

# ヘルプカードを作成しました

内部障害や難病の方、妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方々が、電車・バスの中、災害時や日常生活の中で困った時に、周囲の人に障がいについて説明し、援助を得やすくするため、ヘルプカードを作成しました。



## ヘルプカードとは

**外見では障がい等の有無がわかりづらい方が援助を得やすくするためのものです。**

このヘルプカードは、援助や配慮を必要とする人が携帯、提示することで、体調の急変や災害時などに必要な援助を周囲の方にお問い合わせしやすくするためのカードです。栃木県で作成された「ヘルプマーク」とセットで利用することで、より効果的に活用いただくことができます。

## 障がいのある人が困っていたら・・・

ヘルプカードでお願いする支援は誰にでもできるものです。

- ・「どうしましたか？」と声をかけてください。
- ・相手に伝わっているかどうか確認しながら、ゆっくり話しかけてください。
- ・ヘルプカードの提示がありましたら、「カードの中を拝見しますね」と声をかけ、記載内容を確認して、必要な支援をお願いします。

※ヘルプカードには住所、氏名、緊急連絡先、障がいの内容や必要とする支援内容、配慮してほしいことなどが記入されています。

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

# こんな時、みなさんの手助けが必要です

障がいの種別によって支援や配慮は様々です。必要としている支援内容を伝えられる方もいれば、うまく伝えられない方もいます。

また、外見からは障がいがあることが分かりにくい方や、配慮が必要な時に自分から言い出せない方もいます。

そんな時に、「手助けが必要な人」と「助けてあげたい人」を結ぶのがヘルプカードです。

## 1 日常的に

### ●何か困っているような人を見かけたら・・・

「どうしましたか？何かお手伝いすることはありますか？」とゆっくり話しかけてください。

ヘルプカードの提示があったら、「カードの中を拝見しますね」と声をかけて、記載してある内容に沿って支援をお願いします。

## 2 緊急のとき

### ●パニックや発作などを起こしている人を見かけたら・・・

まず、「どうしましたか？」とやさしく声をかけてください。

ヘルプカードには、パニックや発作の際にどうしてほしいかなど、支援や配慮の内容が書いてあります。周りの人と協力して対応をお願いします。

## 3 災害が発生したら

### ●避難しなければならない時に、危険を察知していない人や動けない人がいたら・・・

ゆっくり具体的にご本人に現状を伝えてください。

ヘルプカードに緊急連絡先が記載されている時は、連絡をお願いします。

### ●避難所で過ごす時、障がいのある人が困っていたら・・・

ヘルプカードを持っているかを確認し、提示があったら記載内容に沿った支援や配慮をお願いします。

#### 配布対象者

障害者手帳所持者（身体障がい、知的障がい、精神障がい）  
難病の方、発達障がいの診断を受けた方、その他必要な方

#### 配布場所

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）