訂閱了 Microsoft 365。請洽詢你的 IT 管理者，了解有無特定的使用限制。



搜尋和瀏覽網頁

Safari 是 Mac 內建的網路瀏覽器，你可以用來搜尋主題、閱讀新聞文章和存取網路應用程式。你可釘選喜愛的網站以利快速存取，還能儲存網頁留待日後瀏覽，即使沒有連線至網際網路，離線閱讀也不成問題。

[開始搜尋](#)

[將網站分組到單一視窗](#)

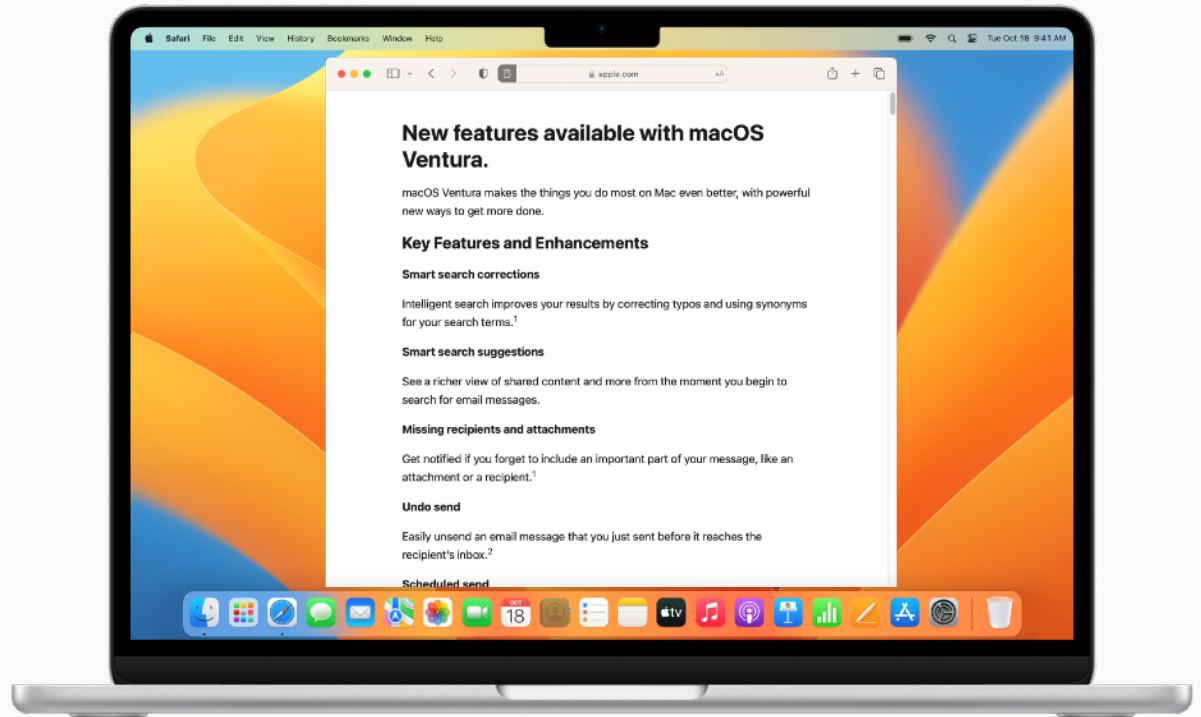
[將最愛的網站加入書籤](#)

[釘選經常參訪的網站](#)

[儲存網頁以離線閱讀](#)

[取得圖片的相關資訊](#)

[為網頁做筆記](#)



小訣竅

閱讀文章不分心

你可以隱藏廣告、導覽或其他干擾項目，專心閱讀網頁中的文章。要啟用「Safari 閱讀器」，請在選單列按一下「顯示方式」>「顯示閱讀器」，或使用鍵盤快速鍵 Shift-Command (⌘)-R。 [進一步了解](#)



自訂 Safari

有了 Safari，你可以隨心所欲打造個人化的網路瀏覽體驗，也能如行雲流水般地完成各種操作，例如加入背景圖片、和同事分享標籤頁、為 Safari 新增功能、播放網路影片，甚至還能翻譯網頁。

[自訂起始頁面](#)

[共享標籤頁群組](#)

[輸入書籤和密碼](#)

[新增 Safari 延伸功能](#)

[翻譯網頁或影像](#)

[播放網路影片](#)

[在 Safari 中使用鍵盤快速鍵](#)



小訣竅

防止跨網站追蹤

減少網路搜尋中的產品和服務廣告。在 Safari app 中，選擇「Safari」>「偏好設定」，接著按一下「隱私權」，然後選取「防止跨網站追蹤」。進一步了解



製作和註解 PDF

內建的「預覽程式」app 可讓你檢視 PDF 並加上註解、填寫和簽署表單，以及編輯影像。完成後，可以分享檔案、輸出受密碼保護的 PDF，或是將影像另存為多種檔案類型。

[為 PDF 加入註解](#)

[合併 PDF](#)

