

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。



- 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。



登録すると
ホーム画面に
反映されます

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

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。

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		



からだメモ

ワクチン名
日本脳炎

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

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。



お知らせ

2021.02.2 15:27

NEW

【病院からの記録】新しい記録が追加されました

2021.02.01 09:00

NEW

【休診】2/16（火）は院長学会出席のため休診となります。

2021.01.25 09:00

NEW

【満3歳のお子様】ワクチンの接種について

2021.01.06 09:00

【予防接種】インフルエンザワクチンの追加接種について

2020.12.10 10:23

幼稚園・保育園でノロウイルスが流行っているのをご注意ください



あ！
明日午後休診なのね



2020.04.13 17:40

ベアレントレーニングを始めませんか？



「何回聞っても同じことを繰り返すので、つい声を荒げてしまう・・・。」という言葉を聞くことがあります。何回も叱られて、自信をなくしたり、なぜやりになったりしているお子さんの姿を見かけることもあります。もしかして、親子のコミュニケーションが悪循環に陥っているのではありませんか？悪循環をよい循環に変えていく

2020.05.03 19:05

ドクターコラム④



平成から令和に元号が変わり、もうすぐ1ヶ月が経とうとしています。クリニックは平成29年10月に開院したので、平成を越えた期間はたったの1年6か月、成りのまゝの期間は令和の時代を過ごしていくでしょう。いつ頃があってもおかしくない世の中ですが、平和の基盤となる社会的な土台が崩れないでほしいと切に思っています。

2020.02.27 11:37

休診日のお知らせ



6月10日(金)～11日(土)は学会出席のため休診とさせていただきます。よろしくお問い合わせいたします。

スマホで見れるのは
助かるわ！



疾患情報を見てみましょう

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。



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、大きさはさまざま。急にできては、数時間で消えます。
原因不明の場合が多く、起こしやすい体質をもっていて、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》赤ちゃんのあざ



《赤ちゃんの病気》赤ちゃんのあざ

赤いあざ

おでこや上まぶたにあるものは「サーモンパッチ」、うなじから後頸部にあるものは「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、目やでなくなるアザが多いです。
盛り上がるタイプは「乳血管腫」とよばれます。

生まれたときではなく、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あふれています。
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歳ごろまでは、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。

記録

記録日 2021.12.11 7:23

カテゴリ 症状 子どもの症状を記録

例) せき、鼻水、発熱

体温 37.6°C

写真・動画

記録概要

子どもの状態を記録する





湿疹がでて熱もある…
やっつけておけば
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!



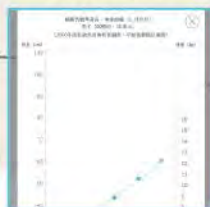
家族間で
共有化



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



ハイハイも
できるようになった!

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