

ププノート

ご 利 用 ガ イ ド



P U P U

N O T E

症状や成長の記録を
医師と共有できるアプリです

ププノートがお子さまの健康管理すべての玄関口になります

アプリの準備と初期設定

- 1 クリニックから発行された用紙のQRコードを読み取り、アプリをダウンロードしてください。



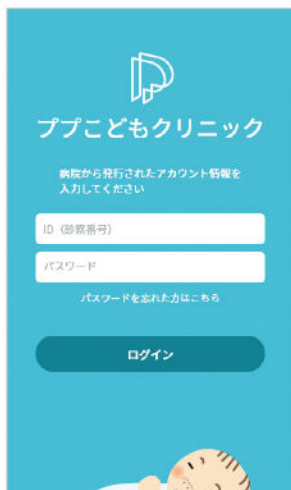
Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play



- 2 ID(診察番号)、パスワードを入力してログインしましょう。



- 3 お子さまの名前、生年月日、性別を入力してください。

子ども情報入力

子ども情報入力 | 登録内容の確認 | 登録完了

写真

名前 姓 名

フリガナ セイ メイ

性別 男 女

生年月日 年 月 日

登録内容の確認

子ども情報入力 | 登録内容の確認 | 登録完了

写真

名前 布々乃央人

フリガナ ブブノト

性別 男

生年月日 2019.08.01

この登録内容でよろしいですか？

ホーム

布々乃央人

生年月日 2019.10.13 年齢 30歳11か月 性別 男 身長 100.6cm 体重 18.5kg

1月4日 07:36 37.6°C

1月3日 20:36 37.2°C
1月3日 07:05 37.7°C
1月3日 14:23 37.3°C
1月2日 08:41 37.9°C

こどもの緊急 緊急ダイヤルに繋がります

救急電話相談 119に繋がります

緊急サイト 処方箋 子どもの成長一覧 写真撮影

登録すると
ホーム画面に
反映されます

お子さまの
可愛い写真をチョイスして
トップ画面に表示してください！

きょうだいがいる場合は
設定ボタン から
アカウントの追加をすると
ホーム画面で切り替えることが
できます。



からだメモを登録しましょう

お子さまのからだに関する 基本的な情報を 登録しましょう

1 基礎疾患

治療中の疾患について
登録しておきましょう

2 アレルギー

原因となる
食べ物や物質について
登録しておきましょう

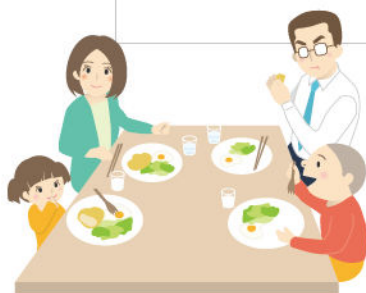
3 ワクチンの接種履歴

各種ワクチンの接種日を
登録しておきましょう

4 感染症の感染履歴

かかったことのある
感染症について
登録しておきましょう

からだメモ			
基礎疾患	ワクチン	アレルギー	感染履歴
ワクチン名	接種日		
日本脳炎	2020.1.7		
おたふくかぜ	2020.1.7		
水痘	2020.1.7		
麻疹・風疹混合	2020.1.7		
BCG	2020.1.7		
ポリオ（学童期以降）	2020.1.7		
ポリオ	2020.1.7		
2種混合	2020.1.7		
3種混合（学童期以降）	2020.1.7		
ヒトパピローマウイルス	2021.5.7		



ワクチン名	▼
接種日	2020年12月17日
写真・動画	
コメント	1回目接種。副反応は特になし。
登録する	

情報を登録しておくことで
クリニックにも共有され
診断に役立ちます。

アプリで受付や診療予約ができます

診察券

- ここに生成された診察券が表示されます。



- 次回の来院からは受付窓口のカードリーダーにかざすだけでOKです。
※クリニックによってカードリーダーのない場合もございます。クリニックにご確認ください。

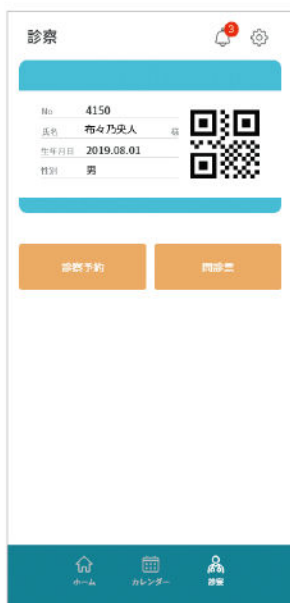


診療予約

- WEB予約のページに進みます。



- 次回からは検索せずにアプリから診療やワクチンの予約が行えます。

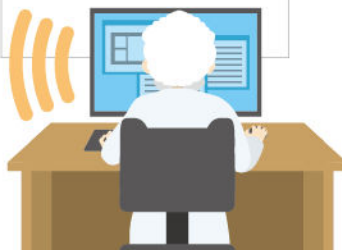


お知らせを受け取りましょう

季節の流行性疾患
ワクチンの供給状況
休診などのお知らせが
プッシュ通知で届きます。



あ!
明日午後休診なのね



疾患情報を見てください

かかりつけ医が監修した
小児科に関わる疾患の
情報が掲載されています。

ここに記載されている情報は
小児科学会のガイドラインか、
院長が監修した情報のみ
掲載されています。
確かな専門家の見解ですので、
お時間のあるときに
是非ご活用ください。