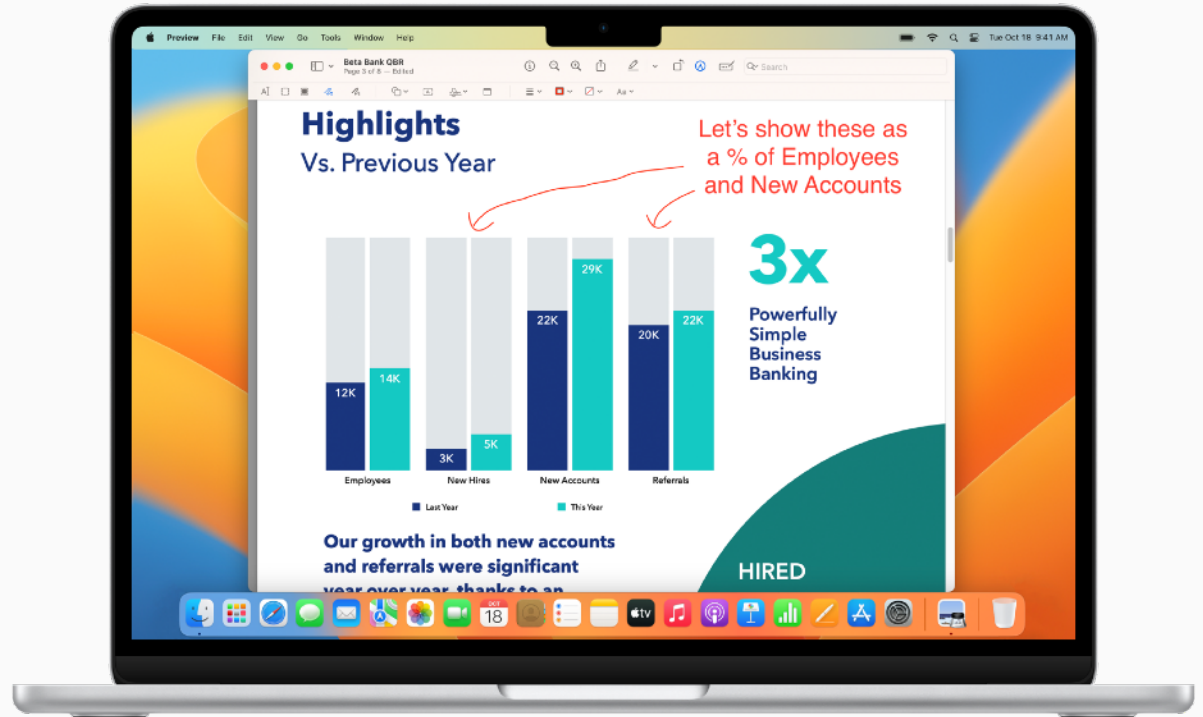
[加入、刪除或搬移 PDF 頁面](#)

[以密碼保護 PDF](#)

[填寫和簽署 PDF 表單](#)

[輸出 PDF 和影像](#)

[在預覽程式 app 中使用鍵盤快速鍵](#)



小訣竅

在其他 app 中標示檔案

你也可以[直接在郵件 App 的訊息](#)中標示影像和 PDF，或使用[快速查看](#)來標示檔案，不必打開任何 app。



用白板呈現構想

「無邊記」提供靈活的畫布，非常適合為新計畫案繪製圖表、彙整重要素材，或是在白板上腦力激盪。

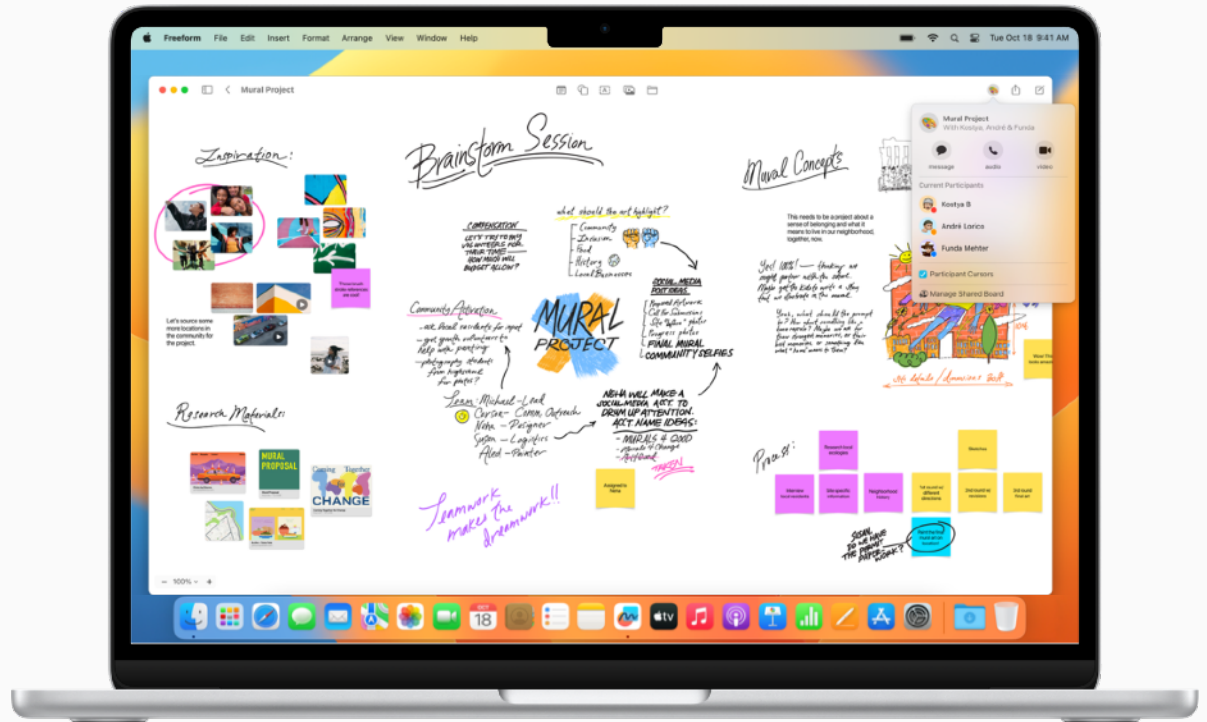
[製作白板 ↗](#)

