

# iPhone

## スマートフォン活用編



全国版救急受診アプリ(Q助) を  
使って病気やけがの  
緊急度を判定しましょう

# 目次

## 1. 全国版救急受診アプリ(Q助)を知りましょう

- A. 救急車の適時・適切な利用の重要性…………… P 4
- B. 全国版救急受診アプリ(Q助)とは…………… P 5
- C. 救急車の適時・適切な利用に関する参考情報…………… P 6
- D. 全国版救急受診アプリ(Q助)の利用手順…………… P 7

## 2. 全国版救急受診アプリ(Q助)利用の準備をしましょう

- A. 全国版救急受診アプリ(Q助)のインストール…………… P 9
- B. 利用設定のしかた…………… P 10

## 3. 全国版救急受診アプリ(Q助)を利用しましょう

- A. 緊急度判定のしかた…………… P 14
- B. 医療機関・受診手段の検索のしかた…………… P 19

1

全国版救急受診アプリ  
(Q助)を知りましょう

# 1-A 救急車の適時・適切な利用の重要性

生命に関わる病気やけがは、  
何の前触れもなく起こることがあります。



●突然の発症に対する、  
早期の通報、救急隊による  
適切な処置、早期の病院  
搬送は、傷病者の後遺症の  
軽減や早い社会復帰、救命  
につながります。

●救急車は「緊急」  
に医療機関を受診  
するための地域の  
限られた手段です。

●いざという時に、1分1秒  
でも早く救急車がかけつけ  
られるよう、救急車を呼ぶか  
どうか迷った時は、家族や  
電話相談、かかりつけ医に  
相談するなど、周りの方に  
助けてもらいましょう。

## 1-B 全国版救急受診アプリ(Q助)とは

全国版救急受診アプリ(Q助)は、急な病気やけがをして、緊急度の判断に迷った時に、ご自身の判断の一助になることを目的に作成されています。

病院や  
クリニックに  
行った方が  
いいか?

救急車を  
呼んだ方が  
いいか?

病院に  
行くな  
ら急い  
だほう  
がいい  
のか?  
待てる  
のか?



アプリで  
緊急度を  
判定できる!

※「Q助」の判定はひとつの目安です。  
※ご自身でスマートフォンをうまく操作できない状態の時は、無理に「Q助」を利用せず、電話相談やかかりつけ医に相談するか、場合によっては救急車を呼んでください。

# 1-C 救急車の適時・適切な利用に関する参考情報

全国版救急受診アプリ(Q助)の紹介や救急についての情報を調べることができるサイトをご紹介します。



全国版救急受診アプリ(愛称「Q助」)

<https://www.fdma.go.jp/mission/enrichment/appropriate/appropriate003.html>

救急お役立ち ポータルサイト

<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post3.html>




救急安心センター事業(#7119)ってナニ?

<https://www.fdma.go.jp/mission/enrichment/appropriate/appropriate007.html>

# 1-D 全国版救急受診アプリ(Q助)の利用手順

次ページから、以下の順番で操作のご説明をします。

## Q助の利用準備

- 
- ① 全国版救急受診アプリ(Q助)のインストール
  - ② 利用設定

## Q助での緊急度判定

- ① 緊急度判定の実施
- ② 医療機関・受診手段の検索

# 2

全国版救急受診アプリ  
(Q助)利用の  
準備をしましょう



# 2-A 全国版救急受診アプリ(Q助)のインストール

- 1 「App Store」をダブルタップ
- 2 画面右下の「検索」をダブルタップ
- 3 画面上部「ゲーム、App、ストーリーなど」の検索フィールドをダブルタップ
- 4 「Q助」と入力その後右下の「検索」をダブルタップ
- 5 検索結果の「Q助」までスワイプで進み、もう一度スワイプして「入手」をダブルタップ



