

ご存じですか？ 「ヘルプカード」



■ヘルプカードとは

障がいなどで困っている人が、周りに支援を求めるためのカードです。
障がいなどがある人の中には、自分から「困っている」「手助けしてほしい」ことを、なかなか伝えられない方がいます。あらかじめカードに配慮してほしいことなどを記入しておき、日常生活の中で困った時や災害などのいざという時に提示することで、「支援が必要な人」と「手助けできる人」をつなぎます。

■障がいのある人が困っていたら

- ・「どうしましたか？」「何かお困りですか？」と声をかけてください。
- ・相手に伝わっているか確かめながら、ゆっくりと話しかけてください。
- ・「ヘルプカード」を持っていれば、手助けしてほしいことが書かれていますので、できる範囲での手助けをお願いします。

■必要な支援や配慮はひとりひとり違います。

障がいの特性によって、必要な支援や配慮は様々です。
聴覚障がいや内部機能障がいなど、外見からは障がいであることが分かりにくい場合や、音声機能障がいなどで声を出しづらい場合があります。また、通常とは異なる環境で不安定になっていることもあります。

みんなのときにヘルプカードが役立ちます

日常生活で

- ・ちょっとした手助けが必要なおき
- ・配慮してほしいことを伝えるとき

緊急のとき

- ・パニックや発作、急に体調が悪くなってしまうとき
- ・道に迷ったとき

災害のとき

- ・安全に避難できるように支援をお願いしたいとき
- ・避難生活で配慮してほしいとき

ヘルプカードに関する問い合わせ先

むらやましふくしか
村山市福祉課

むらやましちゅうおう
村山市中央1丁目3-6

TEL:0237-55-2111 (代表) FAX:0237-55-7577

はいふたいしょうしゃ ■配布対象者

身体・知的・精神に障がいのある方、難病患者の方など

※障がい者手帳などの有無は問いません。

はいふばしょ ■配布場所

むらやましやくしょふくしか
村山市役所福祉課

※ヘルプマーク（山形県作成）も、市福祉課で配布しています。



ヘルプマーク（山形県作成）

ヘルプカードの使い方



- すべての欄に記入する必要はありません。必要であると思う欄のみご記入ください。
- 手帳や財布などにいれて携帯してください。

■私の情報

名前 村山 ムララ (むらやま むらら)

住所 村山市000 △△-□□

電話 △△-XXXX

障がい 聴覚障がい

生年月日 H00年△月□□日 血液型 A

- このカードを使用する本人のことを記入してください。
- 名前にはふりがなをふってください。

■かかりつけの病院

病院名 000医院

主治医 000三郎 電話 00-◇◇◇◇

- かかりつけ医や医療機関がある場合は記入してください。

■緊急連絡先

名前① 村山 一郎 (むらやま いちろう)

電話 090-0000XXXX 本人との関係 父

名前② 村山 花子 (むらやま はなこ)

電話 090-0000XXXX 本人との関係 母

- いざというときの連絡先を記入してください。
- 記入する連絡先の相手の了解を得てから記入してください。
- 名前にはふりがなをふってください。

■必要な支援・配慮してほしいこと

簡単なことばで説明してください。

筆談で伝えてください。

移動の際、介助してください。

その他 (自由記載)

例 1: 視力に障がいがあるため、災害時には周囲の様子を伝えてください。
例 2: 知的に障がいがあります。迷子になったら、連絡先まで連絡してください。

- 支援する方をお願いしたいことや伝えたいことなどを自由に記入してください。

※ 大切な個人情報です。取り扱いには十分に注意してください。