[在你所有裝置上取用白板 ↗](#)

[搜尋所有白板 ↗](#)

[在共享白板上合作 ↗](#)

[刪除無邊記白板 ↗](#)





拍攝截圖

你可以拍攝截圖，或錄製所有螢幕活動。截圖和所錄製的內容，可自動儲存到桌面上，也能儲存到檔案夾中、以電子郵件傳送、與同事共享等。

[拍攝截圖或螢幕錄影](#)


[標示截圖](#)

[在裝置間拷貝和貼上截圖](#)



小訣竅

使用鍵盤快速鍵

使用鍵盤快速鍵 **Shift-Command-5** 打開截圖，或從「啟動台」啟動截圖 。



共享工作成果

在 Mac 上分享檔案，可謂輕而易舉。透過 AirDrop，就能直接將項目傳送到同事的裝置。使用「AirPlay 鏡像輸出」，即可將 Mac 螢幕上的內容以無線方式分享到 HDTV 螢幕。還能直接從其他 app 將內容儲存到「備忘錄」，並邀請同事共同處理文件。

[以無線方式將檔案傳送給附近同事](#)

[將工作內容投放到 HDTV](#)

[透過其他 App 傳送備忘錄](#)

[分享或發布網頁](#)



小訣竅

分享錄音

在「語音備忘錄」app 中可以製作錄音，然後使用「郵件」和「備忘錄」等其他 app 進行分享。

[進一步了解](#)



製作筆記

不論是會議討論、繪製塗鴉、進行腦力激盪、建立檢查表或其他情況，都可使用「備忘錄」app 快速記下腦海中一閃即逝的奇思妙想。

[檢視備忘錄](#)

[編寫備忘錄和修改備忘錄格式](#)

[開啟快速備忘錄](#)

[附加影像和檔案](#)

[加入表格](#)

[用標籤整理備忘錄](#)

[排序和釘選重要備忘錄](#)

[搜尋備忘錄](#)

[在備忘錄 App 中使用鍵盤快速鍵](#)



小訣竅

鎖定備忘錄

建立密碼，然後用它來鎖定或解鎖任何備忘錄。[進一步了解](#)



加入提醒事項

內建的「提醒事項」app 可協助你掌握工作日一整天的所有待辦事項，像是安排會議、傳送電子郵件、後續追蹤專案情況等。

[製作和整理提醒事項列表](#)

[從其他 App 加入提醒事項](#)

[加入日期或位置](#)

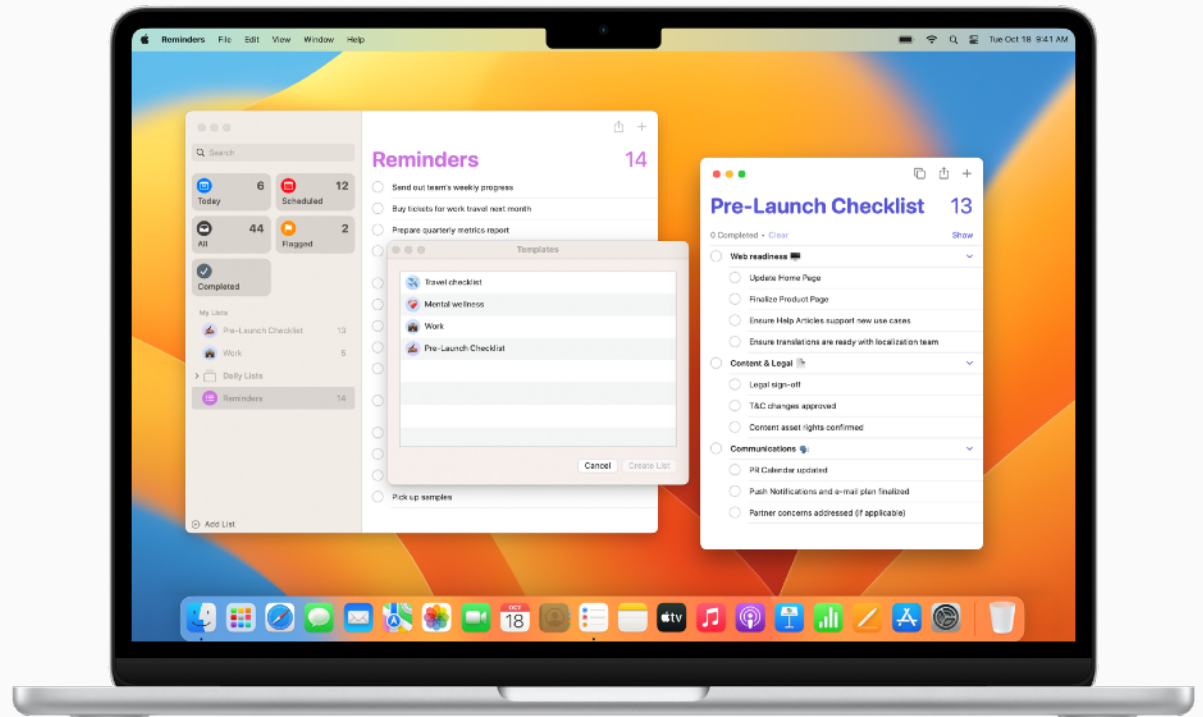
[為提醒事項加入子任務](#)

