

知ってください

# ヘルプカード



## ♥ ヘルプカードとは・・・

障がいなどにより、「困っている」ことをうまく自分で伝えられない人がいます。そんな時に、周りの人に配慮や手助けを求めるためのカードです。

「手助けが必要な人」と「手助けできる人」をつなげる**きっかけ**を作るカードです

## ♥ このカードを持っている人が困っていたら・・・

何か困っているような人が、このカードを持っているのを見かけたら、まずは「どうしましたか？」と声をかけてください。

ヘルプカードを提示された場合、カードの中に手助けしてほしい内容が書いてあります。書かれている内容にそって、手助けをお願いします。

～ 思いやりで  
暮らしやすい社会を ～

**どんな人が  
もらえるの？**

身体・知的・精神・発達障がい等のある方、その他支援や配慮を必要としている方

(障害者手帳などの所持の有無は問いません)

## ♥ こんな時に役立ちます

### 日常生活の中で・・・

ちょっと手助けが必要なとき  
家族に連絡してほしいとき

### 緊急の時・・・

道に迷ってしまったとき。  
パニックや発作、急な体調不良のとき



### 災害が発生した時・・・

災害により避難が必要なとき  
避難所で過ごすとき など

# ヘルプカード記入例

ヘルプカードには、困った時に伝えたいことを記入しましょう。

(表面)

(裏面)

<p>あなたの支援が必要です。</p> <p><b>ヘルプカード</b></p>  <p>みほむら 美浦村</p>	<p>配慮してほしいこと</p> <p><input type="checkbox"/> ( ) が不自由です</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ( 体に触られること ) が苦手です</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ( 大勢の人がいて騒がしい ) 時にパニックになることがあります</p> <p><input type="checkbox"/> ペースメーカーを使用しています</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ( てんかん ) の発作があります</p>								
<p>私のこと</p> <p>名前 美浦 太郎</p> <p>住所 美浦村受領 1515</p> <p>生年月日 平成 7 年 7 月 7 日</p> <p>血液型 A 型 Rh (+) -</p>	<p>お願いしたいこと</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 簡単な言葉で説明してください</p> <p><input type="checkbox"/> ゆっくり話してください</p> <p><input type="checkbox"/> 筆談で伝えてください</p> <p><input type="checkbox"/> 移動の時に、介助してください</p>								
<p>障がい名 知的障がい</p> <p>病名 てんかん</p> <p>アレルギー そばアレルギー</p> <p>飲んでいる薬 〇〇〇〇</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> その他</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 会話を理解したり、話をうまく伝えることが苦手です。</li> <li>• 大きな声や音が苦手です。</li> </ul>								
<p>緊急連絡先</p> <table border="1"> <tr> <td>名前 美浦 花子</td> <td>関係 母</td> </tr> <tr> <td>電話番号 029 (885) XXXX</td> <td></td> </tr> <tr> <td>名前 美浦 次郎</td> <td>関係 父</td> </tr> <tr> <td>電話番号 090-XXXX-XXXX</td> <td></td> </tr> </table>	名前 美浦 花子	関係 母	電話番号 029 (885) XXXX		名前 美浦 次郎	関係 父	電話番号 090-XXXX-XXXX		<p>自由記載欄</p> <p>• 耳が聞こえにくいので、代わりに家族に連絡してください。</p>
名前 美浦 花子	関係 母								
電話番号 029 (885) XXXX									
名前 美浦 次郎	関係 父								
電話番号 090-XXXX-XXXX									
<p>かかりつけの病院</p> <table border="1"> <tr> <td>名称 〇〇病院 〇〇先生</td> </tr> <tr> <td>電話番号 029 (000) XXXX</td> </tr> <tr> <td>名称 △△△病院 △△先生</td> </tr> <tr> <td>電話番号 029 (000) XXXX</td> </tr> </table>	名称 〇〇病院 〇〇先生	電話番号 029 (000) XXXX	名称 △△△病院 △△先生	電話番号 029 (000) XXXX	<p>手助けが必要です。</p> <p>カードを開いてください。</p> <p>発行：美浦村役場 保健福祉部 福祉介護課 ☎ 029-885-0340 FAX 029-885-5933</p>				
名称 〇〇病院 〇〇先生									
電話番号 029 (000) XXXX									
名称 △△△病院 △△先生									
電話番号 029 (000) XXXX									

## 私のこと

このカードを使用する本人のことを記入してください。

名前にはふりがなも忘れずに。

普段、飲んでいる薬や持っている薬なども。

## 緊急連絡先

緊急時に連絡してほしい人を記入してください。

連絡先は相手の了承を得てから記入してください。

## かかりつけの病院

通院中の病院や、担当の医師名、電話番号を記入してください。

## 配慮してほしいこと

あてはまるものに「✓」を記入してください。

( ) 内には詳しい内容を記入してください。

## お願いしたいこと

あてはまるものに「✓」を記入してください。

( ) 内には詳しい内容を記入してください。

## 自由記載欄

現在の病状や本人の特性など、支援する方に伝えたいことを自由に記入してください。

※ 全て記入する必要はありません。必要と思うところだけ記入してください。

## ●利用にあたって気を付けること

ヘルプカードには、いざという時にこのカードを見る人に、何を伝えたいのか、どのような支援をしてもらいたいのかを記載します。

重要な個人情報も含まれます。取り扱いや紛失などには十分注意してください。