指紋認証や顔認証を求められ、認証されるとインストールが始まります。  
「開く」と読み上げれば、インストールは終了しています。

※ インターネットへ接続するため、別途通信料がかかることがあります。

## 2-B 利用設定のしかた

利用登録を行います。

1

ホーム画面から  
「Q助」のアイコンを  
ダブルタップ

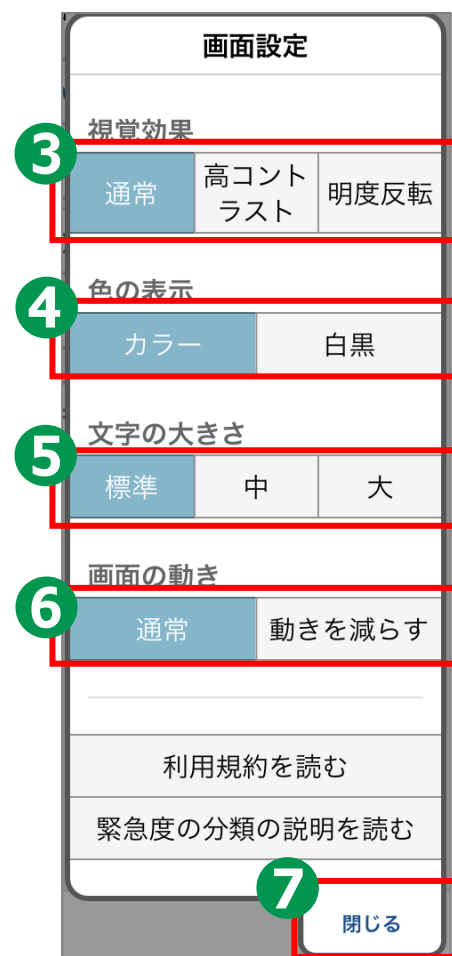
2

利用規約が  
表示されますので、  
内容を確認して  
「利用規約に同意する」を  
ダブルタップ



## 2-B 利用設定のしかた

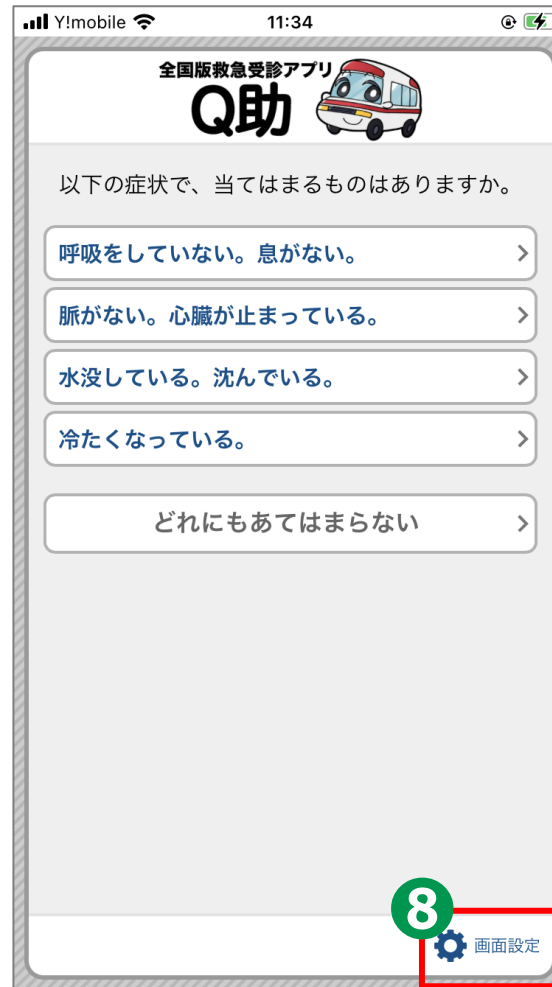
- 3 視覚効果については、左右スワイプで移動し、「通常/高コントラスト/明度反転」のいずれかをダブルタップ
- 4 色の表示については、左右スワイプで移動し、「カラー/白黒」のいずれかをダブルタップ
- 5 文字の大きさについては、左右スワイプで移動し、「標準/中/大」のいずれかをダブルタップ
- 6 画面の動きについては、左右スワイプで移動し、「通常/動きを減らす」のいずれかをダブルタップ
- 7 すべての設定が完了したら「閉じる」をダブルタップ



