

ヘルプカード

障害のある人には、自分から「困った」となかなか伝えられない人がいます。支援が必要なのに、「コミュニケーションに障害があってそのことを伝えられない人」、「困っていることそのものを自覚していない人」もいます。

ヘルプカードは、「ちょっと手助けが必要な人」と「ちょっと手助けをしたい人」を結ぶカードです。普段から身につけておくことで、緊急時や災害時、困った際に、周囲の配慮や手助けをお願いしやすくするものです。

災害のとき…

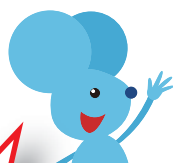
災害が発生したとき
災害に伴う避難生活が必要なとき

緊急のとき…

道に迷ってしまったとき
パニックや発作、病気の時

あなたの支援が必要です。

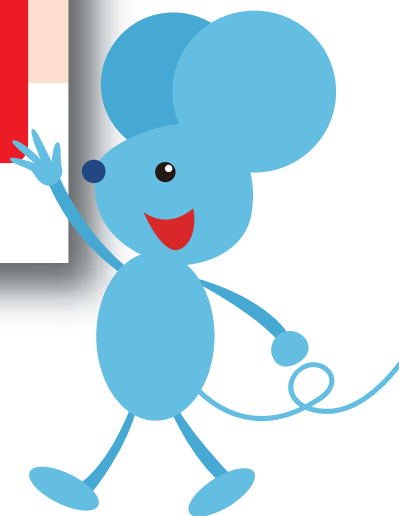
ヘルプカード



くわ じょうほう
詳しい情報は
なか
中にあります。

日常的に…

ちょっとした手助けがほしいとき



ちゅうNetイメージキャラクター
ありがちゅうちゃん

府中市福祉保健部障害者福祉課

ヘルプカードとは…

「あなたの支援が必要です」を伝えるカード

ヘルプカードは、「ちょっと手助けが必要な人」と「ちょっと手助けしたい人」を結ぶカードです。障害のある人には、自分から「困った」となかなか伝えられない人がいます。支援が必要なのに、「コミュニケーションに障害があってそのことを伝えられない人」、「困っていることそのものを自覚していない人」もいます。特に災害時には、困りごとが増えることが想定されます。

一方、地域の人からは、何かあったとき、「どう支援したらよいかわからない」「障害のことがわからない」「困っているのでは？と気になるけれど、誰にその人のことを聞いたらよいかわからない」という声があります。しかし、何かきっかけさえあれば、両者がつながることができます。ヘルプカードは、そのきっかけをつくるものです。

ヘルプカードの意義

「ヘルプカード」には、次のようなことが期待できます。

「何かあったときに、味方になって理解してもらえる、手助けしてもらえる」。それは、障害のある人自身にとっては、何よりの安心です。



本人にとっての安心

「何かあったら、どうしよう」。緊急連絡先を本人が携帯していることは、家族や支援者の不安を和らげます。



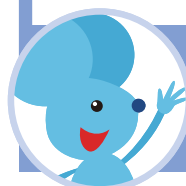
家族、支援者にとっての安心

緊急時に必要となる情報をあらかじめ備えもつことができます。さらに、緊急時に支援してくれる人とのコミュニケーションのきっかけになります。



情報とコミュニケーションを支援

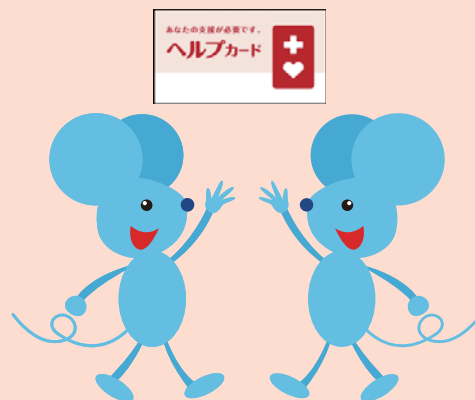
「ヘルプカード」は幅広く知れわたることで初めて機能します。そのためには積極的なPRが必要となります。それによって、ヘルプカードを必要としている人の存在や障害への理解を広めることができます。



障害に対する理解の促進

ヘルプカードの使い方

障害のある人が持ち歩くことにより、災害時や緊急時など、周囲の人に手助けを求めたい時などにヘルプカードを使い、手助けを求めることができます。



ヘルプカードの作成は、つながりのある地域づくりの活動

「ヘルプカード」で想定している支援は、誰でも行えるものです。生活の中で障害の特性と初歩的な対応を広く理解してもらうことを通じて、つながりのある地域づくりを目指すものといえます。そのため、カードの作成にとどまらず、それを積極的に活用していくこと、活用される場面に求められる対応を広く普及していくことが大切になります。

ヘルプカードの活用場面

「ヘルプカード」は、こんなときに役に立ちます。

災害のとき…

- ・ 災害が発生したとき
- ・ 災害に伴う避難生活が必要なとき

緊急のとき…

- ・ 道に迷ってしまったとき
- ・ パニックや発作、病気の時

日常的に…

- ・ ちょっとした手助けがほしいとき

記入例

あてはまる箇所を記入してください。

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード

持つ方の基礎情報を記入します。

氏名	府中 太郎	血液型	A+
住所	〒183-8703 府中市 宮西町2-24 府中市役所障害者福祉課		
電話	自宅 042-364-4111		
生年月日	明・大 昭・平	40 年	4 月 1 日生

ヘルプカードについて

このカードは、障害等がある方が緊急時や災害時、外出先で困ったときに、周囲へ支援を求めやすくする情報カードで、あなたの支援が必要です。

自宅最寄り の避難所	府中市立第一小学校		
家族の 集合場所	大國魂神社		
記入日	平成 25 年 11 月 11 日		
障害種別 難病名	愛の手帳4度と糖尿病		
福祉事務所	府中市福祉事務所(障害者福祉課) ☎042-335-4962		
学校・施設 会社	府中市役所	☎042-364-4111	
緊急連絡先① 親族 友人	府中 次郎	☎042-364-4111	
緊急連絡先② 親族 友人	調布 花子	☎042-481-XXXX	
		☎ - -	

持つ方の状況を簡潔に記入します。

注意	大きな音に驚くことがあります。
配慮	笑顔で接してください。
会話	普通 ゆっくり 耳元・手話・筆談
食べ方	一人でできる・ 一部介助が必要 ・全介助が必要
食形態	普通 軟菜 ・とろみ・ペースト
排泄	トイレ ・ポータブル・尿器便器・おむつ

《自由記述》

電車や車に近づきすぎてしまうことがあります。

持つ方の状況を詳しく記入します。

《こうしてください。》

興奮しているときは5分くらい
深呼吸をさせてください。

持つ方の状況でしてほしいことを記入します。

持つ方の災害時避難場所や家族の集合場所を記入します。

持つ方の状況でしてほしいことを記入します。

持つ方の日常連絡先や緊急連絡先を記入します。

持つ方のかかりつけ医と飲んでいる薬を記入します。

かかりつけ医①	医療機関名 都立〇〇総合医療センター	宮町 医師
	☎ 042-323-XXXX	病名 糖尿病
かかりつけ医②	医療機関名	医師
	☎ - -	病名
飲んでいる薬	インクレチン	