ホーム

布々乃央人

生年月日 年齢 性別 身長 体重
2019.10.12 10歳11か月 男 100.6cm 18.5kg

からだメモ 成長曲線

1月4日 07:16 1月3日 20:36 37.2°C
1月3日 07:05 37.7°C
1月2日 19:23 37.3°C
1月2日 08:41 37.9°C

37.6°C

こどもの救急 緊急電話相談
MEサイト 処方箋 子どもの病歴一覧 写真撮影

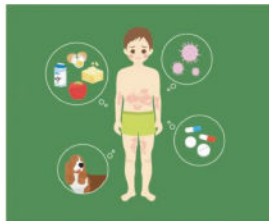
子どもの状態を記録する



ネット上で掲載されている情報には
出所が不確かな
正確ではない情報も上がっています



< 皮膚の病気 > じんましん



〈皮膚の病気〉じんましん

蚊に刺されたときのように皮膚の表面が盛り上がり、多くはかゆみがあります。場所や形、大きさままざままで、急に出てきては、数時間で消えます。

原因不明の場合が多く、起こしやすい体質もあって、かぜや疲れなどをきっかけに起こります。その他のきっかけとして、次のようなものがあります。

- ・食べ物や薬など（摂取直後からおおむね2時間以内に起こります）
- ・「暑い」「寒い」などの環境、皮膚への直接

< 赤ちゃんの病気 > 赤ちゃんのおざ



〈赤ちゃんの病気〉赤ちゃんのおざ

赤いおざ

おでこや上まぶたにあるものは「サーモンパッチ」、うなじから後頭部にあるものは「ウンナ母斑」とよばれます。

どちらも生まれたときからみられ、サーモンパッチは1～2歳で、ウンナ母斑は3歳くらいで、目立たなくなる人が多いです。盛り上がるタイプは「乳血管腫」とよばれます。

生まれたときでなく、生後1～2週間してから気づかれることが多いです。月齢とともにいったん大きくなりますが、その後は小さくな

< 生活環境 > 子どもとメディア



〈生活環境〉子どもとメディア

子どものまわりには、テレビや携帯ゲーム機、スマートフォンなど、さまざまなメディアがふりまっています。

保護者は、子どもへのメディアの影響が大ききことを知る必要があります。

できること

- ・メディアを上手に利用するルールをあらかじめ決めておきましょう。

しないでほしいこと

- ・2歳ころまでは、できるだけテレビや動画の

こどもの救急・小児救急電話相談 #8000

こどもの救急

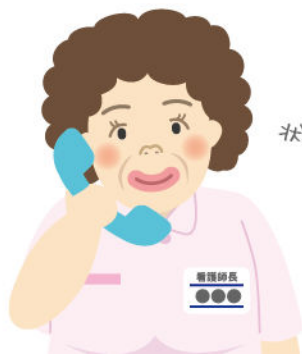
- 診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供している「こどもの救急」にアクセスできます。

緊急時には慌てないように、ここからアクセスして対処法をチェックしてみてください。



小児救急電話相談 (#8000)