[查看多個網際網路帳號中的提醒事項](#)

[使用提醒事項列表樣板](#)

[指派共享的提醒事項](#)

[在提醒事項 App 中使用鍵盤快速鍵](#)





傳送郵件

內建的「郵件」app 能傳送電子郵件、附加檔案，還能標示文件。你可以加入 Exchange 或 Outlook 帳號來同步「郵件」、「聯絡人」、「行事曆」、「提醒事項」及「備忘錄」。

[加入或移除電子郵件帳號](#)

[編寫、傳送和排程電子郵件](#)

[製作和使用電子郵件簽名檔](#)

[取消傳送電子郵件](#)

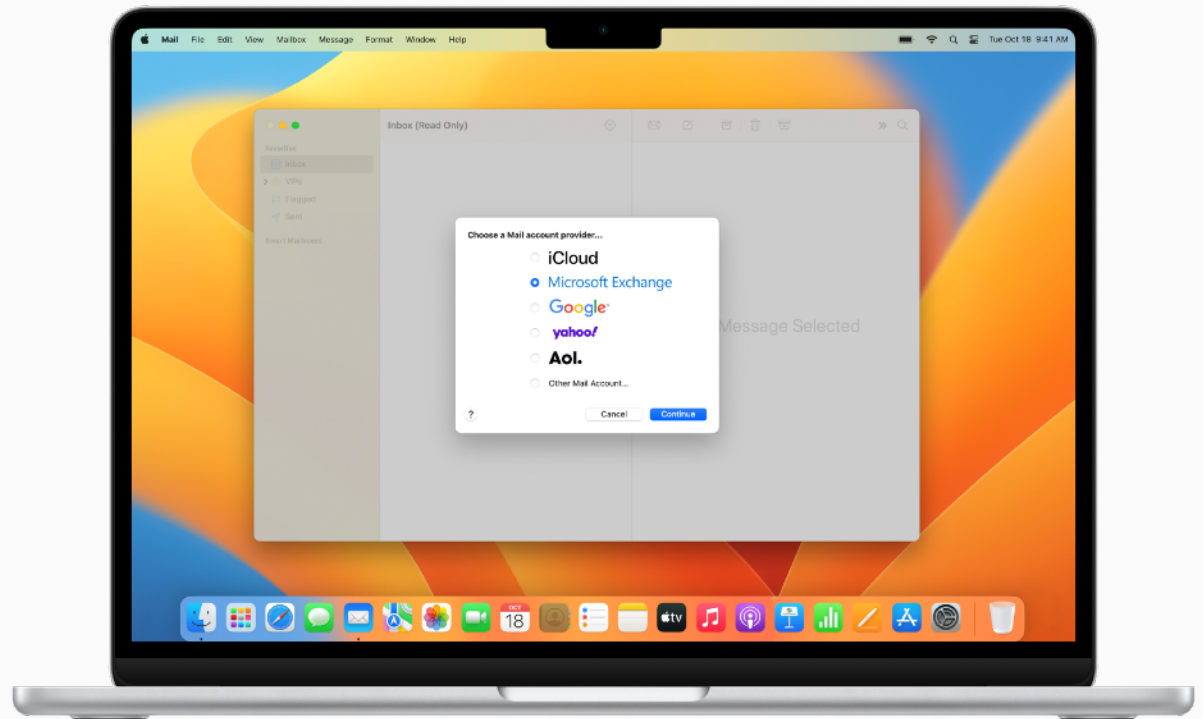
[日後再次查看電子郵件](#)

[標示電子郵件附件](#)

[搜尋電子郵件](#)

[開啟郵件隱私權保護功能](#)

[使用郵件 App 延伸功能](#)



小訣竅

自動整理電子郵件訊息

建立「智慧型信箱」，即可自動根據你指定的規則，將電子郵件訊息整理到單一信箱中。[進一步了解](#)



安排行程

使用「行事曆」控管你的行程、專案時間表、會議、研討會和其他活動。

[加入或刪除行事曆帳號](#)

[製作或修改行程](#)

[加入位置和路程時間](#)

[設定行程提示](#)

[將 FaceTime 視訊通話加入行程](#)

[邀請其他人參與行程](#)

[在行事曆 App 中使用鍵盤快速鍵](#)



小訣竅

從其他 App 加入行程

Siri 可以識別「郵件」等 app 中的行程，並將它們加到你的「Siri 建議」行事曆中。[進一步了解](#)



管理聯絡人

透過「聯絡人」，你可從最常互動的對象當中，快速存取聯絡人資訊。你也可以建立聯絡人，並使用自己的資訊來設定聯絡人卡片以便分享。

[從任何網際網路帳號加入聯絡人](#)

