

# 中札内村立診療所<sup>だ よ</sup>便り No.46

所長 高石 恵一

お問い合わせ 中札内村立診療所 TEL (67) 2012

〒089-1332 中札内村西2条南3丁目23



## 夜中の発熱、ケガ…「どうしよう？」と思った時の強い味方！ ～ スマホの中の小児科医「教えて！ドクター」アプリのご紹介～

「夜中に子供が急に熱を出した」「目を離した際に誤飲してしまったかも」。そんな時、「すぐに救急車を呼ぶべき？」「朝まで様子を見ていいの？」と判断に迷い、不安になった経験一度はありませんか？そんな子育て世代の皆さんに、ぜひスマホに入れておいていただきたい無料アプリ『**教えて！ドクター**』をご紹介します。

### ● 小児科専門医監修の無料アプリ『教えて！ドクター』

このアプリは、長野県の佐久医師会で作成され、ダウンロードが全国で25万件超え！「病院受診の目安」や「家庭での対処法」が、症状・病名別にわかりやすくまとめられています。インターネット上の不確かな情報に惑わされることなく、小児科専門医監修の正確な知識をすぐに調べることができるのが最大の特徴で、「わかりやすい！」「信頼できる！」と評判です。

### ● ここが便利！親御さんに役立つ4つのポイント

#### ①「今すぐ病院？」が一目でわかる

発熱、嘔吐、頭をぶつけた、など症状を選択していくと、「救急車を呼んでください」「すぐに受診／自家用車で受診」「診療時間内に受診」など、**緊急性の度合い**を判定してくれ、冷静な判断の手助けになります。

#### ② お家でのケア方法（ホームケア）がわかる

「熱があるときのお風呂は？」「吐いている時の水分補給は？」など、自宅での看病の仕方がイラスト付きでわかりやすく解説されています。また、「誤飲」や「やけど」など、とっさの事故への対応マニュアルも充実しています。

#### ③ 防災・緊急時にも役立つ（オフライン対応）

このアプリの素晴らしい点は、**一度ダウンロードしておけば、電波の届かない場所でも使える**ことです。災害時はもちろん、電波状況が悪い場所へのお出かけの際も、本アプリが入っていれば「お守り」代わりになります。

#### ④ 予防接種スケジュール表が作成できる

種類が多くて複雑な予防接種も、生年月日を入力するだけで「いつ・何を」受ければいいのか一目でわかり、受け忘れを防げます。

備えあれば憂いなし！お子さんのもしもの時のために、元気な今のうちにぜひダウンロードしてみてください。

【ご利用にあたっての注意事項】 本アプリは佐久医師会が提供しており、小児科専門医の監修による信頼性の高いアプリですが、あくまで一般的な情報の提供を目的としています。そのため利用による結果について当院では責任を負いかねますことをご了承ください。お子様の症状には個人差がありますので、保護者の方が「いつもと違う」「不安だ」と感じる場合は、アプリの判定にかかわらず、当院もしくは更別村診療所へご相談ください。



出典：佐久医師会 教えて！ドクタープロジェクト

中札内診療所では、**夜間・休日は隣村の「更別村診療所」と連携して診療**を行っています。  
判断に迷った時や緊急時は、下記へお電話ください（★以下、どちらにかけてもつながります）  
1. 中札内診療所へ TEL (67-2012) ※更別村診療所へ電話が自動転送されます。  
2. 更別村診療所へ直接 TEL (52-2301)



iPhone



Android

気になったら  
ここからダウンロードを！

教えて！ドクター

検索



中札内村立診療所 公式 HP