- 小児科医・看護師に電話で相談できる「小児救急電話相談 (#8000)」に直接繋がります。



落ち着いて状況・症状を話してみてください



お子さまの身体の変化を記録しましょう

症状を写真・動画、
コメント付きで記録



寝返りやハイハイなどの
成長記録



新規記録は
5つのカテゴリに
分けられています

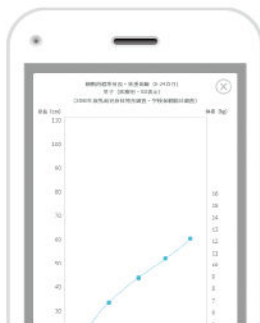
3 処方箋

クリニックで受け取った処
方箋を撮影して記録してお
くことができます。

症状「体温」の記録が
自動で熱型表へ反映



成長「身長体重」の記録が
自動で成長曲線グラフへ



1 症状

せき、鼻水、発熱などお子さ
まに何か症状があった際に
記録。体温を入力すると、
熱型表に反映します。

4 検査

血液検査やCTなどの検査
結果を撮影して記録してお
くことができます。

処方箋や検査結果を
撮影し記録



記録はカレンダーに
時系列で反映



2 成長

ハイハイ、つかまり立ち、離
乳食の記録などお子さまの
成長に関する内容を記録。
身長・体重を入力すると成
長曲線グラフに反映します。

5 ププメモ

気になったこと、次回診察時
に聞きたいことなど、なんでも
メモとして記録してください。

お子さまの身体の変化を記録しましょう

お子さまの症状を記録する場合

1 カテゴリの選択

5つあるカテゴリから「症状」を選択します。

2 記録タイトルの入力

カレンダーで見てもわかりやすいようにタイトルを入力します。

例) せきと鼻水

3 体温の入力

発熱がある場合は計測した体温を入力します。

4 写真・動画の添付

お子さまの健康状態に変化があったときにはここから写真や動画を撮影してください。

※カメラロールから選択することもできます

5 コメントの入力

お子さまの健康状態について一言忘れないようにコメントを添えてください。

6 記録の作成

「記録する」ボタンを押すと、作成した記録がカレンダーの中に時系列に整理されて記載されます。

The screenshot shows a mobile app interface for recording symptoms. At the top, there is a back arrow and the title '記録' (Record). Below this, the recording date is set to '2021.12.11' and the time to '7:23'. The category is set to '症状' (Symptom), which is circled in red. Below the category, there is a text input field with the example text '例) せき、鼻水、発熱' (Example) cough, runny nose, fever'. The temperature field shows '37.6°C'. There are three circular icons for adding photos, videos, and documents, with the photo and video icons circled in red. Below these is a text area for '記録概要' (Record Summary). At the bottom of the form is a blue button labeled '子どもの状態を記録する' (Record child's condition).





湿疹がでて熱もある…
アプっておけば
診察の時に説明できるわ!

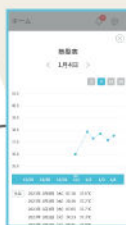
いつから症状がでたのか
答えられるようにしたい!



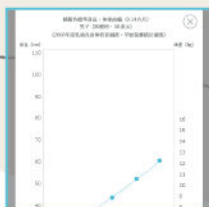
家族間で
共有化



症状の共有や
日々の記録から
診察が
スムーズになる



成長曲線や熱型表の
共有ができる



記録を習慣化することで
診療の際に先生へ説明しやすくなります

先生に聞いておきたいことも忘れずコメント入力

細かな記録が **正確な診断** に活かされます

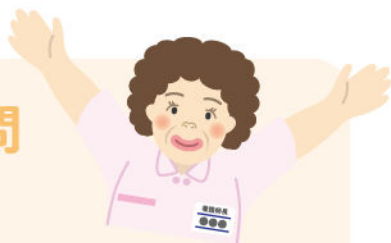
ネットやSNSの個人体験に惑わされず、
正しい情報をもとにお子さまの病気を理解しましょう

入力した記録は、クリニックからも閲覧することができます。(院長が全ての記録を常に閲覧している訳ではありませんので、受診時や電話で気になる症状があるときにお訊ねください)

※記録したデータは診療にも役立ちますが、お子さまの成長や健康管理の大事な記録になります。



よくある質問



Q アカウント用紙を紛失してしまい、ログインできません。

A クリニックで再発行できますので、
まずはクリニックまでご連絡ください。

Q 子どもが3人いますが、1つのアプリで3人分の記録はできますか？

A お子さま1人1人にアカウントが発行されます。
アプリ内でアカウントを切り替えることで、
お子さまごとの記録ができます。



Q 記録できる動画の長さはどれくらいですか？

A 記録可能な動画は 30 秒までとなっております。
また、カメラロールより選択する場合、30 秒以内であっても
容量が大きい場合添付できないこともございますので
ご了承ください。

Q お知らせの通知が来ません。

A ご利用の端末の「通知設定」をご確認ください。

iPhone の場合

[設定]>[通知]にて、アプリ一覧内にある プブノート タップし「通知を許可」が
オンに設定されているかをご確認ください。

オンになっている場合は、一度オフにし、再度オンにしてください。

Androidの場合

[設定]>[アプリ]>[プブノート]>[通知を表示]にチェックを入れてください。
オンになっている場合は、一度オフにし、再度オンにしてください。

上記を試していただき、恐れ入りますが、アプリ通知が届くか少し様子を見てください。

解決しない場合

・アプリを強制終了して再起動する

バックグラウンドからアプリを終了して、再起動をお試しください。

・アプリを再インストールする

プブノートのアプリを一度アンインストールし、再度インストールしてください。

アンインストールを行ってもこれまでの記録は消えませんのでご安心ください。

お子さまに何かあったら、まずはププノート。

調べる

記録する

受診する

ププノートを
お子さまの日頃の健康管理に
是非ご活用ください。



ププノート
公式YouTube
チャンネル



アプリの使い方はQRコードまたは
YouTubeでププノートと検索してください



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play