[將聯絡人分組](#)

[傳送簡訊、撥打電話或傳送電子郵件給聯絡人](#)

[連結重複的聯絡人](#)

[分享聯絡人](#)

[在聯絡人 App 中使用鍵盤快速鍵](#)



小訣竅

要求 Siri 更新你的聯絡人

要求 Siri 為你的聯絡人加入新的資訊。你可以說「Christopher 是我的同事」，或是「Colleen 是我的上司」。



使用訊息 App 溝通

需要與同事聯繫時，可透過「訊息」傳送文字、影像、音訊與視訊訊息，或絕大多數檔案類型。需要和個人或小組即時協作時，這也是方便好用的方法。

[設定訊息 App](#)

[傳送訊息給單人或多人](#)

[編輯或還原已傳送的訊息](#)

[管理群組對話](#)

[從 iPhone 或 iPad 新增檔案](#)

[將重要對話釘選到最上方](#)

[設定 iPhone 以便在 Mac 上收取簡訊](#)

[追蹤分享的內容](#)



小訣竅

要求 Siri 傳送訊息

要求 Siri 傳送訊息。你可以這麼說：「傳訊息給 John 說開會我晚點到。」



透過 FaceTime 交流聯繫

FaceTime 提供包含視訊或只限語音的通話功能。無法親身與會時，FaceTime 就是參加會議的絕佳管道。

[設定 FaceTime](#)

[在 FaceTime 中撥打電話](#)

[製作開始 FaceTime 通話的連結](#)

[管理電話](#)

[更改顯示方式](#)



[在網頁上加入 FaceTime 通話](#)

[在 FaceTime 中使用鍵盤快速鍵](#)



小訣竅

在 FaceTime 通話中共享螢幕

使用「同播共享」功能，可以在 FaceTime 視訊通話過程間顯示 app、網頁與更多內容。當通話進行中，打開要共享的 app，按一下「FaceTime」按鈕 ，再按一下「螢幕共享」按鈕  即可。你可以選擇僅共享 app 視窗，或是共享整個螢幕。[進一步了解](#)



掌握所在方位

「地圖」能讓你輕鬆規劃商務旅行。掌握周遭路線、查看目前的交通狀況，還可以與他人分享自己的位置或目的地。

[尋找位置](#)

[取得路線](#)

[分享位置](#)

[顯示路況](#)

[規劃包含多個停駐點的路線](#)

[顯示附近大眾運輸選項](#)

[尋找機場出入路線](#)



小訣竅

自訂顯示方式

設定地圖和路線中要顯示哪些選項，選擇是否顯示標籤以及標籤的大小，並在地圖上顯示距離比例。

[進一步了解](#)



管理時間

使用「時鐘」app 查看世界各時區的當地時間，或設定不同聲音提醒的定時器和鬧鐘，以提高工作效率。

[設定世界時鐘 ↗](#)

[使用 Siri 設定鬧鐘 ↗](#)

[為你常用的計時器建立捷徑 ↗](#)

[在通知中心查看時鐘 ↗](#)





跨裝置使用，切換自如

如果你是 iPhone 或 iPad 使用者，就會在 Mac 上看到許多你所熟悉的相同 app 及功能。只要啟用 iCloud，你就能在所有裝置上存取所有最新的文件、app、照片、影片和其他內容。

[什麼是 iCloud? ↗](#)

[設定 iCloud ↗](#)

[使用通行密鑰記住帳號密碼 ↗](#)

[查閱 iCloud 的系統需求 ↗](#)



互聯運作 相得益彰

單獨使用 Mac、iPad、iPhone 或 Apple Watch，就能成就各種非凡事物；將它們合併使用，成就更是不同凡響。使用 iPad 來擴展你的 Mac 工作空間。當裝置彼此相鄰時，可將游標從 Mac 順暢地移動到 iPad，或是在兩部 Mac 之間流暢穿梭。無須拿出 iPhone，就能撥打和接聽電話。還能從自己的 iPhone 或 iPad 拷貝影像、影片及文字，在附近的 Mac 中貼上這些內容，反之亦可。佩戴 Apple Watch，即可自動為你的 Mac 解鎖。

[什麼是接續互通功能 ↗](#)

[查閱接續互通功能的系統需求 ↗](#)

[設定 iCloud 功能 ↗](#)



使用 iPhone 作為網路攝影機

「接續互通相機」讓你可以將 iPhone 相機用作 Mac 網路攝影機，處理所有的商務通話。該功能以有線或無線方式運作，你的 Mac 可以自動切換將 iPhone 用作相機。

[設定 iPhone 作為網路攝影機 ↗](#)

[選用視訊效果及麥克風模式 ↗](#)

[使用 Apple ID 登入 ↗](#)

[查閱系統需求 ↗](#)





在附近的裝置上接續工作

當裝置都使用相同的 Apple ID 登入時，在 Mac 上開始工作後，就能使用「接力」在附近的 iPhone 或 iPad 接續處理工作。「接力」可以搭配許多 Apple app 使用，例如 FaceTime、「郵件」、「Safari」、「Pages」、「Numbers」、「Keynote」、「地圖」、「訊息」、「提醒事項」、「行事曆」和「聯絡人」，甚至也能和部分第三方 app 搭配運作。