## 2-B 利用設定のしかた

8

2回目以降に  
アプリを起動した際に  
設定を変更したい場合は、  
スワイプで移動し、  
画面右下の「画面設定」を  
ダブルタップ



# 3

全国版救急受診アプリ  
(Q助)を  
利用しましょう

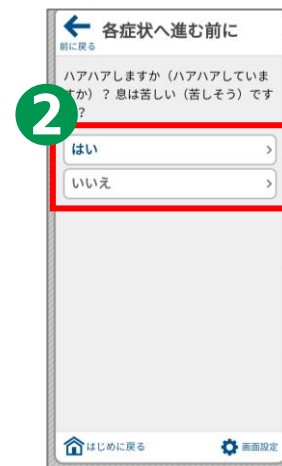
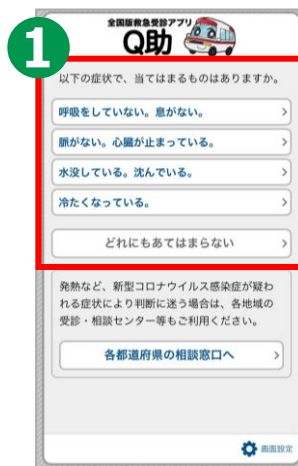
## 3-A 緊急度判定のしかた

該当する症状及び症候を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応（「いますぐ救急車を呼びましょう」、「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」、「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」又は「引き続き、注意して様子を見てください」）が表示されます。



# 3-A 緊急度判定のしかた

- 1 当てはまる項目をダブルタップ
- 2 詳細の症状確認画面が表示されたら「はい/いいえ」をダブルタップ
- 3 症状を選択する画面が表示された場合、当てはまる症状をダブルタップ
- 4 年代を選択する場合、「大人(16歳以上)こども」のいずれかをダブルタップ
- 5 一つ前の画面に戻りたい場合、「前に戻る」をダブルタップ
- 6 はじめからやり直したい場合、「はじめに戻る」をダブルタップ



## 3-A 緊急度判定のしかた

「いますぐ救急車を呼びましょう」が表示された場合は、緊急度が高いので、すぐに119番に電話してください。

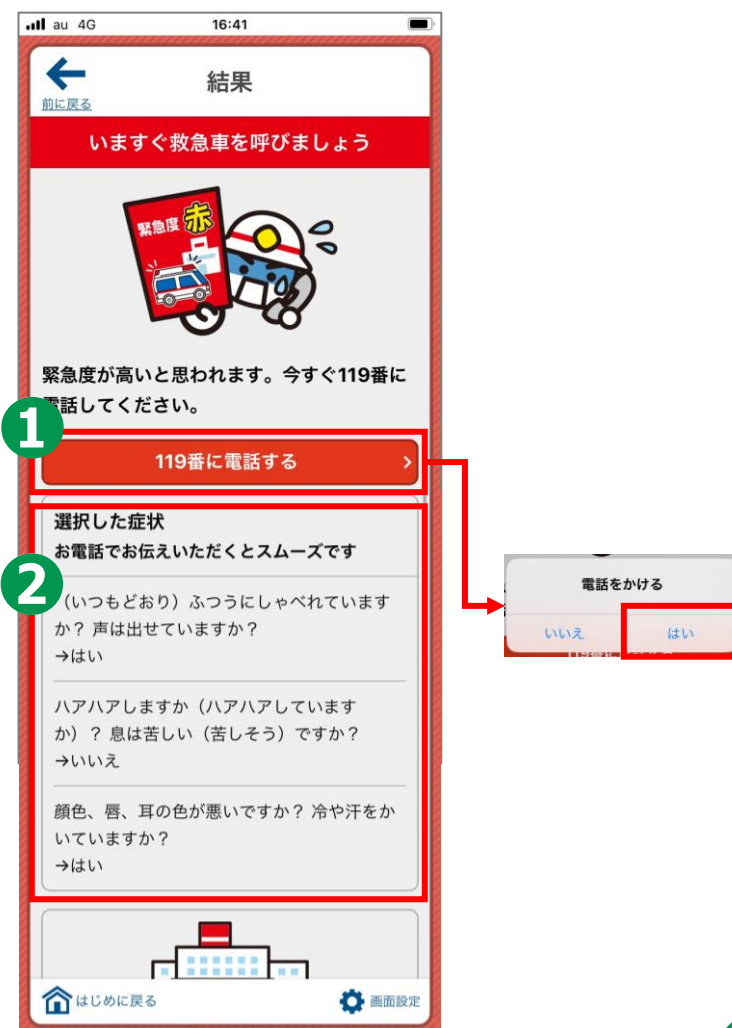
**1** すぐに救急車を呼ぶ場合はスワイプで移動し、「119番に電話する」をダブルタップ後、「はい」をダブルタップ

