

利用にあたって気をつけていただくこと

ヘルプカードには重要な個人情報も含まれますので、取扱いや紛失などには十分注意してください。

配布対象者

義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、その障がいが見からは分からない方。
また、発達障害や知的障がい、精神障がいがある方も対象となります。

入手方法

障害者手帳等書類の提出は必要ありません。※町のホームページから様式をダウンロードすることもできます。

配付場所

- ・壬生町住民福祉部健康福祉課
- ・稲葉出張所 ・南犬飼出張所
- ・壬生町保健福祉センター（壬生町社会福祉協議会）

ヘルプカードの携帯方法(例)

ヘルプカードの携帯方法は、必要な援助の内容、状況、考え方などにより異なります。ご自身で適切な方法となるよう工夫してください。

- カードホルダーに入れて「ヘルプマーク」と一緒にバッグやかばんに下げる。
 - 障がい者手帳に入れて一緒にしておく。
 - お薬手帳と一緒にしておく。
 - 財布や定期入れに入れておく。
 - いつも使用しているかばんのポケットにしまっておく。
- ※ヘルプマークと別に携帯する場合は、ヘルプマークの裏面に、例えば「財布にヘルプカードが入っている」旨を記載しておく。

ヘルプカード
に関する
お問い合わせ

壬生町住民福祉部健康福祉課障がい福祉係
〒321-0292 壬生町大字壬生甲 3841 番地 1
TEL 0282-81-1829 Fax 0282-81-1121

ヘルプカードをご活用ください

「ヘルプカード」は、普段の生活の中で援助や配慮が必要な方が携帯し、外出時や災害時、緊急時など、いざという時に必要な援助や配慮を周囲の人をお願いしやすくすることで、「援助が必要な人」と「援助したい人」とを結ぶカードです。
症状や必要な支援を記入して、ヘルプマークと一緒に普段から携帯してください。



これがヘルプ
カードだよ

ヘルプカードはこんな時に役立ちます！

- 日常的に
ちょっと助けてほしい時、ヘルプカードを提示することで、スムーズに支援を受けることができます。
- 緊急の時
パニックや発作、病気の際に配慮してほしいことや、常用している薬の情報を正確に伝えることができます。
- 災害の時
災害が発生した時、家族に連絡してもらいたい、避難所での生活で適切な支援をしてほしい時などに、情報を正確に伝えることができます。

<記入例>

ヘルプカードはすべての欄を記入する必要はありません。いざという時、周囲の人に伝えたい情報を記入します。

表面

あなたの支援が必要です。

ヘルプカード

とちぎけんみぶまち
栃木県壬生町

わたし

① 私のこと

名前 壬生 ひばり

住所 壬生町通町 12-22

生年月日 平成元年 4月 1日

きんきゆうれんらくさき

② 緊急連絡先

名前 壬生 えのき わたしの関係 父

電話 (Fax) 0282-82-0000

名前 東雲 さくら わたしの関係 姉

電話 (Fax) 090-0000-0000

③ お願いしたいこと (■印)

簡単な言葉で説明してください

筆談で伝えてください

書いてあることを音読してください

移動の際、介助してください

■その他

バッグの内ポケットに別に詳しい内容を記載したものを入れています。

裏面

④ 医療に関すること

かかりつけの病院 びょういん ○○クリニック

電話番号 でんわ 0282-86-0000

飲んでいる薬 くすり (朝) 昼 (夜) 就寝前 食前 食後

(内容) ○○○、△△△、□□□

アレルギー等 など 小麦粉

⑤ 障がいや健康状態等に関すること

自己免疫性肝炎で服薬中です。

⑥ 配慮してほしいこと (■印)

ペースメーカーを使用しています

人工透析をしています

■ 耳が不自由なので、筆談、または、ゆっくり、はっきり話してください

■ パニックになることがあります

[身体に触られることが苦手です]

■ (てんかん) 発作があります

その他

あなたの手助けが必要です。

カードを開いてください。

この「ヘルプカード」は、障がいのある方などが緊急時や困ったときに、その内容や方法を伝えるために使います。このカードに書いてあることを読んで、手助けをお願いします。

発行 壬生町住民福祉部健康福祉課
電話 0282-81-1829 FAX 0282-81-1121

① 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。
- 名前にはふりがなをふってください。

② 緊急連絡先

- 連絡してほしい人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。
- 本人との関係や連絡のとれる時間を書くことで役立ちます。
- 連絡先は相手の了承を得てから記入してください。

③ お願いしたいこと

⑥ 配慮してほしいこと

- 不自由なこと、手助けしてほしいことなどで、あてはまるものを「■」に塗りつぶしてください。
- []には詳しい内容を記入してください。
- その他には、特に伝えたいことなど自由に記入してください。

④ 医療に関すること

- 通院中の病院名や担当の医師名、電話番号を記入してください。
- ふだん飲んでいる薬や持っている薬、服薬時の注意点などを記入してください。
- アレルギーがある場合は、その内容を記入してください。

⑤ 障がいや健康状態等に関すること

- 障がいの種別や病名などを分かりやすく記入してください。

・外枠で切り取って、この面が裏表紙になるように折りたんで、使用してください。