[在裝置間使用接力功能接續工作 ↗](#)

[使用 Apple ID 登入 ↗](#)

[查閱系統需求 ↗](#)





連接個人熱點

有了「即時熱點」功能，iPhone 或 iPad (Wi-Fi + 行動網路機型) 上的「個人熱點」可以為附近使用相同 Apple ID 登入的 Mac、iPhone、iPad 或 iPod touch 提供網際網路連線，無須另行設定。

[使用即時熱點功能](#)

[在 Mac 上設定 iCloud](#)

[查閱系統需求](#)





掃描文件

使用「接續互通相機」，就能以 iPhone 或 iPad 來掃描業務文件或拍照，掃描項目或照片會立即顯示在 Mac 的文件中。在所有裝置上使用相同的 Apple ID 登入 iCloud，就能試著搭配 app 使用這項功能，包括 Keynote、「備忘錄」、「郵件」、「訊息」等 app。

[插入照片或掃描文件 ↗](#)

[使用 Apple ID 登入 ↗](#)

[查閱系統需求 ↗](#)





在裝置間複製與貼上

若使用相同的 Apple ID 登入兩部 Apple 裝置，「通用剪貼板」可讓你從一部 Apple 裝置上的 app 拷貝內容，然後在另一部裝置的 app 中貼上。如今你可以從 iPhone 拷貝 Safari 中的影像，然後將它們貼入 Mac 上的電子郵件中。

[在裝置間拷貝和貼上](#)

[使用 Apple ID 登入](#)

[查閱系統需求](#)





使用 iPad 作為第二部顯示器

透過「並行」，可讓 iPad 成為 Mac 的第二部顯示器。你可以在某個 app 中處理工作，一邊參考另一個 app 上的資訊；或是在 Mac 上檢視工作，同時在 iPad 上使用標示工具。你也能鏡像輸出螢幕畫面，讓兩部裝置同步顯示相同內容，與他人進行分享時，這是最理想的方式。

[查閱並行功能系統需求](#) ↗

[設定並行](#) ↗

[開始並行工作階段](#) ↗

[進一步了解外接顯示器](#) ↗





用一組滑鼠和鍵盤控制 Mac 及 iPad

將 Mac 放在另一部 Mac 或 iPad 附近時，就可以使用單一鍵盤和觸控板或連接的滑鼠跨裝置作業，甚至可以在裝置之間拖移內容。透過「通用控制」，你可以做更多事，像是在 iPad 上使用 Apple Pencil 繪製草圖，再拖移至 Mac 的 Keynote 簡報中。

[使用通用控制功能](#)

[使用 Apple ID 登入](#)

[查閱系統需求](#)





在不同裝置之間即時對檔案進行註解

「接續互通標示」可讓你在 Mac 上編輯 PDF 文件或影像，並在附近的 iPhone 或 iPad 上查看你所編輯的內容。以相同的 Apple ID 登入所有裝置，你就能使用「標示」工具 (以及 iPad 上的 Apple Pencil) 來標示、書寫或素描，並立即在 Mac 上看到更改的內容。

[使用接續互通標示功能](#)

[使用 Apple ID 登入](#)

[查閱系統需求](#)





將塗鴉插入文件

當所有裝置以相同的 Apple ID 登入時，使用「接續互通塗鴉」功能在附近的 iPhone 或 iPad 上繪製塗鴉，影像會立即顯示在 Mac 上。例如，你可以在 iPad 上繪製草圖，然後直接插入 Mac 上的電子郵件、訊息、文件、筆記或資料夾中。

[使用接續互通塗鴉功能](#)

[使用 Apple ID 登入](#)

[查閱系統需求](#)





使用 Apple Watch 解鎖 Mac

當你佩戴著 Apple Watch 接近你的 Mac，且兩部裝置皆以相同的 Apple ID 登入時，「自動解鎖」可讓你即時存取兩部裝置。Mac 一被喚醒就能開始使用，無須輸入密碼。

[使用自動解鎖功能](#)

[使用 Apple ID 登入](#)

[查閱系統需求](#)



小訣竅

看看你的 Mac 是否支援自動解鎖

選擇「蘋果」選單 > 「關於這台 Mac」，然後按一下「系統報告」。在側邊欄的「網路」區段，按一下「Wi-Fi」，然後查看右側是否顯示「自動解鎖：已支援」。



自動執行日常作業

「捷徑」可以讓你在 Mac 上快速完成工作，只要按一下或詢問 Siri 即可。它能自動執行許多工作，例如在「行事曆」上取得下一個行程的路線、將文字從一個 app 移動到另一個 app，以及產生相關支出報告等。使用「捷徑」app 可將既有或自訂的捷徑加到 Mac、iPhone 或 iPad。

[了解捷徑](#)

[探索新捷徑](#)

[從 App 執行捷徑](#)

[使用 Siri 執行捷徑](#)

[製作自訂捷徑](#)



小訣竅

查看可用於建構捷徑的適用動作

你可以將其他 app 建議的捷徑加設為自訂捷徑中的動作。[進一步了解](#)



探索更多 App

App Store 協助你發掘成千上萬款實用的 app，它們能協助你提高生產力、以視覺化方式呈現資料數據、促進與同事之間的協同合作，並加速完成各項任務。


[在 App Store 尋找工作適用的 App ↗](#)