- ※音声による通報が困難な場合は、Net119緊急通報システムを利用できます。
- ※Net119緊急通報システムを利用できない地域もあります。
- ※Net119緊急通報システムの利用にあたっては事前に申請手続きが必要になります。



Net119緊急通報システムの概要、導入地域  
[https://www.fdma.go.jp/mission/enrichment/kyukyumu\\_sen\\_kinkyutuhou/net119.html](https://www.fdma.go.jp/mission/enrichment/kyukyumu_sen_kinkyutuhou/net119.html)

**2** オペレーターと会話する際は、必要に応じて「選択した症状」を確認





## 3-A 緊急度判定のしかた

「できるだけ早めに  
医療機関を受診しましょう」が  
表示された場合は、  
2時間をめやすに病院を  
受診するようにしましょう。

1

画面の指示に従って  
医療機関への受診を検討します。  
受診にあたっては、  
「選択した症状」や「受診科目の参考」も  
参考にしてください。

結果

前に戻る

できるだけ早めに医療機関を受診しましょう

緊急度 黄

2時間をめやすに病院に行かれたほうが良いでしょう。

選択した症状  
診察の際にお伝えください

（いつもどおり）ふつうにしゃべれていますか？ 声は出せていますか？  
→はい

ハアハアしますか（ハアハアしていますか）？ 息は苦しい（苦しそう）ですか？  
→はい

指や顔がしびれたり、ビリビリしたりしますか？

高齢者（65歳以上）ですか？

受診科目の参考  
内科・かかりつけ  
を受診してください

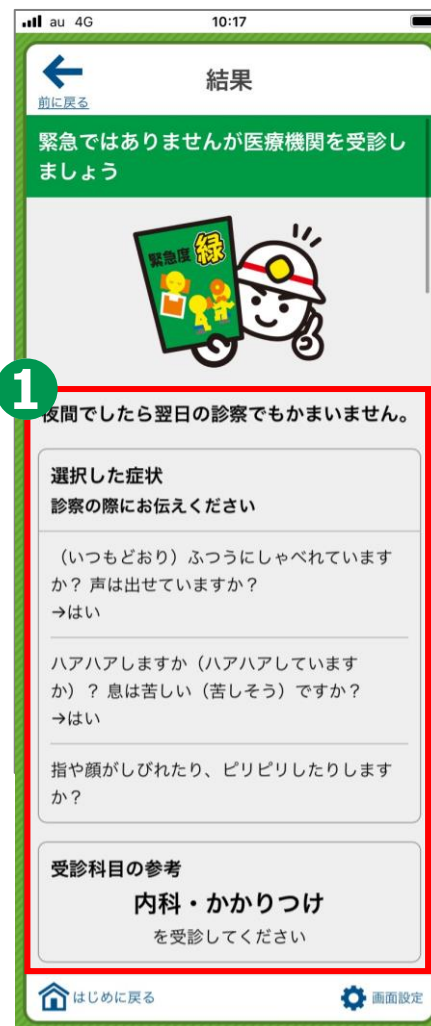
はじめる 画面設定

## 3-A 緊急度判定のしかた

「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」が表示された場合は、夜間でしたら翌日の診療でもかまいません。

1

画面の指示に従って医療機関への受診を検討します。受診にあたっては、「選択した症状」や「受診科目の参考」も参考にしてください



## 3-B 医療機関・受診手段の検索のしかた

### 医療機関・受診手段を検索します。

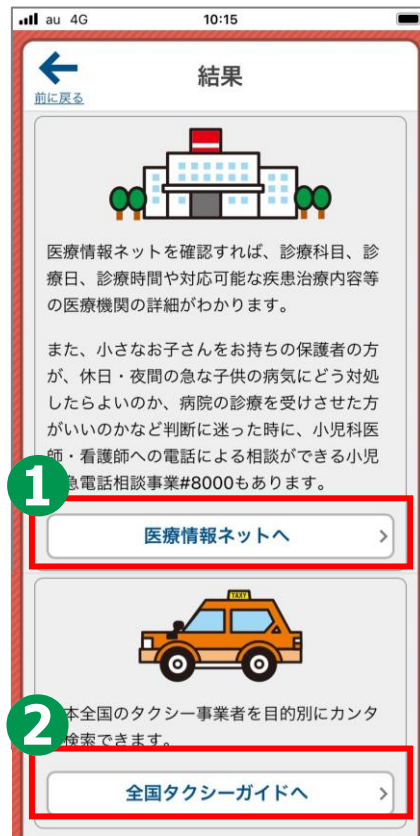
結果が表示されている画面をスワイプで移動し、「医療情報ネットへ」「全国タクシーガイドへ」という項目から医療機関・受診手段を検索します。

1

診療科目、診療日、  
診療時間等を検索する場合、  
「医療情報ネットへ」を  
ダブルタップ

2

受診にあたって  
タクシーを利用する場合、  
「全国タクシーガイドへ」を  
ダブルタップ



# 3-B 医療機関・受診手段の検索のしかた

## 医療機関を検索します。

「医療情報ネットへ」をダブルタップすると「ブラウザが起動します」と表示されますので「OK」をダブルタップします。

1

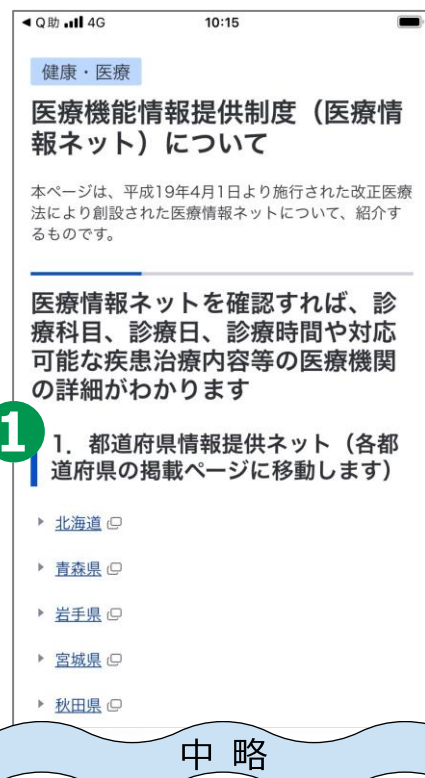
医療情報ネットが表示されますので、スワイプで移動し、検索したい都道府県をダブルタップ

各々の画面の指示に従って進めば、受診できる医療機関や日時などを検索することが可能



<参考> 医療情報ネット

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iryuu/teikyouseido/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/teikyouseido/index.html)



# 3-B 医療機関・受診手段の検索のしかた

## 受診手段を検索します。

「全国タクシーガイド」をダブルタップすると「ブラウザが起動します」と表示されますので「OK」をダブルタップします。

- 1 全国タクシーガイドが表示されますので、「ご希望のタクシーをお選びください」の画面をスワイプで移動し、「救急・救援タクシー」でダブルタップ。
- 2 さらにスワイプで移動し、「タクシーを利用される都道府県をお選びください」の画面で「都道府県を選択してください」をダブルタップ。その後スワイプで移動し、検索したい都道府県をダブルタップ。

条件に合致するタクシー会社の電話番号やURL等が表示されます。

※電話を利用する場合、通話料がかかります。



<参考> 全国タクシーガイド  
<http://www.taxi-guide.jp/>