[在 apple.com 探索精選商務 App ↗](#)



小訣竅

一次購買，隨處使用

你在 Mac 上透過 App Store 所購買的任何 app，也能安裝在另一部裝置上。以購買 app 時所用的 Apple ID 登入，接著找到你要下載的已購買 app，再按一下「下載」按鈕  即可。

取得支援

小訣竅

在 macOS 中取得螢幕輔助說明

使用 Mac 上的內建輔助說明可以知道 macOS、Mac 和所使用 app 的相關資訊。[進一步了解](#) ↗

需要協助時，你必須知道能在何處取得支援。公司 IT 部門是第一線的好幫手；Apple 也製作了一系列完整的教學內容，並提供專人協助與各種方案，以全方位的支援滿足你的日常需求。

如需服務台支援或有緊急停機狀況，請聯絡你的公司 IT 部門進行處理。

macOS 說明

[macOS 使用手冊](#) | [macOS 支援](#)

新的 macOS 使用者

[你是新的 Mac 使用者嗎？](#) | [Windows 與 Mac 名詞對照表](#) | [為 Windows 轉換者提供的 Mac 操作秘訣](#)

Mac 重要事項手冊

[MacBook Air](#) | [MacBook Pro](#) | [iMac](#)

造訪 Apple 支援網站

[Mac](#) | [iPhone](#) | [iPad](#) | [Apple Watch](#)

聯絡 [Apple 支援專家](#)

參加 [Apple 直營店活動](#)

在 [Apple 支援社群](#) 上發問

下載 [Apple 支援 App](#)

追蹤 [Twitter 上的 Apple 支援](#)

觀賞 [YouTube 上的 Apple 支援影片](#)

詞彙表

AirDrop: 將文件、照片、影片、網站、地圖位置等內容, 以無線方式傳送到附近的 Mac、iPhone、iPad 或 iPod touch。[進一步了解 ↗](#)

AirPlay 鏡像輸出: 透過 Apple TV, 以無線方式將螢幕上的完整內容鏡像傳送至 HDTV。[進一步了解 ↗](#)

蘋果選單: 位在螢幕左上角的  選單, 可讓你快速存取常用項目。[進一步了解 ↗](#)

應用程式選單: 按一下螢幕左側的任何選單選項, 即可依目前使用的應用程式執行任務。[進一步了解 ↗](#)

自動解鎖: 使用 Apple Watch 解鎖 Mac 與核准要求。[進一步了解 ↗](#)

接續互通: 讓 Mac 和其他 Apple 裝置以更具智慧的方式協同合作並在裝置間無縫地銜接作業。[進一步了解 ↗](#)

接續互通相機: 將 iPhone 當成網路攝影機使用, 或使用附近的 iPhone 或 iPad 拍照或掃描文件, 然後讓影像立即顯示在 Mac 上。[進一步了解 ↗](#)

接續互通標示: 在 Mac 上編輯 PDF 文件或影像, 並且在附近的 iPhone 或 iPad 上即時看到變更, 反之亦可。[進一步了解 ↗](#)

接續互通塗鴉：使用附近的 iPhone 或 iPad 來繪製塗鴉，並讓塗鴉立即顯示在 Mac 上。[進一步了解 ↗](#)

控制中心：可供存取常用的功能，例如音量控制、顯示器亮度、藍牙、「勿擾模式」、AirPlay 等。[進一步了解 ↗](#)

桌面：位於選單列和 Dock 之間的空間，可供你在此執行工作、打開 app，或是儲存檔案和檔案夾。[進一步了解 ↗](#)

Dock：位在螢幕底部的項目列，可供快速存取喜愛的應用程式、檔案夾和檔案。[進一步了解 ↗](#)

勿擾模式：可將通知設為靜音的一種專注模式。收到通知時不會顯現提示或發出聲音，但會集中到「通知中心」，方便稍後查看。[進一步了解 ↗](#)

下載項目檔案夾：Dock 中的檔案夾捷徑，不管是從網際網路下載的檔案、收到的附件，或是透過 AirDrop 無線傳輸接收的項目，都可以在此處輕鬆存取。[進一步了解 ↗](#)

FaceTime：撥打和接聽視訊和語音通話，你可以和一名同事單獨通話，也可以和最多達 32 名參與者進行群組通話。[進一步了解 ↗](#)

Finder：Mac 的管理基地，類似於 Windows 檔案總管。你可以在這裡整理和存取工作 app、檔案、計畫案檔案夾等。[進一步了解 ↗](#)

專注模式：暫停所有通知並將它們靜音，或只允許特定的通知，以將分心因素降至最少，助你心無旁騖地處理工作。[進一步了解 ↗](#)

接力：在一部裝置上開始處理文件、電子郵件或訊息，然後在另一部裝置上接續處理未完的進度。[進一步了解 ↗](#)

iCloud：儲存檔案、影像、影片和 app，以利在任何裝置上存取內容。使用這個雲端空間來和同事分享照片、行事曆、位置，或在遺失裝置時找回裝置。[進一步了解 ↗](#)

iCloud 雲碟：自動將桌面和文件中的檔案和檔案夾儲存在 iCloud 中，以利在所有裝置和 iCloud.com 上存取內容。[進一步了解 ↗](#)

即時熱點：在可連通的範圍內，使用 iPhone 或 iPad 上的個人熱點讓 Mac 連接網際網路。[進一步了解 ↗](#)

iWork：一款內建的 Apple app 套件，能滿足你各種業務需求。其中包含了 Pages、Keynote 和 Numbers，可分別用來處理文件、簡報和試算表。[進一步了解 ↗](#)

Keynote: 運用過場效果、影像、幻燈片動畫以及超過 30 種 Apple 設計的搶眼樣板，製作引人注目的精彩簡報。[進一步了解](#)

啟動台: 你可在此集中檢視並便利地打開 Mac 上的所有 app。
[進一步了解](#)

原況文字: 在「照片」app 中，你可拷貝並使用照片中顯示的文字來查詢字義、執行網路搜尋，甚至將文字翻譯成另一種語言。還可以用來撥打電話、打開網站或傳送電子郵件。[進一步了解](#)

選單列: 螢幕最上方的一條項目列。左側選單可以協助你在 app 中執行任務，右側圖像則可讓你查看 Mac 的目前狀態。[進一步了解](#)

訊息: 與同事聯繫時，可以傳送文字、影像、音訊與視訊訊息，或絕大多數類型的檔案。[進一步了解](#)

Mac 版 Microsoft Office: 平日工作常用的 Microsoft Office app，以 Word、Excel 和 Powerpoint 相同陣容，在 Mac 上為你所用。[進一步了解](#)

指揮中心: 在 Mac 上以全螢幕或「分割顯示」查看所有打開的視窗、桌面空間與 app，輕鬆切換，穿梭自如。[進一步了解](#)

通知中心: 查看約會、備忘錄、天氣、頭條新聞等。若要打開「通知中心」，請按一下選單列右端的日期和時間。[進一步了解](#)

Numbers: 製作試算表以整理和呈現數據資料，並加入影像、圖表和表格。使用互動式圖表為資訊加入動態效果，讓資料的視覺呈現更形生動。[進一步了解](#)

Pages: 建立全新文件，從頭開始進行你的文字處理和頁面佈局，亦有 70 多種精美的 Apple 樣板和樣式可供挑選。[進一步了解](#)

通行密鑰: 無須建立和記住密碼即可登入 app 或網站帳號。通行密鑰不是密碼，而是使用 TouchID 或 FaceID 來識別你的身分。
[進一步了解](#)

預覽程式: 查看 PDF 並進行加註、填寫與簽署表格，還能編輯影像。
[進一步了解](#)

快速查看: 無須打開檔案，就能以完整畫面進行幾乎任何類型檔案的內容預覽。甚至還可以直接在「快速查看」視窗中使用「標示」工具編輯檔案。[進一步了解](#)

快速備忘錄: 無論身在何處或在 Mac 上進行何種作業，都可以馬上記下想法和加入連結。前往「備忘錄」app 的「快速備忘錄」檔案夾，就能找到你的所有「快速備忘錄」。[進一步了解](#)

Safari:內建的網頁瀏覽器,可供你閱讀新聞報導、研究各種主題,並探索網路上的新資源。[進一步了解 ↗](#)

截圖:在 Mac 上拍攝目前螢幕的畫面,或錄製螢幕動態。[進一步了解 ↗](#)

捷徑:一款內建 app,可幫助你自動執行日常作業。[進一步了解 ↗](#)

並行:使用 iPad 橫向擴展桌面,作為 Mac 的第二部顯示器。
[進一步了解 ↗](#)

Siri:一款內建的智慧型助理,你可以要求它在 Mac 上執行你要的任務,例如打開檔案或 app、傳送訊息或電子郵件、撥打電話等。
[進一步了解 ↗](#)

分割顯示:並排使用兩個 Mac app 同時作業。「分割顯示」會以兩個 app 來填滿 Mac 螢幕,不必親手移動視窗和調整視窗大小。
[進一步了解 ↗](#)

Spotlight:在 Mac 上按一下 Spotlight 圖像,即可尋找檔案、搜尋 app、文件或任何其他內容 。[進一步了解 ↗](#)

堆疊:將檔案整齊地歸類在桌面的群組中。每當你將檔案儲存到桌面時,都會自動加入到適當的堆疊中。[進一步了解 ↗](#)

幕前調度:將你正在使用的 app 保持置頂並放在中央,同時將你最近使用過的 app 整齊地沿著畫面側邊排列,方便快速取用。
[進一步了解 ↗](#)

系統設定:更改系統設定並自訂 Mac,類似 Windows 的「控制台」功能。[進一步了解 ↗](#)

垃圾桶:存放已刪除的檔案,直到清空「垃圾桶」時永久移除檔案為止。這類似於 Windows 電腦的「資源回收筒」功能。[進一步了解 ↗](#)

語音備忘錄:Mac 可作為錄音裝置。使用內建麥克風、支援的耳機或外接麥克風,即可開始錄音。[進一步了解 ↗](#)

通用剪貼板:可以從一部 Apple 裝置拷貝文字、影像、照片和影片,再到另一部 Apple 裝置貼上這些內容。[進一步了解 ↗](#)

通用控制:無須另行設定,僅需一組鍵盤和滑鼠或觸控板,即可在 Mac 和 iPad 之間來回作業。只要將裝置並排放在一起,就能讓游標穿梭其間,移動自如*。[進一步了解 ↗](#)